



Arbeiten zusammen gegen die Lebensmittelverschwendung: Jürgen Selke-Witzel (kath. Kirche), C. Höft und Jana Giese (beide foodsharing), Helene Müller und Andreas Janizki (Caritasverband), J. Tschaban (foodsharing), Tanja Haßdenteufel und Stefanie Temborius (beide Fabi SZ) kümmern sich um den „Fairteiler“ in Lebenstedt.

FOTO: PRIVAT

Lebensmittel gehören nicht in die Tonne

Im Haus der Familie in Lebenstedt lädt ein „Fairteiler“ die Menschen zum Mitmachen ein

SALZGITTER. Mit dem gemeinsamen Projekt „Fairteiler“ wollen mehrere katholische Institutionen in Salzgitter ein Zeichen setzen, Lebensmittel mehr wert zu schätzen als es in der heutigen Überflutungslandschaft oft der Fall ist. Mit der Eröffnung im „Haus der Familie“ in der Salderschen Straße 3 haben sie in Lebenstedt einen Ort geschaffen, damit gute Nahrungsmittel nicht in der Tonne landen. Alle Einwohner und Einwohnerinnen sind eingeladen, sich aktiv dafür einzusetzen und mitzumachen. „Der Fairteiler bietet Bürgerinnen und Bürgern die Möglichkeit, überschüssige, aber noch einwandfreie Lebensmittel kostenlos abzugeben oder mitzunehmen“, heißt es in einer Pressemitteilung. Das Projekt wird gemeinsam realisiert von der Katholischen Familien-Bildungsstätte, dem Caritasverband Salzgitter, der Katholi-

schen Kirche Salzgitter sowie der Initiative foodsharing. „Ziel ist es, Lebensmittel vor der Entsorgung zu bewahren, Ressourcen zu schonen und das Bewusstsein für einen nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln zu stärken.“ Jährlich werden in Deutschland Millionen Tonnen Lebensmittel weggeworfen, obwohl ein erheblicher Teil davon noch verzehrfähig ist. Fairteiler will einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dieser Entwicklung entgegenzuwirken. Sie schaffen einen Zugang zur Lebensmittelrettung und fördern gleichzeitig den Gedanken des Teilens innerhalb der Gemeinschaft. Die Institutionen laden alle Interessierten dazu ein, den Fairteiler zu besuchen – unabhängig von Alter, Herkunft oder Einkommen dürfen hier Lebensmittel geteilt und kostenfrei mitgenommen werden. Im Mittelpunkt steht die Wert-

schätzung von Lebensmitteln und der verantwortungsvolle Umgang mit vorhandenen Ressourcen. „Mit dem neuen Fairteiler schaffen wir einen Ort, an dem Nachhaltigkeit ganz praktisch gelebt werden kann. Jeder gerettete Apfel, jedes Brot und jedes Gemüse zählt“, erklären die Projektbeteiligten. Die Organisationen freuen sich über die erfolgreiche Umsetzung des Vorhabens und hoffen auf eine rege Nutzung durch die Bevölkerung. Der „Fairteiler“ im „Haus der Familie“ steht allen Interessierten offen und soll langfristig dazu beitragen, Lebensmittelverschwendung in Salzgitter zu reduzieren und das Bewusstsein für nachhaltiges Handeln zu stärken. Öffnungszeiten sind montags von 9 bis 16 Uhr, dienstags, mittwochs und donnerstags jeweils von 9 bis 18 Uhr sowie freitags von 9 bis 12 Uhr.

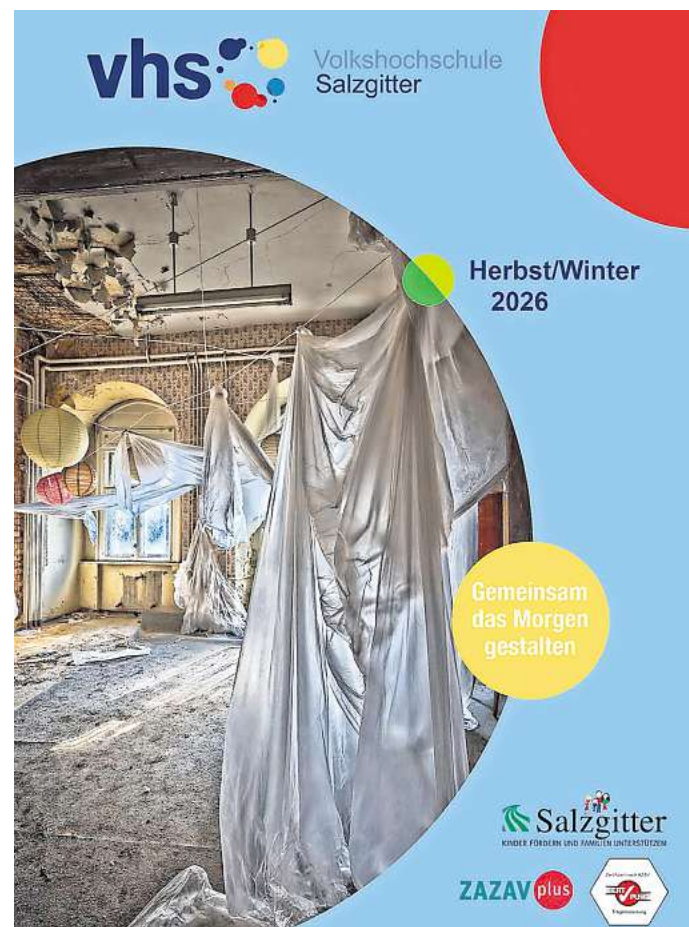
Neues VHS-Kursprogramm, neue Internetseite

Die Angebote für das Wintersemester lassen sich schon digital buchen, die Hefte werden im August verteilt

SALZGITTER. Das neue Kursprogramm der Volkshochschule (VHS) ist auf der neuen Internetseite der VHS abrufbar und buchbar. Das Motto lautet „Gemeinsam das Morgen gestalten“.

Mit 493 Kursen (144 als Online-Angebote) bietet die VHS im Wintersemester 2026/2027 ein vielfältiges Programm in ihren sieben Bereichen „Politik, Gesellschaft, Umwelt“, „Kultur und Gestalten“, „Gesundheit“, „Fremdsprachen“, „Arbeit und Beruf“, „EDV“ und „junge vhs“. Alle Kurse sind auf der <https://vhs.salzgitter.de> aufrufbar. Im neuen Design finden sich die bewährten Angebote, die ab sofort auch buchbar sind. Wer Fragen rund um die Kurse oder die Handhabung hat, kann sich an das Team der VHS wenden unter Telefon (05341) 839-3604 oder per E-Mail an vhs@stadt.salzgitter.de.

Das neue Programm wird vom 4. bis 8. August an alle verteilt und verschickt, die in den vergangenen vier Semestern einen Kurs besucht haben. An verschiedenen Verteilstellen wird das Heft ab dem 12. August ausliegen. Das neue Semester beginnt ab dem 1. September. Die offizielle Eröffnung erfolgt bereits am Donnerstag, 27. August. Das übernimmt ab 19 Uhr in der Kulturscheune in Lebenstedt die Kabarettistin Vanessa Maurisch. Mit Musik, scharfem Blick und reichlich Lust aufs Abschwärzen sammelt sie Geschichten, Gedanken und Ab-



So sieht die Titelseite für das Wintersemester 26/27 aus: Die Volkshochschule Salzgitter verschickt die Hefte aber erst ab Anfang August.

Foto: Stadt Salzgitter

surditäten aus einer Zeit, „in der plötzlich jeder zu allem eine Meinung, aber kaum noch jemand eine Bedienungsanleitung hat“. Zwischen großen Themen, kleinen Katastrophen und den merkwürdigen Regeln des mo-

dernen Zusammenlebens entsteht ein Abend, der sich gern treiben lässt – und das mitten durch das Leben. Die Veranstaltung ist kostenlos, am Ende wird gesammelt. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Vortrag über die Karibik im Hospiz Salzgitter

SALZGITTER. Zu einem besonderen Reisevortrag lädt das Hospiz Salzgitter in der Virchowstraße 6 in Salzgitter-Bad für Freitag, 24. Juli, von 18 bis 19.30 Uhr ein. Der pensionierte Pastor Jürgen Grote berichtet in Bildern und Filmen von seinen Erlebnissen in der Karibik.

Während eines längeren Auf-

enthalts in der Inselwelt konnte Jürgen Grote zahlreiche Eindrücke sammeln. Er nimmt das Publikum mit auf eine abwechslungsreiche Reise durch faszinierende Landschaften, die kulturelle Vielfalt der Region und besondere Begegnungen mit den Menschen vor Ort. Die Veranstaltung ist kostenfrei, um eine Anmeldung wird

gebeten unter Tel. (05341) 86611-0 oder per E-Mail an info@hospiz-salzgitter.de.

Im Anschluss an den Vortrag besteht für interessierte Gäste die Möglichkeit, die Räumlichkeiten des Hospizes zu besichtigen. Mitarbeitende informieren dabei über das Leben und die Arbeit im Hospiz.

Tuning-Treffen im Garten bei Jessica Helfrich

SALZGITTER. Bei Jessica Helfrich in Lesse heißt es am Samstag, 25. Juli, ab 14 Uhr wieder „Tief im Garten“. Die VW-Mitarbeiterin richtet daheim an der Landeshuter Straße zum vierten Mal das „wohl persönlichste Tuning-Festival des Jahres“ aus. Eingeladen sind alle, „die Benzin im Blut“ haben, schreibt sie. Damit meint die Gründerin des YouTube-Kanals „Lowstatics“ unter anderem „Fahrzeuggliebhaber, Schrauber und Detailfreaks“. Nach dem Besuch einer Tuningshow 2023 in Wolfsburg hatte sie die Idee, mit Freunden solch eine Ausstellung bei sich im Garten zu veranstalten. Das Interesse ist seitdem immer mehr gewachsen. Nachbarn helfen ihr und öffnen ebenfalls ihre Grundstücke, um ausreichend Flächen zu haben für die 85 ausgewählten Fahrzeuge und die Gäste. Insgesamt sind 14 Helfer und Helferinnen im Einsatz, um die Arbeit zu bewerkstelligen.

Ob tiefgelegte Straßenmaschinen, clean gestaltete Showcars, Oldschool-Klassiker oder moderne Umbauten. Bei ihr stehe „jedes Auto im Rampenlicht“, so Jessica Helfrich. Sie verspricht ein familiäres Ambiente, das für „entspannte Gespräche, Austausch unter Gleichgesinnten und jede Menge Inspiration“ Sorge. Gegen 19 Uhr werden die Pokale in verschiedenen Kategorien vergeben. Allerdings ist der Besuch nicht umsonst. Der Eintritt kostet drei Euro (ab 14 Jahre). Für Speisen und Getränke ist gesorgt.

Fröhliche Musik in St. Mariae Jakobi

SALZGITTER. Unter dem Titel „Gottes Schöpfung in der Musik“ beginnt am Samstag, 25. Juli, um 18 Uhr in der St. Mariae-Jakobi Kirche in Salzgitter-Bad eine Orgelbesprechung. Zu hören ist fröhliche Musik, die sich besonders mit der Welt der Tiere in der Musik beschäftigt. Dazu gibt es viele heitere Geschichten. Ausführende ist Propsteikantorin Pia-Cécile Kühne an der Orgel und als Liturgin. Der Eintritt ist frei.

trinkgut

Gültig vom 20.07. - 25.07.26

Am Pfingstanger 8 · SZ-Bad | Berliner Str. 142 · SZ-Lebenstedt

Jetzt bei uns punkten
PAYBACKGM Willeke
GmbHÖffnungszeiten:
Mo-Sa 8-20 Uhr**Wolters Pilsener**Kasten = 30 x 0,33 l
(1 l = € 1,21)
zzgl. € 3,90
Pfand

11.99

Extaler Mineralwasserversch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0,33)
zzgl. € 4,50
Pfand

3.99

Veltins helles PilskenKasten = 24 x 0,33 l
(1 l = € 1,89)
zzgl. € 3,42
Pfand

14.99

1 Kasten kaufen =
2 Dosen helles Pilsken 0,33 l
gratis!
zzgl. Pfand**Mönchshof Biere**versch. Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l
(1 l = € 1,50)
zzgl. € 4,50
Pfand

14.99

König PilsenerKasten = 20 x 0,5 l/24 x 0,33 l
(1 l = € 1,20/1,51)
zzgl. € 3,10/3,42
Pfand

11.99

Vorteilspreis 10.99 €
mit der trinkgut App (1 l = € 1,10/1,39)**Bad Pyrmont Mineralwasser**versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,75 l
(1 l = € 0,67)
zzgl. € 3,30
Pfand5.99
Glasflaschen**EDEKA Herzstücke Saft, Nektar o. Fruchtsaftgetränke**versch. Sorten
1 l Flasche
zzgl. € 0,25 Pfand

1.29

Wodka Gorbatschow37,5% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 9,27)6.49
Vorteilspreis 5.99 €
mit der trinkgut App (1 l = € 8,50)**Jägermeister Kräuterlikör, Scharf o. Orange**35% Vol./33% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 17,13)

11.99

Sinalco Limonadenversch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0,67)
zzgl. € 3,30
Pfand

7.99

Grand Sud Weineversch. Sorten
1 l Flasche

2.99

Söhnlein Brillant Sektversch. Sorten
0,75 l Flasche
(1 l = € 3,59)

2.69

Mit hallo Salzgitter zu Max Giesinger

Auch Suzi Quatro und Schiller spielen am ersten Kultursommer-Wochenende im Schlosshof

SALZGITTER. Der Kultursommer steht vor der Tür. der Mühlgarten in Salder wird schon ab dem 22. Juli bespielt, die große Bühne im Schlosshof kommt übernächste Woche zum Einsatz. Der Auftakt ist prominent. Suzi Quatro eröffnet am Donnerstag, 30. Juli, um 20 Uhr das erste Konzertwochenende. Die 76-jährige Sängerin, Bassistin, Schauspielerin, Autorin und Radiomoderatorin aus Detroit ist eine ISWebende Legende des Rockgeschäfts. Mit ihrer charakteristischen Mischung aus Leder, Bass und unbändiger Energie wurde sie eine der ersten Frauen, die im Rockgeschäft nicht nur mitspielen, sondern die Szene maßgeblich prägen.

