

## Die große Hilfe nach dem Feuer

Kleidung, Spielzeug und Geld: Wie Freundinnen einer **Familie in der Not** halfen

**Salzgitter.** Manchmal liegen Trauer und Freude ganz dicht beieinander. So wie bei Jasmin Krüger und Steven Hopert aus Salzgitter-Bad. Ein Brand hat ihnen vor wenigen Tagen die Wohnung am Gittertor genommen, doch die große Hilfsbereitschaft lässt sie zuversichtlich nach vorne blicken. „Das ist unglaublich, wir möchten uns bei so vielen Menschen bedanken“, sagt Jasmin Krüger, die noch immer an die Nacht zum 5. Oktober denken muss.

Sie schlief schon, als gegen 22.30 Uhr ein trommelndes Geräusch sie aufschreckte. Es klang wie heftiger Regen oder ein Sturm. Als sie in den Garten blickte, wusste sie, es war noch schlimmer. Der Holzbalkon am Hinterhaus stand in Flammen, sie waren in Lebensgefahr. Sie riss ihren sechsjährigen Sohn aus dem Schlaf, packte ihn und die



Stehen vor der Brandruine in Salzgitter-Bad: Jasmin Krüger und ihr Partner Steven Hopert mit den Freundinnen Ramona Sander und Nathalie Schwarzer.

FOTO: RK

zweieinhalbjährige Tochter, dazu ein paar Jacken und Decken, dann nichts wie raus aus dem Haus. „Ohne Socken und ohne Schuhe“, sagt die Mutter. Ihr Lebensgefährte arbeitete in der Nachtschicht bei VW in Braunschweig, düste sofort los.

Die Familie war nicht die einzige, die in dieser Nacht das Dach über dem Kopf verlor. Den anderen aus dem Mehrfamilienhaus,

den Bewohnern im Hinterhaus und auch den direkten Nachbarn ging es nicht anders. Zumindest blieben alle unverletzt, was angesichts des Feuers nicht selbstverständlich war. Jasmin Krüger lobt die Anteilnahme, die ihnen noch auf der Straße von allen Seiten wiederfuhr, selbst unbekannte Leute aus dem Viertel boten einen Schlafplatz an. Der war aber nicht nötig. Freunde des

Paars kamen sofort und nahmen die Kinder für die Nacht mit. Danach zog die Familie zum Bruder nach Heere, wo sie seit der Unglücksnacht wohnen.

Das Paar durfte später nochmal kurz in die Drei-Zimmer-Wohnung zurück, um die wichtigsten Dokumente zu holen. Zwar hat das Feuer nur einen Teil zerstört, doch durch den Rauch und das Löschwasser ist nahezu alles verloren. Die Versicherung spricht von „Totelschaden“, so Steven Hopert. Wie sehr dann gute Freunde helfen können, bewiesen die Aktionen danach. Freundin Ramona Sander, die eher zufällig an dem abgesperrten Haus vorbeifuhr und so von dem Dilemma erfuhr, organisierte ruckzuck mit der Agentur GoFundMe über WhatsApp, Facebook und Instagram eine Spendenaktion, die binnen weniger Tage mehr als 2.300 Euro ein-

Dein mein real  
**Wochen-**  
**prospekt**  
in Teilen dieser Ausgabe.  
Jetzt jede  
Woche hier!  
**mein  
real**  
Einmal hin. Alles drin.

26528001\_002423

brachte. Daraufhin wurden in den sozialen Medien Sachgüter in Form von Kleidung und Spielzeug angeboten. Dies wickelte Nathalie Schwarzer alles ab. Schon zwei Tage später „waren wir rundum bestens ausgestattet“, sagt Steven Hopert. Die Mütterinitiative Ringelheim sammelte beim Basar in der Turnhalle, der TSV Fortuna organisierte mit seinen B-Junioren ein Benefizspiel und verdoppelte den Erlös. Doch das Wichtigste fehlt noch: eine Bleibe auf Dauer.

**Mehr dazu lesen Sie auf Seite 3**

**trinkgut** GM Willeke GmbH  
Gültig vom 16.10. – 21.10.23  
Öffnungszeiten:  
Mo-Sa 8-20 Uhr

Am Pfingstanger 8 • SALZGITTER-BAD  
Berliner Str. 142 • SZ-LEBENSTEDT

**Kulmbacher Pils**  
Kasten = 20 x 0,5 l  
(1 l = € 1,20)  
zzgl. € 3,10  
Pfand

**11.99**



**Astra**  
versch. Sorten  
Kasten = 27 x 0,33 l  
(1 l = € 1,46) zzgl. € 3,66  
Pfand

**12.99**



**Forstetal 600 Mineralwasser**  
versch. Sorten  
Kasten = 12 x 0,75 l  
(1 l = € 0,44) zzgl. € 3,30  
Pfand

**3.99**



**Vilsa Mineralwasser**  
versch. Sorten  
Kasten = 12 x 0,7 l  
(1 l = € 0,48)  
zzgl. € 3,30  
Pfand

**3.99**



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

**6.49**



+ 50  
Zusatz-Punkte  
entspricht rechnerisch  
€ 5,99

**fritz-kola**  
versch. Sorten  
Kasten = 24 x 0,33 l  
(1 l = € 2,40) zzgl. € 3,42  
Pfand

**18.99**



**deit Limonaden**  
versch. Sorten  
Kasten =  
12 x 1 l  
(1 l = € 0,71)  
zzgl. € 3,30  
Pfand

**8.49**



**Bayreuther Hell**  
Kasten = 20 x 0,5 l  
(1 l = € 1,50) zzgl. € 3,10 Pfand

**14.99**



**Johnnie Walker Red Label**  
40% Vol.  
0,7 l Flasche  
(1 l = € 14,27)

**9.99**



**Kuemmerling**  
35% Vol.  
0,5 l Flasche  
(1 l = € 9,98)

**4.99**



**Freixenet Mederaño o. Mia**  
versch. Sorten  
0,75 l Flasche  
(1 l = € 3,99)

**2.99**



**Lorenz Erdnuss Locken o. Saltlets Sticks**  
versch. Sorten  
130 g - 250 g  
Packung  
(1 kg = ab € 4,44)

**1.11**





# Inflation in Deutschland ist auf dem Rückzug

Mit 4,5 Prozent ist die **niedrigste Teuerungsrate seit Februar 2022** erreicht

VON FRANK-THOMAS WENZEL

Endlich mal wieder gute Nachrichten aus der Wirtschaft: Die Inflationsrate ist im September nach vorläufigen Berechnungen auf den niedrigsten Wert seit Beginn des Ukraine-Krieges zurückgegangen, nämlich auf 4,5 Prozent. Zudem gehen führende Wirtschaftsforschungsinstitute davon aus, dass die Konjunkturdelle bald verschwinden wird.

Nach den ersten Berechnungen des Statistischen Bundesamtes war die Entwicklung der Energiepreise der wichtigste Faktor für den Rückgang der Teuerung. Hier wurde nur noch ein Plus von einem Prozent im Vergleich zum Vorjahr errechnet. Die Ausgaben für Erdgas und Elektrizität waren in den vergangenen gut anderthalb Jahren der Hauptgrund dafür, dass die Inflationsraten so stark geklettert waren.

Ein Sondereffekt kam hier hinzu: Im vorigen Jahr war mit dem Beginn des Septembers der Tankrabatt weggefallen, was die Spritpreise seinerzeit auf ein erheblich höheres Niveau als zuvor trieb. Dieser sogenannte Basiseffekt macht sich nun in relativ geringen Preissteigerungen zum Vorjahresmonat bemerkbar. Für den August 2023 hatten die Wiesbadener Statistiker noch ein Plus der Verbraucherpreise von 6,1 Prozent im Vergleich zum Vorjahr berechnet – auch wegen des damaligen Tankrabatts.

Zugleich haben sich aktuell die Nahrungsmittel aber erneut heftig verteuert: mit plus 7,5 Prozent.



Das Ende der Krise naht: Die Inflation geht runter – und die Konjunktur rauf.

SYMBOLFOTO: TARA CLARK / PEXELS

Für Dienstleistungen wird eine Zunahme von 4 Prozent angegeben. Auch hier wirkte ein Basiseffekt wegen des Wegfalls des 9-Euro-Tickets, das im Vorjahr für die Monate Juni, Juli und August zu haben gewesen war. Rechnet man die oft stark schwankenden Preise für Nahrungsmittel und Energie heraus, ergibt sich eine sogenannte Kerninflation von immer noch 4,6 Prozent.

Sebastian Dullien, Direktor des gewerkschaftsnahen Forschungsinstituts IMK, sieht einen Hoffnungsschimmer, „dass die Dynamik hoher Inflationsraten in Deutschland gebrochen ist“. In den nächsten Monaten sei mit weiteren Rückgängen zu rechnen, weil die Preise für Agrarrohstoffe auf den Weltmärkten ihren Zenit überschritten hätten. Er rechnet außerdem damit, dass Erdgas und Elektrizität in den nächsten Monaten noch billiger werden. Anders sehe es allerdings bei Benzin und Diesel aus. Die Rohölpreise steigen, weil Russland und Saudi-

Arabien sie durch Förderkürzungen in die Höhe treiben. Ferner prognostiziert der Ökonom, dass sich die massiven Profitsteigerungen der vergangenen anderthalb Jahre in der Bauwirtschaft sowie in den Sparten Handel, Verkehr und Gastgewerbe (Stichwort: Gewinninflation) nicht weiter fortsetzen werden – auch wegen der insgesamt noch abgeschwächten Konjunktur und der gestiegenen Zinsen. Ein Gewinnrückgang also, der auch die Teuerung dämpft.

Auch die führenden Wirtschaftsforschungsinstitute gehen in ihrer aktuellen Gemeinschaftsdiagnose für das Wirtschaftsministerium davon aus, dass die Inflationsrate zwar für dieses Jahr bei 6,1 Prozent liegen, aber 2024 auf 2,6 Prozent zurückgehen wird. Die Experten malen indes von der aktuellen Lage ein recht düsteres Bild: „Die Stimmung in den Unternehmen hat sich zuletzt erneut verschlechtert, dazu trägt auch politische Unsicherheit bei. Insgesamt deuten die Indikatoren darauf hin, dass die Produktion im dritten Quartal 2023 nochmals spürbar gesunken ist“, heißt es.

Die Forscher haben ihre Vorhersage über die Entwicklung der Wirtschaftsleistung stark nach unten korrigiert. Sie erwarten jetzt für das Gesamtjahr ein Schrumpfen des Bruttoinlandsprodukts (BIP) um 0,6 Prozent. Beim Arbeitsmarkt gehen die Institute allerdings nur von einem „moderaten Anstieg“ der Erwerbslosenzahl auf 2,6 Millionen Frauen und Männer für dieses Jahr aus. „Im kommenden Jahr

wird die Zahl der Arbeitslosen wohl leicht sinken.“ Dann soll es auch beim BIP wieder aufwärtsgehen: plus 1,3 Prozent. Die wichtigsten Punkte: Die Löhne hätten mittlerweile angezogen. Energie-

preise hätten nachgegeben, und den für die deutsche Volkswirtschaft so wichtigen Exporteuren sei es gelungen, höhere Kosten weiterzugeben: alles Faktoren, die die Kaufkraft stärken.

## BRODOWYS WOCHE

### Krieg

Ich versuche, Woche für Woche mit meiner Kolumne für ein kleines Lächeln im Alltag zu sorgen. Dafür krame ich mir zwischen den vielen düsteren und erschreckenden Nachrichten die wenigen skurrilen, seltsamen oder lustigen Meldungen raus. Diese Woche jedoch sitze ich mutlos vor meinem Rechner. Weiterhin tobt der entsetzliche Krieg in der Ukraine ohne ein absehbares Ende und nun auch noch der terroristische Krieg der Hamas gegen Israel. Er bringt nicht nur unendliches Leid, sondern lässt eine sowieso schon fragile Region in unkalkulierbare Instabilität versinken. Wo ist die Welt des Friedens, die wir nach dem Mauerfall erhofft hatten? Als wir noch glaubten, in einem aufgeklärten Jahrhundert müssten wir doch verstanden haben, dass es nur gemeinsam und nicht gegeneinander geht. Zäune wurden eingerissen, Grenzen überwunden, Waffen wurden überschattet. Ich war fest davon überzeugt, wir hätten aus der Geschichte gelernt und würden gemeinsam in ein besseres Zeitalter gehen. Der 11. September 2001 war

**Matthias Brodowy,**  
Kabarettist und  
Musiker.

FOTO: PRIVAT

dann allerdings bereits eine Zeitenwende zum Schlechten wie es das Jahr 1989 zum Guten gewesen ist. Die Zerbrechlichkeit des Lebens wurde uns auf erschreckende Weise per Livebild ins Bewusstsein gebracht. Die folgenden Reaktionsmuster der Jahre danach lösten Konflikte nicht, sondern schürten sie. Ich möchte mich trotz allem nicht entmutigen lassen. Will die Zuversicht nicht verlieren. Werde anschreiben gegen die Prediger des Hasses. Und mich im Kleinen, vor meiner Haustür, engagieren, dass wir in unserer Gesellschaft mehr Miteinander erreichen. Dort vor besagter Haustür fängt alles an. Wenden wir uns nicht voneinander ab, sondern einander zu! Und sehen wir im Anderen zuallererst den Menschen! Klingt einfach, scheint aber so schwer zu sein.

**Matthias Brodowy**

## Deutlich kühleres Wetter!

### Vorhersage

Der Herbst macht sich nun stärker bemerkbar und bei Temperaturen zumeist deutlich unter der 15 Grad Marke an den Nachmittagen gibt es zunächst oft dichtere Wolken und auch Regenschauer. In der Folge sollte sich dann aber die Sonne wieder öfter zeigen.

### Biowetter

Vor allem sensible Rheumatiker klagen in den kommenden Tagen aufgrund der herrschenden Biowetterreize vermehrt über Beschwerden wie zum Beispiel Schmerzen in Gelenken oder an Narben. Vereinzelt sind auch Koliken ein Thema.

### Bauernregel

Sankt Burkhard Sonnenschein schüttet Zucker in den Wein. (14.10.)

## Das Wochenwetter wird präsentiert von

**EUROPAS  
TRANSPORTER  
NR. 1\***



**FORD TRANSIT  
CUSTOM BASIS**

Ford Audiosystem mit 13" Multifunktionsdisplay und Ford SYNC 4

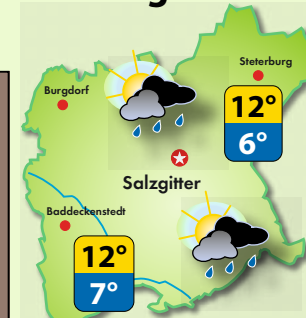
Barpreis

**€ 26.890.-**  
netto  
**(€ 31.999.-)**  
(brutto)

**PISKE** Nutzfahrzeugzentrum und  
GmbH  
Ahlumer Straße 86 · 38302 Wolfenbüttel · Tel. 05331/970 20

\*Meistverkaufter Transporter gemäß Zulassungen der nationalen Behörden (z.B. KBA). Quelle: IHS Markit, Stand 12/22

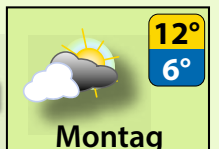
## Sonntag



Sonne: Auf- und Untergang



Neumond: 14.10.2023





# Jetzt fehlt noch eine neue Wohnung

Beim **Brand am Gittertor** verlor eine Familie ihr Hab und Gut

**Salzgitter.** Wenn Menschen in Not sind, dann zeigt sich Salzgitter von seiner besten Seite. Diese Erfahrung haben jedenfalls Jasmin Krüger und Steven Hopert gemacht. Das Paar, das mit den beiden Kindern zu den 18 Personen gehört, die in der Nacht zum 5. Oktober im Gittertor bei einem Feuer nahezu all ihr Hab und Gut verloren haben, ist überwältigt von der Unterstützung, die es seitdem erfahren durften. „Wenn wir allen danken wollen, wird das eine lange Liste“, sagt Steven Hopert. Angefangen von den Feuerwehren, über das THW bis hin zur besten Freundin Nathalie Schwarzer, bei der sich die Sachspenden stapeln.

„Wir konnten uns noch gar nicht alles ansehen“, schildert Jasmin Krüger, die überrascht ist über die große Anteilnahme. Kleidung und Spielzeug helfen dabei, die nächsten Wochen zu überbrücken. Die neuen Sachen trugen auch dazu bei, dass die zweihalbjährige Tochter und ihr sechsjähriger Bruder das Kinderzimmer nicht vermissen, das durch den Brand wohl nicht mehr zu retten ist. „Wir sind mittlerweile sehr gut ausgestattet“, sagt Jasmin Krüger. Aber nicht nur Nützliches traf ein, auch das ein oder andere Geschenk war darunter, um sie oder ihren Lebenspartner aufzumuntern.

