



PAZ

Jetzt App downloaden!

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (rnd)

33 · 45. Jahrgang · 15. August 2026 www.hallosalzgitter.de Zustellung hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ · Geschäftskunden (05171) 406-168 · Kleinanzeigen (0800) 1234-906 · Redaktion (05171) 406-134



Sie bitten um Antworten: Das AWISTA-Team befragt die Leute an den Tagen vom 18. bis 27. August am Fredenberg.

FOTO: PRIVAT

Fragen und Antworten am Fredenberg

Der AWO-Stadtteiltreff will das Quartier in Lebenstedt weiterentwickeln und lädt ein zum Mitmachen

SALZGITTER. Wie zufrieden sind die Menschen mit ihrem Quartier? Was gefällt ihnen besonders gut und wo sehen sie Verbesserungsmöglichkeiten? Antworten auf diese Fragen möchten die Mitarbeitenden des Stadtteiltreffs AWISTA vom 18. bis 27. August gemeinsam mit den Bewohnern und Bewohnerinnen in dem Viertel am Fredenberg sammeln.

Dafür werden die Mitarbeitenden auf öffentlichen Plätzen im Stadtteil unterwegs sein und Passanten und Passantinnen di-

rekt ansprechen. „Alle Interessierten sind eingeladen, sich ein paar Minuten Zeit für die Befragung zu nehmen“, schreibt die AWISTA in einer Pressemitteilung. „Jede Meinung ist wichtig und trägt dazu bei, ein besseres Bild von den Wünschen, Bedürfnissen und der Zufriedenheit der Menschen im Quartier zu erhalten.“

Die AWISTA, eine Einrichtung des AWO Kreisverbands Salzgitter-Wolfenbüttel, will die gesammelten Ergebnisse auswerten und am 10. September um

14.30 Uhr im Rahmen einer öffentlichen Veranstaltung in ihren Räumen vorstellen. Alle Bewohner und Bewohnerinnen des Quartiers sind eingeladen, an der Präsentation teilzunehmen, die Ergebnisse kennenzulernen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Mitarbeitenden der AWISTA freuen sich über eine rege Beteiligung und bedanken sich vorab bei allen, die sich Zeit nehmen und ihre Erfahrungen und Anregungen teilen. „Gemeinsam können wir unser Quartier weiterentwickeln.“

Wechsel an der Spitze vollzogen

Museumsleiter Arne Homann führt nun den Geschichtsverein Salzgitter

SALZGITTER. Der Geschichtsverein Salzgitter hat seine zentralen Vorstandsämter wiederbesetzt. In der außerordentlichen Mitgliederversammlung wurde Salders Museumsleiter Arne Homann zum Vorsitzenden gewählt, Salzgitters Kulturdezernent Jan Erik Bohling zum Stellvertreter. Die in beiden Fällen einstimmige Wahl wurde notwendig, da der bisherige Vorsitzende Dr. Dirk Hädrich Ende 2025 unerwartet gestorben war. In dieser für den Restvorstand sehr schwierigen Situation erklärten sich Arne Homann und Jan Erik Bohling bereit, die Aufgaben zu übernehmen. Die volle Zustimmung des Plenums bestätigt diese Entscheidung.

„Dr. Dirk Hädrichs plötzlicher Tod hat auch in unserem Verein eine große und noch immer schmerzende Lücke hinterlassen. Viele von ihm angestoßene Prozesse zur Erneuerung des Vereins waren immer noch am Anfang. Dennoch bin ich sicher, dass wir auf dem richtigen Weg sind“, so Arne Homann. Sein Stellvertreter ergänzt: „Das Interesse der Menschen in unserer Stadt an ihrer gemeinsamen Geschichte ist groß. Wir werden die richtigen Themen finden und denken dabei offen in alle Richtungen. Neue Angebote und Formate und eine konsequente weitere Öffnung für junge und alte Menschen jedweder Herkunft sind dabei zweifellos die Zukunft.“

Die Ideen für die künftige Ausrichtung des Vereins will der Vorstand zeitnah erarbeiten und dann den Mitgliedern vorstellen. Unbedingt beibehalten werden sollen die regelmäßigen Vorträge mit teils fachlich hochklassigen Referierenden. Für das Salzgitter-Jahrbuch ist ein neues, optisch und inhaltlich ansprechenderes Format angedacht. Und mit dem Städtischen Museum Schloss Salder sowie anderen Vereinen soll möglichst intensiver kooperiert werden als bisher. Neumitglieder sind willkommen! Der Jahresbeitrag beträgt 25 Euro und für Familien 30 Euro. Bei Interesse kann über die Website www.geschichtsverein-salzgitter.de Kontakt aufgenommen werden.



Freuen sich auf die Zusammenarbeit: Vorsitzender Arne Homann (Mitte), 2. Vorsitzender Jan Erik Bohling (links) und Schatzmeister Kagan Kortun (rechts) als Vertreter der übrigen Vorstandsmitglieder.

Foto: Geschichtsverein Salzgitter

Tagesfahrt nach Gernrode und ins Kloster Wendhusen

Der Geschichtsverein Salzgitter bietet am Samstag, 29. August, eine Tagesfahrt in den Nordharz an. Der Ausflug führt zuerst nach Gernrode, wo die mehr als 1000-jährige Stiftskirche St. Cyriakus mit ihrer Nachbildung des Heiligen Grabes besichtigt wird. Anschließend geht es in das dortige Uhrenmuseum, wo es einiges zur vielfältigen Geschichte und Handwerkskunst der Harzer Kuckucksuhren zu erfahren gibt. Nach einer Mittagspause im Restaurant „Zum Kuckuck“ wird der Höhepunkt angestrebt: Das älteste Kloster in Sachsen-Anhalt: Wendhusen. Nach der geführten Besichtigung von Kloster und Museum klingt der Tag im Klostergarten bei Kaffee und Kuchen aus. Die Fahrt beginnt um 8 Uhr am Rathaus Lebenstedt. Mit einer Rückkehr wird gegen 19 Uhr gerechnet. Im Beitrag von 49,50 Euro sind sämtliche Eintrittsgelder und Trinkgelder enthalten. Die Verpflegung muss selbst gezahlt werden. Es wird um verbindliche Anmeldung gebeten per E-Mail an info@geschichtsverein-salzgitter.de.

trinkgut

Gültig vom 17.08. - 22.08.26

Jetzt bei uns punkten
PAYBACK

GM Willeke
GmbH

Öffnungszeiten:
Mo-Sa 8-20 Uhr

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

Wolters Pilsener

Kasten = 30 x 0,33 l
(1 l = € 1,01)
zzgl. € 3,90
Pfund



9.99

Extaler Mineralwasser

versch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0,33)
zzgl. € 4,50
Pfund



3.99

Kulmbacher Edelherb

Kasten = 20 x 0,5 l
(1 l = € 1,30) zzgl. € 3,10
Pfund



12.99

Gerolsteiner Mineralwasser

versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,75 l
(1 l = € 0,61)
zzgl. € 3,30
Pfund



5.49
Glasflaschen

Franziskaner Weissbier

versch. Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l
(1 l = € 1,50)
zzgl. € 3,10
Pfund



14.99

Paulaner Spezi o. Limo

versch. Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l
(1 l = € 1,10)
zzgl. € 3,10
Pfund



10.99

EDEKA Herzstücke

Saft, Fruchtsaft-
getränke o. Nektar
versch. Sorten
1 l Flasche
zzgl. € 0,25 Pfund



1.49
Vorteilspreis
mit der trinkgut App

Sinalco Limonaden

versch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0,67)
zzgl. € 3,30
Pfund



7.99

Jack Daniel's

Mix-Getränke
versch. Sorten
10% Vol.
0,33 l Dose
(1 l = € 6,09)
zzgl. € 0,25 Pfund



1.99

Wodka

Gorbatschow
37,5% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 9,27)



6.49

Captain Morgan

versch. Sorten
25% - 40% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 14,27)



9.99

Rotkäppchen Sekt

o. Fruchtsecco
versch. Sorten
0,75 l Flasche
(1 l = € 4,39)



3.29

**SCHENKE LEBEN,
SPENDE BLUT.**

Do., 20. August | 15:30 - 19:30 Uhr

**Realschule
Friedenstraße 5, SZ-Bad**



Jetzt QR-Code scannen
und einen Termin
reservieren!

**SPENDE
BLUT**
BEIM ROTEN KREUZ

22134201_002626

Tag des offenen Denkmals® in Salzgitter

**Dem Wahrzeichen ganz
nah: Führungen am
Fördergerüst Konrad 1**



Sonntag, 13. September 2026

10:00 Uhr | 11:15 Uhr | 12:30 Uhr | 13:45 Uhr,
je eine Stunde

Anmeldung:
info-konrad@bge.de | 05341-4016050
Mindestalter: 14 Jahre

BGE **BUNDESGESELLSCHAFT
FÜR ENDLAGERUNG**

Bundesweit koordiniert durch die
**DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ**

18220201_002426

**Die aktuelle
Wochenendzeitung**

hallo
Wochenende

Ein Zeichen der Wertschätzung

Die Stadt Salzgitter vergibt die 700. Ehrenamtskarte an Feuerwehrfrau Anja Cammrads

SALZGITTER. Die Stadt Salzgitter hat über das Freiwilligen-Zentrum-Salzgitter (FZSZ) die 700. Ehrenamtskarte vergeben. Die Auszeichnung erhielt Anja Cammrads als Dank und Anerkennung für ihr langjähriges ehrenamtliches Engagement in der Freiwilligen Feuerwehr Lichtenberg.

Seit 38 Jahren ist Anja Cammrads Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr und seit zwölf Jahren übernimmt sie zudem die Funktion der stellvertretenden Ortsbrandmeisterin. Ihr Einsatz hat familiäre Wurzeln: Bereits ihr Vater war Ortsbrandmeister, auch ihre Mutter war aktiv dabei. Zur Feuerwehr kam sie, als in der Ortswehr eine Frauengruppe gegründet wurde.

„Ich engagiere mich, weil ich gerne anderen Menschen helfe und mir die Gemeinschaft und der Zusammenhalt sehr viel zurückgeben“, sagt Anja Cammrads. „Nach einem anstrengenden Arbeitstag ist die Zeit mit meinen Kameradinnen und Kameraden ein guter Ausgleich.“

Besonders in Erinnerung geblieben ist ihr der Einsatz während des Elbehochwassers in Magdeburg: „Wir haben zwei



Vergabe der 700. Ehrenamtskarte: Sven Tetzlaff (Fachdienst Oberbürgermeisterbüro) mit Empfängerin Anja Cammrads, Stefanie Hosak, Leiterin des Freiwilligen-Zentrums, und Guido von Einem (stellv. Stadtbrandmeister).
Foto: Stadt Salzgitter

Tage lang Sandsäcke gefüllt und verbaut, wenig geschlafen, aber viel für die Gemeinschaft getan und den Menschen vor Ort geholfen. Das war etwas ganz Besonderes.“

Seit sechs Jahren ist sie außerdem Fahrzeugführerin im Fachzug Messen und Spüren. Die Einheit übernimmt spezielle Aufga-

ben im Bereich des ABC-Schutzes und kommt unter anderem bei Gefahrstofflagen zum Einsatz, um Schadstoffe oder radioaktive Stoffe zu detektieren sowie Gefahrgutproben zu entnehmen.

Der zeitliche Aufwand für ihr Engagement ist nicht zu unterschätzen: Neben dem wöchent-

lichen Übungsdienst für Einsätze, trifft sich Anja Cammrads einmal im Monat zur Ausbildung am CBRN-Erkundungsfahrzeug des Fachzuges Messen und Spü-

ren, das in Lichtenberg stationiert ist und nimmt einmal im Quartal am Sonderdienst des Fachzuges teil. Hinzu kommen zahlreiche Besprechungen und Sitzungen auf Orts-, Stadt- und Fachzugsebene.

Für Anja Cammrads bedeutet das Ehrenamt in der Feuerwehr weit mehr als die Unterstützung anderer Menschen: „Man lernt etwas fürs Leben – sei es Teamarbeit oder ganz praktische Fähigkeiten wie Knotenkenntnisse oder Maßnahmen des häuslichen Brandschutzes.“ Deshalb hofft sie, dass sich weiterhin viele Erwachsene, Kinder und Jugendliche für den Dienst begeistern können und freut sich über Nachwuchsmitglieder aller Altersstufen.

