hallo SALZGITTER wochenende


VP VON POLL IMMOBILIEN
Ihre Immobilienspezialisten in Peine und Umgebung.
Partner-Shop Peine
Geschäftsstelleninhaber Jörn Sander
Bahnhofstr. 25 | 31224 Peine
T.: 05171 - 58 63 12 1
peine@von-poll.com | www.von-poll.com/peine
7725601_002426

21 ❖ 45. Jahrgang · 16. Mai 2026 www.hallosalzgitter.de Zustellung hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ Geschäftskunden (05171) 406-168 Kleinanzeigen (0800) 1234-906 Redaktion (05171) 406-134

Einmal durch jeden Ortsteil

Günter Beier **erwandert** mit Töchtern Susanne Stampa und Janet Stadermeier ganz Salzgitter

Salzgitter. Warum in die Ferne reisen, wenn das Gute liegt so nah. Einen besonderen Wunsch hat sich die 45-jährige Susanne Stampa aus Wolfenbüttel erfüllt. Die gebürtige Salzgitteranerin wanderte mit ihrem 77-jährigen Vater Günter Beier durch alle 31 Ortsteile Salzgitters. Schwester Janet Stadermeier (45) schloss sich ihnen an, reiste dafür extra aus Bielefeld an.

Insgesamt kam das Trio auf 106 Kilometer, die es aber nicht an einem Stück absolvierte, sondern auf sechs Tagestouren verteilte. Mama Margit Beier brachte ihren Mann und ihre Töchter, die beide schon zusammen den Jakobsweg gemeistert hatten, zum jeweiligen Startpunkt und holte sie am Endpunkt wieder ab. Zum Anfang machten sich die drei von Flachstöckheim über Ohlendorf, Groß Mahner, Gitter und Hohenrode auf den



Gemeinsam durch ganz Salzgitter: Die Töchter Janet Stadermeier und Susanne Stampa brechen bei dieser Tour mit ihrem Vater Günter Beier in Reppner zur vierten Etappe auf. FOTO: PRIVAT

Weg nach Ringelheim. Dort ging es später weiter über Salzgitter-Bad nach Gebhardshagen, den Startpunkt der dritten Etappe über Lichtenberg, Osterlinde, Lesse und Reppner.

„Mit dem Wetter hatten wir weitgehend Glück“, berichtet Günter Beier. Nur auf der vierten Strecke von Reppner über Lebenstedt, Bruchmachtersen, Salder, Hallendorf, Engelnstedt, Bleckenstedt und Sauingen nach Üfingen überraschte ein „gewaltiger Regenguss“ seine Töchter und ihn. „Wir wurden nass bis auf die Haut, aber das gehört dazu.“ Der fünfte Abschnitt führte von Üfingen über Beddingen, Thiede, Drütte, Immendorf, Watenstedt nach Heerte, den Abschluss bildete die Wanderung von Heerte über Barum, Lobmachtersen, Calbecht, Engerode und Beinum zum Ausgangspunkt in Flachstöckheim.

Das Trio war vor allem auf Feldwegen und Nebenstrecken unterwegs, doch manchmal „ließ es sich nicht vermeiden, die Hauptstraße zu nehmen“, erzählt der Papa, dessen Tochter nun einen grünen Haken hinter ihren Wunsch machen kann. „Es waren tolle Touren, auf denen wir Salzgitter aus verschiedenen Blickwinkeln gesehen haben.“



13217201_002426

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



5518301_002426

„Wilde Kerle“: Autor zu Gast in Salzgitter-Bad

Salzgitter. Die „Wilden Kerle“ kommen in die Stadt. Autor Joachim Masannek ist auf Lesereise und macht am Montag, 18. Mai, um 16 Uhr Station in der Stadtbibliothek in Salzgitter-Bad.

Kinder zwischen sechs und zwölf Jahren können sich auf ein Erlebnis rund um die bekannten Fußballhelden freuen. In einer Mischung aus szenischer Lesung, Vortrag und Gespräch erzählt Joachim Masannek die Geschichten, die auf wahren Begebenheiten basieren. Im Anschluss können die Kinder Fragen zu stellen und ihre Bücher signieren lassen.

Seit dem Start der Serie 2002 wurden im deutschsprachigen Raum über 15 Millionen Bücher und Hörbücher verkauft. International kamen mehr als fünf Millionen Exemplare hinzu. Im Juni soll mit „Joschka, die siebte Kavallerie“ der neunte Band erscheinen. Karten gibt es für fünf Euro im Vorverkauf in der Stadtbibliothek Lebenstedt und SZ-Bad (Tageskasse acht Euro).

Geburtstagsfest bei der Orgelvesper

Salzgitter. Pfingsten und damit das Geburtsfest der Kirche rückt näher. Propsteikantorin Pia-Cécile Kühne stellt die nächste Orgelvesper am Samstag, 23. Mai, um 18 Uhr in der St. Mariae-Jakobi Kirche in SZ-Bad unter den Titel

„Herzlichen Glückwunsch!“. Gerade in dieser sehr krisenreichen Zeit hält sie es für wichtig, sich die Entstehung und Aufgabe der Kirche wieder vor Augen

zu führen. Der Eintritt ist frei.

Frühstück für 700 Kinder täglich

Zehn Jahre brotZeit: Gründerin **Uschi Glas** kommt zur Feierstunde nach Salzgitter

Salzgitter. Feierstunde beim Verein brotZeit mit prominenter Unterstützung. Dieser kümmert sich seit zehn Jahren in Salzgitter und der Region darum, bedürftige Grundschüler satt und gestärkt in den Unterricht zu schicken, damit sie konzentrierter dem Lernstoff folgen können und so eine faire Chance auf Bildung erhalten.

Was 2016 an zwei Schulen in Salzgitter begann, ist heute ein fester Bestandteil des Einsatzes der United Kids Foundations, dem Kindernetzwerk der BRAWO GROUP, für durchschnittlich 700 Kinder täglich in der Region. Zum runden Bestehen kam Schauspielerin Uschi Glas, brotZeit-Gründerin und Aufsichtsratsvorsitzende, in die Grundschule Am See, eine der ersten teilnehmenden Schulen in Salzgitter. Sie unterstützte dort die Helferinnen persönlich bei der Frühstücksausgabe.

In Deutschland geht jedes fünfte Kind ohne Frühstück in die Schule. Die Folgen sind gravierend: mangelnde Konzentration, schlechtere schulische Leistungen, soziale Ausgrenzung und geringere Bildungschancen. brotZeit setzt genau hier an und versorgt deutschlandweit Kinder an Grund- und Förderschulen mit einem kostenlosen, ausgewogenen Frühstück.

Außer den United Kids Foundations fördern die Volksbank BRAWO Stiftung sowie die „Stiftung RTL – Wir helfen Kindern e.V.“ das brotZeit-Frühstück. Seniorinnen und Senioren bereiten ehrenamtlich morgens vor Schulbeginn ein abwechslungsreiches Buffet mit frischem Obst und Gemüse, Brot, Wurst, Käse, Milchprodukten, Müsli sowie



Zehn Jahre Schulfrühstück in Salzgitter: brotZeit-Botschafterin-Anette Leifert, Nicole Mölling, (United Kids Foundations), Schulleiterin Heike Neugebauer, brotZeit-Gründerin Uschi Glas, Claudia Block (Volksbank BRAWO Stiftung), brotZeit-Gründer Dieter Hermann, brotZeit-Projektleiterin Stefanie Tillmann, brotZeit-Geschäftsführerin Claudia Spitzner, und Anna Koch-Sächling (Fachbereich Bildung der Stadt) feiern das runde Bestehen in der Grundschule am See. FOTO: SZ-PA/RK

Getränken wie Tee und Säften zu. Das Frühstück – gespendet von Lidl – ist kostenlos, niedrigschwellig und wird liebevoll begleitet. Im Mittelpunkt stehen dabei nicht nur ausgewogene Ernährung, sondern auch Integration, Kommunikation und das generationenübergreifende Miteinander. Aktuell sind in Salzgitter und der Region mehr als 130 Frühstückshelferinnen und -helfer für die Kinder an 14 Grundschulen im Einsatz. Laut brotZeit dürften rund 700.000 Portionen in den zehn Jahren zusammengekommen sein.

„Beim Frühstück kommen die Kinder zusammen – unabhängig von ihrer Herkunft oder ihren Lebensumständen – und erleben Gemeinschaft und gegenseitigen Respekt. So trägt das Projekt auch zur Bildung von Herz und Charakter bei“, so brotZeit-Gründerin Uschi Glas.

„Es zeigt, wie viel möglich ist, wenn wir Verantwortung übernehmen und gemeinsam für die Kinder dieser Region handeln.“

Die Maria-Montessori-Schule sucht

Die Maria-Montessori-Schule in Lebenstedt sucht ehrenamtliche Helferinnen und Helfer für das brotZeit-Früstück. Diese sollten mindestens 55 Jahre alt sein sowie Freude am Umgang mit Kindern und Jugendlichen zwischen sechs und 16 Jahren haben.

Wer zwei- bis dreimal wöchentlich morgens von 7.15 bis 9.15 Uhr Zeit hätte für diese Aufgabe, kann sich an Projektleiterin Stefanie Tillmann wenden unter Tel. (0152) 54845825 oder per E-Mail an tillmann@brotzeit.schule.



13049501_002426

Ein Abend mit dunkler Magie

Autorin Laurie Harmening stellt Debütroman **„Montcrest University – Lessons in Evil“** vor

Salzgitter. Von dunkler Magie, gefährlichen Intrigen und sündiger Versuchung handelt der Dark-Romantasy-Roman, mit dem es die 31-jährige Laurie Harmening innerhalb weniger Tage auf die Spiegel-Bestseller-Liste Belletristik Paperpack geschafft hat. Sie stellt ihr Debüt „Montcrest University – Lessons in Evil“ am Mittwoch, 20. Mai, auf Einladung des ZONTA-Clubs Salzgitter in der Stadtbibliothek in Lebenstedt vor.

Der ZONTA-Club Salzgitter unterstützt insbesondere Frauen und Mädchen in ihrem Werdegang. Mit der Lesung in der Stadtbibliothek verknüpft ZONTA darum eine Benefizveranstaltung zur Förderung der Club Projekte. „Laurie begeistert mit ihrer Energie fürs Schreiben. Das möchten wir unterstützen und fördern. Darum lag es einfach nahe, die Stadtbibliothek Salzgitter anzusprechen, um hier mit Laurie Harmening eine Autorinnen-Lesung zu veranstalten und diese junge Autorin einem breiten Publikum vorzustellen“, sagt ZONTA-Präsidentin Andrea Wiencke über das Zustandekommen der Kooperationsveranstaltung. „Wir freuen uns, dass Laurie Harmening ihre Bekanntheit als Autorin nutzt, um die Ziele des ZONTA-Clubs Salzgitter zu unterstützen.“

„Die Gelegenheit, eine Bestseller-Autorin in unserer Stadtbibliothek vorzustellen, ist ein Gewinn für unsere Gäste und für uns als Einrichtung. Ich freue mich außerordentlich, zu dieser Veranstaltung einladen zu können“, sagt Sylvia Fiedler, Leiterin der Stadtbibliothek. Dark Romantasy sei derzeit sehr gefragt wie nie zuvor und spreche junge Erwachsene und ein großes Lesepublikum an, wie zuletzt auf der Leipziger Buchmesse zu sehen war. Karten gibt es im Vorverkauf für zehn Euro direkt in der Stadtbibliothek Lebenstedt und SZ-Bad (Abendkasse 12 Euro).

Letzter Aufruf für „Salzgitter zeigt Herz“

Salzgitter. Für die Auszeichnung „Salzgitter zeigt Herz“ endet an diesem Wochenende die Bewerbungsfrist. So nennt sich der neue Preis, der den Einsatz von Bürgerinnen und Bürgern hervorhebt und den hallo Salzgitter und die TAG Wohnen erstmals vergeben.

Gesucht werden Projekte, die stellvertretend zeigen, wie nachbarschaftlicher Zusammenhalt im Alltag gelebt wird. die sich in besonderer Weise für Mitmenschlichkeit, Solidarität und ein starkes Miteinander in ihrer Nachbarschaft stark machen.

Teilnehmen können Einzelpersonen und Gruppen, aber auch Hilfsgemeinschaften in der Nachbarschaft.

Der Preis ist dotiert mit 500 Euro, einer Urkunde und einer kleinen Trophäe. Wer mitmachen möchte oder einen Vorschlag hat, sendet eine E-Mail an redaktion@hallosalzgitter.de.

Bewerbungsschluss ist am Sonntag, 17. Mai, um 24 Uhr. Die Übergabe erfolgt am Tag der Nachbarschaft am Freitag, 29. Mai.

Es „zwitschert“ im Eiszeitgarten

Förderkreis Schloss Salder kauft **Hörstation** für das Museum

Salzgitter. Wer beim Besuch des Eiszeitgartens im Städtischen Museum Schloss Salder mehr über die Tiere und das Leben in diesem Zeitalter erfahren will, erhält neuerdings über eine „Zwitscherkiste“ interessante Informationen. Dabei handelt es sich um eine Hörstation, bei der die Gäste den notwendigen Strom selbst erzeugen durch Drehen an der seitlichen Kurbel.

Wenn das Lämpchen dann nach kurzer Zeit grün leuchtet, kann durch Tastendruck eine von vier Tonspuren mit den gewünschten Informationen gestartet werden. Was von außen nicht sichtbar ist: Über einen MP3-Player werden die Audiodateien mit den Infos abgespielt. Der Vorteil gegenüber ähnlichen Geräten: Die sogenannte „Zwitscherkiste“ ist wetterfest und nachhaltig.

Finanziert hat das fast 2.200 Euro teure Gerät der Förderkreis Schloss Salder aus den Spenden der Museumsgäste. Die technische Abwicklung inklusive des Aufstellens am Standort, der grafischen Gestaltung und der Konzipierung und des Einsprechens der Tonspuren lag beim Museumsteam.



Freuen sich über den Neuzugang im Eiszeitgarten: Siegfried Pelzer, Inge Pelzer und Marcus Porschke vom Förderverein präsentieren mit Dezernent Jan Erik Bohling, Fachdienstleiter Hartmut Schölch und Museumsleiter Arne Homann die blaue „Zwitscherkiste“. FOTO: STADT SALZGITTER

Für die Stadt weihte Kulturdezernent Jan Erik Bohling die „Zwitscherkiste“ ein zusammen mit Fachdienstleiter Hartmut Schölch und Museumsleiter Arne Homann. Er dankte den anwesenden Vorstandsmitgliedern des Förderkreises für die Anschaffung. Mit dabei waren Vorsitzender Marcus Porschke, Geschäftsführerin Inge Pelzer und Kassenwart Siegfried Pelzer. Nach einem erfolgreichen Test waren sich alle Beteiligten einig, dass die Anlage den Eiszeitgarten aufwertet. Ob auch an anderen Standorten im Museum solche Geräte aufgestellt werden, hängt davon ab, ob sich das Pilotprojekt technisch bewährt und wie das Feedback der Gäste ausfällt.

Anzeige

Alles Gute bringt der Mai – auch vergessene Werte können jetzt neuen Glanz bekommen

Goldrecycling bei der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig: Nachhaltigkeit trifft auf echten Gegenwert

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

Mai 2026

Aktueller Goldkurs: : 4.713,750 USD/Ounce

Braunschweig. Der Mai steht für Aufbruch, Licht und neue Ordnung. Wenn die Tage länger werden und vieles im Haus neu sortiert wird, geraten oft auch Dinge in den Blick, die über Jahre kaum beachtet wurden: alte Schmuckkästchen, Münzdosen, kleine Beutel mit Zahngold, beschädigte Ketten, einzelne Ohrringe oder geerbte Ringe. Was zunächst wie eine Ansammlung vergessener Erinnerungsstücke wirkt, kann heute einen beachtlichen materiellen Wert besitzen.

Gerade bei Erbschaften und Nachlässen bleiben Edelmetalle häufig lange liegen. Man hebt sie aus emotionalen Gründen auf, trägt sie aber nicht mehr. Viele unterschätzen dabei, dass Gold, Silber, Platin und Palladium nicht an Bedeutung verlieren, nur weil sie nicht genutzt werden. Im Gegenteil: Der eigentliche Wert bleibt oft verborgen, bis die Stücke professionell geprüft werden.

Die Niedersächsische Goldbörse in Braunschweig hilft dabei, diesen Wert sichtbar zu machen. Das Unternehmen steht für eine seriöse, transparente und diskrete Bewertung von Edelmetallen.



Entscheidend sind dabei vor allem Gewicht, Edelmetallgehalt und der aktuelle Tageskurs. Kunden erhalten so eine nachvollziehbare Grundlage, auf der sie frei entscheiden können, ob sie verkaufen möchten.