Für des Paar steht jetzt die schwierigste Aufgabe an. Es muss eine Wohnung finden mit



Wasser marsch: Die Feuerwehr löscht die Flammen im Gittertor in Salzgitter-Bad in der Nacht zum 5. Oktober. Die Polizei ist dabei, die Brandursache zu ermitteln.

FOTO: RK

idealerweise vier Zimmern und möglichst in Salzgitter-Bad oder ganz nah dran. Denn der Junge besucht die Altstadtsschule, das Mädchen geht in den Hubertuskindergarten. Dabei soll es wenn möglich auch bleiben. „Wir haben ideal gewohnt“, sagt Jasmin Krüger mit Blick auf den Hof, der jetzt abgesperrt ist. Dort, wo der Schutt und die Brandruine an die Katastrophe erinnern, gab es einen Gemeinschaftsgarten, in dem die Kinder nach Herzenslust toben konnten. Für die gelernte Bürokauffrau waren es nur ein paar Minuten zu ihrem Job. Allerdings musste der Vater immer fahren, er schichtet bei

VW in Braunschweig. Doch das nimmt er gerne auch weiter in Kauf. „Hauptsache wir finden was.“

Gemeinsam mit Freunden und Familie hält das Paar die Augen offen nach einem neuen Zuhause. Wenn es soweit ist und sie Räume haben, die sie einrichten müssen, dann würde sich die Familie erneut über Unterstützung freuen. Wer eine Wohnung oder vielleicht Einrichtungsgegenstände übrig hat, kann sich per E-Mail an Nathalie Schwarzer wenden über die Adresse nathalieschwarzer@web.de. Die Sammlung an Kleidung und Spielzeug ist vorerst eingestellt.

## Polizei warnt vor Handwerkertrick

Dubioses Paar verwickelt Seniorin in Gespräch

**Salzgitter.** Ein unbekanntes Täterduo hat sich am 5. Oktober gegen 13 Uhr in der Westfalenstraße in Lebenstedt als Handwerker ausgegeben und unter einem dubiosen Vorwand den Zutritt in die Wohnung einer Seniorin verschafft. In dem Gespräch machten beide der Frau glaubhaft, den Heizungsverbrauch abzulesen zu müssen. Die Tatverdächtigen verwickelten die Bewohnerin in Gespräche und konnten in einem unbemerkten Moment dann Schmuckstücke entwenden.

Die Täter flüchteten und verursachten einen Schaden in mittlerer dreistelliger Summe. Der Mann ist 1,75 bis 1,85 Meter groß,

etwa 30 Jahre alt und hat dunkle schulterlange Haare. Die blonde Frau dürfte 1,50 bis 1,60 Meter groß und ebenfalls um die 30 Jahre sein. Die Polizei sensibilisiert erneut vor dieser Tätermasche.

Niemand sollte Fremde unbemerkt in den Räumen verweilen lassen, heißt es in einer Pressemitteilung. „Lassen Sie sich einen Identitätsnachweis aushändigen und kontaktieren Sie im Bedarfsfall den Auftraggeber“, rät die Polizei. Wer auf eine solche Masche hereingefallen sein oder einen solchen Sachverhalt erlebt haben sollte, sollte sich nicht scheuen, die Tat anzuzeigen. „Wir stehen immer mit Rat und Hilfe zur Seite.“

## Neue Decke für die Hauptstraße

**Salzgitter.** Der Fachdienst Tiefbau und Verkehr lässt ab Dienstag, 17. Oktober, die Fahrbahndecke in der Hauptstraße in Üfingen zwischen der Einmündung zur Landesstraße 615 und der Südstraße sanieren. Das teilt die Stadtverwaltung mit. Für die Arbeiten wird der Abschnitt voll gesperrt, der Fahrzeugverkehr, einschließlich der Buslinien, umgeleitet. Für die Anwohner bleibt die Zufahrt über die Südstraße erhalten. Während der Sanierungsarbeiten dürfen keine Autos auf der Straße abgestellt werden, parkende Fahrzeuge werden abgeschleppt.

Wir machen Praxisurlaub vom **16.10.23 - 10.11.23** ab dem 13.11.23 sind wir wieder für Sie da.

**Dr. med. Nestor Buanga**  
Facharzt für Chirurgie,  
Röntgen und ambulante  
Operationen  
**Kaiserstr. 2 b**  
**38259 Salzgitter**  
☎ (0 53 41) 3 70 67

Im Internet finden  
Sie uns unter:  
[www.hallowochenende.de](http://www.hallowochenende.de)

**hallo**  
wochenende

## 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!

Comeniusstraße 7 a, 38102 Braunschweig

☎ (05 31) 5 90 63 68

[www.das-abdichtungssystem.de](http://www.das-abdichtungssystem.de)

## Klauenberg GmbH & Co.KG

Containerdienst  
Erd- und Pflasterarbeiten

Windmühlenbergstraße 60  
38259 Salzgitter

05341/393929  
[hassoklauenberg@t-online.de](mailto:hassoklauenberg@t-online.de)  
[www.klauenberg-container.de](http://www.klauenberg-container.de)

### Fredenberg

Renovierte 3-Zimmer-Wohnung mit Balkon, Siemensweg, 4. OG mit ca. 73 m², Laminat, weiße Wände, BJ 1974, Fernwärme, Energieverbrauchswert 160 kWh Herr Mansholt 05341/90183-14

KM € **393,00**  
+ NK + HK

### Lebenstedt

Renovierte 3-Zimmer-Wohnung, Fischerstraße, 3. OG mit ca. 61 m², Laminat, weiße Wände, BJ 1957, Erdgas, Energieverbrauchswert 140 kWh Frau Müller 05341/1886-207

KM € **347,00**  
+ NK + HK

### Lebenstedt

Schöne 3-Zimmer-Wohnung, Amselstieg, 1. OG mit ca. 57 m², Laminat, Dusche, BJ 1945, Fernwärme, Energieverbrauchswert 167 kWh Frau Müller 05341/1886-207

KM € **320,00**  
+ NK + HK

### Lebenstedt

EB nach Sanierung, 3-Zimmer-Wohnung, Rohrkamp, EG mit ca. 57 m², Laminat, weiße Wände, BJ 1941, Fernwärme, Energieverbrauchswert 177 kWh Herr Rathsam 05341/1886-204

KM € **331,00**  
+ NK + HK

### Lebenstedt

Renovierte 3-Zimmer-Wohnung, Hummelweg, 1. OG mit ca. 57 m², Laminat, weiße Wände, Wanne, Durchlauferhitzer, Denkmalschutz Herr Rebertsch 05341/1886-201

KM € **314,00**  
+ NK + HK

### Lebenstedt

Renovierte 3-Zimmer-Wohnung, Saldersche Str., EG mit ca. 64 m², Laminat, weiße Wände, Wanne, Durchlauferhitzer, Denkmalschutz Herr Rebertsch 05341/1886-201

KM € **352,00**  
+ NK + HK

Alle Wohnungen zzgl. Betriebskosten- und Heizungskostenvorauszahlung. Mieten sind Wochenangebote. Angebot gilt nur für Neukunden und ausgewählte Wohnungen.

**TAG** *wohnen*

Hier machen wir es uns schön!



mehr unter: [www.tagwohnen.de](http://www.tagwohnen.de)



# Leicht und unbeschwert

Das **Joel Havea Trio** kommt am 20. Oktober in die Kniestedter Kirche

**Salzgitter.** Joel Havea ist ein bewandter Songwriter, authentischer Sänger, großartiger Gitarrist und faszinierender Performer, dessen Songs von vielfältigen musikalischen und kulturellen Einflüssen geprägt sind. Am Freitag, 20. Oktober kommt er um 20 Uhr in die Kniestedter Kirche nach Salzgitter-Bad.

In Tonga geboren und in Melbourne aufgewachsen, wurde Joel schon früh zum Teil der pulsierenden vielseitigen Musikszene der kulturellen Hauptstadt Australiens. Seine Wurzeln spiegeln sich in seiner leichten und

unbeschwerten Art Musik zu machen wider. Dabei ist sein Style sehr vielseitig und zieht Inspiration aus verschiedenen Musikrichtungen wie Soul, Blues, Roots und Reggae, verbunden mit der Lässigkeit und sonnigen Stimmung seiner zwei Heimen.

Die Veröffentlichung des lang erwarteten Live-Albums „Live at Birdland“ des Joel Havea Trios steht kurz bevor, und die Band freut sich, alle Fans auf ihrer „Back to Birdland“-Tour wiederzusehen. Das Album ist die Aufzeichnung des Livekonzerts im

Hamburger Jazzclub Birdland vom September 2022. Dieses Konzert markierte das Ende von Joels 15 Jahre Aufenthalt in Deutschland und den Höhepunkt von acht Jahren intensiver musikalischer Zusammenarbeit und tiefer Freundschaft der drei Musiker.

Im Joel Havea Trio mischen noch Leo Lazar (Drums, Gesang) und Arnd Geise (Bass, Gesang) mit. Es hat im Laufe der vergangenen Dekade eine beeindruckende musikalische Reise hingelegt. „Live at Birdland“ zeigt nicht nur die künstlerische Entwicklung der Band, sondern auch die enge Beziehung, die sie zu ihren Fans und zueinander aufgebaut haben. Die Songs auf dem Album spiegeln die reiche musikalische Vielfalt wider, für die das Trio bekannt ist – von bluesigen Melodien bis hin zu mitreißenden Folk-Rhythmen, Reggae und Co. Immer dabei der lebendige Groove. Tickets gibt es für 21 Euro unter anderem unter [www.reservix.de](http://www.reservix.de), an der Abendkasse kosten sie 24 Euro.



Lässt sich von verschiedenen Musikrichtungen wie Soul, Blues, Roots und Reggae inspirieren: Joel Havea kommt mit seiner Band in die Kniki.

FOTO: PRIVAT

## Mitmachen und gewinnen

Der Fachdienst Kultur der Stadt und hallo Salzgitter verlosen fünfmal zwei Tickets für das Konzert mit dem Joel Havea Trio am Freitag, 20. Oktober 2023, um 20 Uhr in der Kniki. Wählen Sie einfach die Hotline (0137) 988082705 und folgen Sie

der Ansage. Alle Anrufe, die am 14. und 15. Oktober 2023 eingehen, nehmen teil. Die Gewinner werden telefonisch benachrichtigt. Der Anruf kostet 50 Cent aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunktarife können abweichen.

## Mit Achtsamkeit gegen den Stress

**Salzgitter.** Anlässlich zur Woche der seelischen Gesundheit bietet die Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen am Samstag, 28. Oktober, von 11 bis 14 Uhr im Pferdestall der Wasserburg in Gebardshagen einen Workshop zum Thema „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ an. In diesem dreistündigen Kurs möchte Dipl.-Psych. Gerda Reinhold mit den Teilnehmenden dem Alltag entfliehen und etwas Schönes für das Wohlbefinden tun. Geplant sind verschiedene Übungen und Einheiten zum Thema Achtsamkeit. Anmeldungen sind bis zum 24. Oktober unter Tel. (05341) 846713 oder per E-Mail an [kiss-sz@paritaetischer.de](mailto:kiss-sz@paritaetischer.de) erforderlich. Dieser Kurs ist kostenfrei.

## Duo spielt im Hospiz

**Salzgitter.** Das Hospiz in Salzgitter-Bad lädt für Samstag, 3. November, um 17 Uhr zu einer musikalischen Stunde ein. Das Gitarrenduo „Williams & Birne“ ist zu Gast und möchte Hospizgäste, Angehörige aber auch Besucher unterhalten. Es werden bekannte Titel erwartet unter anderem von John Denver, Cat Stevens, Simon & Garfunkel, Michy Reincke, Peter Maffay, Elton John, Hannes Wader und einigen mehr. Der Eintritt ist frei, um eine Spende für das Hospiz wird gebeten. Eine Anmeldung unter Tel. (05341) 86611-0 oder per E-Mail an [info@hospiz-salzgitter.de](mailto:info@hospiz-salzgitter.de) ist erwünscht.

## Prostatakrebs: Gruppe trifft sich

**Salzgitter.** Das nächste Treffen der Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Salzgitter beginnt am Donnerstag, 26. Oktober, um 16 Uhr im Kniestedter Herrenhaus (Seniorentreff) in Salzgitter-Bad. Vorgesehen ist eine Online-Veranstaltung/Schulung des Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe als Filmvorführung zum Thema „Resilienz und Achtsamkeit“. Referent ist Prof. Dr. Ph.D. Bernhard Sabel von der Medizinischen Fakultät/Universitätsklinikum Magdeburg. Anschließend gibt es einen Austausch von Informationen und Erfahrungen. Gäste sind willkommen.

**MIX Markt**  
Gültig von Mo. 16.10.2023 bis Sa. 21.10.2023\*

<b>Karpfen, frisch</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>6,99</b>	<b>Schweinenacken mit Knochen</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>4,99</b>	<b>Schweinelachse</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>6,99</b>	<b>Hackfleisch gemischt (Schwein / Rind)</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>4,99</b>
<b>Hähnchenflügel, frisch</b> Herk., KL.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>3,59</b>	<b>Schweineschulter wie gewachsen</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>4,49</b>	<b>Suppenfleisch vom Rind mit Knochen</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>6,99</b>	<b>Rinderbraten aus dem Bug</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>8,99</b>
<b>Putenoberkeule mit Haut und mit Knochen, frisch</b> Herk., KL.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>5,99</b>	<b>Hinterhaxen vom Schwein</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>3,99</b>	<b>Schweinpfoten</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>1,99</b>	<b>Putenhälse, frisch</b> Herk., KL.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>2,99</b>
<b>Hähnchenleber, -Herzen, -Mägen, frisch</b> Herk., KL.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>3,59</b>	<b>Rinderleber</b> Herk.: lt. Auszeichnung 1 kg <b>3,29</b>	<p>* 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:</p> <p>Mo - Fr: 09:00 - 19:00 Sa: 09:00 - 18:00 ☎ 05341 - 2259420</p> <p><b>Mix Markt 111, Inh. Olga Reichert</b> <b>Krühgarten 79</b> <b>38228 Salzgitter</b> <a href="http://www.mixmarkt.eu">www.mixmarkt.eu</a></p>	



# Ideen, Wünsche, Vorschläge

Stadt richtet zwei **Workshops** in den Innenstädten in Lebenstedt und Salzgitter-Bad aus

**Salzgitter.** Was denken die Menschen in Salzgitter von den Innenstädten in Lebenstedt und Salzgitter-Bad, was wünschen sie sich, welche Ideen haben sie? In zwei Workshops an zwei Samstagen hat die Stadt nun etliche Vorschläge und Meinungen gesammelt. Jeweils von 12 Uhr bis 18 Uhr hatten Interessierte die Gelegenheit, an verschiedenen Stationen Ihre Ideen einzubringen.

So konnten Besucher und Besucherinnen an einer „Beteiligungsbar“ ihre Meinungen zu den Innenstädten gegen ein Freigetränk eintauschen, ihre Anregungen auf großen Karten und Plakaten sammeln oder sogar handwerklich tätig werden, um ihre Visionen mit Hilfe von kleinen Modellen zu visualisieren. Dabei standen ständig Vertreterinnen und Vertreter der Stadtverwaltung sowie der Wirtschafts- und Innovationsförderung Salzgitter (WIS) für einen Austausch bereit.



Treffen im Herzen der Stadt: Der Workshop in Salzgitter-Bad weckte großes Interesse.

FOTO: STADT

In Lebenstedt haben sich 150 Bürgerinnen und Bürger mit Ideen eingebracht. Darunter waren auch einige Jugendliche, die kleine Modelle ihrer Wunschvorstellungen bastelten. Als besonderer Gast nahm Iyabo Kac-

marek an der Veranstaltung teil. Sie berichtete den Anwesenden von ihren Erfahrungen als Geschäftsführerin der „Unter einem Dach gUG“, mit der sie die Innenstadt von Hannover durch verschiedene soziale Projekte aus den Bereichen der Integration und kultureller Teilhabe belebt. In den Gesprächen wurde deutlich, dass sich die Lebenstedter für ihre Innenstadt noch mehr Begrünung, Sauberkeit und konsumfreie Aufenthaltsmöglichkeiten wünschen. Viele äußerten aber auch die Hoffnung, dass die Eigentümer einiger Immobilien ihre Fassaden sanieren könnten.