Die Ehrenamtskarte sieht sie als wertschätzende Anerkennung für den geleisteten Einsatz: „Es ist für mich ein tolles Dankeschön an alle Menschen, die viele Stunden ihrer Freizeit für die Gemeinschaft einsetzen.“

Alles Wichtige zur Ehrenamtskarte

Mit der Ehrenamtskarte bedankt sich die Stadt Salzgitter bei Bürgerinnen und Bürgern, die sich mit Ausdauer und Tatkraft in Vereinen, Freiwilligen Feuerwehren, Hilfsorganisationen oder auf andere Weise unentgeltlich für die Gemeinschaft einsetzen. Die Ehrenamtskarte bietet zahlreiche Vergünstigungen in den Bereichen Sport, Kultur und Freizeit – sowohl in Salzgitter als auch in ganz Niedersachsen und Bremen. Seit diesem Jahr werden Fahrtzeiten, die im Zusammenhang mit der Ausübung eines Ehrenamtes entstehen, offiziell als Teil des geleisteten Zeitkontingents anerkannt.

Anspruchsberechtigt ist, wer sich mindestens 250 Stunden pro Jahr oder fünf Stunden pro Woche

seit mindestens zwei Jahren ehrenamtlich engagiert und dafür nicht mehr als 3.300 Euro Aufwandsentschädigung jährlich erhält. Ausnahmen bestehen für Inhaberinnen und Inhaber der Jugendleiter/innen-Karte (Juleica) sowie Angehörige von Freiwilligen Feuerwehren, Rettungsdiensten und dem Technischen Hilfswerk: Sie können bereits nach einem Jahr beziehungsweise bei Abschluss der Grundausbildung die Ehrenamtskarte erhalten.

Wer die Ehrenamtskarte beantragen möchte, erhält nähere Informationen über das Freiwilligen-Zentrum-Salzgitter unter Tel: (05341) 9104791 oder per E-Mail an info@fz-sz.de.

Über die Schlacht und die Folgen

Eine Sonderausstellung im Tillyhaus widmet sich dem Dreißigjährigen Krieg

SALZGITTER. Vom 22. August bis zum 29. November steht im Tillyhaus in Salzgitter-Bad die Sonderausstellung „400 Jahre Schlacht bei Lutter am Barenberge“ an. Erzählt wird in Schlaglichtern von der Zeit des Dreißigjährigen Krieges. Vor allem geht es dabei um die Geschehnisse in Salzgitters heutigem Stadtgebiet. Besonderes Augenmerk gilt den schrecklichen Kriegsfolgen für die damals hier lebenden Menschen sowie den Schlachten bei Lutter am Barenberge (1626) und bei Thiede/Wolfenbüttel (1641). Auch neue schlachtfeldarchäologische Erkenntnisse zu Lutter und das Hobby „Living History“ werden jeweils kurz vorgestellt.

Am 27. August 1626 kam es bei Lutter am Barenberge zu einer großen und äußerst verlustreichen Schlacht. Ihr Ausgang bestimmte den weiteren Gang der Geschichte für weite Teile im heutigen Niedersachsen – auch für das heutige Stadtge-



Hier fiel Reitergeneral Fuchs: Die Denkmale auf dem einstigen Schlachtfeld erinnern an den Dreißigjährigen Krieg.
Foto: Stadt Salzgitter

biet Salzgitters. Die Schlacht bei Lutter war jedoch nur ein Teilaspekt des „Dreißigjährigen Krieges“ (1618 bis 1648). Dieser große Konflikt, eigentlich eine Kette von vier großen Teilkriegen, hielt in der Region ab 1625 Einzug und fand in unterschiedlicher Intensität fast zwei Jahrzehnte lang statt. Nach seinem Ende war auch das Braunschweiger Land völlig verwüs-

tet. Die Beseitigung der Kriegsfolgen dauerte Jahre.

Die Sonderausstellung wurde konzipiert vom Städtischen Museum Schloss Salder und dem Fachdienst Kultur der Stadt Salzgitter. Sie wurde realisiert in Kooperation mit der Bezirksarchäologie Braunschweig (Niedersächsisches Landesamt für Denkmalpflege) und der Interessengemeinschaft Dreißigjähriger Krieg Oderwald.

Die Ausstellung im Tillyhaus am Marienplatz 12, das durch die Treppe zum Eingang nicht barrierearm ist, öffnet vom 22. August bis zum 29. November 2026 immer samstags und sonntags von 11 bis 16 Uhr. Der Eintritt ist frei. Für Schulklassen und größere Gruppen sind Besuche und Führungen nach Absprache auch zu anderen Zeiten möglich. Anfragen per E-Mail an museum@stadt.salzgitter.de. Weitere Informationen erhält unter Telefon 05341 / 839-4619, -4622 oder -4623.

Bistum setzt Gesamtverband ein Ende

SALZGITTER. Der Hildesheimer Bischof Dr. Heiner Wilmer SCJ hat per Dekret zum 1. Juni 2026 den Gesamtverband Salzgitter aufgelöst. Die Kirchenvorstände der vier katholischen Kirchengemeinden in Salzgitter hatten diesem Vorgehen vorab zugestimmt. Damit endet eine fast 70-jährige Geschichte. Der Gesamtverband war zum 1. Januar 1957 gebildet worden, um bei der Neugründung von weiteren Kirchengemeinden in Salzgitter finanzielle Mittel bereit zu stellen.

In der jüngeren Vergangenheit diente er zur Verwaltung und Abrechnung der Kindertagesstätten der beteiligten Kirchengemeinden. Diese Aufgabe entfiel mit der Übertragung aller Kindertagesstätten an den Ortskirchenverband Salzgitter mit Wirkung

zum 1. Januar 2020. Darüber hinaus erfüllte der Gesamtverband Salzgitter keinen weiteren in der Satzung vorgeschriebenen Zweck.

Aus diesem Grund hatten die Kirchenvorstände der Kirchengemeinden St. Maximilian Kolbe (Fredenberg), St. Marien (Salzgitter-Bad) und St. Bernward (Thiede) sowie der Pastoralrat der Kirchengemeinde St. Joseph (Lebenstedt) für die Auflösung votiert. Die Auflösung erfolgte gemäß § 21 des Kirchenvermögensverwaltungsgesetzes für das Bistum Hildesheim. Vollzogen wurde die Auflösung durch Veröffentlichung im kirchlichen Anzeiger des Bistums Hildesheim und im niedersächsischen Ministerialblatt.

Wohnzimmer | Garnituren, Sofas und Sessel | Esszimmer | Exklusive Möbel

ALLES MUSS RAUS!

TOTALE RÄUMUNG
WEGEN GESCHÄFTSAUFGABE

BIS ZU 57% REDUZIERT

MÖBEL Neubestellungs-Rabatt 20%*

*Gültig nur auf Neubestellungen. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen oder Einkaufsvorteilen. Gültig bis 22.08.2026.

MÖBEL Trautmann
EXOTIC LUXUS SALE

Amboßweg 8 · 38229 Salzgitter-Lebenstedt
Tel.: +49 5341 77788 · verkauf@moebel-trautmann.de

www.moebel-trautmann.de

Mo - Fr 10:00 - 18:00 Uhr · Sa 10:00 - 16:00 Uhr

Alles nur, solange der Vorrat reicht! · Wer zuerst kommt hat die größte Auswahl

2213501_002426



Treffen im Rathaus: Die Stadt hatten erstmals Ehrenamtliche sowie Integrationslotsinnen und Integrationslotsen zu einem Austausch eingeladen. Foto: Stadt Salzgitter

Für einen guten Start in Salzgitter

Ehrenamtliche treffen sich mit Integrationslotsinnen und Integrationslotsen zum Austausch

SALZGITTER. 26 Ehrenamtliche sowie Integrationslotsinnen und Integrationslotsen haben sich auf Einladung des Referats für Integration der Stadt Salzgitter erstmals gemeinsam. Der Austausch und aktuelle Informationen standen im Mittelpunkt.

Für den Zweiten Bürgermeister Christian Striese bildete die Premiere eine schöne Gelegenheit, sich bei allen Ehrenamtlichen zu bedanken. Er würdigte den Einsatz der Frauen und Männer, die sich vielfältig für die Integration einsetzen: Sie sind in verschiedenen Bereichen aktiv wie beispielsweise bei Hilfen in Familien, Unterstützung beim Ankommen in Salzgitter, Hilfen bei Übersetzungen oder im Sprachverstehen, in der Schule im Rahmen von Lernbegleitungen, Begleitung zu Ärzten und im Bürgerservice für Migranten.

„Sie, liebe Ehrenamtliche, setzen sich Tag für Tag mit Herz und Leidenschaft für andere Menschen ein, die zugezogen sind. Sie helfen, packen an und machen einfach. Sie bringen Ihre Zeit für andere Menschen ein. Ihre freiwillige Arbeit ist lobenswert“, sagte Christian Striese. Er betonte den hohen Stellenwert, den die Integration habe. „Salzgitter ist eine vielfältige Stadt. Sie ist Heimat für Menschen aus

vielen Ländern der Welt.“ Die starke interkulturelle Integrationskraft habe Salzgitter auch seinen vielen Ehrenamtlichen zu verdanken.

Das Team des Referates Integration sowie Mitarbeitende aus verschiedenen Fachdiensten der Stadtverwaltung informierten zu aktuellen Themen rund um das Ehrenamt. Darüber hinaus tauschten sich die Ehrenamtlichen und Integrationslotsinnen

und Integrationslotsen über ihre Tätigkeiten aus. Wer sich für die Aufgabe interessiert, kann sich an das Team des Referats wenden unter Tel. (05341) 8392500 oder per E-Mail an start@stadt.salzgitter.de. Die Integrationslotsinnen und Integrationslotsen sind unter Telefon (05341) 8394-804 oder 839-4805 erreichbar beziehungsweise per E-Mail an integration@stadt.salzgitter.de.

Der Schornsteinfegermeister Sascha Ordowski ist zum bevollmächtigten Bezirksschornsteinfeger für den Salzgitteraner Kehrbezirk „SZ-10710“ bestellt worden. Oberbürgermeister Frank Klingebiel überreichte die Urkunde und bedankte sich für die verlässliche Arbeit. Mit großem Verantwortungsbewusstsein und hoher Fachkompetenz habe Sascha Ordowski in den vergangenen Jahren öffentliche Aufgaben im Bereich des Umwelt- und Brandschutzes übernommen. „Durch seinen Einsatz hat er maßgeblich zur Sicherheit und zum Wohl der Bürgerinnen und Bürger der Stadt Salzgitter beigetragen.“

Mit einer Urkunde in die dritte Amtszeit

Schornsteinfegermeister Sascha Ordowski hat Anfang August den riesigen Kehrbezirk „SZ-10710“ übernommen

SALZGITTER. Der Schornsteinfegermeister Sascha Ordowski ist zum bevollmächtigten Bezirksschornsteinfeger für den Salzgitteraner Kehrbezirk „SZ-10710“ bestellt worden. Oberbürgermeister Frank Klingebiel überreichte die Urkunde und bedankte sich für die verlässliche Arbeit. Mit großem Verantwortungsbewusstsein und hoher Fachkompetenz habe Sascha Ordowski in den vergangenen Jahren öffentliche Aufgaben im Bereich des Umwelt- und Brandschutzes übernommen. „Durch seinen Einsatz hat er maßgeblich zur Sicherheit und zum Wohl der Bürgerinnen und Bürger der Stadt Salzgitter beigetragen.“



Urkunde überreicht: Oberbürgermeister Frank Klingebiel überreicht Schornsteinfegermeister Sascha Ordowski zum bevollmächtigten Bezirksschornsteinfeger für den Kehrbezirk „SZ-10710“. Foto: Stadt Salzgitter

Unternehmen Volkswagen (Beddingen) und MAN (Watensedt) sowie den Ortsteil Fömmel der Stadt Wolfenbüttel.

Die neue Bestellung ist seine dritte, die ebenfalls für sieben Jahre gilt. „Aller guten Dinge sind drei“, so der Oberbürgermeister, der von der Größe des Kehrbezirks ebenso beeindruckt war wie von der Vielfalt der Aufgaben. Darüber hinaus würdigte er die 85 Fort- und Weiterbildungen in den vergangenen sieben Jahren sowie den ehrenamtlichen Einsatz des Schornsteinfegermeisters. Denn Sascha Ordowski ist zusätzlich zu seiner Arbeit Kreisobmann und Ansprechpartner für die Kreisgruppe Salzgitter und somit ein Bindeglied zwischen den Bevollmächtigten, der Innung und der Stadt Salzgitter. Er ist Mitglied beziehungsweise innerhalb seiner Tätigkeit als Kreisobmann im erweiterten Innungsvorstand der Schornsteinfegerinnung Braunschweig. Darüber hinaus ist er im Vorstand von Haus und Grund in Salzgitter tätig.