Bereits in jungen Jahren hatte sie ihre Karriere in der familien-eigenen Band „The Art Quatro Trio“ begonnen und mit 14 Jahren gemeinsam mit ihrer Schwester Patti in der Band „The Pleasure Seekers“ gespielt. 1973 landete sie mit „Can The SV“ ihren weltweiten Nummer-eins-Hit. Es folgten weitere Klassiker wie „48 Crash“, „Devil Gate Drive“ und das US-Duett „Stumblin' In“. Insgesamt konnte sie über 55 Millionen Tonträger verkaufen.

Einen Tag später, am Freitag, 31. Juli, um 20 Uhr bringt Schiller mit „Sommerklang 2026“ seine atmosphärischen Sounds unter den Sternenhimmel. Christopher von Deylen, so sein richtiger Name, will das Publikum auf einzigartige Klangreise mitnehmen.



Will den Sommer mitbringen nach Salzgitter: Sänger Max Giesinger tritt am 1. August in Salder im Schlosshof auf. Foto: Christoph Köstlin

Vor dem Schloss Salder entfalten dann sphärische Soundlandschaften ihre volle Wirkung: elektronisch, emotional, berührend. Sein Konzert ist eine Einladung, den Sommer mit allen Sinnen zu spüren – in Momenten voller Euphorie, Faszination und musikalischer Tiefe. Schiller gilt

als ein Soundvisionär des Global Pop. Elf Top-10-Alben, davon neun auf Platz 1, zahlreiche Gold- und Platinauszeichnungen und über sieben Millionen verkaufte Tonträger: Er zählt zu den erfolgreichsten deutschen Künstlern der Gegenwart. Seine Musik begeistert Menschen auf

der ganzen Welt – zuletzt bei gefeierten Konzerten in London, der Ukraine oder Mazedonien. Mit Max Giesinger, der schon 2017 zu Gast war in Salder, macht am Samstag, 1. August, um 20 Uhr einer der erfolgreichsten deutschen Popkünstler im Rahmen seiner Tour „Glück auf

den Straßen“ Halt in Salzgitter. Er nimmt sein Publikum mit auf einen Roadtrip voll neuer Sounds hin zu den Ursprüngen der Motivation, die ihn zum Musikmachen bewegt hat. Der gleichnamige Titelsong soll die Leichtigkeit des Sommers versprühen und damit – wie alle anderen Stücke des Albums – wie gemacht sein, um sie unter freiem Himmel gemeinsam live zu erleben. Gleichzeitig will Max Giesinger seine Single „80 Millionen“ und sein Album „Der Junge, der rennt“ feiern, die ihm vor zehn Jahren zum Durchbruch verholfen haben. Unterstützt wird er vom Duo Schlotte und Laurin.

Mehr zum Kultursommer, zu den Künstlern am zweiten Wochenende und den Tickets gibt es online auf der Seite www.kultursommer-salzgitter.de.

ANRUFEN UND GEWINNEN

hallo Salzgitter und die Konzertagentur Piekert verlosen dreimal zwei Karten für das Konzert mit Max Giesinger beim Kultursommer am Samstag, 1. August, um 20 Uhr im Schloss Salder. Wählen Sie einfach die -Hotline (0137) 988082705 und folgen Sie der Ansage. Alle Anrufe, die am 18. und 19. Juli 2026 eingehen, nehmen teil. Die Gewinner und Gewinnerinnen werden telefonisch benachrichtigt. Der Anruf kostet 50 Cent aus dem Festnetz, Mobilfunktarife können abweichen.

Wichtige Tipps für die Wassertränke

SALZGITTER. Sommerliche Hitze und Trockenheit belasten die heimische Tierwelt schwer. Darauf macht die Stadt Salzgitter aufmerksam. „Vögel, Igel, Eichhörnchen und Insekten finden kaum noch natürliche Wasserquellen“, heißt es in einer Pressemitteilung. Mit einer kleinen selbst gebauten Wassertränke

könnten die Bürgerinnen und Bürger helfen.

Gerade in heißen Phasen sind die Tiere dringend auf Unterstützung angewiesen. Über Tränken im Garten, auf der Terrasse und auf dem Balkon können sie bei Hitze ihren Durst stillen und sich abkühlen. Schattige Plätzchen wie schützende He-

cken helfen ebenfalls.

Die Stadt gibt Tipps für die heimische Wassertränke. Flache Gefäße laut der erste, so lässt sich ein Blumentopf-Untersetzer oder eine flache Schale mit rauer Oberfläche nutzen. Tiefe Gefäße könnten für kleine Tiere zur Todesfalle werden.

Die Leute sollten Ausstiegshil-

fen einbauen: Steine, Zweige oder Moos in die Tränke legen. Daran können Insekten landen und Bienen gefahrlos trinken. Der richtige Standort ist wichtig: Die Tränke sollte im Halbschatten platziert werden, damit das Wasser nicht zu schnell verdunstet oder sich zu stark aufheizt. Wichtig ist, etwas Übersicht zu

schaffen, damit Vögel herannahende Katzen rechtzeitig erkennen.

Tägliche Hygiene ist ein weiterer Punkt: Das Wasser sollte täglich gewechselt und gereinigt werden (beispielsweise mit einer Bürste), um die Ausbreitung von Krankheitserregern zu verhindern.



Neu sortiert: Großes Bücherrücken in der Stadtbibliothek in Salzgitter-Bad

Es hat sich was getan in der Stadtbibliothek in Salzgitter-Bad. Die Stadt hat die Regale neu sortiert. Die Lesenden finden alle Romane in alphabetischer Reihenfolge eingeteilt im Erdgeschoss. Dort wurden auch die Gesellschaftsspiele anders aufgestellt, und der Bestand der Bibliothek der Dinge fand einen repräsentativen Platz. Mehr in den Blick der Besucherinnen und Besucher wurden zudem die Bücher für die jungen Erwachsenen gerückt. Im Obergeschoss befinden sich weiterhin die KriSWmis. Hinzu kommen die Romane der Bereiche Fantastisches, Historisches und Großdruck. „Mit dieser Umräumaktion stehen nun auch in der Stadtbibliothek in Salzgitter-Bad die Romane nach dem Alphabet sortiert. Die Untergruppen wie Liebe, Familie, Gesellschaft oder Heiteres und Klassik wurden aufgelöst, so dass nun alle Bücher eines Autors oder einer Autorin direkt nebeneinander zu finden sind“ erläutert Leiterin Sylvia Fiedler.

„Die neue Aufstellung der Medien folgt dem einheitlichen System in allen drei Häusern und möchte alle Sparten der Belletristik für die Leserschaft neu in den Blick rücken.“ Das Stamm-Team in der Filiale in Salzgitter-Bad steht hilfreich zur Seite, um die Lieblingsliteratur zu finden. „Es wird sicher verwunderte Blicke und Fragen geben, wenn die Bücher und anderen Medien nicht mehr alle am angestammten Platz stehen“, sind sich Claudia Schulz und Dennis Margraf sicher. Sie gehen davon aus, dass die Neuerungen recht schnell angenommen werden und der Lesefreude keinen Abbruch tun. Die Vielfalt der Angebote bleibt. Dazu gehören außer Büchern aus dem Bereich Belletristik und spannende Lektüre Hörbücher, Filme, Spiele sowie Gegenstände aus der Bibliothek der Dinge. In der Kinderbibliothek stehen für die jüngsten Lesenden Bücher für unterschiedliche Lesealter, Tonies, Filme und Hörbücher bereit.

Anzeige

Aus einer Schublade wurde plötzlich die Urlaubskasse – Warum viele jetzt verborgene Werte wiederentdecken

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus **FOCUS MONEY**

Juli 2026

Aktueller Goldkurs: 4.334,80 USD/Feinunze

Braunschweig. Wenn der Alltag in den Sommerferien etwas ruhiger wird, nehmen sich viele Menschen Zeit für Dinge, die sonst liegen bleiben. Schränke werden sortiert, Schubladen geöffnet und alte Schmuckkästchen wiederentdeckt. Oft tauchen dabei Dinge auf, die seit Jahren kaum noch Beachtung gefunden haben – eine alte Goldkette, geerbte Ringe, Silberbesteck, einzelne Ohrhinge, Münzen oder sogar Zahngold. Erinnerungsstücke, die längst vergessen schienen. Viele dieser Gegenstände erzählen persönliche Geschichten. Gleichzeitig wissen die wenigsten, welchen Wert sie heute tatsächlich besitzen. Gerade Schmuck oder Silberbesteck, das seit Jahren ungenutzt in einer Schublade liegt, wird häufig unterschätzt. Nicht selten stellen Eigentümer überrascht fest, dass sich aus lange unbeachteten Erinnerungsstücken heute ein beachtlicher Wert ergeben kann. Passend dazu haben sich

Wir sind jetzt auch am Samstag von 10 bis 14 Uhr für Sie da!

den derzeit attraktiven Goldpreisen zu profitieren. Bei der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig nehmen sich die Experten Zeit für jeden einzelnen Kunden. Ob Goldschmuck, Bruchgold, Zahngold, Münzen, Silber oder geerbte Wertgegenstände – alles kann einfach mitgebracht werden, ohne vorher etwas sortieren oder vorbereiten zu müssen. Jedes Stück wird einzeln geprüft, verständlich erklärt und transparent bewertet. Erst danach entscheidet jeder Kunde in aller Ruhe selbst. Genau diese

Offenheit sorgt dafür, dass sich viele Besucher gut aufgehoben fühlen und den gesamten Ablauf als angenehm und nachvollziehbar erleben.

Eine Vorbereitung der einzelnen Stücke ist nicht notwendig. Viele Besucher bringen ihre Schmuckstücke, Münzen oder ihr Silber einfach gesammelt mit und lassen alles vor Ort prüfen.

Jetzt Klarheit schaffen

Die aktuellen Goldpreise bieten eine Gelegenheit, die sich nicht beliebig wiederholt. Wer sei-

Niedersächsische **GOLD BÖRSE** BRAUNSCHWEIG

NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE BRAUNSCHWEIG
Damm 38
38100 Braunschweig
TEL: 0531/12184200
braunschweig@goldboerse.gmbh
www.goldboerse.de
braunschweig.de

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 10:00 - 14:00 Uhr

Geschäftsführer:
N. GRANHOLM

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

DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE KAUF

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.

ne Schmuckstücke oder Erbstücke heute professionell bewerten lässt, kennt ihren tatsächlichen Wert und kann anschließend selbst entscheiden, ob der aktuelle Zeitpunkt für einen Verkauf genutzt werden soll.

Fancy Eiswürfel – so wird der Drink zum Kunstwerk

Wenn die Temperaturen steigen, sehnen wir uns nach Abkühlung - auch im Glas. Also Eiswürfel rein. Wer die klassischen Kaltmacher zu langweilig findet, verwandelt sie mit essbaren Blüten, Kräutern und Früchten in kleine Kunstwerke. So kühlen sie nicht nur den Drink, sondern sind auch ein Hingucker auf jeder Sommerparty oder einfach beim entspannten Nachmittag auf Balkon oder Terrasse.

Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt: Von würzigem Rosmarin über duftenden Lavendel bis hin zu süßen Beeren oder knackigen Gurkenscheiben lässt sich fast alles im Miniaturformat einfrieren. Schmilzt das Eis langsam im Glas, geben die Zutaten dann ganz dezent ihre feinen Aromen an das Getränk ab - perfekt für Mineralwasser, Tonics, hausgemachte Limonaden oder Eistee.

- Zutaten-Ideen:**
- ▶ Rosenknospen
 - ▶ Lavendelblüten
 - ▶ Frauenmantel
 - ▶ Mini-Minzblätter
 - ▶ Mini-Basilikumblätter



Durch schichtweises Einfrieren von Beeren, Blüten und Kräutern werden einfache Eiswürfel zu kleinen Kunstwerken.
Foto: Julia Uehren/loeffelgenuss.de/dpa-mag

- ▶ Thymianzweige
 - ▶ Rosmarinnadeln
 - ▶ kleine Erdbeeren
 - ▶ kleine Blaubeeren
 - ▶ Kiwi
 - ▶ Gurke
 - ▶ Limette
- Hinweis: Die Zutaten sollten ungespritzt sein.

Zubereitung
Damit die Eiswürfel möglichst transparent werden, ein paar

Tipps: Je kleiner die Form, desto klarer das Eis. Mehrmaliges Abkochen und anschließendes Kühlen des Wassers reduziert Mineralien, die Wasser und Würfel trüben können. Schrittweises Einfrieren sorgt dafür, dass das Wasser von unten nach oben gefriert und die Zutaten in der Mitte des Würfels schweben und nicht an die Oberfläche treiben. Mehr Rezepte unter <https://loeffelgenuss.de/> (dpa)

Fahrrad für's Kind: Darauf sollten Eltern beim Kauf achten

Eltern sollten für ihr Kind auf keinen Fall ein Fahrrad kaufen, das selbst in der niedrigsten Einstellung noch zu groß ist. Darauf weist der Auto Club Europa (ACE) hin. Sei das Modell zu groß, sitze das Kind unsicherer im Sattel. Und verliere womöglich dadurch die Lust am Radeln.

Um das richtige Rad zu finden, empfehlen die Experten in jedem Fall eine Probefahrt vor dem Kauf. Auf diese Punkte können Eltern achten:

- ▶ In der niedrigsten Sattelstellung sollte das Kind mit den Fußballen, also mit dem Bereich direkt hinter den Zehen, den Boden berühren können.
- ▶ Die Sitzhaltung sollte möglichst aufrecht sein und die Arme leicht angewinkelt, wenn die Lenkergriffe umfasst werden.
- ▶ Ist das Modell leicht genug? Ein Kind muss sein Fahrrad ohne große Mühe aufrichten können.
- ▶ Bei den Bremsen wird nicht unbedingt mehr eine Rücktrittsbremse empfohlen. Die Bremshebel sollten aber mit den Fingern gut erreichbar sein und sich fein dosieren lassen.
- ▶ Die Pedale müssen rutschfest sein, der Kettenkasten ist besser geschlossen, weil das vor Verletzungen schützt und verhindert, dass Kleidung oder Schnürsenkel in die Kette kommen.
- ▶ Scharfe Ecken und Kanten am Rad sind tabu. Sinnvoll ist ein



Sicherheit beginnt beim Kauf: Rutschfeste Pedale, gut erreichbare Bremshebel und ein geschlossener Kettenkasten schützen Kinder vor Verletzungen.
Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Prallschutz an den Lenkergriffen, verzichtbar sind dagegen Federgabeln.

- ▶ Sogenannte Spielfahrräder, die nur auf Gehwegen, Spielstraßen oder Privatgelände genutzt werden, gelten laut Straßenverkehrs-Zulassungs-Ordnung (StVZO) nicht als Fahrzeug und müssen keine Beleuchtung haben. Sobald aber ein Rad auf der Straße gefahren wird, gehören Frontscheinwerfer, Rücklicht und Reflektoren dazu.
- ▶ Wenige Gänge reichen aus, zu viele überfordern Anfänger. Eine Nabenschaltung braucht weniger Wartung und lässt sich auch im Stand bedienen. Eine Ketten-

schaltung kann klug sein, wenn ein Kind regelmäßig steilere Wege fahren muss.

- ▶ Bitte keine Stützräder: Auch wenn sie in manchen Situationen ein Umkippen verhindern, lernen Kinder damit nicht, das Gleichgewicht dynamisch zu halten.
- ▶ Wiederholt wurden in Kinderfahrrädern bei Tests schädliche Stoffe gefunden. Schauen Sie sich vor dem Kauf unabhängige Produkttests an. Ein stechender Geruch von Kunststoffteilen kann ein Hinweis sein. Manches lässt sich im Zweifel vielleicht gegen schadstofffreie Varianten austauschen. (dpa)

Krisenkommunikation: Wie geht eigentlich Empathie?

Mitunter fallen in einem Unternehmen Entscheidungen, die mehr oder weniger gravierende Auswirkungen für Mitarbeitende haben. Führungskräfte haben dann die Aufgabe, diese Entscheidungen zu kommunizieren – zum Beispiel in einem Vieraugengespräch mit dem oder der Mitarbeitenden. Dabei kommt es nicht zuletzt darauf an, dass die Führungskraft empathisch auftritt. Also Verständnis für ihr Gegenüber zeigt, ohne die Entscheidung zu relativieren.

„Empathie ist zentral, weil Veränderung fast immer emotionale Reaktionen auslöst“, sagt die Hamburger Unternehmerin und Executive Coach Ragnhild Struss. Verständnis zu zeigen bedeute nicht, Entscheidungen zurückzunehmen oder sich zu rechtfertigen. Gute Führung schaffe beides gleichzeitig: „Ich sehe, dass Sie das belastet und die Entscheidung steht.“ Viele Führungskräfte scheuten genau diese Kombination, dabei entstehe daraus oft erst echte



Wer gut führt, hält an Entscheidungen fest, bleibt dabei aber verständnisvoll.
Foto: Christin Klose/dpa Themendienst/dpa-mag

Glaubwürdigkeit. Empathie werde allerdings zu häufig missverstanden als „nett sein“. „Tatsächlich ist es die Fähigkeit, emotionale Dynamiken präzise wahrzunehmen, Menschen ernst zu nehmen und

gleichzeitig handlungsfähig zu bleiben“, so Struss. Gerade weil KI viele analytische und operative Aufgaben übernehmen wird, gewinnen genau diese menschlichen Fähigkeiten massiv an strategischer Bedeutung. (dpa)

Küssen ist gesund, aber in diesen Fällen lässt man's lieber

Ein inniger Kuss mit einem Menschen, den wir toll finden: Da wird jeder Kummer kurz auf Pause gesetzt. Dass Knutschen guttut, ist mehr als nur eine gefühlte Wahrheit. „Studien zeigen, dass Menschen, die gerne und oft küssen, länger und glücklicher leben“, sagt Susanne Schuler-Lüttmann, Chefin des Instituts für Hygiene- und Labormedizin am Helios Klinikum Krefeld.

Eine Rolle spielen dabei die Hormone: „Bei emotionalen, intensiven Küssen kommt es zu einem Hormoncocktail, der kurzfristig Glücksgefühle auslöst“, so die Fachärztin für Mikrobiologie, Virologie und Infektionsepidemiologie. Das „Glückshormon“ Dopamin, das „Kuschelhormon“ Oxytocin, Serotonin und Endorphine, die als körpereigene Schmerzmittel gelten - sie alle sind Teil dieses Hormon-Feuerwerks. Der Pegel des Stresshormons Cortisol hingegen sinkt.



Beide fühlen sich fit, niemand hat ein Herpesbläschen? Dann kann bedenkenlos geknutscht werden.
Foto: Mohssen Assanimoghaddam/dpa/dpa-mag

80 MILLIONEN BAKTERIEN AUSTAUSCHT

Hinzu kommt, dass feuchtföhliche Küsse ein willkommenes Training für unser Immunsystem sind. Denn beim Knutschen wird es mit unbekannten Bakterien konfrontiert. „In der Mundhöhle des Kusspartners herrscht schließlich ein anderes Mikrobiom als in der eigenen“, sagt Schuler-Lüttmann. Mit der Zeit gleicht sich die Bakterien-Zusammensetzung in den Mundhöhlen von Beziehungspartnern sogar mehr und mehr an.

Eine Studie aus den Niederlanden aus dem Jahr 2014 zeigt: Während eines zehn Sekunden langen Kusses tauscht man etwa 80 Millionen Bakterien mit seinem Gegenüber aus. Ekel ist aber fehl am Platz, denn die allermeisten von ihnen sind harmlos. In manchen Fällen sind aber doch krank machende Bakterien - oder Viren - mit im Spiel. So kann man sich Erkältungen oder Ma-

gen-Darm-Infekte einfangen, wenn man beim Küssen infektiöse Aerosole einatmet - winzige Tröpfchen, die beim Ausatmen in die Luft gelangen. Manch einem mag das Prinzip noch aus der Corona-Hochphase bekannt sein.

Auch bakterielle Infektionen wie Scharlach oder Keuchhusten können beim Küssen übertragen werden. Hier ist vor allem der Austausch von Speichel entscheidend. Gibt es winzig kleine Verletzungen in der Mundschleimhaut, können die Krankheitserreger eindringen - und Startpunkt für eine Erkrankung sein, so Schuler-Lüttmann.

WANN KUSSVERBOT GILT - ZWEI BEISPIELE

▶ Lippenherpes
Hat man selbst Herpesbläschen, gilt das schnell auch für den Kusspartner oder die Kusspartnerin. „Denn die Keimlast der Bläschen ist extrem hoch“,

warnet Susanne Schuler-Lüttmann.

Selbst antivirale Cremes und Lippenpatches auf den Bläschen schützen den anderen nicht vor Ansteckung. Da hilft nur: Wer Herpesbläschen hat, sollte andere lieber nicht küssen - sicherheitshalber auch nicht auf andere Körperbereiche als die Lippen. Auch Oralsex sollte man sich dann lieber verknäueln. Dabei können nämlich Viren auf den Genitalbereich von Partner oder Partnerin übertragen werden. Die Folge kann Genitalherpes sein, so das Portal „gesundheitsinformation.de“.

Übrigens: „Ansteckend ist man so lange, bis die gelben Krusten nach einer Herpesinfektion abgefallen sind“, sagt Schuler-Lüttmann.

Insbesondere Eltern von Babys sollten das „Kussverbot“ beherzigen. „Für Babys ist es extrem gefährlich, wenn man sie mit Herpes küsst, weil ihr Immunsys-

tem das Virus noch nicht kennt. Da kann es sogar zu schweren Hirnhautinfektionen kommen.“

▶ Pfeiffersches Drüsenfieber
Zur Familie der Herpesviren gehört auch das Epstein-Barr-Virus (EBV), das Pfeiffersches Drüsenfieber auslösen kann. Weil es vor allem über Speichel übertragen wird, wird es auch als „Kisskrankheit“ bezeichnet. Jugendliche und junge Erwachsene sind besonders häufig betroffen, „Symptome sind Fieber, Halsschmerzen, geschwollene Lymphknoten“, zählt Schuler-Lüttmann auf.

Generell gilt: Es ist eine gute Idee, aufs Küssen zu verzichten, wenn man akute Krankheitssymptome hat. Ansonsten sorgt man sich aber besser nicht zu viel. „Küssen ist gesund - und solange man sich gut fühlt und keine akute Erkrankung hat, dürften die positiven Effekte deutlich größer sein.“ (dpa)

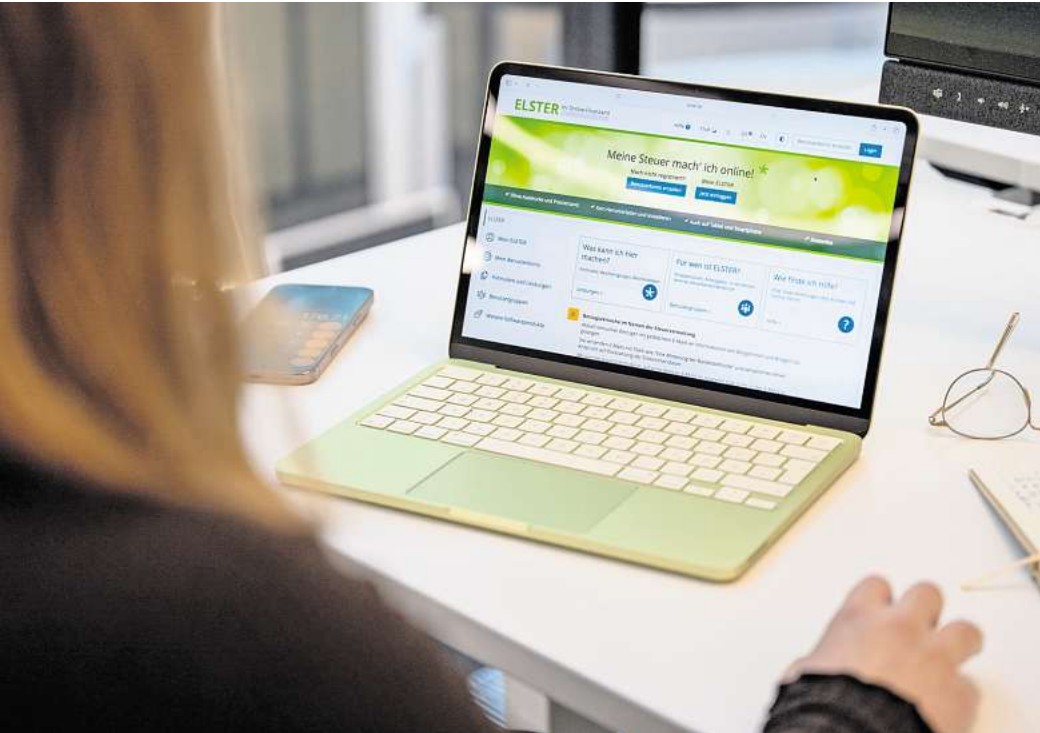
Freiwillige Steuererklärung? In diesen Fällen lohnt es sich

Sie sind nicht zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet? Dann haben Sie zumindest keinen Druck. Trotzdem kann es sich lohnen, freiwillig eine Erklärung beim Finanzamt einzureichen.

„Insbesondere, wenn Arbeitnehmer hohe Werbungskosten tragen müssen, zum Beispiel für weite Fahrten zwischen Wohnung und erster Tätigkeitsstätte, ist mit einer Steuererstattung zu rechnen“, sagt David Martens, Geschäftsführer beim Bundesverband Lohnsteuerhilfevereine (BVL).

Aber auch dann, wenn Verluste aus anderen Einkunftsarten - zum Beispiel Vermietung und Verpachtung - berücksichtigt werden sollen, empfiehlt sich die freiwillige Abgabe. In welchen weiteren Fällen sich der Aufwand dem BVL zufolge lohnt:

- ▶ Bei hohen beruflich bedingten Aufwendungen, wenn der Arbeitnehmer-Pauschbetrag von 1.230 Euro im Jahr, den der Fiskus ohnehin berücksichtigt, überschritten wird.
- ▶ Bei Sonderausgaben, die höher sind als der Sonderausgaben-Pauschbetrag von 36 Euro im Jahr - zum Beispiel durch Kirchensteuer oder Spenden.
- ▶ Bei außergewöhnlichen Belastungen, die die individuelle zumutbare Eigenbelastung übersteigen - zum Beispiel durch Krankheitsaufwendungen.
- ▶ Wenn man nur zeitweise innerhalb eines Jahres angestellt gearbeitet hat.
- ▶ Wenn in einem Jahr unterschiedlich hohe Gehälter bezogen wurden - etwa aufgrund einer Gehaltserhöhung oder Sonderzahlung.
- ▶ Wenn Lohnersatzleistungen zurückgezahlt werden mussten.



Keine Steuerpflicht, aber vielleicht Geld zurück: Wer freiwillig eine Steuererklärung abgibt, kann sich womöglich eine Erstattung sichern – etwa bei hohen Werbungskosten wie langen Arbeitswegen.
Foto: Nico Tapia/dpa-mag

- ▶ Wenn die Einkünfte so hoch sind, dass der Anspruch auf die Kinderfreibeträge günstiger kommen könnte als das Kindergeld.
- ▶ Wenn Kinderbetreuungskosten - etwa für Kita-Gebühren - angefallen sind.
- ▶ Wenn im Veranlagungszeitraum geheiratet wurde.
- ▶ Wenn dem Steuerpflichtigen der Entlastungsbetrag für Alleinerziehende zusteht und nicht die Steuerklasse II beantragt wurde.
- ▶ Wenn Verluste aus anderen Einkunftsarten erzielt wurden.
- ▶ Wenn zu viel Abgeltungssteuer auf Kapitalerträge entrichtet wurde, zum Beispiel weil kein entsprechender Freistellungs-

auftrag eingerichtet worden ist.

- ▶ Wenn das zu versteuernde Jahreseinkommen für Singles unter 40.000 Euro beziehungsweise für Verheiratete unter 80.000 Euro beträgt und die Arbeitnehmer-Sparzulage beantragt werden kann.
- ▶ Wenn Steuerpflichtige den Sonderausgabenabzug für Altersvorsorgebeiträge - etwa zur Riester-Rente - geltend machen können.
- ▶ Wenn haushaltsnahe Dienstleistungen oder Handwerkerleistungen in Anspruch genommen worden sind.
- ▶ Wenn energetische Baumaßnahmen an der selbst bewohnten Eigentumsimmobilie vorgenommen wurden.

Steuerpflichtige, bei denen mindestens einer der genannten Sachverhalte vorliegt, „sollten unbedingt eine Einkommensteuererklärung anfertigen und abgeben, damit sie kein Geld verschenken“, empfiehlt David Martens.

Bei einer freiwilligen Abgabe bleibt Steuerzahlerinnen und Steuerzahlern vier Jahre Zeit für die Abgabe. Das bedeutet, die Einkommensteuererklärung 2025 muss spätestens am 31. Dezember 2025 abgegeben werden. Es bedeutet umgekehrt auch, dass man jetzt noch die Steuererklärung ab dem Veranlagungszeitraum 2022 abgeben kann, wenn solche genannten Konstellationen vorlagen. (dpa)



Herzlich willkommen bei Van der Horst: Justiziar Dr. Holger Müller, Objektleiterin Barbara Lorenz und Abteilungsleiter Karsten Kliebsch von der Firma Junicke vor der fertigen Blumeninsel am Pappeldamm.

Eine grüne Visitenkarte für Steterburg

Sommerblumen an der Ortsdurchfahrt: Das Wohnungsunternehmen Van der Horst legt die Blumeninsel am Pappeldamm neu an

Steterburg blüht auf: Die farbenfrohen Sommerblumen sollen die Menschen in dem Ortsteil erfreuen.

Fotos: sz-pa/rk

Salzgitters Ortsteil Steterburg blüht auf. Das Wohnungsunternehmen Van der Horst, das etwa 1.000 Wohnungen rund um den Pappeldamm besitzt, hat die Blumeninsel an der Ortsdurchfahrt neu bepflanzen lassen.

Sie bildet künftig „die grüne Visitenkarte der Wohnanlage“, sagt Dr. Holger Müller, Justiziar des Immobilienunternehmens. Ihm liegt das Projekt am Herzen. Die attraktive und insektenfreundliche Blumeninsel an der Ecke Pappeldamm/Danziger Straße ist ein Hingucker und soll nicht nur den bestehenden Bewohnern und Bewohnern künftig Freude berei-

ten, sondern gleichzeitig bei denjenigen bereits bei der Einfahrt einen positiven ersten Eindruck vermitteln, die an einer Wohnung interessiert sind. Denn passend zu der Pflanzaktion bietet Van der Horst derzeit eine neue Tranche vollständig renovierter und bezugsfertiger Wohnungen in unterschiedlichen Größen zur Vermietung an. Dr. Holger Müller kündigt an, die Blumeninsel im Auge zu behalten und jedes Frühjahr neu zu bepflanzen, falls das nötig ist.

DAS GESAMTE VIERTEL IM BLICK

Aber nicht nur die Straße soll schöner werden, Dr. Müller hat das gesamte Viertel im Blick. Ein besonderer Bestandteil des Projekts „Steterburg blüht auf“ ist

für ihn die aktive Einbindung der Bewohnerinnen und Bewohner: Im Rahmen eines Vorgartenprojekts hat das Unternehmen allen Mieterinnen und Mietern kostenlos Sommerblumen und Saatgut zur Verfügung gestellt, mit denen sie die Flächen vor ihren Häusern individuell gestalten können. 1.000 Pflanzen verschenkte Van der Horst am Freitag. Dr. Holger Müller: „So entsteht nach und nach ein blühendes Gesamtbild des Quartiers, das das nachbarschaftliche Miteinander stärkt und einen wertvollen Beitrag zur Artenvielfalt leistet.“

EIN BLÜHENDES ERSCHEINUNGSBILD

Das gepflegte und blühende Erscheinungsbild unterstreicht nach seinen Worten die hohe Wohnqualität und zeigt bereits auf den ersten Blick, dass in Steterburg großer Wert auf ein attraktives, lebenswertes und gemeinschaftlich gestaltetes Quartier gelegt wird. Das Projekt „Steterburg blüht auf“ ver-

binde ökologische Aufwertung, bürgerschaftliches Engagement und ein positives Erscheinungsbild des Quartiers.

Um die Mieterinnen und Mieter zu motivieren, hat Van der Horst einen Wettbewerb ausgeschrieben. In knapp zehn Tagen machen sich Objektleiterin Barbara Lorenz und ihr Team auf den Weg und sehen sich die Vorgärten an. Die drei schönsten Anlagen werden mit jeweils 300 Euro bedacht. Die Botschaft, die für Dr. Holger Müller dahinter steckt: „Die Menschen sollen zeigen, wie schön Steterburg sein kann.“

Er bedankt sich auch besonders bei der Stadt Salzgitter, die das Projekt großzügig gefördert hat.



Legen die Blumeninsel an: Jens R., Arif K., Ivan D. und Tim S. von der Braunschweiger Gartenbaufirma Junicke pflanzen Blumen und Stauden.





FOTO: IMAGO IMAGES

Diese Schlösser und Burgen zählen zu den schönsten in Norddeutschland

Der reisereporter stellt dir sieben Schloss- und Burgfavoriten vor, die einen Besuch wert sind

Obidyllisch am Seeufer, auf Hügeln über der Stadt oder sogar auf einer Insel: Wir reisen mit dir zu den schönsten Schlössern und Burgen in Norddeutschland..

Im Norden Deutschlands gibt es heute noch zahlreiche Bauten, in denen die royalen Geschichten früherer Jahrhunderte spürbar sind.

Von pompös bis nordisch zurückhaltend: Der reisereporter stellt dir seine sieben Schloss- und Burgfavoriten in Schleswig-Holstein, Hamburg, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern und Niedersachsen vor, die auf jeden Fall einen Ausflug wert sind.

SCHLOSS GLÜCKSBURG, SCHLESWIG-HOLSTEIN

Schneeweiße Wände, die von Wasser umgeben sind: Das Wasserschloss Glücksburg in der nördlichsten Stadt Deutschlands präsentiert sich strahlend hell auf einem künstlich angelegten See, nur wenige Hundert Meter von der Flensburger Förde entfernt. Vier identische, achteckige Türme, an jeder Ecke einer, zieren den quadratischen Bau.

Das 1587 erbaute Renaissance-schloss ist seit 1923 ein Museum und kann besichtigt werden: Gemälde, Möbel, Silber und Waffen vergangener Zeiten gehören zum Inventar. Wer in dieser Kulisse, in der einst die Herzöge von Glücksburg und später das dänische Königshaus residierten, heiraten möchte, hat in der Kapelle und im Turmzimmer die Möglichkeit dazu. Und die Location ist gefragt: Über 200 Hochzeiten pro Jahr zählt der Prachtbau.

Das Ambiente des Schlosses wird auch für Veranstaltungen genutzt und im Oktober und November sowie von Januar bis Mai und im Frühjahr gehören nächtliche Führungen durch das über 400 Jahre alte Schloss zum Angebot.

„ALSTERSCHLÖSSCHEN“ BURG HENNEBERG, HAMBURG

Niemanden würde es wundern, wenn Rapunzel im nächsten

Moment ihr langes Haar aus dem Turm im „Alsterschlösschens“ Henneberg in Hamburg werfen würde. Die Burg Henneberg, die auch als „Alsterschlösschen“ bekannt ist, liegt verwunschen an der Alster im Hennebergpark im Stadtteil Poppenbüttel und versprüht ein märchenhaftes Flair.

Die künstliche Ruine ist ein Nachbau der Burg Henneberg im südlichen Thüringen im Maßstab 1:4 und wurde Ende des 19. Jahrhunderts erbaut. Vorge-täuschte Risse in den Mauern sollen den Bau älter erscheinen lassen. Das kleine Bauwerk wird von Hamburg als „wahrscheinlich kleinstes Schloss der Welt“ beworben.

Erhaben sollte die Burg liegen, und so wurde vor dem Bau ein 15 Meter hoher „Berg“ aufgeschüttet, auf dem die Burg thront. Zur Burg gehören ein zwölf Meter hoher Turm, eine am Alsterlauf gelegene Kapelle und ein Rittersaal. Seit 2014 ist das Schloss öffentlich zugänglich und bietet auch Veranstaltungen wie Konzerte, Yogakurse im Rittersaal und Kunstausstellungen an.

SCHLOSS SCHWERIN, MECKLENBURG-VORPOMMERN

Auf einer Insel gelegen, blickt das märchenhafte Schweriner Schloss über Schwerin und das umliegende Wasser des Schweriner Sees. Hier residierten einst die Herzöge und Großherzöge von Mecklenburg-Schwerin, und die Türme mit den vergoldeten Kuppeln versprühen noch immer ein adeliges Flair.

Auf über 1000 Jahre Geschichte blickt das Schloss zurück, und Umbauten Mitte des 19. Jahrhunderts, die sich an französischen Schlössern an der Loire orientierten, verpassten dem Schloss das Aussehen, das wir heute kennen. Das Schloss gilt als die größte und architektonisch wie künstlerisch anspruchsvollste Residenz des 19. Jahrhunderts.

Das Schloss Schwerin dient heute nicht nur als Museum, sondern beherbergt auch das Parlament des Landes Mecklen-



Traumkulisse: Das Schweriner Schloss liegt direkt am Wasser.

Foto: imago images/Shotshop

burg-Vorpommern. Prachtvolle Räume, Thronsaal und Ahnengalerie, Kunstwerke wie Gemälde und Skulpturen und eine große Porzellansammlung gehören zu den Schätzen im Inneren des Museums.

Der Zauber des Schlosses setzt sich in der weitläufigen Gartenanlage fort. Unter anderem laden die Orangerie im Burggarten an der Rückseite des Schlosses und eine künstliche Grotte am Seeufer zum Verweilen ein. Seit 2024 gehört das Schloss zum Unesco-Welterbe.

LUDWIGSLUSTER SCHLOSS, MECKLENBURG-VORPOMMERN

1772 wurde das Residenzschloss in Ludwigslust in Auftrag gegeben, und nichts Geringeres als das Schloss Versailles, eine der größten Palastanlagen Euro-

pas, diente als Vorbild. Schloss Ludwigslust wird daher auch als „Versailles des Nordens“ bezeichnet.

Der Bau wirkt weniger verspielt als andere Barockschlösser und präsentiert sich dreigeschossig, mit heller Sandsteinverkleidung und eleganter Fassadengestaltung. Seit Juni 2026 können Besucherinnen und Besucher nach Sanierungsarbeiten wieder sowohl den Ost- als auch den Westflügel besichtigen und Einblicke in die früheren Wohnräume der Herzöge sowie in Audienz- und Ausstellungsräume gewinnen. Ein Highlight ist dabei der Goldene Saal, ein prachtvoller Festsaal in Weiß und Gold.

Das Schloss ist vom Ludwigsluster Schlosspark umgeben, dem weitläufigsten Landschaftspark Mecklenburg-Vorpommerns. Auf einer Fläche, die

rund 178 Fußballfeldern entspricht, erstreckt sich der englische Landschaftspark mit Wasserspielen, Grabdenkmälern, einer Grotte und Sondergärten.

Schloss Bückeburg, Niedersachsen

Ein echter Hingucker ist Schloss Bückeburg in Niedersachsen, rund 50 Kilometer von Hannover entfernt. Seit rund 700 Jahren ist das Anwesen der Wohnsitz des Fürstenhauses zu Schaumburg-Lippe und im 16. Jahrhundert wurde die einstige mittelalterliche Wehrfestung zum heutigen Renaissance-schloss umgewandelt.

Verschiedene Schlossführungen erlauben einen Einblick hinter die historischen Mauern und ermöglichen die Besichtigung einiger der rund 250 Räume des Prunkbaus sowie einen Besuch des Marstallmuseums der Fürst-

lichen Hofreitschule und des Fürstlichen Mausoleums im Schlosspark. Bei der „Hinter den Kulissen“-Führung werden Gänge und Räume gezeigt, die bei anderen Führungen verborgen bleiben. Auch spezielle Touren für Kinder werden angeboten.

Ein 80 Hektar großer, frei zugänglicher Park umgibt Schloss Bückeburg. Vor 200 Jahren wurde er im englischen Landschaftsstil umgestaltet und es gibt seltene Baumarten wie die eigentümlich geformte Süntelbuche, Sumpfschneepalme und einen fast 25 Meter hohen Mammutbaum zu bestaunen.

WASSERSCHLOSS WINSEN, NIEDERSACHSEN

Das Wasserschloss Winsen liegt südöstlich vor den Toren Ham-

burgs in Winsen an der Luhe im Stadtzentrum. Die Entstehung der ehemaligen Wasserburg wird auf das Jahr 1230 geschätzt, Ende des 16. Jahrhunderts wurde die Burg zum Schloss umgebaut. Der historische Bau wirkt noch immer wehrhaft und sein heute dreiflügeliger Baukörper präsentiert sich im norddeutschen Stil als Backsteinbau mit Fachwerkelementen.

Zu der Geschichte des Schlosses gehört auch ein dunkles Kapitel. Zu Beginn des 17. Jahrhunderts fanden auf dem Schloss mehrere Hexenprozesse statt. Rund 40 angebliche Hexen wurden hier verurteilt und vor den Toren des Schlosses verbrannt.

Heute ist das Amtsgericht Winsen in den historischen Räumlichkeiten untergebracht und in der malerischen Schlosskapelle finden neben kulturellen Veranstaltungen auch Trauungen statt.

Schloss Schönebeck, Bremen

Auch die Hansestadt Bremen kann mit einem Schloss aufwarten. Das Wasserschloss Schönebeck liegt im Tal der Schönebecker Aue in Bremen-Vegesack und ist im Stil des norddeutschen Fachwerks erbaut. Die Erscheinung des historischen Baus passt zum norddeutschen Understatement: Statt wie ein prunkvolles Schloss wirkt es eher wie ein elegantes Herrenhaus.

Das Entstehungsjahr des Wasserschlosses ist nicht eindeutig geklärt, aber Mitte des 14. Jahrhunderts wurde die Buranlage erstmals urkundlich erwähnt und Mitte des 17. Jahrhunderts zum heutigen Erscheinungsbild umgebaut. Seit 1972 ist das Heimatmuseum hinter den historischen Mauern einquartiert.

Zu den Exponaten des Museums gehören Schiffsmodelle, Galionsfiguren und das komplette Büro des Abenteurers und Forschungsreisenden Gerhard Rohlfs. Letzteres enthält so interessante Ausstellungstücke, dass es sogar schon zu einem Diebstahl kam: 2018 wurde ein aus Ecuador stammender Schrumpfkopf aus der Vitrine gestohlen.

Im Eiffelturm gibt es diesen Herbst ein kostenloses Kino

Die Tickets werden aber nur über ein Losverfahren vergeben

Filme schauen im wohlberühmtesten Wahrzeichen Frankreichs: Im September wird der Eiffelturm erstmals zur Kulisse eines besonderen Kino-Events. Der Eintritt ist kostenlos. Allerdings gibt es einen Haken: Die Tickets werden nicht verkauft, sondern verlost.

Paris ist bekannt für seine außergewöhnlichen Kulturveranstaltungen. Im Herbst 2026 kommt nun eine weitere hinzu. Das Filmfestival „Cinema Paradiso“ zieht erstmals in den Eiffelturm ein und verwandelt das weltberühmte Bauwerk für vier Tage in ein Pop-up-Kino.

Vom 24. bis 27. September werden im Inneren des Eiffelturms insgesamt neun Filme gezeigt. Für Besucherinnen und Besucher ist der Eintritt kostenlos.

KINOABEND IN LUFTIGER HÖHE

Die Filmvorführungen finden im Salle Gustave Eiffel statt, einem großen Veranstaltungssaal auf der ersten Ebene des Eiffelturms.

Welche Filme gezeigt werden, steht bislang noch nicht fest. Das vollständige Programm wollen die Veranstalter erst Anfang September veröffentlichen.

Insgesamt sind neun Vorstellungen an den vier Festivaltagen geplant. Organisiert wird das Event von einem französischen Arthouse-Kinonetzwerk, das bereits seit vielen Jahren außergewöhnliche Filmfestivals an besonderen Orten veranstaltet. Mit dem Kino im Eiffelturm in Paris dürfte aber vermutlich auch für die Macherinnen und Macher ein Traum in Erfüllung gehen.

KOSTENLOSE TICKETS FÜR KINO IM EIFFELTUM WERDEN VERLOST

Wer eine der Vorstellungen besuchen möchte, kann die Karten allerdings nicht einfach kaufen. Die kostenlosen Tickets werden über ein Losverfahren vergeben. Die Anmeldung für die Verlosung soll im September auf der Website der Veranstalter „mk2-festivalparadiso.com“ starten. Wer ausgelost wird, kann anschließend seine bevorzugte Filmvorstellung auswählen und erhält die Eintrittskarten per E-Mail. Es dürfte eine große Nachfrage geben, und das bei begrenzter Platzzahl.

„CINEMA PARADISO“ BRINGT FILME AN BESONDERE ORTE

Das Festival „Cinema Paradiso“ existiert bereits seit 2013 und ist

bekannt dafür, außergewöhnliche Orte in temporäre Freiluft- oder Pop-up-Kinos zu verwandeln. Der Name geht auf den Film „Cinema Paradiso“ zurück. In dem Oscar-prämierten Klassiker erinnert sich ein Regisseur an seine Kindheit und seine Liebe zum Kino.

In den vergangenen Jahren fanden Ausgaben des Festivals unter anderem im Grand Palais, in der Kulturstätte La Seine Musicale, in der Villa Carnignac auf der Insel Porquerolles sowie auf dem Gelände des legendären 24-Stunden-Rennens von Le Mans statt. Zuletzt war das Festival im Louvre zu Gast.

EIN KINOERLEBNIS, DAS ES SO NOCH NIE GAB

Dass nun erstmals der Eiffelturm zur Filmkulisse wird, dürfte für viele Paris-Reisende ein



Ein Kino im Eiffelturm: Im September wird das Wirklichkeit.

Foto: imago images/ Chromorange

zusätzlicher Anreiz sein. Filmfans können sich auf ein außergewöhnliches Erlebnis freuen: Kino in einem der bekanntesten

Bauwerke der Welt – und das sogar kostenlos.

Wer dabei sein möchte, sollte den September im Blick behalten.

Dann starten sowohl die Bekanntgabe des Filmprogramms als auch die Ticketverlosung.

Jetzt Frühbucherpreise sichern! LICHTERGLANZ & WEIHNACHTSDUFT

Schwarzwald und Elsass im Lichterglanz

Colmar, Straßburg, Gengenbach und Freiburg

5 Tage Busreise vom 30.11.-04.12.2026

AUSFLÜGE INKLUSIVE!

- Wunderschöne Weihnachtsmärkte ► Liebevoll geschmückte Weihnachtsdörfer ► Ortskundige Reiseleitung
- 4 x Ü/HP im 3* Hotel-Restaurant Schieble in Kenzingen ► Ausflug ins Elsass mit Besuch von Colmar und Riquewihr ► Ausflug nach Straßburg und Gengenbach ► Schwarzwaldrundfahrt mit Freiburg und Titisee ► Ortskundige Reiseleitung bei allen Ausflügen

ab € 669,-

Adventsträume in Belgien

Festliche Tage in Leuven und Brüssel

4 Tage Busreise vom 10.12.-13.12.2026

STIMMUNGSVOLLE ADVENTSZEIT IN FLANDERN!

- Festliche Atmosphäre in Leuven und Brüssel
- 3 x Ü/F im 3* Park Inn by Radisson Leuven ► Stadtführung in Brüssel ► Stadtführung Leuven ► DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Führung in einer Hausbrauerei inkl. Verkostung von 2 Bieren und kalten Snacks

ab € 599,-

Lichterglanz in Stockholm

Zum Santa-Lucia-Fest nach Schweden

7 Tage Busreise vom 10.12.-16.12.2026

NOBELPREIS TRIFFT SANTA-LUCIA-LICHTER IN STOCKHOLM!

- Nobelpreis hautnah: Nobel Prize Museum und stimmungsvolle Nobel Week Lights ► Skandinavische Lichtertradition: Abend-Stadtführung und Santa-Lucia-Konzert
- 1 x Abendessen im Restaurant auf der Anreise ► Fährüberfahrten Travemünde – Trelleborg und Göteborg – Kiel inkl. je 1 x Ü/F ► 4 x Ü/F im 4* Elite Hotel Arcadia Stockholm ► 1 x Eintritt Freilichtmuseum Gamla Linköping ► Stadtführung Stockholm ► 1 x Eintritt Nobel Prize Museum ► Besuch eines traditionellen Santa-Lucia-Konzertes ► 1 x Stadtführung im Dunkeln ► u.v.m.

ab € 1469,-

Wismar und Schwerin in der Vorweihnachtszeit

2 Tage Busreise vom 09.12.-10.12.2026

ADVENT IM NORDEN GENIEßEN!

- Wismar und Schwerin: Zwei eindrucksvolle Städte in der Vorweihnachtszeit
- 1 x Ü/F im Hotel Townhouse Stadt Hamburg in Wismar ► Nutzung des Sauna- und Fitnessbereichs inklusive ► DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Stadtführungen in Wismar und Schwerin

ab € 199,-

Festtagsreisen VOLLER GENUSS

Bayerische Weihnachten in Erlangen

Winterliche Auszeit mit fränkischem Charme

4 Tage Busreise vom 23.12.-26.12.2026

FESTLICHES OBERFRANKEN!

- Weihnachtsbräuche in Oberfranken ► Festliche Momente im Hotel ► UNESCO-Welterbestadt Bamberg ► Eindrucksvolle Ausblicke auf Burgen, Felsen und Täler
- 3 x Ü/F im 4* Hotel Bayerischer Hof in Erlangen ► 1 x Abendessen als 3-Gang-Menü ► 2 x Abendessen als Weihnachtsmenü am 24.12. und 25.12. ► 1 x Weihnachtlicher Empfang an Heiligabend mit Kaffee, Tee, Glühwein, Punsch, Lebkuchen und Stollen ► Themenführung in Bamberg ► Stadtführung in Erlangen ► Panoramarundfahrt Fränkische Schweiz

ab € 799,-

Leuchtende Weihnacht in Weimar

Feierliche Festtage im Dorint Hotel

4 Tage Busreise vom 23.12.-26.12.2026

STIMMUNGSVOLLE WEIHNACHTSREISE IN EINE DER SCHÖNSTEN KULTURSTÄDTE DEUTSCHLANDS!

- Erstklassiger Komfort und stimmungsvolle Eleganz im Dorint Hotel Am Goethepark ► Zentral in Weimar gelegen
- 3 x Ü/F im Dorint Hotel Am Goethepark in Weimar ► 1 x Begrüßungscocktail ► 2 x 3-Gang-Menü oder Dinnerbuffet ► 1 x elegantes 4-Gang-Menü an Heiligabend ► 1 x festliche Kaffeetafel ► Sektempfang an Heiligabend ► Ausklang des Abends mit Piano-Livemusik ► Stadtführungen in Erfurt und Weimar ► Ausflug Landschaftsfahrt zur Leuchtenburg inkl. Eintritt und Shuttle

ab € 899,-

Silvesterparty im Feldschlösschen Stammhaus in Dresden

4 Tage Busreise vom 30.12.2026-02.01.2027

MIT BRAUTRADITION UND VOLLDAMPF INS NEUE JAHR!

- Ausflug in die Sächsische Schweiz inklusive ► Silvesterparty mit Tanzmöglichkeit und Programm
- 3 x Ü/F im 3* Achat Hotel Dresden Altstadt ► 2 x Abendessen als 3-Gang-Menü ► Silvesterfeier im Feldschlösschen Stammhaus inkl. Begrüßungsgetränk, Silvesterbuffet, Diskothek, Showprogramm und 1 Glas Sekt um Mitternacht ► Stadtführung in Dresden ► Fahrt mit der Schmalspurbahn ► Ausflug Sächsische Schweiz mit Eintritt Festung Königstein und Kaffeetrinken ► DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Ausflug ins Erzgebirge inkl. Weißeritzalbahn

ab € 889,-

Silvester an der holländischen Nordseeküste

4 Tage Busreise vom 29.12.2026-01.01.2027

FRISCHER WIND UND UNVERGESLICHE MOMENTE ZUM JAHRESWECHSEL!

- 7 Getränke an Silvester inklusive ► Oliebollen – eine köstliche, niederländische Tradition zu Silvester
- 3 x Ü/F im 4* Hotel NH Noordwijk Leeuwenhorst ► 2 x Abendessen als Buffet im Hotel ► 1 x Silvesterfeier inklusive Kaffee/Tee und Oliebollen sowie kaltes warmes Buffet, 7 Freige Getränke, 1 Glas Sekt und Livemusik ► Besuch in Leiden ► Ausflug nach Volendam mit Besuch Käsebauernhof und Holzschuhmacherei inkl. Käseprobe ► Stadtführung in Den Haag

ab € 879,-

Beliebte SCHIFFSREISEN

Nur noch wenige
Kabinen frei

Auf der schönen blauen Donau

8 Tage Flussreise vom 08.08.-15.08.2026

IHRE REISE FÜR GEHOEBENE ANSPRÜCHE!

- Donaumetropole Budapest ► Wien – Weltstadt mit Flair ► Inklusives Getränkepaket
- Flusskreuzfahrt mit MS Ariana in der gebuchten Kabinenkategorie: Passau – Dürnheim – Esztergom – Budapest – Bratislava – Wien – Melk – Passau ► Vollpension an Bord ► Getränke von 9 bis 24 Uhr inkl. ► Willkommensgetränk ► Kapitänsempfang und Gala-dinner ► Audioguide bei den Ausflügen ► Bord-Unterhaltungsprogramm ► Bord-Reiseleitung ► DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): diverse Ausflüge

ab € 1539,-

Hollands Grachten und Flanderns Kunst

7 Tage Flussreise vom 25.08.-31.08.2026

ELEGANTES AMBIENTE!

- Ausflug nach Brüssel ► Schokoladenstadt Brügge ► Antwerpen und Gent ► Hafenstadt Rotterdam
- Flusskreuzfahrt mit MS Lady Diletta in der gebuchten Kabinenkategorie: Düsseldorf – Antwerpen – Gent – Rotterdam – Amsterdam – Nijmegen – Düsseldorf ► Vollpension an Bord ► Willkommensgetränk ► Kapitäncocktail und Galadinner ► Audioguide bei den Ausflügen ► Bord-Reiseleitung ► Bord-Unterhaltungsprogramm ► DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): diverse Ausflüge

ab € 2089,-

Rendezvous mit Paris und Höhepunkte der Seine

8 Tage Flussreise vom 04.09.-11.09.2026

SAVOIR VIVRE AN BORD!

- Entspannte An- und Abreise mit Zwischenübernachtung ► Viel Zeit für Paris
- 2 x ZwÜ/HP ► Flusskreuzfahrt mit MS A-ROSA Viva in der gebuchten Kabinenkategorie: St. Denis/Paris – Rouen – Vernon – St. Denis/Paris ► Vollpension an Bord mit Buffets, Live-Cooking, Erfrischungs-snacks und Kaffee- und Teestunde ► Willkommenscocktail ► Bord-Unterhaltung ► deutsch sprechende Bordreiseleitung ► Audioguide bei den Ausflügen ► DAS GÖNN' ICH MIR (Zusatzk.): Ausflugspaket und Getränkepaket

ab € 1589,-

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

Fliegen ab
Braunschweig

SOMMER Fest 26

EINTRITT
FREI!

HOT BANDITOZ

GEIER STURZFLUG

OLAF HENNING

LUCAS CORDALIS

DJ RICHY VIENNA

+ REISEMESSE
+ FAMILYENTERTAINMENT
+ FOOD & DRINKS
UND VIELES MEHR

SONNTAG, 30. AUGUST • 11 - 17 UHR
SchmidtTerminal, nahe Bahnhof Wolfenbüttel

**SAVE
THE
DATE!**

**VERMIETUNG
VERKAUF
WERKSTATT**
bei **WOHNWAGEN-BODENBURG**
Hobby & Weinsberg
Reisemobile + Wohnwagen
Tel. 05174800880 | Mo.–Fr. 9–18 Uhr / Sa. 9–13 Uhr
Sonntags – Schautag: 11 – 16 Uhr Groß Lafferde B1
18394201_002426

► **BEKANNTSCHAFTS-
ANZEIGEN**

► **BEKANNTSCHAFT**

► **ER SUCHT SIE**

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

► **VERSCHIEDENES**

Erledige Gartenarbeit, jeglicher Art inkl. Entsorgung. Beet, Fugen kratzen, uvm. ☎ 01 76/ 77 12 34 46

► **STELLENMARKT**

► **MINI- UND NEBENJOBS**

SZ-Joachim-Kampe-Str. Reinigungs-kraft m/w/d ges. Mo. – Fr. 2,9 Std. u. Samstag 1,5 Std. ab 5 Uhr, SV-pflichtig Tel. Bewerbung: 0151/61055864 Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

► **STELLENGESUCHE**

Fliesenleger sucht Arbeit. ☎ 0160/ 977 39 654

► **IMMOBILIENMARKT**

7 Zimmer | 157 m² | 249.900,- €

Festpreis Impuls 157
Wärmepumpe, Sicherheitsfenster 3-fach verglast, Rollläden, Gästezimmer im EG, inkl. Ausbaureserve, Drempel 1,31 m ☎ 0531/877040
Westermann Massivhaus GmbH, 38122 BS, Steinberganger 2
19945001_002426

► **REISEMARKT**

SKAN-CLUB 60plus 8-TAGE-SENIORENREISEN
ZAUBERHAFTER HARZ SELKETAL
Morada HOTEL ALEXISBAD
• An- und Abreise im Fernreisebus
• 7 Übernachtungen inkl. Halbpension
• Galabuffet und Harzer Spezialitätenbuffet (im Rahmen der Halbpension)
• Kostenlose Nutzung der Selketalbahn (bis Rückreise 04.10.)
• „All-inclusive-Angebot“ (ab Anreise 25.10., außer Weihnachten und Silvester)
• Wellness (außer Weih./Silvester): Sauna und Morada Spa WaldOase, + € 100,- p. P. u.v.m.
30.08., 27.09., 25.10., 20.12. (Weihnachten), 27.12.2026 (Silvester)
ab € **595,-** pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension **BETT & BIKE**
Kein EZ-Zuschlag! Zuschlag für Doppelzimmer-Allianzleistungen: ab € 100,- Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,- pro Person! (außer Sonderreisen) • Keine Parkgebühren!
6-Tage-SONDERREISEN
Indian Summer ab € 388,- 01.11.–06.11.26 | 15.11.–20.11.26
Christmasparty ab € 369,- 29.11.–04.12.26 | 13.12.–18.12.26
Buchung und Beratung bei einem Reisebüro Ihrer Wahl oder unter dem kostenlosen Kundenservice: 0800-123 19 19 (täglich von 8 bis 18 Uhr)
Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH • Gehrenkamp 1 • 38550 Isenbüttel www.seniorenreisen.de
20595201_002426

► **KONTAKTBÖRSE / EROTIK**

H+H Das 1. Mal in Salzgitter
Natalia 21J
♥ unersättlich
Heiße Sex ♥
mit Scharfen Frz.
sexnord.net **0155 1029 5863**
20890001_002426

Blonder Traum Sandra a. Polen
Spitzenservice
+Massagen
Neu in Salzgitter
mit viel Zeit
sexnord.net **0152 1153 2688**
20890001_002426

Ganz neu in Salzgitter
Heiße Eva 19J
heiß + wild + sexy
Leidenschaftlicher Service
sexnord.net **0152 1527 8366**
20890001_002426

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


► **IMMOBILIEN
DIENSTLEISTUNGEN**

► **TRANSPORTE / UMZÜGE**

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

► **KRAFTFAHRZEUGMARKT**

► **KFZ ANGEBOTE**

► **OPEL**

Opel-Astra-G, BJ.2001, 85000Km,
TUV/Neu, Von.Rentner, Klima, 1950C,
Tel:01637379739

► **KFZ GESUCHE**

► **PKW KAUFGESUCHE**

**Unfall +Totalschäden
– Gebrauchtwagen –**
VW, Audi, Opel, Ford, MB,
Japaner, Skoda, Busse usw.,
Bj. 2004 – 2026
ZAHL HECHSTPREISE
(05365) 88 66 F. H. Autohandel
19232401_002426

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

► **MOTORRÄDER /
ZWEIRÄDER**

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

► **WOHNMOBILE /
–WAGEN**

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

**Achtung
Stellensuchende**

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

Für verlorengegangene Einsendun-
gen können wir keinerlei Haftung
übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

► **MARKTPLATZ**

► **GARTEN**

**Gartenbaufachbetrieb
AGIRMAN**
Seit über 27 Jahren alles
rund ums Haus von A–Z.
Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11
17020801_002426

Kindermann Gartenpflege
Strauch- und Heckenschnitt,
Baumschnitt und Fällung, Rodungen,
Pflasterarbeiten, Zaunbau, Garten-
gestaltung uvm. Rufen Sie jederzeit an.
☎Tel. 0152 24 93 48 37

► **KUNST- UND
SAMMLERMARKT**

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

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

► **HOBBY UND FREIZEIT**

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

► **DIENTSTLEISTUNGEN**

Maler hat ab sofort Termine
frei. ☎0176/61760103

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

BBB
Entrümpelungen
Alles aus einer Hand, innerhalb
24 Std., Nachlassräumungen mit
Anrechnung, Entrümpelungen
jeder Art auch Extremfälle mit
Grundreinigung, Tapeten und
Bodenbelagsentfernung,
Renovierungsarbeiten
zu Sonderpreisen.
Telefon (05 31) 2 50 89 00
oder 01 60 / 6 45 91 41
BBBbuesing@gmx.de
Inh. U. Büsing
19944001_002426

PLATE
UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestra. 4 • 38112 Braunschweig
Kostenlose Servicenummer
0800-0400666
info@plate-umzuege.de
20631601_002426

Treppen- Balkone- Terrassen-
fliesenverlegung ☎0160/977 396 54

Dachsanierung, Isolierungen, Fassa-
den/Verkleidung, Reparatur, Dachrin-
nen, Garage, Carport, (0157) 33370799
19624301_002426

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

**Schülerjob
gesucht?**
Jetzt Zeitungen austragen und Geld
verdienen bei der WM Vertriebs- und
Werbesevice GmbH
Einfach online oder über WhatsApp
bewerben und den QR-Code scannen:



Freie Gebiete:
• SZ Bad
• Lebenstedt
• Immendorf
hallo wochenende
19997401_002426

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


hallo wochenende
erscheint an jedem Sonnabend
Verlag:
Madsack Medien Ostniedersachsen
GmbH & Co. KG
31224 Peine, Wördenstraße 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-Akademie
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
Gutenbergstraße 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 veröffent-
licht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adres-
se versehen und vom Einsender unterschrie-
ben sein. Die Redaktion behält sich Kürzun-
gen unter Berücksichtigung der presse-
rechtlichen Verantwortung vor.
Für unverlangt eingesandte Manuskripte
wird keine Gewähr übernommen. Rücksen-
dungen nur, wenn Porto beiliegt.
BVDA
Bundesverband
Deutscher
Anzeigenblätter
Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten
möchten, bitten wir Sie, einen Werbebotsauf-
kleber mit dem Zusatzhinweis: „Bitte keine
kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten an-
zubringen.
Weitere Informationen finden Sie auf dem Ver-
braucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de
15719101_002426

Ballermann-Stars kritisieren: Es wird mit Träumen gespielt

Die beiden Schlager- und Baller-
mann-Sängerinnen Isi Glück
(„Ich schieß mich weg“) und
Frenzy („Astronaut“) haben in
einem Podcast beklagt, dass in
der Branche mit den Träumen
von Newcomern gespielt wer-
de.

„Und das finde ich ganz, ganz
schlimm, dass Leute, die etwas
zu melden haben oder schon
lange Jahre in dieser Szene
arbeiten, einfach mit den Träu-
men von Newcomern spielen
und Sachne versprechen, die so
nicht eintreffen werden oder
erst mal nicht erreichbar sind“,
sagte Frenzy (33) im Podcast
„Das 17. Sommerland - der Mal-
lorca Podcast mit Ingo Wohl-
feil“.

Glück (35) nickte in der Video-
aufzeichnung dieser Ge-
sprächspassage, die auf Insta-
gram veröffentlicht wurde, zu-
stimmend.

Frenzy kommentierte den Bei-
trag auf Instagram-Post außer-
dem mit einem Appell „an alle
Newcomer“: Sie seien nicht al-
leine. „Wir wissen nur zu gut,
wie hart der Anfang und dieses
Business sein kann ...“

ISI GLÜCK WAR FRÜHER NAIV

Gefragt vom Moderator, wel-
che Fehler sie am Anfang ihrer



Sängerin Frenzy tritt beim Festival «Inselfieber» auf. Die Schlager- und Ballermann-Sängerinnen Isi Glück («Ich schieß mich weg») und Frenzy («Astronaut») haben in einem Podcast beklagt, dass in der Branche mit den Träumen von Newcomern gespielt werde.

Foto: Christoph Reichwein/dpa

Gesangskarriere besser vermie-
den hätte, sagte Glück: „Ich war
am Anfang sehr naiv-positiv
und hab immer erst ans Gute im
Menschen geglaubt, hab immer
viel erzählt, weil ich dachte, ich
kann dem ja vertrauen. Und ich
glaube, ich wäre heute viel vor-
sichtiger und bedachter, was die

Auswahl von meinem Kreis an-
geht.“ Sie würde dieses Arbeits-
umfeld „so klein wie möglich
halten“.

Frenzy stimmte ihr zu und er-
gänzte im dem Gespräch: „Und
glaub nicht alles, was dir erzählt
wird. Ja, es wird auch viel gelogen
in dieser Szene.“ (dpa)



Flug verspätet, Mietwagenstation zu: Wer sein Auto erst nach Ladenschluss abholt, zahlt oft extra – kann sich das Geld aber unter Umständen von der Airline zurückholen. Foto: Clara Margais/dpa/dpa-mag

Mietwagen teurer nach Flugverspätung: Airline muss zahlen

Weil der Flug am Abend mehr als
eine Stunde später als geplant
landete, musste ein Mann für
seinen gebuchten Mietwagen
einen Säumniszuschlag zahlen –
denn er konnte das Auto erst
nach Ende der regulären Öff-
nungszeit der Mietwagensta-
tion abholen.

Den dafür fälligen Zuschlag in
Höhe 65 Euro wollte er von der
Airline erstattet haben. Zu
Recht, entschied das Amtsge-
richt Geldern. (Az.: 4 C 448/25)

Denn Kosten, die sich aus der
Verspätung des Fluges ergeben,
muss die Airline unter bestimm-
ten Umständen als Verzugs-
schadenersatz ersetzen, wie aus
der Entscheidung hervorgeht, über
die die Fachzeitschrift „Reise-

Recht aktuell“ (3/2026) berich-
tet.

Bei Flügen kommt es Passa-
gieren laut Gericht in der Regel
darauf an, das Ziel zumindest
ungefähr zur geplanten Zeit zu
erreichen. Eben weil oft noch
weitere Planungen daran hän-
gen – beispielsweise die Abho-
lung des Mietwagens oder auch
das Erreichen eines Kreuzfahr-
tschiffs am Hafen. Die vereinbar-
ten Flugzeiten seien daher we-
sentlich.

**VERSÄTUNG MUSS ALS URSA-
CHE KLAR NACHWEISBAR SEIN**

Voraussetzung für Schaden-
ersatzansprüche ist einerseits,
dass die Airline die Verspätung

zu verantworten hat und nicht
außergewöhnliche Umstände
wie Extremwetter die Ursache
waren. Andererseits müssen die
Extra-Kosten wirklich unmittel-
bar durch die verspätete Lan-
dung entstanden sein.

„Sie können Ihre Lage daran
messen, ob die Kosten auch bei
pünktlicher Ankunft angefallen
wären“, schreibt der Rechtsan-
walt Christian Gerd Kotz zu die-
sem Fall auf seiner Website. Der
Rat: „Dokumentieren Sie hierzu
genau, dass die reguläre Ge-
schäftszeit des Anbieters (z. B.
der Mietwagenstation) wäh-
rend der Verspätungszeit endete
und der Aufpreis ausschließlich
wegen der späten Abholung er-
hoben wurde.“ (dpa)

Bienen auf dem Balkon? Gericht stärkt Miteigentümerrechte

Unter die Hobby-Imker geggan-
gen? Dann sollten Sie trotzdem
nicht ohne Zustimmung der ü-
brigen Eigentümer Bienenvölker
auf dem Balkon ihrer Eigentums-
wohnung halten. Denn hier hat
die Gemeinschaft ein gehöriges
Wörtchen mitzureden, wie ein
Urteil des Landgerichts Köln (Az.
15 S 17/25) zeigt, auf das das
Rechtsportal anwaltauskunft.de
hinweist.

In dem konkreten Fall stritt
eine Kölner Wohnungseigentü-
mergemeinschaft mit zwei
Wohnungseigentümern über
mehrere Bienenkästen auf

einem Balkon. Die Gemeinschaft
verlangte sowohl die Unterlas-
sung der Bienenhaltung als auch
die Entfernung eines Schildes
mit der Aufschrift „Honig aus
eigener Imkerei“ an der zugehö-
rigen Wohnungseingangstür.

**AUCH BAULICHE
VERÄNDERUNG OHNE
BESCHLUSS UNZULÄSSIG**

Das Landgericht Köln bestätigte
das Verbot der Bienenhaltung in
zweiter Instanz. Essah in der Hal-
tung der Bienenvölker auf dem
Balkon der WEG eine erhebliche

Beeinträchtigung der anderen
Wohnungseigentümer gege-
ben. Ihnen entstünden durch
das Überschreiten der Grenzen
zulässiger Wohnnutzung des
Eigentümers erhebliche Nach-
teile.

Zudem müsse auch das Schild
an der Wohnungseingangstür
entfernt werden. Der Grund:
Dabei handle es sich um eine
bauliche Veränderung des ge-
meinschaftlichen Eigentums, für
die ebenfalls ein entsprechender
Beschluss der Wohnungseigen-
tümerversammlung erforderlich
gewesen wäre. (dpa)

Reisen ohne Smartphone-Fallen: Ihr Urlaub ist teuer genug

Die Urlaubskasse ist ein sensibles Thema. Wird sie nach der Rückkehr durch eine unerwartet hohe Mobilfunkrechnung noch einmal arg strapaziert, kann das die schönen Erinnerungen an die Ferien trüben.

Die gute Nachricht: Die Wahrscheinlichkeit, dass so etwas passiert, ist relativ gering - dank der verbraucherfreundlichen EU-Gesetzgebung samt verpflichtenden Kosteninformationen per SMS fürs Ausland.

Die schlechte Nachricht: Die wenigen Situationen, in denen auf Reisende Mobilfunkkosten zukommen können, die sie so gar nicht auf dem Schirm hatten, haben es in sich.

In jedem Fall Pflicht, um keine teuren Überraschungen zu erleben: Vor der Reise den eigenen Vertrag und die zugehörige Preisliste dahingehend prüfen, was Telefonieren und Surfen im Reiseland kosten, wenn dort die EU-Roaming-Regeln nicht gelten, rät die Stiftung Warentest.

MAILBOX, DATENROAMING, WLAN-CALLS: DAS KANN TEUER WERDEN!

Bei Zielen außerhalb der Europäischen Union oder auf Kreuzfahrten sollte man im Zweifel Mailbox, eventuelle Rufumleitungen und das Datenroaming deaktivieren. Alternativen im jeweiligen Urlaubsland können lokale SIM-Karten, eSIMs und WLAN-Hotspots sein.

► Achtung: Sogenannte WLAN-Calls (WiFi-Calling), die neuere Smartphones für stabile Telefonate mit hoher Tonqualität in WLAN-Netzen nutzen können, zählen selbst bei Reisen in EU-Länder teils als teure Auslandsgespräche. Deshalb WLAN-Calls vor Auslandsreisen am besten immer deaktivieren.

EU-ROAMING: NICHT ALLE SIND DRIN!

Dank der EU-Roaming-Verordnung kosten Telefonate, SMS und mobiles Internet in allen 27 EU-Mitgliedsstaaten sowie in Island, Lichtenstein, Norwegen und auch in einigen Überseegebieten wie La Réunion oder Martinique genauso viel wie zu Hause, wenn das Gespräch nach Deutschland oder in die Netze des jeweiligen EU-Urlaubslandes geht. Auch eingehende Anrufe aus Deutschland kosten nichts extra.

In Großbritannien erheben 1&1, Vodafone, Telefónica (O2) und die Telekom trotz des Brexits nach wie vor keine zusätzlichen Roaming-Gebühren. Wer also beispielsweise eine Allnet-Flat mit einem bestimmten Datenvolumen hat, kann beides in all diesen Ländern wie daheim ohne Zusatzkosten nutzen.



Das Handy im Urlaub nutzen? In Ländern mit EU-Roaming in der Regel kein Problem. Außerhalb der EU sollten aber lieber die Einstellungen für mobile Daten und Roaming gecheckt werden. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Monaco, San Marino, Andorra, die Isle of Man, die Kanalinseln, Gibraltar, Vatikanstadt und andere fallen dagegen nicht unter die EU-Roaming-Verordnung. Einige Mobilfunkanbieter ordnen diese Gebiete allerdings trotzdem der EU-Länderliste zu oder gewähren günstige Konditionen. Also vor der Reise in die Preisliste schauen oder beim Anbieter nachfragen. ► Achtung: Nicht unter die EU-Roaming-Verordnung fallen die Schweiz oder die Türkei. Aber auch hier keine Regel ohne Ausnahme: Postpaid-Kunden der Telekom können ihr Handy in der Schweiz beispielsweise zu EU-Konditionen nutzen, erklären die Warentester.

WELTWEIT, AUF DEM WASSER UND IN DER LUFT: VORSICHT IST GEBOTEN!

In Nicht-EU-Ländern drohen nach wie vor extrem hohe Kosten. So kann schon die Telefonminute in Kuba oder auf den Malediven je nach Anbieter beispielsweise 4 Euro kosten, die Nutzung mobiler Daten schlägt dort den Angaben zufolge teils mit 17 Euro pro Megabyte (MB) zu Buche.

Tipp: Datenroaming lieber deaktivieren und stattdessen WLAN-Hotspots nutzen. Wenn sensible Daten verwendet werden, etwa beim Onlinebanking oder beim Onlineshopping, sind öffentliche WLAN-Netze aus Sicherheitsgründen aber nicht geeignet.

Immerhin müssen die Provider nach der Flugzeuglandung oder nach Passieren einer Grenze per SMS über die Mobilfunkkosten im jeweiligen Land informieren. So werden auch unvorbereitete Reisende noch gewarnt - und sollten die Info-SMS auch genau lesen.

► Achtung: Die Mobilfunknetze von Schiffen und Flugzeugen unterliegen ebenfalls nicht den EU-Roaming-Regelungen - auch dann nicht, wenn die Reise innerhalb der EU stattfindet.

AKTIVE MAILBOX UND AUFENTHALTE IN GRENZNÄHE: DAS SIND KOSTENFALLEN!

In Nicht-EU-Ländern kann die Mailbox teuer werden, weil teils eine sogenannte bedingte Rufumleitung dafür sorgt, dass man für die Abfrage dreifach zahlt: Kostenpflichtig sind die Weiterleitung ins Auslandsnetz, die Umleitung zurück zur deutschen Mailbox und das Abhören.

Die Mailbox lässt sich aber leicht ausschalten - oftmals mit dem Code ##002#, den man auf der Telefon-Tastatur eintippt und dann abhebt.

► Achtung: In Grenzregionen in der Nähe von Nicht-EU-Ländern, wie etwa der Schweiz, kann das Handy unbemerkt in ein fremdes Netz wechseln und unerwartete Kosten produzieren. Im Zweifel schaltet man in solchen Regionen die mobilen Daten besser aus.

ALTERNATIV-SIM ODER MESSENGER: ES GEHT AUCH GÜNSTIGER!

Vor Fahrten ins EU-Ausland prüft man am besten, ob sich kostengünstige Auslandsoptionen zum eigenen Tarif dazubuchen lassen. Diese sogenannten Reisepakete sind bei vielen Mobilfunkanbietern für Telefonie, SMS und Datenvolumen in Nicht-EU-Ländern zu haben.

In vielen Ländern sind aber vor Ort im Reiseland gekaufte SIM-Karten günstiger als der eigene Heimat-Tarif mit oder ohne Reisepaket. Besonders einfach zu

handhaben und oft sehr günstig sind eSIM-Tarife nur für Daten in Nicht-EU-Ländern, die man parallel zum Heimat-Tarif nutzen kann.

Wer Daten nutzen kann, egal ob über eine SIM oder in einem WLAN, kann natürlich auch Apps nutzen, die Telefonate und SMS ersetzen: also etwa Messenger-Dienste wie Signal, Threema, iMessage/Facetime oder WhatsApp.

► Achtung: Viele eSIM-Tarife lassen sich innerhalb der Türkei seit Mitte Juli 2025 offenbar nicht mehr buchen oder aktivieren. Urlauber, die in dem Land einen Datentarif ohne physische SIM-Karte nutzen möchten, sollten die eSIM deshalb noch daheim kurz vor der Abreise herunterladen, installieren und aktivieren, rät das Telekommunikationsportal «Teltarif.de». Damit selbst moderate Datennutzung auf Reisen in Nicht-EU-Länder keine vier- oder gar fünfstelligen Handyrechnungen mehr produziert, hat die EU den sogenannten Kosten-Airbag eingeführt.

Er gilt weltweit und funktioniert so: Sind 80 Prozent der vorgestellten Kostengrenze von 50 Euro netto oder einer anderen selbst festgelegten Obergrenze erreicht, muss der Anbieter eine Warn-Nachricht schicken. Ist die Grenze überschritten, wird der Daten-Speed so stark gedrosselt, dass Surfen mühselig bis unmöglich wird.

► Achtung: Der Kosten-Airbag funktioniert aber nur, wenn der Datenverbrauch im jeweiligen Land in Echtzeit erfasst wird. Immerhin tappt man auch hier nicht völlig blind in die Falle: Arbeitet der Airbag in einem bestimmten Land nicht, erhalten Nutzerinnen und Nutzer bei Einreise eine Warn-SMS. (dpa)

ten zu Bewusstlosigkeit oder im schlimmsten Fall zum Tod führen, so die Aktion Das sichere Haus (DSH). Zu den Symptomen einer Vergiftung gehören demnach Schwindel, Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen, Ohrensausen, Sehstörungen, Kurzatmigkeit und Muskelschwäche.

Das Riskante: Man mag meinen, dass der Schornstein, an den man die mobile Klimaanlage anschließen will, gar nicht mehr genutzt wird. Doch ob und welche Feuerstätten an den Schornstein angeschlossen sind, ist für Laien oft gar nicht ersichtlich, so der Bundesverband des Schornsteinfegerhandwerks.

Ein scheinbar ungenutzter Schornstein kann in Häusern mit mehreren Wohneinheiten und dezentralen Heizungen dennoch belegt sein - und auch im Sommer genutzt werden. Auch dann ist der vermeintliche Klimageräte-Hack also gefährlich. (dpa)

Besonders kritisch wird das, wenn wegen einer unvollständigen Verbrennung Kohlenmonoxid im Abgas ist. Das Gas ist farb- und geruchlos - und hochgiftig. Eine hohe Konzentration davon kann innerhalb weniger Minu-



Der aus Asien stammende Japankäfer frisst Blätter, Blüten und Früchte diverser Pflanzen. Foto: Uli Deck/dpa/dpa-mag

Japankäfer: Keine Pflanzen aus Urlaub mitbringen

Urlauber sollten wegen des gefährlichen Japankäfers, der sich in Teilen Europas zunehmend ausbreitet, keine Pflanzen, Erde oder Samen von Reisen mitbringen. Darum bittet das Bundeslandwirtschaftsministerium. Das gelte insbesondere für Norditalien und die Schweiz.

Weil sich der kleine Käfer auch unbemerkt ins Gepäck schmuggeln könnte, sollten Reisende Koffer, Auto und Campingausrüstung kontrollieren, ehe sie losfahren. Urlauber helfen so nach Angaben des Ministeriums mit, „unsere Pflanzen und Ernte zu schützen“.

Das Problem: Die Larven des Schädlings schaden Graswurzeln, erwachsene Exemplare fressen Blätter, Blüten und Früchte diverser Pflanzen.

Seit der aus Asien stammende Japankäfer (Popillia japonica) 2014 in Norditalien erstmals auf europäischem Festland entdeckt wurde, breitet er sich dem Ministerium zufolge in Süd- und Mitteleuropa aus.

In Deutschland ist er noch nicht heimisch - und die Urlauber sollen mit ihrem Verhalten dazu beitragen, dass das es bleibt. In diesem Jahr gab es in Hessen und Baden-Württemberg jedoch schon vereinzelte

Funde.

Der Käfer ist ungefähr einen Zentimeter groß. Er hat braune Flügel und einen metallisch glänzenden grünen Kopf. Er wird oft mit dem Gartenlaubkäfer oder Maikäfer verwechselt. Charakteristisch für den Schädling sind fünf weiße Haarbüschel an jeder Seite des Hinterleibs sowie zwei weitere am Ende.

Wer den Verdacht hat, Japankäfer entdeckt zu haben, sollte das dem Pflanzenschutzdienst seines Bundeslandes melden - mit einem Foto und idealerweise auch mit einem gefangenen Exemplar. (dpa)



Depression verstecken? Kinder merken das – und brauchen ehrliche, altersgerechte Worte statt Schweigen. Foto: Silvia Marks/dpa Themendienst/dpa-mag

Depression in der Familie: Warum Offenheit Kindern hilft

Eltern wollen ihre Kinder instinktiv schützen und möglichst vor allem Unheil bewahren. Das kann unter anderem dazu führen, dass sie versuchen, eigene Erkrankungen - etwa Depressionen - vor dem Nachwuchs zu verheimlichen.

Aus fachlicher Sicht sei das meist der falsche Weg, so Petra Beschoner, Fachärztin für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin. Denn Kinder spüren in der Regel ganz genau, wenn sich ein Elternteil verändert. „Wenn ihnen niemand erklärt, was los ist, suchen sie eigene Antworten und meist die Schuld bei sich“, so die Fachärztin. Eine Tabuisierung verstärkt die Verlust- und Zukunftsängste der Kinder nur.

«DU BIST NICHT SCHULD»

Die Ärztliche Leiterin der Akutklinik Bad Saulgau rät deshalb zum altersgerechten Gespräch. Reden hilft Kindern dabei, den inneren Zustand und das Verhalten eines depressiven Elternteils besser einschätzen.

Zentral sind Beschoner zufolge vier Botschaften, die jedes Kind hören sollte: „Du bist nicht schuld. Ich liebe dich genauso wie vorher. Die Krankheit ist nicht deine Verantwortung. Und Erwachsene kümmern sich um Hilfe.“

Entscheidend sei dann die altersgerechte Vermittlung dieser Botschaften. Bei Kleinkindern reiche oftmals eine einfache Er-

klärung aus, die man regelmäßig wiederholt. Etwa: „Mama ist krank. Die Krankheit heißt Depression. Deshalb ist sie oft müde oder traurig. Du hast nichts falsch gemacht.“.

Grundschulkinder verstehen bereits besser, dass Depressionen eine Krankheit sind, die behandelt werden kann. Auch hier sollten Eltern das Thema Schuldgefühle frühzeitig ansprechen und vermitteln, dass es nicht Aufgabe des Kindes ist, Mama oder Papa wieder gesund zu machen. Wer bereits in Behandlung ist, kann dem Kind stattdessen mitteilen, dass jemand hilft.

Bei Jugendlichen hält Beschoner zudem die Botschaft für zentral, dass sie ihr eigenes Leben unbeschwert weiterleben, Freunde treffen und Hobbys nachgehen dürfen. „Wenn sie der Zustand belastet, sollten sie sich jederzeit Unterstützung holen können“, rät die Fachärztin. Sie dürfen generell offener einbezogen werden und Fragen stellen, sollten aber nicht in die Verantwortung genommen werden.

AUF SIGNALE FÜR PARENTIFIZIERUNG ACHTEN

Die Reaktionen eines Kindes auf die psychische Erkrankung des Elternteils können sehr unterschiedlich ausfallen. Zur Vorsicht rät Beschoner besonders, wenn Kinder dauerhaft versuchen, die Rolle eines Erwachsenen zu übernehmen. Diese Rollenum-

kehr in der Familie wird in der Fachsprache auch Parentifizierung genannt.

Übernehmen Kinder über längere Zeit Verantwortung, die nicht ihrem Alter entspricht, kann das zu einer problematischen Überforderung führen. Eltern sollten in einem solchen Fall Hilfe beim Haus- oder Kinderarzt, bei einer Erziehungsberatungsstelle oder auch in einer psychotherapeutischen Praxis suchen.

UNTERSTÜTZUNG ANNEHMEN - WIE ANGEHÖRIGE HELFEN KÖNNEN

Generell profitieren Kinder an Depressionen erkrankter Eltern davon, wenn

- offen gesprochen wird,
- Routinen erhalten bleiben,
- Eltern Hilfe annehmen und
- verlässliche Bezugspersonen anwesend sind.

Angehörige oder Freunde können Familien mit betroffenen Elternteilen etwa unterstützen, indem sie Kinder zum Sport fahren, Hausaufgaben begleiten oder einfach Zeit mit ihnen verbringen. Der Fachärztin zufolge brauchen Kinder das Gefühl, dass ihr Alltag stabil bleibt.

Wichtig: In akuten Krisen oder bei Hinweisen auf eine Selbstgefährdung sollten Angehörige sofort den psychiatrischen Krisendienst kontaktieren oder den Notruf 112 wählen. Kinder dürfen in solchen Ausnahmesituationen nicht auf sich allein gestellt sein. (dpa)

Schornstein für Abluft? Dieser Klimageräte-Trick ist riskant

Wer ein mobiles Klimagerät hat, braucht oft ein offenes Fenster für den Schlauch: Der bringt die warme Luft nach draußen. Das ist optisch eher unschön - und mitunter auch unpraktisch. Schließlich ungenutzte warme Luft durchs offene Fenster und muss erneut vom Klimagerät gekühlt werden.

Da mag es zunächst wie ein cleverer Trick wirken, den Abluftschlauch des mobilen Klimageräts stattdessen an den Anschluss des Kaminofens oder gar direkt an den Schornstein anschließen. Darüber gelangt die Abluft nach draußen - und das Fenster kann man schließlich so die Idee. Doch der vermeintlich hilfreiche Hack aus den sozialen Medien kann lebensgefährlich enden, warnt der Bundesverband des Schornsteinfegerhandwerks.

Denn die Strömungsverhältnisse können sich durch ihn än-



Achtung: Unterdruck! Der Abluftschlauch eines mobilen Klimageräts gehört durchs Fenster - am besten gut abgedichtet, etwa mit einer Acrylglasscheibe samt Loch für den Schlauch. Foto: Nico Tapiá/dpa-mag

dern: Abgase anderer Feuerstätten wie etwa der Gasheizung werden dann unter Umständen nicht mehr sicher über den Schornstein nach außen abgeführt. Sie können stattdessen zurück in den Raum gelangen.

Besonders kritisch wird das, wenn wegen einer unvollständigen Verbrennung Kohlenmonoxid im Abgas ist. Das Gas ist farb- und geruchlos - und hochgiftig. Eine hohe Konzentration davon kann innerhalb weniger Minu-



ERLEBNIS Sommer 2026



Tickets bis zu
50 Prozent
günstiger!

Tolle Aktionen und ganzer Spaß zum Vorteilspreis!

**Bestellen
Sie jetzt!**



www.erlebnissommer-tickets.de

Nur solange der Vorrat reicht.
Zzgl. Gebühren und evtl. Versandkosten.



HAZ

NP

AZ
WAZ

PAZ

GT
ET

SN

DH

TAH