Am Workshop in Salzgitter-Bad nahmen etwa 250 Bürgerinnen und Bürger teil. Besondere

Aufmerksamkeit erfuhr eine Gesprächsrunde zwischen Dr. Björn Gläser von der WIS und Andreas Budde, Geschäftsführer der Stadtentwicklungsgesellschaft Solingen GmbH. Er berichtete von seinen Erfahrungen mit der „gläsernen Werkstatt“, einem Projekt für neuartige Nutzungen von Leerständen. Die Anwesenden äußerten unter anderem ihren Wunsch nach mehr Aufenthaltsmöglichkeiten für Jugendliche und mehr Barrierefreiheit. Besonderen Zuspruch fand die Idee einer zu schaffenden multifunktionalen Räumlichkeit, die gemeinsam von verschiedenen Vereinen für deren soziale und kulturelle Zwecke genutzt werden könnte.

## Hilfe für die Konzepte

Die Workshops sind Teil des Prozesses zur Erstellung von Innenstadtkonzepten für Lebenstedt und Salzgitter-Bad, welcher mit Mitteln aus dem Bundesförderprogramm „Zukunftsfähige Innenstädte und Zentren“ gefördert wird. Zuvor fanden schon zwei Auftaktveranstaltungen, eine Onlinebefragung sowie Experteninterviews statt. Außerdem haben bereits sogenannte „fliegende Reporter“ Stimmen und Meinungen von Passanten gesammelt. Alle daraus gewonnenen Informationen fließen in die Erstellung der Konzepte ein.

staltungen, eine Onlinebefragung sowie Experteninterviews statt. Außerdem haben bereits sogenannte „fliegende Reporter“ Stimmen und Meinungen von Passanten gesammelt. Alle daraus gewonnenen Informationen fließen in die Erstellung der Konzepte ein.

## Neue SZene geht in die Produktion

**Salzgitter.** Die Produktion für das nächste Stadt- und Veranstaltungsmagazin SZene ist angelaufen. Wer für seinen Verein oder Ort noch einen öffentlichen Termin in den Monaten Dezember, Januar und Februar bekannt geben möchte, wird gebeten, diesen möglichst umgehend per E-Mail an [redaktion@hallosalzgitter.de](mailto:redaktion@hallosalzgitter.de) zu senden.

## Reformationstag: Müllabfuhr kommt einen Tag später

**Salzgitter.** Der Städtische Regebetrieb (SRB) teilt mit, dass sich durch den Feiertag am 31. Oktober (Reformationstag) die Abfuhr der Bioabfalltonnen und Altpapier-tonnen sowie die Einsammlung der Gelben Säcke um einen Tag nach hinten verschiebt: vom 31. Oktober auf den 1. November, vom 1. auf den 2. November, vom 2. November auf den 3. November und vom 3. auf den 4. November.



Die Abfuhr der Altpapier-tonnen am „1. Mittwoch“ des Monats erfolgt dann erst am Donnerstag, 2. November.

## Saunieren & Baden in der

## Ith Sole Therme



Verpassen Sie nicht unser neues Event!



Ith Sole Therme Salzhemmendorf

## Lange Saunanacht

SA 04.11.2023 | 21.30 - 02.00 Uhr  
Eintritt € 20,- (ab 18 Jahre)

Mehr Infos auf:

[www.ther.me](http://www.ther.me)



## 2-für-1-Gutschein\*



2-für-1-PWGS23

\*Bei Vorlage dieses Gutscheins ist der Eintritt für die 2. Person umsonst (günstiger oder wertgleich). Verkauf und Vervielfältigung verboten.

Gültig bis 24.12.23

Lange Saunanacht: Mit dem deutschen Saunameister | Showaufgüsse | Live-Musik  
Lagerfeuer | Textilfreies Baden in der gesamten Therme | uvm.

Ith Sole Therme | In der Saale-Aue 2-5 | 31020 Salzhemmendorf | Tel. 05153 - 80 30 50  
Öffnungszeiten: täglich 09.00 - 22.00 Uhr





# Freude über große Resonanz

Der „Salon Salder“ läuft noch bis zum 5. November in den Städtischen Kunstsammlungen



Bunte Wände in den Städtischen Kunstsammlungen: „In Farbe“ präsentiert sich „Salon Salder“ in diesem Jahr.

FOTO: STADT SALZGITTER

## Entdeckertouren und mehr

Die Städtischen Kunstsammlungen bieten einige Sonderveranstaltungen zum „Salon Salder“ an. Eine Matinee unter dem Titel „Kunst und Literatur im Salon“ steht am Sonntag, 15. Oktober, um 11.15 Uhr an. Die Kunsthistorikerin Pia Kranz lädt zu einem besonderen Ausstellungsrundgang mit literarischen Zwischenstopps ein.

Workshops folgen vom 17. Oktober bis 19. Oktober jeweils von 10 bis 13 Uhr. „Mit allen Sinnen auf Entdeckungstour“ geht Benedikta Bonitz, Blockflötistin und Musikpädagogin. Es geht darum,

spielerisch die Werke der Ausstellung zu erforschen und dabei die sprachlichen, schauspielerischen, tänzerischen wie malerischen Begabungen gleichermaßen zur Entfaltung bringen. Für Kinder und Jugendliche von sechs bis 16 Jahren.

„Farbe mit allen Sinnen genießen“ nennt sich eine konzertante Lesung am Sonntag, 22. Oktober, um 11.15 Uhr. Kulturjournalist Michael Stoeber liest Texte über die Farbe von Derek Jarman (1942–1994), Maler, Dichter, Filmemacher. Benedikta Bonitz begleitet die Lesung auf verschiedenen

Konzert-Blockflöten.

Ein „Farbspaziergang“ steht am Sonntag, 29. Oktober, von 11 bis 14 Uhr mit Künstlerin Beate Haupt auf dem Plan. Die Gegend um das Schloss Salder erkundend, lassen sich die Teilnehmenden ganz auf die Farbe ein. In Skizzen werden die Farben festgehalten, sodass kleine Bildausschnitte entstehen. Farbmittel mischend nähern sich die Teilnehmenden dem Original. Es wird der Farbe auf den Grund gegangen. Abschließend werden bei einem gemeinsamen Picknick alle Ergebnisse besprochen.

**Salzgitter.** Noch bis zum 5. November kann „Salon Salder“ besucht werden. Unter dem Ausstellungstitel „In Farbe“ präsentieren elf Künstlerinnen und Künstler aus Niedersachsen ihre aktuellen Arbeiten. Beteiligt sind Degenhard Androlat, Johann Büsen, Gerd Druwe, Wolfgang Kessler, Debora Kim, Sun-Rae Kim, Hannes Malte Mahler, Pepa Salas Vilar, Birgit Streicher, Matten Vogel und Wolfgang in der Wiesche.

Der „Salon Salder“ ist ein festes Format, das zeitgenössische Kunst auszeichnet, Konventionen hinterfragt und Raum für Neues eröffnet. Das Publikum verfolgt die jährlich wechselnden Themen und Kunstschaffenden mit großem Interesse: Besucherinnen und Besucher aus der Region, die erstmalig „Salon Salder“ besucht haben, entdeckten während einer Führung diese besondere Ausstellung mit den unterschiedlichen Arbeiten von elf Künstlerinnen und Künstlern aus Niedersachsen.

Daneben gab es ebenso Gäste von außerhalb, die für „Salon Salder“ nach Salzgitter kamen. Genauso positiv kommt der Salon bei spontanen Gästen an. Davon profitierte auch der Künstler Wolfgang Kessler, der eine seine Arbeiten in die USA verkaufen konnte. Der Besucher wollte seiner Frau zum Hochzeitstag eine besondere Freude machen.

So freut sich die Kuratorin Stephanie Borrmann besonders über die große Resonanz, die das vielfältige Begleitprogramm bisher erfahren hat. Erwachsene und die Kleinen schätzen das

Programm gleichermaßen. Das museumspädagogische Angebot „Atelier der Kunstmäuse“ sei innerhalb von zwei Tagen ausgebucht gewesen. „Wir konnten dank einer neuen Kunstvermittlerin weitere Termine anbieten, die ebenfalls ausgebucht sind.“ Bisher wurde knapp 160 Vorschulkindern der „Salon Salder“ nähergebracht. „Die Kinder waren begeistert dabei und haben im Anschluss ihre eigenen Kunstwerke geschaffen“, freut sich Stephanie Borrmann.

In diesem Jahr widmen sich die Künstlerinnen und Künstler der Welt, die voll ist von bunten, grellen, sanften, reinen, lauten, kühlen und warmen, dumpfen, satten und leuchtenden Farben. Malerisch werden viele Fragen beantwortet: Wie verhält es sich mit der Farbe in der Kunst? Ist Farbe nur Mittel zum Zweck? Kann Farbe das primäre Thema der Auseinandersetzung sein?

Kuratorin Stephanie Borrmann bietet noch Führungen am 29. Oktober und zur Finissage am 5. November jeweils um 11.15 Uhr an. Darüber hinaus werden auf Anfrage auch Führungen für Gruppen angeboten. Verschiedene Sonderveranstaltungen begleiten die Ausstellung. Um Anmeldung wird gebeten (ebenso bei den Sonderveranstaltungen) unter Tel. (05341) 839-4613 oder -4616 sowie per E-Mail an [stephanie.borrmann@stadt.salzgitter.de](mailto:stephanie.borrmann@stadt.salzgitter.de). Die Ausstellung ist zu den Öffnungszeiten des Städtischen Museums zu sehen: dienstags bis samstags von 10 bis 17 Uhr sowie an Sonn- und Feiertagen von 11 bis 17 Uhr.

## Die Pilze und ihr Nutzen

Prof. Dr. Vera Mayer beschäftigt sich in einem Online-Vortrag der VHS mit der Biotechnologie

**Salzgitter.** Mit dem Nutzen der Pilze beschäftigt sich ein Online-Vortrag, den die Volkshochschule Salzgitter am Dienstag, 17. Oktober, von 19.30 bis 21 Uhr an bietet. Vor dem Bildschirm sitzt Prof. Dr. Vera Mayer. Leiterin des Fachgebietes für Angewandte und Molekulare Mikrobiologie an der Technischen Universität Berlin. Sie ist darüber hinaus auch als freischaffende Künstlerin unter dem Pseudonym V. meer aktiv und Mitglied der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Sie geht der Frage nach, wie Pilzbiotechnologie die Wirtschaft nachhaltig transformieren kann. „Wir Menschen leben seit unserer Geburt mit Pilzen

zusammen. Manche leben in und auf unseren Körpern, sind unsere ständigen Begleiter und gehören damit zu unserer normalen Mikrobiota. Sie helfen uns, Nährstoffe besser zu verwerten und stärken unser Immunsystem. Andere Pilze leben in Symbiose mit Pflanzen und versorgen diese mit Nährstoffen und Wasser aus der Erde. Pilze sorgen also für uns und unsere Umwelt und formen diese aktiv mit, obwohl sie mikroskopisch klein sind.“

Die Pilzbiotechnologie von heute, so die Wissenschaftlerin, erforsche, wie Stoffwechsell-potentiale von Pilzen für eine nachhaltige und kreislauffähige Bioökonomie nutzbar gemacht werden könne. Sie geht den Fra-

gen nach, ob in Zukunft nicht nur Medikamente, Enzyme und Biokraftstoffe aus Pilzen entstehen können, sondern auch Kleidung, Möbel oder sogar Häuser.

Wie das gelingen könnte, und warum hier eine intensive Zusammenarbeit aus Wissenschaft, Kunst und Gesellschaft so wichtig ist, erläutert Prof. Dr. Vera Mayer. Ihre transdisziplinären Forschungsvorhaben verbinden Natur- und Ingenieurwissenschaften mit Kunst, Design und Architektur und entwerfen so biobasierte Szenarien für mögliche Lebens- und Wohnwelten der Zukunft. auf ihre Internetseiten [www.vhs-salzgitter.de](http://www.vhs-salzgitter.de) ein. Hier kann man sich auch für die Vorträge anmelden



Lassen sich mit Pilzen eines Tages sogar Häuser bauen? Prof. Dr. Vera Mayer leitet das Fachgebiet für Angewandte und Molekulare Mikrobiologie an der TU Berlin.

FOTO: MARTIN WEINHOLD



# Ein neues Leben als Witwe

Autorin Stephanie Bartsch stellt in der Kniestedter Kirche ihr Buch vor

**Salzgitter.** Autorin Stephanie Bartsch stellt auf Einladung des städtischen Literaturbüros am Donnerstag, 19. Oktober, um 19.30 Uhr in der Kniestedter Kirche in Salzgitter-Bad ihr Buch „Frau Bartsch reist sich zusammen“ vor. Im Untertitel heißt es: „Wie ich auszog, das Trauern zu lernen, und unterwegs das Glück fand“.



Coach für pädagogisches Personal: Stephanie Bartsch liest in der Kniki. FOTO: STEFAN SCHOLZ

Stephanie Bartsch reist zurück in die Zeit, als sie ihren geliebten Mann durch einen Autounfall verlor und ihr Leben in der neuen Rolle als Witwe annehmen musste. Sie nahm eine Auszeit von Beruf, Familie und Freunden, kaufte sich ein Wohnmobil und fuhr Richtung Süden, um zu erfahren, was ihr das neue Leben zu bieten hat. Es entstanden eine Art Roadnovel: entwaffnend offen, ehrlich, humorvoll und ganz anders als erwartet.

Stephanie Bartsch, geboren 1970, arbeitete vor ihrem Sozialpädagogikstudium als Tischlerin, Jugendherbergsmutter und Literaturreferentin. Nach einer Familienpause machte sie sich 2006 als Coach und Mediatorin für pädagogisches Personal selbstständig. Tickets gibt es für zehn Euro im Vorverkauf unter anderem im Bürgercenter, an der Abendkasse kostet der Eintritt zwölf Euro.

# Arbeiten am Gas-Netz

Im Alten Dorf in **Lebenstedt** lässt die Avacon auf 350 Metern Länge die Leitungen sanieren

**Salzgitter.** In Lebenstedt kommt es seit Anfang dieser Woche im Alten Dorf aufgrund von Sanierungsarbeiten an den Gasleitungen inklusive einiger Hausanschlüsse zu Beeinträchtigungen im Straßenverkehr. In der Thiestraße, der Wehrstraße und im Imatraweg werden 350 Meter Gasversorgungsleitungen in offener Bauweise und 20 Gas-Hausanschlüsse ausgewechselt. Die Baumaßnahmen werden im Auftrag des Netzbetreibers Avacon Netz von der WEVG Salzgitter koordiniert und von der IMD Hannover durchgeführt. Sie dauern voraussichtlich bis Anfang Februar 2024.

Für die Erneuerung der Hausanschlussleitungen will sich die Firma IMD Hannover „rechtzeitig mit den betroffenen Anwohnern in Verbindung“ setzen, heißt es in einer Pressemitteilung der Avacon. Im Zusammenhang mit den Einbindungs- und Umschlussarbeiten an Hausanschluss- und Versorgungsleitungen sei es erforderlich, die Gas-



Mit Behinderungen ist zu rechnen: Im Imatraweg im Alten Dorf sind die Arbeiten am Gasnetz schon angelaufen. FOTO: RK

versorgung über einen absehbaren Zeitraum zu unterbrechen. „Die Dauer dieser Unterbrechung ist abhängig vom erforderlichen Aufwand für Ein- oder Umbindungsarbeiten. Die Anwohner werden hierüber gesondert im Voraus über Art und Dauer der Unterbrechung informiert.“

Avacon ist für die Baumaßnah-

me zuständig, weil die WEVG Salzgitter GmbH & Co. KG als Eigentümerin der Strom- und Erdgasnetze im Stadtgebiet Salzgitter die Energienetze an die Avacon als Netzbetreiber verpachtet hat. Zu den Pflichten des Netzbetreibers zählt auch die entsprechende Unterhaltung der Netze.

Gesundheit spezial – Thema Inkontinenz

# Für eine starke Blase ab 40

Inkontinenz ist für viele ein Tabuthema. Dabei ist sie ein weitverbreitetes Problem – gegen das sich etwas tun lässt.



Viele kennen diese peinlichen Situationen: Bei körperlicher Belastung wie etwa beim Sport, beim Heben von schweren Gegenständen oder beim Niesen gelingt es nicht, die Blase zu kontrollieren. Oft kommt es dann zu einem Malheur, das sich nicht mehr verhindern lässt. Die Folge: Man fühlt sich nicht nur in der Öffentlichkeit unwohl, sondern hat auch Schwierigkeiten sich dem Partner zu nähern. So zeigt etwa eine Studie, dass sich bei 45 % aller Frauen die Inkontinenz auch auf das Sexualleben auswirkt.