„Vielen Dank, dass wir die Zusammenarbeit mit Ihnen fortsetzen. Die Bürgerinnen und Bürger des Kehrbezirks „Salzgitter-10710“ dürfen sich weiterhin auf Ihre Kompetenz und Freundlichkeit freuen“, betonte Frank Klingebiel, der sich anschließend bei allen Bevollmächtigten, den Bürgerinnen und Bürger des Kehrbezirks „Salzgitter-10710“ bedankte wie bei Christian Malak von der Schornsteinfegerinnung Braunschweig.

Dem schlossen sich Eric Neiseke, Erster Stadtrat der Stadt Salzgitter, Stadtbaurat Michael Tacke, die Fachdienstleiterin des Fachdienstes Sicherheit, Recht und Ordnung, Gülbahar Alakus-Neiseke, und Allette Kapelar aus dem Fachgebiet Öffentliche Sicherheit und Gewerbe an.

Die aktuelle Wochenendzeitung

Gold wieder im Aufwind: Warum sich der Blick auf die eigenen Werte gerade jetzt lohnt

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

August 2026
Aktueller Goldkurs: 4.345,39 USD/Feinunze

Braunschweig. Am Goldmarkt können bereits wenige Tage einen deutlichen Unterschied machen. Genau das zeigt sich derzeit wieder: Nach einer wechselhaften Phase hat der Goldpreis zuletzt kräftig zugelegt. Allein in dieser Woche ging es zeitweise um rund sieben Prozent nach oben. Für Besitzer von Gold und Schmuck rückt damit eine alte Frage wieder in den Mittelpunkt: **Wann ist eigentlich der richtige Zeitpunkt für einen Verkauf?** Hinter der jüngsten Bewegung stehen mehrere Faktoren. Vor allem die Erwartungen an die amerikanische Geldpolitik haben sich verändert. Marktteilnehmer rechnen inzwischen weniger stark mit weiteren Zinserhöhungen in den USA, während sich zugleich einige Inflations Sorgen abgeschwächt haben. Für Gold kann ein nachlassender Zinsdruck unterstützend wirken, da das Edelmetall selbst keine laufenden Zinsen abwirft. Ob daraus allerdings ein dauerhafter Aufwärtstrend entsteht, kann niemand seriös vorhersagen. Gerade Gold zeigt immer wieder, wie schnell sich die Richtung verändern kann, wenn neue Wirtschaftsdaten, politische Entwicklungen oder Entscheidungen der Notenbanken die Erwartungen der Anleger verändern. Auch bei der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig beobachtet man die aktuelle Entwicklung genau. Ein Experte des Niedersächsischen Edelmetallhändlers hält ein: „Nach einem so deutlichen Anstieg fragen sich viele natürlich, ob sie noch weiter warten sollten. Den Höchstkurs erkennt man aber immer erst im Nachhinein. Wer Gold besitzt, das ohnehin nicht mehr genutzt wird, sollte deshalb weniger darüber spekulieren, was vielleicht noch kommt, sondern sich anschauen, welchen Gegenwert die eigenen Stücke heute bereits haben.“

Auf den perfekten Zeitpunkt warten? Für Besitzer von Goldschmuck, Münzen oder anderen Edelmetallen wird aus der Entwicklung damit eine ganz praktische Frage. Entscheidend muss nicht sein, den theoretisch höchsten Goldkurs zu erwischen. Viel wichtiger kann sein, ob der aktuell erzielbare Gegenwert bereits eine attraktive Gelegenheit bietet. Dabei braucht niemand

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

Niedersächsische GOLD BÖRSE BRAUNSCHWEIG

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

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

GESCHÄFTSFÜHRER:
N. GRANHOLM

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

DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE 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.

guten Anlass, seinen heutigen Gegenwert zu erfahren – und daraus eine Entscheidung zu machen. Denn manchmal ist nicht der höchste Kurs der beste Zeitpunkt – sondern der Zeitpunkt, an dem aus einem ungenutzten Wert wieder etwas Nutzbares wird.

NASSE WÄNDE? FEUCHTE KELLER?

Vertrauen Sie auf Handwerksarbeit durch unseren anerkannten Meisterbetrieb.

TROCKENLEGUNG

– Ursachenforschung einschließlich Angebot –
Witterungsunabhängige umweltfreundliche Systeme

Das Abdichtungssystem Inh. Carsten Dippelt
Ihr Maurermeisterfachbetrieb für Feuchtigkeitsschäden

Eingetragener Meisterbetrieb!
Celler Straße 124, 38114 Braunschweig

☎ (05 31) 5 90 63 68
www.das-abdichtungssystem.de

Im Internet finden Sie uns unter:

www.hallowochenende.de

Infostelle Konrad

Besuchen Sie uns.
Mi./Do. 10:00 bis 17:00 Uhr
Chemnitzer Straße 27b, Salzgitter

dialog@bge.de

Getränkeland Sander

Salzgitters großer Getränkemarkt · Riesenauswahl auf ca. 1300 m²

Einbecker Pilsener und Landbier 30x 0,33 l, 1 l = 1,21 € + 3,90 € Pfand	11.99	BAD HARZBURGER Classic, Medium, Naturell 12x 0,75 l, 1 l = 0,55 € + 3,30 € Pfand	4.99
Nörten-Hardenberger Pilsener 30x 0,33 l, 1 l = 1,01 € + 3,90 € Pfand	9.99	WEINLAND KÖNIGSBACH NEUSTADT Spätburgunder Weißer Riesling 1x 0,75 l, 1 Liter = 6,65 €	4.99
Bayreuther verschiedene Sorten 20x 0,33 l, 1 l = 2,57 € + 3,10 € Pfand	16.99	deit verschiedene Sorten 12x 1 l, 1 l = 0,83 € + 3,30 € Pfand	9.99
Krombacher verschiedene Sorten 24x 0,33 l, 1 l = 2,02 € 20x 0,5 l, 1 l = 1,60 € + 3,42 € Pfand + 3,10 € Pfand	15.99	VISA Classic, Medium, Feinperliger und Naturell 12x 1 l, 1 l = 0,50 € + 3,30 € Pfand	5.99

Wir akzeptieren:

Wir vermieten für Ihre Feiern und Feste
Zapfanlagen, Schankwagen, Kühlwagen, Tresen, Stehtische und Bierzeltgarnituren.
Abholpreise – solange Vorrat reicht! – Für Druckfehler keine Haftung
Angebote vom 15.08.2026 – 22.08.2026

Salzgitter-Bad, Daimlerstraße 6, Industriegebiet, Tel. (0 53 41) 3 18 88,
Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 18.30 Uhr Sa. 8.00 – 16.00 Uhr – Fragen Sie nach unserem Lieferservice

Lucas Cordalis, Geier Sturzflug, Hot Banditoz, Olaf Henning uvm. live. Eintritt frei!

DER SCHMIDT und Fliegen ab Braunschweig präsentieren das DER SCHMIDT Sommerfest 2026 mit einzigartigen Highlights

Der größte private Reiseanbieter der Region „DER SCHMIDT“ wird 70 Jahre und lädt gemeinsam mit „Fliegen ab Braunschweig“ als Dankeschön an die vielen DER SCHMIDT Fans in der Region 38 kostenfrei zu einer einzigartigen Veranstaltung ein. Am Sonntag, 30. August von 11 – 17 verwandelt sich der Firmensitz im SchmidtTerminal an den Halchterschen Str. 33 in Wolfenbüttel (nahe Bahnhof) in ein Festivalgelände mit Hauptbühne, Reisemesse, Street Food Bereich und Entertainment für die ganze Familie. Das Schmidt-Terminal ist zu großen Teilen überdacht und bietet Platz für viele tausend Menschen. So kann dieser Tag bei jedem Wetter genossen und gefeiert werden. Es soll die Party des Jahres mit vielen bekannten Künstlern werden!

Viele Stars mit Top Hits live on stage

Mit dabei ist die Kultband Geier Sturzflug, die mit ihren bekannten Hits wie „Bruttosozialprodukt“, „Besuchen Sie Europa“ und „Pure Lust am Leben“ für großartige Stimmung sorgt. Ebenfalls auf der Bühne stehen die Hot Banditoz, die mit Sommerhits wie „Veo Veo“, „Shake your Balla“ und „Chucu Chucu“ aus vielen TV Formaten bekannt ist, an wohl beinahe jedem Hotelpool gespielt wird und Urlaubsfeeling nach Wolfenbüttel bringen.

Schlagersänger Olaf Henning, bekannt durch Klassiker wie „Cowboy und Indianer“, „Die Manege ist leer“ oder „Blinder Passagier“ gehört seit vielen

Jahren zu den erfolgreichsten Künstlern seines Genres und wird das Publikum zum Mitsingen und Tanzen animieren.

Komplettiert wird das Lineup durch Lucas Cordalis, der nicht nur als Musiker erfolgreich, sondern auch aus zahlreichen Fernsehformaten bekannt ist. Mit Songs wie „Anita“, „Reif für die Insel“ und Viva la Noche verspricht er echtes Sommer- und Urlaubsfeeling und tritt auch regelmäßig in seiner Wahlheimat Mallorca auf.

Für die musikalische Stimmung zwischen den Live-Auftritten sorgt DJ Richy Vienna, der nicht nur als DJ in der Region bekannt ist. Co Partner „Radio 38“ sorgt mit Greta Kortenacker für professionelle Moderation.

Reisemesse, Tombola und Familienprogramm

Neben dem Bühnenprogramm erwartet die Besucher eine Reisemesse, auf der sich Interessierte über aktuelle Reiseangebote, beliebte Destinationen und Urlaubstrends informieren können. Entertainment für die ganze Familie, ein Street Food Bereich und eine Tombola mit hochwertigen Gewinnen – u.a. Flugreisen powered by „Fliegen ab Braunschweig“ und exklusive Reiseangebote sorgen für einen einzigartigen Tag.

Gute Erreichbarkeit und überdachtes Gelände

Das SchmidtTerminal ist mit dem ÖPNV, per Fahrrad oder mit dem PKW gut erreichbar.



Am Sonntag, 30. August verwandelt sich das SchmidtTerminal wieder in ein großes Festivalgelände. Eintritt frei!

Kostenfreie Parkplätze befinden sich in der Umgebung. Das Gelände ist größtenteils überdacht und der Eintritt ist frei!

Infos zur Veranstaltung auch auf www.der-schmidt.de und 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

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

Auch in den Herbstferien!
Kinderfestpreis ab € 599,-

8 Tage pro Person
ab € 899,-

08.10. – 15.10.2026
In den Herbstferien:
15.10. – 22.10.2026 (+ € 20,-)

Costa de la Luz
Strand, Kultur und spanische Leidenschaft

8 Tage pro Person
ab € 699,-

22.09. – 29.09.2026 (+ € 30,-)
RESTPLÄTZE!
29.10. – 06.10.2026
RESTPLÄTZE!

Kalabrien
Die Perle Süditaliens

8/9 Tage pro Person
ab € 699,-

Auch als 9-Tage-Reise buchbar!
30.09. – 08.10.2026 (9 Tage)
RESTPLÄTZE!
07.10. – 14.10.2026 (8 Tage)

Zakynthos
Karibikflair im Mittelmeer

8 Tage pro Person
ab € 899,-

21.10. – 28.10.2026 (+ € 30,-)
01.11. – 08.11.2026

Zypern
Die Insel der Götter

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

8 Tage pro Person
ab € 799,-

22.10. – 29.10.2026 (+ € 20,-)
29.10. – 05.11.2026 Feiertagstermin

Madeira
Insel des ewigen Frühlings

5 Tage pro Person
ab € 699,-

28.10. – 01.11.2026
RESTPLÄTZE!