Ein wichtiger Gedanke rückt dabei immer stärker in den Vordergrund: Goldrecycling. Wer Altgold verkauft, trifft nicht nur eine finanzielle Entscheidung, sondern bringt ungenutzte Werte zurück in einen sinnvollen Kreislauf. Gold gehört zu den Rohstoffen, die nahezu vollständig wiederverwertet werden können, ohne ihre Qualität zu verlieren. Aus alten Schmuckstücken, Zahngold, Münzen oder Bruchgold entsteht kein Abfall, sondern wiederverwendbares Edelmetall.

Das ist auch ökologisch bedeutsam. Der klassische Goldabbau ist weltweit mit erheblichen Eingriffen in Natur, Landschaften und Gewässer verbunden. Recycling nutzt dagegen bereits vorhandenes Material weiter und kann dazu beitragen, den Bedarf an neuem Abbau zu verringern. Damit wird aus ungenutztem Gold nicht nur Liquidität, sondern auch ein Beitrag zu einem bewussteren Umgang mit Ressourcen.

Unterstützt wird dieser Anspruch durch die Zusammenarbeit mit Heimerle + Meule, der ältesten Scheideanstalt Deutschlands und einem bedeutenden Edelmetallverarbeiter Europas mit über 180 Jahren Erfahrung seit 1845. So können Edelmetalle fachgerecht aufbereitet und wieder dem Wirtschaftskreislauf zugeführt werden.

Viele Kunden fragen sich zunächst, ob sich eine Bewertung überhaupt lohnt. Die Erfahrung zeigt: Gerade unscheinbare Einzelstücke werden häufig unterschätzt. Eine gerissene Kette, ein einzelner Ohrring oder altes Zahngold kann zusammen mit weiteren Stücken einen überraschenden Gesamtwert ergeben. Deshalb gilt: lieber nichts vorschnell aussortieren, sondern gesammelt mitbringen und prüfen lassen.

Der Mai ist ein guter Anlass, nicht nur aufzuräumen, sondern genauer hinzusehen. Wer wissen möchte, welcher Wert in Schubladen, Schmuckkästchen oder Nachlässen steckt, erhält bei der **Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig** Klarheit. So kann aus Vergessenem neuer finanzieller Spielraum entstehen – und aus altem Gold ein sinnvoller Beitrag für die Zukunft.

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.

14729801_002426



Salzgitter zeigt Herz

Eine repräsentative amerikanische Studie der Universität in Michigan kommt zu folgenden Ergebnis: Ein gutes Verhältnis zu den Nachbarn ist viel wert. Demnach wirkt sich eine gute Nachbarschaft auch direkt auf die Gesundheit aus. Wer sich in guten nachbarschaftlichen Strukturen wohl fühlt. Die Auswertung der Daten ergab, dass ein empfundener sozialer Zusammenhalt in der Nachbarschaft verbunden war mit einem reduzierten Risiko einen Herzinfarkt zu erleiden. Autor Eric Kirn und seine Kollegen wollen diesen Aspekt noch genauer untersuchen.
Bis das Ergebnis vorliegt, zeigt Salzgitter schon mal Herz! Berichten Sie von Ihren positiven Erlebnissen in der Nachbarschaft und gewinnen Sie **500 EURO**.

Scannen Sie den QR-Code und machen mit!

TAG Wohnen
05341 188 6200
www.tag-wohnen.de

13187201_002426

Tränen, Tipps und tiefe Einblicke

Gesprächsabend in der Brücke zum Thema **Demenz**

Salzgitter. Es ist eine Krankheit, die leise kommt und das Leben lautstark verändert. „Demenz" – ein Thema, das oft hinter verschlossenen Türen bleibt, lockte weit mehr Menschen in die Begegnungsstätte Brücke als erwartet. „Ein deutliches Signal dafür, wie groß der Redebedarf und die Ratlosigkeit bei betroffenen Familien in Salzgitter ist", findet Dincer Dinc, Integrationslotse beim Bürgerservice für Migranten der Stadt. Er begrüßte gemeinsam mit dem Kooperationspartner AWISTA in Fredenberg ein sichtlich bewegtes Publikum. „Unser Ziel war kein trockener Vortrag, sondern ein Gespräch, das verständlich, nah und hilfreich ist", so Dinc.


Sprechen über Demenz: Dincer Dinc (Bürgerservice für Migranten), Ärztin Athanassia Moudiou (Gesundheitsamt), Autorin Alexandra May, Familienangehörige Sylvia Voigt-Lorek, Elzbieta Voss (Pflegestützpunkt) und AWISTA-Leiterin Katharina Sadlo widmen sich einem wichtigen Thema. FOTO: PRIVAT

Auf dem Podium trafen vier Expertinnen aufeinander Athanassia Moudiou (Gesundheitsamt Salzgitter) gab die medizinische Orientierung im Diagnose-Dschungel, während Elzbieta Voss vom Pflegestützpunkt Salzgitter handfeste Lösungen für den Bürokratie-Alltag und Pflegegrad-Anträge lieferte. Sylvia Voigt-Lorek berichtete als Angehörige offen von den Herausforderungen, wenn die eigene Familie durch die Krankheit aus den Fugen gerät. Als die ehemalige Pflegekraft und Autorin Alexandra May ihre emotionalen Zeilen in einem Gedicht vortrug, flossen im Publikum Tränen.

Dass der Nerv der Zeit getroffen wurde, zeigte sich am Ende der 90-minütigen Talkrunde: Das Publikum blieb, tauschte sich aus und nutzte die Gelegenheit für vertiefende Gespräche mit den Expertinnen. „Dieser Abend hat gezeigt, wie wichtig es ist, die Stille um gesellschaftliche Tabuthemen zu brechen", resümierte Dincer Dinc. „Demenz verändert viel – aber nicht die Würde." Aufgrund des Erfolgs und des Wunsches aller Beteiligten sei eine Fortsetzung dieses Formats bereits in Planung.

Arbeitskreis lädt ein zum Foto-Workshop

Salzgitter. Der Arbeitskreis Stadtgeschichte bietet am Mittwoch, 27. Mai, von 17 bis 19 Uhr in der Gedenkstätte KZ Drütte einen Workshop zur Fotosammlung des Vereinsarchives an. Unter dem Titel „Who is who? Frühe Veranstaltungen" werden die Teilnehmenden sich Aufnahmen von diversen Veranstaltungen aus den 1990er Jahren ansehen können, die Informationen einordnen und zusammentragen. Mit der Partizipation von Zeitzeugen und -zeuginnen wird es möglich, Archivbestände zu vervollständigen, aber auch die Vereins- und Gedenkstättengeschichte weiter zu dokumentieren. Anmeldung im Vereinsbüro bis zum 20. Mai unter Telefon (05341) 44581 oder E-Mail an info@gedenkstaette-salzgitter.de. Wer mag, kann seinen persönlichen Bezug zum Thema nennen. Die Leitung hat Teri Arias.

Trend nach oben!

Vorhersage
Am Wochenende bleiben die Temperaturen für die Jahreszeit noch recht kühl, wobei es am Sonntag bereits leicht aufwärts geht. Für die kommende Woche deutet sich eine stabilere Wetterlage an. Es wird recht freundlich und die Temperaturen steigen.

Biowetter
Atemwegsbeschwerden und Rheuma sind nicht ausgeschlossen. Daher ist es wichtig, auf warme Kleidung zu achten und sich möglichst gesund zu ernähren. Wahrscheinlich lassen die Beschwerden bei Wetterfühligkeit insgesamt nach.

Bauernregel
Die kalt' Sophie, die bringt zum Schluss ganz gern noch einen Regenguss. (15.5.)

Das Wochenwetter wird präsentiert von



Ford Explorer Style

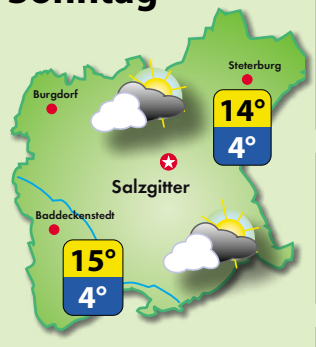
LED-Scheinwerfer, Ford SYNC Move, FordPass Connect inkl. eCall

Energieverbrauch (kombiniert): 16-4-15,4 kWh/100 km; CO_2-Emissionen (kombiniert): 0 g/km; CO_2-Klasse: A; Elektrische Reichweite: 410-444 km
[1] Zusätzlich erhalten Privatkunden bei Erwerb eines neuen Ford Explorer ein Ladeguthaben von 500€ (inkl. MwSt.) zur Nutzung im öffentlichen Ladenetz.

PISKE GmbH Der Ford-Händler von Wolfenbüttel
Ahlumer Straße 86 · 38302 Wolfenbüttel · Tel. 0 53 31 / 9 70 20

14729501_002426

Sonntag



Sonne: Auf- und Untergang
5:25 Uhr 21:07 Uhr

Neumond: 16.05.2026
5:05 Uhr 22:53 Uhr

Montag	17° / 5°
Dienstag	18° / 6°
Mittwoch	20° / 7°
Donnerstag	20° / 9°

Anzeige

Fliegen ab Braunschweig: In den Herbstferien nach Kreta, Algarve oder Costa de la Luz

Den Sommer im Herbst verlängern: 8 oder 9 Tage mit großer Hotelauswahl schon ab € 699,- und mit Kinderfestpreisen

Einzigartig, komfortabel und persönlich: Ab dem Flughafen Braunschweig-Wolfsburg in den Urlaub zu starten, ist ein Reiseerlebnis der Extraklasse. Nicht nur die kurzen Wege und die Tatsache, dass man quasi von der Haustür aus in kürzester Zeit die schönsten Destinationen Europas erreichen kann, machen diese Reiseart so beliebt – die Reisen sind daher oft schnell ausgebucht. Ab sofort hebt man vom neuen Passagierterminal ab. Der Check-In erfolgt in einem langgezogenen Atrium, an dessen Ende man an mehreren Schaltern gleichzeitig seine Bordkarte erhält. Die Wartezeiten werden durch einen neuen Sicherheitsbereich auf ein Minimum reduziert. Im Terminal befindet sich nun ein moderner, großzügiger Aufenthaltsbereich mit Bar und vielen Sitzgelegenheiten. Durch die großen Fensterfronten kann man dem Treiben auf dem Vorfeld zusehen und gelangt von dort aus direkt zum Boarding. Individueller, entspannter und vielfältiger kann Urlaub kaum sein.



Urlaub ab der ersten Minute: Fliegen ab Braunschweig

Herbstferien – auch für die ganze Familie

Auch für Familien ist „Fliegen ab Braunschweig“ ideal. Daher erfreuen sich gerade die Herbstferien größter Beliebtheit. Eine große Hotelauswahl und unterschiedlichste Verpflegungsleistungen – von Frühstück bis Ultra All Inclusive - stehen immer zur Auswahl. In den Herbstferien werden der traumhafte Westen der griechischen Insel Kreta (auch für 9 Tage buchbar), die portugiesische Algarve oder die spanische Costa de la Luz direkt angeflogen. Alle Ziele gehören klimatisch zu den besten Möglichkeiten in Europa und die einzigartigen Strände sorgen für Urlaubsspaß noch im Oktober. Sicher eine gute Möglichkeit, um zu hervorragenden Konditionen den Sommer zu verlängern.

Kinderfestpreise ab € 499,-

Weitere Ziele im Herbst sind Kalabrien, Zakynthos, Zypern, Madeira und Rom. Bereits ab € 699,- kann man ab Braunschweig für 1 Woche inkl. Hotel in den Urlaub starten. In den meisten Zielen gibt es zudem Kinderfestpreise ab € 499,-. Wer sich über die Ziele genaustens informieren möchte: Auf www.fliegen-ab-braunschweig.de stehen zu jeder Destinationen spannende Podcast mit genauen Beschreibungen zum Abruf bereit. Jetzt heißt es: Kommen Sie an Bord und erleben Sie Boutique-Urlaub direkt ab Braunschweig.



Zahlreiche Hotels auch mit Kinderfestpreis, wie hier das 4* Adriana Beach Club Resort an der Algarve, stehen im Angebot von „Fliegen ab Braunschweig“

Den Katalog, weitere Informationen und Buchungsmöglichkeiten zu diesen exklusiven Angeboten erhalten Sie unter der kostenfreien (aus dem dt. Festnetz) Buchungshotline Tel. 0800 / 38 300 38 (Mo–Fr 9–18 Uhr, Sa 9–13 Uhr), im FIRST Reisebüro Schmidt sowie weiteren Reisebüros oder unter www.fliegen-ab-braunschweig.de

DER SCHMIDT Urlaub mit Herz

Fliegen ab Braunschweig



JETZT BESTELLEN! KATALOG HERBST 2026

Exklusiv: Podcast zu jedem Reiseziel!

momento Reisen für mich

fliegen-ab-braunschweig.de

Direkt ab Braunschweig den Sommer verlängern!



Auch in den Herbstferien!

Kinderfestpreis ab € 599,-

8/9 Tage pro Person ab € 799,-

Auch als 9-Tage-Reise buchbar!

07.10. – 14.10.2026 8 Tage

In den Herbstferien:

13.10. – 21.10.2026 9 Tage (+ € 20,-)

14.10. – 22.10.2026 9 Tage

Kreta

Traumstrände und Kultur rund um Chania

Kreta, die sonnenverwöhnte Insel Griechenlands, begeistert mit goldenen Stränden, türkisblauem Meer und einer einzigartigen Mischung aus Geschichte und Natur. Charmante Dörfer, lebhafte Städte und herzliche Gastfreundschaft machen jede Reise besonders – von Erholung bis Kulturgenuss.



4* Vantaris Luxury Beach Resort



4* Porto Platanias Village Resort



Premium

5,5* Euphoria Resort



Auch in den Herbstferien!

Kinderfestpreis ab € 599,-

8 Tage pro Person ab € 799,-

08.10. – 15.10.2026

In den Herbstferien:

15.10. – 22.10.2026 (+ € 20,-)

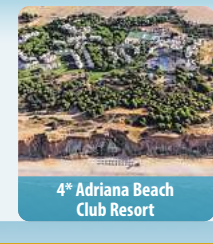
Algarve

Portugals sonniger Süden

Portugals Süden lockt Sonnenanbeter und Aktivurlauber mit rauen Buchten, schönen Stränden und tiefblauem Meer. Im Inland warten charmante Dörfer und Berge mit vielen Möglichkeiten. Erleben Sie Naturvielfalt und den Flair am südwestlichsten Ende Europas, begleitet von Fado-Klängen.



4* Hotel Vila Gale Atlantico



4* Adriana Beach Club Resort



Premium

5* Marriott Salgados Golf Resort

▶ Buchungshotline 0800 - 38 300 38 kostenfrei aus dem dt. Festnetz ▶ www.fliegen-ab-braunschweig.de ▶ Die Hotelauswahl finden Sie in unserem aktuellen Katalog!



5 Tage pro Person ab € 699,-

28.10. – 01.11.2026

Rom

Die ewige Stadt



8 Tage pro Person ab € 899,-

21.10. – 28.10.2026 (+ € 30,-)

01.11. – 08.11.2026

Zypern

Die Insel der Götter



8/9 Tage pro Person ab € 699,-

Auch als 9-Tage-Reise buchbar!

30.09. – 08.10.2026 9 Tage

07.10. – 14.10.2026 8 Tage

Zakynthos

Karibikflair im Mittelmeer



8 Tage pro Person ab € 899,-

08.10. – 15.10.2026

In den Herbstferien:

15.10. – 22.10.2026 (+ € 20,-)

Auch in den Herbstferien!

Kinderfestpreis ab € 699,-

Costa de la Luz

Strand, Kultur und spanische Leidenschaft

Frühjahr 2026: Jetzt letzte Plätze sichern und Last Minute in die Sonne!

Sardinien
19.05. – 26.05.2026 (+ € 25,-) Feiertag
RESTPLÄTZE!
~~27.11. – 04.12.2026 (+ € 40,-)~~
AUSGEBUCHT!
8 Tage pro Person ab € 799,-

Chalkidiki
20.05. – 27.05.2026 Feiertag
RESTPLÄTZE!
03.06. – 10.06.2026 (+ € 40,-)
RESTPLÄTZE!
8 Tage pro Person ab € 699,-



Kinderfestpreis ab € 499,-

8 Tage pro Person ab € 699,-

22.09. – 29.09.2026 (+ € 30,-)

29.09. – 06.10.2026

Kalabrien

Die Perle Süditaliens



8 Tage pro Person ab € 799,-

22.10. – 29.10.2026 (+ € 20,-)

29.10. – 05.11.2026 Feiertag

Madeira

Insel des ewigen Frühlings



4* Hotel ILUNION Islantilla



4,5* Hotel Melia Isla Canela

Bildnachweis: Bild Flughafen Braunschweig-Wolfsburg © Alina Kaupert, DER SCHMIDT; Katalogtitel: © AdobeStock 693955118, Bildrechte der Hotelbilder liegen beim jeweiligen Hotel. Alle weiteren: © shutterstock_1995994313, AdobeStock_380875795, Stock-539115110, dobeStock_112858185, AdobeStock_427266780, AdobeStock_372113268, AdobeStock_306748676, AdobeStock_113927126, AdobeStock_219737186

DER SCHMIDT Urlaub mit Herz

Reisebüro Schmidt
im SchmidtTerminal
Halchtersche Str. 33
Wolfenbüttel
Tel.: 0800 - 38 300 38

Buchungshotline 0800 - 38 300 38

Mo. - Fr. von 09.00 - 18.00 Uhr und Sa. von 09.00 - 13.00 Uhr

www.fliegen-ab-braunschweig.de

Buchung und freundliche Beratung auch in vielen weiteren Reisebüros! Veranstalter: Reisebüro Schmidt GmbH

Fliegen wie ein VIP!