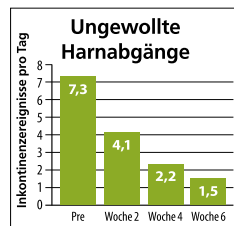
## JEDE 4. FRAU BETROFFEN

Die Annahme vieler Betroffener, dass sie allein mit dem Problem kämpfen, ist jedoch eine Fehleinschätzung. Tatsächlich leiden in Deutschland etwa sechs bis acht Millionen Menschen an Harninkontinenz – die Dunkelziffer liegt laut Deutscher Kontinenz Gesellschaft sogar noch viel höher. Die Ursache für die Probleme findet sich meist im Bereich von Blasen- und Beckenboden. So kann etwa die Beckenbodenmuskulatur durch Schwangerschaften bzw. Geburten elastischer und weicher werden. Dadurch erfüllt sie ihre Stützfunktion nicht mehr so gut. Die hormonelle Umstellung in den Wechseljahren kann ebenfalls dafür verantwortlich sein: Die weiblichen Sexualhormone (Östrogene) werden weniger und der Beckenboden wird nicht mehr so gut durchblutet, wodurch er schwächer wird. Das ist mit der Grund, warum leichte Inkontinenz besonders häufig ab 40 Jahren auftritt.

## PFLANZLICHE UNTERSTÜTZUNG

Die gute Nachricht: Es gibt eine rein pflanzliche Möglichkeit um selbst tätig zu werden: den Kürbis. Er wird schon seit jeher in der Pflanzenheilkunde verwendet. Jetzt untermauern aktuelle Untersuchungen,

dass sich schon nach wenigen Wochen ein positiver Effekt zeigt: Die Zahl der ungewollten Harnabgänge bei Frauen verringerte sich damit von 7,3 auf 1,5 pro Tag.<sup>1</sup>



## GEHEIMTIPP AUS ÖSTERREICH

Ein Produkt, das österreichische ApothekerInnen bereits seit Jahren gerne bei einer sensiblen Blase empfehlen, ist Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die Tabletten enthalten einen hochdosierten Extrakt aus steirischen Kürbiskernen und konnten in Österreich bereits hunderttausende Frauen überzeugen. Bis dato kannten nur einige wenige das Präparat von ihren Österreich-Urlauben. Mit der Zeit wurde es aber auch immer häufiger im Bekannten- und Freundeskreis weiterempfohlen und in Apotheken nachgefragt. Nicht zuletzt deshalb ist die Marke Dr. Böhm® (unter anderem mit den überzeugenden Kürbis-Tabletten) heute auch in Deutschlands Apotheken erhältlich. Das Sortiment ist speziell auf die Bedürfnisse von Frauen zugeschnitten und hat sich dank sinnvoller Dosierungen und des Verzichts auf versteckte Zusatzstoffe innerhalb kürzester Zeit zum echten Geheimtipp entwickelt.

Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit Beckenbodenübungen kombiniert.

<sup>1</sup>Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727-737



Hinter der österreichischen Nr.-1-Apothekenmarke\* Dr. Böhm® steht kein internationaler Pharmakonzern, sondern ein Mensch: der Mediziner und Pharmazeut Mag. Dr. Friedrich Böhm. Schon vor über 50 Jahren legte er den Grundstein für eine Philosophie, die das Familienunternehmen noch heute lebt: Natürliche und dabei hoch wirksame Präparate – hergestellt nach höchsten Arzneimittelstandards und ausschließlich in Deutschland, Österreich und der Schweiz.



[www.drboehm-info.de](http://www.drboehm-info.de)

\*Apothekenumsatz lt. IQVIA Österreich OTC Offtake seit 2012

## Empfehlung der Woche

### Dr. Böhm® Kürbis für die Frau



Nahrungsergänzungsmittel

- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurmäßige Einnahme empfohlen

**Bestehen Sie auf das Original!** Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke noch nicht vorrätig sein, bestellt es Ihre Apotheke gerne für Sie: **PZN 15390969**



WUSSTEST DU SCHON?

Das ist DeineTierwelt

„Dein Tier in besten Händen“ – DeineTierwelt bringt als Online-Tiermarkt seriöse Anbieter und Interessenten zusammen, um jährlich rund 200.000 Tiere in ein neues Zuhause zu vermitteln. Im Online-Magazin gibt es Tipps und Wissenswerte rund um tierische Themen.

» [deine-tierwelt.de/magazin](http://deine-tierwelt.de/magazin)



FOTO: PEXELS.COM

Das beste Katzenfutter 2023

Wir präsentieren die am besten bewerteten Katzenfuttermarken, die „CheckForPet“ dieses Jahr ermittelt hat. Die Jury? – Die Samtpfoten höchstpersönlich... Mehr aktuelle News:

» [deine-tierwelt.de/magazin](http://deine-tierwelt.de/magazin)



FOTO: UNSPLASH.COM

Musikalische Fellnase: Bradford liebt es, wenn sein Frauchen Klavier spielt

Die Jazz-Musikerin Kara Baldus-Mehrmann und ihre Fellnase Bradford begeistern auf TikTok zehntausende Zuschauer. Wer die Videos des sechsbeinigen Duetts sieht, weiß auch genau, warum...

Mehr aktuelle News:

» [deine-tierwelt.de/magazin](http://deine-tierwelt.de/magazin)

# Die Idee von „Underdogs“

Mit einem Kunstprojekt dem Tierschutz helfen

**K**unst als eine Form von Tierschutz – geht das überhaupt? Melanie Hübner, Fotografin aus Berlin, macht es möglich. Mit ihrem Foto-Projekt „Underdogs“ will sie den Tieren aus dem Tierheim Berlin helfen.

Hund – Mensch – Raum: diese drei Dinge vereint Fotografin Melanie Hübner in ihrem neuesten Projekt „Underdogs“. Es entstehen süße, eindrucksvolle und auch lustige Bilder von Hunden und ihren Menschen – und das sogar für den guten Zweck. Denn 20 Prozent der Einnahmen werden an den Tierschutz in Berlin gespendet. In einem Interview mit DeineTierwelt erzählt Melanie Hübner, wie sie auf diese Idee gekommen ist und was genau das Ziel ihres Foto-Projekts ist.

„Bei meinen Spaziergängen in Berlin ist mir aufgefallen, dass die meisten Hunde, die da rumlaufen, nicht aus dem deutschen Tierschutz stammen. Oft sind es Tiere aus dem europäischen Ausland oder welche vom Züchter. Ich hab mich gefragt, warum und habe dann angefangen, das Berliner Tierheim zu besuchen und dieser Fragestellung auf den Grund zu gehen“, erklärt die Berlinerin.

Ohne davor je professionell mit Hunden gearbeitet zu haben, fing sie dann an, die Vierbeiner und ihre dazugehörigen Menschen in einem Raum zu fotografieren. Egal ob Wohnzimmer, Küche, Schlafzimmer oder sonstiger Raum in der Wohnung: Hauptsache alle drei Aspekte sind erfüllt.



Fotoshooting für einen guten Zweck.

FOTO: MELANIE HÜBNER

Oft heißt es in der Filmbranche: „Nicht mit Tieren oder Kindern arbeiten!“ Das sei zu anstrengend, sie können die Erwartungen, die an sie gestellt werden, oft nicht erfüllen. Aber bei Hübner sind die Vierbeiner die Hauptfiguren und sie stimmt den Aussagen nicht wirklich zu.

„Es sind ganz tolle Erfahrungen, das muss ich ganz ehrlich sagen“, verrät die Fotografin. „Ich hatte schon als Kind oft das Gefühl, ich finde Hunde eigentlich cooler als Menschen und ich hatte auch nie Angst vor Hunden. Und jetzt betrete ich den Raum und werde von so vielen Hunden sozusagen ‚adoptiert‘ und freudig begrüßt. Es macht einfach ganz viel Spaß.“

Das Projekt gibt ihr jetzt schon Inspiration für weitere Projekte, in denen die besten

Freunde des Menschen eine Hauptrolle spielen – Hundefotografie, anders, als man es üblicherweise kennt.

So können auch Sie Teil von „Underdogs“ werden

Das Projekt hat sein Ende auch noch nicht erreicht: Das Ziel ist ein Buch, voller Fotos von Menschen und ihren Schwanzwedlern. Außerdem eine Ausstellung vom 3. November bis zum 4. Dezember. Klingt toll? Auch Sie können Teil davon werden!

Sie können ein Fotoshooting bei Melanie Hübner buchen, in dem Sie mit Ihrem pelzigen Begleiter abgelichtet werden. Dafür müssen Sie auch nicht aus Berlin kommen oder in der Hauptstadt leben. Auf dieser Website ist eine Buchung möglich.

Sie haben keinen Bello bei sich zu Hause, möchten die Fotografin aber trotzdem in ihrem Projekt unterstützen? Spenden an das Tierheim unter dem Projektnamen oder Sponsoring des Projekts sind Möglichkeiten, um ein Teil dieses tierschützenden Kunstprojekts zu werden.

Sie möchten gerne mehr über Melanie Hübner und „Underdogs“ erfahren? Dann hören Sie doch einfach mal in die neuste Podcast-Folge des Tierschutz-Update rein.

Sie können die Folge auch auf Spotify, Deezer und Apple Podcasts hören.

Mehr Informationen finden Sie unter:



» [deine-tierwelt.de/magazin](http://deine-tierwelt.de/magazin)

## Dein Tier in besten Händen

DeineTierwelt ist der Treffpunkt für alle Tierfreunde: seriöse Tierversmittlung, Ratgeber, Community & Kleinanzeigen - alles auf einer Seite.

[www.deine-tierwelt.de](http://www.deine-tierwelt.de)



DeineTierwelt





# Volksleiden Reizdarm: Ist das die wahre Ursache?

Aktuelle Forschungsergebnisse könnten das Rätsel um das mysteriöse Volksleiden lösen

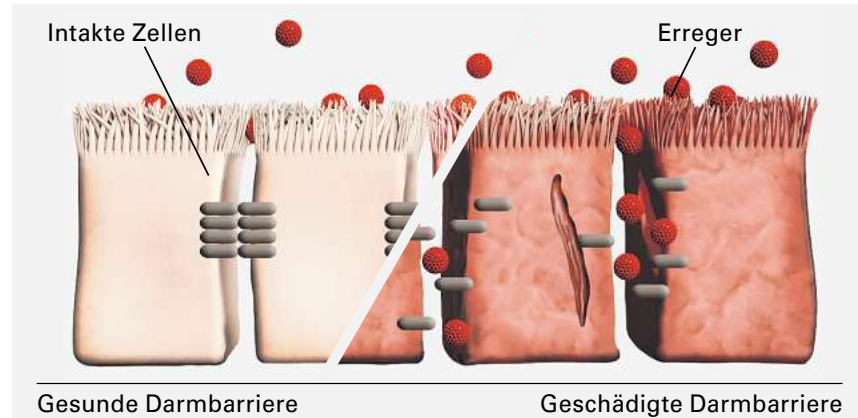
Es ist ein Rätsel, fast so alt wie die moderne Medizin selbst: Warum leiden so viele Erwachsene immer wieder unter Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen – ohne dass eine Ursache zu identifizieren ist? Bereits vor über 2000 Jahren beschrieb Hippokrates einen Patienten mit unerklärlichen Darmbeschwerden. Genau wie er tappten Ärzte und Wissenschaftler noch über Jahrhunderte, ja sogar Jahrtausende hinweg im Dunkeln – ohne herauszufinden, wodurch dieses mysteriöse Leiden ausgelöst wird.

Während die Medizin riesige Fortschritte machte und durch die Entdeckung von Antibiotika, Impfungen sowie immer neuen Wirkstoffen selbst seltene Krankheiten behandelbar wurden, blieb die Ursache dieser wiederkehrenden Darmbeschwerden weiterhin unentdeckt.

Mit der Zeit entwickelte sich für diese unerklärlichen Beschwerden das Bild des „gereizten Darms“, später formte sich der Begriff des Reizdarmsyndroms. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse werfen ein neues Licht auf mögliche Ursachen – und machen zugleich Millionen Reizdarm-Betroffenen Hoffnung.

## Die häufige Ursache

Aktuelle Studienergebnisse kommen nun zu dem Schluss, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache des Reizdarmsyndroms ist. So fanden amerikanische Forscher heraus, dass die Darmbarriere einer Patientengruppe mit wiederkehrenden Darmbeschwerden ungewöhnlich durchlässig, geradezu löchrig war. Wissenschaftler betitelten dies im Englischen mit dem Schlagwort „Leaky Gut“, auf Deutsch „durchlässiger Darm“.



**Durch kleinste Schädigungen können Erreger und Schadstoffe in die Darmwand eindringen.**

Durch diese kleinsten Schädigungen der Darmbarriere können Erreger oder ungewünschte Stoffe in die Darmwand eindringen und das Darmnervensystem reizen – was zu den typischen Symptomen wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen führen kann.<sup>1</sup>

## Durchbruch in der Forschung

Auf Basis dieser Erkenntnisse begab man sich auf die Suche nach einer wirksamen Lösung. Dabei stießen italienische Wissenschaftler auf einen ganz speziellen Bifido-Bakterienstamm: B. bifidum MIMBb75. Das Besondere: Dieser Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde.

Das Forscherteam stellte sich die folgende Frage: Konnten durch das Anlegen der Bakterien an die Darmbarriere die Schädigungen wie unter einem Pflaster abklingen – und in der Folge auch wiederkehrende Beschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen zurückgehen?

Um eine Antwort auf diese Frage zu bekommen, führten sie eine wissenschaftliche Studie nach dem höchsten wissenschaftlichen Standard, dem sogenannten Goldstandard, durch. Das Ergebnis war ebenso beeindruckend wie eindeutig: Bei den Patienten mit einem Reizdarm, die den speziellen Bakterienstamm bekommen hatten, konnte eine um ein Vielfaches höhere Verbesserung der Beschwerden festgestellt werden als in der Kontrollgruppe mit Placebo. Die Wirksamkeit des Bakterienstammes bei Reizdarmbeschwerden konnte demzufolge eindrucksvoll belegt werden.<sup>2</sup>

## Erfahrungen mit B. bifidum HI-MIMBb75

Der Bakterienstamm B. bifidum MIMBb75 ist in seiner nochmals weiterentwickelten, hitzeinaktivierten Form exklusiv im Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO enthalten, das mittlerweile zu den meistverkauften Präparaten gegen Reizdarmbeschwerden in ganz Europa gehört.<sup>3</sup>

Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich (PZN 15999676).

**KIJIMEA®**  
REIZDARM PRO

**Wie ein Pflaster  
für den gereizten  
Darm.**



✓ **Mit dem einzigartigen Bakterienstamm B. bifidum HI-MIMBb75**

✓ **Bei Reizdarmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen**

✓ **Wirksamkeit bei Reizdarm klinisch belegt<sup>4</sup>**

Für Ihre Apotheke:

**Kijimea  
Reizdarm PRO**  
(PZN 15999676)

[www.kijimea.de](http://www.kijimea.de)

# Neuer Schwung für Ihr Sexleben!

Rezeptfreies Arzneimittel bietet Hilfe bei sexueller Schwäche



**Fühlen Sie sich häufig durch Ihren Arbeits- und Familienalltag gestresst? Oder hat Ihnen der Alltag im Bett die Lust und Leidenschaft geraubt? Das muss nicht sein! Ein rezeptfreies Arzneimittel namens Deseo hilft Ihnen, sexuelle Schwäche zu bekämpfen.**

Stress, Alltagstrott und Erfolgsdruck wirken sich oft auf das sexuelle Verlangen aus. Das Sexualleben bleibt häufig auf der Strecke. Dabei müssen Sie sexuelle Unlust nicht in Kauf nehmen.

Denn: Mit Deseo (rezeptfrei) gibt es Hilfe aus der Apotheke!

## Neuer Schwung für das Sexleben

Um die Leidenschaft und das sexuelle Verlangen zu steigern, enthält Deseo den natürlichen Arzneistoff Turnera diffusa, der seit Langem als Aphrodisiakum verwendet wird. Laut Arzneimittelbild setzt dieser im Urogenitalsystem an und wird hauptsächlich bei sexueller Schwäche angewendet.

## Sich wieder spontan der Lust hingeben

Da die Tropfen regelmäßig und unabhängig vom Geschlechtsakt einge-

nommen werden, kann die so wichtige Spontaneität und Leidenschaft erhalten bleiben. Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

- ✓ **Fördert die sexuelle Lust**
- ✓ **Wirksam und gut verträglich**
- ✓ **Wirkt unabhängig vom Einnahmezeitpunkt**

Für Ihre Apotheke:

**Deseo**  
(PZN 04884881)

[www.deseo.net](http://www.deseo.net)



Abbildung Betroffenen nachempfunden

DESEO. Wirkstoff: Turnera diffusa Dil. D4. DESEO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. [www.deseo.net](http://www.deseo.net) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.