Rom
Die ewige Stadt

8 Tage pro Person
ab € 1599,-

08.10. – 15.10.2026
In den Herbstferien:
15.10. – 22.10.2026 (+ € 20,-)

Lissabon und Algarve
Stadt und Strand

Die Preise berücksichtigen die bei Drucklegung der Kataloge im Januar 2026 geltenden Treibstoffkosten. Bei zum Reisezeitpunkt anhaltend hohen oder weiter steigenden Treibstoffkosten behalten wir uns die Erhebung eines Treibstoffzuschlags gemäß unseren Reisebedingungen bis 21 Tage vor Abreiseterrain vor. Bei Flugreisen reichen wir den von den Airlines erhobenen Zuschlag weiter.
Bildnachweis: Bild Sommerfest © DER SCHMIDT Katalogtitel: © AdobeStock 693955118, Bildrechte der Hotelbilder liegen beim jeweiligen Hotel. Alle weiteren: © AdobeStock 112858185, AdobeStock 112858185, AdobeStock 380875795, AdobeStock 298610527, AdobeStock 749603659, shutterstock 1995994313, AdobeStock 219737186, Stock 539115110, AdobeStock 175503684, AdobeStock 427266780

70
EST. 1956
DER SCHMIDT
Urlaub mit Herz

Einladung zum

DER SCHMIDT
Urlaub mit Herz

Fliegen ab Braunschweig

HOT BANDITTOZ

GEIER STURZFLUG

OLAF HENNING

LUCAS CORDALIS

DJ RICHY VIENNA

+ REISEMESSE
+ FAMILYENTERTAINMENT
+ FOOD & DRINKS
UND VIELES MEHR

SOMMER Fest 26

powered by **Radio 38** UKW 100.3 **LOVE** CYPRUS

EINTRITT FREI!

SONNTAG, 30. AUGUST • 11 - 17 UHR
WOLFENBÜTTEL • SCHMIDTTERMINAL • NAHE BAHNHOF
INFOS UNTER: WWW.FLIEGEN-AB-BRAUNSCHWEIG.DE • WWW.DER-SCHMIDT.DE

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-Wolfenbüttel
- ▶ Große Hotelauswahl
- ▶ Kurze Wege und persönliche Betreuung am Flughafen
- ▶ Einzigartige Destinationen
- ▶ Ausflüge auf Wunsch zubuchbar
- ▶ Perfekt abgestimmte Reiseerlebnisse
- ▶ Beste Organisation

Vergiftungsgefahr durch mobile Klimaanlage

Vorsicht bei DIY-Lösungen: Tricks für mobile Klimageräte in den sozialen Netzwerken sind oft nur vermeintlich genial

VON VANESSA CASPER

Wer bei 36 Grad in der Dachgeschosswohnung schwitzt, wünscht sich Abkühlung. In diesem Sommer gab es einen Rekordabsatz an Kühlgeräten, allen voran mobile Klimaanlage. Zahlen der Handwerker-Plattform MyHammer zeigen, dass allein die Anfragen für Klimaanlage-Installationen im Jahresvergleich um mehr als das Siebenfache gestiegen sind.

Der Wunsch nach Kühlung ist also enorm. Jedoch bleibt bei mobilen Klimageräten mit Abluftschlauch grundsätzlich das Problem, dass warme Luft direkt wieder ins Zimmer gelangt, wenn der Schlauch einfach aus dem Fenster gehängt wird. Das verringert die Kühlleistung und erhöht die Stromkosten.

Im Internet zeigen vermeintlich cleverere Heimwerker selbstgemachte Lösungen, wie sie dieses Problem beheben. Genau vor solchen Selbstbau-Lösungen warnen allerdings Feuerwehr- und Schornsteinfeger-Verbände. Durch Unwissenheit kann sich so Kohlenmonoxid ansammeln, das zu schweren gesundheitlichen Schäden oder sogar zum Tod führen kann.

Videos im Internet zeigen, wie die heiße Luft direkt durch den Schornstein abgeführt wird. Dabei wird der Abluftschlauch der Monoblock-Geräte einfach an Anschlüsse von Kaminöfen oder direkt an Klappen am Schornsteinschacht angeschlossen.

Doch Schornsteine und Abgasanlagen sind dafür vorgesehen, die Abgase von Feuerstätten sicher ins Freie abzuleiten. Gemeint sind nicht nur Kamin und Ofen, sondern auch Gastherme oder Durchlauferhitzer. Welche Feuerstätten tatsächlich an den Schornstein angeschlossen sind, ist für Laien oft nur schwer zu beurteilen. Ein scheinbar ungenutzter Schornstein kann dennoch belegt sein.

Das Problem der Internet-Lösungen ist erst auf den zweiten Blick erkennbar. Denn durch den Abzug wird die warme Raumluft wie gewünscht ins Freie gezogen - ohne dass durch ein für den Abluftschlauch offenes Fenster neue warme Luft hineinkommt. Dadurch entsteht ein Unterdruck, der Abgase in die Wohnräume ziehen kann, wenn der Unterdruck den Abflusssog übersteigt. Im schlimmsten Fall kann es zu einer Kohlenmonoxid-Vergiftung kommen. Betroffen sind raumluftabhängige Thermen. Diese ziehen den für die Verbrennung notwendigen Sauerstoff direkt aus dem Umfeld, in dem sie aufgestellt sind.

Wenn die Belüftung beeinträchtigt ist, besteht auch bei re-



Symbolfoto: Geri Tech / Pexels

gelmäßig gewarteten und geprüften Geräten ein Risiko. Sie sind zudem nur für bestimmte Druckverhältnisse geprüft. Besonders hoch ist die Gefahr jedoch bei veralteten oder schlecht gewarteten Gasthermen. Branchenschätzungen zufolge trifft das auf mehr als ein Drittel der Gasthermen zu.

ACHTUNG BEI SELBST-GEBAUTEN ABDICHTUNGEN

Auch andere Methoden, den Abluftschlauch der mobilen Klimaanlage nach außen zu führen, können heikel sein. In den sozialen Netzwerken bauen sich Menschen Abdichtungs-Lösungen für ihre mobilen Klimaanlage, indem sie MDF-Platten, Sperrholz, Plexiglas oder - besonders beliebt - Doppelstegplatten passgenau auf ihre Fenster zuschneiden, die dieses bis auf das Loch für den Abluftschlauch komplett abdichten.

Dadurch entsteht wieder Unterdruck, der besonders bei leistungsstarken mobilen Klimageräten stärker sein kann als der natürliche Abzug. Daher sollten in solchen Fällen beide Geräte, Klimaanlage und Gastherme, nicht gleichzeitig laufen, um einen CO-Austritt zu verhindern.

WIE GROß IST DIE GEFAHR DURCH MOBILE KLIMAGERÄTE?

Nach Angaben der Initiative

„CO macht KO“ wurden zwischen 2014 und 2024 durchschnittlich etwa 3500 Patientinnen und Patienten jährlich mit einer Kohlenmonoxid-Vergiftung in Deutschlands Krankenhäuser eingeliefert. Jede Sechste davon endete tödlich. Jedoch lässt sich nicht ermitteln, welcher Anteil davon auf eine Nutzung von mobilen Klimaanlage zurückgeht. Fehlerhafte Feuerstätten und Heizungsanlagen sind eine der Hauptursachen.

SO KÖNNEN SIE VORBEUGEN

Um potenziell gefährlichen Unterdruck zu vermeiden, raten Experten zu einigen einfachen Schritten.

- ▶ Kein gleichzeitiger Betrieb: Mobile Klimaanlage sollten nicht gleichzeitig mit anderen Feuerstätten, wie Gasthermen, laufen. Während des Duschens oder Abwaschens (wenn die Therme zur Warmwasseraufbereitung läuft), sollten mobile Klimageräte abgeschaltet werden.
- ▶ Für Luftzufuhr sorgen: Auch wenn die warme Luft draußen bleiben soll: Ein gekipptes Fenster oder leicht geöffnete Terrassentür sorgen für ausreichend Frischluftzufuhr, damit kein Unterdruck entsteht.
- ▶ CO-Melder kaufen: Nur CO-Warnmelder können Kohlenmonoxid aufspüren. Sie schlagen Alarm, bevor gesundheitsschädliche Werte erreicht werden und können auch aus dem Schlaf wecken. Verwenden Sie

einen nach EN 50291 geprüften Warnmelder.

- ▶ Regelmäßige Wartungen: Abgaskontrollen und Wartungen sollten etwa einmal jährlich durch Fachkräfte erfolgen.

ALTERNATIVEN ZU MOBILEN MONOBLOCK-KLIMAAANLAGEN

Die mobilen Standgeräte sind beliebt: Sie sind einfach in Betrieb zu nehmen, benötigen keine baulichen Maßnahmen und sind im Vergleich zu fest installierten Klimaanlage preisgünstig. Jedoch erfordern Kältemittel, Abluftführung und Elektrik Aufmerksamkeit, wie der TÜV-Verband e.V. zu bedenken gibt.

Moderne Split-Klimaanlagen (Geräte mit Innen- und Außen-einheit) etwa arbeiten mit einem geschlossenen Kreislauf, bei dem keine Raumluft nach außen geblasen wird. Diese Geräte entziehen dem Raum keine Luft und seien in Verbindung mit Gasthermen sicherer. Sie sind in der Regel leistungsfähiger und effizienter, aber auch teurer. Und eher eine Investition für die kommenden Jahre.

Damit Sie eine Entscheidung treffen können, welches Klimagerät das Richtige für Sie ist, haben wir hier die unterschiedlichen Modelle nach Informationen des TÜV-Verbands zusammengestellt.

- ▶ Mobile Monoblock-Klimageräte (Einschlauchgeräte): Am weitesten verbreitet, kühlen Raumluft mithilfe eines Kühl-

mittels und leiten die Abwärme über einen Luftschlauch nach außen. Vergleichsweise günstig und ohne Montage. Nachteil ist das beschriebene Unterdruck-Problem. Kosten ab 300 Euro für einfache Einschlauchgeräte.

- ▶ Zweischlauchgeräte: Funktionsweise wie Einschlauchgeräte, verfügen aber über einen zusätzlichen Schlauch, der Außenluft ansaugt, Unterdruck vermeidet und effizienter kühlt. Startet bei rund 600 Euro. Inzwischen sind auch Adapter für vorhandene Einschlauchgeräte erhältlich.

- ▶ Verdunstungskühler: Arbeiten ohne Kältemittel. Ein Ventilator bläst Luft über wassergetränkte Kühl pads. Der angefeuchtete Luftstrom wirkt über die Verdampfung kühlend. Verbrauchen weniger Strom, senken aber auch nicht wirklich die Raumtemperatur.

- ▶ Mobile Split-Klimageräte: Recht neue Geräteklasse, nutzt die gleiche Technik wie fest installierte Anlagen mit Innen- und Außengerät, mit einem dünnen Schlauch miteinander verbunden. Leistungsfähiger, effizienter und leiser als Monoblock-Geräte. Benötigen Platz und eine sichere Aufstellung. Kleine Geräte ab 500 Euro erhältlich, in der Preisklasse eher für kleinere Räume oder als Camping-Zubehör geeignet.

Wichtig ist in jedem Fall der richtige Umgang mit dem Klimagerät. Beachten Sie dafür genau die Bedienungsanleitung.

Krampfadern und Hitze: 7 Tipps für Sommertage

Wer aufgrund von Krampfadern Venenprobleme hat, fragt sich: Wie komme ich mit meinen schweren Beinen besser durch heiße Tage? Der Gefäßchirurg Siamak Pourhassan, Mitglied im Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Gefäßchirurgie und Gefäßmedizin ist, hat diese 7 Tipps:

- ▶ Tipp 1: Beine kalt abduschen. Dabei den Wasserstrahl immer von den Füßen aufwärts Richtung Herz halten, damit die Gefäße sich zusammenziehen - Stichwort: Kneippsche Güsse.
- ▶ Tipp 2: Bewegung. So kann man beispielsweise die Füße von den Fersen auf die Zehenspitzen wippen oder kurze Spaziergänge einlegen. Beides fördert den Blutrückfluss, das kann Schwellungen entgegenwirken.
- ▶ Tipp 3: Füße hochlegen. Zwischendurch immer mal wieder die Beine hochzulagern unterstützt das Abfließen des Blutes.
- ▶ Tipp 4: Viel trinken. Pro Tag sollten es mindestens zwei Liter

Wasser oder ungesüßter Tee sein. Das sorgt dafür, dass das Blut flüssig bleibt und die Gefäße entlastet werden.

- ▶ Tipp 5: Leichte Kost essen. Mit gemüsereichen Mahlzeiten sorgt man dafür, dass der Körper nicht unnötig belastet wird.
- ▶ Tipp 6: Kompressionsstrümpfe tragen. Am besten greift man zu Sommer-Varianten, die etwa aus Funktionsfasern bestehen. Ihr Vorteil: Sie leiten den Schweiß von der Haut weg und speichern ihn im Faserinneren. Die anschließende Verdunstung sorgt für einen Kühleffekt auf der Haut. Erfrischender Tipp: Kompressionsstrümpfe vor dem Anziehen für fünf bis zehn Minuten in den Kühlschrank oder in einem Plastikbeutel verpackt kurz ins Gefrierfach legen.
- ▶ Tipp 7: Wassertrick nutzen. Leitungswasser in eine kleine Sprühflasche füllen und unterwegs die Strümpfe direkt am Bein besprühen. (dpa)

Der Swift

1.2 DUALJET HYBRID Comfort+

Abbildung zeigt aufpreispflichtige Sonderausstattung

Swift - der Kleinwagen von Suzuki.