- Exklusiver Flug ab dem Flughafen Braunschweig-Wolfsburg
- Große Hotelauswahl
- Kurze Wege und persönliche Betreuung am Flughafen
- Einzigartige Destinationen
- Ausflüge auf Wunsch zubuchbar
- Perfekt abgestimmte Reiseerlebnisse
- Beste Organisation

14031101_002426

Chip-Pflicht und Recht auf Gassi

EU-Parlament beschließt neue Regeln für Hunde und Katzen

VON SVEN CHRISTIAN SCHULZ

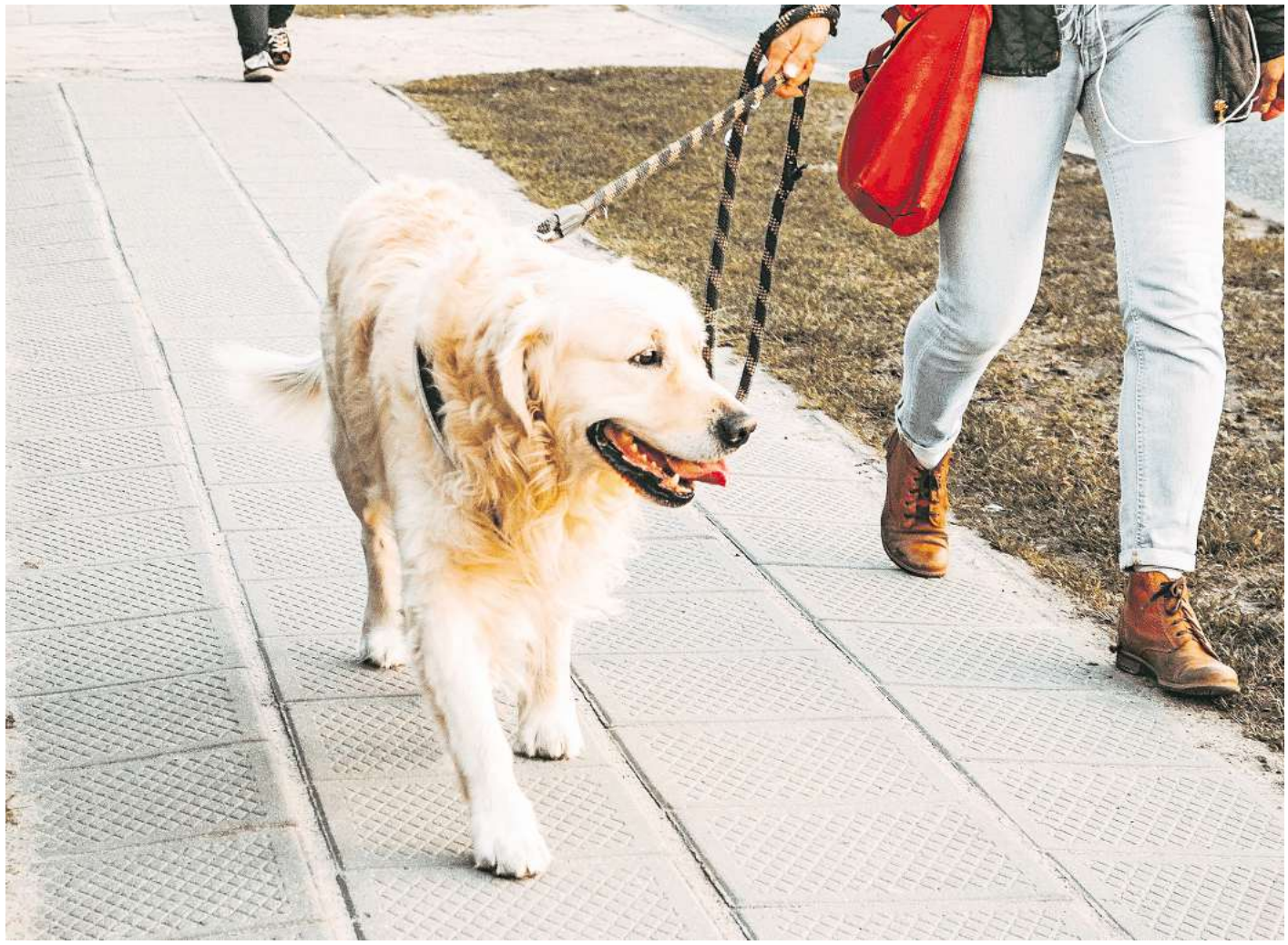


FOTO: ANDRIYKO PODILNYK / UNSPLASH

In der EU sollen künftig strengere Vorgaben für das Wohlergehen von Hunden und Katzen gelten. Das EU-Parlament hat den finalen Gesetzestext beschlossen, auf den sich Unterhändler von Parlament und Mitgliedsstaaten zuvor geeinigt hatten.

Konkret wird eine EU-weite Chip-Pflicht samt Registrierung in einer nationalen Datenbank eingeführt. Europaweit sind diese Datenbanken miteinander verbunden. So sollen Tiere besser zurückverfolgt und der illegale Tierhandel wirksamer bekämpft werden können. „Durch den Onlinehandel hat sich das Problem des illegalen Tierhandels weiter verschärft und teilweise sind mafiöse Strukturen entstanden“, sagt Manuela Ripa von der Ökologisch-Demokratischen Partei. Sie hat als einzige deutsche Abgeordnete an dem Gesetz mitverhandelt. Inzwischen werden 60 Prozent der Tiere über das Internet verkauft. Künftig müssen Online-Marktplätze daher einen Link zu den im Chip hinterlegten Informationen angeben, darunter die Daten des Halters und die Herkunft des Tieres.

Nach Ripas Ansicht haben die Mikrochips noch einen weiteren Vorteil: „Verlieren Sie Ihren Hund in Spanien, kann der Halter in Deutschland ausfindig gemacht werden.“ Weniger Fundtiere - das würde zudem die Tierheime entlasten. Auch das Aussetzen eines Tieres kurz vor dem Urlaub wäre dann nicht mehr so einfach möglich.

Der nächste Hund wird gechipt

Deutschland, Polen und Estland sind die einzigen EU-Staaten ohne Chip-Pflicht für Hunde. Hierzulande ist die Kennzeichnungspflicht bislang Ländersache, entsprechend unterschiedlich fallen die Vorgaben aus. Häufig gelten sie nur für Hunderassen, die als potenziell gefährlich eingestuft werden.

Für die meisten Tierhalter dürften die neuen Regeln aber erst beim nächsten Haustier relevant werden: Für Hundehalter tritt das Gesetz in zehn Jahren in Kraft, für Katzenhalter erst in 15 Jahren. Für Züchter gilt dagegen eine Übergangsfrist von nur vier Jahren. Die Bundesregierung kann allerdings auch kürzere Fristen festlegen.

Eine Stunde Gassi am Tag

Erstmals werden für die Hundehaltung bei Züchtern EU-weite Mindeststandards festgeschrieben. Dazu zählen frisches Wasser, hochwertiges Futter und ausreichend Auslauf. Im Gesetzestext heißt es: „Hunde haben täglich insgesamt mindestens eine Stunde Zugang zu einem Außenbereich oder werden täglich insgesamt mindestens eine Stunde spazieren geführt, um Bewegung, Erkundung und Sozialkontakte zu ermöglichen.“ Die ausschließliche Haltung von Hunden in Innenräumen ist damit verboten. Regelmäßige Kontrollen bei Züchtern sollen die Einhaltung sicherstellen.

Für Privatpersonen gelten diese Vorschriften jedoch nicht. Bei rund 70 Millionen Hunden in der EU wäre das ohnehin kaum zu kontrollieren.



ZEITUNG, WO DU WILLST.

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

Peiner Allgemeine PAZ

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland RND

DER SCHMIDT
Urlaub mit Herz

Hotline 05331 - 884 - 222
Mo - Fr von 9.00 - 18.00 Uhr und Sa von 9.00 - 13.00 Uhr
www.der-schmidt.de



70 EST. 1956 DER SCHMIDT Urlaub mit Herz

Zum Jubiläum BESONDERE FLUSSMOMENTE

Flussgenuss ZUM JUBILÄUMS-KNALLERPREIS



NEU!

Metropolen der Niederlande
Flusskreuzfahrt der Extraklasse auf unserem luxuriösen Jubiläums-Schiff

4 Tage Flussreise vom 17.11.-20.11.2026

▸ Die Metropolen der Niederlande entdecken ▸ Viel Zeit in Amsterdam und Rotterdam ▸ Abendlicher Städtezauber

▸ Bustransfer nach Köln und von Arnheim zurück ▸ Flusskreuzfahrt mit MS Inspire Superior in der gebuchten Kabinenkategorie: Köln – Rotterdam – Amsterdam – Arnheim in der gebuchten Kabinenkategorie: Köln – Rotterdam – Amsterdam – Arnheim ▸ Vollpension an Bord ▸ Empfang mit Begrüßungscocktail ▸ Jubiläums-Gala-Abend ▸ Bordveranstaltungen ▸ DER SCHMIDT Reisebegleitung ▸ DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzkosten): Ausflugspaket mit 2 Ausflügen, Getränkepaket zum Super-Jubiläumspreis: „All inclusive": Offene Bar – alle Getränke gemäß der Bar-Karte inklusive

AB € 399,-!

Weihnachtszauber ZUM JUBILÄUMSPREIS



NEU!

Adventsglanz auf Mosel & Rhein
Unvergessliches Adventserlebnis voller Magie und Genuss

5 Tage Flussreise vom 09.12.-13.12.2026

▸ Unvergessliche Adventsreise voller Genuss und Magie ▸ Die schönsten Weihnachtsmärkte an Mosel und Rhein ▸ Festlich-vorweihnachtliches Programm in jeder Stadt

▸ Bustransfer nach Köln und von Arnheim zurück ▸ Flusskreuzfahrt mit MS Swiss Pearl in der gebuchten Kabinenkategorie: Köln – Koblenz – Bernkastel-Kues – Cochem – Köln ▸ Vollpension an Bord ▸ Empfang mit Begrüßungscocktail ▸ Jubiläums-Gala-Abend ▸ Bordveranstaltungen ▸ DER SCHMIDT Reisebegleitung ▸ DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Ausflugspaket mit 2 Ausflügen, Getränkepaket zum Jubiläumspreis inkl. Tee- und Kaffee-Spezialitäten, Hauswein und Bier vom Fass

AB € 499,-!

Ausgewählte TAGESREISEN

Bus zum Bus – Nur bei DER SCHMIDT

Mit Zustieg in Salzgitter¹!

15.05./23.07./...	Steinhuder Meer	ab € 35,-
06.06.	Landpartie auf Schloss Bückeburg ✱	€ 59,-
14.07.	Gandersheimer Domfestspiele – Come Together ✱	ab € 69,-
17.07.	Matjes- und Heringsbuffet in Walsrode 🍽	€ 65,-
03.08./20.10.	Zoo Leipzig (oder Leipzig zum Bummeln € 39,-) ✱	€ 64,-
09.08.	Gandersheimer Domfestspiele – Hello, Dolly! ✱	ab € 69,-
03.09.	Landesgartenschau in Leinefelde-Worbis ✱	€ 65,-
15.10.	Landesgartenschau in Bad Nenndorf ✱	€ 65,-

✱ = inkl. Eintritt 🍽 = inkl. Essen 🚢 = inkl. Schifffahrt/Fähre ☕ = inkl. Kaffee & Kuchen

SOMMERFESTIVAL in der Autostadt in Wolfsburg

Jetzt erleben! ab € 59,-
Unsere Leistungen: Busfahrt & Festivalticket

16.07. 20 Uhr* | OneRepublic € 99,-
18.07. 20 Uhr* | Zucchero € 99,-
05.08. 18 Uhr** | Milow € 59,-
15.08. 20 Uhr* | Amy MacDonald € 89,-

* Abfahrtszeiten: WF-Terminal 16:30 Uhr, BS-Heidberg 16:50 Uhr, BS-ZOB 17:00 Uhr, Rückfahrt ca. 22:00 Uhr, ** Abfahrtszeiten: WF-Terminal 14:30 Uhr, BS-Heidberg 14:50 Uhr, BS-ZOB 15:00 Uhr, Rückfahrt ca. 20:00 Uhr

TRAUMREISEN ZU JUBILÄUMSPREISEN

BUCHBAR BIS 31.05.2026

Vom Siebengebirge durch das Mittelrheintal zum Main

7 Tage Flussreise vom 14.06.-20.06.2026

EXKLUSIVE ROUTE MIT VIELEN HÖHEPUNKTEN!
▸ Sagenhafter Drachenfels ▸ Kloster Eberbach
▸ Geysir Andernach

▸ Flusskreuzfahrt mit MS Lady Diletta in der gebuchten Kabinenkategorie: Düsseldorf – Königswinter – Linz am Rhein – Andernach – Rüdesheim – Frankfurt/Main – Mainz – Konblenz – Düsseldorf ▸ Vollpension an Bord ▸ Willkommensgetränk ▸ Kapitänsempfang und Galadinner ▸ Bord-Unterhaltungsprogramm ▸ Bord-Reiseleitung ▸ Audioguide bei den Ausflügen ▸ DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Ausflugspaket 1 oder 2 ▸ uvm.

ab € 1439,- ~~1539,-~~

Hollands Grachten und Flanderns Kunst

7 Tage Flussreise vom 20.06.-26.06.2026

ELEGANTES AMBIENTE!
▸ Ausflug nach Brüssel ▸ Schokoladenstadt Brügge
▸ Antwerpen und Gent ▸ Hafenstadt Rotterdam

▸ Bustransfer hin und zurück ▸ Flusskreuzfahrt mit MS Lady Diletta in der gebuchten Kabinenkategprie: Düsseldorf – Antwerpen – Gent – Rotterdam – Amsterdam – Nijmegen – Düsseldorf ▸ Vollpension an Bord ▸ Willkommensgetränk ▸ Kapitänscocktail und Galadinner ▸ Audioguide bei den Ausflügen ▸ Bord-Reiseleitung ▸ Bord-Unterhaltungsprogramm ▸ DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Ausflugspaket mit drei Ausflügen

ab € 1619,- ~~1719,-~~

Rhein – Ahr – Mosel
Die schönsten Weinanbeugebiete Deutschlands

5 Tage Busreise vom 22.06.-26.06.2026 | 11.10.-15.10.2026

BESONDERHEITEN!
▸ Alle Ausflüge inklusive ▸ Schifffahrt auf dem Rhein und der Mosel ▸ Weingut-Besuch mit Weinprobe

▸ 4 x Ü/HP im 3*S Hotel Pistono in Dieblich ▸ Ausflüge wie Weinorte an der Mosel und im Mittelrheintal ▸ Schifffahrt auf dem Rhein von Boppard nach St. Goarshausen ▸ Schifffahrt auf der Mosel von Cochem nach Beilstein ▸ Weingut-Besuch mit Weinprobe

ab € 739,- ~~789,-~~

NEU!

Wohlfühlurlaub oder Wandern am Dachstein

7 Tage Busreise vom 14.06.-20.06.2026

NATUR & KULTUR ZUGLEICH!
▸ Als Wander- oder Erlebnisreise buchbar ▸ Hotel in Top-Lage ▸ Sommercard inkl.

▸ 6 x Ü/HP im 4* Hotel Erlebniswelt Stocker in Schladming-Rohrmoos inkl. 1 x Themenabend in der Knappenalm ▸ Ortführung Schladming ▸ Sommercard inkl. ▸ Erlebnispaket: Berg- & Talfahrten Planai & Dachstein, Besuch Ramsau, Ausflug inkl. Eintritte Stift Admont & Wilde Berge Mautern mit Wildpark, Panoramarundfahrt, örtliche Reiseleitung bei drei Ausflügen ▸ Wanderpaket: 4 x geführte Wanderungen

ab € 1389,- ~~1449,-~~

BIS ZUM 31.05. FRÜHBUCHERPREISE SICHERN +++ NUR NOCH BIS ZUM 31.05. FRÜHBUCHERPREISE SICHERN +++ NUR

Potsdam & die Havelseen
Schlösser, Gärten und Wasser

3 Tage Busreise vom 03.08.-05.08.2026

IHR PROGRAMM!
▸ Große Stadtrundfahrt mit Ausstiegen und Schifffahrt auf der Havel mit Besuch der Inselstadt Werder

▸ 2 x Ü/F im 4* Mercure Hotel Potsdam City ▸ Stadtrundfahrt Potsdam mit Ausstiegen ▸ Schifffahrt auf der Havel bis zur Inselstadt Werder

ab € 339,-

Dresdner Wochenende
Kleine Auszeit im Elbflorenz

3 Tage Busreise vom 12.06.-14.06. | 14.08.-16.08.2026

GUT ZU WISSEN!
▸ Gestalten Sie den Aufenthalt in Dresden nach Ihren eigenen Wünschen ▸ Programm zubuchbar

▸ 2 x Ü/F im ibis Dresden Zentrum ▸ DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Stadtführung Dresden, Ausflug nach Meißen inkl. Schifffahrt mit Stadtführung

ab € 299,-

NEU!