# FREIZEITSPASS FÜR GROSS UND KLEIN



## TIPPS FÜR DIE HERBSTFERIEN

23745601\_002423



Entdecke den Baum-  
wipfelpfad Heide Himmel

### Mehr NahTour

im artenreichsten Wildpark Deutschlands

Über 1.200 Tiere • ganzjährig geöffnet • 2 x täglich  
Greifvogelvorführung und wissenswerte Tiervorträge  
• große Erlebnis-Spielplätze • Wildpark-Schule  
• Restaurants, Cafés und Shops  
• kostenlose Parkplätze • Hunde willkommen  
• Natur-Wohnen am Wildpark im Schäferdorf

**WILD PARK**  
LÜNEBURGER HEIDE  
Hanstedt-Nindorf / Autobahn A7

Schneeleopard

www.wild-park.de

5348901\_002423



Pullman City Harz

**KOMM MIT IN EINE ANDERE WELT**

**PULLMAN CITY HARZ**  
AM ROSENDALE 1  
38899 HASSELFELDE  
039459/7310  
INFO@PULLMANCITYHARZ.DE

9112901\_002423

Die Nr. 1 am Wochenende!

hallo  
wochenende


# ZOO WOW!

Jetzt Tageskarte  
online buchen und  
Preisvorteil sichern!

**ERLEBNIS ZOO**  
HANNOVER

erlebnis-zoo.de

5912101\_002423



Gut festhalten: Rasanten Fahrspaß verspricht unter anderem der „Strohnado“ im Rasti-Land. FOTO: PRIVAT

## Noch mehr Abenteuer für die ganze Familie

Rasti-Land und Kids-Dinoworld

Action, Spaß und Abenteuer – das 1973 eröffnete Rasti-Land begeistert inzwischen Familien in der dritten Generation. Die Tore zum Rasti-Land sind noch bis zum 31. Oktober täglich geöffnet. Ein aufregender Familienausflug steht den Besuchern des Rasti-Lands bevor: Sei es das Bauchkribbeln beim plötzlichen Sturz

in die Tiefe beim Freifallturm, feucht-fröhlicher Spaß bei der Rafting-Bahn oder Nervenkitzel bei der Fahrt mit der Achterbahn. Auch für die kleinsten Besucher bieten sich viele Highlights wie die Mini-Autobahn, die Kamelreitbahn, Kinderkarussells und die Mini-Achterbahn „Holta die Polta“ an. Das SB-Restaurant und

etliche Imbisse stellen Leckerbissen für den kleinen und großen Hunger bereit. Weitere Infos unter Tel. (0 51 53) 68 74 oder online auf [www.rasti-land.de](http://www.rasti-land.de)

Tipp: Am 2. November öffnet dann wieder der Indoor-Freizeitpark Kids-Dinoworld, direkt neben dem Rasti-Land. Mehr auf [www.kids-dinoworld.de](http://www.kids-dinoworld.de).



Lebensechte Rekonstruktionen von Dinosauriern und anderen Urzeittieren sind im Dinosaurier-Park Münchenhagen zu finden. FOTO: PRIVAT

## Lustiges Ferienprogramm und Dinos bei Nacht

Dinosaurier-Park Münchenhagen

Bunte Herbstfarben und leuchtende Dinofan-Augen: Das passt im Dinosaurier-Park Münchenhagen hervorragend zusammen! Während der gesamten Herbstferien bieten die Urzeit-Experten für alle kleinen und großen Besucher ein tolles Spezialprogramm: Jeden Nachmittag werden bunte Vorträge, Spiele oder Quizze angeboten.

Zum Abschluss der diesjährigen Saison bietet der Dinopark ein besonderes Highlight: Eine Woche lang, vom 29. Oktober bis zum 5. November, können die Besucher „Dinos im Dunkeln“ erleben. Im gesamten Park werden angestrahlte Dino-Modelle, beleuchtete Wege und Schwarzlichtinstallationen die Besucher zum Staunen bringen. Extra da-

für wird der Park bis 19 Uhr (am Samstag bis 20 Uhr) geöffnet sein.

„Macht euch mit ein bisschen Mut und einer Taschenlampe auf zu einer außergewöhnlichen Reise ins Reich der Dinosaurier und lernt den Park von einer anderen – seiner dunklen – Seite kennen!“ Weitere Infos unter [www.dinopark.de](http://www.dinopark.de)





# FREIZEITSPASS FÜR GROSS UND KLEIN



## TIPPS FÜR DIE HERBSTFERIEN

### Yukon Bay vor der Haustür: Auf Weltreise in Hannover

Herbstferien-Programm für Kinder im Erlebnis-Zoo Hannover



Rund 2000 Tiere aus mehr als 180 Arten leben im Erlebnis-Zoo Hannover in den mit viel Liebe zum Detail gestalteten Themenwelten.

FOTO: PRIVAT

Im Erlebnis-Zoo Hannover erleben die Besucherinnen und Besucher an nur einem Tag 2.000 Tiere aus aller Welt: Sie durchstreifen die herbstlichen, einzigartigen Themenwelten und kommen deren tierischen Bewohnern zum Greifen nah. Sie begegnen Kängurus im australischen Outback, Pinguinen und Eisbären in Kanadas Wildnis und begeben sich auf eine abenteuerliche Bootsfahrt durch die Tierwelt Afrikas. Sie bestaunen besondere Talente in der spannenden Robben-Vorstellung und sind live bei kommentierten Fütterungen dabei. Obendrein warten kulinarische Leckereien auf die Besucherinnen und Besucher. Tipp: Für kleine Entdecker und Entdeckerinnen zwischen sechs und zwölf Jahren bietet das Herbstferien-Programm besondere Abenteuer, bei denen gespielt, gebastelt und erforscht werden kann – sichern Sie sich gleich einen der begehrten Plätze im Zoo-Online-Shop!

[www.erlebnis-zoo.de](http://www.erlebnis-zoo.de)

### Eintauchen in die Wildwest-Geschichte

Westernstadt Pullman City Harz



Willkommen in Deutschlands größter Westernstadt: Pullman City Harz in Hasselfelde.

FOTO: PRIVAT

Interessantes über die Besiedelung Amerikas im Old West Museum erfahren und die Prärieluft der Indianer im Erd- und Langhaus schnuppern – das ist möglich in der Westernstadt Pullman City in Hasselfelde im Harz. Das stündlich wechselnde Tagesprogramm mit Zaubershow, Messer- & Tomahawk- oder Tricklasso-Show sowie Aufführungen mit Hunden und Pferden sorgen für Abwechslung, Spannung und Unterhaltung. Das Highlight des Tages ist „The Great Wild West Show“ mit vielen Pferden, echten Texas Longhorns, mächtigen Bisons, Kutschen und natürlich der Geschichte rund um den Wilden Westen. Besucherinnen und Besucher können reiten, Kutsche fahren, Goldnuggets suchen oder mit Bögen schießen und auch eine große Indoorspielwelt gibt es zu entdecken – kurzum: sie erleben eine einzigartige Zeit in und mit der Natur mitten im Wilden Westen! Weitere Infos unter Tel. (03 94 59) 7 31-0 und im Internet auf

[www.pullmancityharz.de](http://www.pullmancityharz.de)

FAMILIENSPASS BEI OTTER,  
NERZ & CO. IN DER  
SÜDHEIDE GIFHORH

Aktion Fischotterschutz e.V. · OTTER-ZENTRUM  
29386 Hankensbüttel · Tel. 0 58 32 - 98 08 - 0



NATUR ERLEBEN.

FÜHLEN.  
STAUNEN.

TAUCH MAL WIEDER AUF!

**NEUES  
HERBSTFerien-  
PROGRAMM**

Saisonfinale:  
Dinos im Dunkeln  
vom 29.10. - 05.11.23

**DINOSAURIER  
PARK**  
MÜNCHENHAGEN

[WWW.DINOPARK.DE](http://WWW.DINOPARK.DE)

Dinosaurier-Park Mönchengladbach GmbH & Co. KG  
Alte Zollstraße 5 • 41064 Mönchengladbach  
Tel. 05037 96 99 99 0

**RASTI-LAND**  
Zeit für Abenteuer

QUANTHOFFER STR. 9 | 31020 SALZHEMMENDORF - DIREKT  
AN DER B1 ZWISCHEN HILDESHEIM & HAMLEN

05153-94070 | [INFO@RASTI-LAND.DE](mailto:INFO@RASTI-LAND.DE) | [WWW.RASTI-LAND.DE](http://WWW.RASTI-LAND.DE)

**RASTI-LAND**  
Zeit für Abenteuer

**Jetzt bis zu  
20 €  
sparen!**

[www.rasti-land.de](http://www.rasti-land.de)

Bei Abgabe/Vorzeigen dieses Coupons an  
der Eingangskasse vom Rasti-Land  
erhalten maximal vier Personen je 5 €  
Rabatt auf den regulären Tageseintrittspreis.

**Nur samstags und sonntags  
gültig - bis zum 22.10.2023**

Keine Barauszahlung. Nicht in Verbindung mit anderen  
Aktionen/Angeboten. Verkauf & Vervielfältigung verboten!

Quantthofer Str. 9 • 31020 Salzhemmendorf • Tel. 05153/94070

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

... und eine gute Reise

**hallo**  
wochenende





# FREIZEITSPASS FÜR GROSS UND KLEIN



## TIPPS FÜR DIE HERBSTFERIEN

26934401\_002423

### WILD PARK LÜNEBURGER HEIDE

Hanstedt-Nindorf / Autobahn A7



### Letzte Chance

## Restkontingent Tickets zum 1/2 Preis

Familienkarte für 2 Erwachsene und 2 Kinder,  
gültig bis 31.03.2024 für 25 statt 50 Euro!

Im Wildpark Lüneburger Heide, wunderschön am Rande der Nordheide gelegen, können Sie auf einer Fläche von 60 Hektar mehr als 140 Tierarten beobachten.

Neben Polarfüchsen, Sibirischen Tigern und Schneeleoparden, gibt es nahezu alle in Deutschland lebenden Wildtiere in natürlicher Umgebung zu bewundern.

Tägliche Vorführungen wie die atemberaubende Greifvogelflugshow, die Fischotterfütterung oder z.B. der Wolfsvortrag erweitern die Reihe von vielfältigen Highlights im Wildpark Lüneburger Heide.

Natürlich erwartet Sie auch ein Streichelgehege bei den Ziegen und dem Damwild.

Ein Angebot des hallo

ERLEBNIS  
**Sommer**  
2023

Alle Tickets solange der Vorrat reicht, zzgl. Gebühren. Erhältlich in den Geschäftstellen der Aller-Zeitung, Wolfsburger Allgemeinen und Peiner Allgemeinen Zeitung. Oder online unter [tickets.paz-online.de](https://tickets.paz-online.de) und [tickets.waz-online.de](https://tickets.waz-online.de).

26941001\_002423

Entdecken Sie unsere guten Seiten: Lokales · Sport · Unterhaltung

**hallo**  
wochenende



Elfe von Elphamé

FOTO: ADRIAN FOHL

## „Happy Halloween“ im Wildpark

Wildpark Lüneburger Heide

Im Oktober heißt es wieder „Happy Halloween“ im Wildpark Lüneburger Heide in Hanstedt-Nindorf: Immer sonntags dürfen sich die Besucher auf Kürbisschnitzen, Kinderschminken und Magie von Zaubersche Finsel freuen. Das Halloween-Familienfest am 29. Oktober von 12 bis 17 Uhr bildet den Höhepunkt der herbstlichen Aktivitäten: An diesem Nachmittag gibt es ein buntes Programm mit Gruselgeschichten, Kinderschminken, Cupcakes

dekorierten, Hüpfburg und Mr. Jack's Ballonkunst. Mit Einbruch der Dunkelheit erstrahlt der Wildpark in tausend Lichtern und Farben, zudem verzaubern Waldgeister und Elfen von Elphamé die Besucherinnen und Besucher. Ab etwa 18 Uhr führt das Lichtermeer entlang des kleinen Rundweges zum Highlight des Abends: der Feuer- und LED-Show des Künstler-Duos Flamba. Mehr Infos gibt's im Internet unter [www.wild-park.de](https://www.wild-park.de)

## Natur erleben. Fühlen. Staunen.

Otter-Zentrum Hankensbüttel

Im Otter-Zentrum in Hankensbüttel gibt es vieles zu entdecken. Das weitläufige Freigelände bietet vielfältige Möglichkeiten zum Toben, Verweilen und Entspannen. Im Vordergrund steht der Spaß am Natur-Erleben für Groß und Klein sowie natürlich das Beobachten von Otter und Co. bei den Schaufütterungen. In den Herbstferien gibt es viele Angebote für Naturentdecker: Bei Kinderferienaktionen am 17. und 25. Oktober geht's raus ins Reich der Marder. Besondere Abendführungen nach der regulären Öffnungszeiten am 20. und 27. Oktober bieten ungewöhnliche Einblicke hinter die Kulissen. Für alle Ferienprogramme gilt eine begrenzte Teilnehmerzahl, also schnell anmelden! Das Otter-Zentrum hat bis Ende November täglich ab 9.30 Uhr ge-



Otterzentrum Hankensbüttel: Hier sind die scheuen Tiere aus der Nähe zu sehen.

FOTO: JAN PIECHA

öffnet. Weitere Informationen gibt es im Internet unter [www.otterzentrum.de](https://www.otterzentrum.de)



# Herausragend und virtuos

Bluesmusiker **Miller Anderson** kommt am 28. Oktober nach Salzgitter-Bad

**Salzgitter.** Er ist einer der großen „Heroes“ der englischen Blueszene der 60er/70er Jahre. Die Rede ist vom unverwundlichen Miller Anderson, der als Sänger und Gitarrist schon vor mehr als 50 Jahren bekannt wurde und der am Samstag, 28. Oktober, um 20 Uhr in der Kniestedter Kirche in Salzgitter-Bad auf die Bühne steigt.

Miller Anderson hat mit vielen großen Musikern gespielt oder hat sie begleitet. Im Jahr 2019 legte er mit seiner famosen Band aus Frank Tischer (Keyboard), Tommy Fischer (Schlagzeug) und Yanni Schmidt

(Bass) bei der dreitägigen „Woodstock Celebration Show“ einen der stärksten Auftritte hin.

Sein prägnanter Stil macht Miller Anderson zu einem der großen Gitarristen des Bluesrock. Vor allem die versierte Slide-Arbeit und der kraftvolle, nie effekteisende Einsatz von Wah-Wah-Solos haben den Ruf des Woodstock-Veteranen und Jimi-Hendrix-Verehrers als herausragenden Saitenvirtuosen zementiert. Tickets gibt es im Vorverkauf für 21 Euro unter anderem unter [www.reservix.de](http://www.reservix.de), an der Abendkasse kosten sie 24 Euro.



Gilt als Held der britischen Blueszene: Miller Anderson tritt am 28. Oktober in der Kniki auf.

FOTO: JÜRGEN ACHTEN

## Das Nichts in der Kniki

Kindertheater am 15. Oktober mit den Artisanen

**Salzgitter.** Wie sieht das Nichts aus? Das ist eine gute Frage, mit der sich die Theatergruppe der Artisanen am Sonntag, 15. Oktober, ab 15 Uhr beim Kindertheater in der Kniestedter Kirche beschäftigen. Im Nichts gibt es kein Oben und kein Unten, kein Vorn und kein Hinten, kein Links und kein Rechts, kein Hell und kein Dunkel. Die Idee: das Nichts einfach bunt machen.

Inga Schmidt und Stefan Spitz-

zer sind ein frei arbeitendes Theaterduo aus Berlin, das sich seit dem Studium an der Hochschule für Schauspielkunst „Ernst-Busch“ zusammengefunden hat. Sie arbeiten ohne feste Spielstätte, sehr präzise und tiefgründig. Die Artisanen wollen innovativem, jungem und frischem Stoff einen ganz eigenen Blick auf die Welt geben. „Unsere Inszenierungen verzaubern durch ihre poetische Idee, die Wahl der Gestaltungsmittel und ihre besondere Erzählweise“, schreiben sie.

So ist es auch in der Kniki geplant. Dort gehen die Artisanen mit wilden Farben, tobenden Meeren, ungezählter Natur und unbändigen wilden Tieren dem Nichts auf den Grund. Inga Schmidt und Stefan Spitzer entwerfen ihre ganz eigene Variante der Schöpfungsgeschichte auf sinnliche Weise mit viel Papier und musikalischer Live-Unterstützung. Das Stück eignet sich für Kinder ab sechs Jahren. Tickets gibt es für fünf Euro an der Tageskasse.