Ab sofort im Autohaus Piske. Der neue Suzuki-Händler in Wolfenbüttel.

SUZUKI

Autohaus PISKE GmbH

Ahlumer Straße 86 · 38302 Wolfenbüttel · Telefon 05331 9702 0

Swift 1.2 DUALJET HYBRID Comfort+ Verbrauchswerte: kombin. Energieverbrauch 4,4 l/100 km; kombin. Wert der CO₂-Emission: 99 g/km; CO₂-Klasse: C

Bei Kribbeln, Brennen und tauben Füßen

Beratungstag*

zum Thema „Polyneuropathie“
(auch telefonisch möglich)

Do. 27.08.2026

Jetzt anmelden und Testangebot sichern!

05341 - 86 10 04

Sonnen Apotheke

Apothekerin Emani Ben Romdhane-Westerfeld

Berliner Str. 151 | 38226 Salzgitter

Mo., Di., Do., Fr. 08.15 - 18.30 Uhr
Mi. 08.15 - 13.00 Uhr | Sa. 09.00 - 13.00 Uhr

17.08.26 - 22.08.26

MIX Markt

Top-Angebote für die ganze Woche

SCHWEINESCHULTER WIE GEWACHSEN, 1 kg

3,99

SCHWEINEBAUCH WIE GEWACHSEN, 1 kg

3,99

SCHWEINEOBERSCHALE, 1 kg

5,99

MARINIERTER HOLZFÄLLERSTEAKS AUS DER SCHWEINE-SCHULTER, 1 kg

4,99

SCHWEINE-BAUCH MARINIERT IN SCHEIBEN, 1 kg

4,99

HÄHNCHENSCHENKEL frisch, 1 kg

2,99

MARINIERTER HÄHNCHENSCHENKEL, 1 kg

3,99

SUPPENHUHN, HD. KL. A, MIT HALS, OHNE INNEREIEN, tiefgefroren, 1300 g Btl, 1 kg = 3,46

4,49

Eis "Big Family" (Vanilleschmack 7 x 120 ml und Schoko 3 x 120 ml) im Waffelbecher 1200 ml Btl, 1 L = 2,41

2,89

Gezuckerte Kondensmilch "Guschnjoka" 8% Fett 397 g Dose, 1 kg = 3,25

1,29

Karamellisiertes gezuckertes Kondensmilchzeugnis oder mit fettarmen Kakao 397 g Dose, 1 kg = 3,91

1,55

Nudelgericht mit Hühnerfleischschmack "Yum-Yum" 30 x 60g 1800 g Pack, 1 kg = 7,78

13,99

Pressack nach Hausrezept "Salceson wieprozowy extra" 100 g, 1 kg = 8,50

0,85

Brühwurst nach polnischem Rezept, mittelfest, geräuchert "Kielbasa szlachetna" 100 g, 1 kg = 8,50

0,85

Vodka "Xarisma Classic" 40% vol. 0,5 L Fl, 1 L = 11,98

5,99

Teigtaschen "Avangardnije" mit Fleisch- und Truthahnfleischfüllung oder "Ukrainskie" mit Schweine-, Hähnchen- und Rindfleischfüllung, tiefgefroren 750 g Btl, 1 kg = 3,86

2,89

Teigtaschen mit Quarkfüllung "Wareniki", tiefgefroren 450 g Pack, 1 kg = 4,43

1,99

Koffeinhaltiges Erfrischungsgetränk, stark kohlenensäurehaltig, pasteurisiert 250 ml Dose, 1 L = 1,96 zzgl. Pfand 0,25

0,49

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

Mix Markt 111, Inh. Olga Reichert Krühgarten 79, 38228 Salzgitter

☎ 05341 - 2259420 ⌚ Mo - Fr: 09:00 - 19:00 Sa: 09:00 - 18:00 🌐 www.mixmarkt.eu



FOTO: IMAGO IMAGES

Dieser Ort in Albanien wird auch Stadt der 1000 Fenster genannt

Seit 2008 gehört die historische Altstadt von Berat zum UNESCO-Weltkulturerbe

Sehr viele Fenster, ein ganz besonderes Loch in der Wand, magische Stadtviertel und eine beeindruckende Befestigungsanlage gehören zum albanischen Ort Berat. Wir stellen dir die Stadtperle vor.

Ein ganz eigenes Flair weht durch den Ort Berat. Hier bildet der Fluss Osum eine Grenze zwischen den Stadtteilen, und die umliegenden Hügel komplettieren das harmonische Bild. Traumausblicke und herausragende Architektur machen den rund 40.000 Einwohnerinnen und Einwohner starken Ort in Albanien aus.

Christliche und muslimische Einflüsse prägten den Ort, der vielen als schönste Stadt Albaniens gilt. Der reisereporter stellt den Ort und seine Besonderheiten vor, zu denen auch ein kuriozes Loch in einer Hauswand gehört.

MANGALEM-VIERTEL

Rund 70 Kilometer Luftlinie liegt Berat von Tirana entfernt und empfängt Besuchende mit seiner 2400-jährigen Geschichte. Berats weiße Altstadt, das Mangalem-Viertel am südlichen

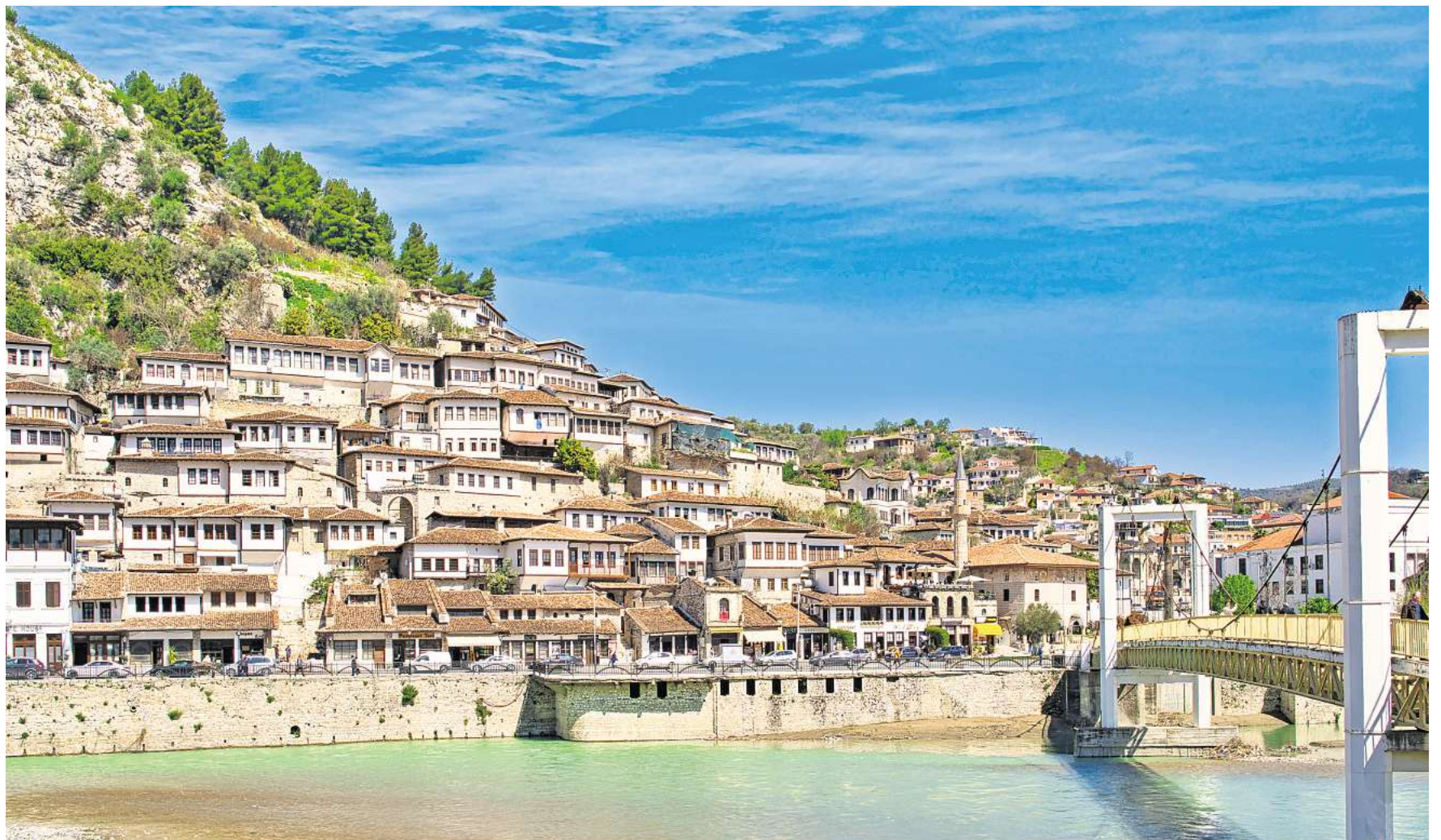
Flussufer, liegt am Hang und osmanische, zweistöckige Steinhäuser hangeln sich dicht an dicht terrassenartig am Berg entlang.

Die zahlreichen Fenster der weißen Häuser, die wie weit aufgerissene Augen wirken, sind auf den Fluss gerichtet. Für diese einzigartige Architektur ist Berat bekannt, und sie brachte der Stadt den Beinamen „Stadt der tausend Fenster“ ein.

Bei diesem Anblick verwundert es nicht, dass Berat bereits 1961 offiziell zur Museumsstadt erklärt wurde und seit dem Jahr 2008 zum Unesco-Weltkulturerbe zählt. Dass der historische Charme von Mangalem erhalten blieb, ist auch einer Regel zu verdanken: Neubauten sind hier verboten.

DIE GORICA-BRÜCKE IN BERAT

Die dekorative Gorica-Steinbrücke, die um 1780 erbaut wurde, verbindet Mangalem mit dem Viertel Gorica auf der anderen Flussseite. Das Bauwerk überwindet sieben Steinbögen und misst knapp 130 Meter Länge. Von der Brücke aus hast du eine fantastische Sicht und beeindruckende Perspektiven auf beide



Gestaffelte Häuser mit zahlreichen Fenstern: Der Anblick des Viertels Mangalem verhalf Berat zu dem Beinamen „Stadt der tausend Fenster“. Foto: imago images/ Depositphotos

Flussseiten. Zum Sonnenuntergang bieten sich hier perfekte Motive.

Die Gorica-Brücke ist nicht die einzige Möglichkeit, sich zwischen den Stadtteilen hin und her zu bewegen. Einige Hundert Meter weiter gibt es noch eine modernere Brücke, die beide Stadtteile verbindet.

Das Viertel Gorica ist im Gegensatz zum osmanisch geprägten Mangalem christlich beeinflusst. Der ruhige Stadtteil mit seinem authentischen Flair bietet eine hervorragende Aussicht auf das gegenüberliegende Mangalem und die darüber

thronende Burg von Berat.

Ein Spaziergang am Flussufer des Osums oder die Einker in einem der Restaurants bieten sich an. Zu den Sehenswürdigkeiten des Viertels zählen unter anderem die Kirche des heiligen Spiridon mit elegantem Säulengang und alten Fresken.

DAS BURGVIERTEL KALAJA

Oberhalb von Mangalem, rund 200 Meter über dem Osum, liegt das Burgviertel Kalaja. Das Areal wird von dicken Festungsmauern begrenzt und umfasst weit mehr als nur eine Burg: Bewohn-

te Steinhäuser und zahlreiche Kirchen, Ruinen von Moscheen und beeindruckende Aussichtspunkte sind auf dem 9,6 Hektar großen Gebiet der Festungsanlage vereint.

Die Umfassungsmauern sind noch vollständig erhalten und zu den Sehenswürdigkeiten des Burgviertels zählen das Onufri-Museum, das in der Marienkirche untergebracht ist, die Ruine der Roten Moschee, die Dreifaltigkeitskirche und der Süden der Festungsanlage mit seinen Panoramaausblick auf Berat und die umliegenden Berge.

BERATS KLEINES FENSTER

Zu dem Charme von Berat gehört auch, dass du hier Dinge erlebst, die es nicht überall gibt. Zwar hat Berat an sich schon viele Fenster, ein sehr spezielles gehört aber auch dazu. Gemeint ist ein kuriozes Loch in einer Steinmauer in einer engen Gasse im Viertel Mangalem.

Die kleine Öffnung ist mit einer goldenen Tafel beschriftet, die das Fenster als erstes Weinfenster in Albanien ausweist. Alternativ gibt es auch Raki. Am Berat und die umliegenden Berge.

guten Tropfen und bekommt das Glas direkt durch die kleine Öffnung gereicht. Betrieben wird das Fenster vom Restaurant Semani.

Das kuriose Weinfenster spielt auf die historischen Weinfenster in Italien an, die es vor allem in Florenz gab. Die dortigen kleinen Öffnungen in den Mauern erlaubten den Handel mit Wein zu Pestzeiten ohne direkten Kontakt und mit dem Ziel, Ansteckungen zu vermeiden.

➡ Weitere Informationen unter: www.reisereporter.de/berat



Die Dreifaltigkeitskirche im Burgenviertel von Berat.

Foto: imago images/ Dreamstime

In Italien sollen mehr Strände kostenlos werden

Der politische Druck auf die italienischen Behörden wächst

Teure Strandbesuche sollen in Italien in Zukunft selten sein. Das Land geht gegen private Strandbäder und hohe Eintrittspreise vor. In mehreren Regionen entstehen bereits neue kostenlose Strandabschnitte für Urlauberinnen und Urlauber.

Wer in Italien einen Tag am Strand verbringen möchte, muss vielerorts tief in die Tasche greifen. Für Eintritt, Sonnenschirm und Liegen werden oft hohe Gebühren fällig. Nun reagieren mehrere Regionen und Kommunen: Sie schaffen neue frei zugängliche Strandflächen und gehen gegen umstrittene Privatstrände vor.

KOSTENLOSER STRAND: ROM MACHT DEN ANFANG

Besonders sichtbar ist der Wandel derzeit in Ostia, dem Stadtstrand von Rom. Dort hat die Stadt erst vor Kurzem mehrere private Strandbäder dichtgemacht. Zwei Anlagen werden

sogar mitten in der laufenden Sommersaison abgerissen. Anstelle der kostenpflichtigen Strände soll die Küste dort in Zukunft für alle frei zugänglich sein.

Auch andere Regionen verfolgen ähnliche Pläne. In Ligurien und Apulien diskutieren Behörden bereits über Maßnahmen, um den freien Zugang zum Meer zu verbessern. Hintergrund ist die Kritik, dass viele Strandabschnitte teuer und durch hohe Zäune nicht mehr für die Öffentlichkeit betretbar sind.

Der Hauptgrund für den Streit rund um die privat geführten Strandbäder: Eigentlich gehört die gesamte Küste Italiens dem Staat. Nach geltendem Recht müsste der Zugang zum Meer also für alle, egal ob Einheimische oder Reisende, kostenlos sein. Tatsächlich werden jedoch mehr als die Hälfte der Strände Italiens von privaten Betreibern bewirtschaftet. Landesweit existieren mehr als 7300 sogenannte „Stabilimenti Balneari“, die Liegen, Sonnen-

schirme und weitere Dienstleistungen anbieten. Für Urlauberinnen und Urlauber kann das teuer werden. Im Durchschnitt kostet ein Set aus zwei Liegen und einem Sonnenschirm inzwischen rund 40 Euro pro Tag, berichtet „fw“. Untersuchungen zeigen zudem, dass die Preise in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen sind. In beliebten Ferienorten gehören hohe Strandgebühren längst zum Alltag.

EU-RICHTLINIE SETZT ITALIEN UNTER DRUCK

Der politische Druck auf die italienischen Behörden wächst schon seit Jahren. Hintergrund ist eine EU-Richtlinie aus dem Jahr 2006, nach der die vom Staat vergebenen Strandkonzessionen in regelmäßigen Abständen neu ausgeschrieben werden müssten. In Italien wurde diese Richtlinie jedoch lange nicht berücksichtigt.

Ab 2027 soll sich das nun schrittweise ändern. Viele Kommunen bereiten sich bereits da-



In den privaten Strandbädern kosten zwei Liegen und ein Sonnenschirm im Schnitt 40 Euro pro Tag.

Foto: imago images/ Zuma Press

rauf vor. Ziel ist es, den Wettbewerb zu stärken und gleichzeitig mehr öffentliche Strandflächen zu schaffen. Für Reisende könnte das langfristig bedeuten: mehr kostenlose Zugänge zum Meer und eine spürbare Entlastung der Reisekasse im Strandurlaub.

➡ Weitere Informationen unter: www.reisereporter.de/straende-italien



Private und kostenpflichtige Strandbäder, die „Stabilimenti Balneari“, sollen in Italien weniger werden. Foto: imago images/ imagebroker



Italien

6 Tage

Limone am Gardasee

Leistungen

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

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

Termin

20.09. - 25.09.26
27.09. - 02.10.26
04.10. - 09.10.26
11.10. - 16.10.26
18.10. - 23.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 639,- €**
EZ-Zuschlag: 180,- €



Reisecode: I-GAV



Italien

8 Tage

Toskana, Florenz & Pisa

Leistungen

- ✓ Fahrt im Luxusreisebus
- ✓ 2 x Übernachtung/HP im DZ im Raum Südtirol / Trento
- ✓ 5 x Übernachtung an der Versliaküste im DZ im ***Hotel dei Tigli in Lidi di Camaiore
- ✓ 5 x Frühstücksbuffet
- ✓ 4 x Abendessen an der Versliaküste
- ✓ Besichtigung einer „Fattoria“ inkl. Fahrt mit einem Traktor, Abendessen mit Wein, Wasser und Kaffee
- ✓ Ausflug Siena und San Gimignano mit Reiseleitung
- ✓ Stadtführungen Siena, Florenz, Pisa und Lucca
- ✓ durchgehende Reisebegleitung

Insel Elba zubuchbar

Termine

06.09. - 13.09.26
04.10. - 11.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 1049,- €***
EZ-Zuschlag: 250,- €



Reisecode: I-TFP



Italien

8 Tage

Blumenriviera und Cote d'Azur

Leistungen

- ✓ Fahrt im Luxusreisebus
- ✓ 2 x Ü/HP im Raum Schwarzwald im DZ
- ✓ 5 x Ü/HP an der Riviera im DZ im ****Hotel Del Golfo in Finale Ligure
- ✓ Ausflüge Sanremo und Dolceacqua, Monaco und Montecarlo, Noli und Finalborgo, Nizza und Cannes mit Reiseleitung
- ✓ reichhaltiger Imbiss mit ligurischen Spezialitäten und Wein/Wasser
- ✓ durchgehende Reisebegleitung

Termin

18.10. - 25.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 919,- €***
EZ-Zuschlag: 170,- €



Reisecode: I-RIVE



Österreich

7 Tage

Kärnten all inclusive

Leistungen

- ✓ Fahrt im Luxusreisebus
- ✓ Begrüßungsschnaps
- ✓ 6 x Übernachtung im DZ im ***Alm-Resort Frühauf direkt an der bekannten Nockalmstraße
- ✓ 6 x Frühstücksbuffet
- ✓ 4 x Abendbuffet
- ✓ 1 x Essen vom heißen Stein
- ✓ 1 x Grillfeier am Biotop mit Musik
- ✓ 2 x Kaffee/Kuchen im Hotel
- ✓ ausgewählte Getränke im Hotel von 10:00-22:00 Uhr
- ✓ alle Leistungen lt. Reiseverlauf
- ✓ durchgehende Reisebegleitung

Termin

25.09. - 01.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 1079,- €***
EZ-Zuschlag: 110,- €



Reisecode: A-KAAI



Schweiz

6 Tage

Glacier- und Bernina-Express

Leistungen

- ✓ Fahrt im Luxusreisebus
- ✓ 5 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Post in Sargans
- ✓ 5 x Frühstücksbuffet
- ✓ 5 x Abendessen
- ✓ Fahrt mit dem Glacier-Express von Chur nach Andermatt (2. Klasse)
- ✓ Ausflug Luzern
- ✓ durchgehende Reisebegleitung

Ausflug Appenzell mit Schifffahrt Walensee, Schifffahrt Vierwaldstätter See, Bernina-Express-Fahrt zubuchbar

Termin

25.09. - 01.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 899,- €***
EZ-Zuschlag: 120,- €



Reisecode: CH-CUB



Deutschland

5 Tage

Moselglanz und Rheinzauber

Leistungen

- ✓ Fahrt im Luxusreisebus
- ✓ 4 x Übernachtung im DZ im °°°Hotel „Vergissmeinnicht“ in Poltersdorf
- ✓ 4 x Frühstücksbuffet
- ✓ 4 x Abendessen (3-Gang-Menü)
- ✓ Ausflug Mosel inkl. Schifffahrt und Stadtführung Cochem
- ✓ Weinprobe beim örtlichen Winzer
- ✓ Stadtführung Koblenz
- ✓ Ausflug Trier und Bernkastel-Kues mit Reiseleitung
- ✓ durchgehende Reisebegleitung

Termin

19.10. - 23.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 699,- €***
EZ-Zuschlag: 85,- €



Reisecode: D-WUMO



Tschechien

4 Tage

Prag

Leistungen

- ✓ Fahrt im Luxusreisebus
- ✓ 3 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Olympik / ****Hotel Clarion Congress
- ✓ 3 x Frühstücksbuffet
- ✓ City-Tax
- ✓ durchgehende Reisebegleitung

Ausflüge Moldauschiffahrt, Altstadtführung, Hradschin-Rundgang, Böhmischer Abend zubuchbar

Termine

10.09. - 13.09.26
01.10. - 04.10.26
12.11. - 15.11.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 279,- €***
EZ-Zuschlag: ab 90,- €



Reisecode: CZ-QPRA4

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

Beratung und Buchung: 0531 - 250 99 30 oder im Reisebüro
www.fumu-reisen.de • buchungszentrale@fumu-reisen.de

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



**Besuchen Sie
uns im Internet**





Kleiner Mensch mit großen Gefühlen: Kleine Kinder können ihre Emotionen noch nicht gut selbst regulieren – Eltern geben in solchen Momenten Halt.
Foto: Franziska Gabbert/dpa-mag

Große Gefühle bei Kindern begleiten: Tipps für Eltern

Wut, Angst, Trauer und Freude gehören zu unseren primären Emotionen. Diese entwickeln sich bei Kindern schon im ersten Lebensjahr. Doch kleinen Kindern fehlt noch die Fähigkeit, ihre Gefühle selbst zu regulieren, erklärt die Kinder- und Jugendpsychiaterin Eva Möhler in der aktuellen Ausgabe der Zeitschrift „Apotheken Umschau Eltern“ (08/2026).

Erst im Alter zwischen zwei und sechs Jahren entwickelt sich der Zugang zum Präfrontalen Kortex, dem Gehirnteil, der für die Regulation zuständig ist, so die Direktorin der Kinder- und Jugendpsychiatrie an der Universitätsklinik des Saarlandes in Bad Homburg. Einstweilen sind es also die Eltern, die dabei helfen müssen.

Wie können Eltern Kinder bei starken Gefühlen also am besten begleiten? Die Ergotherapeutin und Familientherapeutin Kiran Deuretzbacher gibt dazu in der „Apotheken Umschau Eltern“ Tipps. Dazu gehört, die eigenen Emotionen im Griff zu haben und die Gefühle des Kindes ernst zu nehmen, auch wenn sie als Erwachsene eine Situation besser einschätzen können.

BEI WUT: FRAGEN STATT MÄßREGELN

Ist das Kind etwa wütend, rät Deuretzbacher: erst einmal durchatmen, ruhig bleiben und nicht selbst einsteigen. Sätze wie „Beruhig dich doch mal“

machen ihr zufolge das Kind oft noch viel wütender.

Besser sei es, dem Kind das Gefühl zu spiegeln. So könne man etwa fragen: „Wie blöd findest du das eigentlich?“ Zudem kann es helfen, eine Frage zu stellen, die das Kind mit „Ja“ beantworten kann. Dabei sei es nicht das Ziel, dass das Kind direkt ruhig wird, sondern Sicherheit gewinnt, erklärt die Ergotherapeutin.

Grundsätzlich sei es wichtig, der Wut Raum zu geben. Denn sie kann ein Zeichen dafür sein, dass Grenzen überschritten wurden. Oder jemand entgegen unseren Werten gehandelt hat, so Deuretzbacher. Wut kann uns auch helfen, für uns einzustehen - oder ein Ziel zu erreichen, das uns wichtig ist. Hinter Wut kann sich aber auch Angst oder Traurigkeit verstecken.

BEI TRAUER: RAUM GEBEN UND DENNOCH DA SEIN

Jeder will, dass sein Kind glücklich ist - doch Eltern sollten ihrem Nachwuchs Gefühle wie Traurigkeit und Trauer nicht absprechen, wenn etwa ein Stofftier verloren geht oder man sich von der Lieblingserzieherin verabschieden muss.

Stattdessen können Eltern ihre Kinder fragen, was sie gerade brauchen, und dann Vorschläge machen, etwa:

- eine Umarmung
- Zuhören
- Tee machen

Oder sie fragen, ob das Kind kurz alleine sein will. Wichtig sei dann zu signalisieren: „Ich bin da, wenn du mich brauchst.“ Wenn die Traurigkeit ihren Raum bekommen hat, darf es danach weitergehen.

BEI ANGST: IN BEWEGUNG KOMMEN

„Du brauchst keine Angst haben“ - den Satz hat vermutlich jedes Kind schon einmal gehört und jeder Elternteil gesagt. Doch auch Angst hat grundsätzlich eine Funktion: „Angst schützt uns“, so Deuretzbacher. Sie macht wachsam, wenn man nicht weiß, was kommt - und für Kinder sind viele Dinge neu.

Um akute Angst etwa vor einer ungewohnten Situation zu lindern, hilft laut Deuretzbacher etwa

- Sport zu machen
- durch die Wohnung zu laufen
- zum Lieblingslied zu tanzen

Sollten Ängste häufiger auftreten und so stark ausgeprägt sein, dass sie den Alltag stark einschränken, sollten Eltern mit dem Kinderarzt oder der Kinderärztin sprechen. Dann könne es sich um Angststörung handeln.

Übrigens: Auch bei großer Freude sollten Eltern ihre Kinder besonders beim Übergang begleiten. Damit die Stimmung nicht kippt, brauche Freude eine Landebahn - etwa nach einem Kindergeburtstag nach Hause laufen, um langsam in ruhigere Stimmung zu kommen. (dpa)

Mythen rund um das Mindesthaltbarkeitsdatum im Check

„Mindestens haltbar bis“ – das klingt nach einer klaren Grenze. Doch was passiert eigentlich, wenn dieses Datum überschritten ist? Ist der Joghurt dann schlecht, weil das vorgestern war? Und worin liegt der Unterschied, wenn auf der Verpackung mit dem Räucherlachs „zu verbrauchen bis“ steht? Ist das nur ein Richtwert und ich kann den drei Tage danach auch noch essen?

Rund um solche Angaben auf Verpackungen kursieren viele Missverständnisse. Zeit, mit einigen hartnäckigen Mythen aufzuräumen. Die Ernährungsexperten der Verbraucherzentrale NRW haben genauer hingeschaut und klären auf.

MYTHOS NR. 1: DAS MINDESTHALTBARKEITSDATUM GIBT AN, WANN EIN LEBENSMITTEL VERDIRBT

Das stimmt nicht. Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) ist eine eher technische Definition. Bis zu diesem Datum garantieren Hersteller, dass ein ungeöffnetes Lebensmittel bei durchgehend richtiger Lagerung seine spezifischen Eigenschaften wie Geruch, Geschmack und Nährwert behält.

Bei kühlpflichtigen Lebensmitteln gilt diese Garantie nur, wenn sie auch durchgehend gekühlt gelagert werden. Daher ist oft auch eine Temperatur aufgedruckt. Wie lange das Produkt tatsächlich bedenkenlos genießbar ist, begrenzt diese Angabe also erst einmal nicht.

Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) ist eben kein Verfallsdatum. „Nach Ablauf kann man mit den eigenen Sinnen sehen, riechen, schmecken und damit prüfen, ob ein Lebensmittel noch essbar ist. Ist Schimmel zu erkennen, riecht es unangenehm, schmeckt es ungewöhnlich säuerlich, oder prickelt auf der Zunge? Dann lieber Finger weg!“, sagt June Dilger, Ernährungswissenschaftlerin bei der Verbraucherzentrale.

Um nichts wegschmeißen zu müssen, lohnt es sich bereits beim Einkauf auf passende Mengen zu achten, so Dilger. Sie rät, nur das auf Vorrat zu kaufen, was auch richtig gelagert werden kann, etwa gekühlt im Kühlschrank. Man sollte realistisch einschätzen, was vor Ablauf des MHD oder Verbrauchsdatums verbraucht wird.

Dabei sei es hilfreich, Lebensmittel so zu lagern, dass Produkte mit dem kürzeren MHD vorn



MHD ist überschritten? Dennoch kann der Joghurt noch in Ordnung sein. Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

stehen. So behält man den Überblick und verbraucht zuerst, was als Nächstes abläuft.

MYTHOS NR. 2: MINDESTHALTBARKEITSDATUM, VERBRAUCHSDATUM, ABLAUFDATUM, VERFALLSDATUM - ALLE MEINEN DOCH DAS GLEICHE

Falsch! Während Produkte mit einem Mindesthaltbarkeitsdatum oft auch noch nach Ablauf dessen bedenkenlos verzehrt werden können, dürfen Produkte mit Verbrauchsdatum nur bis zu diesem Zeitpunkt verzehrt werden. Das ist bei schnell verderblichen und empfindlichen Lebensmitteln der Fall, etwa bei frischem Fisch oder frischem Fleisch, vorgeschnittenen Salaten oder gestückeltem Obst. Hier kann nach Ablauf des Verbrauchsdatums eine Gesundheitsgefahr durch Keime entstehen.

Begriffe wie „Ablaufdatum“ oder „Verfallsdatum“ sind keine offiziellen Bezeichnungen, sondern umgangssprachlich, stellen die Verbraucherschützer klar.

MYTHOS NR. 3: DAS MINDESTHALTBARKEITSDATUM GILT OHNE WENN UND ABER, ALSO, AUCH WENN EINE PACKUNG SCHON ANGEBOCHEN IST

Das stimmt so nicht. Die Mindesthaltbarkeit gilt nur für ungeöffnete Lebensmittel. „Ist ein Joghurt zum Beispiel laut MHD noch zwei Wochen haltbar, aber bereits seit einigen Tagen geöffnet, greift diese Angabe nicht mehr“, sagt June Dilger.

Und das hat Gründe: Nach

dem Öffnen könnten Luft, Feuchtigkeit und Keime den Verderb beschleunigen. „Das geht besonders schnell, wenn sich im Kühlschrank bereits verschimmelte oder verdorbene Lebensmittel befinden“, so Dilger.

Einmal geöffnet, hat das MHD also generell keine Aussagekraft mehr. Hier sei das Prüfen mit den eigenen Sinnen besonders sinnvoll. Dilger gibt Tipps, wie Produkte auch nach dem Öffnen länger halten:

- Lebensmittel wie Marmelade, Butter oder Joghurt immer mit sauberem, frischem Besteck entnehmen. Denn sonst können Keime, Krümel oder andere Verunreinigungen ins Produkt gelangen und das Lebensmittel kann deutlich schneller verderben.

- Am Stück halten sich geöffnete Lebensmittel oft länger als geschnitten oder zerkleinert, denn Schnittflächen bieten Keimen größere Angriffsfläche. Ein Laib Brot bleibt zum Beispiel länger frisch als einzelne Scheiben. Ähnlich ist es bei Käse, denn geriebener Käse verdirbt deutlich schneller als in Scheiben, wobei er am Stück am längsten frisch bleibt.

- Entscheidend während der Lagerung und auch nach dem Öffnen sind auch die Lagerhinweise auf der Packung wie «kühl lagern», «zügig verbrauchen» oder «vor Wärme und Feuchtigkeit schützen». Konkrete Angaben zur Lagertemperatur sollten unbedingt eingehalten werden - auch beim Transport vom Supermarkt bis nach Hause.

„Und ganz wichtig ist eben auch die eigene Prüfung: Riecht, schmeckt oder sieht das

Lebensmittel unauffällig aus?“, erinnert Dilger.

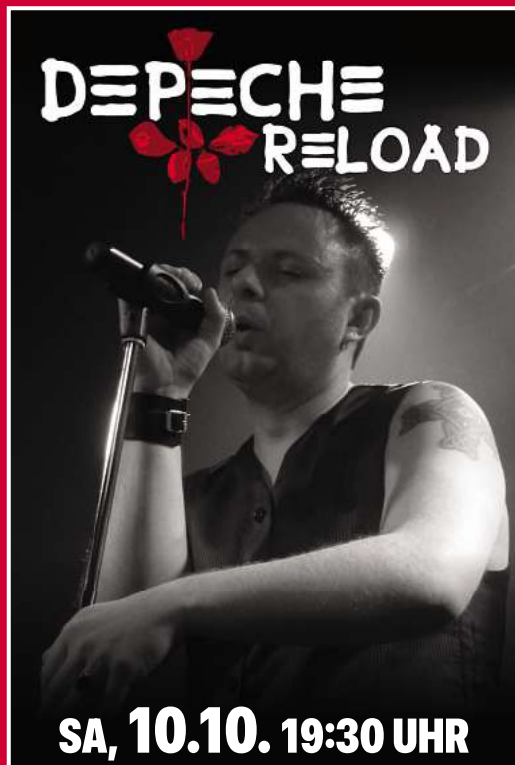
MYTHOS NR. 4: JEDES LEBENSMITTEL HAT EIN MINDESTHALTBARKEITSDATUM

Das stimmt nicht. Eine Reihe von Lebensmitteln ist von einer Kennzeichnung ausgenommen, etwa Obst, Gemüse oder Brot vom Bäcker. Das liegt daran, dass sie ohnehin meist schnell verbraucht werden und leicht erkennbar ist, ob sie noch frisch sind.

MYTHOS NR. 5: PRODUKTE MIT EINEM ÜBERSCHRITTENEN MINDESTHALTBARKEITSDATUM DÜRFEN NICHT MEHR VERKAUFT WERDEN

Das stimmt so auch nicht. Auch nach Ablauf des MHD dürfen Produkte weiter verkauft werden, wenn darauf hingewiesen wird. Die Sorgfaltspflicht liegt dann allerdings nicht mehr beim Hersteller, sondern beim Händler. Daher werden solche Produkte leider oft vorsorglich weggeworfen. Lebensmittel kurz vor Ablauf ihres MHD, werden in vielen Geschäften aber oft zu einem günstigeren Preis angeboten - eine echte Möglichkeit, um Geld zu sparen und gleichzeitig Lebensmittel zu retten.

Ein Weiterverkauf von Produkten mit einem abgelaufenen Verbrauchsdatum hingegen ist verboten. Dilger: „Das Verbrauchsdatum ist eine Sicherheitsgrenze: Ist es überschritten, kann das Lebensmittel eine Gesundheitsgefahr darstellen und gehört weder in den Verkauf noch auf den Teller.“ (dpa)



SA, 10.10. 19:30 UHR



SA, 14.11. 19:30 UHR



SO, 18.10. 19:00 UHR



FR, 04.12. 20:00 UHR



SA, 28.11. 20:00 UHR



SA, 12.12. 20:00 UHR

KULTURSCHEUNE SALZGITTER

WESTAND BRAUNSCHWEIG

Tickets erhältlich an allen bekannten VVK-Stellen sowie online unter Reservix.de | Eventim.de
Piekert.de

STELLENANGEBOTE

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:

- SZ Bad
- Lebenstedt
- Immendorf
- Thiede



Bei Anzeigen, die unter Chiffre erscheinen, können wir über Auftraggeber keine Auskunft geben. Die Geheimhaltung des Auftraggebers ist jeweils verpflichtender Bestandteil des Anzeigen-Auftrages bei Chiffre-Anzeigen.

KONTAKTBÖRSE / EROTIK

24H extrem Versaill

Ganz Privat in Salzgitter

Alexia 29J

(d.ä.Herr willkommen)

sexnord.net **0152 1255 5672**



Das 1. Mal in Salzgitter

SUSI 21J

sexy in heißen Dessous sinnlicher lustvoller Genuß

sexnord.net **0152 1045 2904**



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**



KUNST- UND SAMMLERMARKT

Ihr Anruf ist Geld wert! Kaufe Nähmasch., altes Spielzeug, Rohbernstein, 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

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

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

FORD

Fiesta, BJ/2006, 1.Hand, 57000KM, TÜV.08/27, Klima, von.Oma, 1790€, Tel: 01637379739

Flachdach sanieren, Dachdeckerei Petermann ☎ 0176/80702644

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

PLATE UMZÜGE

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



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

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

Dachdecker hat Zeit. Dach/Flachdach – Kleinstreparatur. ☎ 05341/8865464

Maler hat ab sofort Termine frei. Fassade/Holz. ☎0176/61760103

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



IMMOBILIENMARKT

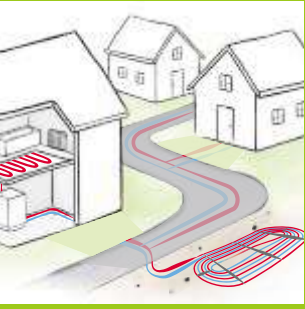
EINLADUNG

Infotage

im Neubaugebiet „Am Bahnhof West“ in Salzgitter-Thiede

Zukunftssicher wohnen in Thiede!

GEMEINSAM VOR ORT!



Freitag 28.08.2026 14–17 Uhr

Samstag 29.08.2026 10–13 Uhr

Entdecken Sie das nachhaltige **Kalte-Nahwärme-Netz** im Neubaugebiet „Am Bahnhof“ und sichern sich Ihr **Traumhaus** im Grünen!

Die WEVG versorgt Sie zuverlässig mit Wärme, Strom und Wasser aus einer Hand. Ihr passendes Grundstück bekommen Sie bei der Wohnbau Salzgitter.

Besuchen Sie uns an den Info-Tagen: Quartiersversorgung live erleben, Besichtigung des Wärme-Technikhauses, Grillwagen und kühle Getränke.

Entdecken Sie nachhaltiges Wohnen in SZ-Thiede!

IMMOBILIENVERKAUF

HÄUSER

7 Zimmer | 157 m² | 249.900,- €



Festpreis Impuls 157

Wärmepumpe, Sicherheitsfenster 3-fach verglast, Rollläden, Gästezimmer im EG, inkl. Ausbaureserve, Drempel 1,31 m ☎ 0531/877040

Westermann Massivhaus GmbH, 38122 BS, Steinberganger 2 22415801_002426

IMMOBILIENKAUF- GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

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

Bei Anzeigen, die unter Chiffre erscheinen, können wir über Auftraggeber keine Auskunft geben.

Die Geheimhaltung des Auftraggebers ist jeweils verpflichtender Bestandteil des Anzeigen-Auftrages bei Chiffre-Anzeigen.



Kontakt Grundstücke: WBV Wohnbau Betreuungs & Verwaltungs GmbH Salzgitter ☎ 053 41 3006-0

Kontakt Kalte Nahwärme: WEVG Salzgitter GmbH & Co. KG www.salwe-salzgitter.de

www.wohnbau-salzgitter.de

Neubaugebiet „TH 39“ in Salzgitter-Thiede



Fischer-Bau® Das Massivhaus.

Braunschweig-Stöckheim Senefelderstr. 12 + 12a • 38124 Braunschweig ☎ 0531 2613030 • braunschweig@fischerbau.de

Wir sind vor Ort im ersten grünen Baugebiet der Region

Freitag, 28. August 14 bis 17 Uhr

Samstag, 29. August 10 bis 13 Uhr

38239 Salzgitter, Am bhf

Das Baugebiet verbindet moderne Architektur mit nachhaltiger Zukunftssicherheit und erfüllt schon heute die Anforderungen von morgen.

Baubeginn kurzfristig möglich - sichern Sie sich Ihr Grundstück!



JETZT ONLINE: NEUE FOLGE, NEUER YOUTUBE-KANAL

GESUND GEHÖRT

EUER VIDEOPODCAST RUND UM DAS THEMA GESUNDHEIT

Unverträglichkeiten, Allergien und Co.

ARLETT DÜKER UND CARINA BLASI

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

powered by  

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



Lengeder Flohmarkt ! Termin 12.9. und 13.9.26. Ab sofort kann sich angemeldet werden. Vor- und Nachname, Anschrift, Telefonnr., Gebühr pro Haushalt 12,50€. ☎ flohmarkt-lengede@gmx.de ☎ 0172 5795 189

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

50€ für Rewe Einkauf in Salzgitter Bad von privat an privat ☎ Z 234341



erscheint an jedem Sonnabend

Verlag: Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG 31224 Peine, Werdstraße 49 www.hallosalzgitter.de

Geschäftsführer: Carsten Winkler, Lars Rehman Verantwortlich für den Anzeigenteil: Carsten Winkler

Redaktion: Roland Weiterer, Melanie Stalimann (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 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 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 Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de



NEU: PAZ-Live-Verkehrsticker



Verkehrsmeldungen und Warnungen zu Staus, stockendem Verkehr und Verzögerungen im Peiner Land und der Region in Echtzeit.

Einfach QR-Code scannen



Kann ich einen befristeten Vertrag frühzeitig kündigen?

Wenn es ums Kündigen geht, denken viele Arbeitnehmer vielleicht, dass das ganz einfach sei. Doch gerade bei befristeten Verträgen kann die Kündigung sich schwieriger darstellen als erwartet – denn der Arbeitsvertrag kann das einschränken.

Der Paragraph 15 des Teilzeit- und Befristungsgesetz (TzBfG) sieht vor, dass ein befristetes Arbeitsverhältnis im Regelfall endet, wenn das vereinbarte Enddatum erreicht oder der vereinbarte Zweck erfüllt ist. Eine ordentliche Kündigung ist somit auch erst einmal nicht vorgesehen.

„Frühzeitig gekündigt werden darf nur, wenn der Arbeitsvertrag die ordentliche Kündigung während der Vertragslaufzeit zulässt“, erklärt Nathalie Oberthür, Fachanwältin für Arbeitsrecht. Das gilt sowohl



Eine ordentliche Kündigung kann bei befristeten Arbeitsverhältnissen im Vertrag ausgeschlossen sein. Foto: Christin Klose/dpa-mag

nicht unbedingt das Ende des Arbeitsverhältnisses abwarten. Zusammen mit dem Arbeitgeber kann einvernehmlich ein Aufhebungsvertrag aufgesetzt werden, so die Fachanwältin. Einseitig kann die Entscheidung nicht getroffen werden.

Von der Regelung ist die außerordentliche Kündigung bei befristeten Arbeitsverhältnissen aber nicht betroffen. Für sie müssen aber strenge Voraussetzungen erfüllt sein. So kann eine Kündigung ausgesprochen werden, wenn sie aus einem verhaltens-, personen- oder betrieblichen Grund geschieht.

Zur Person: Nathalie Oberthür ist Fachanwältin für Arbeitsrecht und Vorsitzende des Ausschusses Arbeitsrecht im Deutschen Anwaltverein (DAV). (dpa)



Weißer Käse in Salzlake ist nicht automatisch Feta. Fehlt der Hinweis auf Schafs-/Ziegenmilch, steckt meist Kuhmilch drin – dann ist es kein echter griechischer Feta. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Nicht jeder Käse in Salzlake ist ein echter Feta

Ob auf Wassermelone, Tomaten oder Ofengemüse – erst salziger Feta verpasst mediterranen Gerichten oft den gewissen Kick an Würze und Cremigkeit. Wer im Supermarkt allerdings zu einem weißen Käse in Salzlake greift, hat nicht automatisch einen griechischen „Feta“ aus Schafsmilch in der Hand. Was ihn von den „Verwandten“ im Kühlregal unterscheidet, erklärt die Verbraucherzentrale NRW.

IST DER KÄSE AUS KUHMLICH ODER SCHAFSMILCH GEMACHT?

Oft sehen sich unterschiedlichen Käseprodukte in Salzlake zum Verwechseln ähnlich, heißen aber Hirtenkäse oder weißer Käse in Salzlake, sind häufig aus Kuhmilch hergestellt und meist auch günstiger. Ein genauer Blick auf die Verpackung lohnt sich daher, so die Verbraucherschützer. Sie stellen klar: Fehlt in der Bezeichnung oder Zutatenliste der Hinweis auf Schafs- oder Ziegenmilch, handelt es sich um Käse aus Kuhmilch und nicht um echten Feta.

Wichtig für den Einkauf: Nur Produkte mit der Bezeichnung „Feta“ sind durch die europäische Kennzeichnung „geschützte Ursprungsbezeichnung“ (g. U.) geschützt. Sie garantiert, dass der Käse nach festgelegten Vorgaben aus Schafs- und gegebenenfalls Ziegenmilch hergestellt wurde, in Salzlake gereift ist und in einer bestimmten Region Griechenlands produziert wurde.

„Die Bezeichnung „Feta“ ist rechtlich geschützt und steht für eine klar definierte Herkunft und Herstellungsweise“, erklärt Elisabeth van Thiel, Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale. Sie rät: „Wer echten Feta kaufen möchte, sollte deshalb nicht nur auf das Aussehen, sondern auf den Namen und die Herkunftsangabe achten.“

Die Rezeptentwickler der Bundesvereinigung der Erzeugergesellschaften Obst und Gemüse (BVEO) haben für ihre Webseite „geerntet-in-deutschland.de“ eine leckere Kombination von griechischem Feta mit (heimischen) Bohnen kreiert, die auch perfekt für eine Lunch-Box geeignet ist. So geht's:

- Zutaten für 2 Personen:**
- ▶ 400 g Buschbohnen
 - ▶ 8 Cherry-Tomaten
 - ▶ 8 Radieschen
 - ▶ 100 g Kichererbsen
 - ▶ 80 g Feta
 - ▶ 2 EL Olivenöl
 - ▶ 1 EL Zitronensaft
 - ▶ Meersalz und Pfeffer

Zubereitung:

1 l Wasser mit Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Bohnen waschen, abtropfen lassen und Strünke abschneiden. Bohnen ins kochende Wasser geben und etwa 8 Minuten bissfest garen. Unter kaltem Wasser abgießen und abtropfen lassen.

Währenddessen Tomaten und Radieschen waschen und Strünke entfernen. Tomaten halbieren und Radieschen in Scheiben schneiden.

Bohnen in eine Salatschüssel oder Schale geben.

Tomaten, Radieschen und Kichererbsen darüber verteilen.

Feta mit den Händen über den Salat krümeln und Olivenöl und Zitronensaft darüber träufeln.

Bohnensalat mit Salz und Pfeffer abschmecken und gegebenenfalls in eine Snack-Box füllen. (dpa)

ANKAUF

VON TRÖDEL UND ANTIK

aus omas Zeiten

KOSTENLOSE HAUSBESUCHE

50er – 70er JAHREN

- Teppiche
- Schreibmaschinen
- Nähmaschinen
- Bierkrüge
- Porzellan
- Stehlampen
- 50er – 70er Jahren
- Briefmarken
- Geweihe
- Schmuck
- Lokomotiven
- Möbel
- Pelze

- Münzen
- Bücher
- Zinn
- Lampen
- Bilder
- Wanduhren
- Armbanduhren
- Taschenuhren
- Instrumente
- Eisenbahn
- Militäria
- Tafelsilber

und vieles mehr ...

SOFORTIGE BARZAHLUNG
WIR SCHÄTZEN – WIR KAUFEN – SOFORT UND UNKOMPLIZIERT

0179 / 3519230 Inhaber Angelo Winterstein

Troedel-Antik-Ankauf@web.de

Wir kaufen Ihre Schätze aus vergangenen Zeiten.

Sommerfest 2026 - Malte Lagershausen GmbH

An unseren Infotagen öffnen wir die Türen und zeigen Ihnen, woran wir täglich arbeiten. Kommen Sie vorbei, schauen Sie sich um und lassen Sie sich in Ruhe beraten – ohne Termin und ohne Verpflichtung.

Beratung an den Infoständen zu Wärmepumpen, Photovoltaik und Klimaanlage
Große Tombola, Essen und Getränke an beiden Tagen.

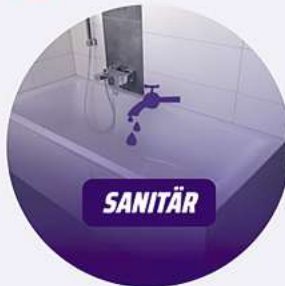
Freitag, 21. August - ab 12:00 Uhr

Live-Musik mit der PX-Band am Abend

Samstag, 22. August - ab 10:00 Uhr

Feuerwehrrübung: Die Feuerwehr zeigt, wie ein Batteriebrand gelöscht wird.
Kinderschminken und Hüpfburg
Popcorn und Slush-Eis

Wo: Malte Lagershausen GmbH,
Auf dem Berge 3, 38228 Salzgitter-Lesse



Unsere Partner vor Ort:

