



Jetzt App downloaden!

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (rnd)

28 · 47. Jahrgang · 11. Juli 2026 www.halogifhorn.de Zustellung hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ · Geschäftskunden (05371) 808 -104/-116 · Kleinanzeigen (0800) 1234-903 · Redaktion (05371) 808-123

„Bewegung muss sein“: Studie belegt positive Auswirkungen

Wissenschaftliche Auswertung in vier DRK-Kitas in Gifhorn zeigt Erfolge

GIFHORN. Regelmäßige Bewegung wirkt sich positiv auf die Grobmotorik von Kindern aus, wie ein Projekt zur Bewegungsförderung im Landkreis Gifhorn belegt. Das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) hat das Projekt wissenschaftlich begleitet und dafür von September 2025 bis Januar 2026 in vier Kitas des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) insgesamt 216 Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren untersucht. Unter dem Motto „Bin ich auch noch klein - Bewegung muss sein“ waren die DRK-Kitas in Schönewörde, Wesendorf, Meinersen und Hillerse daran beteiligt.

POSITIVER EINFLUSS AUF DIE GROBMOTORIK

Das Ergebnis fiel eindeutig aus: „Wir haben festgestellt, dass sich das Bewegungsförderungsprogramm positiv auf die Entwicklung der Grobmotorik von Kindergartenkindern im Alter von drei bis sechs Jahren auswirkt. Es gab statistisch signifikante Verbesserungen“, bilanziert Studienkoordinatorin Melanie Lemke vom UKE. Auch die Eltern hätten bestätigt, dass sich die Bewegungsfunktionen der Kinder im Alltag verbessert haben. Die Studie unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Susanne Klotz wurde in das Deutsche Register Klinischer Studien (DRKS), das von der WHO anerkannte Primärregister für Deutschland, eingetragen.

SPEZIELLES DIAGNOSEVERFAHREN FÜR KINDER IM KINDERGARTENALTER

Grundlage der Untersuchung war das Karlsruher Motorik-Screening für Kindergartenkinder, ein Diagnoseverfahren, das speziell für den Kindergarten



Bei der Vorstellung der Studienergebnisse (von links): Roy Präger vom VfL Wolfsburg, Marleen Stridde von der Audi BKK, Studienkoordinatorin Melanie Lemke vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Landrat Philipp Raulfs, Miroslav Jenka, Trainer bei den Grizzlys, Projektleiterin Janine Ahrends von der Gesundheitsförderung und Prävention des Landkreises Gifhorn, Norbert Blyszcz, Vorstandsmitglied der Young Grizzlys Wolfsburg, Nele Westphal, Fachbereichsleiterin Kinder, Jugend und Familie beim Kreisverband Gifhorn des Deutschen Roten Kreuzes, und Kreisrat und Gesundheitsdezernent Rolf Amelsberg.

Foto: Landkreis Gifhorn

entwickelt wurde. Die Kinder absolvierten dabei praktische Aufgaben wie Seilsprünge oder einen Sprung aus dem Stand. Im Zentrum stand die Frage, wie sich die Kinder unter dem Einfluss des Programms entwickeln.

Ergänzend wurden Eltern und Erzieherinnen und Erzieher per Fragebogen befragt, während die Kinder mithilfe einer Smiley-Skala selbst angeben konnten, ob sie mehr Freude an Bewegung verspüren.

PROJEKT LÄUFT BEREITS SEIT 2018

Das Projekt läuft seit 2018 im Landkreis Gifhorn und wird jeweils für sechs Monate in wechselnden Kitas durchgeführt. „Bis

heute wurden dadurch zwölf Kindergärten und somit insgesamt 780 Kindergartenkinder erreicht“, macht Projektleiterin Janine Ahrends von der Gesundheitsförderung und Prävention des Landkreises Gifhorn deutlich.

In diesem Jahr würden sechs weitere Kindergärten mit dem Projekt starten. „Dann werden wir 2027 bereits 1.100 Kinder im Landkreis Gifhorn erreicht haben“, führt sie weiter aus. Aktuell gibt es im Landkreis rund 113 Kitas.

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

trinkgut

Gültig vom 13.07. - 18.07.26

Jetzt bei uns punkten
PAYBACK
GM Willeke GmbH
Öffnungszeiten:
Mo-Sa 8-20 Uhr

Isenbütteler Weg 43 · GIFHORN

Wolters Pilsener
versch. Sorten
Kasten = 24 x 0,33 l
(1 l = € 1,51)
zzgl. € 3,42
Pfund



11.99

Extaler Mineralwasser
versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,7 l / 0,75 l
(1 l = € 0,42/0,39)
zzgl. € 3,30 Pfand



3.49
Glasflaschen

Wittinger 1429 Pils o. Alster naturtrüb
Kasten = 24 x 0,33 l
(1 l = € 1,39)
zzgl. € 3,42
Pfund



10.99

Heineken International Premium Beer
Kasten = 20 x 0,4 l
(1 l = € 2,06) zzgl. € 3,10 Pfand



16.49
Vorteilspreis 15.49 €
mit der trinkgut App (1 l = € 1,94)

Vilsa Mineralwasser
versch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0,42)
zzgl. € 3,30
Pfund



4.99

Coca-Cola, Fanta o. Sprite
und weitere Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0,97) zzgl. € 3,30
Pfund



11.69
Vorteilspreis 10.99 €
mit der trinkgut App (1 l = € 0,90)

albi Saft, Nektar o. Fruchtsaftgetränke
versch. Sorten
1 l Packung



1.49
Vorteilspreis 1.29 €
mit der trinkgut App

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



9.99

Ouzo 12 o. 12 Gold
38% / 36% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 14,27)



9.99

Jack Daniel's Tennessee Whiskey
40% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 22,84)



15.99
Vorteilspreis 14.99 €
mit der trinkgut App (1 l = € 21,41)

Chantré Weinbrand
36% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 8,56)



5.99

Haribo Fruchtgummi
versch. Sorten
je 1125 g - 1350 g Dose
(1 kg = € ab 4,99)



6.66

Zehn Jahre jung: Marie schreibt ein Buch

Albert-Schweitzer-Schule: Viertklässlerin verfasst Roman

GIFHORN. Davon könnten sich sogar Erwachsene noch eine Scheibe abschneiden: Wie ein Profi agierte Marie Münster, gerade einmal zarte zehn Jahre alt, bei der Lesung ihres selbst verfassten Buches „Die vergessene Bücherei“ in der Mensa der Albert-Schweitzer-Schule. „Ich möchte nicht zu viel verraten, deshalb höre ich jetzt auf“, sagte sie, nachdem sie die ersten Kapitel ihrer Fantasie-Geschichte vor Publikum gelesen hatte.

Die waren gespickt mit vielen überraschenden Momenten – schließlich geht es um ein Spuk-Haus, in dem viel passiert. Da erschrecken sogar kurz die zuhörenden Mitschüler, als Marie „Buh“ vorlas. Die Geschichte um Hauptperson Luisa habe sie sich selbst ausgedacht. Warum New York und Gifhorn Handlungsorte sind? „New York ist eine Weltstadt, und in Gifhorn lebe ich einfach“, gab die jungen Autorin bereitwillig Auskunft. Und nein, sie habe keine Künstliche Intelligenz bemüht beim Schreiben. Diese Frage nämlich stellte ein Mitschüler.

Ein alter Schlüssel, ein Foto und Watte als Spinnweben auf dem Tisch – Marie hatte sich alle Mühe gegeben, der Lesung auch einen optisch schönen Rahmen zu geben. Nicht zuletzt wirkte Sabine Scholz, Lehrerin der Albert-Schweitzer-Schule, tatkräftig mit. Die nämlich hat das Talent entdeckt – ungewöhnlich früh. „Schon nach dem ersten Aufsatz habe ich bemerkt, dass sie ein besonderes Talent hat. Da habe ich gefragt, ob sie vielleicht ein Buch schreiben möchte – sie sagte Ja.“ Einhalb Jahre später dann war das Meisterwerk fertig. Dass Marie ihren Roman im Präsens verfasste, „das ist eine unglaubliche Kunst“, lobte sie. Von Neid der anderen Mitschülerinnen und Mitschüler keine Spur. Mehrfach applaudierten die Jungs und Mädchen aus ihrer



Junges Schreibtalent der Albert-Schweitzer-Schule: Marie Münster (10) stellte ihr Buch „Die vergessene Bücherei“ vor. Das Buch der Viertklässlerin ist auch bei Dänzer zu kaufen. Foto: Andrea Posselt

Klasse nach der Lesung.

Übrigens: Vor zwei Jahren machte die Albert-Schweitzer-Schule mit Jung-Autorin Stella Posorski Schlagzeilen. Damals saß Marie in der Mensa als Zuhörer. Schulleiterin Franziska Mende freut sich: Mit Sabine Scholz habe die Schule wohl eine „Autoren-Schnüfflerin“. Sie selbst lese das Buch gemeinsam mit ihrer Tochter. „Ich bin ein Fan von Dir“, sagte sie.

Stolz verfolgte Mama Elisa Di Seri-Münster, wie ihre Tochter die Lesung meistert. Überhaupt: „So etwas muss man erst einmal fertigbringen“, bewundert sie das Durchhaltevermögen von Marie. Sie selbst tippte die handschriftlichen Aufzeichnungen in den Computer. Lehrerin Sabine Scholz half beim letzten Feinschliff, kümmerte sich auch darum, dass das Buch auf dem Co-

ver einen tollen Eindruck macht. Sprachlich sei Marie immer schon sehr begabt gewesen, sagt Mutter Elisa Di Seri-Münster. „Kaum konnte sie schreiben, entstand die erste Pony-Geschichte.“ Dass bei allem Engagement nun aber ein viel umjubeltes Buch herausprang, das habe sie nicht geahnt. „So toll, jetzt hat sie etwas, das für immer bleibt“, freute sich die Mutter.

„Die vergessene Bücherei“ kostet pro Exemplar 5 Euro und wird schulintern verkauft, aber auch in der Buchhandlung Dänzer im Steinweg. Die erste Auflage des 64 Seiten starken Buches zählt rund 300 Exemplare, „50 habe ich schon verkauft“, verkündet Marie voller Stolz.

Ob sie nun das nächste Buch schreibt? „Keine Ahnung.“ Dafür hat sie einfach zu viele andere



„Cool, ein eigenes Buch zu haben“: Stella Posorski, damals Viertklässlerin der Albert-Schweitzer-Schule, stellte vor zwei Jahren ihr Werk „Das Geheimnis des Quafras“ vor. Foto: Sebastian Preuß

Interessen. Marie liebt Tennis, Turnen und freue sich darauf, nach den Ferien zum OHG zu wechseln. Und natürlich gehöre – „nicht zu vergessen“ – Lesen zu ihren Hobbys. „Ich habe alle

Harry-Potter-Bände gelesen.“ Und dann muss das kleine Interview mal kurz pausieren – ein Junge möchte ein Buch kaufen und es signieren lassen von Marie.



Buslinie 175 von und nach Neudorf-Platendorf: So ein Standard-Fahrzeug kommt eher selten zum Einsatz, meistens sind es Midibusse mit 25 Sitzplätzen. Foto: Gero Gerewitz

Ärger-Linie 175: Voller Bus fährt durch

NEUDORF-PLATENDORF.

Nicht zu viel Luft durch die Gegend fahren, aber genug Platz für alle bieten: Bei der Linie 175 zwischen Neudorf-Platendorf und Gifhorn liegt die VLG-Kalkulation seit Jahren immer wieder daneben, was die richtige Bus-Größe angeht. Als attraktiver Ersatz für den im Dezember 2020 stillgelegten Bahnhof im Moordorf gedacht, bereitet die Buslinie offenbar mehr Ärger als Freude. Wäre die Rückkehr zur Bahn eine Lösung?

Dienstagmittag von Gifhorn nach Neudorf-Platendorf, Haltestelle Fallerslebener Straße: „Bitte nicht einsteigen“ steht auf dem Display des rappelvollen 175-er Busses. Einsteigen ist auch gar nicht möglich, denn der Bus fährt ungebremst vorbei.

Es war die 12.37-Uhr-Fahrt, die die VLG in der Schulzeit immer mit einem Midibus bedient. Eine Stunde später wäre ein ausgewachsener Linienbus unterwegs gewesen. Neudorf-Platendorfs Ortsbürgermeister Fabian Hoffmann kennt das Problem mit übertakelten Bussen seit Jahren.

Hoffmann ist jetzt schon gespannt auf den Schulstart im August. „Jedes Jahr nach den Sommerferien das selbe Spiel.“ Ihm zufolge passt die Fahrzeugkalkulation häufiger nicht zur Nachfrage. Immer wieder bildeten Eltern einen eigenen Fahrdienst, um Otto-Hahn- und Humboldt-Gymnasien zurückzubringen. Mal sehen, wie es ab August funktioniert.

In der Schulzeit hat die VLG „auf den Fahrten zwischen 6 und 8 Uhr ab Platendorf sowie bei der mittäglichen Rückfahrt um 13.35 Uhr Gelenkbusse im Einsatz“, teilt Landkreis-Sprecherin Anja-Carina Riechert in einer gemeinsamen Antwort mit dem Regionalverband Großraum Braunschweig auf Nachfrage unserer Zeitung mit. Um 14.35 Uhr ab Gifhorn fahre ein Standardbus. Während „der aufkommensschwächeren Zeiten“ sonst sind es die Midibusse mit etwa 25 Plätzen, am späten Abend und am Wochenende auch achtsitzige Kleinbusse.

Vor allem um 7 Uhr nach Gifhorn und 13.35 Uhr zurück nach Neudorf-Platendorf gebe es hohe Nachfragen, so Riechert. So

gar der Gelenkbus am Morgen sei voll ausgelastet. „Dort gibt es jedoch keine stehendenbleibenden Schüler, da die Nachfrage keinen größeren Schwankungen ausgesetzt ist und ab Triangel weitere Linien zur Verfügung stehen.“ Stehenbleibende Fahrgäste seien selten, „nachdem die Platzkapazitäten nochmals ausgeweitet wurden“, so Riechert. Nach 16 Uhr seien früher übliche Kleinbusse durch Midibusse ersetzt worden.

RÜCKFAHRTEN OFT SCHWER ZU KALKULIEREN

Schwieriger zu kalkulieren seien die Rückfahrten, schreibt Riechert. Früherer Schulschluss oder die Rückkehr einer Klasse von einem Ausflug könnten den Midibus schnell überfordern. Der Einsatz eines zusätzlichen Busses hänge von mehreren Faktoren ab, unter anderem der Verfügbarkeit von Fahrzeugen. Die 12.35-Uhr-Fahrt ab Gifhorn werde nun anlässlich des von unserer Zeitung beschriebenen Vorfalls „verstärkt überwacht“.

Laut Fabian Hoffmann ist im Ort das Interesse groß, den Bahnhof zu reaktivieren. Das ist laut Landkreis und Regionalverband technisch möglich, würde aber wohl den Erixx-Fahrplan sprengen. Der Zusatzhalt dürfe die Fahrzeit zwischen Wahrenholz und Röttgesbüttel – wo die Züge in Richtung Braunschweig und Uelzen aneinander vorbeifahren können – nicht verlängern.

Die verlorene Fahrzeit müsste auf diesem Streckenabschnitt wieder reingeholt werden. Das gilt auch für den zusätzlichen Halt in Isenbüttel ab Dezember dieses Jahres. Die aktuellen Maßnahmen zur Beschleunigung dienen allein diesem Projekt.

Und dann kommen Landkreis und Regionalverband zur Wirtschaftlichkeit: Die Reaktivierung in Neudorf-Platendorf würde etwa drei Millionen Euro kosten, hinzu kämen Investitionen in eben jene Beschleunigung der Strecke durch Baumaßnahmen. Lohnt sich das? „Aus heutiger Sicht erscheint dies nicht ausreichend“, heißt es dazu. Das Fahrgastpotenzial in dem langgestreckten Ort mit dann nur einem Bahnhof wäre zu gering.

Sommerliche Wärme!

Vorhersage
Ein Hoch führt Regie. Die Temperaturen steigen am Sonntag bei viel Sonnenschein weiter an. In der nächsten Woche spricht vieles für anhaltend warmes Hochdruckwetter. Wie lange sich das Hoch halten kann, ist noch unsicher.

Biowetter
Im Vordergrund stehen ganz klar die positiven Witterungsreize. Wetterbedingte Beeinträchtigungen des Wohlbefindens sind jedenfalls sehr selten. Wärmereize sind am ehesten in den Nachmittagsstunden möglich.

Bauernregel
Kilian, der heilige Mann, stellt die ersten Schnitter an. (8.7.)

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

27° 14°

Sonne: Auf- und Untergang

5:16 Uhr 21:33 Uhr

Neumond: 14.07.2026

2:12 Uhr 20:30 Uhr

28° 15°

Montag

28° 15°

Dienstag

28° 16°

Mittwoch

27° 16°

Donnerstag

Schweinebauch

am Stück 1kg

statt 6,99 **4,89** -30%

Schweinebauch

grillfertig, mariniert

in Scheiben, 1kg

statt 8,49 **7,39** -12%

Putenoberkeule

frisch ohne Haut und Knochen 1kg

statt 10,59 **8,49** -20%

Suppenfleisch

vom Rind mit Knochen, 1kg

statt 12,99 **10,39** -20%

Suppenfleisch

ohne Knochen, 1kg

statt 14,49 **11,59** -20%

Teigtaschen

450g Pack

mit Quark oder Kartoffelfüllung

statt 3,19 **2,39** -25%

Matjesfilet in Öl

1kg

natur oder geräuchert mild gesalzen

statt 16,49 **12,39** -25%

Käse in Salzlake

60% Fett

720g Dose

statt 8,99 **6,29** -30%

Kochsalami

heißgeräuchert

ca. 350g Stange, 1kg

100g hergestellt aus 110g Schweinefleisch

statt 16,29 **11,39** -30%

Schweinebauch

kirschengeräuchert ca. 300g Pack 1kg

statt 15,09 **11,29** -25%

INTER MARKT

Im Paulsumpf 3 Gifhorn-Gamsen

Tel.: 05371-743480

Gültig ab Mo. 13.07. bis Sa. 18.07.2026

СЫР ТВОРОГ

Сыр Творог

263 Mitglieder bei der Wirtschaftsvereinigung Gifhorn

Ziel sollen 500 Mitglieder im Jahr 2030 sein

GIFHORN. Großer Zuwachs bei der Wirtschaftsvereinigung Gifhorn: Die Zahl der Mitglieder ist im vergangenen Jahr seit der Jahreshauptversammlung im Juli 2025 um 59 gestiegen. Damit weist die Wirtschaftsvereinigung aktuell 263 Mitglieder auf, wie bei der Jahreshauptversammlung am Freitag verkündet wurde.

Grund für diesen Anstieg ist laut Geschäftsführer Hans-Jürgen Dölves besonders die Messpräsenz der Wirtschaftsvereinigung. „Zu diesen Gelegenheiten kamen wir mit zahlreichen neuen Unternehmerinnen und Unternehmern ins Gespräch“, erklärt Dölves. Damit sei man dem vom Vorsitzenden Thomas Fast einst formulierten Ziel von 500 Mitgliedern bis 2030 ein ganzes Stück näher gekommen.

ERSTER NEUJAHRSEMPFANG AN ANDEREM STANDORT

Dies hatte aber auch Folgen für die eigenen Veranstaltungen. „Für unseren Neujahrsempfang



Freuen sich über 59 neue Mitglieder: Vorstandsmitglied Thomas Meister (v. l.), stellvertretender Vorsitzender Lutz Kadereit und Geschäftsführer Hans-Jürgen Dölves.

hatten wir erstmals rund 250 Anmeldungen“, führt Dölves aus. Dies hatte die Kapazitäten des bisher dazu genutzten Veranstaltungsraumes der Volksbank gesprengt. „Daher mussten wir ausweichen und haben unseren Neujahrsempfang erstmals im Autohaus Kühl stattfin-

den lassen“, berichtet der Geschäftsführer.

Weitere Höhepunkte im Veranstaltungskalender der Wirtschaftsvereinigung waren unter anderem die fünf Businessfrühstücke, ein Seminar zur Konfliktdeeskalation, die After-Work-Events, ein Ausflug zur Elbphil-

harmonie mit Konzert sowie ein KI-Seminar. „Außerdem haben wir einen Image-Film gedreht, der auf unserer Internetseite zu sehen ist“, sagt Hans-Jürgen Dölves.

Nach der Sommerpause soll es eine Vorstellungsveranstaltung für neue Mitglieder geben,

außerdem einen Ausflug zum Flughafen Braunschweig-Wolfsburg zur Besichtigung des neuen Terminals.

POSITIVE FINANZEN UND ENTWICKLUNGEN

Wie Vorstandsmitglied Thomas Meister berichtet, hat ist auch die finanzielle Entwicklung der Wirtschaftsvereinigung positiv entwickelt. So wurde im vergangenen Jahr ein Überschuss von rund 16.500 Euro erwirtschaftet. Die größten Kosten entstehen der Wirtschaftsvereinigung für Veranstaltungen und für das Personal.

Mittlerweile ist auch der Landkreis Gifhorn mit seiner Wirtschaftsförderung ins Haus der Wirtschaft eingezogen. Eine „B2B“-Eröffnung für Gewerbetreibende ist für September angesetzt.

Die rund 50 anwesenden Mitglieder lieben gemeinsam mit Vorstand und Geschäftsführung der Wirtschaftsvereinigung die Jahreshauptversammlung auf dem Weinfest ausklingen.

Ummerns Bürgermeisterin tritt zurück

Mirijam Müller legt Amt aufgrund von Schwangerschaft kurz vor der Kommunalwahl nieder

UMMERN. Ummern bekommt eine neue Bürgermeisterin oder einen neuen Bürgermeister - und das schon vor der für den 13. September angesetzten Kommunalwahl: Amtsinhaberin Mirijam Müller (FWGU) tritt zum Monatsende zurück. „Ich bin schwanger“, verrät sie im Gespräch mit unserer Zeitung.

„Und da doch einiges in der Gemeinde zu tun ist, will ich lieber auf Nummer sicher gehen.“ Die Folge: Der Gemeinderat wird noch im Juli eine Nachfolge regeln. Ihr Ratsmandat will Müller aber noch bis zum Ende der Legislaturperiode ausüben, bei der Kommunalwahl im September tritt sie jedoch nicht erneut an.

GEMEINDERAT MUSS NEU WÄHLEN

„Damit alles seinen ordnungsgemäßen Gang gegen kann, ist es gut, wenn der Bürgermeister

oder die Bürgermeisterin vor Ort ist“, sagt Marc Bludau, allgemeiner Verwaltungsvertreter der Gemeinde Ummern. „Beispielsweise ist es für Anträge im Zuge der Dorferneuerung schon sinnvoll, wenn die vom Bürgermeister unterschrieben werden und nicht vom Stellvertreter“, erklärt Bludau, warum der Rat noch vor dem 13. September eine Nachfolge für Müller wählen wird - auch wenn diese möglicherweise nur wenige Wochen im Amt bleibt.

Ausfälle, etwa krankheitsbedingt, kamen natürlich auch vor. „Aber in diesem Fall ist das planbar, daher kann man auch entsprechende Vorsorgen treffen“, erklärt Bludau. So bleibe die Gemeinde in vollem Umfang handlungsfähig und müsse keine Notlösungen suchen. „Gerade mit Blick auf die Dorferneuerung ist das nicht unwichtig“, sagt Bludau.



Gemeinderat muss Nachfolge kurz vor der Kommunalwahl klären: Mirijam Müller tritt als Bürgermeisterin von Ummern zurück. Foto: Samtgemeinde Wesendorf

DANK DORFERNEUERUNG VIEL ZU TUN

Denn seit 2023 ist Ummern als Dorfregion gemeinsam mit Groß Oesingen im Dorferneuerungsprogramm aufgenommen. Noch bis 2029 können bei-

de Gemeinden in diesem Rahmen Förderanträge für Projekte stellen. Dazu zählen der Anbau an das Dorfgemeinschaftshaus in Pollhöfen oder auch neue Willkommensschilder in Ummern. Auch Privatpersonen können Anträge zur Modernisie-

rung ihrer Immobilien stellen.

Müller übernahm das Amt an der Spitze der Gemeindeverwaltung, als ihr Vorgänger Otto Wagener 2017 aus gesundheitlichen Gründen zurücktrat. Im Zuge der Kommunalwahl 2021 wurde sie vom Gemeinderat erneut als Bürgermeisterin bestimmt. Seit diesem Zeitpunkt saß sie auch im Wesendorfer Samtgemeinderat, dort unter der Parteiflagge der CDU.

AUßERORDENTLICHE SITZUNG

Bei einer außerordentlichen, öffentlichen Gemeinderatssitzung am 13. Juli um 18.30 Uhr im Gemeindezentrum wird Mirijam Müller ihren Rücktritt auch formell vollziehen. Dann wird eine Nachfolgerin oder ein Nachfolger sowie eine Stellvertreterin oder ein Stellvertreter ermittelt. Zudem muss der Verwaltungsausschuss neu gebildet werden.

Sonderaktion
bis 31.07.2026

V. Gloger
www.gloger.com
Made in Germany

Haustüren Vordächer

Terrassenüberdachungen Glasoasen Markisen

Garagentore Deckenlaufstore Kastenrolltore

Fenster & Rollläden Schiebeanlagen Falthanlagen

V. Gloger Direktförderung ohne komplizierte Antragstellung auf alle Produkte

Mindestens 20% Förderung

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

05351 424757
vertrieb@gloger.com

www.gloger.com

7 JAHRE GARANTIE
Nur bei Ihrem wehner Top-Partner

MEHR NACHRICHTEN

AUS GIFHORN UND DER REGION

FINDEN SIE AUF ALLER-ZEITUNG.DE

Neuer Termin für Drachenbootregatta

ISENBÜTTEL. Jubiläum: Das 25-jährige Bestehen von „Sport am Tankumsee“ war ursprünglich für Sonntag, 28. Juni, geplant. Aufgrund der extrem hohen Temperaturen musste das Fest jedoch leider abgesagt werden.

Für das Drachenboot-Rennen wurde jedoch ein Ersatztermin gefunden: Am Sonntag, 30. August können alle interessierten Teams die Regatta nachholen oder auch erstmalig teilnehmen.

Das Anmeldeportal ist für alle bis Donnerstag, 13. August, offen. Zum ersten Mal wird es neben den Standardbooten auch eine kleinere Bootsklasse beim Drachenboot-Event geben. Die neuen Small-Boote sind

mit nur acht bis zehn Personen plus einem Trommler zu besetzen. Natürlich ist auch weiterhin eine Teilnahme mit Standardbooten für bis zu 18 Paddlern plus Trommler möglich.

Interessierte Teams können sich unter www.drachenboot-tankumsee.de anmelden. Alle weiteren Infos zur Regatta gibt es auf der Sport am Tankumsee-Homepage www.sport-am-tankumsee.de unter dem Download-Link „Ausschreibung Ausweichtermin 30.08.2026“. Der Ersatztermin bezieht sich ausschließlich auf das Drachenboot-Rennen: Das Rahmenprogramm (Sportfest mit Mitmach-Aktionen und Bühnenprogramm) wird nicht nachgeholt.



Fiel zusammen mit "Sport am Tankumsee" der Hitzewelle zum Opfer: Für die Drachenboot-Regatta wurde ein Ersatztermin gefunden. Foto: Michael Franke Archiv

HADI
Der Schnäppchenjäger
Angebote gültig vom 13.07. bis 18.07.2026

Knallerpreis
Sommer-Scheibenklar
- für die PKW-Scheibenwaschanlage
- (1 Liter = 0.50 €)
2.50

5-Liter-Kanister

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

Einkoch- und Marmeladengläser
- mit Schraubdeckel
- verschiedene Größen
ab 1.00

Knallerpreis
Handventilator
- mit Standfunktion
- Batteriebetrieb (Batterien nicht enthalten)
2.95

Nur solange der Vorrat reicht!
Weitere Standventilatoren vorrätig.

Grillanzünder
flüssig
2.95

1-Liter-Flasche

ALWARIN
Chlortabs Super 20g
- schnell lösliche Chlortabletten zur Stoß- und Dauerchlorung
- zur Desinfektion
- 1 kg Dose
10.-

Sonnenschirm/ Strandschirm
- Ø 140 cm
- Höhe: 155 cm
- Farbe: grün oder rot
5.-

Knallerpreis

Bestway
Pool Teststreifen
- 50 Stück Packung
- zur Bestimmung von Chlor + PH-Wert
- müheloses Ablesen durch Farbstreifen
4.95

50 Stück Packung

Bestway
Planschbecken
- Ø 122 cm, Höhe ca. 25 cm
- für Kinder ab 2 Jahre geeignet
- für ca. 140 Liter
- mit Reparaturflicken
5.-

Knallerpreis

Bestway
Pool-Bodenschutz-Fliesen
- Set mit 9 Stück à 50x50 cm
- sicherer Schutz für den Poolboden
- einfaches Stecksystem
- beliebig erweiterbar
12.50

9-Stück-Packung

Bestway
Pool-Bodenschutz-Fliesen
- Set mit 9 Stück à 50x50 cm
- sicherer Schutz für den Poolboden
- einfaches Stecksystem
- beliebig erweiterbar
12.50

9-Stück-Packung

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.

Mit der Sparkassen Debitkarte bei uns PAYBACK® Punkte sammeln*
*Ihre Karte muss dafür verknüpft sein.
Weitere Infos: sparkasse.de/payback

19901501_002426

Hadi-Sonderposten Bruns & Deijljet OHG, Hofes Feld 15, 38531 Isenbüttel • Für Druckfehler keine Haftung • Für Druckfehler keine Haftung • Solange Vorrat reicht.

Chance für Selbstermächtigung

„Growth Mindset“: Warum sich Anstrengung lohnt – und wie wir lernen, sie auszuhalten

VON KIRA VON DER BRELIE

Eigentlich wollte Katharina Asbury nur verschiedene Förderansätze für das Fach Mathematik untersuchen, die leistungsschwachen Kindern den Übergang zur weiterführenden Schule erleichtern sollten. Dann machte sie eine Entdeckung, mit der sie nicht gerechnet hatte.

Die Psychologin und ihr Kollege, die beide am Leibniz-Institut für die Pädagogik der Naturwissenschaften und Mathematik (IPN) forschen, bereiteten die angehenden Mathe-Lehrkräfte inhaltlich und psychologisch vor. Mit einer kurzen Übung – einer Mindset-Intervention – veränderten sie die Einstellung der Teilnehmenden.

„Mathematik-Lehrkräfte gehen schon im Studium viel stärker als andere Fachrichtungen davon aus, dass man für ihr Fach eine angeborene Begabung braucht“, sagt Asbury. „Wenn die Lehrkraft selbst nicht daran glaubt, dass Kinder lernen können oder dass sie pädagogische Handlungsmacht haben, ist das natürlich fatal.“

FÄHIGKEITEN KÖNNEN SICH ÄNDERN

Deswegen veränderten sie gezielt die Einstellung der Lehrkräfte hin zu einer wachstumsorientierten Haltung, also vom „Fixed Mindset“ hin zum „Growth Mindset“. Letzteres meint die Überzeugung, das eigene Können durch Anstrengung, kluge Lernstrategien und die richtige Anleitung zu steigern.

„Das Erstaunliche war, dass sich auch bei den Kindern Hinweise auf ein stabileres ‚Growth

Mindset‘ zeigten – obwohl nicht sie selbst ein direktes Mindset-Training erhalten hatten, sondern die angehenden Lehrkräfte“, sagt Asbury. „Wir vermuten, dass es sich dabei um Anstreckungseffekte handelte.“

Das war auch deshalb erstaunlich, weil die Kinder eine lange Kette von Misserfolgen hinter sich hatten. „Die hatten nicht nur objektiv schlechte Leistungen, sondern haben auch schon vier Jahre lang gehört, dass sie nicht gut genug sind“, sagt die Psychologin. „Wenn diese Kinder auf Lehrkräfte treffen, die nur an Talent, aber nicht an Übung glauben, geben sie einfach auf.“

Warum Lehrkräfte so denken, lässt sich zum Teil wissenschaftsgeschichtlich erklären. Denn lange dachte man, das Gehirn sei ein statisches Organ, das sich höchstens noch in der Jugend verändern kann. Leistung ist also in erster Linie eine Frage der Begabung, im Grunde: Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr. „Fixed Mindset“ würde man heute sagen.

STATISCHES DENKEN IM KOLLEGIUM

Obwohl Psychologen bereits 1949 entdeckten, dass sich das Gehirn durch Training und Erfahrung sehr wohl noch anpassen und verändern kann – die Neuroplastizität –, dauerte es mehr als 40 Jahre, bis dieses Wissen die Gesellschaft erreichte. Erst bildgebende Verfahren wie das MRT machten die Anpassungsfähigkeit des Gehirns sichtbar – und legten die Basis für die moderne Psychotherapie.

Selbst heute noch glauben 12



Foto: Pavel Danilyuk / Pexels

Prozent der Lehrkräfte, dass Fähigkeiten unveränderbar sind. Das zeigt das Deutsche Schulbarometer 2025. Lediglich 13 Prozent sind dagegen überzeugt, dass sie durch Anstrengung und Lernen entwickelt werden können.

Lange dachte man, das „Growth Mindset“ habe auch einen starken Effekt auf die Leistung. Anteil daran hatte auch deren Entdeckerin, die US-Psychologieprofessorin Carol Dweck, welche den Nutzen des Modells

übertrieb. Eine Metaanalyse von 2018 zeigt: Wachstumsdenken und Schulleistung hängen zwar zusammen, aber weit weniger als gedacht.

Schwieriger wird es, wenn die Lehrkraft davon ausgeht, dass alle Fähigkeit Begabung ist. „Wenn Lehrkräfte ein ‚Fixed Mindset‘ haben, hat das für die Kinder Konsequenzen auf Leistung, Motivation und Selbstkonzept“, sagt Asbury. „Man hört von Mädchen etwa immer noch, dass sie schlecht in Mathe seien,

weil sie weiblich sind – ein klassisches ‚Fixed Mindset‘.“

WIE SICH EINE HALTUNG VERÄNDERN LÄSST

Das „Growth Mindset“ habe wiederum die größten Effekte beim Umgang mit Misserfolg. „Menschen mit ‚Growth Mindset‘ geben bei Schwierigkeiten weniger schnell auf, versuchen eher andere Strategien einzusetzen, sind offener für Feedback und motivierter.“ Wünschens-

werte Fähigkeiten für wohl jeden Menschen. Aber wie entwickeln Kinder und Lehrkräfte dieses Mindset?

Die psychologische Übung, die Asbury und ihr Team mit den angehenden Lehrkräften durchführten, war simpel: Das Team erklärte, wie das Gehirn funktioniert und ließ die angehenden Lehrkräfte in ihrer eigenen Biografie kramen. „Sie sollten sich an eine Situation erinnern, in der eigene Anstrengung dabei geholfen hat, das Ziel zu erreichen“, sagt die Wissenschaftlerin. „Also eine Erinnerung, die dem ‚Fixed Mindset‘ entgegensteht.“ Eine Stunde habe das insgesamt gedauert.

Auch, wenn sich die Schülerinnen und Schüler die Haltung in dem Zwölf-Wochen-Kurs von den Lehrkräften abgeschaut haben, sei das nicht selbstverständlich. Um ein „Growth Mindset“ zu vermitteln, braucht es bestimmte, bewusste Setzungen – eine pädagogische Chance für Lehrkräfte. „Wie sprechen Lehrkräfte übers Scheitern? Sagen sie etwa: ‚Nicht jeder ist gut in Mathe‘, verknüpfen sie die Leistung mit einer unveränderlichen Eigenschaft“, sagt Asbury. „Besser wäre Wege aufzuzeigen, wie es das nächste Mal besser geht oder Strategien zu loben.“ Auch sei es schlichtweg wichtig zu wissen, dass wir scheitern, wenn wir lernen. „Das ist ganz normal und gehört wie der schmerzende Muskel beim Sport zum Lernen dazu“, sagt die Psychologin. „Scheitern sagt nichts über die Leistungen in der Zukunft aus.“ Außerdem empfiehlt sie, dass man sich mehr mit sich selbst vergleichen solle statt mit anderen. „Der individuelle Lernfortschritt

ist ein viel besserer Referenzrahmen, um die eigene Leistung und den Fortschritt zu bewerten.“

SELBSTWIRKSAMKEIT ERLEBEN

Auch für Lehrkräfte könnte das „Growth Mindset“ eine wichtige Ressource sein. Gerade weil vieles, was Schule so herausfordernd macht, sich der Kontrolle der Lehrkraft entzieht, wie heterogene Klassenzimmer oder Personalmangel. „Das ‚Growth Mindset‘ ist eine Chance für Selbstermächtigung“, sagt Asbury. „Es lenkt den Blick auf Dinge, die Lehrkräfte oder Kinder selbst verändern können.“ Das stärke das Selbstwirksamkeitserleben, das Wohlbefinden und habe auch Effekte auf das pädagogische Interesse der Lehrkraft.

Auch das Deutsche Schulbarometer hält fest, dass das „Growth Mindset“ insbesondere für die Lernforschung interessant sei. Denn Lehrkräfte, die eher ein „Growth Mindset“ aufweisen, würden dem Prozess des Lernens und den individuellen Entwicklungsmöglichkeiten von Schülerinnen und Schülern naturgemäß eine hohe Bedeutung beimessen. Ein „Growth Mindset“ der Lehrkräfte stärke das Selbstbild der Kinder und fördere einen Unterricht, der auf Feedback und eigenständiges Denken setze.

Asbury betont aber auch: „Das ‚Growth Mindset‘ ist kein Zauberspruch, sondern eine Haltung, die gute Lernbedingungen ergänzen kann. Es löst aber keine strukturellen Probleme. Motivation allein reicht nicht, Kinder brauchen gute Lernumgebungen, Beziehungssicherheit und Unterstützung.“

SCHÜTZENFEST NEUDORF PLATENDORF

Anzeigensonderveröffentlichung

+ Fliesen + Platten + Mosaik + Naturstein + Reparaturen +

Fliesen Bäumann
Meister - Fachbetrieb
Telefon 0 53 78 / 434
Dorfstr. 92 H · 38524 Neudorf-Platendorf · info@Fliesen-Baeumann.de
Fliesenausstellung geöffnet von Mo. - Fr. 09 - 13 Uhr und 15 - 18 Uhr

Delle & Heinemann
Garten- und Landschaftsbau
Wir wünschen allen ein schönes Schützenfest!
– Meisterbetrieb –
38524 Sassenburg/Neudorf-Platendorf
Telefon (0 53 78) 408
www.DELLEundHEINEMANN.de

kreativ & individuell
Ihre Experten für Garten & Landschaft

Wir wünschen viel Spaß beim Schützenfest und allzeit Gut Schuss!

SK GEB
Erdbau Mutterboden Füllkies Mineralgemisch
05378 / 411 oder 980 101

Baunternehmen

André Campe
Meisterbetrieb
Fehringstraße 9 · 38524 Sassenburg – Triangel
fon 05378 – 8593900 · mobil 0170 – 54 53 632
andre.campe@web.de

Zielen, feiern, tanzen

Das Schützenfest ruft – und wer nicht kommt, verpasst etwas

Das Schützenfest steht vor der Tür – vom 10. bis 12. Juli verspricht es wieder drei Tage voller Spaß, Musik und guter Laune! Ob beim Festumzug, an der Theke oder auf der Tanzfläche: Hier trifft sich das ganze Dorf, um gemeinsam zu feiern. Also: Tracht raus, Freunde einpacken und ab aufs Festgelände. Schließlich wartet hier ein dreitägiges Festprogramm, das von Leichtigkeit und Gemeinschaftsinn geprägt ist. Los geht's am Freitag um 15

Uhr mit der offiziellen Eröffnung, die vom Spielmannszug Wahrenholz musikalisch begleitet wird. Was natürlich auch nicht fehlen darf: die Kaffeetafel im Festzelt. Ansonsten steht der Freitag ganz im Zeichen des Kinder- und Jugendzuges, der in diesem Jahr 50. Geburtstag feiert. Entsprechend ist mit Tombola, Schminkaktion, Torwandschießen und weiteren Überraschungen für Kurzweil gesorgt. Ebenso wird es wieder einen Luftballon-Wettbe-

werb geben. Der Abend klingt dann mit einer Zelt disco aus - für Musik vom Plattenteller sorgt Behne Entertainment. Am Samstag dreht sich dann alles um den Wettbewerb um die neue Regentschaft – mit Königschießen und Proklamation, bevor die drei großartigen Tage am Sonntag nach dem legendären öffentlichen Königsfrühstück und einer letzten Tanzsaule mit Behne Entertainment ausklingen...



Das Königshaus 2025 blickt dem Schützenfest mit Freude entgegen.

FOTO: PRIVAT



FOTO: PRIVAT

Grußwort

LIEBE SCHÜTZENSCHWESTERN UND SCHÜTZENBRÜDER, LIEBE MITGLIEDER, FREUNDE UND GÄSTE UNSERES SCHÜTZENVEREINS,

ein ganz besonderes Jahr als Schützenkönig neigt sich nun dem Ende zu. Mit großer Freude, Stolz und Dankbarkeit blicke ich auf die vergangenen Monate zurück. Es war mir eine große Ehre, unseren Verein als Schützenkönig vertreten zu dürfen und viele schöne Momente mit euch zu erleben.

Mein besonderer Dank gilt allen Vereinsmitgliedern, dem Vorstand, den Majestäten, den Helferinnen und Helfern sowie allen Freunden und Unterstützern unseres Schützenwesens. Durch euren Einsatz, eure Herzlichkeit und eure Verbundenheit wurde dieses Königsjahr zu einer unvergesslichen Zeit.

Ein besonderer Dank gilt meiner Ehefrau, die mich während dieses Königsjahres stets begleitet und unterstützt hat. Mit ihrer Geduld, ihrem Verständnis und ihrer Unterstützung hat sie maßgeblich dazu beigetragen, dass ich dieses Amt mit so viel Freude ausüben konnte. Zum bevorstehenden Schützenfest vom 10. bis 12. Juli wünsche ich allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern, Gästen und Besuchern frohe Stunden, gute Gespräche, beste Stimmung und ein harmonisches Miteinander. Dem neuen Königspaar wünsche ich schon jetzt ein ebenso schönes und unvergessliches Jahr, wie ich es erleben durfte.

Mit einem herzlichen Dank an alle und einem dreifachen „Gut Schuss!“
Florian Gahrman
Schützenkönig 2025

FREITAG, 10. JULI

15.00 Uhr Antreten zur Eröffnung des Schützenfests mit dem Spielmannszug Wahrenholz
15.00 Uhr Kaffee und Kuchen im Festzelt
15.15 Uhr Proklamation der Kinderkönige und des Kinder- und Jugendbürgerkönigs
Wir feiern 50 Jahre Kinder- und Jugendzug mit Tombola, Kinderschminken, Torwand schießen, menschlicher Musikbox und weiteren Überraschungen
18.15 Uhr Abschluss des Kinderschützenfestes mit Luftballon-Wettbewerb
20.00 Uhr Zelt disco mit Behne Entertainment

SAMSTAG, 11. JULI

11.00 Uhr Antreten aller Schützen und Schützinnen zum Abholen des noch antretenden Königs Florian Gahrman
13.15 Uhr Abmarsch vom König Florian Gahrman zum Festumzug mit Kranzniederlegung
14.00 Uhr Ehrungen und Tanz im Festzelt mit den Lenz Musikanten
16.00 Uhr Königschießen
20.00 Uhr Proklamation des 5. Bürgerkönigs oder Bürgerkönigin
20.15 Uhr Proklamation des neuen Königshauses im Festzelt
20.30 Uhr Tanz mit Behne Entertainment

SONNTAG, 12. JULI

11.00 Uhr Öffentliches Königsfrühstück mit Festansprache, dem Spielmannszug Wahrenholz und den Lenz Musikanten
13.30 Uhr Großer Festumzug zum neuen König
15.00 Uhr Abmarsch vom König zum Festplatz
15.15 Uhr Kaffee und Kuchen im Festzelt
15.30 Uhr Ausklang des Schützenfestes mit Tanz im Festzelt mit den Lenz Musikanten & dem Spielmannszug Wahrenholz



Eine gekippte Terrassentür wirkt wie eine Einladung auf Einbrecher. Foto: Philipp von Dittfurth/dpa

Heiße Tage, offene Fenster? So sichern Sie Ihr Zuhause

Fenster auf Kipp, Terrassentür nur angelehnt, Garage offen: Was im Sommer für frische Luft und kurze Wege praktisch wirkt, kann Einbrechern helfen. Denn Täter suchen meist nicht den spektakulären Einstieg, sondern die einfache Gelegenheit, warnt das Netzwerk Zuhause sicher. Warme Sommerabende, spontane Grillrunden, Public Viewing oder Gartenfeste verändern Alltagsroutinen - und damit auch Sicherheitslücken, so das Netzwerk Zuhause sicher.

Was also tun, damit Haus oder Wohnung bei Hitze, kurzem Weg nach draußen oder vor dem Sommerurlaub nicht unnötig angreifbar werden?

NICHT NUR FENSTER UND TÜR - EN WIRKLICH SCHLIEßEN

Der wichtigste Grundsatz klingt banal, wird bei Wärme aber schnell ignoriert: Beim Verlassen von Haus oder Wohnung sollten Fenster geschlossen und erreichbare Fenster am besten auch verriegelt sein. Gekippte Fenster gelten aus Sicht von Einbrechern oft schon als offene Fenster, warnt das Netzwerk. Auch Versicherer könnten ein gekipptes Fenster wie ein offenes werten - mit möglichen Folgen für den Versicherungsschutz.

Das gilt nicht nur für die große Abreise. Auch wer nur kurz zum Bäcker geht, bei Nachbarn klingelt oder zum Fußballabend aufbricht, sollte Terrassen- und Balkontüren verriegeln. Türen nur ins Schloss fallen zu lassen, reicht nicht: Laut Netzwerk Zuhause sicher lassen sich Haus-

und Terrassentüren oft in wenigen Sekunden mit einfachem Werkzeug und fast geräuschlos aufhebeln.

Ein häufiger Sommerfehler: Die Garage bleibt offen, weil gleich noch jemand losfahren will oder Gartengeräte gebraucht werden. Ist sie mit dem Haus verbunden, wird auch die Verbindungstür zum Risiko. Deshalb: Garagen, Keller- und Nebeneingänge konsequent abschließen - und diese Zugänge bei der Einbruchssicherung mitdenken.

URLAUB? JA, ABER DISKRET

Wer wegfährt, sollte die eigene Abwesenheit nicht unnötig sichtbar machen. „Reisedaten und Dauer des Sommerurlaubs sollten grundsätzlich nur mit wenigen und vertrauten Menschen geteilt werden“, rät Philip Chorzelewski, Experte der Stiftung Warentest. Keine gute Idee sind Hinweise in großen Chatgruppen, Social-Media-Posts in Echtzeit oder Abwesenheitsnotizen für Paketdienste an der Tür.

Auch die Abreise selbst sollte unauffällig ablaufen: Gepäck am besten so vorbereiten, dass es schnell verstaut werden kann - und längere Abschiede nach drinnen verlagern.

Während der Abwesenheit sollte nicht alles nach Urlaub aussehen. Hilfreich sind Nachbarn oder Freunde, die den Briefkasten leeren, Pflanzen gießen und bei Bedarf Rollläden bewegen. Zeitschaltuhren, Apps, Bewegungsmelder oder Beleuchtung können zusätzlich

dafür sorgen, dass Haus oder Wohnung belebt wirken.

Der teure Laptop direkt am Fenster, Schmuck offen auf der Kommode, Werkzeug griffbereit im Garten: Solche Dinge können Täter anlocken oder ihnen helfen. Wertgegenstände sollten von außen nicht einsehbar liegen, sondern etwa in einem Tresor oder Bankschließfach.

CHECKEN UND NACHRÜSTEN

Den besten Schutz bietet eine Kombination aus aufmerksamem Verhalten und geprüfter, fachgerecht montierter Sicherheitstechnik. Das Netzwerk Zuhause sicher empfiehlt, erreichbare Fenster, Türen sowie die Verbindungstür zur Garage nach polizeilichen Empfehlungen abzusichern. Polizeiliche Beratungsstellen informieren dazu kostenlos.

Überwachungskameras können zusätzlich abschrecken, so Stiftung Warentest, und im Ernstfall bei der Aufklärung helfen. Vor dem Kauf sollte man klären: Woher kommt der Strom? Wo werden Bilder gespeichert? Welche Zusatzfunktionen brauche ich?

Vor längerer Abwesenheit lohnt ein Blick in die Hausratversicherung. Welche Pflichten gelten beim Sichern von Fenstern und Türen? Wer unsicher ist, sollte die Bedingungen prüfen. Und: „Wichtig ist, dass die Hausratversicherung zu den eigenen Rahmenbedingungen passt und z. B. die vereinbarte Haftungssumme stimmt“, so Chorzelewski. (dpa)

Grillen im Garten und auf dem Balkon - wo sind Grenzen?

Würstchen vom Grill, dazu Kartoffelsalat und ein kühles Getränk - das macht den Sommerabend perfekt. Allerdings nur, solange es die Nachbarn nicht stört. Experten erklären, worauf Grillfreudige im eigenen Garten und auf dem Balkon achten sollten.

IM GARTEN

Liegt das Haus abgeschieden oder ist es ein Reihenhaus zwischen anderen? Je näher andere Menschen leben, desto mehr gibt es zu beachten.

Damit keinen Streit gibt und auch nicht gefährlich wird, rät Sven Walentowski vom Deutschen Anwaltverein (DAV), den Grill nicht direkt an der Grundstücksgrenze oder nahe an Hecken und Sträuchern aufzustellen. Zudem gelten Lärmschutz und Ruhezeiten: Nach 22 Uhr bleibt der Grill besser aus, sonst könnte es ein Bußgeld von bis zu 5.000 Euro geben.

AUF DEM BALKON

Grundsätzlich darf man auch auf dem Balkon grillen. Nachbarn dürfen durch Lärm oder Rauch allerdings nicht belästigt werden. Achtung: Manchmal verbietet auch ein Mietvertrag ausdrücklich das Grillen auf dem Balkon. Hält man sich daran nicht, kann man laut dem DAV abgemahnt oder sogar gekündigt werden.

Sicherheit wird auf einem Balkon noch einmal größer geschrieben als im Garten: Rauchschwaden sollten nicht in benachbarte Wohnungen ziehen, Funken dürfen schon gar nicht überspringen. Grillfreunde sollten auf dem Balkon lieber Gas- oder Elektrogrills nutzen, empfiehlt der Eigentümerverband Haus und Grund Bremen auf seiner Webseite. Holzkohlegrills seien oft problematisch und auch brandschutztechnisch nicht unbedingt zulässig.



Grillfreunde sollten auf dem Balkon lieber Gas- oder Elektrogrills nutzen. Foto: Laura Ludwig/dpa-mag

WIE OFT?

Die Gerichte sind sich uneinig darüber, wie oft gegrillt werden darf. Im eigenen Garten und mit viel Abstand zu den Nachbarn ergeben sich in der Praxis wahrscheinlich weniger Konflikte als im Mehrfamilienhaus auf dem Balkon, gibt Sven Walentowski zu bedenken. Grenzen gibt es aber immer. Der DAV weist auf folgende Gerichtsentscheidungen hin:

► Für das Landgericht Aachen sind zwei Grillabende im Monat zwischen 17 und 22.30 Uhr in Ordnung - allerdings muss im hinteren Gartenteil gegrillt werden (Az.: 6 S 2/02).

► Höchstens viermal im Monat

und nicht direkt aufeinanderfolgend am Samstag und Sonntag oder am Sonn- und Feiertag - so die Regel für einen Mieter, der auf seiner Terrasse im Erdgeschoss eines Mehrfamilienhauses grillte. Das entschied das Landgericht München I, nachdem sich Nachbarn auf dem Balkon darüber gestört fühlten (Az.: 1 S 7620/22 WEG).

► Einmal im Monat zwischen April und September darf laut dem Amtsgericht Bonn auf dem Balkon oder der Terrasse eines Mehrfamilienhauses gegrillt werden. Bedingung außerdem: Es muss 48 Stunden vorher angekündigt werden (AZ.: 6 C 545/96).

► Nur maximal viermal im Jahr

ist das Grillen auf Terrasse oder Balkon für das Oberlandesgericht Oldenburg zu vertreten (Az.: 13 U 53/02).

RÜCKSICHTNAHME UND RE-DEN

Rücksichtnahme ist das A und O, heißt es von Haus und Grund Bremen. Wer rücksichtsvoll ist, offen mit den anderen redet und ein bisschen Fingerspitzengefühl zeigt, vermeidet Konflikte und kann das Barbecue ohne Ärger genießen. Tipp außerdem: Informieren Sie die Nachbarn nicht nur vorher, sondern laden Sie sie einfach auch mal zum Grillabend mit ein. (dpa)

Sexuelle Gewalt gegen Kinder? – So melden Sie das

Ganz gleich, ob im Alltag daheim oder auf Reisen in fernen Ländern: Alle können ganz einfach im Netz Zivilcourage beweisen, indem sie über die Plattform „Nicht-wegsehen.net“ Hinweise auf mögliche Fälle sexualisierter Gewalt und Ausbeutung von Kindern geben. Darauf weist die Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes (ProPK) hin.

«Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl und melden Sie, auch wenn die Situation nicht eindeutig ist.» Diesen Appell richtet der Verein ECPAT, eine Arbeitsgemeinschaft zum Schutz der Kinder vor sexueller Ausbeutung, an Besucherinnen und Besucher seiner Melde-Webseite. ECPAT betreibt diese zusammen mit dem Bundeskriminalamt.

Wer dort auf den roten Report-Button klickt, dem öffnen sich drei Wege, um übers Internet Hinweise auf sexualisierte Ausbeutung Minderjähriger zu melden:

► Für Meldungen zu Situationen und Geschehnissen in Deutschland gelangt man zu einer Liste von Polizei-Fachdienststellen, sortiert nach Bundesländern, auf den Seiten der ProPK.

► Für Meldungen im Ausland,



Handeln bei Verdacht: Über die Plattform «Nicht-wegsehen.net» können Hinweise auf sexualisierte Gewalt und Ausbeutung von Kindern im In- und Ausland sowie im digitalen Raum gemeldet werden. Foto: Julian Stratenschulte/dpa/dpa-mag

etwa auf Reisen, ist das Bundeskriminalamt zuständig, wenn deutsche Staatsangehörige mutmaßliche Täterinnen oder Täter sind. Aber auch ECPAT nimmt Hinweise zu auffälligen Situationen entgegen, auf Wunsch auch anonym.

► Für Meldungen, die das Internet betreffen, ist die Online-Meldestelle von «Jugend-schutz.net» die richtige Adresse - etwa, wenn man auf Bilder oder Videos gestoßen ist, die auf sexualisierte Gewalt oder Ausbeutung schließen lassen. (dpa)

Finanzielle Freiheit statt Schubladenschätze: Wie hohe Goldkurse neue Wünsche möglich machen



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

Juli 2026
Aktueller Goldkurs: 4.337,70 USD/Ounce

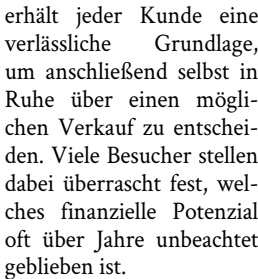
Braunschweig. Der Sommer ist für viele die Zeit, in der Wünsche wieder konkreter werden. Die geplante Urlaubsreise, ein neues Gartenprojekt oder einfach der Wunsch nach mehr finanziellem Spielraum. Gleichzeitig steigen die Lebenshaltungskosten weiter. Was viele dabei übersehen: In zahlreichen Haushalten befinden sich Werte, die seit Jahren ungenutzt bleiben und heute überraschende finanzielle Möglichkeiten eröffnen können.

Alte Goldketten, einzelne Ohringe, defekte Ringe, Münzen, Bruchgold, Zahngold oder geriebte Schmuckstücke liegen häufig unbeachtet in Schubladen oder Schmuckkästchen. Viele dieser Stücke werden längst nicht mehr getragen, besitzen heute aufgrund der außergewöhnlich hohen Goldpreise jedoch einen deutlich höheren Wert, als ihre Eigentümer vermuten.

Viele Braunschweiger nutzen diese besondere Marktsituation bereits, um ihre Wertgegenstände bei der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig professionell bewerten zu lassen. Persönliche Beratung, transparente Abläufe und eine verständliche Wertermittlung stehen dabei im Mittelpunkt. So



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



erhält jeder Kunde eine verlässliche Grundlage, um anschließend selbst in Ruhe über einen möglichen Verkauf zu entscheiden. Viele Besucher stellen dabei überrascht fest, welches finanzielle Potenzial oft über Jahre unbeachtet geblieben ist.

Historisch hohe Kurse bieten Chancen
Die Edelmetallmärkte befinden sich derzeit in einer außergewöhnlichen Phase. Geopolitische Spannungen, internationale Handelskonflikte und wirtschaftliche Unsicherheiten sorgen für starke Kurschwankungen. Gleichzeitig notiert Gold weiterhin auf einem historisch hohen Niveau. Wie sich die Kurse entwickeln werden, kann

niemand seriös vorher-sagen. Viele Eigentümer nutzen deshalb die aktuelle Marktsituation bewusst, solange attraktive Ankaufspreise erzielt werden können und wandeln ungenutzte Werte in finanzielle Möglichkeiten um.

Vertrauen schafft Sicherheit
Eine Vorbereitung ist nicht notwendig. Schmuck, Zahngold, Münzen, Bruchgold oder Silber können einfach mitgebracht werden. Vor Ort wird jedes Stück transparent geprüft und verständlich erklärt. Mithilfe moderner Röntgenfluoreszenz Analyse, auch XRF Analyse genannt, wird der Edelmetallgehalt präzise und zerstörungsfrei bestimmt.



NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE BRAUNSCHWEIG
Damm 38
38100 Braunschweig
TEL: 0531 / 12184200
braunschweig@goldboerse.gmbh
www.goldboerse.de
ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 10:00 - 14:00 Uhr
GESCHÄFTSFÜHRER:
N. GRANHOLM
Terminabsprache nicht notwendig
größere Mengen können natürlich
vorher telefonisch terminiert
und besonders diskret behandelt
werden.

- DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE KAUF**
1. Gold, Silber und Platinschmuck wie Ringe, Ketten, Armbänder, Anhänger, Broschen, Königsketten, Bettelarmbänder, Bruchgold und Feuerzeuge.
 2. Zahngold mit und ohne Zähne oder im Gebiss, Brücken, Kronen, Inlays oder noch im Gebiss, kleine und große Mengen sauber und verunreinigt.
 3. Markenuhren wie Rolex, Breitling, Cartier, OMEGA und vieles mehr.
 4. Gold- und Silberbarren in verschiedenen Größen.
 5. Goldmünzen, egal ob einzelne oder ganze Sammlungen.

bewerten lässt, kennt ihren tatsächlichen Wert und kann anschließend selbst entscheiden, ob der aktuelle Zeitpunkt für einen Verkauf genutzt werden soll. Vielleicht beginnt der Weg zu mehr finanziellem Spielraum nicht mit neuen Einnahmen, sondern mit einem Blick in die eigene Schmuckschublade.



FOTO: IMAGO IMAGES

Geheimtipp in Deutschland: Dies ist die höchste Stadt in Hessen

Wir verraten, welche Attraktionen Ulrichstein im Vogelsberg für Reisende bereithält

Welche ist die höchstgelegene Stadt Hessens? Viele vermuten einen Ort in den Mittelgebirgen Rhön oder Taunus. Dabei ist es Ulrichstein im Vogelsberg. Wir zeigen, was Reisende in dem unbekannten Städtchen erwartet.

Wer an höhere Lagen in Hessen denkt, hat wahrscheinlich das Mittelgebirge Rhön mit der gut 950 Meter hohen Wasserkuppe vor Augen. Oder den Taunus, dessen Großer Feldberg 881 Meter erreicht. Doch welche ist die höchste Stadt in Hessen? Wenn du an die Landeshauptstadt Wiesbaden denkst, deren höchstes Viertel auf rund 600 Metern über dem Meeresspiegel liegt, irrst du dich: Hessens höchstgelegene Stadt heißt Ulrichstein, und ihr höchster Punkt erreicht 614 Meter.

Wir zeigen dir, wo Ulrichstein genau liegt und warum das Städtchen ein toller Geheimtipp für einen Ausflug im Herzen Deutschlands ist.

ULRICHSTEIN, DAS REKORD-STÄDTCHEN IM VOGELSBERG

Selbst vielen Menschen in Hessen ist das Städtchen Ulrichstein unbekannt: Es zählt knapp 3000 Einwohnerinnen und Einwohner und liegt gut 100 Kilometer nordöstlich von Frankfurt am Main, im Naturpark Vulkanre-

gion Vogelsberg. Dieser gilt als ältester Naturpark Hessens und der etwa 20 Millionen Jahre alte Vogelsberg als „größtes zusammenhängendes Vulkanmassiv“ in Europa.

Doch das sind noch nicht alle Rekorde der Region, denn Ulrichstein selbst ist „Hessens höchstgelegene Stadt“, wie die Website des Ortes stolz verkündet. Der höchste Punkt liegt 614 Meter hoch auf dem Schlossberg, mit Traumblick über das Städtchen und seine Umgebung. Wir verraten, welche weiteren Attraktionen Ulrichstein für Reisende bereithält.

DER SCHLOSSBERG VON ULRICHSTEIN

Das Highlight von Ulrichstein fällt schon von Weitem ins Auge – der markante Schlossberg, dem die kleine Stadt auch ihren höchsten Punkt von 614 Metern verdankt. Auf dem Basaltkegel stand einst eine Burg, deren Ursprünge bis ins frühe 13. Jahrhundert zurückreichen sollen. Die erhöhte Lage war schon für die Erbauer der Burg von Bedeutung. Der Name Ulrichstein geht vermutlich auf Ulrich II. von Münzenberg zurück, dem die Errichtung der Burg zugeschrieben wird.

Nach Zerstörungen im Dreißigjährigen Krieg verfielen die mehrfach um- und ausgebauten



Der Naturpark Hoher Vogelsberg rund um Ulrichstadt bietet fantastische Wandermöglichkeiten mit Weitblick. Foto: imago images/ Volk-

mann
Anlagen und wurden 1826 weitgehend abgetragen. Die heute noch sichtbaren Mauerreste sowie der Aussichtsturm entstanden erst bei Ausgrabungen und Rekonstruktionen ab dem Jahr 1903. Die Burganlage steht frei zum Besuch offen, und vom Aussichtsturm auf dem Burgberg genießt du bei gutem Wetter einen Blick über die Höhen des Vogelsbergs und die Mittelgebirgslandschaft Hessens.

WEITERE SEHENSWÜRDIGKEITEN IN ULRICHSTEIN VOGELSBERG GARTEN

Die Burgruine von Ulrichstein umgibt der Vogelsberggarten, ein sechs Hektar großes Freigelände, das die typische Pflanzenwelt des Vogelsbergs präsen-

tiert. Entlang eines etwa 800 Meter langen Rundwegs entdeckst du unter anderem blühende Wiesen, Heilkräuter, alte Nutzpflanzen, Wildheckenrosenarten und einen traditionellen Bauerngarten. Ziel des Gartens ist es, seltene heimische Arten zu erhalten und Besucherinnen und Besuchern die Natur der Region näherzubringen.

Der Weg führt über den Schlossberg mit seinen weiten Ausblicken über die Vulkanlandschaft des Vogelsbergs. Der Garten ist ganzjährig frei zugänglich und eignet sich dank der befestigten Wege auch für einen Spaziergang mit Kinderwagen.

DER HISTORISCHE STADTKERN

Auch abseits der Burgruine lohnt sich ein Bummel durch UL-

richsteins Altstadt. Dabei stößt du auf historische Gebäude wie das 1464 errichtete Zollhaus, das neben dem sogenannten Vorwerk das älteste Bauwerk der Stadt ist. Beide waren einst Teil der Burg.

Seit den 1990er-Jahren beheimatet das Vorwerk, ein malerisches Renaissancebauwerk, das „Museum zum Vorwerk“ rund um die Geschichte und Kultur des Hohen Vogelsbergs. Im Mittelpunkt stehen das Leben auf dem Land, traditionelle Arbeitsweisen und regionale Bräuche. Wechselnde Sonderausstellungen greifen zudem Themen aus Kunst, Heimatgeschichte und Natur auf.

Weitere lohnenswerte Stationen beim Spaziergang durch Ulrichstein sind die 1861 geweihte Kirche, das ehemalige Rathaus

sowie das ehemalige Amtsgericht mit zwei wunderschönen alten Linden davor. An der Ulrich-Mull-Straße stößt du auf das älteste erhaltene Wohnhaus der Stadt – eines von wenigen Gebäuden, die einen großen Stadtbrand 1763 überlebten. Weitere Infos gibt es in der Touristeninformation im heutigen Rathaus.

WANDERN UND RADFAHREN RUND UM ULRICHSTEIN

Ulrichstein ist ein idealer Ausgangspunkt für Touren durch den Hohen Vogelsberg. Rund um die Stadt erstreckt sich ein dichtes Netz ausgeschilderter Wanderwege. Besonders beliebt ist die etwa zwölf Kilometer lange „Weitblicktour“, deren Name hält, was er verspricht –

vielseitige Panoramablicke über die Höhenzüge des Vogelsbergs. Startpunkt der Rundwanderung ist der Stadtplatz Ulrichstein.

Wer Lust auf mehr Herausforderung beim Wandern hat, darf sich ebenfalls freuen: Ulrichstein liegt am 125 Kilometer langen Premium-Wanderweg Vulkanring-Vogelsberg rund um die vulkanisch geprägte Mittelgebirgsregion. Mal führt der Weg durch schattige Wälder, dann wieder entlang offener Hänge mit weiten Ausblicken. Dazwischen liegen kleine Seen und traditionelle Dörfer. Die gesamte Strecke ist in sechs Etappen unterteilt und eignet sich sowohl für mehrtägige Touren als auch für einzelne Tageswanderungen.

Wenn du die Natur lieber vom Sattel aus erkundest, bieten sich rund um Ulrichstein abwechslungsreiche Rad- und Mountainbikewege an. Besonders beliebt ist der Ohmtal-Radweg, der von den Höhen des Vogelsbergs überwiegend bergab durch die vielseitige Mittelgebirgslandschaft führt. Wer sich den Rückweg ersparen möchte, kann den Vulkan-Express nutzen – Busse, die Fahrräder kostenlos mitnehmen. Gemeinsam mit der Feldatal-Route lässt sich die Strecke zudem zu einer rund 46 Kilometer langen Rundtour verbinden.

BADEN MITTEN IN DER NATUR

Wenn du Ulrichstein im Sommer besuchst, gehört eine weitere Top-Attraktion auf deine Bucketlist: das Naturbadebiotop, das 1998 als erstes seiner Art in Deutschland eröffnet wurde. Die Badesaison ist jährlich zwischen dem 1. Juni und dem 31. August, sanitäre Einrichtungen sind auch vorhanden.

Anders als in vielen Freibädern kommt das Wasser im Naturbadebiotop ohne Chlor aus: Pflanzen und natürliche Regenerationsflächen übernehmen gemeinsam mit einer Umwälzanlage die Reinigung. Dies gilt nicht nur als besonders umweltfreundlich, sondern soll auch für die Haut besser verträglich sein.



Auf dem Schlossberg befindet sich der höchste Punkt von Ulrichstein. Foto: imago images/Dreamstime

Bei der Lufthansa-Gruppe kostet die Sitzplatzänderung jetzt eine Gebühr

Wer flexibel bei der Sitzplatzwahl bleiben möchte, sollte vor der Buchung auf den gewählten Tarif achten

Wer bei der Lufthansa seinen Sitzplatz beim Check-in ändern möchte, muss künftig bezahlen. Die neue Regel gilt seit dem 1. Juli. Es gibt allerdings einige Wege, sich die neue Gebühr zu sparen.

Für viele Flugreisende gehört es inzwischen zur Routine: Nach dem Online-Check-in wird noch schnell geprüft, ob am Fenster oder in einer ruhigeren Reihe ein besserer Sitzplatz frei ist. Bei der Lufthansa-Gruppe kann dieser Wunsch künftig jedoch zusätzliche Kosten verursachen. Seit dem 1. Juli 2026 erhebt die Airline-Gruppe auf Langstreckenflügen in vielen Tarifen eine Gebühr, wenn Passagierinnen und Passagiere ihren automatisch zugewiesenen Sitzplatz beim Check-in noch einmal ändern möchten.

WER MUSS DIE NEUE LUFT-HANSA-GEBÜHR ZAHLEN?

Bislang mussten eigentlich nur Reisende für die späte Sitzplatzänderung zahlen, die bei der Lufthansa den günstigsten Light-Tarif gebucht hatten. Jetzt weitet die Lufthansa-Gruppe die Regelung auch auf die Buchungsklassen in der Economy-Class und Premium Economy aus.

BETROFFEN SIND UNTER ANDEREM DIESE TARIFE:

- Economy Comfort (Classic)
- Economy Comfort Plus
- Premium Economy Comfort
- Premium Economy Comfort Plus
- Premium Economy Green

Wer in diesen Tarifen beim Online-Check-in einen anderen als den automatisch zugewiesenen

Sitzplatz auswählen möchte, muss künftig die zusätzliche Gebühr entrichten.

Wie viel der Sitzplatzwechsel kostet, legt die Lufthansa-Gruppe übrigens nicht pauschal fest. Nach Angaben der Airline richtet sich die Gebühr nach Angebot und Nachfrage und kann daher je nach Flug unterschiedlich ausfallen. Ausgewählt werden können dabei die zum Zeitpunkt des Check-ins verfügbaren sogenannten „Classic Seats“, bezeichnet „FVV“.

DIESE REISENDEN SIND VON DER GEBÜHR AUSGENOMMEN

Allerdings müssen nicht alle Flugreisenden künftig für ihren Sitzplatzwechsel bezahlen. Wer bereits vorab einen Sitzplatz reserviert und dafür gezahlt hat, kann diesen weiterhin innerhalb derselben Sitzplatzkategorie än-

dern. Auch Reisende mit Flex-Tarifen bleiben von der Neuerungen verschont. Sie dürfen ihren Sitzplatz während des Check-ins weiterhin kostenlos wechseln.

Wer einen der folgenden Tarife bei der Lufthansa-Gruppe gebucht hat, kann also weiterhin kostenlos den Sitzplatz ändern:

- Economy Comfort Flex
- Economy Flex
- Premium Economy Comfort Flex
- Premium Economy Flex

FAMILIEN UND VIELFLIEGER BEHALTEN VORTEILE

Die neue Gebühr soll aber nicht dazu führen, dass Familien und Reisegruppen auseinander sitzen müssen. Die Airline erklärt, Familien mit Kindern sowie gemeinsam reisende Gruppen weiterhin nach Möglichkeit zusammen zu platzieren.

Auch Vielflieger mit besonders hohem Status profitieren weiterhin von Sonderregelungen. Für „HON Circle Members“ und Senatoren bleibt die kostenlose Sitzplatzwahl in den meisten Economy- und Premium-Economy-Tarifen bestehen. Sie können weiterhin vorab Sitzplätze reservieren und diese beim Check-in ohne zusätzliche Kosten ändern.

DIE NEUE GEBÜHR GILT FÜR VIELE LUFTHANSA-AIRLINES

Die neue Gebührenregelung betrifft nicht nur Lufthansa selbst. Sie wird auf Langstreckenflügen der gesamten Lufthansa-Gruppe angewendet. Dazu zählen:

- Lufthansa
- Austrian Airlines
- Brussels Airlines
- Swiss
- Discover Airlines



Die Lufthansa-Gruppe führt eine neue Gebühr für die Sitzplatzänderung ein, aber nicht alle Reisenden sind betroffen.

Foto: imago images/ Jan Huebner

Auf Kurz- und Mittelstreckenflügen hatte die Airline-Gruppe ein ähnliches Modell bereits mit der Einführung ihrer neuen Tarifstruktur im Frühjahr 2026 umgesetzt. Für Reisende bedeutet das: Wer künftig flexi-

bel bei der Sitzplatzwahl bleiben möchte, sollte vor der Buchung genauer auf den gewählten Tarif achten. Denn ein spontaner Wechsel beim Check-in kann nun zusätzliche Kosten verursachen.

Experte warnt: Obst besser nicht mit Natron waschen

Obst mit Natron und Wasser waschen? Das raten viele Influencer derzeit in den sozialen Netzwerken. Mit der Natronlauge sollen Erdbeeren und anderes Obst besonders sauber werden. Pestizidrückstände sollen nur so wirklich verschwinden können. Doch Experten sagen, dass das absolut nicht nötig sei. „Das ist der größte Blödsinn“, sagt Ulrich Mayr vom Kompetenzzentrum Obstbau Bodensee (KOB) bei Ravensburg. „Das bringt überhaupt nichts und kostet nur Geld.“ Kaltes Wasser reiche vollkommen aus.

UNTER NATRONWÄSCHE KANN DER GESCHMACK LEIDEN

Mit Natronlauge gewaschene Erdbeeren würde er persönlich auch nie essen, sagte der Experte. Weil die sich dann voll mit Wasser saugen, könne nicht nur der Geschmack sehr leiden. „Natron ist auch sehr basisch, die Lauge kann zudem sehr aggressiv sein.“

Auch die Verbraucherzentrale hat den Natronlaugen-Lifehack, der im Netz kursiert, unter die Lupe genommen und herausgefunden, dass es tatsächlich wissenschaftliche Untersuchungen dazu gibt. So hätten US-Forscher Äpfel 15 Minuten lang in eine Natronlösung gelegt. „Dabei konnten bestimmte Pestizide auf der Oberfläche, zum Beispiel Thiabendazol oder Phosmet, weitgehend entfernt werden. Mit Ultraschall verstärkte sich der Effekt sogar noch“, fassen die Verbraucherschützer das Ergebnis zusammen.

NICHT ALLE PESTIZIDE LASSEN SICH DURCH NATRONLAUGE LÖSEN

Die Sache hat allerdings mehr



Kaltes Wasser reicht: Obst mit Natronlauge zu waschen bringt nichts und kostet nur Geld. Auch der Geschmack kann darunter leiden.

Foto: Monika Skolimowska/dpa/dpa-mag

als einen Schönheitsfehler. Die Verbraucherschützer schränken ein: „Nicht alle Pestizide lassen sich mit Wasser oder Natron lösen. Einige Wirkstoffe sind fettlöslich und lagern sich in die Wachsschicht von Obst wie Äpfeln ein.“ Andere, sogenannte systemische Pestizide, würden sogar tief ins Fruchtfleisch eindringen. Rückstände davon blieben auch nach gründlichem Waschen bestehen.

„Natron kann also helfen, aber es entfernt nie alle Rückstände“, so das Fazit der Verbraucherzentrale. Ihr Tipp: Wer Pestizide weitgehend vermeiden will, fährt mit Bio-Obst und -Gemüse besser.

Aber auch ansonsten reicht normales Abspülen meist aus.

Dazu Obst und Gemüse unter fließendem Wasser reinigen, festere Sorten kräftig abreiben, am besten mit einem Mikrofasertuch oder einer Bürste. Weiches Obst dafür länger abspülen.

Ein längeres Wasserbad hingegen sei nicht sinnvoll. Wasserlösliche Nährstoffe wie Vitamin C können dabei verloren gehen, weil sie im Wasser landen.

Was die Pestizidmengen betrifft, gibt auch das Bundesinstitut für Risikowertung (BfR) Entwarnung: Die Mengen in Deutschland seien unbedenklich. Für jedes Pflanzenschutzmittel gäbe es gesetzlich festgelegte Höchstmengen, deren Grenzwerte in der Regel auch eingehalten werden. (dpa)

Auto überladen? So vermeiden Sie teure Bußgelder auf Reisen

Das muss mit, und das und das und das auch noch. Beim Packen des Urlaubsautos können sich Koffer, Taschen und Co. schnell türmen. Gerade Familien kommen da oft ans Limit, und fragen sich, was noch eingeladen werden kann und was daheim bleiben muss. Doch nicht nur ob's passt und dabei noch sicher verstaut werden kann, zählt. Sondern auch das zulässige Gesamtgewicht des Autos. Das darf nicht überschritten werden. Und die Insassen wiegen ja auch noch unterschiedlich viel.

Ein überladenes Auto fährt sich nicht nur unsicher, sondern es kann auch Sanktionen nach sich ziehen, so der TÜV Süd. Bei einem Pkw sind bei über 5 Prozent Überschreitung Geldbußen ab 10 Euro fällig. Bei über 20 Prozent gesellt sich ein Punkt in Flensburg zu 95 Euro Buße. Wer über 30 Prozent zu viel geladen hat, muss neben einem Punkt mit 235 Euro rechnen.

Doch wenn die Polizei Überladungen feststellt, ist im Einzelfall auch die Weiterfahrt in Gefahr, bevor nicht entsprechend abgeladen wurde.

SO ERMITTELN SIE DIE GESAMTMASSE AM GENAUESTEN

Am verlässlichsten lässt sich das finale Reisegewicht des startbereiten, vollgetankten Pkw auf einer Waage ermitteln. Das Gewicht der Mitfahrer muss dann noch dazu kalkuliert werden oder sie kommen bestenfalls mit.

Solche öffentlichen Waagen gebe es in fast jeder Gemeinde, so die Prüfororganisation. Entsprechende Adressen lassen sich etwa im Internet oder bei den Gemeindeverwaltungen finden.



Reinstopfen was irgendwie reinpasst: Das zulässige Gesamtgewicht des Autos darf dabei aber nicht überschritten werden. Foto: Silvia Marks/dpa-mag

Auch die Polizei würde, wenn sie den Verdacht auf Überladung hegt, auf diese Art nachwiegen lassen.

AUSRECHNEN ALLEIN KANN UNGENAU WERDEN

Das Ladegewicht nur auszurechnen, könnte knifflig und ungenau sein. Die Kalkulation ist an sich ganz einfach, enthält aber Unbekannte. Man muss vom zulässigen Gesamtgewicht (Gesamtmasse) das Leergewicht abziehen - hier sind bereits 75 Kilogramm für den Fahrer enthalten. Das Resultat ergibt die höchstmögliche Zuladung für Mitfahrer und Gepäck. Diese Posten müsste man - etwa mit Hilfe einer Personenwaage - wiegen, um die Gesamtmasse nicht zu überschreiten.

Hier finden sich die Angaben in der Zulassungsbescheinigung Teil 1 („Fahrzeugschein“) laut ADAC:

- F.1: Technisch zulässige Gesamtmasse in kg
- F.2: Im Zulassungsmittelsstaat zulässige Gesamtmasse in kg
- G: Masse des in Betrieb befindlichen Fahrzeugs in kg (Leermasse)

Doch ein Haken etwa ist, dass

das Leergewicht im Fahrzeugschein deutlich höher liegen kann. Nicht immer lässt sich das Zusatzgewicht etwa von Extras verlässlich in Erfahrung bringen. Denn: Im Fahrzeugschein steht eigentlich immer das Gewicht des Basisfahrzeugs. „Je mehr Ausstattung hinzukommt, umso schwerer wird das Fahrzeug“, erläutert Vincenzo Lucà vom TÜV Süd. „Das wird aber nicht in die Papiere aufgenommen, weil der Individualisierungsgrad je nach Modell sehr unterschiedlich sein kann.“ Die echte Gesamtmasse eines Fahrzeugs lasse sich also nur durch Wiegen ermitteln. (dpa)

ANZEIGE

Unser Thema heute: Altersherz

Wenn dem Herzen die Kraft ausgeht



Dr. rer. nat. Albert Kompek

Dr. rer. nat. Albert Kompek beantwortet die Frage einer Leserin, die sich mehr Energie für ihr Herz wünscht.

Franziska Schneider (66): In letzter Zeit fühle ich mich oft müde und antriebslos. Früher konnte ich lange Spaziergänge machen, aber jetzt fehlt mir schnell die Kraft. Auch beim Treppensteigen komme ich immer schneller außer Atem. Ist das eine Alterserscheinung, die ich einfach hinnehmen muss?

Dr. rer. nat. Albert Kompek: Zunächst einmal ist es wichtig das Thema ärztlich abklären zu lassen. Kann eine Erkrankung ausgeschlossen werden, ist es wahrscheinlich, dass mit zunehmendem Alter auch die Leistungsfähigkeit des Herzens etwas nachlässt – im Volksmund spricht man gerne vom „Altersherz“. Ein Grund dafür ist der sinkende Coenzym-Q10-Spiegel im Körper. Verstärkt wird dieser Rückgang, wenn man Cholesterinsenker (Statine) einnimmt – die hemmen zusätzlich die körpereigene Coenzym-Q10-Produktion. Coenzym Q10 ist eine

körpereigene Substanz, die in jeder Zelle vorkommt und eine Schlüsselrolle bei der Energiegewinnung spielt. Aufgrund des hohen Energiebedarfs des Herzens ist Coenzym Q10 dort eigentlich in besonders hoher Konzentration vorhanden. Geht der Coenzym-Q10-Spiegel jedoch zurück, kann es zu einer verringerten Energieversorgung unserer „Lebenspumpe“ kommen und die von Ihnen angesprochenen Probleme treten auf.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Q10 wesentlich für die Energieversorgung des Herzens und folglich für dessen Leistungsfähigkeit ist.¹ In Studien mit Coenzym-Q10-Supplementierung wurde sowohl die Belastbarkeit als auch die Auswirkung auf die Lebensqualität untersucht – insbesondere bei älteren Menschen mit eingeschränkter Herzleistung.² Wichtig hierfür sind jedoch ein ausreichend hoher Wirkstoffgehalt sowie eine gute Bioverfügbarkeit des jeweiligen Coenzym-Q10-Präparats. Denn Coenzym Q10 ist fettlöslich und kann vom Körper nur dann gut aufgenommen werden, wenn es in gelöster Form vorliegt. Präparate, bei denen der Wirkstoff in Öl gelöst ist, bieten hier also einen entscheidenden Vorteil. Man kennt dies z.B. von Karottensaft, der mit ein paar Tropfen Öl verfeinert wird, um das enthaltene Vitamin A besser aufnehmen zu können.

WAS TUN FÜR EIN LEISTUNGSSTARKES HERZ?

Durch eine zusätzliche Einnahme von Coenzym Q10 (z.B. durch hochwertige Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke) kann dieser Rückgang wieder ausgeglichen werden.

IM FOKUS DER WISSENSCHAFT

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Q10 wesentlich für die Energieversorgung des Herzens und folglich für dessen Leistungsfähigkeit ist.¹ In Studien mit Coenzym-Q10-Supplementierung wurde sowohl die Belastbarkeit als auch die Auswirkung auf die Lebensqualität untersucht – insbesondere bei älteren Menschen mit eingeschränkter Herzleistung.² Wichtig hierfür sind jedoch ein ausreichend hoher Wirkstoffgehalt sowie eine gute Bioverfügbarkeit des jeweiligen Coenzym-Q10-Präparats. Denn Coenzym Q10 ist fettlöslich und kann vom Körper nur dann gut aufgenommen werden, wenn es in gelöster Form vorliegt. Präparate, bei denen der Wirkstoff in Öl gelöst ist, bieten hier also einen entscheidenden Vorteil. Man kennt dies z.B. von Karottensaft, der mit ein paar Tropfen Öl verfeinert wird, um das enthaltene Vitamin A besser aufnehmen zu können.

TIPP FÜR DIE HERZGESUNDHEIT

Ich empfehle Ihnen daher die Coenzym-Q10-Kapseln von Dr. Böhm®. Diese versorgen das Herz mit der durch Studien bestätigten Menge des wichtigen Nährstoffes Coenzym Q10 sowie zusätzlich mit Thiamin, das die Herzfunktion unterstützt.

¹Lars Ernster GD. Biochimica et Biophysica Acta 1995; 195: 204. ²Mortensen SA et al. JACC Heart Fail 2014; 2 (6):641-9



Experten-Rat

Ubichinon oder Ubichinol?

Coenzym Q10 ist in zwei Formen verfügbar: Ubichinon und Ubichinol. Obwohl beide im Körper vorkommen, unterscheiden sie sich in ihrer physiologischen Rolle. In Hinblick auf eine verbesserte Energieproduktion in Herz und Muskeln gibt es eine überzeugende Studienlage, die klar für Ubichinon spricht. Wer im Alter also seine Energie zurückgewinnen möchte, setzt auf die am besten dokumentierte Form: Ubichinon.

MEINE EMPFEHLUNG



NEU

Dr. Böhm® Coenzym Q10

- ✓ Nur 1x täglich – 100 mg Ubichinon
- ✓ Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- ✓ Sehr gute Bioverfügbarkeit – in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 gerne für Sie unter:
PZN: 20398051 (30 Stk) UVP: 19,90 €

► GESCHÄFTLICHE EMPFEHLUNGEN

**VERMIETUNG
VERKAUF
WERKSTATT**

bei **WOHNWAGEN-BODENBURG**
Hobby & Weinsberg
Reisemobile + Wohnwagen

Tel. 05174800880 | Mo.–Fr. 9–18 Uhr / Sa. 9–13 Uhr
Sonntags – Schautag: 11 – 16 Uhr Groß Laffende B1

16394201_002426

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

17698201_002426

► GESUNDHEIT

► GESUNDHEIT

**SALZGROTTE
WOLFSBURG**

Aufatmen! Auch orig. Thaimassage
& Naturheilpraxis

Röntgenstr. 83 • 0 53 61 - 84 86 459
www.salzgrotten.eu

TIPP: LAVITA & Hydrojet!

19366201_002426

Mobile Fußpflege ☎0176-70361205

**► BEKANNTSCHAFTS-
ANZEIGEN**

► BEKANNTSCHAFT

► SIE SUCHT IHN

Omi mit viel Freizeit. ☎0179/5491161

► ER SUCHT SIE

Es ist schwer im Alter eine/n neue
Partnerin/Partner zu finden. So
versuche ich, 70, kein Opatyp, auf
diesem Weg eine Partnerin zu finden. ☎

**► PARTNERVERMITTLUNG
GEWERBLICH**

Reif/Scharf, ☎ (0152)23034716 GF

► STELLENMARKT

► STELLENANGEBOTE

**► MEDIZINISCHE- UND
PFLEGEBERUFE**

Praxis sucht MFA, Empfangskraft in
TZ/Minijob. ☎(01522) 1683009
✉ mehran23@hotmail.com

**► HAUS- UND
REINIGUNGSPERSONAL**

Reinigungskraft m/w/d in Meine
Montag, Mittwoch und Freitag je 1,75
Stunden ab 8:00 Uhr
Tel. Bewerbung 0170 455 3815
Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Reinigungskraft m/w/d für
Supermarkt in Hankensbüttel
Montag – Samstag 6:00 – 9:00 Uhr
Tel. Bewerbung : 0170 455 3815
Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Suche Stelle im Haushalt in GF +/-
10km. ☎ 0162/3429232

Zuverlässige Putzhilfe gesucht
Privathaushalt Isenbüttel, Minijob, bis
4,5 Std./Woche. 17 €/Std. (Probezeit),
danach mehr. ☎ 05374 6029085

► MINI- UND NEBENJOBS

Reinigungskraft MINIJOB m/w/d,
Siemes Schuhcenter, Eybelheideweg 1-
7, 38518 Gifhorn, Arbeitszeit: Mo-Sa
8:30 – 9:30 Uhr, Bewerbung telefonisch
unter: ☎ 02452 1571494

Reinigungskraft m/w/d im Stadt-
gebiet Gifhorn (132889.10) gesucht
Minijob oder Teilzeit, Montag – Freitag
ab 5:30 Uhr Tel.: 0160 88 60 808
Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Helfer für Garten sowie leichte
Hausmeisterstätigkeiten Raum Jernbeke
Tiddische sofort gesucht, FS
notwendig, gern auch fitter (Früh-)
Rentner. ☎01 71 64 08 520

Sporthalle Meine (40147303)
Reinigungskraft m/w/d gesucht
Montag – Freitag 3 Std. täglich
Tel. Bewerbung: 0171/8431973
Glasreinigung Merkur

► STELLENGESUCHE

► STELLENGESUCHE

Hilfe im Garten, Laub, Unkraut usw.,
in WOB/Umgebung ☎0152/599 40 107

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

► IMMOBILIENMARKT

► IMMOBILIENVERKAUF

► HÄUSER

EFH, in WOB Sühlfeld, Wfl. EG 113m²,
Keller - 113m², Ausbaureserve DG
70m² + Glasgiebel mit Blk., 2 SZ, 1 WZ
+ Kamin, 2 EBK, 1 Bad, 2 Gäste-WC,
Grg., Terr., Glasfaser, Fernwärme, Bj.
1976, 480m² Grdst., Verk. priv., prov.-
frei, 330.000€ VB 0171/4141306

**► FERIEN- UND
FREIZEITIMMOBILIEN**

Wochenendhaus, 2Zi., 40m², auf
Pachtland, mit EBK, Duschbad m.
Fenster, 450m² Garten, auch zu
Wohnzwecken geeignet, nah an der
Elbe/Hitzacker, 73.000€. ☎0176/92252562

Bau - Grundstück 843qm mit
Blockhaus 45 qm am Tankumsee zu
verkaufen. per SMS ☎01712661206

**► IMMOBILIENKAUF-
GESUCHE**

► EIGENTUMSWOHNUNGEN

Wohnung zum Vermieten
Ärztin sucht Wohnung als Kapitalanlage
im Raum Wolfsburg oder Gifhorn,
vorzugsweise mit Balkon. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

2 Schwestern suchen ...
... altersgerechte Eigentumswohnung
als Senioren-WG. 2-3 Zi. gern mit
Fahrrad und Balkon/Terrasse. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

Helle 3 Zimmer gesucht
Informtiker u. seine Frau suchen ETW
ab 80m², bevorzugt in WOB-Zentrum.
Wenn möglich Kellerraum. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

► HÄUSER

Haus mit Pferdehaltung zum Kauf
gesucht! ...wo kein Nachbar schimpft,
wenn mal ein Wiehern durch die Luft
schallt oder die Ziegen meckern.
Unser Lebensraum: Eigene Weide
direkt am Haus, max. 200 qm
Wohnfläche, nette oder keine Nachbarn
:) ☎ 0160-97704028

Zwischen GF u. BS gesu.
Financial-Services-Mitarbeiter u. seine
Familie suchen EFH, DHH od. RH ab
100m² mit Anbind. an die B4. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

Grüner Daumen sucht ...
EFH, Bauern- oder Fachwerkhaus mit
schönem Grdst./Garten von naturver-
bundenem Ehepaar gesucht. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

Bis ca. 400.000,- gesu.
EFH mit gehobener Ausstatt. ab 130m²
Wfl und 4 Zi von IT-Consultant gesucht.
Gern mit Garage oder Carport. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

In Feldrandlage gesucht
Managerin mit Familie sucht gepfl. EFH
oder DHH ab 5 Zi und mit moderner
Ausstattung im LK Gifhorn. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

In Rühen gesucht ...
Logistikleiter sucht für sich, seine Frau
u. Tochter Emma ein Einfam.haus oder
Doppelhaush. ab 4 Zimmer. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

Zurück nach Wolfsburg
4-köpfige Familie kehrt im Herbst aus
China zurück. Gesucht wird ein Haus
mit Garten in WOB +/- 10km. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

Bis max. 280.000,- gesu.
Ehepaar, Anfang 30, sucht solides Haus
ab 5 Zi im LK WOB, auch älteres
Baujahr oder zum Renovieren. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

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

► ANLAGEOBJEKTE

Mit mind. 8 Wohnungen
Hannoveraner Immobilienunternehmen
sucht gepfl. Mehrfamilienhaus, auch mit
Leerstand, im Raum WOB/GF/HE.
Provisionsfrei für den Verkäufer. 05361-
6542969, ella-henke-immobilien.de

► GRUNDSTÜCKE

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

► MIETANGEBOTE

► 2 ZIMMER

Schöne 2 Zi.-Whg., 46m², 1.OG,
perfekt für Senioren, in WOB Nordstadt,
stadtnah im Grünen, top Infrastruktur,
EBK, Wanne, teilmöbl., KM 450,-€
☎ 0160/5338457 ab 17 Uhr.

Wagenhoff, 2 Zi.-Whg., 65m², 420€
KM+ NK, sofort frei. ☎ 05376/5216

► 3 ZIMMER

3 Zi Whg Gifhorn Neubokel 75qm
Einbauküche,BadDusche,Balkon
Carport,Gartennutzung zum 01.07.26
Kaltmiete 560,00€
zzgl.Nebenkosten 2MM Kaution
☎ 01732070241

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

Suche Mieterin, für eine 55m² Whg.,
3ZKB, in Vorsfelde, WM 630€. ☎05363/7565

3 Zi. Whg. 66m² u. 90m² in
Hankensbüttel zu vermieten. ☎0160/97739654

► HÄUSER

Freistehendes Landhaus/ Fachwerk,
mit Garten, 135m² Wohnfl., 4 Zi., gr.
Bad, EBK mit Geräten, Kamin, Terr. +
Blk., Keller, Öl-Hz., B:281,7 kWh(m²a),
KM 1.000€ + NK/Kt. ☎ 05379673

► MIETGESUCHE

► HÄUSER

Suche Haus zur Miete am Tankumsee
(GF). ☎0162/3429232

**► IMMOBILIEN
DIENSTLEISTUNGEN**

► TRANSPORTE / UMZÜGE

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

Haushaltsauflösungen, Entrümpelun-
gen seriös u. pletätvoll
☎(0160) 96333244 gewerblich

**► FREIZEIT /
FREUNDSCHAFT**

**► SPORT / HOBBY /
SPIEL / VEREIN**

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

► REISEMARKT

► SAUERLAND

Ferienhotel Haus Hilmeke - Echte
Erholung im Herzen des Sauerlands.
www.haus-hilmeke.de ☎ 02723/91410

► KRAFTFAHRZEUGMARKT

► KFZ ANGEBOTE

► CITROEN

Citroen C 1,0, 55 kW, Bestzustand,
wenig km, TÜV + Insp. neu, sehr gute
Ausstattung, 2.900 VB, 0152 11545982

► MERCEDES

Mercedes B180 Automatik, EZ
08/2012, 135.000 km, HU 01/2028,
gepflegt, unfallfrei. Navi, Klima,
Sitzheizung, Bi-Xenon, AHK, 8-fach
bereift. 10.800 € VB. ☎ 015170045045

**► MOTORRÄDER /
ZWEIRÄDER**

Vespa

Bei Ihrem Vertragshändler
Küttner · Gifhorn

Schillerplatz 7 · Telefon (0 53 71) 43 44
www.kuettner24.de

19636401_002426

**► WOHNMOBILE /
-WAGEN**

Wohnmobil (Kasten), TÜV 28,
89.000Km, 22.000€ ☎ 0157/56539754

► 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

19223401_002426

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

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

**► MOTORRÄDER /
ZWEIRÄDER**

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

**► WOHNMOBILE /
-WAGEN**

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

► MARKTPLATZ

► MARKTPLATZ

► MÖBEL / HAUSRAT

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

Essgeschirr 26 teilig € 50 VB Tel:
01745770737

► BÜRO

Gebrauchte Büromöbel zu verkaufen
Tel: 0160-93116798
Mail: u.meister@wolfsburg.de

**► TV / FOTO /
PHONO / ELEKTRONIK**

Kaufe Fotoapparate und Kameras
Ferngläser und Zubehör
Tel.0179/1698142

► MUSIK

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

**► KONTAKTBÖRSE /
EROTIK**

Sexy Maria, ältere Herren:
Willkommen, Tel. 0176-32550503

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**.

Galaxy Tab A11+ für nur 1 € sichern!

Mit AZ/WAZ Digital verlässlich informiert bleiben.

Tablet für 1 €
statt 199 €
+100 €
geschenkt



Mehr Informationen auf
abo.WAZ-online.de/jetztstarten
oder telefonisch unter 05171/406 176

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

**Aller-Zeitung
Wolfsburger Allgemeine**

**AZ
WAZ**

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

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:

- Wasbütel
- Gifhorn
- Wilsche
- Meinersen
- Seershausen
- Neudorf-Platendorf



19997201_002426

Dein Job in Gifhorn und Region

lokalboten.de

#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Isenbüttel
- Calberlah
- Rühen
- WOB Tiergartenbreite
- WOB Kästorf
- Gifhorn
- Brome
- Parsau

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)

18915301_002426

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-Claire-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 Anzeigentell: 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.



Bundesverband Deutscher Anzeigengestalter

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

15718701_002426

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

GF: verk. Heizöl, Heizöltank 1.500 l, Öl-Brenner Hansa, Wasserpumpe ☎ 0171-9326241

HOBBY UND FREIZEIT

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

KAMINE / SAUNA

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267
Verk. Brennholz in 3m Längen, Anfuhr mögl. ☎ (0176) 61 92 76 74
Kaminholz abgelagert ☎ 0171-4136625
Verk. Brennholz u. Kaminholz, abgelagert, frei Haus ☎ (0 58 33) 1835

MUSIKER/KLEINKÜNSTLER/ MUSIKUNTERRICHT

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

TIERMARKT

ORIGINAL JAPAN KOI zu verkaufen natürlich in Tüla 0171/2826838

UNTERRICHT

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

GARTEN

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

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

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

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN

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

17020801_002426

KUNST- UND SAMMLERMARKT

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

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

Kaufe Schmuck

und Nachlässe aller Art. zahle fair ☎ 015213447382

xxxx SUCHE MODELLAUTOS xxxx aus dem VW Werk, alle Größen. Suche auch andere Modelle Tel. 05361/55465

Modelleisenbahn aller Art von Sammler gesucht ☎ 01575 8919194

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

Suche von privat Bestecke, Zinn und Bilder, Geweihe, Fotoapparate. ☎ 0152/18442823

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

DIENTSTLEISTUNGEN

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

Zimmer tapezieren ab 100,-€, Beratung u. Besichtigung kostenlos! + Wochenend-Service! ☎(0176) 61531056 o. ☎05371/6723367 gew.

Übernahme Fliesenarbeiten zu fairen Preisen. ☎(05833) 9555115 oder ☎0170/5412865

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

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

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

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

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

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

Maler hat ab sofort Termine frei. ☎0176/61760103

Üner Putz und Fliesen GmbH

seit 30 Jahren
Putzarbeiten aller Art, Sanierungsputz u. Reparaturarbeiten, kleine Rigips- und Fugarbeiten
☎ 0175/2127702
info@uener-putz.de

18956701_002426

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

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

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

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

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

19624301_002426

Der Gärtner

Baumfällung, Pflastern, Zaunbau, Gartenpflege, Winterdienst, Heckenschchnitt ☎05351/53487829 ☎0157/50283769

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

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

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

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

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

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

Arbeiten rund ums Haus innen und außen zu fairen Preisen. ☎0163/2061828



PLATE UMZÜGE

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

19943901_002426

Spüle Gartenbrunnen, auch Reparaturen. ☎ 05 373 46 26

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

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

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?



Internetvertrag beim Umzug: So sichern Sie Ihre Rechte

Wer umzieht, sollte sich von seinem Internetanbieter keinen Neuvertrag aufdrängen lassen und im Zweifel hartnäckig darauf bestehen, den alten Vertrag für DSL, Glasfaser oder Kabel am neuen Wohnort unverändert fortzuführen.

Denn Telekommunikationsanbieter sind gesetzlich verpflichtet, die Leistung am neuen Wohnsitz bereitzustellen, ohne die vereinbarte Laufzeit oder sonstige Vertragsinhalte zu ändern, erklärt die Verbraucherzentrale Niedersachsen. Als Nachweis für den Umzug genüge eine einfache Meldebescheinigung.

WENN DAS UMZUGSFORMULAR NUR HINEIN IN DEN NEU-VERTRAG FÜHRT

Zuletzt hatten die Verbraucherschützer einen Anbieter abgemahnt, dessen Umzugsformular unweigerlich in einem Neuvertrag mit 24 Monaten Laufzeit mündete.

Kundinnen und Kunden hätten mit diesem Formular keine Möglichkeit gehabt, lediglich ihren Umzug zu melden und seinen zur Vertragsverlängerung gebracht worden, obwohl sie das nicht wollten. Diese Neuverträge seien dann auch irreführend



Telekommunikationsanbieter sind gesetzlich verpflichtet, die Leistung am neuen Wohnsitz bereitzustellen, ohne die vereinbarte Laufzeit oder sonstige Vertragsinhalte zu ändern.

Foto: Sina Schultdt/dpa/dpa-mag

als „Umzugsauftrag“ oder „gewünschte Vertragsanpassung“ deklariert worden.

KÜNDIGUNGSRECHT, WENN ANBIETER AM NEUEN ORT NICHT LIEFERN KANN

In diesem Zusammenhang ebenfalls wichtig und gesetzlich fixiert: Wenn der Anbieter die vereinbarten Telekommunikationsleistungen am neuen Wohnsitz nicht erbringen kann, haben Verbraucherinnen und Verbraucher ein Sonderkündigungsrecht unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von einem

Monat frühestens zum Auszugstermin.