Eine ganz eigene Variante der Schöpfungsgeschichte: Inga Schmidt und Stefan Spitzer beschäftigen sich in der Kniki mit dem Anfang der Welt.

FOTO: ARTISANEN THEATER

## Tipps für ein erfolgreiches Personalwesen

**Salzgitter.** Die Volkshochschule der Stadt (VHS) hat freie Plätze in dem Kurs „Personalwirtschaft“, der am Montag, 6. November, beginnt und bis zum 22. Januar dauert. Gute Mitarbeitende sind das wichtigste Kapital eines Unternehmens. Sie auszuwählen und einzustellen, optimal einzusetzen, zu fördern und zielgenau weiterzubilden, gehört zu den wesentlichen Aufgaben eines erfolgreichen Personalwesens. Im Kurs werden unter anderem folgende Themen behandelt: Organisation des Personalwesens, Personalplanung und

-entwicklung, Merkmale eines modernen Personalmarketings, aktuelle Veränderungen der Arbeitswelt zum Beispiel durch den Einsatz „künstlicher Intelligenz“. Der Kurs läuft immer montags von 17.30 bis 19.45 Uhr in der Volkshochschule in Lebenstedt (Thiessastraße 26a). Die Teilnahme kostet 165 Euro. Fragen beantwortet die VHS unter Telefon (05341) 839-36 04 oder 839-2200. Anmeldungen sind ausschließlich schriftlich möglich unter anderem per E-Mail an [vhs@stadt.salzgitter.de](mailto:vhs@stadt.salzgitter.de).

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS · BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR

## DRACHENEI SPECIAL

Erlebnisse, Gaumenfreuden, Entertainment, Wellness und vieles mehr!

**6 Tage Familienurlaub im Hasseröder Burghotel in Wernigerode**

- **6 Tage / 5 Übernachtungen HP+** inklusive Wohlfühl- und Erlebnispaket (u. a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, Begrüßungsdrink, Events, u. v. m.)
- **5 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl
- **20% Rabatt** auf Hotel-Wellness-Angebot und **10% Rabatt** auf Hotel-Friseur-Angebot (nach Voranmeldung und Verfügbarkeit)
- **Wertgutschein** Hotelshop
- **Unser Highlight: Eintritt für 5 Harzer Ausflugsziele zur Wahl!**  
Harzdrenalin, Seilbahnen Thale Erlebniswelt, Rübeländer Tropfsteinhöhlen, Luftfahrtmuseum Wernigerode, Glasmanufaktur Harzkristall Erlebnisführung, Schloßbahn Wernigerode, Halberstädter Domschatz.

**Jetzt bis zu 49% Vorteil!**

### Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum 29.10. bis 22.12.23

**je Erw. im DZ 429,- €**

WE-Zuschlag für Erwachsene: 15,00 €/Tag (Fr & Sa)  
Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.  
Zzgl. Energiekostenpauschale 3,00 €/Erw./Nacht.

Angebotspreis inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.

**Burghotel Wernigerode GmbH & Co. KG**  
Langer Stieg 62 · 38855 Wernigerode · Telefon +49 (0) 39 43 / 51 64-0

Dieses und weitere tolle Angebote jetzt buchen auf [www.hasseroeder-burghotel.de](http://www.hasseroeder-burghotel.de)

8784101\_002423





Die Arbeitslosenquote in der Stadt Salzgitter lag im September 2023 bei 9,5 Prozent.

OTO: RWE

# Hohe Inflation, steigende Zinsen

Die **Arbeitslosenquote** im Bezirk Braunschweig-Goslar liegt mit 6,4 Prozent leicht über dem Vorjahr

**Salzgitter.** Die Zahl der Arbeitslosen in der Region ist im September gegenüber dem Vormonat um 573 auf insgesamt 21.103 gesunken. Die Arbeitslosenquote im Bezirk Braunschweig-Goslar liegt damit aktuell bei 6,4. Das sind 0,3 Prozentpunkte über dem Wert vor einem Jahr. Im kommunalen Vergleich liegt der Landkreis Wolfenbüttel mit einer Quote von 5,3 Prozent weiter an der Spitze vor der Stadt Braunschweig (5,5), dem Landkreis Goslar (7,2) und der Stadt Salz-

gitter (9,5). „Die hohe Inflation, steigende Zinsen sowie eine schwache Auslandsnachfrage haben die wirtschaftliche Entwicklung in den letzten Monaten gedämpft“, so Oliver Bossov, operativer Geschäftsführer der Agentur für Arbeit Braunschweig-Goslar. „Das macht sich auch auf dem Arbeitsmarkt bemerkbar, gemessen an der schwachen Konjunktur hält er sich aber vergleichsweise gut.“

Die Wirtschafts- und Arbeitsmarktentwicklung steht nach seinen Worten auch angesichts der

Arbeitskräfteknappheit vor Herausforderungen. „Der Rückgang im September ist größtenteils mit Neueinstellungen nach der Sommerpause, dem Ausbildungsbeginn und der startenden Herbstbelegung am Arbeitsmarkt zu begründen.“

Arbeitslosigkeit ist kein fester Block, vielmehr gibt es auf dem Arbeitsmarkt viel Bewegung. Im September meldeten sich 3.905 Personen (neu oder erneut) arbeitslos, das waren 490 weniger als vor einem Jahr. Gleichzeitig beendeten 4.486 Personen ihre Arbeitslosigkeit, 536 weniger als im September 2022. Der Rückgang der Jugendarbeitslosigkeit ist im Herbst üblich. 236 (-11,2 Prozent) weniger und damit insgesamt 1.880 junge Menschen unter 25 Jahren sind aktuell arbeitslos gemeldet. „Neben dem Schul- und Ausbildungsstart haben auch die jungen Fachkräfte mit einer, im Sommer, abgeschlossenen Berufsausbildung

am Arbeitsmarkt Fuß gefasst.“

Im Bezirk der Agentur für Arbeit Braunschweig – Goslar waren im September 6.618 Arbeitsstellen gemeldet, gegenüber August ist das ein Rückgang von 250 oder 4 Prozent. Im Vergleich zum Vorjahresmonat gab es 280 Stellen weniger (-4 Prozent). Arbeitgeber meldeten im September 1.208 neue Arbeitsstellen, das waren 31 oder 3 Prozent weniger als ein Jahr zuvor. Seit Jahresbeginn sind damit 10.600 Stellen eingegangen, das ist eine Abnahme gegenüber dem Vorjahreszeitraum von 1.160 oder zehn Prozent.

Die TOP5 der gemeldeten Arbeitsstellen von Braunschweig bis Braunlage: Fachkräfte im Verkauf (230 Stellen), Bürofachkräfte (207 Stellen), Fachkräfte in der Gesundheits- und Krankenpflege (188 Stellen), Reinigungshelfer (174 Stellen), Helfer bei den Post- und Zustelldiensten (172 Stellen).

**FUHRMANN MUNDSTOCK**  
Mein Reiseprofi

**2%**  
Frühbucherrabatt\*

Fordern Sie kostenlos  
unsere Kataloge an unter:  
**05302 - 920 200**



## Nordlichtzauber Hebriden Inseln – Natur – Nordlicht & Whiskey & Gin im Nordatlantik 7 Tage



✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ Fährüberfahrt Ijmuiden – Newcastle – und zurück ✓ 2 x Ü/HP an Bord der DFDS ✓ 2 x Ü/HP im Hotel im Raum Cairngorms National Park ✓ 2 x Ü/HP im Hotel auf der Isle of Mull ✓ Fährüberfahrten Oban – Craignure bzw. Fishnish – Lochaline mit CalMac Ferries ✓ Stadtrundfahrt Edinburgh ✓ Besuch der Persie Destillerie inkl. Verkostung ✓ Besuch des Balmoral Castle inkl. Eintritt ✓ Besuch Royal Lochnagar Destillerie inkl. Verkostung ✓ Rundfahrt Isle of Mull inkl. Reiseleitung ✓ Besuch der Tobermory Distillery inkl. Verkostung ✓ Nordlicht-Guide ab dem 2. Abend bis 6. Tag ✓ gesamte Rundreise lt. Reiseverlauf ✓ durchgehende Reisebegleitung

Reisetermine: **14.03.-20.03.2024 & 14.11.-20.11.2024**

AB-PREISE P. P. IN DER DOPPELKABINE

Innen **1.179,- €**

Außen **1.279,- €**

## Normandie & Bretagne – Frankreichs malerischer Nordwesten 7 Tage



✓ Fahrt im Luxusreisebus  
✓ 6 x Übernachtung im DZ in Hotels der guten Mittelklasse  
✓ 6 x Frühstücksbuffet  
✓ 6 x Abendessen als 3-Gang-Menü  
✓ durchgehende Reiseleitung vom 2. - 6. Tag  
✓ gesamte Rundreise lt. Reiseverlauf  
✓ Kurtaxe  
✓ Haustürabholung zubuchbar p. P. 60,- €

Reisetermine:

**09.05.-15.05.2024,**

**11.07.-17.07.2024,**

**22.08.-28.08.2024**

p. P. im DZ ab **999,- €**

**Buchung und Beratung unter 05302 - 920 200**

**Kurze Wanne 1 • 38159 Vechelde-Wedtlenstedt • [www.fumu-reisen.de](http://www.fumu-reisen.de)**

Veranstalter: Reisepartner Fuhrmann Mundstock international GmbH  
Es gelten die AGB des Reiseveranstalters. Druckfehler vorbehalten.

\*Sie erhalten 2% Preisnachlass auf den Reisegrundpreis, wenn Sie bis 4 Monate vor Reisebeginn buchen.

Weitere Infos zu  
unseren Reisen  
finden Sie hier



Quasi in Stein gemeißelt: Azubis im Steinmetzhandwerk bekommen mehr Geld.

FOTO: IG BAU | ALIREZA KHALILI

## Mehr Schotter für Steinmetz-Azubis

890 Euro im ersten Lehrjahr: Die Branche will attraktiver werden für junge Leute

**Salzgitter.** Jeden Stein umdrehen – und das zum Beruf machen: Steinmetzbetriebe in Salzgitter gehören zu einer Nische im Handwerk, die für den Nachwuchs attraktiver werden will. Denn wer eine Ausbildung im Steinmetzhandwerk macht und in einem Betrieb arbeitet, der fair nach Tarif bezahlt, bekommt jetzt mehr Geld: Im ersten Ausbildungsjahr gibt es 890 Euro pro Monat. 990 Euro sind es im zweiten und 1.140 Euro im dritten Lehrjahr. Das teilt die IG Bauen-Agrar-Umwelt (IG BAU) mit.

Die Erhöhung der Vergütung gelte mit Beginn des neuen Ausbildungsjahres, also bereits seit August. Das Geld müsse daher sowohl im September als auch

im Oktober auf dem Konto gewesen sein. „Steinmetze machen ein kreatives Handwerk mit breiter Produktpalette: von der Fassadefigur bis zum Natursteinbrunnen, vom Grabstein bis zur Fensterbank. Man lernt mit Hammer und Meißel Kunstwerke aus Steinen herauszuholen“, sagt Karl-Heinz Ehrenberg, Bezirksvorsitzender der IG BAU Braunschweig-Goslar.

Aber auch Maschinen machen Steinmetzen das Leben leichter: ob beim Spalten, Schneiden, Schleifen oder Polieren. Vieles laufe rund um die Arbeit mit Marmor, Granit, Sandstein oder Schiefer auch per Computer, so Karl-Heinz Ehrenberg. Das Handwerk arbeite längst im „digitalen Steinzeit-Modus“.



# Mitreißend und eingängig

Wir wollen **mobbingfrei**: KiKA-Star Tom Lehel gastiert mit Präventionsshow an zwei Grundschulen

**Salzgitter.** Rund 275 Kinder aus den dritten und vierten Klassen der Grundschule Dürerring in Lebenstedt und der Grundschule Hallendorf haben KiKA-TV-Star Tom Lehel und sein Präventionsprogramm „Wir wollen mobbingfrei!“ erlebt. Das Konzept, das Tom Lehel mit wissenschaftlicher Begleitung und einem pädagogischen Expertenteam eigens für die Grundschüler und -schülerinnen in diesem Alter konzipiert hat, kam sehr gut an. „Sehr abwechslungsreich, mitreißend, eingängig“ lautet das Urteil der Lehrerschaft.

„Tom hat tolle Lieder mit uns gesungen. Es war cool und auch lustig“, meinte ein Drittklässler. „Wir haben heute gelernt, wie wir zusammen helfen können, damit Mobbing nicht passiert.“, ergänzt eine Schülerin aus der vierten Klasse. Susanne Meyer, Leiterin Gesundheitsförderung bei der BKK Salzgitter, die das Programm fördert, freut sich über die positive Resonanz.

Es ist das erste umfassende



Wir wollen mobbingfrei: KiKA-TV-Star Tom Lehel beim Auftritt in der Grundschule am Dürerring.

FOTO: MARTIN GLAHN

Anti-Mobbing-Präventionsprogramm für Grundschulen. Es besteht aus einem zweistündigen interaktiven Event mit Tom Lehel und einem Pädagogen, einem Elternabend und einer Fortbildung für Lehrer und Lehrerinnen in Zusammenarbeit mit der Universität München. Alle am Schulleben Beteiligten

werden einbezogen und für das Thema Mobbing sensibilisiert.

Tom Lehel: „Mobbing stellt ein hohes Gesundheitsrisiko für Betroffene dar, die die Auswirkungen oft ein Leben lang verkraften müssen. Im ersten Evaluationsbericht zum Programm stellen Prof. Dr. Mechthild Schäfer und Hannes Letsch, Ludwig-

Maximilians-Universität München, fest, dass 93 Prozent der Schüler und Schülerinnen vom Event begeistert sind. 78 Prozent der Lehrerschaft stuften demnach die Inhalte der Datenbank zum Programm für die Kinder als wertvoll ein. Für Tom Lehel sind das „tolle Werte“. Diese belegen aus seiner Sicht, „dass wir

auf dem richtigen Weg sind, nachhaltige Prävention gegen Mobbing in Grundschulen zu ermöglichen“.

Tom Lehel, der selbst in seiner Kindheit über mehrere Jahre von Mobbing betroffen war, trifft die Sprache der Kids, sensibilisiert und motiviert sie, gemeinsam für eine mobbingfreie Schule einzutreten, hinzusehen, zu helfen und respektvoll miteinander umzugehen. „Niemand hat es verdient, ausgegrenzt, beleidigt oder angegriffen zu werden. Es gibt keinen Grund und keine Rechtfertigung für Mobbing“, so der Kölner TV-Star und Vater.

Das Programm wird in Salzgitter von der BKK Salzgitter im Rahmen der gesetzlichen Gesundheitsförderung veranstaltet, bundesweit unterstützen insgesamt 20 Betriebskrankenkassen die Präventionsarbeit. Grundschulen können sich unter [www.wirwollenmobbingfrei.de](http://www.wirwollenmobbingfrei.de) oder direkt bei der BKK Salzgitter um eine kostenlose Teilnahme bewerben.

## Medizin

## ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

## Gute Nacht Deutschland! So finden Sie zurück in den Schlaf

**Warum ein spezielles Schlafmittel Millionen Betroffenen Hoffnung schenkt und was Experten dazu sagen**

**Der Kampf gegen die Schlaflosigkeit: Mehr als 50 Prozent schlafen hierzulande schlecht ein, fast 70 Prozent leiden an Durchschlafproblemen.**

Ausgerechnet die historisch viel diskutierte Heilpflanze Baldrian, der man bereits von der Antike bis zum Mittelalter vielfältige Heilwirkungen zuschrieb, steht nun wieder im Fokus von Millionen Menschen als vielversprechende Hilfe gegen die zermürbenden Schlafprobleme.

**Wiederkehrende Schlafstörungen belasten Millionen Deutsche**

Sich stundenlang im Bett hin- und herwälzen und einfach nicht zur Ruhe kommen – jeder zweite Deutsche kennt diese Probleme beim Einschlafen. Doch ein noch größeres Problem ist das Durch-



schlafen: Fast 70 Prozent leiden unter Durchschlafstörungen. Die Auslöser von Schlafstörungen, die Millionen Deutsche jede Nacht quälen, sind vielfältig, allen voran Stress und seelische Belastungen. Andauernder Schlafmangel kann auch langfristige negative Folgen nach sich ziehen. So verdichten sich die Hinweise zunehmend, dass chronische Schlafstörungen u.a. zu Erkrankungen wie Diabetes mellitus, einem geschwächten Immunsystem oder psychischen

Erkrankungen wie Depressionen führen können.

Die erste klassische Hilfe, die Betroffene oft wählen, sind chemisch-synthetische Schlafmittel. Doch diejenigen, die zu diesen Präparaten als schnelle Einschlafhilfe greifen, stellen häufig fest: Eine langfristige Lösung kann dies kaum sein. Denn zum einen reduzieren chemisch-synthetische Schlafmittel meist den Tiefschlaf, worunter die Schlafqualität enorm leiden

kann. Betroffene kämpfen dann meist mit Müdigkeit am Folgetag. Zum anderen gewöhnt sich unser Körper häufig an viele Präparate, sodass ihre Wirkung mit der Zeit nachlässt.

**Das meistverkaufte pflanzliche Schlafmittel in deutschen Apotheken: Baldriparan – Stark für die Nacht**

Das deutsche Forscherteam der traditionsreichen Apothekenmarke Baldriparan hatte sich daher umfassend mit der historisch **bemerkenswerten Arzneipflanze Baldrian** und vor allem deren Dosierung beschäftigt: Sie extrahierten einen hoch dosierten Trockenextrakt aus der Baldrianwurzel und bereiteten ihn in spezieller **hoher Dosierung** im Arzneimittel **Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke)** auf. So entstand ein gut verträgliches, **pflanzliches Arzneimittel**, welches bei nervös bedingten Schlafstörungen helfen kann. **Dabei beschleunigt Baldriparan nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen – und das ohne Gewöhnungseffekt.** Das Präparat wirkt rein pflanzlich, **verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase** und fördert so das Durchschlafen.<sup>1</sup>

**Baldriparan®**

**Fördert nicht nur das Ein-, sondern auch das Durchschlafen<sup>1</sup>**



- ✦ Keine Schläfrigkeit am Folgetag
- ✦ Mit hoch dosiertem Baldrian (wurzel-extrakt)
- ✦ Wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt
- ✦ Macht nicht abhängig

**Baldriparan®**

**Stark für die Nacht**  
(PZN 00499175)



<sup>1</sup>bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • \*OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2023 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). [www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing



# Urlaub im Piemont

Italiens unterschätzte Traumregion

**N**ougat und pompöse Schlösser, Murmeltier-Täler und Getränke, die du nicht verrühren darfst: Im Piemont kannst du jede Menge erleben, genießen und besichtigen. Der reisereporter stellt dir die Highlights der Region vor.

Die nordwestlichste Region Italiens, das Piemont, schmiegt sich im Norden an die Schweiz und im Westen an Frankreich. Hügelig ist die Gegend in der flächenmäßig größten Region des italienischen Festlandes, die von drei Seiten von den Alpen umgeben ist und so auch ihren Namen bekam. Piemont bedeutet so viel wie „am Fuß der Berge“.

Wenn edle Kaffeehäuser auf Arkadengänge stoßen und Murmeltiere dir beim Wandern zuwinkern, bist du im Piemont gelandet. So einige Speisen haben ihren Ursprung in der nordwestlichen Region und auch der Adel fühlte sich hier wohl, was zu zahlreichen Prunkbauten führte. Der reisereporter stellt dir seine Piemont-Highlights vor.

## Schlösser und Burgen im Piemont

Das Piemont ist ein Land der Schlösser, Herrenhäuser und Burgen. Kein Wunder, war die Region doch einstiger Sitz des Hauses Savoyen und auch andere Aristokraten ließen sich hier in opulenten Bauten verewigen. In einer Umgebung aus Barolo-Weinbergen thront etwa das Castello di Serralunga d'Alba auf dem höchsten Punkt inmitten eines historischen Dorfes. Bei einer geführten Tour im Inneren



Als Landschaftstraum und Region mit vielen Besonderheiten präsentiert sich das Piemont in Italien. FOTO: IMAGO IMAGES/ROBERTHARDING

der Burg ist der Ausblick ein wahres Highlight. Die Burg wurde als Kontrollposten und nicht als Adelssitz genutzt, weshalb das Innere des Bauwerks eher schlicht ist.

Ganz anders präsentiert sich das Castello Reale di Racconigi. Das Königsschloss mit seinem Park zählte zu den Lieblingsschlössern der Savoyer und vereint hinter seinen Mauern nicht weniger als 300 Zimmer. Der Bau zeigt sich mit unterschiedlichen Stilrichtungen: Während die Nordfassade zahlreiche Barockelemente zieren, erstrahlt die Südfassade im klassizistischen Stil.

Heute ist das Schloss ein Museumszentrum und gehört zum Unesco-Welterbe. Die Räume im Inneren sind beeindruckend pompös, draußen sind der Park

und die Storchennester auf den Türmen des Schlosses ein Hingucker.

## Turin: Hauptstadt des Piemont

Ein bisschen Frankreich-Flair weht durch die nur eine Autostunde von dem Nachbarland entfernten Turiner Straßen. Und doch ist man hier uritalienisch. Wer sich wie die Einheimischen fühlen möchte, trinkt in einem der traditionellen Kaffeehäuser wie dem Caffè Mulassano oder dem Caffè Baratti & Milano einen Bicerin, ein geschichtetes Getränk aus heißer Schokolade, Espresso und kalter Crema di Latte. Umrühren ist hier verboten! Danach lockt die Stadt mit imposanter Architektur und italienischer Esskultur. Aus was für einer Vielfalt an Zutaten die Tu-

riner Restaurants wählen können, verdeutlicht der Porta-Palazzo-Markt am besten. Er gilt als einer der größten Freiluftmärkte Europas und täglich bieten 800 Verkaufsstände eine schier unendliche Auswahl an frischen Lebensmitteln von Gemüse, Obst, Fisch bis hin zu lebenden Hühnern an. Damit führt Turin eine alte Tradition fort. Schon im 19. Jahrhundert wurde Turin als Hauptstadt des Genusses bezeichnet und von Tramezzini, Wermut, Vitello tonnato, Pfannepizza bis hin zu Nougat – all das entstand einst in Turin.

Neben der Fülle kulinarischer Highlights beeindruckt auch die architektonische Besonderheit Turins. Um den Adel in früheren Zeiten vor dem Wetter zu schützen, wurden in Turin kilometerlange Arkaden angelegt. Mit insgesamt 18 Kilometern ist das Rekord in Europa. Besonders maleirisch ist diese Bauweise an der Piazza San Carlo, einem der wichtigsten Plätze der Stadt, zu bestaunen. Auffällig ist auch der das Stadtbild prägende Mole Antonelliana, ein Turm, der 167 Meter in den Himmel ragt und über einen gläsernen Panoramaaufzug bezwungen werden kann.

## Naturschutzgebiet Oasi Zegna

100 Quadratkilometer Natur laden im Naturschutzgebiet Oasi Zegna zum Spaziergang, zu Mountainbiketouren und im Winter auch zum Skifahren ein. Das Gebiet im Nordpiemont, das seine heutige Form dem Auf-

forstungsraum des Unternehmers Ermenegildo Zegna zu verdanken hat, umfasst heute über eine halbe Million Bäume und wurde 1993 zum Naturpark erklärt.

Eine 26 Kilometer lange Panoramastraße, die 232, zwischen Trivero und Valmosca führt durch das Gebiet und bietet von Mitte Mai bis Mitte Juni ein ganz besonders farbenprächtiges Schauspiel. Dann erlebst du auf der Straße bei einer Tour auf vier oder zwei Rädern die blühenden Rhododendren des Naturparks in sattem Rot, Violett, Weiß und Rosa. Was für ein Anblick!

## Wandern im Valle Maira

Auch wandern kannst du im Piemont hervorragend. Das Mairatal, das von dem Gebirgsfluss Maira durchzogen ist, liegt nordwestlich von Cuneo im Piemont nahe der französischen Grenze. Zwischen lichten Wäldern, alpinen Felskulisse und blühenden Bergblumen im Frühling wanderst du hier auch noch im Herbst bei milden Temperaturen und im Winter mit Schneeschuhen durch das Zuhause von Murmeltieren, Gämsen, Adlern und Wildschweinen.

Schritt für Schritt erlebbar ist das etwa 60 Kilometer lange, alpine Tal beispielsweise auf dem Mairatal-Weg Percorsi occitani, der sich aus verschiedenen Wegen zusammensetzt.

Den kompletten Artikel findest du unter: » [www.reisereporter.de/piemont](http://www.reisereporter.de/piemont)



HEIMAT  
OHNE HEKTIK

ZEITUNG, WO DU WILLST.

Unser E-Paper direkt im Web oder als App.  
[abo.PAZ-online.de/vorteile](http://abo.PAZ-online.de/vorteile)



Deiner Allgemeine 



# Heidepark und Halloween

Der **Forellenhof** in Lebenstedt hat für die Herbstferien ein vielfältiges Angebot vorbereitet

**Salzgitter.** In den Herbstferien aktiv und kreativ: Die Stadt kündigt ein vielfältiges Angebot in der JugendKulturWerkstatt (JKW) Forellenhof an. In der ersten Ferienwoche (vom 16. Oktober bis 20. Oktober) gibt es täglich ab 14 Uhr verschiedene Spielturniere und gemeinsame Grillaktionen. Das Besondere für Mädchen und junge Frauen: An den Montagen in den Ferien bleiben sie unter sich (16. und 23. Oktober).

Die zweite Woche (ab 23. Oktober) beginnt für die Jungs mit einem Heidepark-Ausflug in einer kleinen Gruppe. Anmeldungen für die elf Plätze sind persönlich in der JKW Forellenhof bei Patrick Pöhlke und Moritz Panning möglich. Der Rest der Woche wird dann kreativ: Am Dienstag, 24. Oktober, wird gebakt. Dafür sollen die Teilnehmenden gewaschene helle Kleidung mitbringen, die in neuem Glanz erstrahlen soll. Am Mittwoch, 25.



Buntes Programm: Der Kinder- und Jugendtreff Forellenhof hat sich etwas einfallen lassen für die Ferien. FOTO: RUDOLF KARLICEK

Oktober, bekommt die große Außenwand des Forellenhofes ein großes Halloween-Graffiti. Dafür wird Kleidung empfohlen, „die dauerhaft dreckig werden kann“. Am Donnerstag, 26. Oktober, sind alle Halloweenbegeisterten eingeladen, gemeinsam die Halloweenparty vorzubereiten. Diese steigt am Freitag, 27. Oktober, mit einer Disco im großen Saal, kos-

tenlosen alkoholfreien Cocktails und Schminkaktion.

In den anderen Kinder- und Jugendtreffs werden ebenfalls verschiedene Aktivitäten in den Herbstferien angeboten. Interessierte können sich auf der Internetseite [www.salzgitter.de](http://www.salzgitter.de) informieren (Stichwort Ferienprogramm Kinder- und Jugendtreffs).

**Schmidt Reisen Salzgitter**  
Michael Schmidt Omnibusbetrieb e.K.  
Chemnitzer Straße 25a, 38226 Salzgitter  
☎ 05341/84700  
[www.schmidt-busreisen.de](http://www.schmidt-busreisen.de)

*Ihr Experte für Busreisen – Wir beraten Sie gerne!*

### Musical Reisen

**Hamburg**  
05.11. / 03.12. / 28.01. / 03.03.  
KÖNIG DER LÖWEN ab 123,00 € PK 4  
EISKÖNIGIN ab 112,00 € PK 4  
Mamma Mia ab 119,00 € PK 4  
Tanz der Vampire ab Dezember ab 110,00 € PK 4  
**Berlin Friedrichstadtpalast**  
16.12. / 24.02. / 13.04.  
Friedrichstadtpalast „Falling in Love“ ab 85,00 € PK 4

### Advents- / Weihnachts- und Silvesterreisen

**07.12.-08.12.23**  
**Dresdner Striezelmarkt**  
3\* Hotel Ibis Hotel in Dresden, Frühstück **139,00 €**

**10.12.-13.12.23**  
**Advent im Vogtland**  
IFA Schöneck Hotel, HP inkl. Tischgetränke (Bier, Wein, alkoholfrei), Eintritt Badewelt, Kaffeetrinken am Anreisetag, Erzgebirgsrundfahrt, Reiseleitung für das „Obere Vogtland“ (jeweils nach Wetterlage) **369,00 €**

**23.12.-26.12.23**  
**Weihnachtszauber in Nördlingen**  
4\* NH Hotel Klosterle, Halbpension, Begrüßung durch das Dinkelsbühler Zweigestirn, Dinkelsbühl & Romantische Str. mit Reiseleitung, Ausflug Rothenburg o. d. Tauber **539,00 €**

**23.12.-27.12.23**  
**Weihnachten in der Oberlausitz**  
4\* Best Western Hotel Bautzen, Halbpension, Stadtführung in Bautzen, Dresden & Zittauer Gebirge mit Reiseleitung, Eintritt Festtagsmusik in der Frauenkirche, Bahnfahrt Zittau - Oybin **759,00 €**

**23.12.-27.12.23**  
**Weihnachten im Schwarzwald**  
4\* Mercure Hotel Offenburg Stadtmesse, Halbpension, Schwarzwaldrundfahrt mit Reiseleitung, Ausflug nach Baden-Baden & entlang der Elsässer Weinstraße mit Straßburg u. Colmar **739,00 €**

**30.12.23 - 02.01.24**  
**Silvester im Pfälzer Wald & an der Weinstraße**  
3\* Superior Best Western Hotel Kaiserslautern, HP inkl. Silvesterfeier & Live-Musik mit Getränkepauschale, Stadtrundfahrt Kaiserslautern, Rundfahrt Südl. Weinstraße & Pfälzer Wald mit Reiseleitung **595,00 €**

**30.12.23 - 01.01.24**  
**Silvesterfahrt „Ins Blaue“**  
Übernachtung im Mittelklasse Hotel, Halbpension inkl. Silvesterfeier, Musik & Mitternachtssekt zu Silvester, Rundfahrten **429,00 €**

**Weitere Reisen finden Sie unter [www.schmidt-busreisen.de](http://www.schmidt-busreisen.de)**

### Tagesfahrten

17.10. / 19.10. INFA Hannover zzgl. Eintritt	20,00 €
20.10. Leipzig zum Bummeln	30,00 €
20.10. Leipzig Zoo inkl. Eintritt	57,00 €
21.10. Potsdam	30,00 €
21.10. Potsdam mit Schiffahrt	56,00 €
25.10. Harzrundfahrt inkl. Bahnfahrt	43,90 €
27.10. Quedlinburg	25,00 €
27.10. Wernigerode	25,00 €
28.10. / 16.12. Berlin Mitte / Friedrichstr.	29,00 €
28.10. Berlin vom Wasser aus inkl. Schiffahrt	63,00 €
28.10. / 11.11. / 25.11. Slubice	35,00 €
29.10. Bad Pyrmont Herbstmarkt	27,50 €
31.10. Großes Schlachtfest in Eckernworth inkl. Mittagessen und musikalischer Nachmittag mit Kaffee & Kuchen	58,50 €
04.11. Thüringer Wald inkl. Mittagessen	54,00 €
05.11. / 03.12. Hamburg Hafen	28,50 €
05.11. Hamburg Miniatur Wunderland inkl. Eintritt	49,00 €
10.11. Matjes & Fischbuffet in Eckernworth mit Celler	49,00 €
23.11. 3-Talsperrenfahrt im Harz inkl. Mittag., Reiseleitung & Kaffeegedeck	67,50 €
24.11. Adventsfeier beim Harzer Jodlermeister inkl. Mittag. & Kaffeegedeck	57,00 €
24.11. Gänsebratenessen in Eckernworth inkl. Mittag. & Zierkerzenschnitzerei	54,00 €
26.11. / 15.12. Weihnachtsmarkt auf Gut Basthorst inkl. Eintritt	49,00 €
29.11. Weihnachtszauber Schloss Bückeburg inkl. Eintritt	54,00 €
30.11. Weihnachtsmarkt Schwerin	39,00 €
03.12. Historischer Weihnachtsmarkt auf der Wartburg inkl. Eintritt	49,00 €
06.12. Unsere Weihnachtsfeier in Wernigerode / Silstedt inkl. Mittag. & Kaffeegedeck	79,00 €

27763501\_002423

hallo  
SALZGITTER  
Wochenende

## LESERREISEN

Lassen Sie sich verzaubern von der Adventszeit



nicko cruises

ab  
**€379\***  
p.P.