Zauberhaftes Paris
Eine Reise voller Kultur, Musik und Magie

5 Tage Busreise vom 20.08.-24.08.2026

EINE BESONDERE REISE IN DIE STADT DER LICHTER!
▸ Neues Programm für Sie ▸ Schlossbesuch im Kerzenlicht, Konzert in der Sainte-Chapelle inklusive
▸ Entdecken Sie Paris von der Seine aus

▸ 4 x Ü/F im 4* Mercure Paris Saint Ouen ▸ 1 x Abendessen im Hotel ▸ 1 x Mittagessen in einem ausgesuchten Restaurant ▸ 1 x Abendessen im Schloss Vaux-le-Vicomte ▸ 1 x Abendessen auf dem Montmatre ▸ Führung Maraisviertel und Passagen ▸ Besuch Notre-Dame ▸ Eintritt Klassisches Konzert in der Saint-Chapelle ▸ Eintritt Kunstmuseum Jacquemart-André ▸ uvm.

ab € 1219,-

Erholung in Warnemünde
Urlaub in exklusiver Atmosphäre

8 Tage Busreise vom 20.09.-27.09.2026

ERHOLUNG AM MEER!
▸ Luxus-Urlaub im Hotel Neptun am breitesten Ostseestrand Mecklenburgs ▸ Alle Zimmer mit Meerblick

▸ 7 Ü/HP im 5* Hotel Neptun in Warnemünde ▸ Kofferservice ▸ Nutzung des NEPTUN SPA mit Schwimmbad, Sauna etc. ▸ Leihbademantel und Handtuchservice, Hotel-Slipper ▸ DER SCHMIDT Reisebegleitung ▸ „Zeit für mich!": Genießen Sie Ihren Urlaub im Seebad Warnemünde und erholen Sie sich gut

ab € 1709,-

Urlaub in Meran
Südtiroler Lebensfreude

8 Tage Busreise vom 13.09.-20.09.2026

GUT ZU WISSEN!
▸ Erlebnisreiche Ausflüge mit neuen Inklusivleistungen ▸ Berge, Naturparks und Seen – das Meraner Land hat viel zu bieten ▸ Mildes Klima zwischen Berggipfeln und Palmen

▸ 7 x Ü/HP im 3* Hotel Elisabeth in Gratsch ▸ 1 x 5-Gang-Gala-Dinner im Rahmen der HP ▸ geführter Stadtrundgang in Meran und Besuch des Apfelkonsortium Cafa ▸ Ausflug ins Vinschgau und Besuch von Kloster Marienberg inkl. Eintritt ▸ Dolomitenrundfahrt ▸ Ausfkug Klaterer See

ab € 1559,-

Kleine Italienrundreise mit großartigen Höhepunkten

9 Tage Busreise vom 15.09.-23.09.2026

ITALIENISCHE KULTUR UND LEBENSART ENTDECKEN!
▸ Antikes Rom, Toskana mit Florenz, Venedig per Schiff ▸ Mit Badetag im ältesten Strandbad an der italienischen Adriaküste

▸ 2 x ZwÜ/HP im Raum Wipptal ▸ 1 x Ü/HP im 3*/4* Hotel im Raum Gardasee ▸ 2 x Ü/HP im 3*/4* Hotel in Chianciano Terme ▸ 3 x Ü/HP im 3*/4* Hotel im Raum Lido di Jesolo ▸ Vielseitiges Ausflugsprogramm ▸ Stadtführungen in Florenz, Rom, Ravenna und Venedig ▸ Eintritt Petersdom inkl. Audioguides ▸ Schifffahrt von Punta Sabbioni nach Venedig und zurück ▸ uvm.

ab € 1429,-

Perlen der Toskana
Florenz, Pisa, San Gimignano, Volterra uvm.

8 Tage Busreise vom 27.09.-04.10.2026

BESONDERHEITEN DIESER REISE!
▸ Ideale Kombination aus Städten und typischen Landschaften ▸ Weinprobe mit Abendessen auf einem Weingut ▸ Familiengeführtes 3*+ Hotel an der Versiliaküste

▸ 2 x ZwÜ/HP im Wipptal ▸ 5 x Ü/F im 3* Hotel Bacco an der Versiliaküste ▸ 4 x Abendessen im Hotel ▸ 1 x Weinprobe mit Abendessen auf einem Weingut ▸ 1 x Mittgessen inkl. einer halben Flasche Wein ▸ Umfangreiches Ausflugsprogramm ▸ Reiseleitung vom 3. bis 6. Tag ▸ Stadtführung in Florenz und Lucca

ab € 1289,-

Reisen mit DER SCHMIDT
Unsere Leistungen:

- Fahrt im modernen Reisebus
- DER SCHMIDT-Taxi-Service von der Haustür zum Abfahrtsort & zurück*
- DER SCHMIDT Bus zum Bus Service**
- Preis gültig bei Eigenanreise zum Zustiegsort

Für alle Reisen **bis 4 Tage / *ab 5 Tage Reisedauer und teilweise mit Zuschlag (außer Sonderreisen und Flugrundreisen).

DER SCHMIDT Urlaub mit Herz

Reisebüro Schmidt im SchmidtTerminal
Halchtersche Str. 33 · Wolfenbüttel
Tel.: 05331 - 884 - 222

Buchung und freundliche Beratung auch in vielen weiteren Reisebüros! Veranstalter: Reisebüro Schmidt GmbH

Wir freuen uns auf Sie!

14032001_002426

Sieben Stauden für Schmetterlinge

Sie lieben Schmetterlinge im Garten? Mit der Wahl der richtigen Pflanzen können Sie nachhelfen. Wer über weite Teile der Saison auf passende Stauden oder Kübelpflanzen setzt, kann dazu beitragen, Schmetterlinge regelmäßig mit Nahrung zu versorgen. Was eignet sich? Das Grüne Medienhaus nennt eine Auswahl.



Reich gedeckt: Welche Stauden machen den Garten zum Schmetterlingsparadies?

FOTO: MONIKA SKOLIMOWSKA

1. Weiße Fetthenne

Die Weiße Fetthenne ist unverzichtbar für den Apollofalter: Seine Raupen fressen ihre Blätter. Doch auch andere Fetthennenarten lohnen sich im Garten. Zur Blütezeit dienen sie etwa Admiral oder Kleinem Fuchs als Nahrungsquelle.

2. Wiesen-Flockenblume

Die Wiesen-Flockenblume zieht ebenfalls verschiedene Gäste an. Nicht nur der ausgewachsene Apollofalter nutzt ihren Nektar, auch von vielen anderen Tagfaltern wird sie angeflogen.

3. Große Brennnessel

Wer Schmetterlinge im Garten haben will, braucht sowohl mit Nektar gefüllte Blüten für ausgewachsene Falter als auch Blätter, die als Raupennahrung dienen. Die Raupen von Tagpfauenauge, Admiral, Landkärtchen oder Kleinem Fuchs ernähren sich vorwiegend von Brennnesselblättern.

Extra anpflanzen muss man sie in der Regel nicht, denn oft wächst die Pflanze ohnehin im Garten. Dann heißt es eher: Dort, wo Brennnesseln nicht stören, können sie stehenbleiben – etwa in einer wilden Ecke am Kompost.

4. Blut-Weiderich

Mit seinen rosa Blüten ist der Blut-Weiderich nicht nur hübsch anzusehen. Er dient als Raupennahrung für den Faulbaum-Bläuling und lockt zur Blütezeit im Hochsommer Weißlinge wie den Zitronenfalter an. Besonders gut macht er sich an Teichrändern oder als Blickfang im Beet.

5. Wasserdost oder Herbst-Astern

Wenn viele Pflanzen schon verblüht sind, haben Wasserdost und Herbst-Astern ihren großen Auftritt. Ihre späten Blüten liefern wichtigen Nektar für Schmetterlinge, die als ausgewachsene Falter überwintern. Gerade zum Saisonende sind solche Pflanzen entscheidend.

6. Gewöhnlicher Dost

Er ist ein regelrechter Schmetterlingsmagnet. Viele Arten nutzen ihn als Nahrungsquelle, darunter auch Augenfalter wie Großes Ochsenauge oder Bläulinge. Zusammen mit Kräutern wie Thymian, Lavendel, Rosmarin und Bohnenkraut entsteht ein duftendes Kräuterbeet in der Sonne, das wenig Wasser braucht und Schmetterlinge anzieht.

7. Fenchel

Fenchel erfüllt gleich mehrere Funktionen: Seine Blätter dienen den Raupen des Schwalbenschwanzes als Nahrung. Den Falter sieht man hingegen an Disteln, Skabiosen oder am Natternkopf. Auch Fenchelblüten locken Insekten an – allerdings eher Wildbienen, Käfer und Fliegen als Schmetterlinge. (dpa)

Trends: Der Toaster versteckt sich jetzt in Ihrer Küche

Sie sind praktisch, verbrauchen aber auch viel Platz in der Küche und auf Arbeitsplatten: Geräte wie die Heißluftfritteuse, die Ich-kann-alles-Küchenmaschine oder der Brotbackautomat. Kein Wunder, dass nach Verstau-Ideen gesucht wird – und die Möbelhersteller kreative und teils auch etwas kurios anmutende Versteckmöglichkeiten für Küchen- und Haushaltshelfer auf den Markt bringen.

Ein Beispiel: die Küchen-Garage für den Saugroboter. Laut dem Verband der Deutschen Küchenmöbelindustrie soll von der kaum etwas zu sehen sein, nämlich von außen nur die Aussparung an der Sockelleiste, durch die der Roboter zu seiner Ladestation gelangt.

Das eigens für den Roboter entwickelte Schrankelement arbeitet demnach mit einer Drehtür, hinter der sich eine Metallwanne verbirgt. In die kann der Roboter über eine Rampe im Sockelausschnitt ein- und ausfahren. Staub oder Schmutz sollen dadurch nicht nach außen und in die Küche gelangen.

Schwenken statt bücken

Eine weitere Versteckmöglichkeit für Küchengeräte, die der Verband in einer Mitteilung vorstellt: Unterschränke mit Ausschwenkmechanik. Damit soll man etwa die Heißluftfritteuse mit einem Schwung aus dem Schrank auf Arbeitshöhe bringen. Und wer seine Espressomaschine oder den Toaster nicht einfach auf eine Arbeitsplatte stellen möchte, kann mit ausziehbaren Tablaren für Hoch- und Buffetschränke arbeiten. Laut dem Verband zieht man sie auf einer beweglichen Plattform aus dem Schrank nach vorne, wenn man die Geräte braucht. Sich tief bücken oder schwer heben, muss man demnach also nicht, um Kaffeemaschine und Co. aus dem Schrank zu holen.

Eine Alternative für die Küche: Aufsatzschränke, die direkt auf der Arbeitsplatte stehen. Will man die Geräte daraus nach vorn auf die Arbeitsplatte schieben, kann man die Türen dem Verband zufolge falten oder nach oben klappen. Während der Nutzung stehen die dann zumindest nicht im Weg. (dpa)



Schick: Auf dem Auszugstablar lässt sich der Mixer bequem zur Nutzung nach vorne ziehen.

FOTO: NOLTE KÜCHEN

WhatsApp Plus: Das steckt im Bezahl-Abo

WhatsApp plant ein kostenpflichtiges Abo mit zusätzlichen Design- und Sortierungsfunktionen. Mit „WhatsApp Plus“ sollen sich Chatlisten mit Klingeltönen und Hinweisen personalisieren und bis zu 20 statt bisher drei Chats fixieren lassen, damit sie ganz oben in der Übersicht angezeigt werden.

Weitere Funktionen, die der Messenger in seinem Blog auflistet:

- individuelle Klingeltöne für einzelne Kontakte (in der App wählbar)
- mehr Auswahl bei Design und Symbolen für die App: laut «wabetainfo.com» gibt es 18 Farben als Hintergrund und 14 Optionen für das App-Icon (für alle, denen die klassische weiße Sprechblase mit Telefonhörer auf grünem Grund als Symbol zu langweilig ist)
- zusätzliche Sticker mit Spezialeffekten



Weiße Sprechblase mit Hörer auf grünem Grund: So kennt man das WhatsApp-Icon - in der Plus-Variante gibt es dafür mehr Optionen, etwa in Rot, Lila oder Schwarz. FOTO: FABIAN SOMMER

Zunächst ist das Plus-Abo für die Android-Geräte gedacht, nicht für iOS. Das könnte noch zu einem späteren Zeitpunkt folgen, so wabetainfo.com.

Flächendeckend ausgerollt ist WhatsApp Plus auch auf den Android-Geräten noch nicht. Es sei „derzeit nur an ausgewählten Orten verfügbar“.

Wie „wabetainfo.com“ berichtet, steht es bislang einer limitierten Zahl von Nutzern zur Verfügung, die die neuesten Updates für die App heruntergeladen haben. In den nächsten Wochen sollen dann immer mehr Accounts die Option bekommen. Sie lässt sich dann unter „Einstellungen“ – „Abos“ – „WhatsApp Plus“ aufrufen, so der Messenger in seinem Blog.

Rund 2,50 Euro im Monat

Das Plus-Abo wird nur mit dem WhatsApp-Messenger, nicht mit der Business-App funktionieren, so das Meta-Unternehmen. Laut „Heise online“ und anderen Fachmedien soll es in Europa 2,49 Euro monatlich kosten. Es ist nur ein aktives Abo pro WhatsApp-Konto möglich.

Und wird das Abo nun Pflicht? Nein, erstmal nicht, wie aus dem Supportdokument hervorgeht. Der Messenger mit seinen zentralen Funktionen wie Chatten und (Video-)anrufen an sich soll kostenlos bleiben. (dpa)

Extra Power für Muskeln und Gelenke mit CBD-PLUS-KOMPLEX

Wenn Knie, Rücken oder Schultern belastet sind. Pflanzliche Hilfe dank innovativem CBD-PLUS-Komplex.

Die einen spüren abends die Belastung des Tages in Beinen, Rücken oder Schultern. Die anderen kämpfen mit verspannten oder müden Muskeln nach einseitiger Belastung oder Sport. Eine schnelle und spürbare Versorgung der strapazierten Körperzonen ist dann enorm wichtig. Genau das leistet das neue Rubaxx CBD Gel PLUS mit CBD-PLUS-KOMPLEX mit 3-fach-Aktiv-Prinzip:

1. Aktivierung der Haut

Menthol ist dafür bekannt, bestimmte Ionenkanäle der Haut, die sogenannten TRPM8, zu aktivieren. Menthol kann außerdem die lokale Mikrozirkulation erhöhen.

2. Sofortiger Frische-Effekt

Durch die Stimulierung der Kälte-Rezeptoren in der Haut liefert Menthol ein sofortiges angenehm kühlendes Frischegefühl auf der Haut. Perfekt ergänzt wird der Vorgang durch Minzöl, welches das Frischegefühl intensiviert.

3. Das Plus an CBD

Entwickelt von einem deutschen Forscherteam, enthält Rubaxx CBD Gel PLUS nun



1080 mg reines CBD und ist damit das **höchstdosierte Gel in deutschen Apotheken.** THC ist dabei vollständig ausgeschlossen, ebenso wie unerwünschte Pflanzenbestandteile.

Neu in der Apotheke

Rubaxx CBD Gel PLUS kombiniert modernste Geltechnologie mit einem intelligenten **CBD-PLUS-KOMPLEX.** Durch regelmäßiges Einmassieren können Muskeln und Gelenkregionen gelockert und entspannt sowie die Durchblutung gefördert werden.

Rubaxx CBD Gel PLUS ist ganz neu in der Apotheke erhältlich. Sollte es Ihre Apotheke vor Ort noch nicht vorrätig haben, ist es in wenigen Stunden für Sie abholbereit. Alternativ ist Rubaxx CBD Gel PLUS auch online erhältlich.

NEU

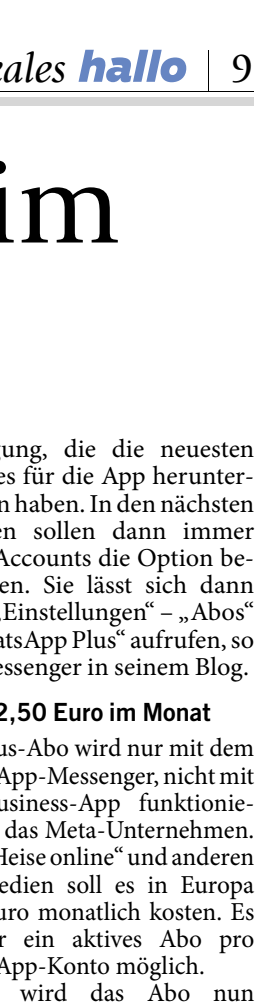
Für Ihre Apotheke:

Rubaxx CBD Gel PLUS

(PZN 20136718)



www.rubaxx.de



*CBD Gele; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 01/2026 • Rubaxx CBD Gel PLUS ist ein Kosmetikum und enthält CBD, kein THC. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

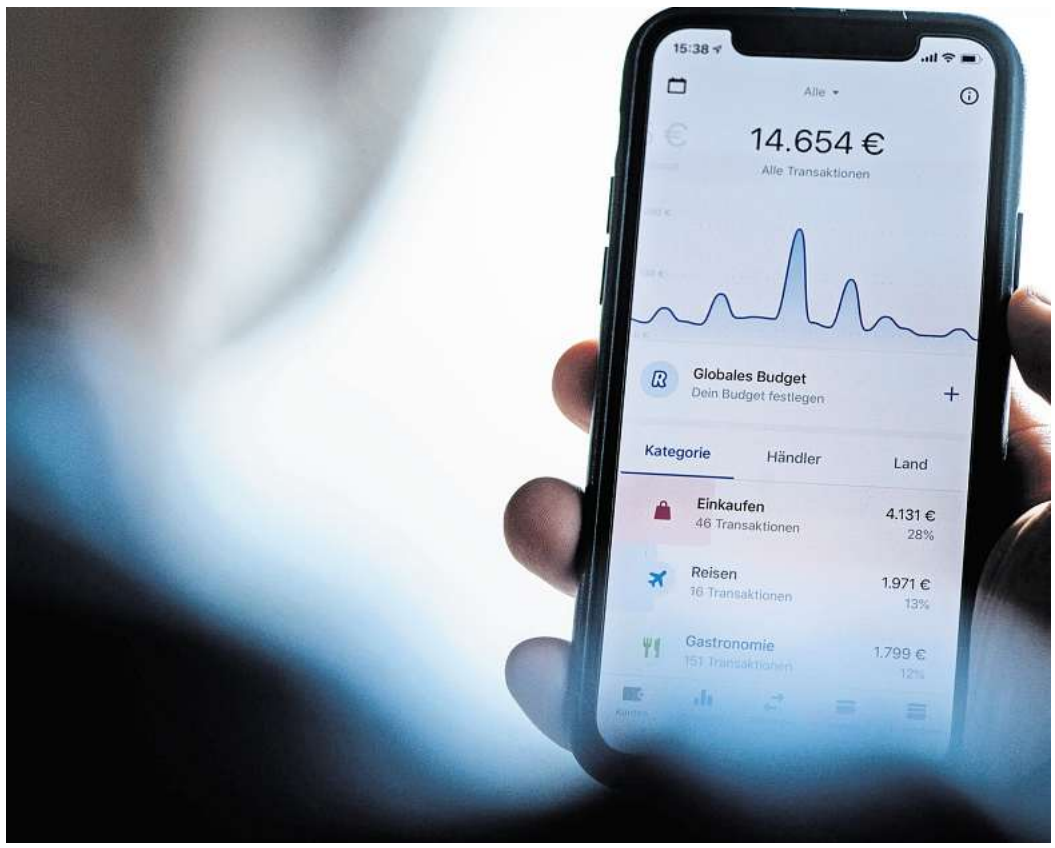
13730001_002426

Girokonto im Minus? So bauen Sie die Schulden erfolgreich ab

Rund jeder siebte Volljährige (13,5 Prozent) hatte im März ein überzogenes Girokonto. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Befragung des Meinungsforschungsinstituts Civey im Auftrag des Kreditvergleichsportals Smava. Smava zufolge ist das der höchste Wert seit dem Beginn der fortlaufenden Umfrage, für die seit Dezember 2021 5.000 Personen ab 18 Jahren in Deutschland befragt werden.

Verbraucherinnen und Verbraucher kommt die Nutzung des Dispositionskredits teuer zu stehen. Smava zufolge mussten Betroffene hierfür im Schnitt Zinsen von 11,28 Prozent zahlen, im teuersten Fall sogar mehr als 15 Prozent.

Darum ist es wichtig, ein überzogenes Girokonto möglichst schnell wieder auszugleichen, um nicht auch noch zusätzlich durch hohe Zinszahlungen belastet zu werden. Der Bundesverband deutscher Banken (BdB) gibt Tipps, wie das gelingt:



Finanzüberblick schaffen: Ein Haushaltsbuch oder Onlinebanking-Analysen helfen dabei, Einnahmen und Ausgaben klar zu strukturieren. FOTO: FRANZISKA GABBERT

1. Verschaffen Sie sich einen Überblick

Wissen Sie genau, wohin Ihr Geld Monat für Monat fließt? Falls nicht, verschaffen Sie sich zunächst einen Überblick über Einnahmen und Ausgaben. Ein Haushaltsbuch oder Analysen im Onlinebanking können dabei helfen.

2. Reduzieren Sie Ihre Ausgaben

Nutzen Sie den gewonnenen Überblick, um Ihre Ausgaben zu priorisieren. Unterscheiden Sie zwischen notwendigen und vermeidbaren Kosten und schrauben Sie letztere herunter. Unnötige Abonnements gehören gekündigt, teure Freizeitaktivitäten auf den Prüfstand. Auch Energieverträge, Internetversorgung und Versicherungen sollten auf günstigere Anbieter hin abgeklopft werden.

3. Generieren Sie zusätzliche Einnahmen

Können Sie kurzfristig weitere Einkommensquellen erschließen, um Ihre Einnahmen zu erhöhen? Denken Sie zum Beispiel über die Aufnahme eines Nebenjobs nach, verkaufen Sie nicht mehr benötigte Gegenstände über Onlineplattformen oder Flohmärkte und machen Sie gegebenenfalls Ihre Steuererklärung, um sich mögliche Rückerstattungen zu sichern.

4. Bauen Sie Ihren Dispo gezielt ab oder schulden Sie um

Machen Sie sich einen Rückzahlungsplan und legen Sie fest, wie viel Geld Sie monatlich zur Rückzahlung des Dispos aufbringen können. Hält der finanzielle Engpass länger an, ist ein Ratenkredit die günstigere Option als der Dispositionskredit.

5. Vermeiden Sie künftig die Dispo-Nutzung

Ist der Dispo wieder ausgeglichen, sollten Sie sich daran machen, Stück für Stück ein finanzielles Polster für unvorhergesehene Ausgaben anzulegen. Ein solcher Notgroschen sollte nach Möglichkeit etwa drei Netto-Monatsgehälter betragen.

6. Nehmen Sie Hilfe in Anspruch, falls Sie nicht klarkommen

Bleibt die finanzielle Lage angespannt, sollten Sie zügig eine Schuldnerberatung in Anspruch nehmen. Je früher Schuldnerinnen und Schuldner sich Rat holen, desto besser können die Beratungsstellen helfen. Passende Ansprechpartner finden Sie unter www.meine-schulden.de. (dpa)

Verletztes Wildtier? App gibt Tipps für die Rettung

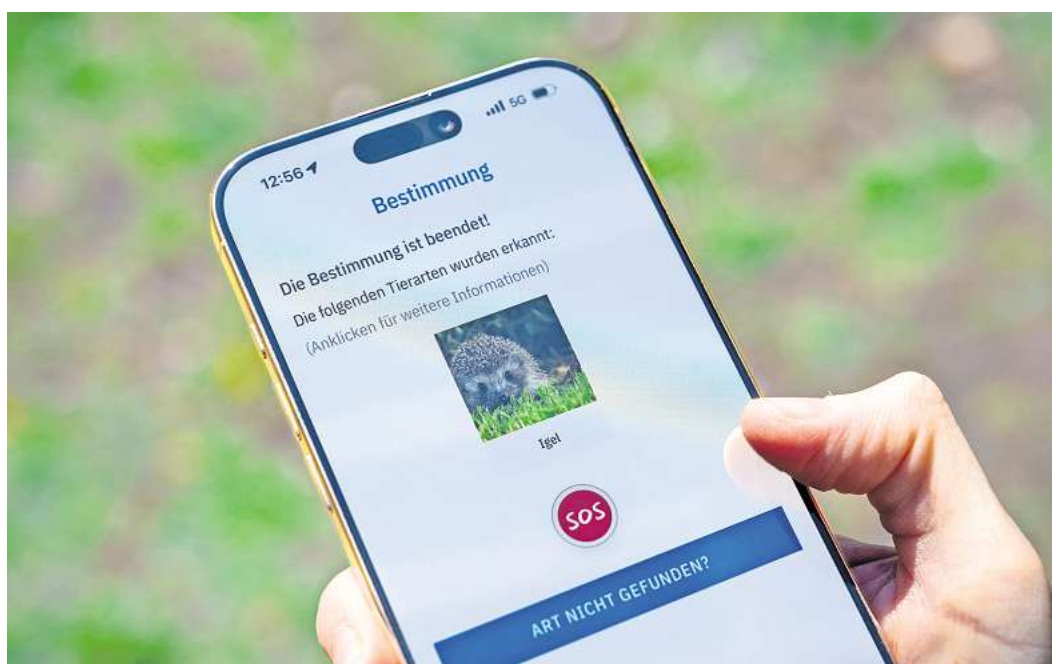
Braucht das Tier Hilfe, oder nicht? Und wenn ja: Wer kann helfen? Besonders im Frühling stehen Spaziergänger mitunter vor dieser Frage. Eine neue Smartphone-App soll dabei unterstützen, richtig auf hilfsbedürftige Wildtiere zu reagieren: Sie heißt Wildtier-SOS-App und wird von der Stiftung Tierärztliche Hochschule Hannover herausgegeben.

Die Anwendung führe Nutzerinnen und Nutzer durch gezielte Fragen zu der Einschätzung, ob ein gefundenes Tier tatsächlich Hilfe benötigt, heißt es von den Machern. Anschließend gebe sie konkrete Handlungsempfehlungen und verweise auf geeignete Anlaufstellen in der Nähe. Laut einer Sprecherin der Stiftung kann die Anwendung bundesweit genutzt werden.

Schnell die richtigen Fachleute finden

In der App seien sowohl Behörden wie Veterinärämter, Naturschutzbehörden, Feuerwehr und Polizei als auch Wildtierstationen und Pflegestellen hinterlegt. Ziel sei es, Tiere schneller in fachkundige Hände zu übergeben und unnötige Eingriffe in die Natur zu vermeiden.

Die App ist kostenlos in den App-Stores von Google und Apple für Android- und iOS-Geräte verfügbar. Für die Anzeige von Anlaufstellen nutzt sie Standortdaten. (dpa)



Standortdaten aktivieren - Hilfe suchen: Die App listet Anlaufstellen und Fachleute auf, die den Wildtieren helfen können. FOTO: NICO TAPIA

FUHRMANN MUNDSTOCK Mein Reiseprofi

2 % Frühbucherrabatt **

Haustürservice zubuchbar!



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



Niederlande — 3 Tage Busreise

Amsterdam

Venedig des Nordens

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 2 x Übernachtung im DZ in ****Mercure Hotel Amsterdam City
- 2 x Frühstücksbuffet
- 1 x Dutch Tapas zur Begrüßung
- Eintritt zur Plattform A'DAM Lookout
- Stadtrundfahrt Amsterdam
- Grachtenrundfahrt Amsterdam
- Aufenthalt Volendam
- City Tax
- Besuch Käserei und Holzschuhmacherei
- durchgehende Reisebegleitung

Termine
10.07. - 12.07.26
28.08. - 30.08.26

Preise pro Person

im DZ:	**ab 499,- €***
EZ-Zuschlag:	ab 99,- €

Reisecode: NL-QAMST



England — 5 Tage Busreise

London - Zu Besuch bei den Royals

Tradition und Gegensätze

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Fährüberfahrten Hoek van Holland – Harwich – Hoek van Holland
- 2 x Übernachtung an Bord der Stena Line
- 2 x Frühstück an Bord
- 2 x 2-Gang-Abendessen an Bord
- 2 x Übernachtung im Ibis London Excel Docklands
- 2 x Frühstücksbuffet
- große Stadtrundfahrt London
- Ausflug Tower of London inkl. Eintritt
- Besichtigung House of Parliament
- Schifffahrt auf der Themse von Westminster zum Tower Pier
- durchgehende Reisebegleitung
- Kensington Palace und Hyde Park zubuchbar

Termine
30.07. - 03.08.26
01.10. - 05.10.26

Preise pro Person

DZ Innenkabine:	**ab 899,- €***
DZ Außenkabine:	ab 949,- €*
EZ Innenkabine:	ab 1089,- €*
EZ Außenkabine:	ab 1129,- €*

Reisecode: GB-QLON4



Italien — 5 Tage Busreise

Opernfestspiele Verona & Gardasee

Giuseppe Verdis Oper LA TRAVIATA- Musikerlebnis unter südlichem Himmel

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 4 x Übernachtung im DZ im ****Hotel Internazionale in Torri del Benaco am Gardasee
- 4 x Frühstücksbuffet
- 3 x 3-Gang-Abendessen mit Gemüse- und Salatbuffet
- 1 x Eintrittskarte Opernfestspiele in der Arena di Verona (Gradinata Sektor 6) für La Traviata
- Ausflug südlicher Gardasee mit Reiseleitung
- Ausflug Mantua und Mincio
- 1 x typisches Mittagessen während des Ausfluges
- Seerosen-Schifffahrt auf dem Lago Superiore
- durchgehende Reisebegleitung
- Eintrittskarten anderer Sektoren zubuchbar

Termin
08.07. - 12.07.26

Preise pro Person

im DZ:	**819,- €***
EZ-Zuschlag:	145,- €

Reisecode: I-VEROP



Deutschland — 3 Tage Busreise

Störtebeker Festspiele Rügen

Eintauchen in die Welt der Seeräuber

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 2 x Übernachtung im DZ im ****Parkhotel Rügen in Bergen (Juli) oder im ****Santé Royale Rügen Resort Göhren (September)
- 2 x Halbpension
- Ausflug Kreideküste mit Schifffahrt und Binz
- Eintrittskarte der Platzgruppe 3 für die Störtebeker Festspiele
- durchgehende Reisebegleitung
- Platzgruppen 2 und 1 zubuchbar

Termine
24.07. - 26.07.26
02.09. - 04.09.26

Preise pro Person

im DZ:	**ab 499,- €***
EZ-Zuschlag:	90,- €

Reisecode: D-QRUEGS



Deutschland — 4 Tage Busreise

Hanse Sail Rostock und Störtebeker Festspiele Rügen

Events mit Ostseeflair

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Übernachtung im DZ im ***Intercity Hotel Stralsund
- 3 x Frühstücksbuffet
- Stadtführung Stralsund
- Inselrundfahrt Rügen mit Reiseleitung
- Schifffahrt Kreideküste Rügen
- Eintritt Störtebeker Festspiele PG 4
- Ausflug zur Hanse-Sail Warnemünde
- Aufenthalt Waren an der Müritz
- durchgehende Reisebegleitung
- Platzgruppen 3 bis 1 zubuchbar

Termin
06.08. - 09.08.26

Preise pro Person

im DZ:	**579,- €***
EZ-Zuschlag:	165,- €

Reisecode: D-HAST



Deutschland — 2 Tage Busreise

ZDF Fernsehgarten

Ein bunter Mix aus Musik, Stars und Wissenswertem

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 1 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Super 8 Mainz Zollhafen
- 1 x Frühstücksbuffet
- Stadtführung Mainz
- Eintrittskarte ZDF-Fernsehgarten (Stehplatz)

Termin
15.08. - 16.08.26

Preise pro Person

im DZ:	**219,- €***
EZ-Zuschlag:	40,- €

Reisecode: D-QZDF



Deutschland — 12 Tage Kurreise

Kur in Bad Wildungen - natürlich gut!

mehr als 100 Jahre Gesundheitskompetenz

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Begrüßungsveranstaltung mit Willkommensgetränk
- Wasser und Willkommensgeschenk bei Anreise je Zimmer
- Kofferservice
- 11 x Übernachtung/Vollpension inkl. Wasser und Tee im DZ/EZ im Gesundheitszentrum Helenenquelle
- medizinische Eingangskonsultation
- Kurpaket lt. Ausschreibung
- Teilnahme am Hausprogramm (Gedächtnisspiele, Bingo, etc.)
- Live-Musikabende mit Tanz
- freie Nutzung des hauseigenen Schwimmbades, Wassertretbecken, Fitnessraum, Ergometerraum, Koordinationsparcours (außerhalb der Behandlungszeiten)
- Arztvorträge und Ernährungsberatung
- 24-stündige Bereitschaft durch eine Krankenschwester

Termin
30.07. - 10.08.26

Preise pro Person

im DZ:	**1459,- €***
KEIN EZ-Zuschlag!	
DZ Klassik:	1569,- €*
EZ Klassik:	1629,- €*

Reisecode: D-BAWHE8



Deutschland — 7 Tage Bus-/Schiffsreise

Silvesterzauber auf dem Rhein

Köln - Boppard - Speyer - Straßburg - Worms - Rüdesheim - Koblenz - Köln

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Flusskreuzfahrt laut Reiseverlauf
- Gepäckservice an/von Bord
- 6 x Übernachtung in der gebuchten Kabine auf der °°°°MS Swiss Crystal
- Vollpension mit reichhaltigem Frühstück, mehrgängigen Mittag- und Abendessen, nachmittags Tee/Kaffee und Kuchen
- festliches Abendmenü am Silvesterabend
- 1 x Begrüßungsgetränk
- Bordveranstaltungen
- alle Schifffahrtsgebühren
- Reise- und Busbegleitung während der gesamten Flussreise
- Ausflugspaket zubuchbar

Termin
27.12.26 - 02.01.27

Preise pro Person

Hauptdeck	
2-Bett-Kabine achtern:	**1149,- €***
Hauptdeck 2-Bett-Kabine:	1269,- €*
Hauptdeck Einzelkabine:	1530,- €*
Oberdeck 2-Bett-Kabine:	1449,- €*
Oberdeck Einzelkabine:	1730,- €*

Reisecode: D-SCRKOKO

*** 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

13357101_002426

Soja im Faktencheck: Was ist dran an Mythen und Risiken?

Ob als Kräuter-Tofu-Würfel auf Gemüse-Spießen, seidige Einlage in der Misosuppe oder als Soja-Schnetzel im Veggie-Döner - proteinreiche Soja-Produkte sind längst nicht mehr nur was für Veggiefans. Auch wer Fleisch liebt, mag zur Abwechslung auch ganz gerne mal gut gemachte Gerichte mit Tofu, Miso, Tempeh und Co. - schließlich gilt Soja - wie Hülsenfrüchte generell - als gesund für Mensch und Umwelt.

Doch nicht nur unter Veggie-Gegnern und -Fans ranken sich allerlei Befürchtungen und Hoffnungen rund um Soja. Die Verbraucherzentralen haben sich das einmal genauer angesehen und kursierende Mythen, angebliche und tatsächliche Risiken von Soja und Sojaprodukten auf den Prüfstand gestellt. Etwa dass Soja-Konsum der Schilddrüse schade, bei Brustkrebs nicht zu empfehlen sei oder bei Männern zu einer «Verweiblichung» führe. Was ist da dran?



Um angebliche und tatsächliche Gesundheitsrisiken von Soja und Sojaprodukten ranken sich viele Mythen. FOTO: CHRISTIN KLOSE

Die in Sojabohnen enthaltenen Isoflavone sind sekundäre Pflanzenstoffe, die in ihrer Struktur dem Hormon Östrogen ähneln – und genau das verunsichert viele Menschen. „Die meisten Sorgen sind bei einem üblichen Verzehr von Soja-Produkten oft unbegründet“, sagt Stella Glogowski von der Verbraucherzentrale Hessen.

Ist Soja bei Brustkrebs bedenklich?

Für die Fachgruppenleiterin Lebensmittel und Ernährung ist der Verzehr üblicher Mengen Sojalebensmittel nach aktuellem wissenschaftlichem Kenntnisstand auch bei Brustkrebs unbedenklich. Sie rechnet vor:

Ein bis zwei Portionen täglich – eine Portion entspricht etwa 100 g Tofu oder 250 ml Sojadrink – gelten auch während einer antihormonellen Therapie als sicher. Fachgesellschaften sehen keine Hinweise darauf, dass moderater Sojakonsum das Risiko für ein Wiederauftreten erhöht, so die Verbraucherschützerin.

Schadet Sojakonsum der Schilddrüse?

Da kommt es auf das Maß an: Bei ausreichender Jodversorgung erwarten die Verbraucherschützer durch normalen Sojakonsum keine relevanten negativen Auswirkungen auf die Schilddrüse.

Anders kann es jedoch bei Jodmangel oder bestehenden Schilddrüsenerkrankungen aussehen: Isoflavone aus Sojalebensmitteln und insbesondere hohe Mengen aus isolierten, hochdosierten Nahrungsergänzungsmitteln könnten hier nachteilige Effekte haben. „In solchen Fällen empfiehlt sich eine ärztliche Begleitung“, rät Stella Glogowski.

Bei hochdosierten Isoflavon-Supplementen ist für sie Vorsicht geboten. Denn die gesundheitliche Unbedenklichkeit solcher Supplemente, insbesondere für Menschen mit hormonabhängigen Krebserkrankungen oder Erkrankungen der Schilddrüse, sei nicht ausreichend belegt.

Stella Glogowskis Rat: Wer an östrogenabhängigem Brust- oder Gebärmutterkrebs erkrankt ist oder war, sollte Nahrungsergänzungsmittel mit isolierten Isoflavonen nicht einnehmen.

Verursacht Soja für „Verweiblichung“ bei Männern?

Die Sorge, Soja könne den Testosteronspiegel senken oder eine „Verweiblichung“ bei Männern verursachen, ist für Glogowski unbegründet. Studien würden keine relevanten hormonellen Effekte bei einem üblichem Konsum zeigen.

Helfen Sojaprodukte bei Wechseljahresbeschwerden von Frauen?

Da müssen die Verbraucherschützer passen. Denn für eine verlässliche Linderung von Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen durch Soja-Isoflavone gibt es laut der Verbraucherzentralen bislang keine gesicherten Belege.

Was gegen Verunsicherung hilft?

„Vielfalt“, sind sich die Verbraucherzentralen einig. Soja und Sojaprodukte wie Tofu, Tempeh oder Sojadrink können in üblichen Mengen Bestandteil einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung sein. Denn sie lieferten hochwertiges Protein, Ballaststoffe sowie Vitamine und Mineralstoffe. Entscheidend sei – wie so oft – das Maß: „Wer sich vielseitig ernährt und auf eine gute Jodversorgung achtet, muss Soja nicht meiden“, so Glogowski. (dpa)

Kerosinmangel: Bei Flugabsage Entschädigung?

Kerosin wird wegen des Iran-Kriegs knapper und teurer. Flugausfälle können der Verbraucherzentrale Sachsen zufolge damit zunehmen, gerade auf Kurzstrecken innerhalb von Europa. Von Streichungen betroffene Reisende sollten dann ihre Ansprüche auf Entschädigungen nach EU-Recht prüfen lassen.

Sich pauschal auf höhere Gewalt berufen und Entschädigungen damit abwehren, das können Airlines in solchen Fällen laut den Verbraucherschützern längst nicht immer. Finanziell oder logistisch bedingte Engpässe – etwa ein Kerosinmangel – gelten demnach „in der Regel nicht automatisch als außergewöhnliche Umstände“.

Maßgeblich sei, ob die Airline im Einzelfall alles unternommen hat, um den Flug durchzuführen. Sei der Ausfall darauf zurückzuführen, dass keine rechtzeitige Treibstoffbeschaffung organisiert oder zu wenig Reserve eingeplant wurde, könnte eine Entschädigung fällig werden. Die liegt bei 250 bis 600 Euro.

Entscheidend ist auch der Zeitpunkt der Absage: Entschädigungsansprüche kommen nur bei Absagen infrage, die binnen 14 Tagen vor Abflug erfolgen.

Was man als Passagier bei Flugabsagen nach EU-Regeln unabhängig vom Zeitpunkt und der Begründung immer hat, ist ein Recht auf Ersatzbeförderung (etwa durch Umbuchung) sowie gegebenenfalls auf eine Hotelübernachtung auf Kosten der Airline, falls man am Flughafen festhängt.

Sind Reisende von Flugproblemen betroffen, sollten sie alle Unterlagen (Buchungsbestätigungen, Mails der Airline, etc.) und Belege für Auslagen (etwa fürs Hotelzimmer) aufheben. Das ist wichtig, um Ansprüche später auch durchsetzen und sich das Geld zurückholen zu können.



„Flug gestrichen“: Entschädigungsansprüche können in der Regel nur bei Absagen bestehen, die innerhalb von 14 Tagen vor Abflug erfolgen. FOTO: MICHAEL KAPPELER

Um die Ansprüche geltend zu machen, können Selbsthilfe-Tools von der Verbraucherzentrale oder dem Europäischen Verbraucherzentrum (mit einem Musterbriefgenerator) helfen. Auf der Basis kann man sich direkt an die Airline wenden, das geht oft online.

Blockt die Fluggesellschaft ab, können sich Betroffene in vielen Fällen an die Schlichtungsstelle Reise & Verkehr wenden. Sie prüft den Fall kostenlos juristisch und macht dann gegebenenfalls einen Schlichtungsvorschlag.

Eine weitere Option sind Fluggasthelfer-Portale, die für den Passagier die Auseinandersetzung mit der Airline übernehmen – dafür im Erfolgsfall aber einen Anteil der Entschädigungssumme als Provision einkassieren.

Bei diesen Dienstleistern empfiehlt das Ratgeberportal Finanztip, auf eine transparente Ausweisung der Kosten zu achten. Gute Anbieter zeichnet laut dem Portal zudem aus, wenn sie neben Entschädigungen auch angefallene Kosten für Hotel, Taxi und Co. für den Passagier zu erstreiten versuchen. (dpa)

Warum Verbraucherschützer vor Vertragsoptimierern warnen

„Lebensversicherung erfolgreich zurückfordern“ oder „Bis zu 200 Prozent mehr aus Ihrem Vertrag holen“ - mit solchen und ähnlichen Slogans werben sogenannte Rückabwickler oder Vertragsoptimierer im Netz und auf Social Media. Das Versprechen: Wer sie beauftragt, kann sich lukrativ etwa von seiner ungeliebten Lebens- oder Rentenversicherung trennen - ohne die Einbußen, die eine vorzeitige Kündigung zufolge hätte. Die Verbraucherzentrale Hamburg warnt allerdings, solche Angebote in Anspruch zu nehmen.

„Der Erfolg ist ungewiss“, sagt Verbraucherschützerin Sandra Klug. Oft erhielten Verbraucherinnen und Verbraucher nicht einmal den Rückkaufswert, der ihnen bei einer eigenhändigen Kündigung zustünde. Stattdessen gebe es meist nur 75 bis 80 Prozent dessen, der Rest verbliebe beim jeweils beauftragten Anbieter. Die Versprechungen der Dienstleister, gegenüber einer Kündigung den einein-halb bis zweifachen Wert herauszuholen, sind Klug zufolge überwiegend „heiße Luft“.

Die Erfahrung der Verbraucherzentrale Hamburg zeigt: Zu dem ohnehin schon meist verlustreichen Geschäft kommen nicht selten noch Anwaltskosten und Kosten für versicherungsmathematische Gutachten, die Verbraucherinnen und Verbraucher tragen müssen. Nämlich dann, wenn mit dem Versicherer über die Rückabwicklung verhandelt werden muss.

Zum Hintergrund: Gegen manche kapitalbildende Lebens- und Rentenversicherungen können Versicherte Widerspruch einlegen und Verträge damit verlustfrei rückabwickeln. Das ist der Fall, wenn sie bei Vertragsschluss fehlerhaft oder unzureichend auf ihr Widerrufsrecht hingewiesen wurden. Die Anbieter im Netz erklären aber häufig jeden Vertrag für widerspruchsgeeignet - und irren damit. (dpa)



Vorsicht: Vertragsoptimierer werben im Netz und auf Social Media damit, die ungeliebte Lebens- oder Rentenversicherung lukrativ abzuwickeln. FOTO: CHRISTIN KLOSE



Arthrose ist die weltweit häufigste Gelenkerkrankung. Wenn sich der Knorpel abbaut, kommt es zu Entzündungen im Gelenk, die äußerst schmerzhaft sein können. Betroffene benötigen daher eine schnelle Schmerzlinderung.

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu Entzündungen, die wiederum Schmerzen verursachen.

Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke z. B. in der Hüfte oder im Knie steif anfühlen oder anschwellen.

Doppelt so schnell[1] – dank flüssigem Ibuprofenkern

Mit Spalt Forte haben Wissenschaftler eine Flüssigkapsel entwickelt, mit der Arthrose-Betroffene eine schnellere Schmerzlinderung erzielen können. Das Arzneimittel bietet 400 mg Ibuprofen in einer speziellen patentierten Flüssigkapsel. Das Ergebnis: Spalt Forte wird doppelt so schnell vom Körper aufgenommen wie herkömmliche Ibuprofen-Schmerztabletten.

Spalt schaltet den Schmerz ab - **schnell!**

Für Ihre Apotheke:
Spalt Forte
(PZN 00793839)



[1]PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022.

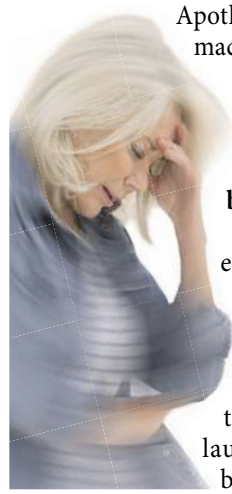
SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

13730101_002426

Schwindel hat viele Gesichter

Betroffene berichten, was ihnen wirklich geholfen hat

Alles dreht sich, wie in einem Sog zieht es einen nach unten und bringt einen aus dem Gleichgewicht. Hinzu kommt ein unsicheres Gefühl in den Beinen sowie Benommenheit. So erging es auch Renate S.: „Ich litt sehr unter Schwindel und dem Unsicherheitsgefühl, fiel auch manches Mal.“ Schwindelbeschwerden kommen gerade bei älteren Menschen häufig vor und können Betroffene stark in ihrem Alltag einschränken. Auch Brigitte A. litt unter Schwindel: „Ich hatte alle möglichen Mittel versucht, aber nichts half, bis eine Bekannte mich auf Taumea (rezeptfrei, Apotheke) aufmerksam machte.“



Mit der Kraft der Natur gegen Schwindelbeschwerden

Taumea enthält einen speziellen Dual-Komplex aus zwei natürlichen Arzneistoffen: Anamirta cocculus kann laut Arzneimittelbild Schwindelbeschwerden wirksam lindern. Gelsemium sempervirens setzt laut Arzneimittelbild bei den typischen Begleiterscheinungen wie Kopfschmerzen und Übelkeit an. Wichtig: Bei akuten, plötzlichen Schwindelbeschwerden sollte ein Arzt die Ursache abklären. Die Arzneitropfen Taumea sind gut verträglich und haben keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen.



„Jetzt traue ich mich wieder, Fahrrad zu fahren. Mein allgemeines Befinden ist besser. Ich habe keine Ängste mehr, einfach umzufallen.“
- Luise L. -

Für Ihre Apotheke:
Taumea
(PZN 07241184)



www.taumea.de

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

TAUMEA. Wirkstoffe: Anamirta cocculus Dil. D4, Gelsemium sempervirens Dil. D5. TAUMEA wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Besserung der Beschwerden bei Schwindel. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing



FOTO: IMAGO IMAGES

Ökotourismus: Auf dieser griechischen Insel gibt es keinen Müll

Echtzeit-Informationen zur Menge der **recycelten Abfälle** per App

Auf der griechischen Insel Tilos wird nahezu jeder anfallende Müll wiederverwertet. Das macht sie zur ersten abfallfreien Insel der Welt. Wie das funktioniert und warum sich eine Reise nach Tilos lohnt.

Nordöstlich von Rhodos liegt eine ganz besondere Insel. Denn Tilos ist nicht nur ein Naturparadies mitten in der Inselwelt Griechenlands, es ist auch die erste ökologisch nachhaltige Insel im Mittelmeer. Das „Good News Magazin" geht sogar noch einen Schritt weiter und nennt Tilos „die erste abfallfreie Insel der Welt".

Vor allem Deutsche sollten sich hier besonders wohlfühlen, denn der Abfall wird auf Tilos akribisch getrennt: Der einst stinkende Müllberg wurde 2023 abgelöst von einer modernen Recyclinganlage, in der Müll direkt auf der Insel wieder aufbereitet wird und somit im Kreislauf bleibt. Auf der Mülldeponie landet seither kein Müll mehr.



Die Insel Tilos wird auch als Zero-Waste-Insel bezeichnet. Foto: imago images/ robertharding

So funktioniert der Müllkreislauf auf Tilos

Wie funktioniert der fast vollständige Abfallkreislauf? Nun, Kaffee wird nur in mitgebrachten Bechern zum Mitnehmen ausgeschenkt, auch Wasser wird nur in eigene Flaschen gefüllt. Plastiktüten suchst du hier ebenfalls vergeblich. Zudem gibt es keine kommunalen Mülltonnen auf den Straßen, stattdessen wird der Abfall direkt zu Hause abgeholt.

Die Bioabfälle werden zu Dünger verarbeitet, recycelbarer Abfall wird wiederverwertet und nicht recycelbarer Müll wird zur Energiegewinnung genutzt. Dann gibt es natürlich auch auf einer so kleinen Insel wie Tilos – auf der übrigens nur 800 Menschen leben – anderen Abfall wie Elektrogeräte oder Textilien. Diese werden von den Einheimischen repariert oder für Kunstwerke genutzt und in anderer Form wiederverwendet.



Recycling gehört auf Tilos zum Alltag. FOTO: IMAGO IMAGES/ XINHUA

App soll Anreiz zum Recyceln schaffen

Die Bewohnerinnen und Bewohner können sogar eine App nutzen, in der sie Echtzeit-Informationen zur Menge der recycelten Abfälle erhalten. Das soll zusätzlich zur Mülltrennung motivieren.

Auch Touristinnen und Touristen werden in dieses Projekt eingebunden und erhalten direkt nach der Ankunft auf Tilos alle nötigen Infos. Dafür wurde direkt am Hafen ein sogenannter „Point Zero" eingerichtet. Dort gibt es auch nachhaltige Souvenirs, die beispielsweise aus Upcycling-Projekten stammen.

Doch nicht nur beim Thema Müll ist die griechische Insel Vorreiter: Tilos versorgt sich zu fast 100 Prozent aus erneuerbaren Energien und ist somit ein besonders beliebtes Ziel im Ökotourismus.

Das kannst du auf Tilos entdecken

Die gesamte Insel ist ein Naturschutzgebiet, und du kannst hier über 150 Vogelarten und über 650 Pflanzenarten entdecken. Die Hauptstadt der Insel heißt Megalo Chorio und liegt rund sieben Kilometer nordwestlich vom Hafen. Hier findest du die für Griechenland typischen weißen Häuschen mit blauen Türen und Fenstern sowie eine mittelalterliche Festung.

Etwas moderner ist es am Hafen von Livadia, hier befinden sich auch einige Hotels. Wenn du einen Lost Place erkunden möchtest, lohnt ein Ausflug in das verlassene Dorf Mikro Chorio, in dem seit den Siebzigern niemand mehr lebt.

Hier findest du die schönsten Strände von Tilos

Die Insel eignet sich auch wunderbar für einen entspannten Strandurlaub. Es gibt sowohl Sand- als auch Kiesstrände. Wenn du schwimmen möchtest, solltest du den Eristos Beach an der Südwestküste ansteuern. Livadia Beach ist der Hauptstrand der Insel und befindet sich im gleichnamigen Dorf. Sand und flaches Wasser sind hier besonders gute Voraussetzungen für Familien mit Kindern. Etwas abgelegener sind die Strände Skafi, Lethra und Plaka, allesamt Kiesstrände.

An der Stelle mal ein kleiner (oder eher großer) Fun Fact: Tilos ist der Ort, an dem die letzten Elefanten Europas gelebt haben! Die Zwergelefanten sind zwar schon vor rund 4000 Jahren verschwunden, in der Höhle von Charkadio kannst du aber immer noch die Überreste der Tiere besichtigen.

Natürlich gibt es auch ein Elefantenmuseum, in dem eine Paläontologiesammlung untergebracht ist, samt Elefantenknochen, Fotos und anderem Infomaterial rund um die Ausgrabungen in der Höhle. Gleich oberhalb der Höhle kannst du zudem die Burg Mesaria samt den Ruinen von Siedlungen und byzantinischen Kirchen besichtigen.

So erreichst du Tilos

Tilos hat keinen eigenen Flughafen, ist aber prima per Fähre von Rhodos aus zu erreichen. Die Überfahrt dauert rund zwei Stunden und kostet im Schnitt 24 Euro hin und zurück. Vom Flughafen Rhodos erreichst du den Hafen mit dem Bus in einer halben Stunde. Es gibt allerdings nur wenige Überfahrten pro Woche nach Tilos, am besten buchst du rechtzeitig online.

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

Rücksichtslos zu schnell: Fahrverbot?

Wer massiv schneller fährt als erlaubt, sollte sich definitiv schon einmal auf eine hohe Geldbuße einstellen. Denn Gerichte können so ein Verhalten als „charakterlich verantwortungslos und rücksichtslos“ werten - wie etwa in einer Entscheidung (Az.: 310 OWi 1613/24) des Amtsgerichts Berlin-Tiergarten.

Die Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) nennt weitere Details: In dem Fall befuhr ein Mann abends die Berliner Stadtautobahn – allerdings viel zu schnell. Denn dort, wo maximal Tempo 80 erlaubt war, fuhr er 134 km/h - die Messtoleranz bereits abgezogen. Das bedeutet eine Überschreitung von 54 km/h.

Es folgte eine verdoppelte Geldbuße von insgesamt 1.120 Euro und ein zweimonatiges Fahrverbot. Der Betroffene legte Einspruch gegen den Bescheid ein. In der Verhandlung beschränkte er diesen auf die Rechtsfolgen. Vereinfacht gesagt heißt das: Er bestritt die Tat nicht, versuchte aber die Folgen abzumildern. Ganz konkret ging es dem Gas- und Wasser-Installateur darum, gegen die Zahlung einer höheren Geldbuße ein Aufheben des Fahrverbots oder dessen Verkürzung zu erreichen.

Bei der Begründung legte er aber keine Unterlagen vor und machte auch keine konkrete Härte geltend. Wichtig zu wissen: Der Mann war bereits zuvor damit aufgefallen, innerorts zu schnell gefahren zu sein.

Das Begehren hatte vor Gericht keinen Erfolg. Denn das Amtsgericht bestätigte den Regelsatz, der bei vorsätzlichen Verhalten zu verdoppeln ist. Zudem war der Mann angesichts seines geregelten Einkommens durch den Betrag von 1.120 Euro nicht überfordert. Es wurde sogar eine Ratenzahlung von 250 Euro bewilligt. Aber die vorsätzliche und erhebliche Missachtung eines Tempolimits sah das Gericht als weiteres Indiz für die Notwendigkeit eines Fahrverbots an. Das gewünschte Wegfallen des Fahrverbots im Gegenzug um eine weitere Erhöhung des Bußgelds lehnte das Gericht ab.



Das war eindeutig drüber: Doch kommt der Fahrer dennoch ums Fahrverbot herum, wenn er das Zahlen einer noch höheren Geldbuße anbietet? FOTO: FRANK RUMPENHORST

Das Gericht begründete das Fahrverbot noch detaillierter: Die zwei Verbotsmonate waren in dessen Augen unerlässlich, um beim Fahrer eine nachhaltige Verhaltensänderung auszulösen. Die in diesem Fall erhebliche Missachtung der Sicherheitsvorschriften wurde als „charakterlich verantwortungslos und rücksichtslos“ bewertet.

Durch das Fahrverbot möglicherweise entstehende berufliche Nachteile wären hinzunehmen. Zumal wie erwähnt der Mann auch gar keine Unterlagen oder „stichhaltige Argumente“ für eine existenzielle Bedrohung oder eine sogenannte außergewöhnliche Härte vorgelegt hatte. So gab es keinen Anlass, auf das Fahrverbot zu verzichten. Und die damit verbundene „Denkzettel- und Besinnungsfunktion“ sah das Gericht - wie hier in diesem Fall - auch acht Monate nach der Tat noch als gegeben an. (dpa)

Betrüger geben sich als Signal-Support aus

Phishing ist eine Bedrohung, die nicht nur per E-Mail kommt, sondern auch Messengerdienste betrifft. Per Chat versuchen Angreifer dort ebenfalls, sensible Informationen abzugreifen oder gleich das Nutzerkonto zu übernehmen. Gerne, indem sie sich als Support-Mitarbeitende ausgeben, ein Social-Engineering-Trick, mit dem sich Betrüger etwa seit Jahren auch auf Rechner mit Microsoft-Betriebssystem einschleichen.

Der Messengerdienst Signal weist in diesem Zusammenhang ausdrücklich darauf hin, dass offizielle Support-Mitarbeitende sich niemals zuerst an eine Nutzerin oder einen Nutzer wenden, sondern nur antworten, wenn sie kontaktiert worden sind - und auch das nur per E-Mail über eine @signal.org-Adresse, nicht aber per Chat.

Signal-Support meldet sich nie zuerst – und fordert keine PINs

«Wenn dich jemand innerhalb von Signal kontaktiert und behauptet, ein Chat-Bot, Security- oder Signal-Mitarbeitender zu sein, ist das ein Betrugsversuch», heißt es. Die richtige Reaktion darauf sei:

Kontakt zu Signal nur über zwei Wege – keiner davon ist ein Chat

Die Signal-Stiftung weist zudem darauf hin, dass es nur zwei offizielle Kommunikationswege zur Kontaktaufnahme gibt:

Zuletzt haben Phishing-Angriffe über Messenger wie Signal zugenommen - sogar derart, dass das Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik und das Bundesamt für Verfassungsschutz gemeinsam öffentlich gewarnt und einen Leitfaden mit Schutztipps veröffentlicht haben.

„Hochrangige Ziele“ im Fokus – doch es kann jeden treffen

Im Fokus der Angriffe stehen demnach hierzulande zwar aktuell „hochrangige Ziele aus Politik, Militär und Diplomatie sowie Investigativjournalistinnen und -journalisten“. Treffen kann es aber im Prinzip jeden.

Deshalb lohnt es sich, den Leitfaden präventiv zu lesen und die Handlungsempfehlungen zu befolgen, wenn man Opfer eines Angriffs geworden ist und etwa einen SMS-Verifizierungscode oder die Signal-PIN weitergegeben hat. (dpa)



Phishing über Messenger im Fokus: Angreifer nutzen Chats, um sensible Informationen wie Verifizierungscodes oder PINs zu erbeuten. FOTO: SINA SCHULDT



Nicht nur Lavendelduft: Gerade in neuen Beziehungen schämt man sich vielleicht, wenn der andere plötzlich Dinge mitbekommt, die vorher privat waren. FOTO: ROBERT MICHAEL

Hilfe, Klogeräusche? Wie Scham unsere Beziehung stärken kann

Der Partner hört, dass man aufs Klo geht: eigentlich kein Problem, oder? Wer gerade frisch zusammen ist, sieht das trotz aller Offenheit womöglich auch mal anders - und schämt sich. Doch für die Scham muss man sich nicht schämen. Sie kann unsere Beziehung sogar voranbringen.

„Scham ist erst mal ein normales Gefühl und eine sinnvolle Funktion, die uns anzeigt, dass unsere Balance von Nähe und Distanz aus dem Gleichgewicht geraten ist“, erklärt die Psychotherapeutin Kathryn Eichhorn im Magazin „Apotheken Umschau“ (Ausgabe 4B/2026).

Und das kann gerade am Anfang von Paarbeziehungen durchaus vorkommen, etwa im ersten gemeinsamen Urlaub. „Haben wir uns bis dahin noch gegenseitig idealisiert, möchten wir nicht, dass nun sichtbar wird, dass wir nicht nur Lavendelduft verströmen“, so Eichhorn in dem Artikel. „Wir schämen uns, weil der andere plötzlich Dinge mitkriegt, die wir vorher vor ihm verbergen konnten.“

Aus Scham wird Nähe

Das mag sich unangenehm anfühlen, kann man aber auch als Chance nutzen - etwa um Grenzen neu zu verhandeln und offen miteinander zu sprechen. Hilfreich dabei oft: eine Prise Humor. „Sätze wie: „Geh doch bitte mal kurz um den Block, ich brauche hier gerade mal zehn Minuten Privatsphäre“ entziehen der Scham den Stachel“, so die Psychotherapeutin.

Das Gute an solchen Situationen: Hinterher weiß man meist auch, dass der Partner oder die Partnerin einen auch noch mag, wenn mal ein Pups zu hören ist. Erst wenn wir bereit sind, das zuzulassen, entsteht Eichhorn zufolge „echte Intimität und Nähe“. (dpa)

Organischer Dünger: Nachhaltig gärtnern mit Hornspänen?

Eine reiche Ernte im Gemüsebeet und schöne Blüten im Garten: Dafür brauchen Pflanzen Nährstoffe. Mangelt es daran, kann man nachhelfen.

Wer naturnah gärtnern will, kann als organischen Dünger etwa Hornspäne einsetzen. „Horn hat einen hohen Stickstoffgehalt“, so Helge May, Sprecher beim Naturschutzbund Deutschland (Nabu). Und Stickstoff ist wichtig fürs Pflanzenwachstum. Doch wie nachhaltig ist der organische Dünger wirklich?



Hornspäne als natürlicher Langzeitdünger: Der organische Dünger gibt Stickstoff langsam an den Boden ab und eignet sich ideal für stark zehrende Pflanzen wie Tomaten oder Kürbisse. FOTO: KAI REMMERS

Das steckt drinnen

Für eine Antwort kann man den Begriff Hornspäne wörtlich nehmen: Tatsächlich handelt es sich bei dem Dünger um zerkleinertes Horn, in der Regel um Rinderhufe. „Ökologisch betrachtet ist das eine sinnvolle Nutzung von Körperteilen von Schlachtrindern, die sonst in der Verbrennung oder auf einer Deponie landen würden“, so Helge May. Es wird also im Sinne der Nachhaltigkeit ein Abfallprodukt weiter verwendet.

Doch der Weg des Horns kann durchaus ein weiter gewesen sein: Beim Kauf der Hornspäne können Verbraucher anhand der Verpackung in der Regel zumindest nicht nachvollziehen, woher die Hornspäne genau kommen. Denkbar ist etwa, dass das Horn dafür aus Südamerika kommt und nach Deutschland transportiert wurde.

Auch die Bezeichnung „Bio“ auf der Verpackung ist kein Hinweis darauf, dass die Tiere, deren Horn verwendet wurde, nach Bio-Kriterien gehalten wurden. Vielmehr zeigt dies May zufolge, dass dieser Dünger ein biologisches Material ist.

Wann macht der Einsatz Sinn?

Horndünger verbessert die Fruchtbarkeit und das Wasserhaltevermögen des Bodens. Der ph-Wert des Düngers ist neutral. „Sinn macht der Einsatz dort, wo Pflanzen tatsächlich größere Stickstoffgaben benötigen“, erklärt May. Stark zehrendes Gemüse und Pflanzen, die viel Stickstoff brauchen, sind beispielsweise:

- Kartoffeln
- Paprika
- Tomaten
- Kohlarten
- Kürbis
- Zuckermais
- Obstbäume
- Beerensträucher
- Rosen

Manche Pflanzen, etwa Lavendel oder Rosmarin, mögen hingegen eher magere Böden.

Und wie verwendet man den Dünger?

Wissen sollte man vor dem Einsatz, dass Horndünger Mikroorganismen im Boden erst einmal zersetzen müssen. Der organische Langzeitdünger gibt seine Nährstoffe also nach und nach an den Boden ab – je grober das Material ist, umso langsamer geht das. Bei größeren Hornspänen kann es mehrere Monate dauern, bis das Material vollständig umgesetzt ist, schreiben die Experten der Bayerischen Gartenakademie.

Bei Hornmehl geht es schneller - etwa sechs Wochen dauert es hier. Die Profis raten daher, Horndünger spätestens bis Ende August in den Boden zu bringen, auch wenn es um den Anbau von Herbstkulturen geht.

Und: Es handelt sich bei Horndünger um einen einseitigen Dünger, „da die beiden anderen Hauptnährstoffe Kalium und Phosphat fast vollständig fehlen“, so Helge May vom Nabu. Je nach Bedarf der Kultur und der Bodenbeschaffenheit müssen unter Umständen also ergänzende Dünger ausgebracht werden.

Ein Tipp: Hornspäne arbeitet man am besten in die obere Bodenschicht ein. Denn in tieferen Bodenschichten fehlt es den Mikroorganismen in der Regel an Sauerstoff. Den Dünger einfach in ein tiefes Pflanzloch zu kippen, ist also keine gute Idee.

Was sind vegane Alternativen?

Sie wollen auf tierische Produkte verzichten? Dann gibt es für den Garten vegane Alternativen zu Hornspänen. May nennt etwa Pflanzenkonzentrate: „In der Ökolandwirtschaft werden zerkleinerte Leguminosen wie Lupinen-, Wicken- oder Ackerbohnen-Schrot verwendet“, so der Nabu-Sprecher. Solche Leguminosen binden ihm zufolge mit Hilfe von Bakterien Luftstickstoff. Sie haben daher einen vergleichsweise hohen Stickstoffgehalt, „wenn auch nicht ganz so hoch wie Hornspäne“.

Auch Pflanzenjauche etwa aus Brennnesseln kann ein Ersatz für Hornspäne im Garten sein. „Wobei der Stickstoffgehalt deutlich geringer ist und die Nährstoffe auch schneller abgegeben werden“, so May. Zudem gebe es Hersteller, die Maispellets ausdrücklich als „vegane Hornspäne“ bewerben - aber deren „Stickstoffgehalt liegt etwa bei der Hälfte der tierischen Hornspäne“. (dpa)

Fahrradsaison: Wie bekomme ich den Öl-Fleck aus der Hose?