Der abgemahnte Anbieter hingegen hatte der Verbraucherzentrale zufolge auf seiner Webseite behauptet, dass Kundinnen und Kunden ab dem Tag des Auszugs mit einer Frist von drei Monaten zum Monatsende kündigen könnten. Diese irreführenden Angaben könnten den Verbraucherschützern zufolge dazu führen, dass Kundinnen und Kunden im schlimmsten Fall zwei Monate länger in einem Vertrag blieben, der am neuen Wohnort nicht nutzbar ist. (dpa)

Tiroler Alpen: Neue rollstuhltaugliche Wanderrouen

Wer im Rollstuhl oder mit Gehhilfe unterwegs ist, braucht flache, breite und gut ausgebaute Wege. Davon profitieren nebenbei auch Familien mit Kinderwagen. Die Region Seefeld auf dem Tiroler Hochplateau nordwestlich von Innsbruck hat für diesen Sommer sieben rollstuhltaugliche Wanderwege zertifiziert, heißt es vom Tourismusverband Seefeld.

Die Wege reichen von kurz bis länger, von leicht über mittel bis schwer. Zwischen knapp zwei und sieben Kilometer können Menschen mit Rollstuhl, Rollator oder Kinderwagen zurücklegen, die Strecken sind beschildert und vor Ort ausgewiesen. Bis auf eine Tour sind alles Rundwanderwege.

WEGE ONLINE ERKUNDEN

Auf seiner Webseite bietet der Verband einen Überblick über die Strecken mit Distanzen, Höhenmetern und geschätzter Wanderzeit. Wer die Route anklickt, sieht eine Karte sowie eine genaue Wegbeschreibung. Dazu gibt es Infos zu An-



Sieben barrierefreie Wanderwege zwischen 1,8 und 7 Kilometern gibt es in der Region Seefeld zu erkunden.

Foto: Region Seefeld/dpa-mag

reise, Parken, Wegbeschaffenheit und barrierefreien Toiletten. Die Streckendaten stehen auch per GPX-Download zur Verfügung.

Übrigens: Barrierefreie Wanderwege in den Alpen sowie da-

rüber hinaus finden sich etwa auch auf der Plattform «alpenvereinaktiv.com». Unter dem Menüpunkt «Touren» lässt sich über den Filter unter dem Aspekt «Mehr» das Kriterium «barrierefrei» auswählen. (dpa)

Erwachsenes Kind darf Familiennamen eigenständig ändern

BERLIN. Berlin - Erwachsene können auch ohne Heirat unter bestimmten Voraussetzungen ihren Familiennamen ändern. Auf eine entsprechende Entscheidung des Amtsgerichts Bonn (Az: 4403 III 2/25), die die Selbstbestimmung volljähriger Kinder in Namensfragen stärkt, weist die Arbeitsgemeinschaft Familienrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) hin.

Der konkrete Fall: Nachdem ihre Mutter den früheren Ehenamen abgelegt und ihren ursprünglichen Geburtsnamen wieder angenommen hatte, wollte auch die erwachsene Tochter ihren Geburtsnamen ändern. Das Standesamt zweifelte an der Zulässigkeit und legte den Fall dem Gericht vor - insbesondere, weil die Eltern eine frühere Änderungsmöglichkeit nicht genutzt hatten.

LAUTER UNTERSCHIEDLICHE NAMEN IN DER FAMILIE

Das Gericht entschied zugunsten der Frau: Der gewünschte Name muss eingetragen werden. Ausschlaggebend war,



Eine Änderung des Familiennamens ist für Erwachsene auch ohne Heirat unter bestimmten Voraussetzungen möglich.

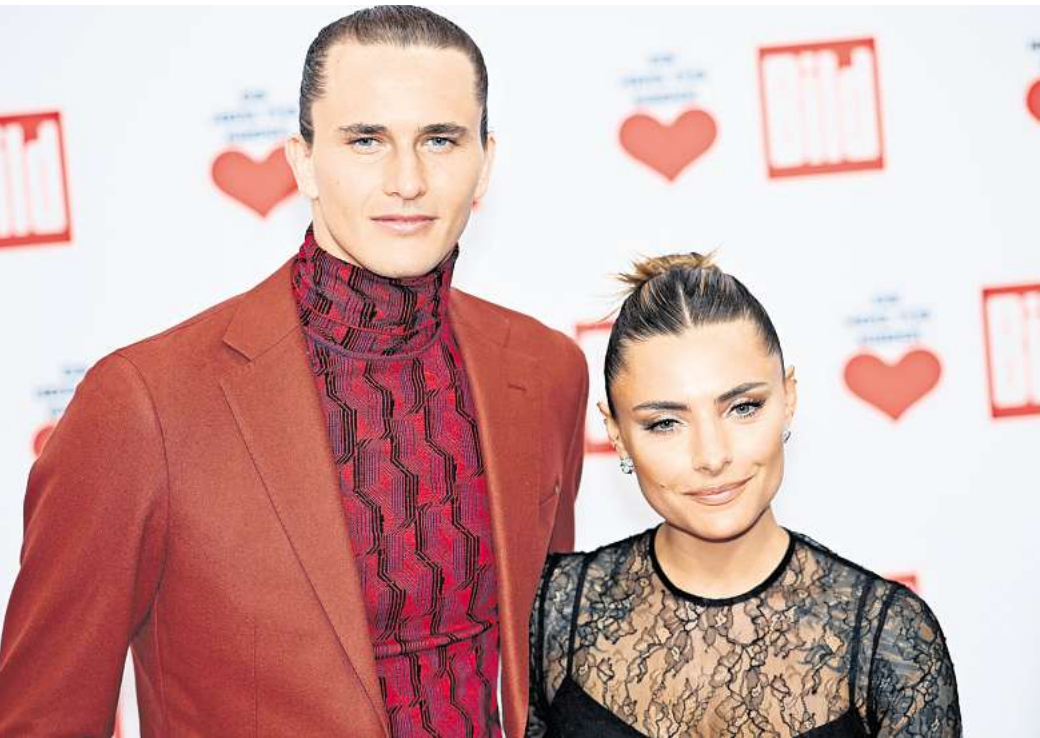
Foto: Paul Zinken

dass die ursprüngliche Namensfestlegung auf einer später geänderten Rechtslage beruhte und innerhalb der Familie inzwischen unterschiedliche Namen geführt werden.

Laut dem geänderten Namensrecht könne auch ein volljähriger Namensträger seinen Namen einmalig neu bestimmen. Dies gilt auch, wenn der Geburtsname ursprünglich dem Ehenamen der verheirateten El-

tern entsprach, ein Elternteil aber später seinen Geburtsnamen wieder angenommen hat, ohne dass die Eltern den Namen des Kindes neu bestimmt hatten.

Es sei unzumutbar, so das Gericht, die Tochter an den alten Namen zu binden. Zudem handle es sich um ein eigenes Recht des volljährigen Kindes, das unabhängig vom Verhalten der Eltern ausgeübt werden kann.



Tennisstar Alexander Zverev ist mit der Moderatorin Sophia Thomalla liiert.
Foto: Sebastian Christoph Gollnow/dpa

Alexander Zverev: Ich wünsche mir eine riesige Familie

Alexander Zverev wünscht sich eigenen Aussagen zufolge noch weitere Kinder. „Ich wünsche mir eine riesige Familie“, sagte der Tennisprofi im Interview mit RTL in Kitzbühel. Auf die Frage, wann er das in die Tat umsetzen wolle, antwortete der 29-Jährige: „Das musst du Sophia fragen.“ Zverev ist seit fast fünf Jahren mit Moderatorin Sophia Thomalla in einer Beziehung.

ZVEREV MACHT THOMALLA EINE LIEBESERKLÄRUNG

Er liebe Kinder und riesige Familien, so Zverev. Ober sich vorstellen könne, seinen und Thomallas Job und eine Familie zu verbinden? „Ich glaube, das wird normal sein, dass einer dann etwas weniger machen muss.“

Mit Kindern und ihren Jobs „sehen wir uns sonst gar nicht mehr wieder“. Er baue aber keinen Druck auf Thomalla auf. Im Interview macht er der 36-Jährigen eine Liebeserklärung: „Klar, ich liebe sie und sie ist seit fast fünf Jahren meine Partnerin, aber an allererster Stelle habe ich unfassbar viel Respekt vor ihr.“ Für ihn sei sie einer der schlauesten Menschen, die er je kennengelernt habe. „Sie weiß, wann man in Ruhe gelassen werden möchte. Sie weiß auch, wann die Unterstützung da sein sollte.“

ZVEREV: ICH WOLLTE NICHT, DASS SIE ZUM FINALE KOMMT

Bei seinem Sieg der French Open in Paris vor einigen Wochen war

Thomalla nicht im Publikum. „Warum sie nicht beim Finale war? Ich wollte nicht, dass sie zum Finale kommt“, sagte Zverev. „Ich möchte immer: Entweder sind alle von Anfang an dabei oder halt gar nicht.“ Dass sie das akzeptiere und trotzdem zur Feier danach kam, „das zeigt eigentlich alles“. Separat von diesem Interview fragte RTL Sophia Thomalla, was sie zu Zverevs Kindervunsch sage. Darauf antwortete sie: „Üben, üben, üben“. Zverev hat eine fünfjährige Tochter aus einer früheren Beziehung. Thomalla schenkte ihm nach seinem Titelsieg in Paris einen Dackelwelpen. Mit dem Welpen Buba und dem Dackel Mishka hat das Paar zwei gemeinsame Hunde. (dpa)

Ab in die Apotheke, um mit dem Arzt zu sprechen

Gesundheitsprobleme mit Arzt oder Ärztin besprechen, ohne den Weg in die Praxis auf sich nehmen zu müssen: Videosprechstunden machen es möglich. Gerade für alle, die ländlich wohnen und mitunter weite Fahrtwege zu Facharztpraxen haben, kann das praktisch sein. Aber nicht jeder ist technisch fit genug, um sich in eine Videosprechstunde einzuwählen. Gerade ältere Menschen haben womöglich kein passendes Endgerät zu Hause.

Unter anderem für diese Menschen ist ein neues Angebot in den Apotheken gedacht, das seit dem 1. Juli anrollt, wie Jan-Niklas Francke, Vorstandsmitglied des Deutschen Apothekerverbandes (DAV) sagt. Bei der sogenannten assistierten Telemedizin kann man sich in der Apotheke helfen lassen, Videosprechstunden zu nutzen.

Heißt: Man setzt sich dafür in ein Zimmer, das vom Verkaufsraum der Apotheke abgetrennt ist, und bekommt vom Fachpersonal die Technik eingerichtet. „In dem Moment, in dem die Sprechstunde startet, führen Sie die dann alleine durch - es sei denn, Sie brauchen Hilfe“, sagt Francke.

KASSEN ZAHLEN DEN SERVICE

Sowohl gesetzliche als auch private Krankenkassen übernehmen die Kosten für assistierte Telemedizin. Wichtig, wenn man sie in Anspruch nehmen möchte: Man muss sein Krankenversicherungsverhältnis nachweisen, als gesetzlich Versicherter etwa sollte man seine elektronische Gesundheitskarte mitbringen. Die Gesundheitskarte ist noch



Das Prinzip der assistierten Telemedizin in Apotheken: Das Fachpersonal kümmert sich um die Einrichtung der Technik - und lässt Patientin oder Patient dann mit dem Arzt allein, sobald die Sprechstunde beginnt.
Foto: Christin Klose/dpa/dpa-mag

aus einem anderen Grund wichtig: Bekommt man in der Videosprechstunde ein Medikament verordnet, kann man es als E-Rezept nach dem Termin direkt in der Apotheke einlösen.

EIN NOTFALL? AUCH HIER KANN TELEMEDIZIN BEI EINSCHÄTZUNG HELFEN

Die assistierte Telemedizin in Apotheken richtet sich auch an Menschen mit Einschränkungen, etwa mit Seh- oder Hörbeeinträchtigungen. „Dringende Fälle“, wie Jan-Niklas Francke sie nennt, sollen ebenfalls von dem Angebot profitieren. „Es kommen ja Menschen mit vermeintlich leichten Beschwerden in die Apotheke.

Frägt man dann weiter nach, merkt man manchmal, dass ein gesundheitliches Problem dahinterstecken könnte, das ärztlich abgeklärt werden sollte.“ Ist die nächste Arztpraxis weit weg oder hat bereits geschlossen, soll die assistierte Telemedizin auch hier ins Spiel kommen. „In solchen Fällen wollen wir ermöglichen, unmittelbar einen Arzt zu erreichen, um abzuklären, ob es ein Notfall ist.“

ANGEBOT MUSS ERST EINMAL ANROLLEN

Francke geht davon aus, dass das Angebot der assistierten Telemedizin „einige Wochen bis wenige Monate“ brauchen wird, um sich aufzubauen - auch

weil Apotheken dafür erst einmal das Gespräch mit Ärztinnen und Ärzten im Umkreis suchen müssen, um Details dieser Zusammenarbeit zu klären. Seiner Einschätzung nach könnten zu Beginn „einige hundert“ Apotheken am Start sein. Sein Tipp für alle, die sich vorstellen können, assistierte Telemedizin in Anspruch zu nehmen: bei der Stammapotheke nachfragen oder online nachschauen, ob sie assistierte Telemedizin anbietet. Auch auf dem Portal «www.apoguide.de» sollen Interessierte nach Apotheken filtern können, die dieses Angebot machen. Ab wann das möglich sein wird, ist aber noch nicht bekannt. (dpa)

Ab Heute 5 Tage gültig sichern Sie sich jetzt einen Termin!

Fassadensanierung

Wenn der alte Putz reißt oder bröckelt, sollte der Hausbesitzer nicht lange mit einer Sanierung warten. Risse und Löcher in der Fassade sind nicht nur unschön, sie können langfristig schwere Schäden zur Folge haben, weil der Außenputz das Mauerwerk nicht mehr ausreichend vor Feuchtigkeit und Umwelteinflüssen schützen kann. Aber keine Sorge, um dabei höhere Kosten zu vermeiden, lohnt es sich einen Experten von uns zu rufen und den Schaden langfristig zu beheben.

Dacharbeiten aller Art

Dachreinigung Dachversiegelung

Dach färben

Dachbeschichtung

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung

Wir reinigen, versiegeln und impregnieren Ihre Pflaster, und Betonbeläge. Somit garantieren wir einen 4-5-jährigen dauerhaften Schutz vor Unkraut, Moos, Algen, Gräsern und Flechten. Unsere Reinigungsmittel sind biologisch abbaubar.

VORHER NACHHER

Pflasterreinigung- & Versiegelung

Pflasterreinigung

Wir reinigen mit einer Spezialmaschine ohne chemische Zusätze, mit 80% Luft und nur 20% Wasser, jedoch ohne Spritzwasser! Anschließend erfolgt eine Behandlung mit unserem speziellen Algen- und Moosenferner, sowie einem Nano-Langzeitschutz.

VORHER NACHHER