## Besuch beim Christkind

4 Nächte Flusskreuzfahrt auf der MS Belvedere

**Termine:** 03.12.-07.12.23 / 07.12.-11.12.23  
11.12.-15.12.23 / 15.12.-19.12.23

Nicht ohne Grund ist die Regensburger Altstadt zum UNESCO-Weltkulturerbe ernannt worden. Der Dom St. Peter, der Goldene Turm und der Reichssaal lassen die Geschichte der Stadt lebendig werden. In der Adventszeit begeistert der berühmte Weihnachtsmarkt große und kleine Besucher. Das Kloster Weltenburg gilt als eines der ältesten Klöster Bayerns und besticht durch seine einmalige Lage. Lassen Sie die Reise in der Christkindlesstadt Nürnberg bei einer Stadtrundfahrt ausklingen. Besuchen Sie doch im Anschluss den weltberühmten Weihnachtsmarkt.

### Leistungen:

- ✓ 4 Nächte Flusskreuzfahrt in der gebuchten Kabinenkategorie auf der MS Belvedere
- ✓ Vollpension an Bord (Frühstück, Mittag- und Abendessen mit flexiblen Essenszeiten und freier Platzwahl, Kaffee/Kuchen je nach Programm)
- ✓ nicko cruises Kreuzfahrtleitung und deutschsprachige örtliche Reiseleitung
- ✓ Kofferservice zwischen Anlegestelle und Kabine bei Ein- und Ausschiffung
- ✓ **Unser Special:** Getränkepaket inklusive

### Preise pro Person\*:

03.12.-07.12.23 / 07.12.-11.12.23 / 11.12.-15.12.23 / 15.12.-19.12.23

HX   Hauptdeck vorn	379 EUR
HD   Hauptdeck	419 EUR
MX   Mitteldeck achtern mit franz. Balkon	479 EUR
MV   Mitteldeck vorn mit franz. Balkon	499 EUR
MD   Mitteldeck mit franz. Balkon	519 EUR
OX   Oberdeck achtern mit franz. Balkon	569 EUR
OV   Oberdeck vorn mit franz. Balkon	599 EUR
OD   Oberdeck mit franz. Balkon	639 EUR
OJ   Oberdeck JuniorSuite mit franz. Balkon	749 EUR

\*Preis p.P. in der Doppelbelegung. Vorbehaltlich Verfügbarkeit. Es gelten die Reisebedingungen der nicko cruises Schiffsreisen GmbH. Bei Kontaktaufnahme erhalten Sie weitere vorvertragliche Informationen und Details. Druckfehler sowie Routenänderungen vorbehalten. Bildquelle: nicko cruises Schiffsreisen GmbH. Veranstalter: nicko cruises Schiffsreisen GmbH, Mittlerer Pfad 2, 70499 Stuttgart. Vermittler: Treffpunkt Schiff | Atouro GmbH, Martin-Luther-Str. 69, 71636 Ludwigsburg. Anmeldeschluss: 30.10.23

BUCHUNG UND BERATUNG BEI ATOURO GMBH:

0800 - 2 86 87 61 (gebührenfrei) // Stichwort: 1664 // Mo. - Fr. 09.30 - 18.00 Uhr

Weitere preislich attraktive Angebote finden Sie unter [www.treffpunkt-schiff.de](http://www.treffpunkt-schiff.de)

TREFFPUNKT  
**SCHIFF**



▶ **STELLENANGEBOTE ALLGEMEIN****hallo** SALZGITTER  
wochenende

Hast du Lust auf einen **flexiblen Minijob** und etwas **mehr Taschengeld**?  
Wir suchen:

**Wochenblattboten (m/w/d) für  
Salzgitter-Bad & Lebenstedt**

Jetzt bewerben:

Tel: 0511 518 2555 [www.lokalboten.de](http://www.lokalboten.de)**lokalboten.de**

27249601\_002423

**Reinigungskräfte (m/w/d) gesucht.**  
38229 Salzgitter OT Watenstedt.  
Mo.-Fr. ab 17 Uhr, 4 Std., SV pflichtig.  
Tel. Bewerb. ☎ (05 31) 21 03 30  
**Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH**

▶ **STELLENGESUCHE ALLGEMEIN**

**Fliesenleger sucht Arbeit.**  
☎ 017624341080



**IHRE SPENDE  
RETTET DIE LETZTEN  
ORANG-UTANS**



BORNEO ORANGUTAN SURVIVAL

**SPENDENKONTO: DE73 3702 0500 0003 2101 00**  
T. 030 890 60 76 0 | [orangutan.de](http://orangutan.de)

▶ **VERKAUF ALLGEMEIN**

**Buchenbrennholz**  
**OFENFERTIG/ echte RM, Abholung/Lieferung** ☎ (0160) 6 51 38 53

▶ **ALLGEMEIN ANKAUF**

**Sammler zahlt Höchstpreise für Militaria, Zinn, Gemälde, Porzellan, Schmuck, Pelzmäntel, Musikinstrumente,** ☎ (01 63) 4 53 63 49

**Ankauf von Briefmarken, Münzen u. Ansichtskarten zu realen Preisen.** Korrekte Abwicklung an Ihrem Wohnort. **Versandhandel Holsten** ☎ (0 51 95) 97 29 81

**Luftgewehr-Ankauf** Kaufe Luftgewehre und Luftpistolen, auch defekt, sowie Wiederlader-Zubehör. Gerne alles anbieten! ☎ (01 51) 70 13 09 53

▶ **TIERMARKT VERKAUF**

**Geflügelverk. Holle SAMSTAGS leger. Hühner Mast** 05244903661

▶ **KONTAKTANZEIGEN**

**sexnord.net** 24H SALZGITTER: 2 Traumgirls  
Selena 28J & Lorena 30J  
100% TOPSERVICE!!!  
gerne auch zu dritt  
☎ 0176 1394 0616 0157 7777 4183

**Omi macht Hausbesuche**  
☎ (01 79) 5 49 11 61

**hallo** SALZGITTER  
wochenende**erscheint an jedem Sonnabend**

**Verlag:**  
Madsack Medien Ostniedersachsen  
GmbH & Co. KG  
31224 Peine, Werderstraße 49  
[www.hallosalzgitter.de](http://www.hallosalzgitter.de)

**Geschäftsführer:**  
Carsten Winkler, Günter Evert  
**Verantwortlich für den Anzeigenteil:**  
Carsten Winkler

**Redaktion:** Roland Weiterer,  
Melanie Stallmann (verantwortlich)  
**Verlagsbüro:** 38228 Salzgitter,  
Moränenweg 90

**Telefon Redaktion:** 05341 1766312  
**E-Mail:** [redaktion@hallosalzgitter.de](mailto:redaktion@hallosalzgitter.de)  
**Private Anzeigen:** 05341 1766310  
**Gestaltete Anzeigen:** 05341 1766318  
Fax Anzeigen und Redaktion:  
05341 1766314  
**E-Mail:** [anzeigen@hallosalzgitter.de](mailto:anzeigen@hallosalzgitter.de)

**Vertrieb:**  
Verlagshaus Werderstraße 49, 31224 Peine  
0800 1234-909  
**E-Mail:** [vertrieb@hallosalzgitter.de](mailto:vertrieb@hallosalzgitter.de)

**Anzeigen- und Redaktionsschluss:**  
Dienstag, 18 Uhr

**Verteilte Auflage:** 62.915 Exemplare  
**Druck:** Oppermann Druck- und  
Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG  
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg  
Gültige Anzeigenpreisliste Nr. 10  
vom 01.02.2023

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

**AD A**  
AUFLAGEN  
KONTROLLE  
DER  
ANZEIGEN  
BLÄTTER  
BVDA/BDZV

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis: „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherprotal [www.werbung-im-Briefkasten.de](http://www.werbung-im-Briefkasten.de)

27040201\_002423

Jetzt Job finden unter:  
**[www.jobsfuerniedersachsen.de](http://www.jobsfuerniedersachsen.de)**



**Jobs für  
NIEDERSACHSEN.de**

Unsere Fashion Week ist hier.  
**Unsere Jobs gleich nebenan.**



## UNSERE AKTIONSHÄUSER

INKL. LUFTWASSERWÄRMEPUMPE UND FUSSBODENHEIZUNG!

## HAUS SEESEN

148 m² Wfl.



Hauspreis: 212.900,- €\*

## HAUS FEHMARN

152 m² Wfl.



Hauspreis: 224.900,- €\*

## BUNGALOW EINBECK

110 m² Wfl.



Hauspreis: 194.900,- €\*

## VILLA HAMBURG

136 m² Wfl.



Hauspreis: 224.900,- €\*

Das Handwerkerhaus

**ELMBAU**  
BAUGESCHÄFT

7641901\_002423

**Kundencenter Braunschweig**  
Braunstraße 16a, 38122 Braunschweig-Rüningen  
Tel.: 0531 8770445 | Mail: braunschweig@elmbau.de

**BEI UNS FESTPREIS- UND  
BAUZEITGARANTIE!**

 \* zzgl. Grundstück, BNK und HAK; bezugsfertig  
(ohne Maler/Teppich)

 Nur  
10 Stück  
verfügbar!
IMMOBILIENMARKT  
ANGEBOTE

6 Zimmer | 100 m² | 189.900,- €


**Festpreis Esprit 100**, Rollläden, Sicherheits-  
fenster, Wärmepumpe, ☎ 0531/87 70 40  
Westermann Massivhaus GmbH 38122 BS Steinberganger 2  
**westermann-massivhaus.de**

18356501\_002423

**Modernisierungskredit** für 10.000€  
zahlen Sie 65€ bis 80.000€. Gratis  
Angebot: T. Friedrich 05373-331707  
Ihr Hypothekemakler seit 1994!
WOHNUNGSMARKT  
VERMIETUNGEN3-ZIMMER-  
WOHNUNGEN
**3 Zi.-Whg. zu verm., 62 m², Küche,  
Bad, Balkon, Keller**  
Hordenpfad Krähenriede,  
KM 350,-€ + Nebenkosten  
☎ (01 71) 3 11 08 79
4- & MEHR-  
ZIMMER-WOHNUNGEN
**Sehde, 4 Zi.-Whg., 98 m², Kü, Bad,  
1.OG in san. Fachwerkhs., Gas-ZH,  
KM 380€ + NK+3MMKT, Garage 40€,  
z. 1.1.24 frei, ☎ (01 60) 2 42 26 25**

## VERKAUF PKW

**Mercedes Benz B 180 CDI**, Bj.  
2009, TÜV Neu, Klima, grau, Hub-  
raum 1991cm³, Preis 4000€ VB  
☎ (01 71) 4 19 13 21

## KIA

**Kia Stonic**, Automatik, Hybrid Ben-  
zin, bathysblau metallic, Navigati-  
onssystem, 6.167km, EZ: 08/22.  
☎ 05176/92170

## MAZDA

**Mazda, Demio EZ 05/Bj. 2002**, 55  
kW, 108.000 km, silber, ZV, Limousi-  
ne, HU 2023/09, 500,- € VB  
☎ 05 17 15 37 62

## MERCEDES SLK

**Verkaufe SLK 200, Bj. 2003** als Bas-  
telfahrzeug, Motor, Getriebe + Dach  
i.O., kein Unfall, Elektronik Fehler,  
2.500,-€ VB ☎ (0 15 12) 8 86 28 07

## VW LUPO

**Lupo, 37 kW**, TÜV neu, 130 Tkm,  
sehr gepflegt, Scheckheft, Allwetter-  
reifen, Extras, nur 2.300,-€ VB  
☎ (01 52) 11 54 59 82

## ANKAUF PKW

**Unfall + Totalschäden – Gebrauchtwagen –**  
VW, Audi, Opel, Ford, MB, Japaner,  
Skoda, Busse usw., Bj. 2002 – 2023  
**ZAHLE HÖCHSTPREISE**  
☎ (0 53 65) 88 66 F.H. Autohandel

2430701\_002423

**Wir su. Fahrzeuge, Unfall o. defekt**  
für Bastler. ☎ (01 62) 2 96 53 12
DKD-AUTOMOBILE  
BAR-AN- U. VERKAUF
**Neuwagen + Gebrauchtwagen**  
(auch mit Motorschaden)  
**Unfallwagen ohne TÜV und AU**  
Wendebrück 19 · 38110 BS · ☎ 05307-9 51 20 40  
Mobil: 0170-1 41 08 62 oder 0177-3 13 85 62  
auch per SMS und WhatsApp

37789301\_002422

## AUTOZUBEHÖR VERKAUF

## 4 x Winterreifen

 225/45R17 auf Platin Alufelge  
7JX17H ET46 LK 5x112VB 150€ Tel.  
0175-2038981

**Forge-Ansaugsystem für VW UP**,  
90 PS und GTI, NP 310,- € 200,- VB,  
Neu, mehr Leistung u. besserer  
Klang. ☎ (01 51) 16 51 64 41

## KRAFTRÄDER

## VERKAUF KRAFTRÄDER

**Heinze-Motorradservice**  
alle Marken/TÜV, ☎ 0531/ 312003

## ANKAUF KRAFTRÄDER

**Kaufe gebr. Motorräder**  
auch defekt ☎ (05 31) 8789370
CAMPINGFAHRZEUGE  
ANKAUF
**Wir kaufen Wohnmobile &**  
**Wohnwagen** ☎ (0 39 44) 3 61 60  
www.wm-aw.de, Firma

**Wir su. Wohnwagen, auch mit Män-**  
geln, alles anbi. ☎ 0162/2965312

## HANDWERKER

**Treppen-, Balkon-, Terrassenflie-**  
sen ☎ (0 53 71) 9 37 68 32

**Handwerker hat Termine frei!!!**  
Maler-, Putz-, Fliesen- und Innen-  
arb., Bäder, Schimmelbeseitigung,  
Fa. Rose ☎ (01 78) 8 51 90 78

**Stein-, Fassaden- u. Dachreinigung**  
u. Beschichtung, Putz- u. Malerarb.  
aller Art, ☎ (01 76) 41 09 28 92

## Üner Putz und Fliesen GmbH

 seit 27 Jahren  
Putzarbeiten aller Art,  
Sanierungsputz u. Reparaturarbeiten,  
kleine Fugarbeiten  
☎ 0160-96 21 04 97  
info@uener-putz.de

4751601\_002423

## DACHDECKER

**Dachdecker / Zimmerei**  
Neueindeckung und Reparatur.  
☎ (01 51) 63 93 77 24

## ENTRÜMPELUNG

**BBB**  
Entrümpelungen

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

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

37804001\_002422

## GÄRTNER

**Gartenbaufachbetrieb Agirman**  
Seit über 24 Jahren alles  
rund ums Haus von A-Z.  
Kostenl. Voranschlag vor Ort.  
Tel. 0170 - 8 34 70 11

10052201\_002423

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

## MÖBELTRANSPORTE

**PLATE**  
**UMZÜGE**  
Porschestr. 4 · 38112 Braunschweig  
Tel.: +49 531 / 4 00 666  
info@plate-umzuege.de

5141501\_002423

**C&K Umzugsservice**  
Umzüge, Entrümpelungen, Renov.,  
Möbelmontagen, Lagerung  
☎ (05 31) 38 91 23 55
HANDWERKSARBEIT  
ZU VERGEBEN
**Kindermann Gartenpfle-**  
**ge**  
Strauch- und Heckenschnitt, Baum-  
schnitt und Fällung, Pflasterarbeiten,  
Zaunbau, Grundstückpflege, Win-  
terdienst im Raum Peine uvm. Rufen  
Sie uns jederzeit an!  
☎ 01 52 24 93 48 37

**HALLO,  
WIE GEHT'S**

 EIGENTLICH DEM REST  
DER WELT?

 ALS HILFS- UND  
MENSCHENRECHTSORGA-  
NISATION LEISTEN  
WIR SOLIDARISCHE  
HILFE IM GLOBALEN  
HANDGEMENGE.  
JETZT SPENDEN!

WWW.MEDICO.DE

**m**

medico international

**HIV und Aids besiegen – dabei sein!**
**Mit Ihrer Unterstützung!**
**ONLINE SPENDEN**

aids-stiftung.de/spenden

**SPENDENKONTO**

IBAN DE85 3705 0198 0008 0040 04

**Deutsche  
AIDS-  
Stiftung**




# Mein Tag. Meine News. Mein Tablet mit Geldprämie.

Freuen Sie sich auf das PAZ-E-Paper inklusive PAZ+ und Tablet.

im Oktober  
**+130 €**  
Geldprämie

im November  
**+90 €**  
Geldprämie

Wissen, was **Peine**,  
**die Region** und  
**die Welt** bewegt.



Und so geht's: QR-Code scannen  
oder online bestellen unter  
[abo.PAZ-online.de/geschenkt](https://abo.PAZ-online.de/geschenkt)



**Peiner Allgemeine**  
ZEITUNG



Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland