hallo GIFHORN wochenende

AZ WAZ
Jetzt App downloaden!
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland rnd

20 ❖ 47. Jahrgang · 9. Mai 2026 www.hallogifhorn.de Zustellung hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ Geschäftskunden (05371) 808 -104/-116 Kleinanzeigen (0800) 1234-903 Redaktion (05371) 808-123

Skandalös: So wild entsorgt Gifhorn seinen Müll

300 alte Reifen im Wald bei Gilde neuer **trauriger Rekord** – Wilde Müllkippen sind keine Einzelfälle

Gifhorn. Das sah nicht schön aus: Auf einem Waldweg bei Gilde lagen rund 300 illegal entsorgte alte Reifen. Die Polizei sucht nach den Verursachern - auf die in jedem Fall hohe Bußgelder warten. Wobei dieser Fund nicht die einzige wilde Müllkippe ist- immer wieder tauchen im Kreis neue auf. Eines der wohl ekligsten Fundstücke in diesem Zusammenhang: ein mit Restmüll und Exkrementen gefüllter Wohnanhänger.

Polizei ermittelt noch im jüngsten Fall

Aber erst einmal zurück zum jüngsten Fall: Etwa 300 Altreifen wurden Anfang April in einem Waldstück bei Gilde nahe der Kreisstraße 35 illegal entsorgt. Der Eigentümer des Waldstücks hatte sie dort eines Tages entdeckt. Vom Verursacher fehlt laut Landkreisverwaltung nach wie vor jede Spur - die Polizei ermittelt auf Hochtouren und bittet um Hinweise unter Telefon (0 53 71) 98 00.



Wilde Müllkippe an der Kreisstraße 31: So wie hier zwischen Wahrenholz und Weißes Moor finden sich zunehmend illegale Müllablagerungen im Kreis Gifhorn. FOTO: SEBASTIAN PREUß

300 Reifen - die Menge entspricht der Ladung eines kompletten Sattelzuges. „Das ist kein Kavaliersdelikt, sondern eine mit offensichtlich krimineller Energie durchgeführte Handlung“, bilanziert Kreisrätin und Umweltdezernentin Ute Spieler. Und eine möglicherweise teure Handlung noch dazu: Bei einem Bußgeldverfahren

Fortsetzung auf Seite 2

LUTZ IMMOBILIEN



Gewerbefläche im 1. OG zu mieten
Unter den Eichen - Leiferde
ca. **69 m² Fläche**
mit Teeküche, Abstellraum, WC
Der Grundriss kann angepasst werden.
Parkplätze direkt vor der Tür
☎ 05371 / 627 79 38
info@immolutz.de

Lutz Immobilien
Oliver Lutz
über 25 Jahre Ihr Partner für Immobilien
www.immolutz.de

14025801_002426

trinkgut GM Willeke GmbH
Gültig vom 11.05. – 16.05.26
Öffnungszeiten: Mo-Sa 8-20 Uhr
Isenbütteler Weg 43
GIFHORN

Beck's Pils
und weitere Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l/24 x 0,33 l
(1 l = € 1.10/1.39) zzgl. € 3.10/3.42 Pfand
10.99

Bad Pyrmonter Mineralwasser
versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,75 l
(1 l = € 0.67) zzgl. € 3.30 Pfand
5.99 Glasflaschen

Coca-Cola, Fanta o. Sprite
und weitere Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0.92)
zzgl. € 3.30 Pfand
10.99

Feldschlößchen Pilsner
Kasten = 30 x 0,33 l
(1 l = € 0.91) zzgl. € 3.90 Pfand
8.99

Wittinger 1429 Pils o. Alster naturtrüb
Kasten = 24 x 0,33 l
(1 l = € 1.39)
zzgl. € 3.42 Pfand
10.99

Monster Energy Drink
versch. Sorten
0,5 l Dose
(1 l = € 1.58)
zzgl. € 0.25 Pfand
0.79

Vilsa Mineralwasser
versch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0.42)
zzgl. € 3.30 Pfand
4.99

Wolters Pilsener
Kasten = 30 x 0,33 l
(1 l = € 1.11)
zzgl. € 3.90 Pfand
10.99

St. Hubertus-Tropfen
versch. Sorten
15,3% - 30% Vol.
Karton = 24 x 0,02 l
(1 l = € 12.48)
5.99

Wodka Gorbatschow
37,5% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 9.27)
6.49

Jack Daniel's Mixgetränke
versch. Sorten
10% Vol.
0,33 l Dose
(1 l = € 6.03)
zzgl. € 0.25 Pfand
1.99
Vorteilspreis 1.85 € mit der trinkgut App (1 l = € 5.60)

Maybach Weine
versch. Sorten
0,75 l Flasche
(1 l = € 3.99)
2.99

Irrtum vorbehalten • Abbildungen nicht verbindlich • Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen! • Nur solange der Vorrat reicht! • KW 20/26

5499901_002426

Umweltverschmutzung durch wilde Müllkippen

Fortsetzung von Seite 1

könnte eine Strafe in Höhe von bis zu 25.000 Euro verhängt werden.

Gummiberg im Landschaftsschutzgebiet

Und: Der Fundort befindet sich im Landschaftsschutzgebiet „Gifhorner, Winkeler und Fahle Heide und angrenzende Landschaftsteile“, das ebenfalls beeinträchtigt wurde. Dahinterliegende Flurstücke waren versperrt und auch für Einsatzfahrzeuge war der Waldweg nicht mehr passierbar. Möglicherweise könnte die illegale Müllentsorgung damit sogar eine Straftat darstellen.

„Das war der bisher schlimmste Fall in diesem Jahr“, heißt es dazu von Anja-Carina Riechert, der Pressesprecherin des Landkreises. Aber nicht der einzige. Insgesamt wurden schon elf Tonnen illegal entsorgte alte Reifen in diesem Jahr im Kreis entdeckt. Das entspricht fast der Gesamtmenge von illegal entsorgtem Müll, der im Jahr 2024 gefunden wurde - zwölf Tonnen waren es damals.

Der Landkreis ist für die Entsorgung wilder Müllkippen zuständig - und immer öfter gefordert. Auch in Sachen alter Reifen. Erst Ende August 2025 waren mehrere Dutzend von ihnen im Wald zwischen dem Wilscher Erikasee und der Bundesstraße 4 nördlich von Kästorf entsorgt worden. Aus der Bevölkerung hatte es am 1. September einen entsprechenden Hinweis gegeben. Als der Landkreis die Reifen entsorgen wollte, waren sie allerdings schon weg - offenbar hatte der Verursacher „kalte Füße“ bekommen und die Reifen selbst wieder abtransportiert. Alte Reifen machten 2025 mit rund zwölf Tonnen übrigens einen Großteil des Gesamtaufkommens aus bei illegal entsorgtem Müll.

Jedes Jahr ein trauriger Rekord

Überhaupt hatte es 2025 einen traurigen Rekord gegeben - mit rund 17 Tonnen illegalen Mülls. Darunter war auch ein auf einem Feldweg im Nordkreis abgestellter Wohnwagen in einem - so die Polizei damals - „abgewirtschafteten Zustand“. Das Gefährt stand dort ohne Kennzeichen und mit unkenntlich gemachter Fahrzeugidentifikationsnummer, dafür aber befüllt mit Restabfällen und Exkrementen, wie sich Anja-Carina Riechert erinnert.

Schon elf Tonnen alter Reifen, dazu einige weitere Funde: Es zeichnet sich bereits Anfang Mai ab, dass 2026 wieder ein Jahr mit einem traurigen Rekord werden dürfte. Zum Vergleich: 2024 hatte es an 86 Stellen insgesamt „nur” rund zwölf Tonnen illegal entsorgten Mülls gegeben.



Alte Reifen machen mit zwölf Tonnen einen Großteil illegal entsorgten Mülls aus. FOTO: SEBASTIAN PREUß

Parallel zu den Abfallmengen steigen übrigens auch die Entsorgungskosten. Und die müssen von allen Bürgern über die Abfallgebühren getragen werden, sofern sich die Verursacher nicht feststellen lassen. Für die Entsorgungen im Jahr 2024 beispielsweise zahlte der Landkreis 46.500 Euro, ein Jahr zuvor waren es 30.400 Euro.

Bußgeld, Geldstrafe, Freiheitsstrafe

Werden Verursacher ermittelt, kann es für sie teuer werden. In der Regel drohen Bußgelder, gemäß Bußgeldkatalog kann der Landkreis Bußgelder von 50 bis 25.000 Euro fordern. Bei gefährlichen Abfällen wird strafrechtlich ermittelt und nach dem Strafgesetzbuch entschieden. In solchen Fällen drohen Freiheitsstrafe bis zu fünf Jahren oder eine Geldstrafe.

Zur Einordnung: Die genannten Zahlen beziehen sich nur auf wilde Müllkippen, also Ansammlungen illegal entsorgten Mülls. Hinzu kommen noch die sogenannten Straßenreinigungsabfälle - also beispielsweise leere Getränkedosen, Fast-Food-Verpackungen oder Zigarettenschachteln, die achtlos weggeworfen werden. Die Gesamtmenge der Straßenreinigungsabfälle hat sich in den vergangenen Jahren verdreifacht: Im Jahr 2022 betrug die Menge noch 0,7 Tonnen. Ein Jahr später lag die Menge bereits bei 21,7 Tonnen. Und im Jahr 2024 mussten schon 71,7 Tonnen entsorgt werden.

Infos über die Abfall-App des Landkreises

„Illegal entsorgte Abfälle sind leider kein Einzelfall. Bürgerinnen und Bürger können solche Sichtungen jederzeit über die Abfall-App des Landkreises Gifhorn melden. Auch Hinweise auf mögliche Verursacherinnen oder Verursacher werden verfolgt, um diese in die Verantwortung nehmen zu können“, sagt Kreisrätin Ute Spieler. Weitere Informationen zur Abfall-App erhalten Interessierte unter www.landkreis-gifhorn.de/abfall-app.



13981801_002426

Mit neuem Flitzer unterwegs

Pflege- und Betreuungsverein profitiert von Sozialprojekt VRmobil

Gifhorn. Der Gifhorner Betreuungsverein sowie der Caritasverband sind seit Kurzem mit neuen Fahrzeugen unterwegs. Möglich wurde das durch die Förderung das Sozialprojekts VRmobil der Volksbank Brawo, das jährlich Fahrzeuge an soziale und gemeinnützige Einrichtungen vergibt.

„Die Vereine übernehmen eine unverzichtbare Rolle in unserer Gesellschaft und leisten eine wertvolle Arbeit", sagte Claudia Kayser, Leiterin der Volksbank Brawo-Direktion Wolfsburg, bei der feierlichen Übergabe. Daher gelte sowohl den Einrichtungen als auch den Kundinnen und Kunden, die diese Förderung mit ihrer Teilnahme am Gewinnspiel erst möglich machen, ein besonderer Dank.

Urte Kowalski und Maria Gebken vom Gifhorner Betreuungsverein hoben die enorme Bedeutung der Spende hervor: „Das neue Fahrzeug ist für uns ein großer Gewinn", sagte sie. „Es ermöglicht uns, noch flexibler und schneller auf die Bedürfnisse unserer Klientinnen und Klienten einzugehen. Wir sind sehr dankbar für diese wertvolle Unterstützung, die unsere Arbeit vor Ort nachhaltig stärkt."

Bei dem Gewinnsparen der Volks- und Raiffeisenbanken fließt von jedem Gewinnsparlos im Wert von 5 Euro ein Euro in das Losentgelt. Die möglichen Gewinne reichen von 4 Euro bis 25.000 Euro; außerdem gibt es Zusatzverlosungen. Ein Teil des Losentgelts landet in einem Spendentopf, aus dem gemeinnützige Projekte in der Region unterstützt werden.



Freuen sich über das neue Fahrzeug: Maria Gebken (li.) und Urte Kowalski vom Gifhorner Betreuungsverein nehmen von Claudia Kayser, Direktionsleiterin der Volksbank Brawo Gifhorn, den neuen Polo entgegen. FOTO: VR-GEWINNSPARGEMEINSCHAFT E.V.

Sonderaktion bis 31.05.2026
V. Gloger
www.gloger.com
Made in Germany
34 Jahre
Haustüren Vordächer
Terrassenüberdachungen Glasoasen Markisen
Garagentore Deckenlauftore Kastenrolltore
Fenster & Rollläden Schiebeanlagen Faltanlagen
V. Gloger Direktförderung ohne komplizierte Antragstellung auf alle Produkte
Mindestens 21% Förderung
Helmstedt, Gröpern 49, vom Fenster bis zum Garagentor
Sommersdorf, Bergstr. 48, Produktion und Logistik
05351 424757
vertrieb@gloger.com
www.gloger.com
7 JAHRE GARANTIE*
Nur bei Ihrem weinor Top-Partner
somfy EXPERT
14496101_002426

NASSE WÄNDE? FEUCHTE KELLER?
Vertrauen Sie auf Handwerksarbeit durch unseren anerkannten Meisterbetrieb.
TROCKENLEGUNG
– Ursachenforschung einschließlich Angebot –
Witterungsunabhängige umweltfreundliche Systeme
Das Abdichtungssystem Inh. Carsten Dippelt
Ihr Maurermeisterfachbetrieb für Feuchtigkeitsschäden
Eingetragener Meisterbetrieb!
Celler Straße 124, 38114 Braunschweig
☎ (05 31) 5 90 63 68
www.das-abdichtungssystem.de
13326201_002426

HADI
Der Schnäppchenjäger
Angebote gültig vom 11.05. bis 16.05.2026

Propangasflaschen (grau)
(kg = 2,72 €) 11-kg-Füllung 29.95
(kg = 3,10 €) 5-kg-Füllung 15.50

Holzkohlebriketts
10 kg Packung
(1 kg = 1,- €)
10-kg-Sack
9.95

Koffer-Set
- ABS Hartschale
- 4 Doppelrollen
- 360° drehbar
- Mit Zahlenschloss
- Maße:
H 74 cm x B 49 cm x T 30 cm
H 64 cm x B 44 cm x T 27 cm
H 55 cm x B 38 cm x T 23 cm
3 teiliges Set
79.-

Rindenmulch
(1 Liter = 0.07 €)
3 Sack à 70 Liter = 210 Liter
14.50

Grillanzünder
flüssig
1-Liter-Flasche
2.95

Wimpelkette
- grün/weiß oder bunt
- Länge: 10 Meter
- Mit Befestigungsband
- Höhe der Wimpel: 30 cm
1.95

Pflanzerde
die richtige Erde für erfolgreiche Neueinpflanzung, fördert das Bewurzeln und sattes Grün
(1 Liter = 0.06 €)
2 Sack à 70 Liter = 140 Liter
9.50

Teich Menü
– für Teichfische
– 3 verschiedene Sorten im Eimer
– 5 Liter Eimer
(1 Liter = 1,39 €)
verschiedene Sorten im 5 Liter Eimer
6.95

Sommer-Scheibenklar
– für die PKW-Scheibenwaschanlage
– (1 Liter = 0,50 €)
5-Liter-Kanister
2.50

Speisekartoffeln 5 kg Sack
Knallerpreis
– Kl. I
– versch. Kocheigenschaften und Sorten, siehe Etikett
– (1 kg = 0.30 €)
Unsere Kartoffeln kommen vom Hörnings Hof
1.50

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
Hadi Sonderposten Bruns & Didjugeit OHG, Hohes Feld 15, 38531 Rötgesbüttel • Irrtümer vorbehalten • Für Druckfehler keine Haftung • Solange Vorrat reicht.
14026001_002426

Nachlass-Chaos vermeiden: So dokumentieren Sie Ihr Vermögen

Wüssten Ihre Erben, wo sich Ihr Vermögen befindet? Eine Forsa-Umfrage im Auftrag der SOS-Kinderdörfer weltweit zeigt, dass das in vielen Fällen wohl nicht der Fall wäre. Denn demnach hat nicht einmal jeder Dritte (30 Prozent) seine Vermögenswerte vollständig dokumentiert und mit seinen Erben besprochen, sodass sie im Todesfall leicht zu finden wären. Rund jeder zweite (48 Prozent) hat eine solche Dokumentation gar nicht oder nur auszugsweise erstellt - von einem Gespräch mit den Nachkommen ganz zu schweigen.

Im Ernstfall kann das zum Problem werden. Denn wer nicht weiß, wo welche Vermögenswerte liegen, kann darauf auch schlicht nicht zugreifen. In solchen Fällen spricht man von sogenannten nachrichtenlosen Konten. Zu den Kunden dieser Bankguthaben und Wertpapiere haben Banken jeglichen Kontakt verloren und können ihn auch nicht wiederherstellen. Vermeintlich, weil deren Besitzer verstorben sind und deren Erben nichts von der Existenz dieser Werte wissen. In Deutschland sollen auf Millionen solcher Konten Schätzungen zufolge mehrere Milliarden Euro liegen.



Zentrale Vermögensübersicht: Eine vollständige und übersichtliche Dokumentation aller Konten, Depots, Versicherungen und Immobilien erleichtert Erben den Zugriff auf das Vermögen.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER

So sollten Vermögenswerte dokumentiert werden

Nora Dieckmann, Fachanwältin für Erbrecht und Justiziarin bei den SOS-Kinderdörfern weltweit, rät Verbraucherinnen und Verbrauchern daher, eine zentrale Vermögensübersicht zu führen und diese regelmäßig zu aktualisieren. „Wichtig ist, dass sie vollständig ist und für Dritte verständlich bleibt“, so Dieckmann. Die Übersicht sollte sämtliche Bankkonten, Depots, Versicherungen, Immobilien, Beteiligungen und Zugänge zu digitalen Vermögenswerten enthalten, außerdem Hinweise auf etwaige Schulden.

„Die Übersicht gehört nicht ins Testament, sondern sollte separat in einem verschlossenen Ordner und zusätzlich als digitales Dokument mit klar geregeltem Zugriff aufbewahrt werden“, empfiehlt Dieckmann. Im Idealfall weiß eine Vertrauensperson von der Existenz dieser Übersicht. Ansonsten sollten die Informationen nach dem Tod des Erblassers für die Erben gut auffindbar sein.

Guthaben geht nicht einfach verloren

Fehlt eine solche Übersicht, haben es Erbinnen und Erben in der Regel schwer, sämtliche Vermögenswerte des Erblassers aufzuspüren. Helfen kann die Sichtung von Post, Vertragsunterlagen, Kontoauszügen und Steuerbescheiden. Wer gezielt Banken anschreibt und um Auskunft bittet, muss Dieckmann zufolge etwa einen Erbschein oder ein notarielles Testament mit Eröffnungsvermerk vorweisen können. „Hilfreich ist es außerdem, Kontakt zu Versicherern, früheren Arbeitgebern oder Steuerberatern aufzunehmen“, so die Justiziarin.

Ein zentrales Register, aus dem Erben in Deutschland sämtliche Vermögenswerte einer Person abfragen können, gibt es Dieckmann zufolge nicht. „Deshalb kann die Recherche lückenhaft bleiben und es hängt manchmal vom Zufall ab, ob man alle Vermögenswerte entdeckt.“

Eine Tatsache sollte Erbinnen und Erben aber beruhigen: Selbst wenn Guthaben jahrzehntelang ungenutzt auf irgendwelchen Konten liegen bleiben, verschwinden diese nicht einfach. „In der Praxis führen Banken Konten und Depots weiter“, sagt Dieckmann. Zwar müssen Banken solche Guthaben nach etwa 30 Jahren steuerlich ausbuchen und als Gewinn versteuern. Der Anspruch auf Auszahlung bleibt Eigentümern oder Erben aber auch darüber hinaus erhalten. „Melden sich Berechtigte später und weisen ihre Ansprüche nach, muss die Bank das Geld weiterhin auszahlen“, so Nora Dieckmann. (dpa)

Langsam wieder wechselhaft!

Vorhersage

Zunächst sollte die Sonne bei angenehmen Temperaturen auch noch länger scheinen können. In der neuen Woche wird es dann jedoch unbeständiger und bei zum Teil recht dichten Wolken steigt somit auch das Regenschauerrisiko an.

Biowetter

Die allermeisten Wetterfühligen dürften die auftretenden Wetterreize recht gut ausgleichen können. Lediglich vereinzelt kommt es bei Wetterfühligen mit bereits zu niedrigem Blutdruck zu Kopfschmerzen. Eventuell sind auch Schwindelattacken möglich.

Bauernregel

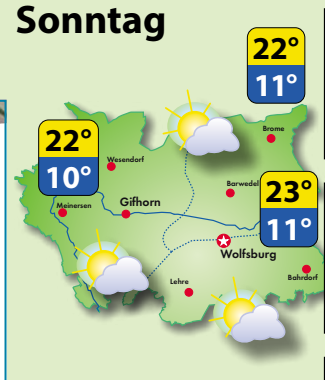
Wenn sich naht Sankt Stanislaus, schlagen alle Bäume aus. (7. Mai)

Das Wochenwetter wird präsentiert von

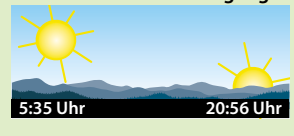


14492801_002426

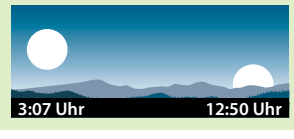
Sonntag



Sonne: Auf- und Untergang



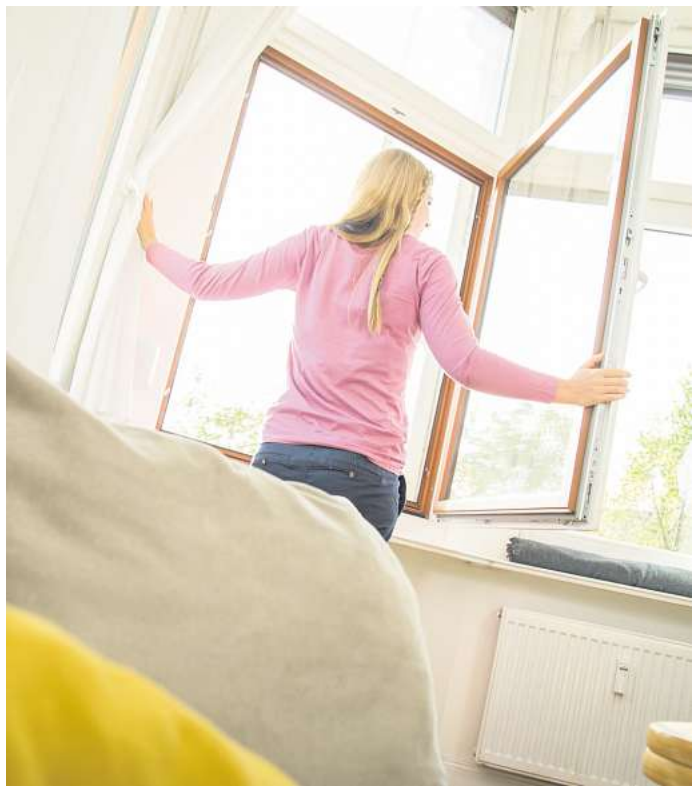
Neumond: 16.05.2026



Montag	21° 11°
Dienstag	19° 10°
Mittwoch	17° 8°
Donnerstag	17° 7°

„Hatschi!“ – Was gegen Pollen in der Wohnung hilft

Wenn draußen die Pollen fliegen, flüchten Allergikerinnen und Allergiker nach drinnen - doch da hört der Pollenalarm nicht unbedingt auf. Abhilfe kann eine Lüftungsanlage schaffen. Diese transportiert Abluft nach draußen und holt gefilterte frische Luft herein. Wichtig ist jedoch der richtige Filter und ein regelmäßiger Wechsel, heißt es in einem Blog der Initiative Wärme+.



Gezielt lüften: Ohne Lüftungsanlage empfiehlt sich kurzes Stoßlüften morgens oder abends, wenn die Pollenbelastung geringer ist

FOTO: CHRISTIN KLOSE

Feinfilter stoppt auch Pollenstückchen

Laut der Initiative ist der Knackpunkt Nummer eins aber: Viele Geräte haben serienmäßig einen einfachen Grobfilter, der Pollen zurückhält. Der reicht starken Allergikern oft aber nicht aus. Feinere Pollenbruchstücke etwa werden nur durch Feinfilter zurückgehalten. Tipp: Achten Sie beim Kauf auf die Filterleistung und erkundigen Sie sich, ob Sie eine bestehende Anlage nachrüsten können.

Knackpunkt zwei: Der Filter funktioniert nur, wenn er regelmäßig gewechselt wird. Wie oft? Das hängt davon ab, wie viel der Filter täglich zu tun hat. Als allgemeine Faustregel gilt: ein- bis zweimal pro Jahr. Tipp der Initiative: Wer beim Neukauf darauf achtet, dass der Filterstatus per Display oder App angezeigt wird, wird rechtzeitig erinnert.

Stoßlüften besser als gekipptes Fenster

Ohne Anlage empfiehlt der Deutsche Allergie- und Asthmabund (DAAB) das kurze, gezielte Stoßlüften. Damit kommen deutlich weniger Pollen in den Raum, als wenn man das Fenster lange gekippt lässt. Beste Uhrzeit dafür: morgens zwischen sechs und neun Uhr oder abends nach 21 Uhr, wenn weniger Pollen unterwegs sind. Vor allem im Schlafzimmer kann zusätzlich ein spezielles Pollenschutzgitter helfen.

Die Plagegeister hängen allerdings auch in Kleidung und Haaren. Wer draußen unterwegs war, zieht sich nach dem Nachhausekommen daher am besten um. Wichtig: Legen Sie die Draußen-Klamotten nicht ins Schlafzimmer. Schon ein Waschgang im Kurzprogramm entfernt Pollen zuverlässig. Auch die Haare am besten vor dem Zubettgehen waschen. DAAB-Tipp: Wer im Freien Kopfbedeckungen trägt, hält sich die Haare pollenfreier. (dpa)

Wie Traumata Familien prägen – und was hilft

Krieg, Flucht, Gewalt oder Verlust - hat ein Mensch so etwas durchgemacht, betrifft das oft auch seine Nachkommen. Man nennt das ein „generationsübergreifendes oder transgenerationales Trauma“, erklärt Prof. Petra Beschoner. Sie ist Fachärztin für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin.

Belastungen prägen Beziehungen

Hat ein Mensch ein schweres Trauma und leidet deshalb etwa unter Depressionen, prägt das seine Beziehungen, vor allem die zu seinen Kindern. Ganz unbewusst können Eltern so an ihre Kinder unter anderem übermäßige Vorsicht, emotionalen Rückzug oder ein starkes Kontrollbedürfnis weitergeben.

Das Paradoxe: Viele Betroffene sprechen nicht über ihre traumatischen Erfahrungen, weil sie ihre Liebsten schützen wollen. Gerade dieses Schweigen kann laut der Expertin aber dazu führen, dass Kinder diffuse Ängste oder ein schwer erklärbares Gefühl von Unsicherheit entwickeln.

Wie die psychologische Forschung zeigt, prägen traumatische Erfahrungen der Eltern das Selbstverständnis einer ganzen Familie. Ihre Kinder sind oft sehr sensibel in Bezug auf Bedrohungen. Etwas Neutrales nehmen sie schneller als gefährlich wahr, oder reagieren intensiver auf Stress. Außerdem eine Reaktion: Die Kinder fühlen sich verantwortlich dafür, dass es ihren Eltern emotional gut geht.

Reden als Schlüssel

Damit Leid nicht unbemerkt weitergegeben wird, müssen laut Petra Beschoner familiäre Traumageschichten sichtbar gemacht werden. „Das Ziel ist nicht, alte Wunden aufzureißen, sondern Zusammenhänge zu verstehen“, sagt die Medizinerin, die Ärztliche Leiterin der Akutklinik Bad Saulgau in Baden-Württemberg ist.

Wenn belastende Geschichten reflektiert und familiäre Muster erkannt würden, könne der Negativkreislauf durchbrochen werden. Eine psychotherapeutische Unterstützung ist bei diesem Prozess möglicherweise hilfreich.

Die gute Nachricht: Viele Familien entwickeln im Umgang mit schwierigen Erfahrungen auch eine bemerkenswerte Resilienz, also eine Art psychische Widerstandsfähigkeit. Auch diese können Eltern an ihre Kinder weitergeben. (dpa)



12092301_002426



Supermärkte ersetzen oft die Geldautomaten

Banken ziehen sich mit **Filialen** zurück – Verbraucherschützer sehen das mit Sorge

VON FRANK-THOMAS WENZEL



FOTO: MARKUS KAMMERMANN / UNSPLASH

Die Banken ziehen sich zunehmend aus der Versorgung mit Bargeld zurück. Eine Studie zeigt, dass der Einzelhandel verstärkt diese Rolle übernimmt. Verbraucherschützer warnen und fordern strengere Vorgaben.

Da ist etwas gekippt: Bundesweit hat der Einzelhandel die Hauptrolle bei der Versorgung mit Bargeld übernommen. Auf 10.000 Einwohner kommen mittlerweile durchschnittlich 3,8 Geschäfte, die einen sogenannten Cashback-Service beim Bezahlen mit Karte anbieten. Dem stehen aber nur noch 3,3 Geldautomaten gegenüber. Das hat die Deutsche Kreditbank (DKB) ermittelt.

„Unsere Analyse zeigt, dass der Einzelhandel beim Zugang zu Bargeld inzwischen eine sehr zentrale Rolle spielt“, sagte DKB-Sprecher Hauke Kramm. Bargeldversorgung verlagere sich zunehmend an Orte des täglichen Bedarfs. Geldautomaten gibt es hierzulande seit 1968. Für Banken sind die zum Problem geworden. Zur Wartung der grauen Kästen kommt die aufwendige Versorgung mit Scheinen. Zudem argumentieren viele Geldhäuser inzwischen mit sinkender Nachfrage nach Banknoten und machen zugleich auf Gefahren aufmerksam – wegen organisierter Banden, die Ausgabeautomaten in die Luft sprengen. Laut Bundesbank ist die Zahl der Geldautomaten hierzulande seit 2018 von rund 59.000 auf weniger als 50.000 im Jahr 2024 gesunken. Experten erwarten, dass sich dieser Trend seither verstärkt hat.

Zugleich setzen fast alle Betreiber von Supermärkten auf „Cashback“. Auch aus Kostengründen: Wenn ein größerer Teil der eingenommenen Scheine zügig die Kasse wieder verlässt, sinken die Kosten für den Abtransport des Gelds nach Ladenschluss. Zudem können Kundenfrequenz und Umsatz steigen, zumal die Händler Bares vielfach nur dann rausrücken, wenn im Laden auch eingekauft wird. Allerdings mit niedrigen Schwellen: Das Minimum von einem Cent Einkaufswert bei der Rewe-Gruppe macht Geldabheben an der Kasse praktisch kostenlos. In Edeka- und Marktkauf-Filialen gilt hingegen teilweise, dass erst ab einem Einkaufswert von 20 Euro das Auszahlen von Bargeld möglich ist.

Für DKB-Sprecher Kramm ist indes klar: „Trotz der sinkenden Zahl an Geldautomaten bleibt die Bargeldversorgung insgesamt belastbar.“ Allerdings räumt er auch ein, dass sich „die regionale Versorgung sehr unterschiedlich entwickelt“. Die Erhebung der DKB zeigt, dass es sogar in den 30 größten Städten eine erhebliche Spannbreite bei der Dichte an Geldautomaten und Bankfilialen gibt. An erster Stelle liegt Aachen mit 4,74 Ausgabestellen je 10.000 Einwohner. In Duisburg sind es hingegen nur 1,43. Zugleich sind in der Stadt am Rhein auch die Geschäfte mit Bargeldservice nur sehr dünn gesät.

Duisburg trägt unter den großen Städten die rote Laterne bei der Bargeldversorgung. Auch in benachbarten Kommunen wie Gelsenkirchen oder Essen ist es nicht viel besser. Strukturschwäche und geringe Kaufkraft dürften dabei wichtige Faktoren sein. Eine weitere Auffälligkeit: „Im Bundesländervergleich weisen insbesondere mehrere ostdeutsche Länder eine höhere Bargeldverfügbarkeit auf“, heißt es. Das verwundert zunächst. Allerdings ist dort erkennbar, das die Dichte an Geldautomaten im Verhältnis zur Einwohnerzahl weitgehend nahe am Bundesdurchschnitt ist. Dafür kann aber der Einzelhandel mit hohen Werten punkten. Mecklenburg-Vorpommern liegt in der Länderwertung mit rechnerisch 5,53 Geschäften mit „Cashback“ pro 10.000 Einwohner weit vorn.

Ein Ungleichgewicht? Genau darauf machen Verbraucherschützer aufmerksam, und zwar vornehmlich in ländlichen Gebieten: Was, wenn es im Ort keinen Laden mehr gibt? In Brandenburg beispielsweise beträgt die Entfernung zum nächsten „Geldbezugspunkt“ inzwischen 2,1 Kilometer, im Bundesdurchschnitt sind es 1200 Meter. Brandenburgs Seniorenbeauftragte Sylvia Grande warnt: Ältere Menschen müssten immer häufiger lange Wege in Kauf nehmen. Ferner seien Bargeldabhebungen im Supermarkt nicht zuverlässig. „Oft steht dort gar nicht genug Bargeld zur Verfügung“, sagte Grande gegenüber dem RBB. Der Grund: Viele Kunden zahlen mit Karte, wodurch die Bargeldreserven in den Kassen schrumpfen.

Deutet sich da eine Bargeldkrise an? Die Bundesbank jedenfalls legt sich für Scheine und Münzen ins Zeug: Sie sollen „attraktiv, verfügbar und allgemein akzeptiert“ bleiben. Die Behörde hat das Nationale Bargeldforum gegründet, in dem Banken, Handel, Verbraucherverbände über den Bargeldkreislauf wachen. Denn geriete dieser ins Stocken, wäre auch die wichtige Krisenfunktion des Bargelds gefährdet: Es ist gegen technische Störungen, Stromausfälle oder Hackerangriffe immun. Deshalb unterstützt die Bundesbank die Bestrebungen der EU, den Zugang zu Bargeld und die Barzahlung rechtlich stärker abzusichern.

Der Dachverband der Verbraucherzentralen hat da konkrete Vorschläge. Gesetzlich soll der Zugang zu Bargeld „kostenfrei und barrierefrei in angemessener Nähe“ garantiert werden. Dabei könne man sich nicht auf „Cashback“ im Einzelhandel verlassen. In der Diskussion ist unter anderem, die kommunalen Sparkassen beim Betreiben von Geldausgabestellen stärker in die Pflicht zu nehmen. Denkbar sind auch Kooperationsmodelle wie in den Niederlanden: Dort betreiben mehrere Banken gemeinsam ein flächendeckendes Netz von gebührenfreien Geldautomaten.

Anzeige

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

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

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



Urlaub ab der ersten Minute: Fliegen ab Braunschweig

Herbstferien – auch für die ganze Familie

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

Kinderfestpreise ab € 499,-

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



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

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

DER SCHMIDT Urlaub mit Herz

Fliegen ab Braunschweig



JETZT BESTELLEN! KATALOG HERBST 2026

Exklusiv: Podcast zu jedem Reiseziel!

momento Reisen für mich

fliegen-ab-braunschweig.de

Direkt ab Braunschweig den Sommer verlängern!



Auch in den Herbstferien!

Kinderfestpreis ab € 599,-

8/9 Tage pro Person ab € 799,-

Auch als 9-Tage-Reise buchbar!

07.10. – 14.10.2026 8 Tage

In den Herbstferien:

13.10. – 21.10.2026 9 Tage (+ € 20,-)

14.10. – 22.10.2026 9 Tage

Kreta

Traumstrände und Kultur rund um Chania

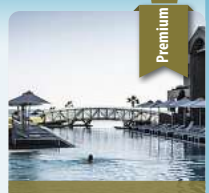
Kreta, die sonnenverwöhnte Insel Griechenlands, begeistert mit goldenen Stränden, türkisblauem Meer und einer einzigartigen Mischung aus Geschichte und Natur. Charmante Dörfer, lebhafte Städte und herzliche Gastfreundschaft machen jede Reise besonders – von Erholung bis Kulturgenuss.



4* Vantaris Luxury Beach Resort



4* Porto Platanias Village Resort



Premium

5,5* Euphoria Resort



Auch in den Herbstferien!

Kinderfestpreis ab € 599,-

8 Tage pro Person ab € 799,-

08.10. – 15.10.2026

In den Herbstferien:

15.10. – 22.10.2026 (+ € 20,-)

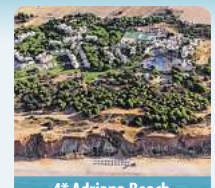
Algarve

Portugals sonniger Süden

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



4* Hotel Vila Gale Atlantico



4* Adriana Beach Club Resort



Premium

5* Marriott Salgados Golf Resort

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



5 Tage pro Person ab € 699,-

28.10. – 01.11.2026

Rom

Die ewige Stadt



8 Tage pro Person ab € 899,-

21.10. – 28.10.2026 (+ € 30,-)

01.11. – 08.11.2026

Zypern

Die Insel der Götter



8/9 Tage pro Person ab € 699,-

Auch als 9-Tage-Reise buchbar!

30.09. – 08.10.2026 9 Tage

07.10. – 14.10.2026 8 Tage

Zakynthos

Karibikflair im Mittelmeer



8 Tage pro Person ab € 899,-

08.10. – 15.10.2026

In den Herbstferien:

15.10. – 22.10.2026 (+ € 20,-)

Auch in den Herbstferien!

Kinderfestpreis ab € 699,-

Costa de la Luz

Strand, Kultur und spanische Leidenschaft

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

Sardinien

19.05. – 26.05.2026 (+ € 25,-) Feiertag

RESTPLÄTZE!

~~27.11. – 04.12.2026 (+ € 40,-)~~

AUSGEBUCHT!

8 Tage pro Person ab € 799,-

Chalkidiki

20.05. – 27.05.2026 Feiertag

RESTPLÄTZE!

03.06. – 10.06.2026 (+ € 40,-)

RESTPLÄTZE!

8 Tage pro Person ab € 699,-



Kinderfestpreis ab € 499,-

8 Tage pro Person ab € 699,-

22.09. – 29.09.2026 (+ € 30,-)

29.09. – 06.10.2026 9 Tage

Kalabrien

Die Perle Süditaliens



8 Tage pro Person ab € 799,-

22.10. – 29.10.2026 (+ € 20,-)

29.10. – 05.11.2026 Feiertag

Madeira

Insel des ewigen Frühlings



4* Hotel ILUNION Islantilla



4,5* Hotel Melia Isla Canela

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

DER SCHMIDT Urlaub mit Herz

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

Buchungshotline 0800 - 38 300 38

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

www.fliegen-ab-braunschweig.de

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

Fliegen wie ein VIP!

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

14030001_002426

Darum sollten Sie auf Plastik im Garten verzichten

Die Gartensaison ist eröffnet - jetzt wird wieder gesät, gepflanzt, umgetopft und gedüngt. Dabei sollte man am besten auf Plastik verzichten, empfiehlt die Verbraucherzentrale Bayern. Denn durch Folien, Töpfe und Deko aus Kunststoff kann Mikroplastik entstehen.

Gelangt Mikroplastik in den Boden, kann das langfristig das Bodenleben belasten. Besonders Einwegprodukte sind ein Problem, also etwa Folien, Saatbänder oder Pflanzschalen. Denn oft werden sie nach nur einer Saison entsorgt oder noch schlimmer - bleiben im Garten zurück.

Doch was kann man stattdessen verwenden? Die Verbraucherzentrale Bayern rät, zu wiederverwendbaren oder kompostierbaren Produkten zu greifen - etwa Tontöpfe oder recycelbare Gefäße aus Kunststoff.

Ebenso gibt es viele natürliche Materialien, mit denen man im Garten arbeiten kann. Zum Mulchen etwa kann man statt Folien oder Vlies organische Alternativen wie Laub, Schafswolle oder Rasenschnitt verwenden.

Verzichten sollte man auch auf beschichtete Langzeitdünger, die mit einer Kunststoffschicht umhüllt sind. Beim Düngen also lieber organische Produkte verwenden! (dpa)



Wiederverwendbare oder kompostierbare Pflanzgefäße wie Tontöpfe sind umweltfreundliche Ersatzprodukte.

FOTO: FRANZISKA GABBERT

AnzeigenSpezial

Galaxy Tab A11+ für nur 1,– € sichern!

Mit AZ/WAZ Digital verlässlich informiert bleiben.

Gifhorn. Mit unseren attraktiven Bundle-Angeboten verbinden Sie die digitale Ausgabe Ihrer Aller-Zeitung (E-Paper) mit einem hochwertigen Tablet von Samsung für ein modernes und komfortables Leseerlebnis. Sichern Sie sich jetzt das **Samsung Galaxy Tab A11+** für eine einmalige Zuzahlung von **nur 1,– €** statt 199,– €. Als besonderes Extra erhalten Sie für Ihre Bestellung eine **Geldprämie in Höhe von 100,– €** geschenkt.

Mit AZ/WAZ Digital bleiben Sie jederzeit bestens informiert über das Geschehen in Ihrer Heimat und der Welt – und das sogar schon am Vorabend ab 20 Uhr, wenn die digitale Ausgabe von morgen bereits für Sie zur Verfügung steht. Das Tablet gehört nach der Mindestlaufzeit von 24 Monaten Ihnen und ermöglicht es Ihnen, flexibel zu Hause oder unterwegs in gewohnter Qualität zu lesen. Darüber hinaus genießen Sie uneingeschränkten Zugang zu allen Artikeln, Podcasts und Videos auf WAZ-online.de sowie in der App.

Dieses Angebot gilt sowohl für Neukunden als auch für Leser, die von der gedruckten Ausgabe auf digitales Lesen umsteigen möchten. Das Komplettpaket Samsung Galaxy Tab A11+ inklusive E-Paper und Plus-Inhalten und 100,- € Geldprämie ist für monatlich nur 45,90 € erhältlich, zzgl. einer einmaligen Zuzahlung von 1,- €. Die Mindestlaufzeit beträgt 24 Monate.
Bestellen Sie bis zum 27.07.2026 auf **abo.WAZ-online.de/jetztstarten** oder telefonisch unter **05171/406 176.**

13992801_002426





Plötzlicher Wetterumschwung mit Starkregen? Bei Aquaplaning sollte das Auto nicht abrupt gelenkt, gebremst oder beschleunigt werden. FOTO: FRANK RUMPENHORST

Wechselhaftes Wetter: So kommen Autofahrer sicher an

Nebel am Morgen, dann Sonnenschein - und plötzlich heftiger Niederschlag: Schnell wechselndes Wetter ist im Frühjahr keine Seltenheit. Für Autofahrer eine Herausforderung. Die Profis von Auto Club Europa (ACE) geben Tipps für eine sichere Fahrt.

Einen Teil der Strecke legen Autofahrer womöglich auf trockener Fahrbahn zurück, das nächste Teilstück ist dann regennass, das kann die Sicht und den Bremsweg beeinflussen. Wenn es nass ist, braucht man zum Anhalten deutlich länger.

Vor allem dann, wenn sich auf der Fahrbahn ein rutschiger Schmierfilm aus Pollen- und Blütenresten bildet. Der Rat: Tempo runter, Abstand halten.

Auf nasser Fahrbahn droht außerdem Aquaplaning. Je nach Zustand der Reifen und Höhe des Wasserfilms kann das Driften schon ab 50 km/h auftreten. Also auch hier: Fuß vom Gas. Außerdem keine plötzlichen Lenkbewegungen oder abruptes Bremsen.

Nicht nur auf automatische Systeme verlassen

Nebel, Schauer aller Art aber auch die tiefstehende Sonne können für schlechte Sicht sorgen. Also: Frühzeitig die Beleuchtung einschalten, um die eigene Sichtbarkeit zu erhöhen. Und das mit der Hand am Schalter, denn die Lichtautomatik reagiert laut ACE je nach Witterungsbedingung nicht immer zuverlässig, etwa bei Nebel.

Stichwort Nebel: Bei einer Sichtweite unter 50 Meter muss die Nebelschlussleuchte eingeschaltet werden und das Tempo auf 50 Kilometer pro Stunde gedrosselt werden.

Nicht vergessen: Werden die Sichtverhältnisse wieder besser, müssen Nebelscheinwerfer und Nebelschlussleuchte sofort wieder ausgeschaltet werden.

Putzen und Checks nicht vergessen

Eine saubere Windschutzscheibe vermeidet allzu starke Sichtbehinderung durch die tiefstehende Sonne am Morgen und am Abend. Und schenken Sie den Scheibenwischern etwas Aufmerksamkeit: Schmutzige und abgenutzte Wischblätter sorgen für Schlieren und schlechten Durchblick.

Und zu guter Letzt: Auch wenn die meisten den Sommer schon sehnlichst erwarten, kann es hier und da durchaus noch mal winterlich werden, zum Beispiel früh am Morgen oder in höheren Lagen. Wer frei nach O bis O schon auf Sommereifen fährt, sollte das bedenken und das Auto gegebenenfalls sogar stehen lassen. Der Grund: Die Gummimischung verhärtet laut ACE bei niedrigen Temperaturen. Das kann zu schlechterem Bremsverhalten und unerwartetem Fahrverhalten führen.

Auf der sicheren Seite ist, wer seine Reifen erst dann wechseln lässt, wenn die Temperaturen stabil über sieben Grad liegen, so der ACE. Außerdem wichtig: regelmäßig Reifendruck und Profildichte checken.

Der Gesetzgeber gibt demnach eine Profiltiefe von 1,6 Millimetern vor. Der ACE empfiehlt allerdings mindestens drei Millimeter bei Sommerreifen, vier bei Winter- und Ganzjahresreifen. (dpa)

Nasse Keller? Feuchte Wände?
Undichter Balkon?

- 28 Jahre Erfahrung
- 10 Jahre Gewährleistung
- TÜV-zertifiziert
- qualifiziertes Fachpersonal
- Festpreis- & Sauberkeitsgarantie



BDSF®
innotech® GmbH
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke
TÜVRheinland ÜBERWACHT
Fachbetrieb für Bautenschutz
www.tuv.com ID 0000001510
Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60

9720701_002626

Sprint aufs Glück!

Jeder Einkauf ein Gewinn – nur bis 14.06. in deiner B.O.C. Filiale.

Gewinne für 100.000€*



Bike happy
B.O.C.

B.O.C. Gifhorn
Hugo-Junkers-Str. 1, 38518 Gifhorn
*Alle Informationen unter boc24.de/gewinnspiel

Verantwortlich: BIKE & OUTDOOR COMPANY GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Damm 111c, 22047 Hamburg.

10227701_002426

Solange Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Angaben ohne Gewähr! An alle Haushalte mit Tagespost. Alle Preise in EURO. Handelsklasse und Herkunft siehe Etikett

Alter Postweg 41 • 38518 Gifhorn
Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 08:00 - 19:00 I Sa. 08:00 - 16:00

.:FRISCH-MARKT

www.frischmarkt-gf.de

Pferdewurst Sudzhuk koptschonyj nach Art einer Kochsalami, heißgeräuchert
je 400 g Pack
je 1 kg = € 11,98
-20% ~~5,99~~ **€4,79**

Kochsalami "Nastojastschij Servelat", heißgeräuchert
je 1 kg
-16% ~~7,09~~ **€5,99**

Fleischwurst "Doktorskaja polukoptschonaja" geräuchert
je 1 kg
-13% ~~6,65~~ **€5,79**

Brühwürstchen mit Trinkwasser, geräuchert
je 550 g Pack
je 1 kg = € 8,71
-20% ~~5,99~~ **€4,79**

-14% ~~4,65~~ **€3,99**

Leberwurst nach russischer Rezeptur
je 400 g Pack
je 1 kg = € 9,98

Monarch Sonnenblumenkerne geröstet schwarz mit und ohne Salz
je 300 g Pack.
je 1 kg = € 7,63
-18% ~~2,79~~ **€2,29**

Frischkäse 15%/30% Fett
je 430 g Pack.
je 1 kg = € 5,79
-17% ~~2,99~~ **€2,49**

Weißkäse in Salzlake "Brinsa neschnaja" 40% Fett i.Tr.
je 500 g Pack.
je 1 kg = € 6,38
-14% ~~3,69~~ **€3,19**

SCHEIBEN SKYR
je 150 g Pack.
je 100 g = € 2,13
-16% ~~3,79~~ **€3,19**

Matcha Grüntee
je 80 g Dose
je 100 g = € 3,74
-19% ~~3,69~~ **€2,99**

KAZBEGI Kohlensäurehaltiges Erfrischungsgetränk versch. Sorten
je 1 l Flasche
zzgl. Pfand € 0,25
-13% ~~1,49~~ **€1,29**

Frischer Eier-Nudelteig, gebrauchsfertig
je 500 g Pack.
je 1 kg = € 5,98
-12% ~~3,39~~ **€2,99**

Schwarzer Ceylontee "Golden Ceylon" 25 x 2g
je 50 g Pack.
je 100 g = € 3,98
-20% ~~2,49~~ **€1,99**

Schwarzer Ceylon Tee, aromatisiert - Bergamottegeschmack
je 500 g Pack.
je 1 kg = € 11,98
-14% ~~6,99~~ **€5,99**

Romänische Defne Natura Fasole pestrita Pinto Bohnen oder selectionata Bohnen
je 1 kg Pack.
-23% ~~4,39~~ **€3,39**

Teigtaschen mit körniger Frischkäsezubereitung "Kawkazskie" oder Hähnchenfleisch- und Rindfleischfüllung, tiefgefroren
je 1 kg Pack.
-12% ~~7,55~~ **€6,66**

Konfekte Lewuschka in kakaohaltiger Fettglasur
je 100 g lose
-27% ~~1,49~~ **€1,09**

Rührkuchen-Kugeln mit Honig/Honig und Kakao, gefüllt mit gezuckerter Kondensmilch, tiefgefroren.
je 235 g Pack.
je 100 g = € 1,61
-12% ~~4,29~~ **€3,79**

Georgische Sauce versch. Sorten, *je 350 g Glas*
je 1 kg = € 8,45
-15% ~~3,29~~ **€2,79**

Polnischer Vitarol Salatka "Staropolska" oder "Rodzinna Familien Salat"
je 900 g Glas
je 1 kg = € 2,54
-23% ~~2,99~~ **€2,29**

Plov nach usbekischer Art mit Rind- oder Hähnchenfleisch
je 525 g Dose
je 1 kg = € 5,31
-15% ~~3,29~~ **€2,79**

Weißer Retich
je 1 St. lose
-17% ~~1,79~~ **€1,49**

PIEL DE SAPO Honigmelonen
je 1 kg
-17% ~~2,99~~ **€2,49**

Auberginen
je 1 kg lose
-20% ~~2,99~~ **€2,39**

BARON Fleischtomateje
je 1 kg lose
-13% ~~2,99~~ **€2,59**

Bananen Savanna
je 1 kg lose
-19% ~~1,59~~ **€1,29**

Rote Ruby Sun Pflaumen
je 1 kg lose
-13% ~~2,99~~ **€2,59**

Angebot gültig vom 11.05 bis 16.05.2026

Solange Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Angaben ohne Gewähr! An alle Haushalte mit Tagespost. Alle Preise in EURO. Handelsklasse und Herkunft siehe Etikett

Angebot gültig vom 11.05 bis 13.05.2026

FRISCH-MARKT

www.frischmarkt-gf.de

Frischer Amurkarpfen
je 1 kg



-30%
~~9,99~~
€6,99

Dicke Rippen vom Schwein, frisch
je 1 kg



-29%
~~6,99~~
€4,99

Putenoberkeule mit Haut und Knochen
je 1 kg



-29%
~~6,99~~
€4,99

Rindertafelspitz frisch
je 1 kg



-11%
~~18,99~~
€16,99

Rotbarsch Hälften kaltgeräuchert
je 1 kg



-13%
~~15,99~~
€13,99



Alter Postweg 41 • 38518 Gifhorn
Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 08:00 - 19:00 I Sa. 08:00 - 16:00

Rotbarsch frisch aufgetaut
je 1 kg



-25%
~~7,99~~
€5,99

Rinderbug geschnitten
je 1 kg



Hähnchenschenkel frisch
je 1 kg



-17%
~~17,99~~
€14,99

-14%
~~3,49~~
€2,99

Schweinebauch frisch
je 1 kg



-17%
~~5,99~~
€4,99

Silberkarpfen Hälften kaltgeräuchert
je 1 kg



-17%
~~11,99~~
€9,99

Angebot gültig vom 14.05 bis 16.05.2026

14023701_002426

FUHRMANN MUNDSTOCK Mein Reiseprofi

2 % Frühbucherrabatt **

Haustürservice zubuchbar!



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



Österreich — 7 Tage Busreise

Traumhaft schöner Achensee

Wunderbare Seenlandschaft in atemberaubender Bergkulisse

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 6 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Fischerwirt in Achenkirch
- 6 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 5 x Abendessen als 3-Gang-Menü
- 1 x Bauernbuffetabend (i.R.d.HP)
- 1 x Kaffee und Kuchen am Nachmittag
- Ortsspaziergang mit Kaiserschmarren Jause im Hotel
- Ausflug Pertisau
- Ausflug Krimmler Wasserfälle und Kitzbühel mit Reiseleitung
- Kostenfreie Nutzung der Sauna
- Kurtaxe
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflüge Innsbruck, Kufstein und Wilder Kaiser zubuchbar

Termine
29.06. - 05.07.26
27.07. - 02.08.26

Preise pro Person
im DZ: **ab 899,- €***

Reisecode: A-ACHEN



Österreich — 8 Tage Busreise

Vom Wörthersee zu Kärntens Juwelen

Kärntens Vielfalt entdecken

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 7 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Kärnten in Krumpendorf
- 6 x Frühstücksbuffet
- 1 x Sektfrühstück
- 6 x 3-Gang-Menü am Abend
- 1 x Grillabend
- Schifffahrt auf dem Wörthersee
- Ortsführung in Velden
- Nockalmfahrt mit Reiseleitung
- Ortsführung in Villach
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflüge Seen-Fahrt, Weissensee und Spittal an der Drau, Klagenfurt mit Pyramidenkogel zubuchbar

Termin
21.09. - 28.09.26

Preise pro Person
im DZ: **1059,- €***
EZ-Zuschlag: 205,- €

Reisecode: A-TVAW



Schweiz — 7 Tage Busreise

Per Express durch die Schweiz

Mit Bernina- und Glacier-Express die Schweiz entdecken

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Ü/HP in Davos, 2 x Ü/HP in Brig, 1 x Ü/HP in Egerkingen
- Ausflug Zillis und Viamala-Schlucht (Eintritte inkl.)
- Bahnfahrt mit dem Bernina-Express Tiefencastel - Tirano (2. Kl.) oder umgekehrt
- Berg- und Talfahrt mit der Standseilbahn auf die Schatzalp in Davos
- Bahnfahrt mit dem Glacier-Express Tiefencastel - Brig (2. Kl.)
- Bahnfahrt Täsch - Zermatt - Täsch
- Aufenthalte in Tirano, Zermatt, Genfer See
- Besuch der Ausstellung der Käserei La Maison du Gruyère
- Davos Klosters Card
- Kurtaxe
- durchgehende Reisebegleitung

Termin
06.08. - 12.08.26

Preise pro Person
im DZ: **1549,- €***
EZ-Zuschlag: 290,- €

Reisecode: CH-EXPR



Schweiz — 6 Tage Busreise

Das ist ja der Gipfel

Matterhorn - Eiger, Mönch und Jungfrau - Mont-Blanc-Massiv

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 5 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Le Chamois in Le Diablerets
- 5 x Halbpension
- 1 x Bahnfahrt von Les Diablerets nach Aigle, 2. Klasse (ca. 55 Min.)
- 1 x Zahnradbahnfahrt Täsch-Zermatt-Täsch, 2. Klasse
- 1 x Zahnradbahnfahrt Wilderswil - Schynige Platte - Wilderswil
- 1 x Eintritt Alpengarten
- 1 x Bahnfahrt Mont-Blanc Express von Martigny nach Le Châtelard-Frontière oder retour, 2. Klasse
- Ortstaxe
- durchgehende Reisebegleitung

Termin
01.09. - 06.09.26

Preise pro Person
im DZ: **1079,- €***
EZ-Zuschlag: 320,- €

Reisecode: CH-GIPF



Polen — 8 Tage Busreise

Masuren – ein Meer aus tausend Seen

Thorn - Sensburg - Danzig - Stettin

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Übernachtung in guten Mittelklassehotels (1 x Raum Posen, 1 x Raum Danzig, 1 x Raum Stettin)
- 4 x Übernachtung im ***Hotel Huszcza in Sensburg
- 7 x Frühstücksbuffet
- 3 x 3-Gang-Abendmenü oder Buffet
- 3 x Abendessen in Buffetform
- 1 x Grillabend
- Ausflug Sensburg
- Schifffahrt Czos-See
- Ausflug Masuren-Rundfahrt und Heilige Linde
- Stadtführung Danzig
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflug Johannisburger Heide zubuchbar

Termine
16.07. - 23.07.26
27.08. - 03.09.26

Preise pro Person
im DZ: **999,- €***
EZ-Zuschlag: 300,- €

Reisecode: PL-DMA



Baltikum — 10 Tage Bus-/Schiffsreise

Das pure Baltikum

Mittelalter - Barock - Jugendstil

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 8 x Ü/HP in guten Mittelklassehotels
- 1 x Ü/F an Bord der Tallink Silja-Line Tallinn-Stockholm
- 1 x Abendbuffet inkl. Getränken (Bier, Wein, Softdrinks, Kaffee)
- Fährüberfahrten Klaipeda-Neringa-Klaipeda
- Fährüberfahrt Rödby-Puttgarden
- Fahrt über Öresundbrücke
- Stadtführungen Posen, Vilnius, Klaipeda, Riga und Tallinn
- Besichtigung & Führung Berg der Kreuze
- Ausflug Kurische Nehrung mit den Wanderdünen, Hexenberg und dem Dorf Nidden
- Ortstaxen/ökologische Gebühren/Klimasteuer/CO2 Zuschlag
- durchgehende Reiseleitung ab Grenze Polen/Baltikum bis Tallinn
- durchgehende Reisebegleitung

Termin
17.08. - 26.08.26

Preise pro Person
DZ Innenkabine: **1549,- €***
DZ Außenkabine: 1599,- €
EZ Innenkabine: 1899,- €
EZ Außenkabine: 1949,- €

Reisecode: LV-BAL



Kroatien — 8 Tage Busreise

Kroatien - Istrien

Rabac - Die Perle der Adria

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisbus
- 2 x Übernachtung im DZ mit HP im Raum Salzburger Land (Mittelklassehotel)
- 5 x Übernachtung im DZ in Kroatien in ****Maslinica Hotels in Rabac
- 1 x Welcomedrink in Kroatien
- 5 x Halbpension inkl. 1 Getränk zum Abendessen (Wasser + 0,25 l Wein oder 0,2 l Bier oder 0,2 l Saft)
- Live-Musik am Abend
- Rückfahrt über den Bleder See
- Kurtaxe Kroatien
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflüge Poreč und Rovinj, Pula und Labin, Krk und Opatija, Schiffahrt Cres mit Picknick zubuchbar

Termine
24.09. - 01.10.26
08.10. - 15.10.26

Preise pro Person
im DZ: **ab 799,- €***
EZ-Zuschlag: 110,- €

Reisecode: HR-QRABA



Deutschland — 4 Tage Busreise

Helgoland

Ruhe und Freiheit

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Übernachtung im DZ in den Conradi-Hotels Nickel, Hanseat, Miramar
- 3 x Frühstücksbuffet
- Fährüberfahrt Cuxhaven - Helgoland - Cuxhaven
- Gepäcktransport Cuxhaven - Hotel - Cuxhaven
- Reisebegleitung Cuxhaven - Hotel
- geführter Inselrundgang Helgoland

Termin
08.09. - 11.09.26

Preise pro Person
im DZ: **689,- €***
EZ-Zuschlag: 90,- €

Reisecode: D-HEL

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

Beratung und Buchung: 0531 - 250 99 30 oder im Reisebüro

www.fumu-reisen.de • info@fumu-reisen.de

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

Es gelten die aktuellen AGB des Reiseveranstalters. Druckfehler und Änderungen vorbehalten. ** Sie erhalten bei Buchung bis 4 Monate vor Reisebeginn 2% Preisnachlass auf den Reisegrundpreis.

Besuchen Sie uns im Internet

13356601_002426



FOTO: IMAGO IMAGES

Rund um diesen deutschen Ort blüht Mohn in prächtigem Rosa

Absolute Seltenheit: Anbau in Deutschland nur mit einer **speziellen Genehmigung** erlaubt



Im Juni und Juli blühen die Mohnfelder in Germerode, im Geo-Naturpark Frau-Holle-Land. FOTO: IMAGO IMAGES/ IMAGEBROKER

Bunte Tulpenfelder sind schon lange beliebte Ausflugsziele – sie geben großartige Kulissen für Fotos ab. In einem hessischen Dorf blüht jedoch etwas ganz Besonderes: rosaroter Schlafmohn.

Einmal im Jahr verwandeln sich die Felder rund um Germerode in ein Meer aus Mohnblumen. Die Blütenblätter sind aber nicht rot, wie man annehmen würde, sondern leuchten in pastelligen Violett- und Rosatönen.

Mohndorf Germerode: Alle Infos zum Besuch

Der kleine Ort liegt im nordhessischen Werra-Meißner-Kreis, etwa fünf Kilometer von der Fachwerkstadt Eschwege entfernt. Jeden Sommer wird Germerode zum Besuchermagneten, wenn sich die umliegenden Felder in ein Blütenmeer verwandeln.

Auf mehr als 25 Hektar wird hier Schlafmohn ausgesät. Im Gegensatz zu herkömmlichem Klatschmohn sind seine Blüten rosa, pink oder violett. Weil der Schlafmohn geringe Mengen Morphin enthält, darf er in Deutschland nur mit einer speziellen Genehmigung angebaut werden. Aus diesem Grund sind die pink-violett blühenden Sorten selten zu sehen.

Wann ist die Mohnblüte 2026?

Zwischen Mitte Juni und Ende Juli ist es dann so weit: Der Mohn blüht, rund drei Wochen lang dauert das Spektakel. Im Jahr 2026 können Besucherinnen und Besucher ab dem 20. Juni mit bunten Feldern rechnen, schätzt der Geopark. Da der genaue Zeitpunkt allerdings von den Wetterbedingungen abhängt, solltest du vor deinem Besuch den Stand der Mohnblüte überprüfen.

Wanderungen durch die Mohnfelder

Auf einem rund vier Kilometer langen Rundweg kannst du direkt durch die Mohnfelder und die Blumenwiesen wandern. An verschiedenen Punkten hast du die Gelegenheit, deine persönlichen Mohnblüten-Fotos zu schießen. Der Wegverlauf samt Karte ist bereits online einzusehen. Wer mehr über die Mohnpflanze erfahren möchte, kann sich einer geführten Wanderung anschließen. Diese werden an den Wochenenden während der Mohnblüte angeboten:

- Auf der acht Kilometer langen Genusswanderung lernst du etwas darüber, wie Mohn angebaut wird, warum nicht alle Sorten verwendet werden dürfen und was man aus Mohn herstellen kann. Der Weg führt rund um das Dorf und die blühenden Felder und endet nach vier Stunden mit einem Picknick. Kosten: 38 Euro; Anmeldung online.
- Bei der Mohnblütenwanderung begleitest du eine Naturparkführerin oder einen Naturparkführer rund drei Kilometer durch die Mohnfelder und erfährst dabei Wissenswertes über den Anbau und die Verwendung der Pflanze. Kosten: 4,50 Euro; Anmeldung online.

Wer die Blütenpracht einmal anders erleben möchte und einen gewissen Sportsgeist hat, kann auch am Yoga im Mohnfeld teilnehmen. An verschiedenen Tagen wird die Stunde abends oder frühmorgens angeboten, wenn die Felder ruhig daliegen. Anmeldung online.



Pfad durch das Mohnfeld bei strahlendem Sonnenschein in Germerode. FOTO: IMAGO/IMAGEBROKER/RAIMUND LINKE

Gastronomie in Germerode

Für den kleinen Hunger empfiehlt sich ein Abstecher in die Mohntenne, die während der Blütezeit montags bis freitags von 11 bis 17 Uhr und am Wochenende von 10 bis 18 Uhr geöffnet hat.

Das Café wird von den Mohnbäuerinnen und Mohnbauern betrieben und liegt idyllisch inmitten der Felder. Da die Mohnblüte nicht nur ein optischer Genuss ist, solltest du bei dieser Gelegenheit unbedingt die leckeren Mohnspezialitäten probieren.

Das Restaurant des Landhotels Meißnerhof setzt auf moderne, gutbürgerliche Küche mit regionalen Spezialitäten. Neben Fleischgerichten aus eigener Schlachtung finden Gästinnen und Gäste auch regionale Mohnprodukte auf der Karte. Im Sommer lädt zudem der Biergarten zum Verweilen ein.

Anfahrt nach Germerode

Am einfachsten ist Germerode mit dem Auto zu erreichen. Von Hannover oder Frankfurt am Main brauchst du etwa zwei Stunden, von Kassel sind es nur 45 Minuten. Parkplätze sind an folgenden Orten eingerichtet:

- Neuer Weg 10, Meißner-Germerode
- Neuer Weg 2, Meißner-Germerode
- Festplatz, Auf dem Berge, Meißner-Germerode
- Am Wildpark 1, Meißner-Germerode

Alternativ kannst du auch mit dem ÖPNV anreisen. Von Eschwege aus verkehren mehrere Buslinien, die Haltestelle für die Mohnblüte ist der Neue Weg in Meißner-Germerode.

Innerhalb des Ortes kannst du dich mit den sogenannten Mohnschnecken fortbewegen: Die Planwagen sind während der Blütezeit im Pendelverkehr unterwegs. Sie werden vor allem an den Wochenenden zwischen 11 und 16 Uhr eingesetzt. Die Rundfahrt dauert etwa 30 Minuten, einen festen Fahrplan gibt es nicht. Du kannst beim Mohnlädchen (Neuer Weg 10), an der Mohntenne oder am Meißnerhof (Im Rasen 12) zusteigen.

Alternative: Mohnfeld bei Berlin

Wem Germerode zu weit entfernt ist, der wird auch im Nordosten Deutschlands fündig: Im brandenburgischen Ahrensfelde, das an den Norden Berlins grenzt, bietet ein farbenfrohes Mohnfeld eine wunderbare Kulisse für Fotoshootings. Der einzige Unterschied ist die Farbe, denn der Ahrensfelder Mohn blüht im klassischen Rot.

Das Mohnfeld befindet sich am Ortsrand von Ahrensfelde und lässt sich auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln einfach erreichen. Die S Bahn-Station Ahrensfelde-Nord Bahnhof liegt direkt daneben.

- Blütezeit: Mitte Juni bis Mitte Juli
- Adresse: Straße am Walde 10, Ahrensfelde

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

Eine Matratze oder zwei? Besser schlafen im Doppelbett

Eine breite oder zwei schmalere Matratzen? Paare, die im Doppelbett schlafen, kann die Frage schon mal spalten. Geht es um einen möglichst erholsamen Schlaf, ist sie allerdings einfach zu beantworten. Laut der Aktion Gesunder Rücken (AGR) sind dafür zwei Matratzen meist die bessere Wahl.

Denn damit wir ergonomisch korrekt liegen können, muss die Matratze zu unserer Größe und zu unserem Gewicht passen. Außerdem entscheiden Schlafgewohnheiten und persönliche Vorlieben darüber, wie die jeweils individuell passende Matratze aussieht. Beides dürfte sich aber auch bei sonst harmonischen Paaren durchaus unterscheiden. Wählt man zwei Matratzen statt einer, kann man auf diese Unterschiede eingehen - und jeder die für ihn geeignete Stützkraft und den passenden Härtegrad wählen.

Und es gibt noch mehr Gründe, die laut AGR für zwei Matratzen sprechen. Etwa, dass sich bei einer einzelnen breiten Doppelbett-Matratze die Bewegungen des Partners stark auf die ganze Liegefläche übertragen. Dreht sich einer von beiden im Schlaf oder steht auf, wacht der andere womöglich auf. Bei zwei getrennten Matratzen sind solch störende Bewegungen weniger zu spüren.

Besucherritze muss nicht stören

Auch im Haushaltsalltag können zwei schmale Matratzen praktischer sein: Sie sind der AGR zufolge einfacher zu beziehen als eine Matratze mit einer Breite von 180 oder gar 200 Zentimetern. Außerdem man kann die Bezüge dafür auch mal getrennt waschen oder einzeln ersetzten, wenn sie verschlissen sind.

Einen Nachteil gibt es bei zwei Matratzen für ein Bett allerdings: die sogenannte Besucherritze. Stört Sie der Spalt zwischen den beiden Matratzen stark, können Sie ihn aber mit keil- oder T-förmigen Schaumstoff-Stücken auffüllen.



Individuelle Bedürfnisse berücksichtigen: Zwei Matratzen im Doppelbett ermöglichen unterschiedliche Härtegrade und Stützkraft, und ist ideal für Paare mit verschiedenen Schlafgewohnheiten.

FOTO: CHRISTIN KLOSE

Hat man zwei Matratzen mit sehr unterschiedlichen Härtegraden, funktioniert das zwar weniger gut. Dann lässt sich allerdings mit einem zusätzlichen Topper nachhelfen. Der kaschiert laut AGR nicht nur die Ritze, sondern sorgt auch für zusätzlichen Liegekomfort. (dpa)

Megatrend in Deutschland angekommen: „Schlaf-Magnesium“ stürmt die Apothekencharts

Zu den „Neuprodukten des Jahres“ aufgestiegen: Baldriparan Magnesium PLUS wird zum Einschlaf-Star im Versandhandel

Magnesium als Einschlafhelfer ist in den USA längst ein Megatrend. Nun sorgt ein deutsches Präparat auch hierzulande für Furore: Baldriparan Magnesium PLUS wurde als eines der erfolgreichsten Neuprodukte 2025 im renommierten Online-Apotheken-Ranking[3] ausgezeichnet. Profitieren Sie jetzt von diesem Boom: Viele Probleme im Schlaf könnten mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Die bekannte Schlafmarke setzt auf die optimale Kombination der Inhaltsstoffe. Wir decken auf, welche Rolle Magnesium und Melatonin beim Einschlafen spielen können.



Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im menschlichen Körper beteiligt. Vielen ist bereits bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.[1] Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei[1], indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.[1] Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1* Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.[2]** So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Magnesium PLUS
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de

Baldriparan® Magnesium Plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel • [1]Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion und trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei. • [2]Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen • [3]DatamedIQ Ranking der CHC-Heroes 2025, https://newsroom.datamediq.com/chc-heroes-2025 • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

12980101_002426

Der perfekte Wurf.

8 Wochen

AZ/WAZ Digital für nur



Und so geht's: QR-Code scannen, telefonisch 0800 12 34-902 (AZ) bzw. 0800 12 34-905 (WAZ) oder online bestellen unter abo.WAZ-online.de/8wocheninformiert

Aller-Zeitung
Wolfsburger Allgemeine

AZ WAZ

rnd **Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland**

Abtrennen und ab die Post

92054/3

☑ Ja, ich möchte das 8-Wochen-Abo der ☐ AZ bzw. ☐ WAZ bestellen!

Die Lieferung soll beginnen am:
(spätestens am 31.07.2026) _____

☐ **AZ/WAZ Digital** (E-Paper mit vollem Zugriff auf AZ/WAZ+) für 3,50 Euro pro Woche
☐ **AZ bzw. WAZ** (Print mit E-Paper, ohne Zugriff auf AZ/WAZ+) für 6,90 Euro pro Woche

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Geburtsdatum _____ Telefon

E-Mail-Adresse (wichtig für die Bestellbestätigung, den E-Paper-Zugang etc.)

Nach den acht Wochen läuft das Abonnement weiter, bis Sie etwas anderes von mir hören. Ich zahle dann den aktuellen Bezugspreis. Dieser beträgt zurzeit mtl. 45,90 Euro für AZ/WAZ Digital oder mtl. 64,90 Euro für AZ bzw. WAZ. Wenn ich nach acht Wochen nicht weiterlesen möchte, genügt eine kurze Info bis spätestens 14 Tage vor Ende des Aktionszeitraums. Das Angebot gilt nur, wenn in den letzten drei Monaten kein Abo im Haushalt bestanden hat. Der Verlag behält sich die Ablehnung von Abos in Einzelfällen vor.

Widerrufsbelehrung: Diese Bestellung kann innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen in Textform (Brief, E-Mail) widerrufen werden.

Machen Sie es sich einfach: Zahlen per Bankeinzug
Ich zahle bequem per SEPA-Lastschriftmandat. Dazu ermächtige ich die Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Andernfalls erhalte ich eine Rechnung (Aufpreis: 1,50 Euro).

D E _____
IBAN

Bankinstitut

Kundeninformationen
☐ Ja, ich möchte (jederzeit widerruflich) unverbindlich Informationen zu Angeboten der AZ bzw. WAZ per E-Mail und Telefon erhalten.

Ich bestätige, dass die Einwilligung freiwillig erfolgte. Der Nutzung meiner personenbezogenen Daten durch die AZ bzw. WAZ kann ich jederzeit telefonisch (AZ: 0800 12 34902; WAZ: 0800 12 34-905), schriftlich (Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG, AZ/WAZ, Leserservice, Michael-Clare-Str. 3, 38518 Gifhorn) oder per E-Mail (AZ: vertrieb@aller-zeitung.de; WAZ: vertrieb@waz-online.de) widersprechen.

Informationen zur Verarbeitung Ihrer Daten: www.madsack.de/dsgvo-info
Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG, Sitz: Peine, Registergericht: Hildesheim HRA 100766

Datum _____ ✗ _____
Unterschrift

12647501_002426

STELLENANGEBOTE

VERTRIEB / BERATUNG / VERKAUF



Wir suchen

freundliche Verkäufer/innen

für unsere Filiale in **Müden-Aller**

in Vollzeit (40 Std./Wo.), Teilzeit (25-30 Std./Wo.)
Fachkenntnisse sind von Vorteil, aber keine Bedingung.

Sie suchen einen krisensicheren Arbeitsplatz, mögen Fleisch und Wurst, arbeiten gerne mit Kunden und im Team, dann senden Sie Ihre Bewerbung an

Fleischerei Bernd Zimmermann GmbH
Vogelberg 5, 29227 Celle,
bewerbung@zww.de
oder direkt im Geschäft bei Frau Meyer

Nähere Informationen unter **0 51 41 / 95 91 12**

14036901_002426

WEITERE BERUFSFELDER

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Suche Stelle als Haushaltshilfe oder Fensterputzerin. ☎ 0176/62052479

MINI– UND NEBENJOBS

Reinigungskraft m/w/d für Supermarkt in Hankensbüttel gesucht AZ: Montag – Samstag 6:00 – 9:00 Uhr Tel. Bewerbung: 0170/4553815 Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Reinigungskraft m/w/d für Meine gesucht AZ: Montag, Mittwoch und Freitag ab 8:00, Minijob Tel. Bewerbung: 0170/4553815 Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Reinigungskraft m/w/d für Meine gesucht AZ: Montag – Freitag zeitlich flexibel. Tel. Bewerbung: 0160/8860808 Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Helfer für Hof und Garten gesucht, bei bester Bezahlung. ☎ 05364/1005

STELLENGESUCHE

Ausgebildeter Gärtner auf Jobsuche (Unkraut, Rasen, Heckenschnitt, Entsorgung etc.) ☎017671226091

Fliesenleger sucht Arbeit. ☎ 0160/ 977 39 654

Maler und Tapezierer sucht Arbeit, ☎ 05371/935186, 0151/58823849

Suche Putzstelle ☎ 0151 599 58 177

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

VERSCHIEDENES

Suche dringend weibliche Person für ambulante Pflege bei guter Bezahlung. ☎ 05361/71506

Hauhaltsauflösung 38464 Rümmer, Kurfürstendamm 17A, am 16.05.2026, 9 - 13 Uhr,

Gebrauchtes Tonbandgerät oder Plattenspieler zu kaufen gesucht Te. 0179/1698142

Straßenflohmarkt Isenbüttel, Ringstraße, So. 09.05. v. 10-14 Uhr

Schöne Teiche in Neud.-Platendorf 650 - 3125m² Wasserfläche ☎05378 /638 ☎0171/ 7742350

Zertifizierte Alltagsbegleiterin übernimmt Freizeitgestaltung und Pflege. Kurznachricht. ⊠ Z 137462

Kaufe Hirsch, Damwild & Reh Geweihe & Abwurfstangen ☎0163/ 8118894 bitte nur Anrufe

GESUNDHEIT

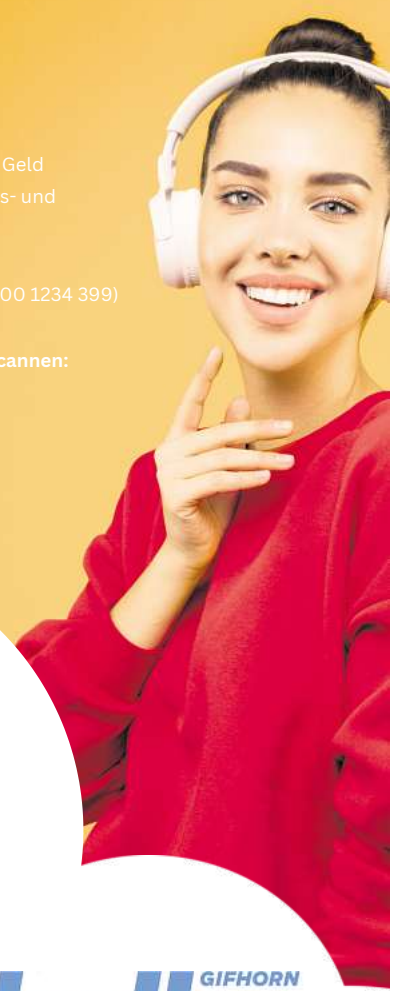
SALZGROTTE WOLFSBURG
Aufatmen! Auch orig. Thaimassage & Naturheilpraxis
Röntgenstr. 83 • 0 53 61 - 84 86 459
www.salzgrotten.eu
TIPP: LAVITA & Hydrojet!
13817801_002426

Mobile Fußpflege ☎0176-70361205

Schülerjob gesucht?

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

Einfach online, telefonisch (0800 1234 399) oder über **WhatsApp bewerben** und den **QR-Code scannen:**



Freie Gebiete:

- Wasbüttel
- Rethen
- Meine
- Seershausen
- Dalldorf

hallo GIFHORN wochenende

13657301_002426

Sie suchen eine Anzeige oder einen Artikel aus den letzten Wochen? Oder haben eine Ausgabe einmal nicht erhalten?

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

hallo wochenende

JETZT ONLINE: NEUE FOLGE, NEUER YOUTUBE-KANAL

GESUND GEHÖRT



EUER VIDEOPODCAST
RUND UM DAS THEMA GESUNDHEIT

Darm aus dem Gleichgewicht



ARLETT DÜKER UND CARINA BLASI

Jetzt auf unserem neuen YouTube-Kanal ansehen!
www.youtube.com/@gesundgehoert

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

powered by PAZ AZ WAZ

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

14042201_002426

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

HÄUSER

7 Zimmer | 157 m² | 249.900,- €



Festpreis Impuls 157

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

13326001_002426

2-Fam.hs in Wolfsburg

Zentral, san.bed., 150m² Wfl, 8 Zi, gr. Garten, Keller, Bj.1961, ZH Öl, B: 288 kWh/(m²a), Kl.H, KP 280.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Osloß: Gr. Doppelhaus

Auf 1.400m² Grdst, 250m² Wfl, 8 Zi, Sauna, 2 Grg, Bj.1953, ZH Gas, B:202 kWh/(m²a), Kl.G, KP 389.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Moderne Haushälfte ...

Rühen: Mit WiGa + Garage, 113m² Wfl, 4 Zi, Garten, Bj.2003, ZH Gas, V: 67 kWh/(m²a), Kl.B, KP 280.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Rühen mit viel Platz ...

Gr. Haus mit Einliegerwhg., 239m² Wfl, 7 Zi, Keller, Grg, Bj.1984, ZH Öl, B: 202 kWh/(m²a), Kl.G, KP 349.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Exklusives Haus mit 8 Zi

WOB: Mit WiGa+Kamin, 238m² Wfl, 2 Bäder, Garage, Bj.1999, ZH Öl, B: 109 kWh/(m²a), Kl.D, KP 620.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Resthof mit Wohnhaus

WOB: 170m² Wfl, großes Nebengebäude, 7 Zi, 2 Bäder, Bj.1903, ZH Öl, B:338 kWh/(m²a), Kl.H, KP 150.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

EFH in Ribbesbüttel ...

Mit Sonnenterrasse, 150m² Wfl, 4 Zi, Garten, Garage,Bj.1999, ZH Gas, V:131 kWh/(m²a), Kl.E, KP 340.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Wolfsburg: Bungalow ...

Mit 2 Wohneinheiten, 140m² Wfl + 85m² Anbau, 6 Zi, Garage, Bj.1971,FW, B:189 kWh/(m²a), Kl.F, KP 299.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

DHH WOB-Wendschott



4 ZKB, Wintergarten, Einbauküche, TGL-Bad, Gäste-WC ca. 140 qm Wohnfläche, ca. 283 qm Grundstück, Carport und Stellplatz, Bj.2006, von privat zu verkaufen (Es fallen keine Maklergebühren an). www.ohne-makler.net Nr. 449521. Preis: 399 000 € . Tel.01747843317

14075301_002426

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Besuchen Sie unseren INFOTAG
WEYHAUSEN, Mühlenring 52
Sonntag, 10.05. von 11-15 Uhr



Moderne, lichtdurchflutete Eigentumswohnungen, LWP, ruhige Lage mit unverbaubarem Feldblick. ***Wohnung 1 jetzt mit schönem, großen Eigentumsgarten!***
EG 1 (rollstuhlgerechte Wohnung): 2 Zimmer, 60m² Wohnfläche, **169m² Garten**, Terr., Stellpl. - **Preis: 229.900€**
OG 4 (mit Dachterrasse in S/W-Ausr.) 3 Zimmer, 55m² Wohnfläche, 102m² Garten, Dachterrasse - **Preis: 214.900€**

***Alternativ:** Mühlenring 50 - Ausbau nach Estrich in Eigenleistung. **Erdgeschoss-Wohnung.** 4 Zi., 112m² Wohnfl., 182m² Garten - **Preis: 379.000€.** Auch Doppelhaus oder Baugrundstück möglich!*

Alle o.g. Gebäude Baujahr 2026/2027, Energieträger für die Heizung: Strom mit Luft-Wärme-Pumpe.

T: 0151-15131771 & 05833-978812
M: i.drewes@hans-drewes.de
HANS DREWES Immobilien | Planen | schlüsselfertig Bauen

13386501_002426

Erdgeschoss-Wohnung

Wolfsburg: Modernisierte 2-Zi-Whg, 54 m²Wfl, Balkon, EBK,Bj.1959, FW, B:114 kWh/(m²a), Kl.D, KP 99.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

ANLAGEOBJEKTE

Calberlah: Gepfl. MFH

Mit 3 Whgen, vermietet, 360m² Wfl, 12 Zi, Keller, 3 Garagen, ca. 25.800,- ME p.a., Bj.1968, EH Gas, B: 127 kWh/(m²a), Kl.D, KP 465.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Im LK Gifhorn gesucht

Controller und seine Frau suchen gepfl. EFH, DHH oder großzüg. RH ab 100m² Wfl im Landkreis Gifhorn. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Umzug bis spät. Herbst

Ingenieur zieht zurück nach WOB u. sucht für sich u. seine Frau EFH, DHH oder RH, bis max. 400.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Zum Modernisieren ...

Handwerker sucht solides Haus zum Renovieren bis max. 200.000,-. Euro. Gern mit Keller oder Garage. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Bis ca. 550.000,- gesu.

Ehepaar mit 2 Töchtern sucht gepfl. Einfam.haus oder Bungalow mit mind. 5 Zimmern im Raum Wolfsburg. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

MIETANGEBOTE

2 ZIMMER

ETW in GIF, 70m², EBK, Wa/Du, Fußb. Hzg., Kamin, gr. Blk., 2 Etg., Einstellpl., ab 1.6., KM 700 € ☎ 0176/50594073

Isenbüttel, 50m², 2 Zi., Kü., Bad, Keller, Blk., ☎0151/25784947

3 ZIMMER

3 Zi-Wohnung, Kü + Bad, in Tülau ab sofort zu verm. ☎ 05833/1835

3 Zi.-DG-Whg. in Hankensbüttel zu vermieten, 90m². ☎0160/97739654

HÄUSER

Freistehendes Landhaus/ Fachwerk, mit Garten, 135m² Wohnfl., 5 Zi., gr. Badezi., Keller, Ausstattung: EBK mit Geräten, Öl-Hz., B:253,1 kWh(m²*a), Kamin, 2 gr. Terr., Carport und Raum für Fahrräder etc., KM 1000€ + Kt. 3 MM ☎ 05379673 ✉bl.hadamik@t-online.de

GARAGEN / EINSTELLPLÄTZE

Einstellplatz, Tiefgarage, Teichbreite, ab 1.7 zu vermieten. ☎0170/6329740

MIETGESUCHE

WOHNUNGEN

Ruhiges Rentnerehepaar sucht im Raum Meine, vorzugsweise in Wedelheine, Wedesbüttel oder Martinsbüttel eine 3 Zimmerwohnung mit PKW Stellplatz. Wir, beide ü. 70 mit kleinem Hund suchen eine ruhige Wohnung mit ca. 70 qm Wohnfläche mit Abstellraum. Gern mit Terrasse oder kleinen Garten. Wir freuen uns über freundliche Angebote unter: Tel: ☎ 05304 5012808

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

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

Haushaltsauflösungen, Entrümpelungen seriös u. pietätvoll
☎(0160) 96333244 gewerblich



ZEITUNG, WO DU WILLST.
Unser E-Paper direkt im Web oder als App.
abo.WAZ-online.de/vorteile
Aller-Zeitung Wolfsburger Allgemeine
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

IMMOBILIENKAUFGESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

WOB mit Balkon gesu.

Helle, gemütliche Eigentumswohnung mit 2 bis 3 Zimmern und mind. 70m² von jungem Ehepaar gesucht. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Im Erdgeschoss ...

Dame im besten Alter sucht gepflegte ETW im Raum GF in ruhigem Haus, möglichst im EG oder 1. Stock. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

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

HÄUSER

Reihenhaus gesucht

In oder nahe WOB von Ehepaar und Sohn Emil. Gern nur mit Terrasse + kl. Garten, ein Stellplatz wäre toll. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Gesucht im Raum Meine

Ehepaar sucht Familienhaus, gern auch DHH oder RH, mit mind. 90m² Wfl. und kleinem Garten oder Terrasse. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Mit PV-Anlage gesucht

Familie mit 3 Kindern sucht großes 1- od. 2-Fam.hs im LK Gifhorn mit mind. 5-6 Zi und gern 2 Bädern. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

ANLAGEOBJEKTE

Mehrfam.haus gesucht

Zwei Brüder suchen als Kapitalanlage u. Altersvorsorge ein gepflegtes MFH mit mind. 6-10 Einheiten in gut vermietbarer Lage im Raum GF. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

SUCHE Haus zum kauf

EFH & MFH, auch sanierungsbedürftig und älter oder zum abreißen.
☎ **0176/ 86099868**

GRUNDSTÜCKE

SUCHE Baumöglichkeit

ab 400qm Abschnitt vom Garten, Abriss, 2. Reihe, Resthof o.ä.
☎ **0176/ 15416372**

UNTERRICHT

Ing. gibt Nachh. in Mathe, Physik, Chemie, 15,-/Std ☎ (05363) 74222

GESCHÄFTLICHE EMPFEHLUNGEN

Ha-Ra Beratung& Verkauf
Martina Timpe ☎ 017657605038



BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

PARTNERVERMITTLUNG GEWERBLICH

Reif/Scharf, ☎ (0152)23034716 GF

FREITZEIT / FREUNDSCHAFT

Hallo Alleinstehende, Männer und Frauen. Wir wandern, tanzen, klönen, lachen (u.v.m.) Wer hat Lust hier mitzumachen? Info: FFR 05371-51755

hallo wochenende
erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

Verlag: Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG
31224 Peine, Werderstraße 49
Internet:
www.hallogifhorn.de, www.hallowob.de
Geschäftsführer:
Carsten Winkler, Lars Rehmann
Redaktionsleitung: Melanie Stallmann
Redaktion Gifhorn:
38518 Gifhorn, Michael-Clare-Str. 3
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
Zustellung:
WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH
August-Madsack-Str. 1, 30559 Hannover
Unter www.hallowochenende.de können Sie uns ganz einfach melden, wenn Sie die Zeitung nicht erhalten haben.
Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg
Gültige Preisliste im Internet:
www.waz.mediadaten.online/anzeigenblaetter
Erfüllungsort und Gerichtsstand ist für das Mahnverfahren und im Verkehr zu Vollkaufleuten Hannover.
Leserbriefe: Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernommen. Rücksendungen nur, wenn Porto beiliegt.

BVDA
Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis » bitte keine kostenlosen Zeitungen an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

13143701_002426



MEIN ERBE WILDNIS

INFORMIEREN SIE SICH JETZT
zgf.de/testament

ZOOLOGISCHE GESELLSCHAFT FRANKFURT

MARKTPLATZ

GARTEN

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN
Seit über 27 Jahren alles rund ums Haus von A–Z. Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11
13858401_002426

Hilfe für Senioren! Zuverlässiger Gärtner hilft bei Gartenarbeit & kleinen Hausarbeiten. Mit Herz Hand - auch kurzfristig! ☎ 01 57 - 78 79 23 97

Wuzelfräsen: Fräse Ihre Baumwurzeln fachgerecht heraus.
K-H Dannheim ☎ (0 53 71) 73 584

Rollrasen in allerbester Qualität vom Fachmann, schäle Ihren Altrasen
Tel.: 01 71 - 413 66 25

MÖBEL / HAUSRAT

Suche ständig für sozialschwache Menschen: Geschirr, Deko, Möbel, Elektoartikel usw. Nehmen alles, hole sofort kostenlos ab. Wir führen auch Haushaltsauflösungen und Entrümpelungen durch. ☎ (0173) 6179306

MUSIK

Schallplatten Pop Rock Jazz Blues, LP Vinyl gesucht ☎ (0172) 5427777

KUNST– UND SAMMLERMARKT

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

Suche Modellautos aus dem VW-Werk. Suche aber auch andere Modelle Herpa, Brekina, Schabak, Minichamps usw. auch große Sammlung.
☎ 05361/55465

Kaufe Möbel Hausrat aus Omas Zeiten Bilder Gemälde Geige Trompete alten Modeschmuck usw. Tel. 0179/1698142

Antik Galerie Braunschweig,
www.biedermeier.co

Modelleisenbahn aller Art von Sammler gesucht ☎ 01575 8919194

Kaufe Bücher aus allen Bereichen, T. Ehbrecht, ☎ (05149) 8608

Eisenbahn Märklin, Trix, Modelautos Wiking, Siku ☎ (05303) 6959

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

TIERMARKT

Der Frühling ist da! Wir Pflegen Ihre Vierbeiner, nach Standard oder Wunsch. Hunde und Katzen.
Ihr Hundesalon WOB/ Vorsfelde
☎05363-945786
WhatsApp:0152-09817621

Bienenvölker zu verk. 0155/60477905

TIERMARKT ZUBEHÖR & CO.

Der Frühling ist da! Wir Pflegen Ihre Vierbeiner nach Wunsch. Hunde und Katzen. Ihr Hundesalon WOB/ Vorsfelde. Tel.: 05363-945786
WhatsApp: 0152-09817621

KAMINE / SAUNA

Verk. Brennholz u. Kaminholz, abgelagert, frei Haus ☎ (0 58 33) 1835

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

Kaminholz abgelagert ☎ 0171-4136625

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

HOBBY UND FREIZEIT

Kaufe Briefmarken alte Postkarten Münzen Modellautos alte Uhren sowie versilbertes Besteck Tel. 0179/1698142

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

MUSIKER / KLEINKÜNSTLER / MUSIKUNTERRICHT

Kaufe Musikinstrumente alle Richtungen sowie Tonband oder Plattenspieler Tel. 0179/1698142

DIENSTLEISTUNGEN

PLATE UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestr. 4 · 38112 Braunschweig
Kostenlose Servicenummer
0800-0400666
info@plate-umzuege.de
13980001_002426

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

Gartenbau-Köppen.de
☎(0171) 6035547 + 05371/72984
Hofeinfahrten, Wege- u. Terrassenbau, Granit- u. Mauerbau, Rasensanierung, Rollrasen, Grundstückspflege, Baumfällung, Erd-u. Baggerarbeit, Zaunbau
Unser Angebot ist Geld wert!

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

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

Bauelemente zu Herstellerpreisen! Beratung und Aufmaß kostenlos! Fenster, Dachfenster, Rollläden, Haustüren, Markisen, Terrassenüberdachungen. Tel. 01729960624 8:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Dachtechnik Angebot 25% Rabatt für Neukunden auf Dacharbeiten Flachdach Ziegel Dach Schornstein Sanierung 8€ der Quadratmeter für Dachreinigung statt 18€ Dachrinnen Reinigung ☎ 0163/9712845

Maurermeister übernimmt kl. Maurer- und Putzarbeiten sowie nachträglich Fassadendämmung, Terr.- u. Pflasterarbeiten ☎(05833) 9555115 oder 0170/5412865

TOP-Clean GmbH: Reinigen Ihrer Glasanlagen- z.B. Fenster/ Wintergärten/ Vordächer für gewerbliche sowie private Haushalte ☎(05361) 291824 ✉ info@top-clean.org

BBB Entrümpelungen
Alles aus einer Hand, innerhalb 24 Std., Nachlassräumungen mit Anrechnung, Entrümpelungen jeder Art auch Extremfälle mit Grundreinigung, Tapeten und Bodenbelagsentfernung, Renovierungsarbeiten zu Sonderpreisen.
Telefon (05 31) 2 50 89 00 oder 01 60 / 6 45 91 41
BBBBuesing@gmx.de
Inh. U. Büsing
13326101_002426

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

Gr. Bäume, kleine, krumme, schräge, riesen, trockene Bäume, Heckenschnitt. Sturmschäden mit Entsorgung.
☎ (0171) 4136625

Kostenlose Entrümpelungen und Haushaltsauflösungen bei Wiederverwendung, ☎ (0174) 2978098

BIRGIN GaLaBau Pflasterarbeiten, Gartengestaltung, Rasenanlagen, Zäune, uvm. ☎ 0176 23678008

Der Handwerker für alle Fälle, der auch für "Kleinkram kommt"
☎(0160) 96333244 gewerblich

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

Dachrinnenreinigung, Dachreparatur, Streicharbeiten. Jürgen Weiß
☎ (01 57) 56 47 82 48

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

Malerarbeiten, Bodenbelag, Spachtelarbeiten. ☎ 0170/7744244

Treppen- Balkone- Terrassenfliesenverlegung ☎0160/977 396 54

EDI-AL Garten & Landschaftsbau rund ums Haus ☎0176-51888020

Tokaruk Glas-Fensterreinig. Gardinenreinigung ☎ (05361) 18 102 11

Sanierung rund ums Haus , Balkon, Terrasse, Bad.☎ 0170/7744244

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

Spüle Gartenbrunnen, auch Reparaturen. ☎ 05 373 46 26

Maler / Tapezierer hat noch Termine frei, in WOB ☎ (01577) 2310432

Hilfe im Garten und rund ums Haus. ☎(0176) 70782356

Pflege Ihren Garten, Hecke u. Bäume schneiden, Rollrasen (0177) 4030444

Fenster putzen ☎ 0176 75 45 50 45

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

Haustechnik, Frühjahrsangebot 30% Rabatt auf alle Malerarbeiten am Haus, Keller, Fassade, Holz und Sockel.
☎0163/9712845

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

CITROEN

Citroen C1, top gepfl. + top Ausst., 1.0, 55 kW, 4 Liter/ 100km, 20€ Steuer/Jahr, 2.900€ VB 0152 33793435

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Verkaufe Vespa Roller 125 GTS
Tel. 0176-61927674

Vespa
Bei Ihrem Vertragshändler
Küttner · Gifhorn
Schillerplatz 7 · Telefon (0 53 71) 43 44
www.kuettner24.de
14490801_002426

KFZ GESUCHE

PKW KAUFGESUCHE

Unfall +Totalschäden – Gebrauchtwagen –
VW, Audi, Opel, Ford, MB, Japaner, Skoda, Busse usw., Bj. 2004 – 2026
ZAHLE HÖCHSTPREISE
☎ (05365) 88 66 F. H. Autohandel
12946901_002426

Schrottfahrzeuge aller Art, Ankauf und Abholung, Auto Püschel
☎(0800) 5890570

Fahrzeugankauf! Alles anbieten
Tel. 0173/6679148

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

REISEVERANSTALTER

SKAN-CLUB 60 plus
GOLDENE OSTSEEKÜSTE
Morada RESORT KÜHLUNGSBORN
8-Tage-Seniorenreisen

INKLUSIV-LEISTUNGEN
- An- und Abreise im Fernreisebus mit WC und Getränke-Selfservice
- 7 Übernachtungen in Zimmern mit Dusche/WC inkl. Halbpension
- **Galabuffet mit festlicher Atmosphäre ***
- **Mecklenburgisches Spezialitätenbuffet ***
- Unterhaltungsabende
- **Kostenlose Nutzung des Hallenbades**
- Kofferservice im Hotel nach Bedarf

u.v.m. * im Rahmen der Halbpension

ab Euro 595,– pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension

Preisnachlass bei Selbstanreise: 50,– pro Person! (außer Sonderreisen) · **Kein Einzelzimmerzuschlag** (begrenzte Anzahl) · Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: ab € 150,–

TERMINE 2026

14.06.–21.06.	11.10.–18.10.
12.07.–19.07.	18.10.–25.10.
09.08.–16.08.	20.12.–27.12. (Weihnachten)
06.09.–13.09.	27.12.–03.01. (Silvester)
27.09.–04.10.	

SONDERREISEN

Goldener Oktober

04.10.–11.10.2026	ab € 798,–
11.10.–18.10.2026	ab € 798,–

Jubiläumsreise

01.11.–08.11.2026	ab € 518,–
08.11.–15.11.2026	ab € 508,–
15.11.–22.11.2026	ab € 498,–
22.11.–29.11.2026	ab € 488,–

Christmasparty

29.11.–06.12.2026	ab € 448,–
06.12.–13.12.2026	ab € 438,–
13.12.–20.12.2026	ab € 428,–

Buchung und Beratung bei einem Reisebüro Ihrer Wahl oder unter dem kostenlosen Kundenservicetelefon: 0800-123 19 19 (täglich von 8 bis 18 Uhr)

Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH · Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel www.seniorenreisen.de
13781301_002426

Morada HOTEL ALEXISBAD
FASZINATION HARZ

LEISTUNGEN
2 oder 5 Übernachtungen inkl. Halbpension • 1 × Welcomedrink „Hexentrunk" • **2 oder 5 × 1 Tischgetränk zum Abendessen** • **1 × Hin- und Rückfahrt mit der Selketalbahn Alexisbad–Quedlinburg** u.v.m.

ab Euro 183,– pro Person im Doppelzimmer EZ-Zuschlag: ab € 15,–/Nacht

TERMINE 2026

3 Tage ab € 183,–
29.05., 05.06., 12.06., 19.06., 26.06., 03.07., 10.07., 17.07., 24.07.

6 Tage ab € 324,–
31.05., 07.06., 14.06., 21.06., 28.06., 05.07., 12.07., 19.07., 26.07.

Sondertermin
25.05.–31.05.2026
7 Tage ab € 336,–
p. P. im Doppelzimmer

Freecall täglich 8–18 Uhr **0800/123 39 39**

WELLNESS-KURZTRIP
3 Tage ab € 195,– | 4 Tage ab € 258,–
6 Tage ab € 394,– pro Person im Doppelzimmer

KURZURLAUB MIT BROCKENFAHRT
2 Übernachtungen inkl. Halbpension • 1 × Welcomedrink „Hexentrunk" • **1 × Fahrt mit der Harzer Schmalspurbahn ab Alexisbad, hinauf zum Brocken und zurück** u.v.m.

ab Euro 253,– pro Person im Doppelzimmer
EZ-Zuschlag: ab € 15,–/Nacht

Hoteladresse/Anbieter: Harzquell Bewirtsch.-GmbH
Kreisstraße 10 · 06493 Alexisbad
www.alexisbad.morada.de · buchung.ev@morada.de
14022701_002426

VERANSTALTUNGEN

Flohmarkt Harz+Heide BS!
Sa./So. 09. u. 10. MAI

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

LAST MINUTE

URLAUBS-GELD

JETZT WIRD´S NOCH SCHÖNER!

MULTIPOLSTER URLAUBSGELD
500.-* ab **2.000.-** Einkaufswert

MULTIPOLSTER URLAUBSGELD
1000.-* ab **4.000.-** Einkaufswert

MULTIPOLSTER URLAUBSGELD
2000.-* ab **8.000.-** Einkaufswert

MULTIPOLSTER URLAUBSGELD
2500.-* ab **10.000.-** Einkaufswert

Ausgenommen in der Werbung angebotene Ware.

~~2029.-~~
999.-
WERBEPREIS**

ECKKOMBINATION
in Stoff, Stellmaß ca. 322 x 183 cm.
Inklusive 3x manueller Kopfteil-verstellung. Ohne weitere Funktionen.



Funktion motorischer Sitzvorzug gegen Mehrpreis.
Gesamtpreis inklusive oben gezeigter Funktion **1129.-****

Der Polsterspezialist

MULTIPOLSTER®

Hannover Isernhagen Opelstraße 22, Gewerbegebiet Altwarmbüchen-Möbelmeile •
Braunschweig Frankfurter Straße 232, A391-Abfahrt BS-Gartenstadt •
Magdeburg Salbker Chaussee 79, am Bördepark

Deutschlands größter Polstermöbelspezialist – www.multipolster.de

Multipolster GmbH & Co. Handels KG, 09217 Burgstädt

*Beim Neukauf wird die Aktionsprämie „Urlaubsgeld“ sofort, abhängig vom Kaufvertragswert, in Abzug gebracht. Beim Kauf ab € 1000.- gibt es € 250.- geschenkt; ab € 2000.- € 500.-; ab € 3000.- € 750.-; ab € 4000.- € 1000.-; ab € 6000.- € 1500.-; ab € 8000.- € 2000.-; ab € 10000.- gibt es sogar € 2500.- geschenkt. Ausgenommen von dieser Rabattaktion sind alle in unseren Prospekten oder Anzeigen beworbenen sowie mit „TOP PREIS“, „Dauertiefpreis“ und „Abverkaufspreis“ ausgezeichneten Artikel. Weiterhin ausgenommen sind Modelle der Marke VON WILMOWSKY, JOOP! und KOINOR. Gültig nur für Neuaufträge. Nicht mit anderen Nachlässen oder Aktionen kombinierbar. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Gültig bis 30.05.2026 (Aktion wird gegebenenfalls verlängert). **Die in unseren Prospekten und Anzeigen stehenden Preise sind Endpreise, die alle Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Der Streichpreis entspricht unserem Listenpreis.

MP-19-26. Alle Preise sind Werbe-/Aktionspreise, gelten für die abgebildete Farbe/Bezug/Formation und verstehen sich als Abholpreise ohne Dekoration und Kissen. Alle gezeigten Alternativen sind zum individuellen Preis erhältlich. Alle Maße sind ca.-Maße. Technische Änderungen, Farbabweichungen und Irrtümer vorbehalten. hueper.de

9645601_002626