Sie waren mit dem Rad unterwegs und die Hose oder Jacke hat Kettenöl abbekommen? Dann ist rasches Handeln gefragt. Denn: „Je frischer der Fleck ist, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass er rückstandsfrei entfernt werden kann“, so Bernd Glassl, Reinigungsexperte beim Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel.

Schon auf der Bürotoilette oder im Bad der besuchten Freunde kann Erste Hilfe am Waschbecken sinnvoll sein. Dafür braucht man nicht mal unbedingt ein Waschmittel. Laut Glassl kann man auch Handseife oder Handgeschirrspülmittel auf den Ölfleck geben. Das Ganze dann wenige Sekunden einwirken lassen – und anschließend ausspülen.

Wer zu Hause ist, kann natürlich auch Color-Waschmittel nehmen. Außerdem gibt es im Handel Spezialfleckentferner gegen Schmiermittel-Flecken, die sich auch für die Vorbehandlung eignen.

Bei Vorbehandlung kann Zahnbürste helfen

Und auf die sollte man nicht verzichten: „Vor allem bei Flecken, die nicht nur aus dem reinen Öl bestehen, sondern bei denen auch noch Pigmente mit im Spiel sind, ist eine Vorbehandlung der Flecken vor dem Waschen sehr zu empfehlen“, so Glassl. „Sonst läuft man Gefahr, dass die Pigmente im Gewebe fixiert werden.“

Gut zu wissen: Zusätzliche Mechanik kann helfen, die Pigmente aus dem Gewebe zu entfernen. Greifen Sie bei Spezialprodukten also etwa zu solchen mit einer Bürste. Ansonsten kann man aber auch eine alte Zahnbürste zum Reiben nehmen. (dpa)



Kettenöl auf der Kleidung kann sehr hartnäckig sein. FOTO: CHRISTIN KLOSE

Zäune und Licht machen es Einbrechern schwer

Einen Anstieg der Fallzahlen bei Einbrüchen in Häuser und Wohnungen: Den verzeichnet die Polizeiliche Kriminalstatistik (PKS) für das Jahr 2025. Bundesweit wurden 82.920 Fälle wurden erfasst, einschließlich der Einbruchsversuche - und damit laut Bundeskriminalamt 4.484 Fälle mehr als im Vorjahr.

Die gute Nachricht dennoch: Nicht alle Einbruchsversuche gelingen. Und wie „einladend" Ihr Grundstück für Einbrecher ist, können Sie der Initiative K-Einbruch zufolge auch durch bewusste Gestaltung beeinflussen.

Die Initiative von Polizei und Wirtschaft rät etwa dazu, den Vorgarten einzuzäunen. Denn: „Eine Einfriedung bildet eine erste Barriere", heißt es auf deren Webseite. Natürlich sollte man die Umzäunung dann auch entsprechend nutzen, indem man Gartentüren und Hoftore wirklich abschließt. Und zwar auch dann, wenn man zu Hause ist.

Laut K-Einbruch sinnvoll: ein selbst schließendes Gartentor mit beidseitig feststehendem Türknopf und elektrischem Türöffner. Mit einer Sprechanlage an der Gartentür, kann man überprüfen, wer zu Besuch kommt. Auch die Kombination mit einer Videokamera kann dafür sinnvoll sein.



Wie «einladend» Ihr Grundstück für Einbrecher ist, können Sie durch eine bewusste Gestaltung beeinflussen. FOTO: DANIEL MAURER

Weg mit dem Baum?

Hilfestellung will man den Einbrechern natürlich nicht auch noch geben – keine Kletterhilfen etwa, mit denen sie leichter aufs Grundstück gelangen können oder gar ins Haus. Als solche eignen sich beispielsweise Mülltonnen, Gartenmöbel und Leitern. Sie sollte man K-Einbruch zufolge besser wegsperren. Aber auch Rankgerüste und Bäume, die nah am Haus stehen, können von Einbrechern genutzt werden. Hier kann es sinnvoll sein, über eine Entfernung nachzudenken.

Hecken und Sträucher, die dicht am Haus gepflanzt werden, sind ebenfalls keine gute Idee im Sinne des Einbruchschutzes. Sie bieten schließlich nicht nur Ihnen und Ihrem Haus Sichtschutz, sondern auch Einbrechern. K-Einbruch rät deshalb, dichte Bepflanzung direkt am Haus zu vermeiden, besonders an Stellen, die verhältnismäßig leicht zugänglich für Einbrecher sein könnten. Ein Beispiel: Fenster und Co. Sind die offen oder gekippt, bieten sie Einbrechern ohnehin günstige Gelegenheiten. Schließen Sie sie deshalb immer, wenn Sie Haus oder Wohnung verlassen.

Möchten Sie im Erdgeschoss oder am Zugang zum Balkon im Sommer auch nachts lüften, wenn Sie schlafen, empfehlen die Verbraucherzentralen Fenster mit sogenannten Parallelabstell-Beschlägen. Der Fensterflügel wird hier nicht gekippt, sondern parallel zum Rahmen verschoben. Durch einen umlaufenden Luftspalt kann dann Frischluft zuströmen. Alle Fensterbeschläge sollten demnach mindestens die einbruchhemmende Widerstandsklasse RC2 haben.

Augen auf bei der Garagenplanung

Auch Verbindungstüren von der Garage ins Wohnhaus sind bei Einbrechern gerngesehen. Bei einem Neubau sollten Sie K-Einbruch zufolge prüfen, ob Sie eine Tür zwischen Garage und Wohnhaus unbedingt brauchen. Hat man bereits eine solche – und am besten nicht nur dann -, sollte man auf ein geprüft einbruchhemmendes Garagentor achten. Eine Liste mit entsprechenden Herstellern kann man über die Webseite der Initiative suchen (www.k-einbruch.de/herstellersuche).

Immer sinnvoll außerdem: Zugangswege zum Haus gut beleuchten. Am besten wird das Licht durch einen automatischen Bewegungsmelder geschaltet. (dpa)

Homeoffice oder Büro: Was sich steuerlich mehr lohnt

Die Homeoffice-Pauschale bleibt auch 2026 für Millionen Beschäftigte ein wichtiger Hebel, um Steuern zu sparen - und könnte in vielen Fällen sogar attraktiver sein als die Entfernungspauschale, die der Arbeitsweg ins Büro verspricht.

Aktuell können Steuerzahler pro Tag im Homeoffice sechs Euro geltend machen - für maximal 210 Tage im Jahr. Das ergibt bis zu 1.260 Euro jährlich. „Die Pauschale wird ohne Nachweise gewährt und zählt zu den Werbungskosten", sagt Daniela Karbe-Geßler vom Bund der Steuerzahler.

Auf der anderen Seite gilt seit 2026 eine einheitliche Entfernungspauschale von 38 Cent pro Kilometer ab dem ersten Kilometer des einfachen Arbeitswegs. Doch ein genauer Blick zeigt: Die tatsächlichen Kosten für den Arbeitsweg liegen oft darüber. Denn gerade bei hohen Spritpreisen verliert die Pauschale in der Praxis an Attraktivität - insbesondere bei kürzeren Strecken.



Die Arbeit von zu Hause erledigen: Aus steuerlicher Sicht kann das - gerade bei kurzen Arbeitswegen - durchaus lohnenswert sein.) FOTO: LEA WINKLER

Mogeln ist tabu

Für viele Beschäftigte kann das Homeoffice daher finanziell die bessere Wahl sein. Denn die sechs Euro pro Tag sind unabhängig von Entfernung oder tatsächlichen Kosten - und damit klar kalkulierbar. „Wer nur wenige Kilometer zur Arbeit fährt, erhält über die Entfernungspauschale oft weniger als im Homeoffice", sagt Karbe-Geßler. Wer es sich also aussuchen kann und nur einen kurzen Arbeitsweg hat, fährt mit der Heimarbeit steuerlich besser.

Wichtig: Ganz gleich, für welche Pauschale man sich entscheidet - sie „wirkt sie sich nur aus, wenn die Werbungskostenpauschale von 1.230 Euro überschritten wird", erklärt Karbe-Geßler.

Und ebenfalls wichtig: Falsche Angaben, um sich steuerlich besserzustellen, dürfen Beschäftigte keineswegs machen. Wer mal im Homeoffice und mal im Betrieb arbeitet, sollte darum unbedingt Buch führen. Eine einfache Übersicht der Homeoffice- und Bürotage, etwa in Form einer Excel-Liste oder eines Kalenders, ist sinnvoll, da pro Tag steuerlich nur eine Variante angesetzt werden darf.

Die jeweiligen Angaben gehören in die Anlage N der Steuererklärung. Dort können Beschäftigte zudem Kosten für Arbeitsmittel geltend machen - etwa einen benötigten Laptop oder den Bürostuhl. (dpa)

STELLENMARKT

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
- Lebenstedt
- Immendorf
- Lengede
- Lobmachtersen

hallo SALZGITTER wochenende

14800701_002426

MINI– UND NEBENJOBS

Reinigungskraft in Gebhardshagen für Flur u. Treppenhaus 1x wö. vormittags für 1,0 Std. ges. Bew. an GMG-GmbH Tel:0170-2309078

STELLENGESUCHE

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

Achtung Stellensuchende

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

Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ GESUCHE

Fahrzeugankauf! Alles anbieten
Tel. 0173/6679148

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

12946901_002426

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

Sie suchen eine Anzeige oder einen Artikel aus den letzten Wochen?

Oder haben eine Ausgabe einmal nicht erhalten?

Unter www.hallowochenende.de können Sie diese Ausgabe per e-paper ansehen und herunterladen.

hallo wochenende

JETZT ONLINE: NEUE FOLGE, NEUER YOUTUBE-KANAL



GESUND GEHÖRT

EUER VIDEOPODCAST RUND UM DAS THEMA GESUNDHEIT

Darm aus dem Gleichgewicht

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.

14041701_002426

Unsere Fashion Week ist hier.
Unsere Jobs gleich nebenan.

Jobs für NIEDERSACHSEN.de



Jetzt Job finden unter:
www.jobsfuerniedersachsen.de



Deutsches Rotes Kreuz

Was wirklich zählt: Wärme

Ihre Spende hilft! drk.de/spenden

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

13145901_002426

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Salzgitter Lebenstedt, modernisierte u. möblierte 1 Zi.-Whg. mit neuer EBK, Parterre, 30m², Bj. 61, Fernhzg., Laminat u. Fliesen, Bad m. Du., neuer Stromzähler m. Fernabfrage, Keller, 45.000€, sof. beziehbar, auch zu verm., 300€ KM+ 150€ NK ☎ 0151/42063328

IMMOBILIENKAUF–GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Familienvater sucht...

...Wohnung ab Baujahr 1950 zur Altersvorsorge. Zustand egal. Auch renovierungsbedürftig. Unkomplizierte Abwicklung. ☎ 0531 18056127

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

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

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

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



KONTAKTBÖRSE / EROTIK



14806701_002426



14805101_002426



14808401_002426



14809001_002426



14809901_002426

MARKTPLATZ

GARTEN

Gartenbauarbeiten aller Art
Hecken, Büsche, Bäume beschneiden, Beete, Unkraut, Pflanzen u. Rasenpflege, Rollrasen, Neuanlagen
Gala Bau Krause:
☎ 0157 - 76 18 62 13
14662401_002426

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN
Seit über 27 Jahren alles rund ums Haus von A–Z. Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11
13858401_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

Suche von privat Bestecke, Zinn und Bilder, Geweihe, Fotoapparate. ☎ 0152/18442823

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

Antik Galerie Braunschweig, www.biedermeier.co

DIENSTLEISTUNGEN

Hiesiger Dachdecker hat noch Termine frei:
- Dacharbeiten aller Art auch Kleinaufträge
- Dachrinnenreinigung 2.50 € pro lfdm

Tel. 0531 61 83 68 19
13861101_002426

Dachsanierung, Isolierungen, Fassaden/Verkleidung, Reparatur, Dachrinnen, Garage, Carport, (0157) 33370799
13658701_002426

PLATE UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestr. 4 · 38112 Braunschweig
Kostenlose Servicenummer
0800-0400666
info@plate-umzuege.de
14728801_002426

Dachdeckermeister hat Termine frei, auch Kleinaufträge.☎0531/37957766

Üner Putz und Fliesen GmbH
seit 30 Jahren
Putzarbeiten aller Art, Sanierungsputz u. Reparaturarbeiten, kleine Rigips- und Fugarbeiten
☎ 0175/2127702
info@uener-putz.de
14335301_002426

Maler hat Termine frei, Fassaden und Holzanstrich ☎ 0163/2051299

Pflaster/Zaun u. Malerarbeiten
aller Art, Kl. u. gr. Flächen, Stolperfallen beseitigen. Zaun Abriss und Neuaufbauten, Renovierung und Trockenbau
Gala Bau Krause:
☎ 0157 - 76 18 62 13
14662301_002426

TIERMARKT

Colliewelpen mit Papiere VDH aus liebevoller Hobbyzucht suchen Ende Juni ein neues Zuhause Tel:05175/7363

IHR TESTAMENT FÜR EINE WELT OHNE HUNGER
Bestellen Sie kostenlos und unverbindlich unseren Testament-Ratgeber:
www.aktiongegendenhunger.de/testament
AKTION GEGEN DEN HUNGER

BEKANNTMACHUNGEN

Unterbrechung der Fernwärmeversorgung in Salzgitter-Lebenstedt (Heizstationen Reppnersche Straße sowie Ütschenkamp)

Aufgrund von Arbeiten in den Heizstationen Reppnersche Straße sowie Ütschenkamp kommt es in **Salzgitter-Lebenstedt** von **Montag, den 18. Mai 2026 (ab 6 Uhr) bis Mittwoch, den 20. Mai 2026 (ungefähr 16 Uhr)** zur Unterbrechung der Fernwärmeversorgung zur Raumbeheizung.

Folgende Bereiche sind von der Unterbrechung betroffen: Reppnersche Straße, Über den Bülten, Alter Mühlenweg, Neuer Mühlenweg, Schleusenweg, Storchkamp und Ütschenkamp.

Die Warmwasserbereitung steht weiterhin zur Verfügung.

Wir bitten um Ihr Verständnis, vielen Dank.

Salzgitter, im Mai 2026

WEVG Salzgitter GmbH & Co. KG
www.wevg.com
14766501_002426

Die WEVG informiert: Neuverlegung einer Trinkwasserleitung im Geitelder Weg in Salzgitter-Thiede

Straßensperrung erforderlich

Für den Anschluss des neuen Feuerwehrhauses an das Trinkwasserverteilnetz ist es erforderlich, ab Montag, 18. Mai 2026, in Salzgitter-Thiede im Geitelder Weg (Bereich zwischen Danziger Straße und Sierscher Weg) für etwa eine Woche eine von der Stadt Salzgitter genehmigte Vollsperrung des Verkehrs einzurichten.

Entsprechende Umleitungen werden ausgeschildert. Wir bitten die damit verbundenen Einschränkungen im Straßenverkehr zu entschuldigen.

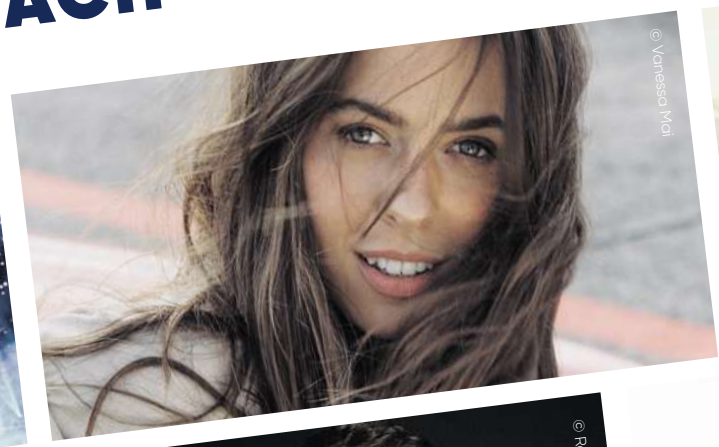
Im Sinne einer weiterhin zuverlässigen Trinkwasserversorgung bitten wir unsere Kundinnen und Kunden in diesem Bereich um Verständnis.

Salzgitter, im Mai 2026

WEVG Salzgitter GmbH & Co. KG
Besuchen Sie uns im Internet:
www.wevg.com
15140201_002426

DIETER BOHLEN • VANESSA MAI • JOSH. FRIDA GOLD & RIKU RAJAMAA • DIE PRINZEN GLOCKENBACH • VOLLGASORCHESTER • LEA


© Stephan Pick


© Vanessa Mai


© Philipp Hirtenlehner


© Fabian Sueggeler


© Rene Lücke


© Sven Sindt


© Glockenbach


© VollGasOrchester


© Mike Sumiński

BRAWO OPEN

02.07. – 12.07.2026

BRAWO OPEN 2026

Jetzt Tickets sichern! www.brawo-open.de

14358601_002426