

Leichenfund: Suche nach Vermisster endet tragisch

48-Jährige in Waldstück bei Wahrenholz entdeckt – Mindestens vier Fälle im vergangenen Halbjahr

VON THORSTEN BEHRENS

Wahrenholz. Die Suche nach einer seit dem 23. September vermissten 48-jährigen Frau hat ein trauriges Ende gefunden. Die Gifhornerin wurde bereits am 29. Januar in einem Waldstück in der Gemarkung Wahrenholz gefunden, wie die Polizei am 4. Februar mitteilte. „Nach erfolgter Identifizierung steht fest, dass es sich dabei um die Vermisste handelt. Die polizeilichen Ermittlungen ergaben keine Hinweise auf eine Fremdeinwirkung. Die Öffentlichkeitsfahndung wird hiermit zurückgenommen“, teilte die Gifhorner Polizei über Pressesprecher Christoph Nowak mit.

Trotz fehlender Hinweise auf eine Fremdeinwirkung liegt der Fall derzeit bei der Hildesheimer Staatsanwaltschaft. „Wenn keine eindeutige Todesursache vorliegt, werden automatisch Polizei und Staatsanwaltschaft einge-



Polizei meldet Leichenfund: Eine vermisste Frau wurde in einem Waldstück bei Wahrenholz tot aufgefunden.
FOTO: JAROMIR CHALABALA/123RF

schaltet“, erklärt dazu Erste Staatsanwältin Christina Wotschke. Damit würden derzeit auch keine weiteren Einzelheiten darüber herausgegeben, wo genau, unter welchen Umständen und von wem die Frau gefunden wurde.

Immer wieder werden auch im

Kreis Gifhorn Menschen vermisst, oft endet die Suche mit der traurigen Gewissheit, dass der oder die Vermisste nicht mehr am Leben ist. Manchmal aber haben die Suchmannschaften Glück - oder es handelt sich um einen Fehlalarm. Alleine im vergangenen halben Jahr gab es

mindestens drei Vermisstensuchen im Kreis Gifhorn - außer der Suche nach der jetzt gefundenen Gifhornerin.

Wie beispielsweise Ende Oktober. Da wurde Hab und Gut eines 27-jährigen Obdachlosen im Schlosssee gefunden. Laut Polizei Gifhorn sei zu diesem Zeitpunkt

nicht auszuschließen gewesen, dass sich auch der Mann im See in Gefahr befindet. Die Feuerwehr Gifhorn, die Drohnengruppe, die SEG Wasserrettung, das DRK, der Rettungsdienst und die Polizei rückten daher zum Schlosssee aus. Nach gut einer Stunde konnte der Einsatz jedoch beendet werden, da der 27-jährige Obdachlose wohlbehalten im Bereich der Braunschweiger Straße angetroffen wurde.

Die Suche nach einer 80-jährigen Heimbewohnerin aus Rühren endete dagegen tragisch. Die Frau, die am 31. August zuletzt gesehen worden war, wurde am 12. Oktober tot in einem Waldstück bei Rühren gefunden. Ein anderer Bewohner einer Pflegeeinrichtung, ein demenzerkrankter 74-Jähriger, wurde erst jüngst gesucht - und am 21. Januar lebend auf einem Fußweg außerhalb von Weddersehl gefunden.

trinkgut GM Willeke GmbH
Gültig vom 10.02. - 15.02.25
Öffnungszeiten: Mo-Sa 8-20 Uhr

**Isenbütteler Weg 43
GIFHORN**

Krombacher Pils

versch. Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l / 24 x 0,33 l
(1 l = € 1,15 / 1,45)
zzgl. € 3,10 / 3,42
Pfand

11.49



Wolters Pilsener

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

10.99



Gerolsteiner Mineralwasser

versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,75 l
(1 l = € 0,55)
zzgl. € 3,30
Pfand

4.99



Bad Harzburger Mineralwasser

versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,75 l
(1 l = € 0,50)
zzgl. € 3,30
Pfand

4.49



Feldschlösschen Pilsner

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

9.99



Wittinger 1429 o. Radler naturtrüb

Kasten = 24 x 0,33 l
(1 l = € 1,39)
zzgl. € 3,42
Pfand

10.99



albi Saft, Nektar o. Fruchtsaftgetränke

versch. Sorten
1 l Packung

1.59



deit Limonaden

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

7.99



Captain Morgan

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

9.99



Mariacron Weinbrand

36% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 8,56)

5.99



Strothmann Weizenkorn o. Kräuterlikör

32% / 30% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 7,13)

4.99



MM Extra Sekt

versch. Sorten
0,75 l Flasche
(1 l = € 3,99)

2.99



Warm bleiben im Winter

Experten klären auf zu den wichtigsten **Fragen rund ums Frieren**

VON RND NEWSROOM

Es ist Winter, es ist kalt! Die eine setzt im Kampf gegen frostige Temperaturen auf Thermo-unterwäsche, der andere auf Glühwein, ein Dritter auf Sport. Wie halten sich Frostbeulen in der kalten Zeit gut warm? Und warum fährt unser Körper sein typisches Frieren-Programm mit Gänsehaut, Zittern und Co.? Das sind Fragen, auf die Physiologen Antworten geben können. Also die Medizinerinnen und Mediziner, die sich mit den normalen Stoffwechselvorgängen im menschlichen Körper beschäftigen. Die wichtigsten Fragen und Antworten:

Wann frieren wir überhaupt?

Erst einmal ein bisschen Theorie: Unser Körper hat eine Betriebstemperatur von ungefähr 37 Grad. Zumindest was den Körperkern betrifft, der das Verdauungssystem, Lunge, Herz und Gehirn umfasst. „An der Körperschale, der Haut und den Extremitäten, darf es auch mal kälter werden“, sagt Prof. Rüdiger Köhling. Er ist Direktor des Oscar Langendorff Instituts für Physiologie der Universitätsmedizin Rostock. „Im Kern aber muss die Temperatur gehalten werden, sonst erlöschen schlimmstenfalls wichtige Funktionen.“

Sind wir nackt, sind etwa 32 Grad Celsius die Wohlfühltemperatur für unseren Körper. Bekleidet dürfen es auch zehn Grad weniger sein. Liegen die Temperaturen darunter, fangen wir an zu frieren, wenn wir nicht passend gekleidet sind. Unser Körper bereitet sich darauf vor, die Wärme zu erhalten – und im Notfall selbst zu produzieren, so

Rüdiger Köhling.

Bei der Wahrnehmung der Temperatur spielen Kältepunkte, die an verschiedenen Stellen im Körper sitzen, eine wichtige Rolle. „Viele kennen die Situation, wenn man ins kühle Wasser geht: Am Bauch wird es dann besonders unangenehm, denn dort sitzen viele dieser Kältepunkte“, sagt Prof. Ralf Brandes, Vorstandsmitglied der Deutschen Physiologischen Gesellschaft (DPG). Werden sie aktiviert, senden sie Impulse an das Gehirn, ein Programm zu starten, das wir als Frieren kennen.

Was genau passiert beim Frieren?

Wenn es draußen kalt, feucht und windig ist, sendet unser Körper bereits ein erstes Signal: Unwohlsein. Das aber wird die wenigsten davon abhalten, rauszugehen. Und so hat der Körper noch weitere Mechanismen in petto, wenn er Kälte registriert.

Einer davon nennt sich Zentralisierung. Das bedeutet: Der Körper versucht, Wärme zu erhalten, „indem er das Blut im Körperinneren hält. Die Durchblutung in vorgelagerten Körperregionen wie Händen, Füßen, Nase oder Lippen wird erst mal eingeschränkt“, sagt Ralf Brandes. Mit dem Blut soll auch die Wärme bei den lebenswichtigen Organen gehalten werden, die Extremitäten werden kälter. Das sieht man ihnen manchmal regelrecht an: Die Hände werden blass, die Lippen blau.

Auch die bekannte Gänsehaut gehört zum Frieren, hat aber beim Menschen keine Funktion mehr. „Hätten wir Federn oder Fell würde die Gänsehaut dafür sorgen, dass es sich aufstellt und die warme Luft um uns herum



Wir Menschen wissen in der Regel instinktiv, wann es Zeit wird, uns aufzuwärmen.

FOTO: DARYA GREY OWL / PEXELS / SYMBOLFOTO

nicht so leicht weggeblasen werden könnte“, erklärt Ralf Brandes.

Effektiver ist da eine weitere Maßnahme: das Zittern. Bewegung erzeugt nämlich Muskelwärme. Wer nicht gerade eine Sporteinheit einlegt, wird bei zunehmender Kälte zu zittern beginnen. Dabei ziehen sich die Muskeln ohne große Bewegungen kurz zusammen und erzeugen dadurch Wärme.

Physiologe Köhling beschreibt noch einen weiteren Trick des Körpers, um Wärme zu erzeugen. Durch einen biochemischen Prozess, der einer Art Kurzschlussreaktion ähnele, könne im sogenannten braunen Fettgewebe zusätzlich Wärme generiert werden.

Wie hält man sich am besten warm?

Draußen in der Kälte? Um nun nicht zu stark zu frieren, helfen vor allem zwei Dinge: Bewegung und warme Kleidung. Da über unbedeckte Körperpartien viel Wärme verloren geht, empfiehlt

es sich, den Kopf mit einer Mütze oder Kapuze zu schützen. Besonders für Kinder ist das Ralf Brandes zufolge wichtig.

Alkohol wärmt zwar auch, ist aber tückisch. Denn Schnaps, Glühwein und Co. öffnen die Blutgefäße, was zwar wärmere Hände, aber eine schnellere Auskühlung im Körperinneren mit sich bringe, so die Experten. Übrigens: Wer langfristig weniger frieren möchte, kann auf Wechselduschen setzen.

Wann wird Frieren gefährlich?

„Ab 24 Grad Körpertemperatur und weniger sind wir bewusstlos und etwas weiter darunter tot“, sagt Rüdiger Köhling.

Wir Menschen wissen in der Regel instinktiv, wann es Zeit wird, uns aufzuwärmen. „Zittern sollte man nicht“, findet Ralf Brandes. Und Rüdiger Köhling empfiehlt: „Allerspätestens, wenn Verwirrung einsetzt, sollte man reagieren.“ Wer nach einem Nachmittag im Schnee durchgefroren nach Hause kommt, kann sich ohne weitere Bedenken in

der Badewanne oder am Ofen aufwärmen.

Wenn allerdings das Bewusstsein eingeschränkt ist, etwa durch Alkohol, kann Frieren lebensgefährlich werden. Insbesondere unter Alkoholeinfluss kühlen Menschen besonders schnell aus und merken es unter Umständen kaum – etwa, weil sie draußen einschlafen. Dann ist Hilfe gefragt. „Diese Menschen muss man von der Straße holen. Das können sie selbst dann nicht mehr“, sagt Rüdiger Köhling.

Wichtig dabei: In kritischen Situationen sollte man die Person lieber nicht von außen aufwärmen. Dabei würden die Gefäße geöffnet und kaltes Blut fließen zum Herzen. „Das kann tödlich sein“, sagt Köhling. Besser: allenfalls eine Isolationsdecke um die Person legen und schnellstmöglich professionelle Hilfe anfordern, also den Notruf 112 wählen.

Bekommt man automatisch eine Erkältung, wenn man friert?

Nein, bloßes Frieren führt nicht zu Halsweh, Husten und Schnupfen. Was allerdings stimmt: Das Risiko einer Erkältung steigt in der kalten Jahreszeit. Das hat damit zu tun, dass viele Viren in der Kälte länger überleben und sich der Mensch vermehrt in geschlossenen Räumen aufhält, wie Brandes sagt. „Die Wahrscheinlichkeit, dass man jemanden trifft, der erkrankt ist, ist dabei einfach höher.“ Ein weiterer Grund für das erhöhte Infektionsrisiko: Die trockene Heizungsluft lässt unsere Schleimhäute schneller austrocknen. Bei einer kritischen Unterkühlung kann zudem die Immunabwehr der Schleimhäute gehemmt sein.

Blockierendes Hoch!

Vorhersage

Das Hoch zieht sich nach Nordosteuropa zurück. Am Sonntag weht der Wind in erster Linie aus Nordost und es überwiegt der wolkige oder bewölkte Eindruck. Die Sonne zeigt sich nur zwischendurch. Nächste Woche bleibt es meist trocken. Dazu mehr Sonne ab Dienstag.

Biowetter

Größere Beschwerden, die mit dem Wetter zusammenhängen, sind eher nicht zu erwarten. Personen mit chronischen Gelenkproblemen, wie Arthritis oder Arthrose, berichten fallweise von leichten Schmerzen. Rheumatiker und Asthmatiker sollten schonen.

Bauernregel

Kommt die Jungfrau Apollonia, sind auch bald die Lerchen wieder da. (9.2.)

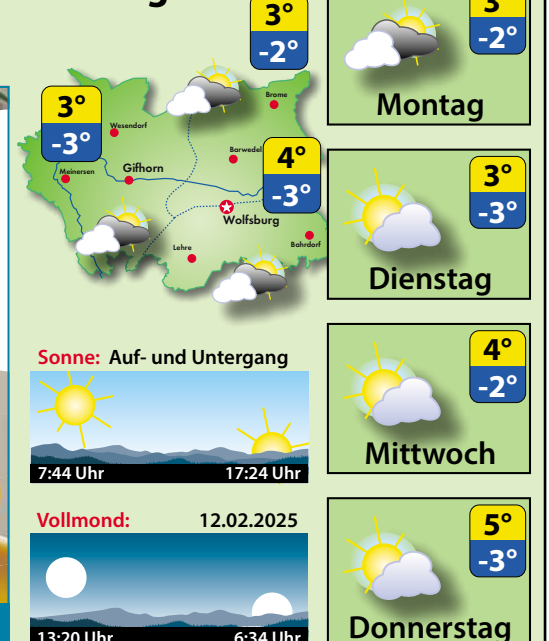
Das Wochenwetter wird präsentiert von

NEUER SHOW ROOM

JEDEN 1. SONNTAG IM MONAT **SCHAU TAG** 14 – 17 UHR

Schulstraße 23 • 29399 Wahrenholz • m-s-m.de

Sonntag



Großer Fotowettbewerb des neuen Magazins „Gartenträume“

Lieblingss motive können online eingereicht werden

VON BIRTHE KUBROLL-IHLE

Zier- oder Nutzgarten, Wiese, Balkon, Terrasse oder Fensterbank. Mal riesig, mal klein - ein Fleckchen Grün in unserem Leben ist gut für die Gesundheit, bringt Erholung und Menschen zusammen, macht glücklich und kreativ. Gärten gibt es in vielen Varianten, doch allen ist gemein: Irgendetwas ist immer zu tun. Das soll gezeigt und belohnt werden. Der große gemeinsame Fotowettbewerb der PAZ, AZ und WAZ ruft Sie, liebe Leserinnen und Leser auf, uns ihr Lieblingsfoto in Sachen grüner Daunen zu schicken.

Unter dem Motto „Mein grünes Paradies zuhause“, können Sie uns ab sofort Ihr Lieblingss motive aus Ihrer persönlichen Naturoase senden. Ihre Fotos haben die Chance, im neuen verlagseigenen Magazin „Gartenträume – Mein Paradies in Garten, Balkon und Terrasse“ zu erscheinen, das PAZ, AZ und WAZ am 29. März herausbringen. Themen, Wissen, Gestaltung, Pflanzen, gepaart mit Tipps und



Das neue AZ/WAZ/PAZ-Gartenmagazin erscheint im März.

FOTO: PHOTOWERK

Ideen rund um die Gartenarbeit stehen im Fokus des Magazins.

Machen Sie mit und senden Sie uns Ihren Gartenschnappschuss ab sofort bis zum 26. Februar zu. Senden Sie uns Ihr Lieblingss motive an: www.waz-online.de/gartenmagazin

Eine Jury ermittelt die 20 besten

Bilder. Diese werden dann im neuen PAZ/AZ/WAZ-Gartenmagazin „Gartenträume – Mein Paradies in Garten, Balkon und Terrasse“ abgedruckt. Die Leserinnen und Leser können anschließend online über ihren Favoriten abstimmen. Auf die Sieger warten tolle Preise!

Mit einer Druckauflage von über 30.000 Exemplaren findet der Wettbewerb in der Region große Beachtung. Zusätzlich steht den mehr als 8.000 E-Paper-Abonnenten der PAZ, AZ und WAZ das Magazin eine Woche als Blätter-PDF zur Verfügung. Die Online-Reichweite ohne Mehrkosten ist zudem ein besonderer Service für Anzeigenkunden, die sich Leserinnen und Lesern als kompetenter Ansprechpartner, zum Beispiel mit einer Imageanzeige oder ihren Dienstleistungen empfehlen wollen. Kontaktieren Sie dafür Ihren Mediaberater oder senden Sie eine Mail an: azwaz-anzeigen@mno-niedersachsen.de oder paz-anzeigen@mno-niedersachsen.de

Sonderaktion
bis 28.02.2025

V. Gloger
www.gloger.com
 Made in Germany

33 Jahre

Haustüren Vordächer
 Terrassenüberdachungen
 Garagentore
 Fenster & Rollläden

V. Gloger Direktförderung ohne komplizierte Antragstellung auf alle Produkte

Mindestens 22% Förderung

Helmstedt, Gröpern 49, vom Fenster bis zum Garagentor
 Sommersdorf, Bergstr. 48, Produktion und Logistik

05351 424757 www.gloger.com vertrieb@gloger.com

D-Zug trifft Dampfzug -
Von Braunschweig zum Dampfzug oder Schiff in Berlin

30.03.25 | Braunschweig HBF | Tickets: www.bahn-nostalgie-reisen.de

HADI
Der Schnäppchenjäger
 Angebote gültig vom 10.02. bis 15.02.2025 ab

Sämereien
 – verschiedene Sorten
- .30

Anzuchterde
 – auch zum Pikieren und Vermehren von Stecklingen (1 l = 0.11 €)
2.20

Scheibenenteiser Sprühflasche (1 Liter = 3.90 €) 1.95 500-ml-Flasche	Scheibenfrostschutz – verhindert das Einfrieren der Scheiben und Scheinwerferanlage – keine Eisbildung beim Scheibenwischen – Lacke und Gummi werden nicht angegriffen – mit Einfüllstutzen – -20 °C (1 Liter = 0.90 €) 4.50 5 Liter	Speisekartoffeln Kl. I, vorwiegend festkochend (1 kg = 0.59 €) 2.95 5-kg-Sack Knallerpreis Unsere Kartoffeln kommen aus Ahrens vom Landwirt Ahrens
Blumendünger – flüssig 1.60 1-Liter-Flasche	Holzbriketts – Klimaschutz durch CO ₂ -Neutralität – ohne Bindemittel und Zusatzstoffe – sehr hoher Heizwert – langanhaltende Verbrennung – platzsparend stapelbar – entstehende Asche (0,5 %) kann als Gardendünger genutzt werden (1 kg = 0.40 €) 3.95 10 kg Abpackgewicht	Heliumgas – 13,4 Liter – Einwegflasche mit Ventil (1 Liter = 2.61 €) 35.- für ca. 50 Ballonfüllungen
Zuckerwatte – im 20-g-Becher – verschiedene Farben – (kg = 25,- €) - .50 je Becher	Weinrich's finest chocolate since 1895 Bruch-Schokolade – verschiedene Geschmacksrichtungen – vom Markenhersteller – (kg = 8,- €) 6.- je Beutel 750-g-Beutel	Folienballons – für Helium- oder Luftbefüllung – Ziffernmotive 0-9 (Höhe 80 cm) – Happy Birthday-Motiv (Höhe 45 cm) – Herzmotiv (Höhe 60 cm) – Verkehrsschildermotiv (Höhe 45 cm) 1.50 50

Triangel, Gifhorner Straße 20, Tel. 0179-4390520 • Meinersen, Hauptstraße 46, Tel. 0179 - 4190864
 Wesendorf, Gifhorner Straße 12, Tel. 05376 / 890642 Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 9.00 bis 18.30 Uhr, Sa. 9.00 bis 16.00 Uhr
 Isenbüttel, Am Wendehof 3, Telefon 05374 - 920030, Wesendorf samstags bis 18.00 Uhr geöffnet.

Unser Service für Sie
 Bei uns können Sie bargeldlos mit Ihrer EC-Karte bezahlen!

Find us on Facebook

Papier ade: Bauanträge beim Landkreis Gifhorn bald nur noch digital

Hybrid-Regelung läuft zum 1. Mai aus – **Tutorials** sollen die Bevölkerung auf die Umstellung einstellen und fit für papierlose Bürokratie machen

VON DIRK REITMEISTER
UND MELANIE STALLMANN

Gifhorn. Für so manchen Bauherrn alter Schule wird das eine Umstellung: Ab 1. Mai können Antragsteller beim Landkreis ihren Bauantrag nur noch digital stellen. Das zurzeit noch hybride Verfahren, das auch die klassische Papiervariante ermöglicht, läuft aus. Die Kreisverwaltung verspricht sich davon mehr Effizienz. Auf der Homepage des Landkreises bietet sie in Zusammenarbeit mit einer Agentur Video-Tutorials an, um die die Antragsteller von morgen fit zu machen für die papierlose Bürokratie.

Eine digitale Antragstellung bietet der Landkreis seit vorigem Jahr an, das Online-Zugangsgesetz legt es ihm ja auch auf. „Bauanträge können vollständig online eingereicht werden, was sowohl den Papierverbrauch reduziert, als auch den gesamten Ablauf vereinfacht und umweltfreundlicher macht“, betont Landrat Tobias Heilmann. Denn der Ausdruck von Unterlagen und entsprechendem Versand auf postalischem Weg sowie damit einhergehenden Verzögerungen entfällt. Seit Jahresverlauf bearbeitet die Abteilung Bauordnung und Ortsplanung „medienbruchfrei“ digital eingereichte Anträge bis zur Genehmigung.

Das läuft bislang parallel zur Bearbeitung klassischer Anträge auf Papier. Der Landkreis

spricht von einer zunehmenden Anzahl von Antragstellern, die den Digitalweg beschreiten. Von 600 Bauanträgen jährlich seien inzwischen 34 digital eingereicht, die Quote steige aber wöchentlich.

Nachdem nun einige „Kinderkrankheiten“ ausgeräumt seien, entwickle sich das System so gut, dass der Landkreis nun den nächsten Schnitt wagt. Die hybride Übergangsphase soll am 1. Mai Geschichte sein. Ziel sei es, die Arbeit in der Abteilung zu erleichtern und für mehr Effizienz zu sorgen: „Damit werden einheitliche Bearbeitungsstrukturen geschaffen und die Vorteile der Digitalisierung vollständig genutzt.“ Das heißt: Die Bearbeitung der Anträge könne „just in time“ erfolgen, wie die Verantwortlichen beschreiben. Zu Personalabbau werde das nicht führen. Die Aufgaben der Mitarbeitenden würden sich lediglich verschieben.

Man lasse die Bürger aber nicht allein bei der Umstellung, versichert der Landkreis. Er hat auf seiner Homepage www.gifhorn.de unter den Seitenverweisen „Wirtschaft und Wohnen“, „Bauen und Wohnen“ und „Digitale Antragstellung“ mehrere Video-Tutorials platziert. Diese Animationsfilme erläutern die einzelnen Schritte zum digitalen Bauantrag. Entwickelt worden seien die Filmchen mit der Braunschweiger Agentur The Why Guys GmbH.

Außerdem sollen die Nutzen-



Digitalisierung beim Landkreis Gifhorn: Bauanträge sind ab 1. Mai nur noch papierlos zu stellen.

FOTO: SEBASTIAN PREUB

den an Verbesserungen des Systems mitwirken. Sie erhalten aktuell einen Link mit der Möglichkeit, dort Erfahrungen mitzuteilen. Verbesserungsvorschläge haben laut Kreisverwaltung bereits zu Optimierungen der Software geführt.

Wo stellt man den Bauantrag?

Wenn es ernst wird mit einem Bauantrag, gehen Antragsteller auf das Serviceportal des Landkreises unter <https://openrat-haus.gifhorn.de> auf die Rubrik Dienstleistung. Dort finden sie auch die Bauanträge. Das Portal führe Antragstellende Schritt für Schritt „durch die Antrags-

strecke“. Das gewährleiste eine einfache und übersichtliche Antragstellung, verspricht der Landkreis.

Was muss der Antragsteller mitbringen?

Zwingend erforderlich ist zurzeit die Bund-ID, der Zugang zur digitalen Verwaltung. Die entsprechende Seite des Bundesinnenministeriums verspricht bei Einrichtung des Kontos einen „sicheren“ und „einfachen“ Zugang zur digitalen Verwaltung. Im Laufe des Jahres will der Landkreis aber auch ermöglichen, es über ein Mein-Unternehmen-Konto abzuwickeln.

Das soll sogar mehreren Autorisierten in einem Unternehmen den Zugang erlauben.

Wie geht das Antragstellen dann weiter?

Das Portal leitet während des Antragstellens den Entwurfsverfasser an, die einzelnen Dokumente gemäß Bauvorlagenverordnung hochzuladen. Wie im analogen Verfahren müssen die Unterlagen vollständig und genehmigungsfähig sein. Anschließend können sie den Antrag absenden. Dieser geht dann bei der Abteilung Bauordnung und Ortsplanung des Landkreises ein.

Was hat es mit dem Projektraum auf sich?

Das System erzeugt einen digitalen Projektraum, in den es die Antragsdaten überführt. Bauherr und Entwurfsverfasser bekommen eine Einladung in diesen Projektraum. Auf dieser Plattform wird sich das Verfahren bis zur Genehmigung papierfrei abspielen. Der Bauherr kann sich die Bescheide, zum Beispiel Baugenehmigung oder Gebührenbescheid herunterladen.

Landrat Tobias Heilmann ist von der Digitalisierung überzeugt: „Ich freue mich, dass es durch die Digitalisierung gelingt, eine für die Bürgerinnen und Bürger ebenso wie für Unternehmen wichtige Dienstleistung nunmehr durchgängig digital anzubieten.“

Vordereisbein 1kg
statt 4,89
3,69 -25%

Gerstengraupen
im Kochbeutel, 5 x 80g Pack
-30%
statt 2,19
1,49

Makrele ohne Kopf
kaltgeräuchert, ausgenommen
Holland, 1kg
-30%
statt 10,99
7,69

Schweinebauch
schwarzgeräuchert
ca. 400g Pack, 1kg
-30%
statt 13,29
9,29

INTER MARKT
Im Paulsumpf 3 Gifhorn-Gamsen
Tel.: 05371-743480
Gültig ab Mo. 10.02. bis Sa. 15.02.2025

Haxe 1kg
statt 5,19
3,89 -25%

Hähnchenflügel
frisch, 1kg
-25%
statt 4,89
3,69

Hähnchenschenkel
frisch 1kg
-25%
statt 3,49
2,59 mit Rückenstück

Kondensmilch 8% Fett
gezuckert, 397g Dose
-30%
statt 2,09
1,49

Räucher-Schmelzkäse
1kg
-25%
statt 11,99
8,99 Voll- oder Rahmstufe

Cervelatwurst
aus Schweine- und Rindfleisch
450g Stange
-28%
statt 7,29
5,29

Umfrage: Lieber nochmal Schnee oder einen frühen Frühling?

Hallo Wochenende verlost einen **50-Euro-Gutschein**

VON NORMEN SCHOLZ

Gifhorn. Der Winter 2024/2025 enttäuscht in Deutschland auf ganzer Linie: Statt Schnee und Dauerfrost gibt es milde Temperaturen und frühlingshafte Werte. Laut Wetterforschern stehen die Chancen auf einen winterlichen Februar schlecht – Mitte des Monats werden sogar bis zu +13 Grad erwartet. Und auch der März könnte laut aktuellen Wettermodellen 2 bis 3 Grad wärmer ausfallen als üblich.

Für viele Winterfans ist das eine Enttäuschung. Sie vermissen verschneite Landschaften, Schlittenfahren und gemütliche Wintertage. Besonders Kinder und Wintersportler hoffen weiterhin auf Schnee. Doch nicht alle sehen das so. Wer sich nach Sonne und wärmeren Temperaturen sehnt, freut sich über den möglichen Frühstart in den Frühling. Gartenbesitzer und



Der Winter ist bislang mehr oder weniger ausgefallen. Wünschen Sie sich noch einmal Schnee in diesem Frühjahr? (Symbolbild)

FOTO: RALF BÜCHLER

Allergiker könnten jedoch mit gemischten Gefühlen auf die milde Witterung blicken, da sie eine frühe Blüte und mehr Pollenflug bedeuten könnte. Die aktuellen Entwicklungen ma-

chen deutlich, dass schneereiche Winter in Deutschland immer seltener werden.

Ihre Meinung zählt!

Doch was denken Sie? Soll der

Winter doch noch zurückkehren, oder wünschen Sie sich einen frühen Frühling? Stimmen Sie ab und gewinnen Sie mit etwas Glück einen 50-Euro-Gutschein von Expert. Einfach

den QR-Code scannen oder diesem Link folgen: <https://az-aktion.waz-online.de/umfrage/schnee>.

Auswertung der letzten Wochenumfrage

In der letzten Woche wollten wir von Ihnen wissen, ob Sie schon wissen, wen Sie bei der nächsten Bundestagswahl Ihre Stimme geben.

- 70,2 % sagten: Ja, ich habe meine Wahlentscheidung bereits getroffen.
- 29,8 % sagten: Nein, ich bin noch unentschieden.
- 0,0 % sagten: Ich gehe nicht wählen.



Direkt zur Umfrage: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Renommierete Experten warnen:

Schlafmittel nicht verteufeln

5 von 10 Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 7 von 10 Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf. Schädlich: Denn die so wichtige Tiefschlafphase ist essenziell für unsere Gesundheit.

Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, wird im Alltag häufig mit unangenehmen Folgen zu kämpfen haben. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zu Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden. Viele Gründe, sich mit der eigenen Schlafdauer und -qualität auseinander zu setzen.

Die Anwendung von chemischen Schlafmitteln

Viele Betroffene scheuen jedoch die Verwendung von chemisch-synthetischen Schlafmitteln. Denn sie fürchten die Abhängigkeit. Experten bestätigen, dass ein plötzliches Verzicht-



ten nach langjähriger Einnahme von entsprechenden Präparaten in hohen Dosen zu körperlichen und psychischen Entzugserscheinungen führen kann.

Mit gutem Gefühl erholsam ein- und durchschlafen

Doch es gibt eine natürliche Lösung: Baldriparan – Stark für die Nacht – das pflanzliche Schlafmittel Nr. 1* in deut-

schen Apotheken. Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich in Studien belegt.¹ Baldriparan verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.² Somit verursacht es keine Müdigkeit am nächsten Morgen und ermöglicht einen erholten Start in den Tag.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan

Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



www.baldriparan.de



Baldriparan®

¹Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • *bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2024 • Abbildung Betroffenen nachempfunden. BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Gifhorn

PINNWAND

· Handel
· Handwerk
· Dienstleistung

Gönn dir eine Auszeit!

KDA
KOSMETIK & MASSAGE
Nadeschda

NADESCHDA REISICH
Magnolienweg 16
29392 Wesendorf

Folge mir

*Termine nur nach Vereinbarung,
gerne auch per WhatsApp*

0157-73625250

20€ Rabatt
AUF DIE 10. BEHANDLUNG

*Geschenkgutscheine
BEI UNS ERHÄLTICH*

Instagram kda.kosmetik.massage

6642401_000425

Zäune und Tore aus Polen.
- feuerverzinkt & pulverbeschichtet.
Schmiedeeisen, Doppelstabmatten-
zäune, E-Antriebe u.v.m.
Günstige Preise. Kostenlose
Beratung & Vermessung vor Ort.
Firma Goldhammer ☎ 015251522210
www.goldhammer-zaune.eu

0700101_002425

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

hallo
wochenende



PRO FEE
Dienstleistungsagentur

Kurzzeitbetreuung schon ab 5 Tagen
(Kostenübernahme Ihrer Krankenkasse möglich)

24 Stunden Pflege und Betreuung in Ihrem Zuhause!

Eine bezahlbare Alternative zum Pflegeheim:

Leben nach eigenem Rhythmus und liebevoll betreut werden.
Wir vermitteln Ihnen für die häusliche „Rund um die Uhr“-Betreuung zuverlässige osteurop. Betreuungskräfte. Organisieren die Einsätze, den Ablauf und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

**Ermöglichen Sie Ihren Angehörigen oder sich selbst
ein Leben in gewohnter Umgebung.**

Tel.: (05304) 918188
Fax: (05304) 918104
E-Mail: info@pro-fee.de
www.pro-fee.de

Bürosprechzeiten:
Mo. – Di., Do. 10.00-15.00 Uhr

6280401_002425

Schülerjob gesucht?

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

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



Freie Gebiete:

- Adenbüttel
- Dalldorf
- Leiferde
- Hillerse
- Müden
- Dannebüttel

hallo GIFHORN
wochenende

5957001_002425



SIERRA LEONE:
Der Krankenpfleger
Charles Jormoh von
ÄRZTE OHNE GRENZEN
kümmert sich im
Hangha-Krankenhaus
in Kenema um ein
Neugeborenes.
© Peter Bräunig

MIT IHREM TESTAMENT LEGEN SIE ZUKUNFT IN SICHERE HÄNDE

Geben Sie mit Ihrem Testament etwas Wesentliches weiter:
Hilfe und Hoffnung. **Wir beraten Sie gerne umfassend und
unverbindlich zur Testamentsspende.**



Jetzt Broschüre bestellen!
Tel. 030 700 130-145
www.aerzte-ohne-grenzen.de/
testamentsspende

MEDECINS SANS FRONTIERES
ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.
Träger des Friedensnobelpreises

111227615

Fliegen ab Braunschweig: Direkt nach Barcelona und Rom

momento by DER SCHMIDT fliegt exklusiv schon ab € 699,- in Top Metropolen und zu weiteren Zielen

Ab dem Flughafen Braunschweig-Wolfsburg in den Urlaub zu starten ist einzigartig! Ohne lange Wartezeiten in den Urlaub fliegen und die Top Destinationen nonstop erreichen. Mit schneller Abfertigung, persönlicher Betreuung und kurzen Wegen entsteht schnell ein

VIP Gefühl. Und ein Hauch von Exklusivität fliegt immer mit, wenn ein moderner Passagierjet über die Dächer der Löwenstadt abhebt und man sein Zuhause noch kurz von oben betrachten kann. Auch Transfers zu den vielfältigen und zahlreichen buchbaren Hotels in allen

Zielen und die auf Wunsch zubuchbaren Ausflüge sind genau auf diese Flüge abgestimmt, so dass ein Reiseerlebnis der Extraklasse entsteht. Kein Wunder, dass diese Angebote so nachgefragt und oft innerhalb kurzer Zeit ausgebucht sind.

Seit 10 Jahren organisiert momento by DER SCHMIDT diese Urlaubsform exklusiv und hat zum Jubiläum das größte Programm mit vielen Highlights herausgebracht.

Barcelona und Rom ab € 699,-

Die wahrscheinlich nachgefragtesten Metropolen Europas werden auch direkt ab Braunschweig angefliegen. Barcelona, die Trendmetropole in Katalonien, zählt zu den Top Zielen überhaupt. Ob Sagrada Familia, La Rambla, Placa Catalunya, Park Güell oder die durch Gaudi inspirierten Bauwerke in der Innen-

stadt. Die spanische Stadt am Mittelmeer sorgt mit unvergleichlichem Flair für einzigartige Erlebnisse.

Rom hingegen ist der Inbegriff für Historie und Dolce Vita. Ob Kolosseum, Forum Romanum, Spanische Treppe, Pantheon, Trevi Brunnen oder der Petersdom im Vatikan. Jahrtausende alte Geschichte gepaart mit dem italienischen Lebensgefühl laden in die ewige Stadt gerade im diesjährigen heiligen Jahr ein.

Viele weitere Sonnenziele ab Braunschweig erreichbar

Neben den Städtezielen stehen auch die schönsten Urlaubsgebiete im Flugplan. Die traumhafte portugiesische Algarve, Santorin, Sizilien, Chalkidiki, die Liparischen Inseln oder Sardinien sind ebenfalls mit Direktflug exklusiv bei momento by DER SCHMIDT buchbar. Immer mit großer Hotelauswahl



Zahlreiche Hotels, wie hier das 4* Catalonia Atenas in Barcelona, stehen in allen Zielen zur Auswahl.

und auf Wunsch zubuchbaren kostenfreien (aus dem dt. Festnetz) Erlebnissen vor Ort. Buchungshotline T. 08 00 / 38 300 38 (Mo-Fr. 9 – 18, Sa. 9 – 13 Uhr), im FIRST REISEBÜRO SCHMIDT und weiteren Reisebüros oder unter

www.fliegen-ab-braunschweig.de. Den Katalog, weitere Informationen und Buchungsmöglichkeit dieser exklusiven Angebote unter der

DER **SCHMIDT**
Urlaub mit Herz

10
JAHRE

Fliegen ab
Braunschweig



JETZT
BESTELLEN!
KATALOG
2025

momento
Reisen für mich

Barcelona

• 09.04.-13.04.2025
• 25.04.-29.04.2025 (+ € 30,-)

5 Tage ab
€ 699,-

Rom

• 30.03.-04.04.2025 **Restplätze!**
• 04.04.-09.04.2025 (+ € 20,-)
• 09.04.-14.04.2025 (+ € 40,-)

6 Tage ab
€ 699,-

Sizilien

• 28.04.-05.05.2025 (Feiertag)
• 05.05.-12.05.2025 (+ € 20,-)
• 12.05.-19.05.2025 (+ € 40,-)

8 Tage ab
€ 749,-

► Buchungshotline 0800 - 38 300 38 kostenfrei aus dem dt. Festnetz

► www.fliegen-ab-braunschweig.de

► Weitere Hotels finden Sie in unserem aktuellen Katalog!

Noch mehr Highlights...

Sardinien

• 19.05.-26.05.2025 **Restplätze!**
• 26.05.-02.06.2025 (+ € 20,-) **Restplätze!**
• 02.06.-09.06.2025 (+ € 40,-)

8 Tage ab
€ 699,-

Amalfiküste oder Ischia

• 14.04.-21.04.2025 **Restplätze!**
• ~~21.04.-28.04.2025~~ **Ausgebucht!**

8 Tage ab
€ 699,-

Liparische Inseln

• 28.04.-05.05.2025 (Feiertag)
• 05.05.-12.05.2025 (+ € 20,-)
• 12.05.-19.05.2025 (+ € 40,-)

8 Tage ab
€ 1299,-

Santorin

• 30.04.-07.05.2025 (Feiertag)
• 14.05.-21.05.2025 (+ € 40,-)

8 Tage ab
€ 699,-

Chalkidiki

• 21.05.-28.05.2025 **Restplätze!**
• 11.06.-18.06.2025 (+ € 40,-)

8 Tage ab
€ 699,-

Algarve

• 29.04.-06.05.2025 (Feiertag)
• 13.05.-20.05.2025 (+ € 30,-)

8 Tage ab
€ 699,-

Lissabon & Algarve

• 29.04.-06.05.2025 (Feiertag)
• 13.05.-20.05.2025 (+ € 30,-)

8 Tage ab
€ 1499,-

Kombination aus 3 Nächten im 4* Hotel in Lissabon, 4 Nächte im 4* Badehotel an der Algarve inkl. aller Transfers, Reiseleitung und Frühstück. Weitere Ausflugsmöglichkeiten und Verpflegungsleistungen zubuchbar.

Bildnachweis: Bild Braunschweiger Flughafen: © DER SCHMIDT, Bildrechte der Hotelbilder liegen beim jeweiligen Hotel, Katalogbild: AdobeStock_728123317, Alle weiteren: AdobeStock_205802620, AdobeStock_372113208, AdobeStock_199980638, iStock_1044366742, dabeistock_811540727, AdobeStock_806267327, AdobeStock_277077808, iStock_539115110, AdobeStock_938603681, AdobeStock_256639578, iStock_1158754142, iStock_1204732329

DER **SCHMIDT**
Urlaub mit Herz

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

Buchungshotline 0800 - 38 300 38
Mo. - Fr. von 09.00 - 18.00 Uhr und Sa. von 09.00 - 13.00 Uhr
www.fliegen-ab-braunschweig.de

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

Wir freuen uns auf Sie!



MAN LERNT NICHT AUS

Lernen in allen Altersklassen



„Kira, wie komme ich zur Lösung?“

Wie virtuelle Assistenten die **Nachhilfe** unterstützen

Heutzutage ist Nachhilfe so vielseitig wie die Schülerinnen und Schüler selbst, mit einer Vielzahl von Konzepten, die darauf abzielen, schulische Leistungen nachhaltig zu verbessern. Doch was tun, wenn das Kind zu Hause bei den Hausaufgaben feststeckt und weder Eltern noch Lehrer zur Hand sind? Oft fehlt es an Zeit, Geduld oder dem nötigen Fachwissen, um effektiv zu unterstützen.

Die Aufgaben besser verstehen

Genau hier setzt die Schülerhilfe mit ihrer neuen KI-Lernassistentin Kira an. Als erstes lokal ansässiges Nachhilfe-Institut hat der Anbieter jetzt

eine eigene KI-Lernassistentin namens Kira entwickelt, die rund um die Uhr Schülerinnen und Schüler bei ihren Aufgaben und Fragen zu Mathe, Deutsch und Englisch unterstützt. Kira hilft mit Tipps und Erklärungen, den Lösungsweg eigenständig zu finden und die Aufgaben und Themen besser zu verstehen. Interessierte bekommen weitere Informationen unter www.schuelerhilfe.de/ki/. Sogar die Tagesschau hatte darüber berichtet.

Selbstständiges Lernen fördern

Wichtig ist beim Einsatz von KI für Schulkinder, dass sie zum einen in einer geschützten und kontrollier-

ten Lernumgebung wirkt und zum anderen, dass sie nicht nur Lösungen präsentiert, sondern den Weg dorthin erklärt und das selbstständige Lernen fördert. Den Kunden gefällt das: Laut einer Marktforschung der Schülerhilfe schätzen 85 Prozent der befragten Mütter mit Kindern im Alter von 8 bis 18 Jahren die KI-Lernassistentin als wertvolle Unterstützung zum Nachhilfeunterricht. Kira ersetzt keine Nachhilfekräfte, aber bietet eine sinnvolle Ergänzung zum Unterricht. Wichtig war den Entwicklern, dass Kiras Wissen und Aussagen auf den geprüften Inhalten des eigenen Online-Lerncenters basieren, das über 232.000 Arbeitsblätter, Aufgaben, interaktiven Tests, Erklärungen, Videos und Webinare verfügt. (DJD)



Wer einmal kurz Hilfe bei den Hausaufgaben braucht, fragt einfach schnell im Online-LernCenter nach. So muss sich auch Mama nicht dauernd bereithalten. FOTO: DJD/ZGS BILDUNGS-GMBH/FELIX MATTHIES

Englisch Deutsch Mathe

Nachhilfe

In Isenbüttel, Calberlah, Brome und Umland

Info + Anmeldung gebührenfrei unter **0800 – 006 22 44**

- Alle Klassen • Alle Schulformen
- Mini-Gruppen oder Einzelunterricht

LRS Analyse Förderung

mini Lernkreis www.minilernkreis.de/suedheide-elm

Schülerhilfe!
Beste Noten. Lokal & digital.

Profi-Nachhilfe vom Original!

Jetzt informieren: **05371-9359078**

- ✓ Qualifizierte Nachhilfelehrer:innen
- ✓ Individuelle Förderung der Schüler:innen
- ✓ Von der Grundschule bis zum Abitur

Mit Online-Lerncenter 24/7 verfügbar!

Gifhorn • Steinweg 15 • Tel. 05371-9359078 www.schuelerhilfe.de/gifhorn

von **Dipl.-Ings.**

INGkids
INGENIEURE FÜR KIDS
Nachhilfe - flexibel & effektiv

1.-13. Klasse

systematisches Lernen
Lerneffektivitätssteigerung

max. 4 Schüler je Gruppe
Einzelnachhilfe in Kleingruppe

27 Schulfächer je Termin
flexibel auswählbar

Top Abi-Vorbereitung
mit individueller Lernzeitplanung

"24/7"-Hilfe für Schüler
auch in den Ferien

monatlich kündbar
Über 18 Jahre Kundenzufriedenheit
keine Anmeldegebühr

Lehmweg 6
38518 Gifhorn
05371/170792
0176/64005354
www.ingkids.de

Sinnvoll für das Schulzeugnis belohnen

Wie Eltern die Anstrengung ihres Kindes passend würdigen können

Erbringt ein Schulkind über ein gesamtes Halbjahr hinweg konstant gute Leistungen, spiegelt sich dies in einem positiven Zeugnis wider – ein Erfolg, den viele Eltern gern zum Anlass nehmen, um Sohn oder Tochter zu belohnen. Doch welche Art der Anerkennung ist angemessen, und in welchem Rahmen sollte diese sich bewegen?

Ausflug oder Geld?

Gerade vor den Zeugnissen wird in Elterngruppen heftig über die passende Belohnung von schuli-

schen Leistungen debattiert. Laut einer Forsa-Umfrage im Auftrag des Nachhilfeinstituts Studienkreis sind 60 Prozent der Eltern gewillt, ihr Kind für gute Noten zu belohnen. 36 Prozent der Eltern machten beim letzten Zeugnis dafür mit dem Nachwuchs einen Ausflug oder gingen auswärts essen. 20 Prozent verteilten ein Geldgeschenk. 40 Prozent der Eltern jedoch lehnten eine extra Belohnung zum Zeugnis strikt ab. Bei knapp der Hälfte der Schulkinder öffneten außerdem Tanten, Onkel und Großeltern ihre Geldbörsen, dabei gaben sie eher kleinere Geldbeträge bis 20 Euro.

Leistung belohnen

Thomas Momotow vom Studienkreis hält Belohnungen für gute Leistungen grundsätzlich für sinnvoll – vorausgesetzt, sie bleiben in einem angemessenen Rahmen. „Aus meiner Sicht ist es zuerst einmal wichtig, dass sich Eltern regelmäßig mit ihren Kindern über Ziele und schulische Wünsche austauschen. Werden diese am Ende im Zeugnis erreicht, darf die Anstrengung auch belohnt werden“, sagt der Lernexperte. Vor rein finanziellen Anreizen für jede gute Note rät der Familienvater allerdings ab. Denn: „Kontinuierliches Interesse an den schulischen Leistungen des Kindes zusammen mit lobenden Worten steigern die Lernmotivation deutlich nachhaltiger als ein einmaliger Bonus. Eltern zeigen so, dass sie die besonderen Anstrengungen der Kinder wahrnehmen und würdigen sie angemessen.“ Die positiven Effekte von kontinuierlichem Interesse

bestätigen auch entwicklungspsychologische Studien. Eine Belohnung mit Süßigkeiten oder Geld löse dagegen im kindlichen Gehirn nur eine kurzzeitige Dopaminausschüttung aus.

Strafen sind tabu

Doch was tun, wenn das Zeugnis einmal nicht so gut ausfällt? Von Strafen für schlechte Noten raten Pädagogen gänzlich ab. Denn eine Fünf oder Sechs ist ohnehin ein frustrierendes Erlebnis. Diese negative Erfahrung noch zu verstärken, sei nicht sinnvoll. Bei einem miesen Zwischenzeugnis sei es wichtiger, gemeinsam nach Ursachen und Lösungen zu suchen, so die Fachleute. Auch neue Notenziele könne man dabei formulieren – idealerweise im Austausch mit den Lehrkräften. Diese aktive Auseinandersetzung fördert die Einsicht bei den Kindern und macht das Lernen wieder sinnvoll. (DJD)



Eltern sollten die schulischen Leistungen ihres Kindes mit lobenden Worten steigern statt mit Süßigkeiten oder Geld.

FOTO: DJD/STUDIENKREIS

BUSREISEN

**FUHRMANN
MUNDSTOCK**
Mein Reiseprofi



Anzeige

Anzeige

Fuhrmann Mundstock – Mein Reiseprofi bezieht neue Geschäftsräume in Braunschweig

Nach über 30 Jahren am bisherigen Standort Wedtlenstedt schlägt Fuhrmann Mundstock – Mein Reiseprofi ein neues Kapitel auf: Das Unternehmen zieht in neue, moderne Geschäftsräume in Braunschweig. Ab sofort befindet sich der renommierte Reiseveranstalter in der Ernst-Böhme-Straße 17 b, wo Kunden eine angenehme und einladende Atmosphäre erwartet.

Die neuen Räumlichkeiten bieten helle und freundliche Büroräume, die eine entspannte und professionelle Beratung ermöglichen. Zudem stehen den Besuchern Parkplätze direkt vor Ort zur Verfügung, sodass eine bequeme Anreise garantiert ist. Ob individuelle Reiseplanung, Buchungen oder

persönliche Beratung – das erfahrene und engagierte Team steht den Kunden wie gewohnt mit Rat und Tat zur Seite.

Mit dem Umzug in die neuen Geschäftsräume setzt Fuhrmann Mundstock – Mein Reiseprofi ein klares Zeichen für die Zukunft: moderner, kundenfreundlicher und weiterhin mit dem gewohnten Service, den die Kunden seit Jahrzehnten schätzen. Als regional verwurzeltes Unternehmen fühlt sich der Branchenprimus der Region eng verbunden; „die neuen Geschäftsräume bieten nicht nur eine zentrale Lage für den Kunden, sondern wir wollen auch den Standort Braunschweig stärken und als Braunschweiger für Braunschweiger besondere Reise-

erlebnisse ermöglichen“, gibt der neue Geschäftsführer Michael Bolst zum Ausdruck.

Eintauchen in die Fuhrmann Mundstock Welt und Reiseträume wahr werden lassen

Die freundliche Kundenberatung vor Ort ist von Montag bis Freitag zwischen 09:00 und 17:00 Uhr geöffnet. In dieser Zeit stehen die freundlichen Mitarbeiter für alle Fragen rund um das Reisen bereit und unterstützen den Gast bei der Planung ihres nächsten Urlaubs. Die Buchungshotline ist unter 0531 – 250 99 30 zu erreichen. Alle Informationen und Buchungsmöglichkeiten der exklusiven Reiseangebote sind auch online unter www.fumu-reisen.de zu finden.



Advent mit André Rieu in Wien 4 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 3 x Übernachtung im DZ ✓ 3 x Frühstücksbuffet ✓ 2 x 3-Gang-Abendessen oder Buffet im Hotel ✓ 1 x Heurigenabend inkl. 3-Gang-Menü und ¼ l Wein ✓ Stadtrundfahrt Wien ✓ Stadtrundgang Wien ✓ Konzertkarte in der PK 4 für das André Rieu Konzert in der Stadthalle Wien ✓ durchgehende Reisebegleitung

18.11.-21.11.25

mit Besuch des Wiener Weihnachtsmarktes

ab 779,- €



André Rieu in Maastricht 3 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 2 x Übernachtung im ****Holiday Inn Hasselt ✓ 2 x Frühstücksbuffet ✓ 1 x Abendessen am Reiseabend ✓ Stadtführung Hasselt ✓ Bootsfahrt auf der Maas ✓ Eintrittskarte Konzert André Rieu in Maastricht PK 3 ✓ durchgehende Reisebegleitung

16.07.-18.07.25

Zusatztermin aufgrund der großen Nachfrage

ab 689,- €



Zur Lavendelblüte in die Provence 8 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 1 x Übernachtung in Besançon im DZ ✓ 1 x Übernachtung in Mulhouse im DZ ✓ 5 x Übernachtung in Orange im DZ ✓ 7 x Frühstücksbuffet ✓ 6 x 3-Gang-Abendmenü ✓ 1 x Abendessen als 3-Gang-Menü beim Stierzüchter inkl. Apéritif ✓ Stadtführung Orange ✓ Ausflug Saint Remy de Provence, Les Baux de Provence und Aix-en-Provence ✓ Ausflug Avignon, Pont du Gard und Nîmes ✓ Eintritt Pont du Gard ✓ Stadtführung Nîmes ✓ Ausflug Lavendel - Ardecheschlucht ✓ Besuch eines Lavendelmuseums inkl. Eintritt ✓ Weinprobe ✓ Ausflug Camargue ✓ Besuch eines Stierzüchters inkl. Planwagenfahrt in der Camargue ✓ qualifizierte örtliche Reiseleitung vom 2. - 7. Reisetag ✓ durchgehende Reisebegleitung

29.05.-05.06./06.07.-13.07.25

ab 1159,- €



Limone am Gardasee 6 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 5 x Übernachtung im ****Hotel Garda Bellevue ✓ 5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet mit warmen und kalten Speisen ✓ 4 x 3-Gang-Wahlmenü am Abend mit Salatbuffet ✓ 1 x landestypisches Abendessen ✓ Begrüßungsdrink ✓ freie Nutzung des Außenpools ✓ durchgehende Reisebegleitung

01.-06.04./13.-18.04./28.04.-03.05./12.-17.05./26.-31.05./09.-14.06./23.-28.06.25/uv. ab 549,- €



Verwöhnurlaub im Schwarzwald 6 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 5 x Übernachtung im ****Hotel Posthorn ✓ 5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet ✓ 5 x 4-Gang-Abendmenü im Hotel ✓ Begrüßungstrunk ✓ Schwarzwaldrundfahrt ✓ Besuch Haus der Natur am Feldberg ✓ Bootsfahrt auf dem Titisee ✓ Eintritt Heimatmuseum „Hüsl“ ✓ Fahrt mit dem Rothaus-Express ✓ Ausflug Schweizer Berge und Seen ✓ Ausflug Clottertal, Freiburg und Kaiserstuhl ✓ Unterhaltungsabend mit Blasmusik ✓ alle Ausflüge mit örtlicher Reiseleitung ✓ Kutaxe ✓ durchgehende Reisebegleitung

12.-17.05./23.-28.06./22.-27.09./13.-18.10.25 ab 689,- €



Paris je t'aime 4 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 3 x Übernachtung im ***Campanile Nogent-sur-marne ✓ 3 x Frühstücksbuffet ✓ Ortstaxe Paris ✓ durchgehende Reisebegleitung

27.03.-30.03./18.04.-21.04./01.05.-04.05./29.05.-01.06./06.06.-09.06./07.08.-10.08./11.09.-14.09./02.10.-05.10./30.10.-02.11.25 ab 299,- €

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

Veranstalter: Reisepartner Fuhrmann Mundstock international GmbH • Ernst-Böhme-Str. 17 b • 38112 Braunschweig

Es gelten die AGB des Reiseveranstalters. Druckfehler vorbehalten.



Besuchen Sie uns im Internet

FRISCH-MARKT

Alter Postweg 41
38518 Gifhorn

www.frischmarkt-gf.de

Angebote gültig ab Mo. 10.02. bis Sa 15.02.2025

Mo. - Fr.: 08:00 - 19:00 Uhr | Samstag: 08:00 - 16:00 Uhr



Brühwurst
Doktorskaja "Chochloma"

800g
(1 kg = 5,69*)

-15%
4,55*
5,35*



Sülze

Satz temenski
300g
(1 kg = 7,97*)

-17%
2,39*
2,89*



Pilze "Schiitake"

in würzigem Aufguss
530g
(1 kg = 4,32*)

-18%
2,29*
2,79*



Mischpilze

in würzigem Aufguss
530g
(1 kg = 4,32*)

-18%
2,29*
2,79*



Fleischwurst

"Doktorskaja"

(1 kg = 5,64*)

-24%
4,79*
6,29*



Schweinebauch

geräuchert "Brjushina kopchjoneja"

300g
(1 kg = 12,63*)

-13%
3,79*
4,35*

bis zu
22%

auf Frische & Tiefkühlprodukte



Schmand/Smetana

Rodnaja Derwnja 375g 24%

400g
(1 kg = 4,70*)

-15%
1,88*
2,29*



Katjuscha Pelmeni

mit Schwein oder
Schwein & Rind

900g
(1 kg = 6,17*)

-14%
5,55*
6,49*



Plombir Speiseeis

Desjatochky™ (10 x 120 ml)

(1,2 L = 3,33*)

-13%
3,99*
4,59*



Limo Eis Big

Himbeer oder Kiwigeschmack
Waffelhörnchen

140g
(1 kg = 7,79*)

-22%
1,09*
1,39*



Käse

KASCHKAWAL 45% Rund

350g
(1 kg = 14,26*)

-17%
4,99*
5,99*



Möhrensalat

mild oder scharf

270g
(1 kg = 7,74*)

-19%
2,09*
2,59*



Schmelzkäse

MLEKPOL (Vollfettstufe)

100g
(1 kg = 8,80*)

-19%
0,88*
1,09*



Panilino

Torte Herz

in Herzform

500g
(1 kg = 17,76*)

-26%
8,88*
11,99*



Bucuria

Schokokonfekt

Moldova

420g
(1 kg = 16,64*)

-13%
6,99*
7,99*



Georgischer

Weiss oder Rotwein

Kisi Weisswein Alc.13% trock

Kindzmarauli Rotwein Alc. 12% lieb

0,75 L
(1 L = 9,05*)

-17%
6,79*
7,99*



Roshen

Schokokonfekt

Cherry Queen Herz

125g
(1 kg = 31,92*)

-20%
3,99*
4,99*



Kaugummi

LOVE IS Mix

4,2g
(1 kg = 23,81*)

-50%
0,10*
0,20*



Harmony Day

Likör

Johannisbeerlikör, 17,5% vol.

Klikwa Likör Cranberry, 17,5% vol.

Wischnya Kirschlor, 17,5% vol.

500ml
(1 L = 9,38*)

-11%
4,69*
5,29*



Bier Hell

Zhiguli barnoe,

pasteurisiert alc 4,9% vol. Plato 12%.

Zhigulyovskoye

Visschij Sort, 4,0% vol.

zzgl. 0,25 cent Einwegpfand

-17%
0,99*
1,19*



Russisches Feingebäck

verschiedene Sorten

400g
(1 L = 3,23*)

-13%
1,29*
1,49*



Meerrettich

pikant oder roter Beiz

200g
(1 kg = 7,95*)

-11%
1,59*
1,79*



gezuckerte

Kondensmilch

"Sguschtschonka" 8% Fett

379g
(1 kg = 3,25*)

-13%
1,39*
1,69*



Leis Kekse

Soo Semjka

250g
(1 kg = 5,96*)

-25%
1,49*
1,99*



Leis Waffeln

verschiedene Sorten

300g
(1 kg = 4,97*)

-25%
1,49*
1,99*

TÄGLICH FRISCHES OBST & REGIONALES GEMÜSE



Belgische

Fleischtomaten

HKL siehe Etikett

frisch, je kg

-25%
2,99*
3,99*



Auberginen

HKL und Herkunft siehe Etikett

je kg

-40%
2,99*
4,99*



Türkische

Einlegegurken

HKL und Herkunft siehe Etikett

je kg

-30%
3,50*
4,99*



Polnische

Äpfel

HKL und Herkunft siehe Etikett

je kg

-34%
0,99*
1,49*



Große Orangen

HKL und Herkunft siehe Etikett

je kg

-18%
1,79*
2,19*



RED Chief Äpfel

HKL und Herkunft siehe Etikett

je kg

-23%
2,29*
2,99*

PAZ

AZ

WAZ

DAS NEUE GARTENMAGAZIN

Gartentäume erscheint am 29. März!

Nutzen Sie diese Gelegenheit und sichern Sie sich Ihren Platz in der kommenden Ausgabe. Kontaktieren Sie noch heute Ihren Mediaberater oder senden Sie eine Mail an:

AZWAZ-ANZEIGEN@MMO-NIEDERSACHSEN.DE
PAZ-ANZEIGEN@MMO-NIEDERSACHSEN.DE

**SEIEN
SIE JETZT
DABEI!**

Anzeigenschluss:
26. Februar



6725501_002425



Kleine Mutmacher, die von Herzen kommen: Richard Weber überreicht Holzherzen an Onko Nurses Gudrun Riese und Anette Hoge.

FOTO: HELIOS

Helios: Holzherzen für Patienten mit Krebs

Richard Weber verschenkt **Kunstwerke** als Mutmacher

VON MAREN KIESBYE

Gifhorn/Barwedel. Richard Weber schnitzt Holzherzen - obwohl er durch eine Krebserkrankung körperlich beeinträchtigt ist. Die entstandenen Werke spendet er dem Helios Klinikum Gifhorn für ebenfalls an Krebs erkrankte Patientinnen und Patienten. Mittlerweile hat er etwa 100 kleine Kunstwerke an die Onko Nurses des Klinikums überreicht.

Die kleinen Herzen aus Resten von Apfel- oder Walnussbaumholz liegen gut in der Hand und sollen den Krebspatienten Kraft spenden. „Unseren Patientinnen und Patienten geht selbst ein Herz auf, wenn sie dieses kleine Geschenk überreicht bekommen. Die Herzen kann man gut festhalten und sie lenken von Sorgen und Ängsten ab“, erzählt Onko Nurse Gudrun Riese.

„Es entspannt und lenkt ab“

Etwa 100 Holzkunstwerke hat Weber bereits gespendet: „Ich selbst bin an Krebs erkrankt und leide seitdem unter Beschwerden in Händen und Beinen. Für mich ist es Psychotherapie und Ergotherapie zugleich, die Herzen herzustellen. Die kleinen Teilchen zu schleifen, entspannt mich und lenkt mich von meinen Wehwehchen ab“, erzählt der Barwedeler. „Es ist mir wichtig, Menschen, die sich in schwierigen Situationen befinden, eine Freude zu machen.“

Noch einen weiteren Grund hat der Barwedeler für die Herstellung der kleinen Herzen: „Ich habe früh gelernt, dass man Bäumen Respekt zollen soll und auch die Holzreste verarbeitet. Jedes Herz ist ein Unikat.“ Zur Veredelung verwendet Richard Weber Bio-Hartwachsöl.

AZ

DIE 5 WICHTIGSTEN THEMEN FÜR DEINE REGION

Als Newsletter morgens in deinem Postfach.

Hier
anmelden



Wissen, was **Deutschland** und
die **Region** bewegt.

Aller-Zeitung

AZ



Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

7106601_002425

Werden Sie Baumpate und packen Sie mit an!

Umwelt-Aktion von AZ und WAZ: 333 freiwillige Helfer gesucht

Wolfsburg. Blickt man in den Stadtwald, sieht man, dass dieser über die letzten Jahre durch Einflüsse wie, anhaltende Hitze, fehlende Niederschläge und Eichenkäfer stark in Mitleidenenschaft gezogen wurde. Um dem entgegenzuwirken und den Zustand zu verbessern haben AZ und WAZ jetzt die Aktion Baumpaten ins Leben gerufen. Unter dem Motto: „Jetzt Bäume pflanzen und grünes tun!“ werden Leserinnen und Leser gesucht, die beim Pflanztag am 20. März tatkräftig mit anpacken, um 333 Bäume in den Stadtwald zu pflanzen und somit einen Beitrag zur Verbesserung des Klimas und des Stadtwaldes zu leisten.

Bäume sind sehr wichtig für den Klimaschutz, da sie die Luft reinigen, indem sie Bakterien, Ruß und Staub aufnehmen und CO₂-Abgase kompensieren, entsprechend wichtig ist ihr Schutz. „Der Stadtwald Wolfsburg hat daher eine hohe Erholungsfunktion für die Menschen in der Region, weshalb wir ihn erhalten wollen und momentan braucht er unsere Unterstützung“, betont



AZ und WAZ suchen 333 Freiwillige, die dabei helfen, Bäume in den Wolfsburger Stadtwald zu pflanzen.

FOTO: VERANSTALTER

Frederike Geick, Projektmanagerin der AZ/WAZ.

„Unsere Eichen haben trotz ihrer hohen Klimaresilienz in den Jahren 2018 bis 2022 übertra-

schend unter der Dürre gelitten“, bestätigt der Stadtförster Dirk Schäfer. Zudem habe der Eichenprachtkäfer die Bäume absterben lassen und man habe

mehrere hundert Eichen fallen müssen. „Deren Erhalt ist eine Herausforderung, der wir uns für künftige Generationen stellen“, sagt der Stadtförster. In

einer Baumschule sind die Setzlinge aus dem Stadtwald angezogen worden. „Mit Initiativen wie unserer Baumpaten-Aktion können Unternehmen aktiv zur Aufforstung beitragen und helfen, entstandene Lücken in den Wäldern zu schließen“, sagt Geick.

Mit der Aktion: „Wir sind Baumpaten“, setzen sich die Aller Zeitung und die Wolfsburger Allgemeine, mit Unterstützung der Sparkasse Celle Gifhorn Wolfsburg für die Schaffung neuer Lebensräume ein und machen sich für neue Bäume im Wolfsburger Stadtwald stark. Am 20. März findet dann der große Baumpflanztag statt, an dem jeder Baumpate seine Setzlinge pflanzen darf. Darunter Eichen, Birken, Elsbeeren, Winterlinden und Kiefern.



Hier werden Sie Baumpate: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.

Anzeige

Schluss mit Blähungen, Völlegefühl und Magenkrämpfen Endlich essen ohne zu leiden

Unsere Verdauung ist sensibel. Zu viel oder zu spät gegessen, Stress und Ärger gehabt, im Urlaub Ungewohntes auf den Tisch bekommen. Schon drückt der Magen, Völlegefühl verdirbt den Genuss, ganz zu schweigen von den peinlichen Blähungen.

EINZIGARTIG KOMBINIERT: MAGENBERUHIGUNG UND VERDAUUNGSSTÄRKUNG

Nach dem Essen leiden? Völlig unnötig! GASTEO Magen-

Tropfen mit ihrer einzigartigen Kombination aus beruhigenden und bitterstoffhaltigen Heilpflanzen sorgen für schnelle Linderung. Direkt nach dem Essen eingenommen, aktivieren Bitterstoffe, z.B. enthalten in Wermut-, Benediktenkraut und Angelikawurzel, die Verdauungssäfte.^{1,2} Krampflösendes Gänsefingerkraut, zusammen mit Süßholzwurzel und Kamillenblüten, entspannt den gesamten Magen-Darm-Trakt.



LINDERUNG, DIE SCHON IM MUND BEGINNT

Bitterstoffe in GASTEO Magen-Tropfen entfalten ihre Wirkung schon im Mund.^{1,2} Mehr Speichel und eine gesteigerte Produk-

tion von Gallensaft und Magensäure im Magen-Darm-Trakt heißt: Die Nahrung wird deutlich besser verdaut. So stellt sich nach dem Essen rasch wieder ein wohliges Bauchgefühl ein.^{1,2}

Blähungen? Völlegefühl? Magenkrämpfe?
GASTEO®
hilft Deiner Verdauung über den Berg



Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach!



PZN 10738439, AVP 10,89 €

¹ Liszt et al. (2017) PNAS; 114(30). E6260 E6269; ² Inge Depoortere (2014) Gut; 63:179-190.

GASTEO® Flüssigkeit zum Einnehmen. **Wirkstoffe:** Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Benediktenkraut, Wermutkraut, Kamillenblüten. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Enthält 40 Vol.-% Alkohol.** (Stand: 11/2022). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunnattstraße 20, 76532 Baden-Baden

Mallorca-Tipps von Einheimischen: Das sind die beliebtesten Strände

Pures **Sandvergnügen** und kristallklares Wasser

Von einsamen Buchten bis zu endlosen Sandstränden – auf Mallorca finden alle ihr persönliches Badeparadies. Wir stellen fünf Strände vor, die du laut den Einheimischen auf keinen Fall verpassen solltest.

Auf der beliebten Balearen-Insel Mallorca ist ein Strand schöner als der nächste. Von versteckten Buchten, die nur nach einem längeren Fußmarsch erreicht werden können, bis zu kilometerlangen Sandstränden mit Liegen, Sonnenschirmen und Bar ist alles dabei.

Aber welcher Strand ist nun am schönsten? Diese Frage hat die mallorquinische Zeitung „Ultima Hora“ ihren Leserinnen und Lesern gestellt. Wir stellen die fünf Gewinner vor.

1. Playa de Muro

Die Playa de Muro ist ein wahres Paradies im Norden der Insel. Ein feiner Sandstrand, kristallklares Wasser in atemberaubenden Türkisnuancen und eine malerische Kulisse zeichnen den Strand aus.

Der Abschnitt erstreckt sich zwischen den Ferienorten Puerto de Alcudia und Can Picafort über sechs Kilometer und ist damit die größte zusammenhängende Strandfläche im Nordosten Mallorcas.

Darüber hinaus gilt die Playa de Muro als besonders familienfreundlich.



Zählt die Caló des Moro zu den schönsten Stränden Mallorcas? Die Einheimischen sagen: Ja.

FOTO: IMAGO IMAGES/ZOONAR

2. Es Trenc

Einer der letzten unberührten Strände Mallorcas ist der Naturpark Es Trenc, der von Ses Covetes bis Colonia de Sant Jordi im Süden der Insel verläuft.

Der östliche Strandabschnitt ist meist gut besucht, hier finden Besucherinnen und Besucher Liegen- und Sonnen-

schirmverleihe, Duschen sowie zahlreiche Gastronomie- und Freizeitangebote. Ruhigere Bereiche mit Naturstrand und FKK-Abschnitten liegen im westlichen Teil von Es Trenc.

3. Cala Agulla

Nur einen Katzensprung vom beliebten Urlaubsort Cala Raja-

da entfernt ist die bezaubernde Bucht Cala Agulla.

Der Strandabschnitt verfügt zwar über zahlreiche Plätze, aber in der Hochsaison sind die Sonnenschirme schnell reserviert.

Der feine, flach abfallende Sandstrand und das türkis schimmernde Wasser machen

die Cala Agulla zu einem der beliebtesten Strände der Insel.

4. S'Amarador

Wer einen Strand in ruhiger und entspannter Umgebung im Südosten der Insel sucht, wird in S'Amarador fündig. Diese idyllische Bucht im Naturpark Mondragó begeistert mit feinstem weißen Sand, klarem Wasser und schattigen Kiefernwäldern. Trotz ihrer abgeschiedenen Lage ist die Cala Mondrago mit dem Strandabschnitt S'Amarador recht gut besucht. Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt: Eine Strandbar bietet Getränke und kleine Snacks an.

5. Cala Torta

Der letzte Geheimtipp ist die Cala Torta, ein breiter Naturstrand, der dem Tourismus noch nicht erlegen ist. Es gibt weder einen Liegenverleih noch eine Bar oder Verkaufsstände.

Das macht den kleinen Strand im Norden Mallorcas zu einem idealen Ort für Urlauberinnen und Urlauber, die Ruhe und Entspannung suchen. Die von rauen Felsen umgebene Bucht ist nur über einen kleinen Fußweg zu erreichen.



Weitere Informationen findest du unter:
» www.reisereporter.de/mallorca-tipps-einheimische



LANDHERZ EICKENRODE

Wohnen vorübergehend und auf Dauer

- 21 Appartements bis 20 m²
- Kurzzeit- & Verhinderungspflege
- Pflege & Betreuung
- Für alle Pflegegrade
- Garten mit Terrassen & Pavillon
- Vollpension & Wäscheservice
- Zimmer- & Fensterreinigung
- Hausmeisterdienste

- Aktivitäten und Veranstaltungen
- Betreute Tagesausflüge
- Ideal auch für Paare
- Ihr Haustier ist willkommen

... auch für den kleinen Geldbeutel

Über die Möglichkeit eines Kostenzuschusses zum Eigenanteil beraten wir Sie gerne.

Am Haferkamp 4a • www.landherz.eu • 05372-97 87 0



Karten für Grizzlys gegen Bremerhaven zu gewinnen

Hallo Wochenende verlost **3x2 Eintrittskarten**

VON NORMEN SCHOLZ

Gifhorn/Wolfsburg. Wenn die Grizzlys Wolfsburg am Sonntag, 16. Februar, die Fischtown Pinguins Bremerhaven empfangen, können Hallo-Leser wieder Tickets gewinnen.

In der vergangenen DEL-Saison waren die Fischtown Pinguins aus Bremerhaven für die Grizzlys Wolfsburg ein echter Angstgegner. Alle vier Duell gingen klar an die Norddeutschen, die ihre Dominanz ein-drucksvoll unter Beweis stellten. Auch in der aktuellen Spielzeit setzte sich dieser Trend zunächst fort: Bremerhaven gewann die

ersten beiden Begegnungen mit deutlichen Ergebnissen – 4:1 und 6:1. Die Grizzlys fanden lange kein Mittel gegen die kompakt und effizient agierenden Gäste. Erst im dritten Aufeinandertreffen Mitte Januar gelang Wolfsburg der ersehnte Befreiungsschlag. In einer hart umkämpften Partie erzwangen die Grizzlys die Overtime und sicherten sich schließlich mit einem 2:1-Erfolg den ersten Sieg gegen Bremerhaven nach längerer Durststrecke.

So können Sie Karten gewinnen

Sie können bei dem Duell der Grizzlys Wolfsburg gegen die Fischtown Pinguins Bremerhaven am 16. Februar um 16 Uhr dabei sein. Was Sie tun müssen, um die Freikarten zu gewinnen? Gehen Sie einfach auf unsere Online-Gewinnspielseite und hinterlassen dort Ihre Kontaktdaten. Scannen Sie dazu den QR-



Direkt zur Verlosung: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.



Chris Wilkie von den Grizzlys Wolfsburg und Christian Weise von den Pinguins Bremerhaven im Kampf um den Puck.
FOTO: MORITZ EDEN/CITY-PRESS GMBH

Code. Unter allen Teilnehmern Teilnahmeschluss ist Mittwoch, 12. Februar, um 12 Uhr. Die Gewinner werden von uns benachrichtigt.

Medizin

ANZEIGE

Nervenschmerzen mit Begleitscheinungen wie ...

Brennen, Kribbeln, Taubheitsgefühle?

Oft stecken die Nerven dahinter!

Zahlreiche Deutsche leiden unter brennenden Schmerzen in Beinen oder Füßen, die häufig durch ein Kribbeln oder Taubheitsgefühle begleitet werden. Was viele nicht wissen: Oft stecken die Nerven dahinter. Durch Stoffwechselstörungen wie z. B. Diabetes können diese gereizt oder geschädigt werden. Die Folge: Nervenschmerzen.

Nervenschmerzen richtig behandeln

Bei Nervenschmerzen zeigen viele Schmerzmittel nur wenig Wirkung. Das bestätigen auch Mediziner der deutschen Gesellschaft für Neurologie¹. Denn viele Schmerzmittel bekämpfen Entzündungen. Bei Nervenschmerzen handelt es sich hingegen häufig um geschädigte oder gereizte Nerven. Mit dem Ziel, Nervenschmerz-



Nervenschmerzen in Füßen und Beinen treten häufig durch Diabetes auf. Dabei verschleißt Blutzucker die versorgenden Gefäße der Nerven. Nährstoffe gelangen nur unzureichend zum Nerv, es kommt zu einem Nährstoffmangel und damit zur Schädigung des Nervs.

Patienten zu helfen, entwickelten Experten ein wirkungsvolles Arzneimittel speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen, das zugleich gut verträglich ist: Restaxil (Apotheke).

5-fach-Wirkkomplex gegen Nervenschmerzen

Das Besondere an Restaxil: der darin enthaltene 5-fach-Wirkkomplex. Jeder einzelne Wirkstoff kann bei nervenbedingten Schmerzen wertvolle Hilfe leisten. Der Arzneistoff **Iris versicolor** kommt laut Arzneimittelbild etwa bei ziehenden und brennenden Schmerzen bis in die Füße zum Einsatz. **Gelsemium**

sempervirens setzt wiederum im zentralen Nervensystem an. Auch bei plötzlich durchschießenden Schmerzen entlang der Nervenbahnen kann Gelsemium laut Arzneimittelbild Abhilfe schaffen.

Genial: Die natürlichen Schmerztropfen Restaxil schlagen nicht auf den Magen und haben keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen. Deshalb sind die Tropfen auch zur Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet.

Für Ihre Apotheke:
Restaxil
(PZN 11222324)
www.restaxil.de

Nervenschmerzen?

Natürlich Restaxil.

Jetzt in Vorteilsgröße 100ml



Restaxil



„Ich hatte mit chronischen Nervenschmerzen zu kämpfen. Mit diesen Tropfen ist es ziemlich flott um einiges besser geworden. Meine Füße sind ruhig und ich hab den brennenden Schmerz nicht mehr.“
– Frank L. –

¹Schlereth T. et al., Diagnose und nicht interventionelle Therapie neuropathischer Schmerzen, S2k-Leitlinie, 2019, in: Deutsche Gesellschaft für Neurologie (Hrsg.), Leitlinien für Diagnostik und Therapie in der Neurologie. Online: www.dgn.org/leitlinien (abgerufen am 10.05.2023). • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert

RESTAXIL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). Enthält 20 Vol.-% Alkohol. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing

Exklusives Angebot: AZ E-Paper inklusive Tablet sichern und **158 € sparen!**

Gifhorn. Nachrichten von Zuhause und aus aller Welt, jederzeit verfügbar, egal wo. Und das auf dem neuen Samsung Galaxy Tab A9+ oder einem Apple iPad der 10. Generation ab nur 33,73 € in den ersten zwölf Monaten.

Die digitale Ausgabe der gedruckten AZ, den vollen Zugriff auf alle Inhalte auf WAZ-online.de und in der AZ/WAZ+ News und Podcast App inklusive Tablet gibt es **nur jetzt mit 30% Rabatt auf das E-Paper im ersten Jahr!** Die Mindestlaufzeit liegt bei 24 Monaten. Nach den ersten zwölf Monaten zum Sonderpreis ab nur 33,73 € im Komplettpaket kostet der Zugriff im Anschluss ab nur 46,90 € mtl.

Egal, ob Neuvertrag, oder beim Wechsel von der gedruckten Ausgabe auf AZ Digital:

Das E-Paper der AZ mit den neuesten und wichtigsten



Die neuesten Nachrichten auf dem Samsung Galaxy Tab A9+ oder dem Apple iPad (10. Gen.) – die AZ macht es möglich.

Foto: Mediamodifier/Pixabay

Informationen aus Gifhorn, der Region und der Welt steht am Vorabend schon ab 20.15 Uhr zum Download bereit. Außerdem mit dabei:

Die digitale AZ am Sonntag und AZ/WAZ+, der flexible Zugriff auf alle exklusiven Inhalte wie z. B. Eilmeldungen, Bildergalerien und Pod-

casts auf WAZ-online.de und mit der AZ/WAZ+ News und Podcasts App – inkl. Pushmeldungen bei wichtigen Nachrichten. Das gewählte

Tablet wird in dem Komplettpaket selbstverständlich nicht nur gemietet, sondern gehört nach den 24 Monaten dem Leser bzw. der Leserin.

Klingt gut? Dann gleich bestens informiert mit neuem Tablet den Frühling genießen und dabei 158 € sparen! Das Angebot gibt es nur jetzt unter **abo.WAZ-online.de/angebot25**. Bei Fragen rund um die digitalen Angebote steht das Team der Aller-Zeitung unter der Telefonnummer 05171 406 176 für Rückfragen zur Verfügung.

Noch nicht sicher? Dann einfach kostenlos und unverbindlich testen – für zwei Wochen AZ Digital mit dem E-Paper, der digitalen AZ am Sonntag und allen spannenden Inhalten von AZ/WAZ+. Der Zugang kann einfach unter **abo.WAZ-online.de/zwei-wochen-gratis-digital** freigeschaltet werden.

Clever sparen:
**Digitale AZ/WAZ
mit Tablet
zum exklusiven
Vorteilspreis.**

**E-Paper
im 1. Jahr
30 %
günstiger**



Jetzt online abschließen:
abo.WAZ-online.de/angebot25
oder telefonisch unter 05171/406 176

Aller-Zeitung
Wolfsburger Allgemeine



**Wissen, was Wolfsburg,
Gifhorn, die Region und
die Welt bewegt.**



Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

▶ IMMOBILIENMARKT ANGEBOTE

Mehrfamilienhaus gesucht

Unternehmerpaar sucht solides MFH ab 6 Einheiten in gut vermietet. Lage von WOB od. GF. Provisionsfr. für den Eigentümer. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6325001_002425

▶ 350 000 BIS 450 000 EURO

Tülau: Gepfl. 1-Fam.haus

Freist. EFH in ruhiger Lage, 119m², 5 Zi., Garage, Terrasse, Garten, Bj.2004, ZH Gas, B:123kwh/(m²a), KLD, KP 395.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6295201_002425

▶ 450 000 EURO & MEHR

Schönes Zweifamilienhaus

WOB-Reislingen: 218m², 2 Wohnungen, OG vermietet, EG frei, Bj.1994, Fernw., V: 107kwh/(m²a), KLD, KP 565.000,-. 05361-6542969, www.ella-henke-immobilien.de

6294401_002425

▶ 2-ZIMMER-EIGENTUMSWOHNUNGEN

Gifhorn Erdgeschoss...

Schöne, moderne 2-Zi-ETW, 58m² Wfl, Erstbezug, Terrasse, Stellpl., Bj.2022, WP Strom, B: 18kwh/(m²a), Kl.A+, 239.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6295801_002425

Wolfsburg mit Südbalkon

Detmerode: Sonnige 2-Zi-Whg., 52m², Südbalkon, Stellplatz, EBK, Bj.1968, FW, V:101kwh/(m²a), KLD, KP 105.000,-. Tel.: 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6296301_002425

Wolfsburg-Mörse...

Moderne Stadtvilla, Bj.2010, 194m², 6 Zi, 2 Bäd, Kamin, EBK, 798m² Grdst, Carport, FW, V:97kwh/(m²a), Kl. C, KP 650.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6295001_002425

▶ IMMOBILIENMARKT GESUCHE

Suche EFH, max. 150 m² Wfl. mit kl. Grdst., im LK GF, nur von privat. ☎ (01 76) 51 61 01 53

SUCHE HAUS ZUM KAUF auch sanierungsbedürftig und älter oder zum abreißen. ☎ 01 76 86 09 98 68

Sie suchen einen guten Makler?
Wir verstehen unsere Arbeit. Das können wir Ihnen nach über 25-jähriger Erfahrung stolz zusichern. Für eine kostenlose Kurzbewertung rufen Sie uns an:

INAN-IMMOBILIEN
SÜDSTR. 2, - HELMSTEDT
TEL.: 05351-42073

33290201_002424

Sie haben die Wahl

– Es gibt kleinformatige Wochenblätter, aber auch großformatige Wochenblätter

– Es gibt billige Wochenblätter, aber auch preiswerte Wochenblätter

Wir haben Format, ein vernünftiges Preis-Leistungsverhältnis und eine kontrollierte Auflage

Was wollen Sie mehr?

hallo
wochenende

▶ EIN- & ZWEIFAMILIENHÄUSER

Bezahlbares Haus gesucht

Junges Ehepaar sucht Haus, Haushälfte oder RH mit solider Substanz bis max. 220.000,-, je nach Zustand/Größe. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6313001_002425

Haus für 2 gesucht...

Ehepaar sucht gemütli. Haus od. Reihenhaushaus mit kleinem Garten in ländl. Lage nahe Wolfsburg, mögl. ohne Renov.stau. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6306601_002425

Gifhorn gute Lage gesucht

Unternehmer sucht repräsentatives, großzügig. Haus auf schönem Grundstück, umgeben von Grün und Privatsphäre. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6311001_002425

Gesucht: Südl. von Gifhorn

Ehepaar mit Sohn Anton suchen gepfl. Haus, Haushälfte oder großzügig. RH mit mind. 120m² Wfl. und Garten. KP bis ca. 280.000,-, je nach Zustand/Größe. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6311901_002425

Familie mit Baby sucht ein Haus
Kleine Familie mit Baby sucht ein Zuhause. Ohne Makler, Finanzierung ist gesichert! Bis 320000€, ab 120m². ☎ 01 52 23 34 32 49

In ländlicher Lage gesucht

Yogalehrerin und ihr Mann suchen gemütli. Haus ab 100m² auf schönem Grdst. mit Platz für Obstbäume + Gemüsegarten. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6311601_002425

Bankkauffrau sucht ...

Haus im Raum Isenbüttel/Calberlah + 10 km für sich, ihren Mann u. die 3-jähr. Tochter. Mit Garten, ab 4 Zi, auch zum Renovieren. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6309201_002425

Bis 350.000,- gesucht.

Paar mit 2 Söhnen (3 u. 7 J.) sucht gepfl. Haus oder Haushälfte im LK Gifhorn, mind. 5 Zimmer. Gern mit Keller oder Garage. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6310401_002425

▶ EIGENTUMSWOHNUNGEN

Größere Whg. gesucht

Freundl. Familie, bald zu viert, sucht größere Eigentumswhg mit 4-5 Zi in und um WOB, gern mit Kellerraum und Stellplatz. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6316301_002425

3 Zi + 2 Bäder gesucht

Friseurmeisterin und ihr Partner suchen schöne ETW ab 3 Zimmern im Raum GF mit 2. Bad od. Gäste-WC in ruhigem Haus. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6324701_002425

Gesucht: GF-Zentrum

Bürokauffrau und ihr Partner suchen helle Wohnung mit Balkon ab 70m² Wfl. und mind. 3-4 Zi in gepflegtem Wohnhaus. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6315401_002425

Priv. Anleger sucht !

Whg. oder MFH von priv., leerstehend oder verm., auch unrenov. oder sanierungsbed. rasche Kaufabwicklung! ☎ 01 51 65 44 42 18

Neues Zuhause gesucht

Ehepaar mit kleiner Tochter sucht gemütli., helle Wohnung zum Kauf ab 90m² Wfl. zu sofort oder später. Gern mit Balkon. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6314701_002425

2-Zimmer-Whg gesucht

Fotografin sucht gepflegte Wohnung zum Kauf, bevorzugt in WOB und Umgebung, mögl. ohne Renovierungsstau. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6313901_002425

▶ BAUGRUNDSTÜCKE

SUCHE Baumöglichkeit ab 400qm. Abschnitt vom Garten, Abrisshaus, 2. Reihe, Resthof, o.ä. ☎ 01 76 15 41 63 72

▶ WOHNUNGSMARKT VERMIETUNGEN

▶ 2-ZIMMER-WOHNUNGEN

Jembke, ab 1.4.2025 zu vermieten, Einliegerwohnung, im 1. OG, 2 Zi., 73m², mit EBK, Dusche und Badewanne, Carport, 550€ KM incl. EBK + 200€ NK + 1.000 Kt. ☎ (0 53 66) 76 45 oder ☎ (01 62) 4 86 07 35

Wolfsburg sehr schöne 2 Zi.-Whg., 77m², 1. OG, mit EBK, Bad m. Du/Wa., Blk., WM 680 € (inkl. Hz. u. NK) + 2MM Kt. ☎ (01 73) 5 46 95 56

▶ 3-ZIMMER-WOHNUNGEN

Wolfsburg, schöne 3 Zi.-Whg. zu verm., 95m², EBK, Essecke, Bad m. Wa. + weiteres WC m. Du., Vorgarten, EP, WM 885 € (inkl. Hz. +NK) + 2MM Kt. ☎ (01 73) 60 18 234

Schönewörde 3 Zimmer-Whg., 90m², 2 Ebenen, EBK, 2 Bäder, KM 495,-€ + NK + Kt. ☎ (0 58 35) 73 30

▶ 4- & MEHR-ZIMMER-WOHNUNGEN

Wesendorf/Westerholz, 4-Zi.-DG.-Whg., 105 m², 720,- € KM + 50,- € NK + 2 MMKT ab 01.04.25 ☎ 0171/8719721

4 Zi.-Whg. Wahrenholz., 90 m², Kellerr., EBK, Balk., frei ab sofort, 520,-€ + NK + KT, ☎ (0 58 35) 24 15 90

4 Zi.-Whg. in ruhiger Gifhorn-Innenstadtlage, 84 m², 1. OG, Balkon, Abstellr., PKW-EP, Fahrradgarage, frei ab 01.03.25 oder ggfs. schon früher, KM 570€ + ca. 150€ NK, Grundriss u. Fotos auf Anfrage ☎ (01 76) 51 42 96 47 oder ☎ (01 62) 41 44 580

▶ HÄUSER

Hübsches kl. Haus in Vorsfelde, 3 Zi., Kü., Diele, Bad, ca. 100 m², KM 890,- € zzgl. NK- Abschlag 80,- €, Endenergiebedarf: 166,9 kWh (m²a), Primärenergiebedarf: 259,4 kWh (m²a), Bj. 1950, Ölheizung, frei ab 01.04.2025 ☎ (01 57) 31 09 54 81

▶ MÖBLIERTER WOHNRAUM

Isenbüttel TKS, Appartement 30 qm, vollmöbliert zu vermieten, mit Küche, Schlafnische, DU/WC, Terrasse, Parkplatz, TV, Internet für 550,-€/Monat. Alle Nebenkosten und Nutzung WM/Trockner im Mietpreis enthalten. Kontakt: ☎ 0172-5102502

▶ 3-ZIMMER-WOHNUNG

Zentrumsnahe Whg gesucht

Lehrerin und ihr Mann suchen schöne 3- bis 4-Zi-Whg in WOB zur Miete oder ggf. Kauf mit guten Einkaufsmögl. in der Nähe. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6326001_002425

▶ HÄUSER

Haus zur Miete gesucht

Junges Paar sucht nach Familienzuwachs schönes Haus oder größere Wohnung mit mind. 100m² im Raum WOB. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

6325301_002425

Akademikerpaar, Festanstellung, mit zwei Kindern, sucht zu sofort 5 Zi.-Haus zur Miete oder Kauf in Faltersleben ☎ (01 57) 76 82 06 12

Im Internet finden

Sie uns unter:

www.hallowochenende.de

hallo
wochenende

▶ HANDWERKER

Pflasterarbeiten jegl. Art, gew. 0 53 71/ 8 97 83 57, **0174/3240546**

Held Bausanierungen, Renov., Maler-, Putzarb. ☎ **0163/ 2061828**
Der Handwerker für alle Fälle, der auch für "Kleinkram kommt", ☎ **(01 60) 96 33 32 44 gewerblich**

Hilfe im Garten und rund ums Haus.
☎ **(01 76) 70 78 23 56**

▶ BADSANIERUNG

M&A Haustechnik GmbH
Badsanierung mit Fliesen Sanitär und Heizung von Profis zum Festpreis!
0176/72602141 oder 05371/6721245

33263601_002424

Badumbau inkl. Fliesen- und Sanitärarbeiten zu fairen Preisen, ☎ **(0 58 33) 9 55 51 15** oder **0170/5412865**

▶ DACHDECKER

Dachdeckerteam hat noch Termine frei, gern auch kleinere Reparaturen. ☎ **(01 57) 54 33 08 50**

Dachdecker bietet Flachdach & Dachrinnenabdichtung an uvm. ☎ **(01 52) 18 590 189**

Dachrinnenreinigung, Dachreparatur Hr. Weiß **(0157) 56478248**

▶ ENTRÜMPELUNG

PIT Inh. Ingo Pütz
Hasselbachstr. 20
38446 Wolfsburg

- Haushaltsauflösungen
- Entrümpelungen
- Trödel-Ankauf aller Art

WOB 0 53 65 - 94 14 54
Mobil 01 75 - 819 36 81

30809801_002424

Haushaltsauflösungen, Entrümpelungen seriös u. pietätvoll ☎ **(01 60) 96 33 32 44 gewerblich**
Kostenlos Entrümpelungen und Haushaltsauflösungen bei Wiederverwendung, ☎ **(01 74) 2 97 80 98**

▶ GÄRTNER

Wir pflegen Ihren Garten, ob einmalig, wöchentlich, monatlich oder als Jahrespflege. Hacken, mähen, vertikutieren, schneiden, pflanzen, graben, spritzen, düngen u. säen usw. Schnell, sauber u. fachgerecht. **Fa. L. Bittner, Gärtnermeister-Gartengestaltung und Landschaftsbau** ☎ **(0 53 63) 9 89 80**

Im Gartenbereich übernehmen wir die Ausführung sämtlicher Naturstein- und Pflasterarbeiten sowie den Bau von Trockenmauern und Zäunen. **Fa. L. Bittner, Gärtnermeister-Gartengestaltung und Landschaftsbau** ☎ **(0 53 63) 9 89 80**

Wuzelfräsen: Fräse Ihre Baumwurzeln fachgerecht heraus.

K-H Dannheim ☎ **(0 53 71) 73 584**

IBISHI Garten- u. Landschaftsbau. Pflaster- u. Natursteinarbeiten, Wege- u. Terrassenbau aller Art, Winkelstützen, Zaunbau, Erdarbeiten, Rasen, Rollrasen, Bewässerungsanlage, Gartenpflege, u.v.m. ☎ **(0 53 08) 5 20 06 10, www.galabau-ibishi.de**

Sie wollen Ihren Garten um- o. neu gestalten? Dazu individuelle Beratung, Planung u. Ausführung. Außerdem fachgerechte Teich- u. Rasenanlagen sowie Pflegearbeiten jeglicher Art führt aus: **L. Bittner Gartengestaltung und Landschaftsbau** ☎ **(0 53 63) 9 89 80**

Zaun, Rollrasen, Baum-heckenschnitt, ☎ **0170/7744244**

Pflasterarbeiten aller Art, Reparaturen, Gartengestalt., Baumfällung, Zaun-, Teich- u. Terrassenbau, Tiefbauarbeiten. ☎ **(01 72) 7 70 30 96 od. 0 53 72/ 88 89 42 Fa. Birgin**

Ekinci Garten-, Pflaster-, Zaunbau-, Rohrleitungsarbeiten, Poolbau ☎ **01 79 / 53 66 349**

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN

Seit über 26 Jahren alles rund ums Haus von A-Z. Kostenl. Voranschlag vor Ort. Tel. 0170 - 8 34 70 11

5666101_002425

Gartenbau-Köppen.de

☎ **(01 71) 6 03 55 47 + 05371/72984**
Hofeinfahrten, Wege- u. Terrassenbau, Granit- u. Mauerbau, Rasensanierung, Rollrasen, Grundstückspflege, Baumfällung, Erd- u. Baggerarbeiten, Zaunbau.
Unser Angebot ist Geld wert!

Baum-, Strauch- u. Heckenschnitt sowie Baumfällung und Rodung jeglicher Art führt aus: **Fa. L.Bittner, Gärtnermeister-Gartengestaltung und Landschaftsbau** ☎ **(0 53 63) 9 89 80**

Pflege Ihren Garten, Hecke und Bäume schneiden, Rollrasen legen, ☎ **(01 77) 4 03 04 44**

Containerdienst: Container 2 m³ bis 40 m³ für Entsorgung von verschiedenen Materialien. **K-H Dannheim** ☎ **(0 53 71) 73 584**

▶ GEBÄUDE- & FENSTERREINIGUNG

Tokaruk Glas-Fensterreinigung. Gardinenreinig. ☎ **(0 53 61) 1 81 02 11**

▶ MALER / TAPEZIERER

Maler im Ruhestand, ☎ **(01 78) 1 31 21 31**

Zimmer tapezieren ab 100,- €, Beratung u. Besichtigung kostenlos! **+ Wochenend-Service!** ☎ **(01 76) 61 53 10 56 o. 05371/6723367** gew.

Maler/Tapezierer hat noch Termine frei, in WOB ☎ **(0 15 77) 2 31 04 32**

Anstrich und Tapezierarbeiten führt aus: ☎ **(01 71) 9 93 81 58** gew.

▶ MÖBELTRANSPORTE

PLATE UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestra. 4 · 38112 Braunschweig
Tel.: +49 531 / 4 00 666
info@plate-umzuege.de

6669901_002425

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

Bei Anzeigen, die unter Chiffre erscheinen,

können wir über Auftraggeber keine Auskunft geben.

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

▶ **STELLENANGEBOTE ALLGEMEIN**

Das renommierte Institut für Demoskopie Allensbach sucht

Interviewer (m/w/d)

für eine nebenberufliche Tätigkeit (mündliche Interviews, vorwiegend in Privathaushalten an Ihrem Wohnort). Wenn Sie aufgeschlossen sind, über ein sicheres Auftreten verfügen, an Menschen, interessanten Themen und an einem kleinen Nebenverdienst interessiert sind, dann schicken Sie uns einfach einen tabellarischen Lebenslauf zu (keine Zeugnisse, noch kein Passbild).

IfD Institut für Demoskopie Allensbach
Interviewer-Ressort · 78472 Allensbach
Fax: 07533/30 48 · interviewer@ifd-allensbach.de
www.ifd-allensbach.de/das-institut/interviewen-fuer-allensbach/

6256302_002625

Reinigungskraft gesucht (Minijob)
Siemes Schuhcenter, Eybelheideweg 1-7, 38518 Gifhorn, Arbeitszeit: Mo.-Sa. 8:30 – 9:45 Uhr, Bewerbung telef. unter ☎ 02452 1571494 bitte unbedingt mit Angabe Ihrer Tel.Nr.

Praxis sucht MFA, Empfangskraft in TZ. ☎ (0 15 22) 1 68 30 09

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

hallo
wochenende

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

... und eine gute Reise

hallo
wochenende

Dein Job in Gifhorn und Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Springer für Wolfsburg
- Eischott
- Parsau
- Isenbüttel
- Müden
- Leiferde
- Volkse
- Dalldorf

Heute eingestellt,
morgen zugestellt

Egal ob Vollzeit, Teilzeit oder als Minijob.
Wähle aus den besten Zustelljobs deiner Region den aus, der zu dir passt!



jetzt.bewerben@lokalboten.de
Hotline: 0800 1234 399
(kostenfrei)

6403101_002425

▶ **STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL**

Reinigungskraft wir suchen ab sofort eine Reinigungskraft für Privaträume in Kerkse/Mörse. Die Arbeitszeit beträgt 4 Std. in der Woche, jeden Freitag von 8:00-12:00. Der Mini-Job wird mit 14 € die Stunde verrechnet. ☎ 01 51 11 54 10 28

Reinigungshilfe für 2 Personenhaushalt in Vöhrum gesucht. Alle 2 Wochen für 3 Stunden. ☎ **Z 71 041**

▶ **MINIJOBS GESUCHE**

Su. Basis- oder Nebenjob in WOB
☎ (0174) 98 41 483

▶ **MINIJOBS ANGEBOTE**

Reinigungskraft m/w/d für WOB-Heinenkamp gesucht AZ: Montag - Freitag ab 15:00 Uhr, 2,8 Std. täglich Tel. Bewerbung unter ☎ 0160/8860808
Hermes Gebäudereinigung

Haushaltshilfe/Hauswirtschaftlerin (Teilzeit oder Mini-Job) in Calberlah gesucht. Für unseren Privathaushalt suchen wir eine fleißige, freundliche und aufrichtige Mithilfe, die unseren Einpersonenhaushalt tip-top in Schuss hält, sich um die Erledigung von Einkäufen kümmert und die Textilpflege übernimmt. Telefon 0151 464 531 76

Gartenhilfe gesucht

Wir suchen 14-tägig erfahrenen Helfer*in für unseren Ziergarten. ☎ (0 53 71) 7 31 03

Hilfetelefon
„Gewalt gegen Frauen“

116 016

- anonym
- kostenfrei
- 24/7 erreichbar
- mehrsprachig
- Online-Beratung: www.hilfetelefon.de



Bundesamt
für Familie und
zivilgesellschaftliche Aufgaben

Hilfetelefon **116 016**
Gewalt gegen Frauen
www.hilfetelefon.de

Die aktuelle
Wochenendzeitung

hallo
wochenende

**Machen Sie einen
lebensverändernden
Unterschied für
Lakota-Kinder!**

**Fordern Sie heute Ihr
GRATIS-Magazin an!**

**GRATIS:
VERMÄCHTNIS-
MAGAZIN**



Rufen Sie 069 / 8383 8742
an oder besuchen Sie
stjosefs.de/nachlass

**hallo
wochenende**

erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

Verlag: Madsack Medien Ostniedersachsen
GmbH & Co. KG

31224 Peine, Werderstraße 49

Internet:
www.halogifhorn.de, www.hallowob.de

Geschäftsführer:
Carsten Winkler, Günter Evert

Redaktionsleitung: Melanie Stallmann

Redaktion Gifhorn:
38518 Gifhorn, Steinweg 73

E-Mail: redaktion@hallogifhorn.de

Redaktion Wolfsburg:
38440 Wolfsburg, Porschestraße 74

E-Mail: redaktion@hallowob.de

Anzeigen-Annahme
hallo Gifhorn und hallo Wolfsburg

Tel. (08 00) 1234-906

*kostenlose Servicenummer

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Carsten Winkler

Vertrieb:
Verlagshaus Werderstraße 49, 31224 Peine

(08 00) 1234-909

E-Mail Gifhorn: vertrieb@hallogifhorn.de

E-Mail Wolfsburg: vertrieb@hallowob.de

Verbreitete Auflage:
Gemäß ADA Meldung für Q3/2024

hallo Gifhorn 48.101 Exemplare

hallo Wolfsburg 79.791 Exemplare

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen

Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

Gültige Preisliste im Internet:
www.waz.mediadaten.online/anzeigenblaetter

Erfüllungsort und Gerichtsstand ist für
das Mahnverfahren und im Verkehr zu

Vollkaufleuten Hannover.

Leserbriefe: Anonyme Zuschriften werden nicht ver-
flichtigt. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse ver-
sehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Re-
daktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung
der presserechtlichen Verantwortung vor. Für unverlangt
eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernom-
men. Rücksendungen nur, wenn Porto beiliegt.



Bundesverband Deutscher
Anzeigenblätter



ANZEIGEN-
BLÄTTER-
VERBAND

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möch-
ten, bitten wir Sie, einen Werbebotschafts-Kleber mit
dem Zusatzhinweis » bitte keine kostenlosen Zeitun-
gen an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere In-
formationen finden Sie auf dem Verbraucherportal
www.werbung-im-Briefkasten.de

► VERKAUF ALLGEMEIN

POLSTERMÖBEL VOLLREINIGUNG

- Aufarbeitung
- Reparaturen

Fa. Reinecke: Vorsfelde 05363-2499

30809301_002424

Hinterglasmalerei von Elfi Dorn,
Wolfsburger Schloss und Ütschen-
paul Vorsfelde, ca. 71x55cm, re. u.
sign., günstig zu verkaufen, auch
einzelnen. Kontakt hh_wob@gmx.de

Gr. Bäume, kleine, krumme,
schräge, riesen, trockene Bäume,
Heckenschnitt. Sturmschäden mit
Entsorgung. ☎ (01 71) 4 13 66 25

Verk. Brennholz in 3m Längen,
Anfuhr mögl., ☎ (0176) 61 92 76 74

Verk. Brennholz/Kaminholz, abge-
lagert, frei Haus, ☎ (0 58 33) 1835

Buche, Eiche trocken, 5 Kart. á 25
kg 135,-. Liefer. 15,-. 0171 4136625

Kaminholz frei Haus,
☎ (01 70) 1 04 52 67

► ALLGEMEIN ANKAUF

Möbel Kamera Teppich Hausrat
usw. Kaufe Möbel Hausrat aus Omas
Zeiten Nähmaschine Musikinstru-
mente Akkordeon Trompete Geige
und vieles mehr. Teppiche Geschirr
Schmuck Silberbesteck Uhren An-
sichtskarten alte Fotoalben sowie
Ferngläser Fotoapparate Kameras
mit Zubehör. Alle Gesuche auch alt
und defekt ☎ (01 79) 1 69 81 42

SUCHE MODELLAUTOS

aus dem VW-Werk gerne kpl. Samm-
lung Tel. 05361/55465

Eisenbahn Märklin, Trix, Model-
autos Wiking, Siku (0 53 03) 69 59

Kaufe Bücher aus allen Bereichen,
T. Ehbrecht, ☎ (0 51 49) 86 08

kult-und-krempel.de Haushaltsräumungen Schmuckankauf Antikhandel 0160 7495050

30809101_002424

Sammler sucht alte Uhren, alten
Modeschmuck, altes Porzellan, alte
Münzen aus allen Ländern ☎ (01 76)
62 21 20 32 oder ☎ 05371/54723

Ihr Anruf ist Geld wert! Kaufe Näh-
masch., altes Spielzeug, Rohbern-
stein, Schmuck, Münzen, Bücher,
handtaschen, Abendgarderobe,
teppiche, Musikinstrumente, Porzel-
lan, Puppen, Gobelinbilder, LPs, Mi-
litarie 1 + 2. WK, Silberbesteck
(auchversilbert 90iger), Zinn, Zahle
sofort u. bar. BS ☎ (0152) 15790993

Fussball-Fan sucht alte Sammelbil-
der, Eintrittskarten, Trikots, Auto-
gramme u.v.a. ☎ (04 21) 32 25 73 53

Suche ständig für sozialschwache
Menschen: Geschirr, Deko,
Möbel, Elektroartikel usw. Nehmen
alles, hole sofort kostenlos ab. Wir
führen auch Haushaltsauflösungen
und Entrümpelungen durch.
☎ (01 73) 6 17 93 06

► TV, VIDEO, HIFI ANKAUF

Tonbandgerät Tonbandmaschine
Suche Tonbandgerät Tonband-
maschine und Tonbandspulen
☎ 0 17 91 69 81 42

Bei Anzeigen, die unter Chiffre erscheinen,

können wir über Auftraggeber keine
Auskunft geben. Die Geheimhaltung
des Auftraggebers ist jeweils ver-
pflichtender Bestandteil des Anzeigen-
Auftrages bei Chiffre-Anzeigen.

► VERSCHIEDENES

Gründung spiritueller Austausch-
gruppe. "Ein Kurs in Wundern" &
"Ein Kurs der Liebe". ☎ (01 70)
8 01 27 74 (ab 18 Uhr)

► REISEN / VERAN- STALTUNGEN

Flohmarkt Harz+Heide BS!
Veranstalter Agentur Maué
Sa./So. 08./09.FEBRUAR
pinguin-maerkte.de

► FERIENWOHNUNGEN & -HÄUSER

Föhr, süßes kl. Ferienhäuschen,
200m zum Meer, ☎ 0178/2 36 77 99

► TIERMARKT VERKAUF

► HUNDE & ZUBEHÖR

Rüde 3 J., weiß-braun, 49 cm gross,
15 kg, lieb, fröhlich, aktiv, noch etwas
unsicher, muss noch einiges lernen,
Chip, geimpft, kastr., sucht hundeerf.
geduldiges Zuhause mit Zeit, gern
Haus + Garten in eher ruhiger Um-
gebung 0151/23778230

Im Internet finden

Sie uns unter:

www.hallowochenende.de

hallo
wochenende



**Ihr Testament für
den Tierschutz –
hinterlassen Sie
bleibende Spuren.**

**VIER PFOTEN rettet Tiere
in Not und beschützt sie.**

Wir sind gerne persönlich
für Sie da!



Sabine Cordes: 040 399 249-76

Olaf Höwner: 040 399 249-36

E-Mail: testamente@vier-pfoten.de



Tierschutz.
Weltweit.

► GESUNDHEITSPFLEGE / -DIENST

SALZGROTTE WOLFSBURG

Aufatmen! Auch orig. Thaimassage
& Naturheilpraxis

Röntgenstr. 83 • 0 53 61 - 84 86 459

www.salzgrotten.eu

TIPP: LAVITA & Hydrojet!

30840301_002424

► EHEWÜNSCHE ALLGEMEIN

► BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

Frau, 66 Jahre mit Hobby Garten
sucht nette Freundin zum Gedan-
kenaustausch. ☎ Z 67 276

Aktive Singles treffen sich im F-F-R
zur gemeinsamen Freizeitgestaltung.
Auch allein? Das muss nicht sein!
F-F-R Info unter : 05371 -51755

kochen gemeinsam

Detmerode >> gemeinsam-statt-
einsam ergibt essen mit Spaß und ist
günstiger >> herzlich, einfach oder
international. kochen, backen, vor-
bereiten schnippeln. jeden Montag
ab Uhr 10.00 oder Absprache. da-
nach gemeinsam essen, reden spie-
len. auch ohne Mitgliedschaft >>>
Infos: 05361 2736370 oder 01786
115 148

Hallo Alleinstehende! Der F-F-R or-
ganisiert & begleitet wöchentliche
Veranstaltungen z. B. Reisen, Klönen,
Kegeln uvm. Info 05371-51755

Bildschöne, zierliche Christine, 65
J., junggebliebene Witwe, bin liebe-
voll, aufgeschlossen, fürsorglich und
zärtlich (ehemalige Stationschwes-
ter/Leiterin) Da ich kinderlos bin,
wohne ich ganz alleine in meiner
Wohnung. Ich wünsche mir pv noch
einmal von ganzem Herzen einen
treuen Mann, der es ehrlich mit mir
meint. Tel. 0160 - 97541357

Attraktive Beamtenwitwe, 72 J.,
mit femininer Figur, sehr charmant
und kultiviert. Nach dem schmerz-
haften Verlust meines Mannes suche
ich pv einen einfühlsamen Lebens-
partner bis ca. 80 J., bei getrennten
oder auch gemeinsamen Wohnen.
Bei ernsthaftem Interesse bitte ich
um telefonische Kontaktaufnahme
Tel. 0160 - 7047289

► BEKANNTSCHAFTEN FÜR SIE

Er, 36, sucht Hausfrau. Ich wohne in
der Nähe von Wolfsburg, in einem
Haus mit Garten. Bist du zwischen 18-
30 Jahre mit viel Zeit? Möchtest du
das Leben ohne Arbeitsstress genie-
ßen? Hast du Lust auf Spaß, Aus-
gehen und entspanntes Abhängen?
Dann würde ich mich freuen, dich
kennenzulernen! WA 015735874592

Er, 69, 1,72m, sucht liebe Partnerin
für ein liebevolles Miteinander für-
einander im Herbst des Lebens. Zu-
schriften unter ☎ Z 71 276

► BEKANNTSCHAFTEN FÜR IHN

Sie, 73J., sucht netten Mann, für eine
ernsthafte Partnerschaft, Alter
72-75J., bis 1.80m groß und mobil.
☎ Z 71 556

► KONTAKTANZEIGEN

Neu, 50 J., (01 52) 23 03 47 16 GF

Achtung Stellensuchende

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

Für verlorengegangene Einsendungen kön-
nen wir keinerlei Haftung übernehmen.
Ihre Anzeigenabteilung

► VERKAUF PKW

► VW LUPO

Lupo, 44KW, sehr gepflegt, TÜV
neu, gute Ausstattung, Klima usw.,
2900€ VB ☎ (01 52) 11 54 59 82

► ANKAUF PKW

Unfall + Totalschäden

- Gebrauchtwagen -
VW, Audi, Opel, Ford, MB,
Japaner, Skoda, Busse usw.,
Bj. 2002 - 2025

ZAHLE HÖCHSTPREISE
☎ (05365) 88 66 F. H. Autohandel

33103202_002424

Suche Auto mit oder ohne TÜV.
☎ (0 15 90) 4 15 13 88

Schrottfahrzeuge aller Art, Ankauf
und Abholung, Auto Püschel
☎ (08 00) 5 89 05 70

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

Suche einen Kombi wünschenswert
ab EZ. 2011. ☎ 01 57 73 88 30 95

**Kaufe PKW, LKW,
Wohnmobile,
auch Unfall**

E-Mail:
hirsch-rudolf@web.de
Tel. 0171-7777742

33231501_002424

► KRAFTRÄDER

► MOTORROLLER



Bei Ihrem Vertragshändler
Küttner • Gifhorn
Schillerplatz • Telefon (0 53 71) 43 44
www.kuettner24.de

3020201_002423

► ANKAUF KRAFTRÄDER

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (05 31) 8789370

Motorrad-Ankauf (05308)5109017
Abholung & Barzahlung

► CAMPINGFAHRZEUGE VERKAUF

Wohnmobil Fiat Ducato mit Bürst-
ner Ausstattung, Erstzulassung
07/08, 63 Tkm, Maße L: 5,99m, B:
2,20m, H: 2,85m, 116 kW Diesel, VB
37.900€. ☎ 0174/9029059

Wohnmobil (Haus) mit Überdach u.
Terrasse, direkt am See, mit allem In-
ventar ☎ (0 51 71) 5 24 79 ☎ (01 76)
57 78 49 29

► CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

Wir kaufen Wohnmobile &
Wohnwagen ☎ (0 39 44) 3 61 60
www.wm-aw.de, Firma

**Bildung schenkt
Freiheit**



ora
Kinderhilfe



Werde jetzt Pate!

gültig ab Mo. 10.02 bis Mi. 12.02.25

Herkunftsnachweise von unseren Produkten - siehe Etikettierung



Dicke Rippe vom Schwein
an unserer Frischetheke
je 1 kg

-17%
4,99*
~~5,99~~



Frische Forelle

an unserer Frischetheke
je 1 kg

-26%
8,88*
~~11,99~~



Getrockneter und gesalzener Hecht
an unserer Frischetheke
je 100g

-29%
1,99*
~~2,79~~



Hähnchenunterschenkel
an unserer Frischetheke
je 1 kg

-15%
3,89*
~~4,59~~



Tintenfisch Tuben
roh sauber Packung
700g
(1 kg = 12,69*)

-11%
8,88*
~~9,99~~

Nur solange der Vorrat reicht | Für Druckfehler keine Haftung | An alle Haushalte mit Tagespost. | * alle Preise in Euro

Unsere neue Digitale Kundenkarte IST DA!

So einfach gehts!

1. QR Code scannen & App laden
2. Konto erstellen
3. Frischmarkt Gifhorn auswählen
4. Digitale Kundenkarte erstellen & hinzufügen
5. Frischepunkte sammeln & sparen!



Jetzt App laden & profitieren! Mit jedem Einkauf Punkte sammeln und bares Geld sparen **1€ = 1 Punkt** (1 Punkt = 1 Cent)
Schluss mit Papierquittungen – deine Belege erhältst du digital per E-Mail.
Ab 500 Punkten kannst du direkt an der Kasse einlösen. Zusätzlich warten exklusive Bonus-Aktionen nur für App-Nutzer auf dich!

gültig ab Do. 13.02 bis Sa. 15.02.25

Herkunftsnachweise von unseren Produkten - siehe Etikettierung



Schweinebauchrippen
an unserer Frischetheke
je 1 kg

-14%
5,99*
~~6,99~~



Seewolf

frisch aufgetaut
an unserer Frischetheke
je 1 kg

-17%
5,79*
~~6,99~~



Rotbarsch
kaltgeräuchert
an unserer Frischetheke
je 1 kg

-29%
9,99*
~~13,99~~



Hähnchenflügel
an unserer Frischetheke
je 1 kg

-17%
3,49*
~~4,19~~



Tintenfischringe
roh, sauber
700g
(1 kg = 12,69*)

-16%
8,88*
~~9,99~~

Nur solange der Vorrat reicht | Für Druckfehler keine Haftung | An alle Haushalte mit Tagespost. | * alle Preise in Euro