hallo GIFHORN wochenende

47 · 47. Jahrgang · 21. November 2026 www.hallogifhorn.de **Zustellung** hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ · **Kleinanzeigen** (0800) 1234-903 · **Redaktion** (05371) 808-123



21141301_002426

Gifhorn braucht 1.000 neue Wohnungen

Bau-Monitor: Untersuchung des Pestel-Instituts sieht erheblichen Nachholbedarf - Auch Baubranche hängt davon ab

GIFHORN. Soll statt Haben: Zwar sind im Kreis Gifhorn in den vergangenen 15 Jahren knapp 10.200 Wohnungen zum Bestand hinzu gekommen, doch das reicht noch lange nicht. Dem Pestel-Institut zufolge fehlen immer noch rund 1.000 Wohnungen. Das geht aus dem aktuellen Bau-Monitor hervor. Mit ein Grund ist ausgerechnet die gute wirtschaftliche Entwicklung in der Region. Aktuell gibt es 85.800 Wohnungen.

„Es gibt mehr Jobs im Landkreis Gifhorn", sagt Matthias Günther vom Pestel-Institut. „Die Zahl der Beschäftigten hat in den vergangenen 15 Jahren um mehr als 10.200 zugenommen. Das ist ein Plus von knapp 31 Prozent. Wer im Kreis Gifhorn arbeitet, will da in der Regel aber auch wohnen. Also ist mit mehr Arbeitsplätzen auch der Bedarf an Wohnungen nach oben gegangen."

Im vergangenen Jahr seien nur noch 440 Wohnungen im Kreis Gifhorn neu gebaut worden, so der Bau-Monitor, den die Wissenschaftler des Pestel-Instituts für den Bundesverband Deutscher Baustoff-Fachhandel (BDB) erstellt haben. Das seien 340 weniger als noch zwei Jahre zuvor.

Zugleich hat das Pestel-Institut einen Leerstand in Höhe von 1.800 Einheiten ermittelt. Wohnungen, die seit mindestens einem Jahr, oft aber schon viel länger leer stehen: „Da wird so schnell keiner mehr einziehen." Unter anderem, „weil die Wohnungen so heruntergekommen sind, dass da keiner mehr wohnen kann". Oder weil ein Eigentümer nicht wieder vermieten möchte: Ein Klassiker dabei sei die leerstehende Wohnung in einem Zweifamilienhaus.


"Wenn wenigstens ein Dach drauf wäre": Bauherren der Rohbauruine im Gifhorner Baugebiet Hohes Feld sehen sich am Rand des Ruins. Der Bauträger ist seit Jahren insolvent, und die Arbeiten gehen bei laufenden Krediten nicht weiter. Foto: Dirk Reitmeister

Pestel-Institut und BDB fordern deshalb, dass die Politik die Rahmenbedingungen dafür schafft, dass wieder mehr gebaut und saniert wird. Der Bund müsse den Wohnungsbau zum wichtigsten Motor der Binnenkonjunktur machen, aber genau das passiere nicht, kritisiert BDB-Verbandspräsidentin Katharina Metzger. Genauso fordert sie einen Bürokratieabbau in den Bauämtern.

In der Stadt Gifhorn gibt es mehrere Großprojekte, über die unsere Zeitung in der Vergangenheit immer wieder berichtet hat - auch weil sich die Umsetzung in die Länge zieht. Darunter sind das ehemalige Krankenhausgelände Hohe Düne, die Hempel-Galerie, ein Areal an der Braunschweiger Straße und ein Personalwohntrakt am Helios-Klinikum. Im Herbst stellte die Stadt vor, zusammen mit der Gifhorner Wohnungsbau-Genossenschaft (GWG), der Gifhorner Grundstücks- und Erschließungsgesellschaft (GEG) und den Stadtwerken Gifhorn das „Bündnis für Wohnungsbau Gifhorn" ins Leben zu rufen.

Gelingen soll das unter anderem mit Senkung von Heizkosten, Optimierung von Abläufen und der Förderung von Menschen mit geringem Einkommen. In den Kosten sieht das Pestel-Institut einen erheblichen Faktor dafür, dass die Bauwirtschaft nicht vorankommt: „Das eigene Haus oder eine Eigentumswohnung im Kreis Gifhorn können sich heute nur ganz wenige leisten. Und das auch, weil der Bund die Förderung von Wohneigentum so gut wie eingestellt hat."

Das treffe auch die Bauwirtschaft hart, so das Pestel-Institut. Der Abwärtstrend beim Bauen auch im Kreis Gifhorn sei ein gewaltiger wirtschaftlicher Dämpfer für die Unternehmen. Dass Bauunternehmen oder Projektträger in schwierige Situationen geraten, ist allerdings kein Phänomen des vergangenen Jahres.

So berichtete unsere Zeitung jüngst über vier Bauherren, deren Reihenhäuser im Gebiet Hohes Feld in Gifhorn seit Jahren nur als Rohbau stehen. Seit Anfang 2024 ist der Bauträger Traumhaus Delta im Insolvenzverfahren - mit erheblichen finanziellen Folgen für die Betroffenen, deren Hausbau nicht vorankommt bei laufenden Kreditlasten. Nur einen Steinwurf daneben läuft's dagegen: Zeitgleich entstanden und entstehen immer noch andere Wohnbauprojekte im Hohen Feld.

NEU!
LUTZ IMMOBILIEN

Einfamilienhaus in Gifhorn-Neubokel
nur 215.000 Euro*
*zzgl. Maklercourtage
Unterstützung bei der Finanzierung ist selbstverständlich.
ca. 110 m² Wohnfläche
ca. 682 m² Grundstück
05371 / 627 79 38
info@immolutz.de
Lutz Immobilien
Oliver Lutz
über 25 Jahre Ihr Partner für Immobilien
www.immolutz.de
29485201_002426


Wohnungsbau in Gifhorn: Aktuell fehlen dem Bau-Monitor des Pestel-Instituts zufolge noch 1.000 weitere Wohnungen in Stadt und Kreis Gifhorn. Fotos (3): Gero Gerewitz


In den vergangenen Jahren entstanden: Im Gifhorner Baugebiet Hohes Feld tut sich etwas, doch laut Bau-Monitor des Pestel-Instituts müsste sich im ganzen Kreisgebiet noch viel mehr tun.



Neuer Wohnraum in Gifhorn: Das Pestel-Institut und der Bundesverband Deutscher Baustoff-Fachhandel fordern von der Politik mehr Förderung.



5512801_002426

3000 Bäume werden gepflanzt

Die Erstaufforstung auf einer Ackerfläche in Müden ist gestartet

MÜDEN (ALLER). Mehr als 3000 Bäume für einen neuen Schulwald haben Kinder und Jugendliche aus Müden und Meinersen gepflanzt. Rund 120 Schülerinnen und Schüler der Pestalozzischule in Meinersen sowie eine fünfte Klasse der Sally-Perel-Realschule machten am Dienstag auf einer 11.353 Quadratmeter großen Fläche den Anfang. Am Mittwoch setzten Kinder der Aller-Oker-Schule und der DRK-Kita Müden die Pflanzung fort.

Die Grundlage schuf die Stiftergemeinschaft der Sparkasse Celle-Gifhorn-Wolfsburg. Sie kaufte die Fläche eigens für das Projekt und stellt sie den kooperierenden Bildungseinrichtungen zur Verfügung. Dass eine Stiftung gezielt ein Grundstück für einen Schulwald erwirbt, ist im landesweiten Projekt der Stiftung Zukunft Wald einmalig. Der Verein Primaklima fördert die Pflanzung.

Der Wald soll über 30 Jahre als außerschulischer Lernort dienen. Laut Müdens Bürgermeister Timm Bußmann bekämen Kita und Schule einen einmaligen Lernort direkt vor der Haustür, der das Bildungsangebot bereichere. Um allen Kindern der Pestalozzischule die Teilnahme zu ermöglichen, organisierten die Initiatoren einen geländegängigen Rollstuhl. Laut Schulleiterin Julia Lange sei es wichtig gewesen, dass alle Kinder ihren Beitrag leisten könnten. Gemeinsam etwas Bleibendes zu schaffen, sei eine besondere Erfahrung.

Die Stiftung Zukunft Wald organisiert die Aktion und begleitet die Schulen. Laut Michaela Wohlgemuth, Leiterin der Aller-Oker-Schule, sei der Wald ein wichtiges Thema im Sachunterricht. Das Lernen im Klassenraum lasse sich nun unmittelbar mit Entdeckungen draußen verbinden. Laut Kita-Leiterin Melanie Hotop könnten die Vorschulkinder später zeigen, welchen Baum sie gepflanzt hätten. Das verbinde sie mit der Natur und ihrem Heimatort.

Im März 2027 folgt die zweite Etappe. Dann sollen die verbleibenden 7000 Bäume und Sträucher in die Erde kommen. Zur Fortsetzung sind die Hauptschule Meinersen, die Sally-Perel-Realschule und das Sibylla-Merian-Gymnasium eingeladen. Interessierte Schulen können sich bei der Stiftung Zukunft Wald melden. Der Kontakt ist per E-Mail an info@zukunftwald.de möglich. Informationen gibt es zudem unter www.zukunftwald.de.



Ein Team aus Schul- und Kitaleiterinnen Stiftungsvertretern und der Sparkasse freuen sich gemeinsam mit Bürgermeister Timm Bußmann (hinten, re.) über die Bepflanzung. Foto: Timm Bußmann

Anzeige

Damm 38 in Braunschweig: Wo Geschichte auf bares Geld trifft

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig trifft auf attraktive Goldpreise – warum sich ein Besuch jetzt besonders lohnen kann

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

November 2026

Aktueller Goldkurs: 4.114,50 USD/Feinunze



Braunschweig. Kaum jemand weiß, dass die Straße „Damm“ in Braunschweig sich der Name von einer alten, befestigten Straßenverbindung ableitet, die im frühen Mittelalter die Altstadt und das Weichbild Altewiek über die Oker hinweg miteinander verband. Heute zählt sie zu einer der traditionsreichsten Einkaufsstraßen in Braunschweig. Doch zwischen den historischen Fassaden gibt es eine Besonderheit: **Während andernorts Geld ausgegeben wird, können Besucher hier mit einem beachtlichen Geldbetrag nach Hause gehen.**
Möglich macht das der professionelle Edelmetallankauf bei der **Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig**, einem bundesweit vertretenen deutschen Fachbetrieb mitten in Braunschweig.

Gold ist gefragt – und Braunschweig handelt

Gold gehört seit Jahrhunderten zu den begehrtesten Handelsgütern. Was früher vor allem Kaufleute und Handelshäuser beschäftigte, ist heute auch für Privatpersonen interessant. Denn die hohen Goldpreise eröffnen attraktive Möglichkeiten, Edelmetalle direkt zu verkaufen.

Ob Goldschmuck, Münzen, Zahngold oder Silber: Wer seine Edelmetalle jetzt zu Geld machen möchte, findet in Braunschweig eine erfahrene Anlaufstelle.
Dabei ist der Verkauf unkomplizierter, als viele vermuten. Statt lange nach einem Käufer zu suchen, können Interessierte ihre Edelmetalle direkt bei der **Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig** vorstellen und ein konkretes Ankaufsangebot erhalten.

Ein Geschäft, bei dem der Kunde zum Verkäufer wird

Im klassischen Einzelhandel wird eingekauft. Bei der **Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig** ist es umgekehrt: Hier bringen Kunden ihre eigenen Werte mit und können diese unmittelbar verkaufen.
Der Vorteil liegt im persönlichen Kontakt. Die Untersuchung findet direkt vor Ort statt, und das Angebot wird nachvollziehbar erläutert.
Wer sich für den Verkauf entscheidet, erhält sein Geld sofort – bar oder per Echtzeitüberweisung. Ein vorheriger Termin ist nicht erforderlich.

Deutsche Kompetenz mit fortschrittlicher Technik

Die **Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** verbindet die Tradition des persönlichen Handels mit moderner Fachkompetenz. Mithilfe der **Röntgenfluoreszenzanalyse (XRF)** werden Edelmetalle präzise und zerstörungsfrei untersucht. Die Bewertung ist kostenlos und erfolgt transparent vor den Augen der Kunden.
Ein weiterer Bestandteil ist die enge Zusammenarbeit mit **Heimerle + Meule**, Deutschlands ältester Gold- und Silberscheideanstalt. Das 1845 gegründete Unternehmen steht seit mehr als 180 Jahren für deutsche Edelmetallkompetenz. Auch aus Berichterstattungen in **FOCUS-MONEY, FOCUS Online und verschiedenen Print-Beiträgen** ist die **Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** bekannt.

Fazit: Braunschweig handelt – und Sie können profitieren

Wer Gold, Silber oder andere Edelmetalle verkaufen möchte, findet bei der **Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig** in der Innenstadt von Braunschweig eine seriöse Adresse.
Einfach Edelmetalle mitbringen, kostenlos bewerten lassen und bei einem passenden Angebot sofort Geld erhalten. Denn in Braunschweigs traditionsreicher Einkaufsstraße kann sich ein Besuch nicht nur lohnen – sondern unmittelbar auszahlen.

Niedersächsische GOLD BÖRSE BRAUNSCHWEIG

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

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 10:00 - 14:00 Uhr
(bis Ende November samstags geschlossen)

GESCHÄFTSFÜHRER:
N. GRANHOLM

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

DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE KAUFT
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.

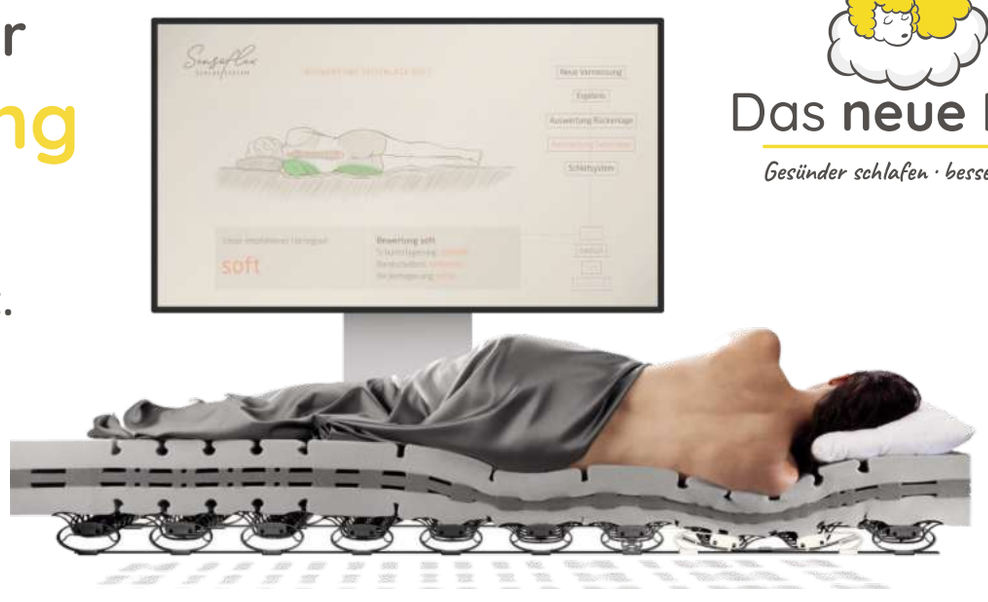
32279901_002426



Besser schlafen mit unserer
3D-Körpervermessung

Wir vermessen Sie und finden die Matratze, die zu Ihrem Körper passt.

Beratungstermin vereinbaren
Jetzt QR-Code scannen



Das neue Bett
Gesünder schlafen · besser leben

Das neue Bett Kolbe GmbH · Frankfurter Straße 246 · 38122 Braunschweig · info@das-neue-bett.de · Tel. 0531 / 55552 · Mo.–Fr. 10–19 Uhr · Sa. 10–18 Uhr · www.das-neue-bett.de

32211301_002426

B4-Baustelle bremst neuen Windpark aus

Nördlich von Müden entstehen elf Windkraftanlagen – Schwertransporte für kommende Woche eingeplant – Route über B4 und Ummern

MÜDEN. Neuer Windpark zwischen Müden und Hahnenhorn: Dort sollen bald elf Vestas-Anlagen stehen. Doch seit Wochen tut sich an den Baustellen nicht viel. Grund sind Verzögerungen bei den Schwertransporten über die B4 von Süden kommend. Die Baustelle an der Gifhorner Westumgehung stellte sich als unüb%erwindlich heraus. Doch jetzt soll es losgehen.

Dem Zeitplan zufolge hätten die Großkomponenten längst da sein sollen, sagt Sven Stölzel, Teamleiter der Projektentwicklung beim Unternehmen WindStrom aus Edemissen, das zusammen mit Enercity und LSW zur Betreibergesellschaft des künftigen Windparks gehört. Doch wegen der Bauarbeiten auf der Gifhorner Westumgehung habe man keine Durchfahr-Genehmigung für die B4 an der Stelle bekommen. Nun sollen die Schwertransporte in den Nächten ab der kommenden Woche rollen.

Mal eben so herangeschafft sind die Anlagenteile nicht: Die Route läuft Stölzel zufolge von der A391 über die B4 bis zur Ummerschen Kreuzung. Dort geht es links ab nach Ummern. Weiter rollen die Transporte dann durch Ummern. Sind die Kurven im westlichen Bereich des Orts weit genug? „Das geht gerade so, das ist simuliert worden“, sagt Stölzel.

Im Ort selbst und auch an einigen Stellen außerorts sind bereits Stahlplatten neben der Fahrbahn ausgelegt, um Gehwege oder unbefestigte Seitenstreifen für die Schwertransporte befahrbar zu machen. Seit August gilt in Ummern ein absolutes Halteverbot nachts auf der Ortsdurchfahrt.

In Hohne sieht das anders aus, da kommen die langen Brummer nicht an der Einmündung in Richtung Müden um die Ecke. Deshalb umfahren sie diesen Ort südlich über Wirtschaftswege und schwenken von dort auf die Landesstraße nach Müden ein.

Die elf Vestas-Windräder leisten jeweils sechs Megawatt und haben jeweils einen Rotordurchmesser von 150 Metern. Die Nabenhöhe beträgt laut Stölzel 105 Meter, die Gesamthöhe inklusive Fundament 183 Meter. Höher dürfen die Windräder an der Stelle nicht sein: Es gebe dort eine Begrenzung aus militärischen Gründen.

Wann sollen die Windräder ans Netz? „So schnell wie möglich“, sagt Stölzel. Wegen der Verzögerungen sei der ursprüngliche Termin noch in diesem Jahr nicht mehr zu schaffen. Angestrebt ist aktuell das erste Quartal des neuen Jahres. Dann soll auch das extra dafür errichtete Umspannwerk bei Gamsen fertig sein. Das Erdkabel dorthin liege bereits.

Einen Batteriespeicher bekommt dieser Windpark noch nicht. Doch eine Nachrüstung wäre laut Stölzel jederzeit möglich. „Wir sind bei dem Thema durchaus aufgeschlossen.“

Die erste Idee für den Windpark bei Müden entstand bereits im Jahr 2012, sagt Stölzel. Die B4-Baustelle ist nicht die einzige Verzögerung im Lauf der Entwicklungsgeschichte, aber näher will er darauf nicht eingehen. Die Zusammenarbeit mit der Gemeinde jedenfalls sei gut gewesen. „Wir haben da gute Unterstützung erhalten.“



Neuer Windpark bei Müden: Die Macher warten auf die Großkomponenten der Anlagen, die ab kommende Woche per Schwertransport kommen. Fotos: Dirk Reitmeister



Die Fundamente stehen schon: Bei Müden entsteht gerade ein Windpark mit elf Anlagen. In der neuen Woche sollen die Großkomponenten per Schwertransport kommen. Foto: Matthias Leitzke

Das ist die Firma WindStrom aus Edemissen

Das Unternehmen WindStrom aus Edemissen gibt es seit 1992. Es hat seitdem mehr als 500 Windenergieanlagen errichtet - und somit mehr als ein Gigawatt installierte Leistung, so Sven Stölzel, Teamleiter der Projektentwicklung. In Edemissen sind 80 Beschäftigte, in der Zweigstelle Achim bei Bremen noch einmal ein Dutzend. Inzwischen hat WindStrom auch in Frankreich eine Niederlassung. „Das Leistungsangebot umfasst das gesamte Spektrum von der Standortwahl über Planung, Bau und Betrieb bis hin zum Rückbau und anschließendem Repowering“, schreibt WindStrom auf seiner Homepage. Das Unternehmen will verstärkt nicht nur Windparks aufbauen, sondern auch das Betreiben übernehmen.

Milow muss weiter Maulkorb tragen

Tierheim-Crew Ribbesbüttel hofft auf zweite Chance für Labrador-Mix

RIBBESBÜTTEL. Das Schicksal dieses Hundes haben viele Gifhorner verfolgt: Labrador-Mix Milow aus dem Tierheim Ribbesbüttel musste nach mehreren Beißunfälllen mit anderen Hunden einen Wesenstest machen. Jetzt steht fest: Der Rüde muss künftig in der Öffentlichkeit einen Maulkorb tragen und an der Leine laufen. Das ist das Ergebnis eines Wesenstests (AZ berichtete). Menschen gegenüber ist der Hund aber stets fröhlich und freundlich.

Das Veterinäramt stufte den im Oktober 2019 geborenen Mischling als gefährlich ein, weil er anderen Hunden gegenüber aggressiv war. Seine damaligen Besitzer konnten laut Kim Zilewitsch vom Tierheim die behördlichen Auflagen nicht erfüllten, wurde Milow beschlagnahmt und kam im März dieses Jahres nach Ribbesbüttel. Dort folgten lange Trainingseinheiten.

Beim Wesenstest im Tierheim Wolfsburg meisterte der schwarze Hund alle Aufgaben mit Menschen. Er ignorierte „Betrunkene“, gespielt vom Wolfsburger Tierheimteam, ebenso Kinderlärm, Fahrradfahrer, Bedrohungen, Anstarren, fliegende Luftballons, Bälle und aufgespannte Regenschirme. Auch ohne Leine beherrschte er die Kommandos und ließ sich abrufen. Als er jedoch einen fremden Hund tolerieren sollte, der am Zaun entlanggeführt wurde, gab es kein Halten mehr – er attackierte den Hund.

Entsprechend fiel die Bewertung der Tierärztin aus, die den Test durchgeführt und ausgewertet hat. „Milow unterliegt danach im öffentlichen Raum künftig der Maulkorb- und Leinenpflicht“, teilt Zilewitsch mit. Sie betont, „darunter leidet der Hund nicht, er ist entsprechend trainiert und daran gewöhnt“.

Das Team und die für das Tierheim zuständige Hundetrainerin Lawinia Kaufmann üben dennoch weiter mit dem Labrador. „Milow hat hier bei uns tolle Trainingsfortschritte gemacht“, sagt Zilewitsch. Beeindruckt hat sie eine Begegnung auf dem Gelände: Sie ging mit ihrem eigenen Hund an dem frei laufenden Milow vorbei, ohne dass er knurrte oder angriff. „Ich konnte ihn einfach wegschicken“, freut sie sich.

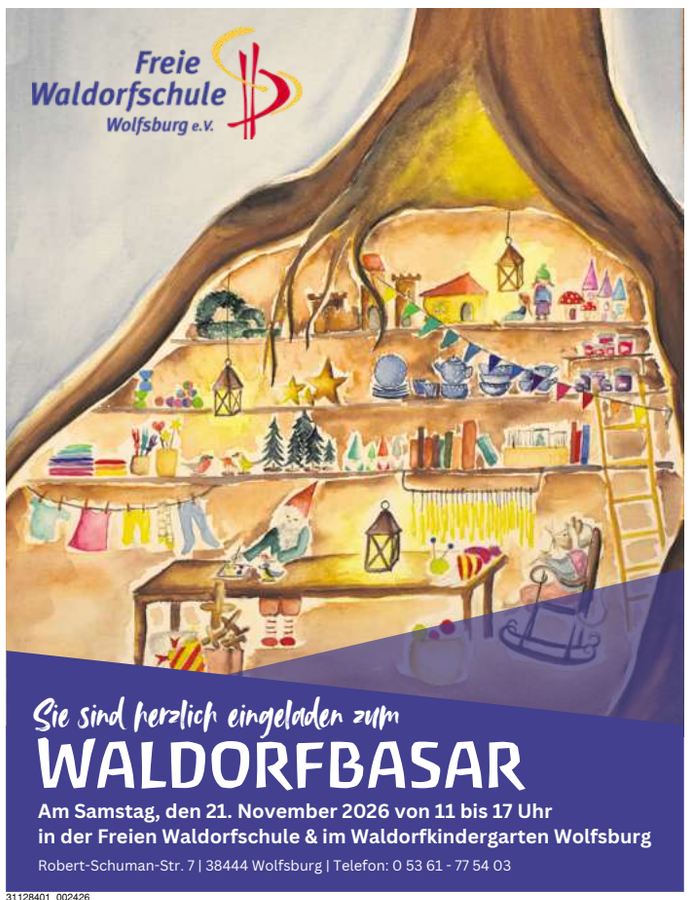
Nun hofft das Tierheim auf hundeerfahrene Menschen, die Milow unter Erfüllung der Auflagen eine zweite Chance geben. Er gilt weiterhin als „gefährlich“, je nach Kommune fällt die Hundesteuer höher aus. Neue Halter müssen laut Zilewitsch ein polizeiliches Führungszeugnis vorlegen und mit einem Sachkundenachweis belegen, dass sie den Hund führen können. Milow sei lernwillig und stets bemüht, für „seine Menschen alles richtig zu machen“.

Näheres erfahren Interessierte unter Tel. 05374-4434 oder per Mail an info@tierschutzgifhorn.de.



Hat tolle Trainingsfortschritte gemacht: Trotzdem muss Milow nach Wesenstest künftig in der Öffentlichkeit einen Maulkorb tragen und an der Leine gehen. Foto: Tierheim Ribbesbüttel

MEHR NACHRICHTEN
AUS GIFHORN UND DER REGION
FINDEN SIE AUF ALLER-ZEITUNG.DE
SCAN MICH



31128401_002426



29846401_002426



32135801_002626

Anzeige

Fliegen ab Braunschweig: 2027 direkt nach Sardinien – in die Karibik Europas

Mit TUIfly, Flugpreisgarantie und zu Top-Preisen: 12 Traumziele schon ab € 499,-

Kurze Wege, persönliche Nähe und Vorfreude statt Flughafenhektik: Das ist „Fliegen ab Braunschweig“. Mit momento by DER SCHMIDT erleben Sie Boutique-Fliegen – entspannt, persönlich und ganz in Ihrer Nähe. Statt langer Anreise und großem Gedränge am Flughafen genießen Sie einen überschaubaren Start in den Urlaub, bei dem Sie sich von Anfang an gut aufgehoben fühlen. Persönliche Betreuung und kurze Wege machen schon den Abflug zu einem besonderen Teil Ihrer Auszeit. So leicht kann Loslassen sein: ankommen, durchatmen und mit einer der beliebtesten Airlines, der TUIfly, exklusiv über die Dächer der Heimat abheben. 2027 erwarten Sie zwölf faszinierende Traumziele, darunter fünf neue Destinationen – exklusiv direkt ab Braunschweig. Und damit Sie Ihre Vorfreude unbeschwert genießen können, bleibt Ihr Reisepreis dank der einzigartigen Flugpreisgarantie sicher – unabhängig davon, wie sich die Treibstoffpreise entwickeln.



Fliegen ab Braunschweig: Exklusiv mit TUIfly und Flugpreisgarantie

Das größte Sardinen-Angebot direkt ab Braunschweig

2027 geht es direkt ab Braunschweig in die Karibik Europas: Sardinien! Schon beim Blick auf die strahlend weißen Sandstrände und das kristallklare, türkisfarbene Meer beginnt das Urlaubsgefühl. Entdecken Sie traumhafte Buchten, spüren Sie den warmen Sand unter Ihren Füßen und genießen Sie das smaragdgrüne Wasser. Zwischen duftender Macchia und bizarren Granitfelsen lädt eine faszinierende Naturkulisse zum Staunen und Träumen ein. Zugleich begeistert die berühmte Costa Smeralda mit mondänem Jetset-Flair: In Porto Cervo treffen elegante Yachten auf exklusive Boutiquen und stilvolle Restaurants – italienisches Dolce Vita in seiner glamourösen Form. Ob entspannte Strandtage, Naturerlebnisse oder ein Hauch von Luxus: Sardinien verbindet mediterrane Leichtigkeit mit dem Besonderen. Freuen Sie sich 2027 auf das bislang größte Flugprogramm nach Sardinien ab Braunschweig – und auf Ihre persönliche Auszeit im Paradies!

Auch diese Sehnsuchtsziele erobern 2027 Ihr Herz: Freuen Sie sich auf Urlaubsmomente an der Côte d’Azur, auf Mykonos, in Venedig, auf Sizilien und Santorin, in Rom und auf Malta, an der Amalfiküste, auf Ischia und den Liparischen Inseln sowie in Kalabrien.

Großes Hotelangebot in allen Zielen

So vielfältig Ihre Urlaubsträume, so groß die Auswahl an Ihrem Lieblingshotel: In allen Reisezielen erwartet Sie ein umfangreiches Portfolio sorgfältig ausgewählter und persönlich getesteter Hotels – vom charmanten Wohlfühlhotel bis zum exklusiven Rückzugsort direkt am Meer. Finden Sie Ihren Ort zum Ankommen, Durchatmen und Loslassen. Wenn die Entdeckerlust erwacht, machen auf Wunsch zubuchbare Ausflüge in allen Zielen Ihre Auszeit noch erlebnisreicher. Entscheiden Sie selbst, wie viel Erholung und Entdecken Ihren Urlaub vollkommen machen – für besondere Augenblicke, die im Herzen bleiben. Den Katalog, weitere Informationen und Buchungsmöglichkeiten zu diesen exklusiven Angeboten erhalten Sie über die kostenfreie Buchungshotline T. 08 00 / 38 300 38 (Mo.–Fr. 9–18 Uhr, Sa. 9–13 Uhr), im FIRST Reisebüro Schmidt, in weiteren Reisebüros oder unter www.fliegen-ab-braunschweig.de.



Karibikflair trifft Jetset: Sardinien direkt ab Braunschweig



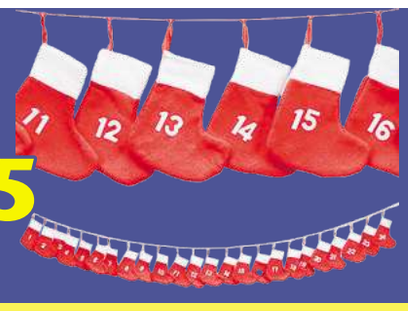
Bildnachweise: Flughafen Braunschweig-Wolfsburg: © Jonas Rösner; Katalogtitel: © KI-generiert mit AdobeFirefly; Bildrechte der Hotelbilder liegen beim jeweiligen Hotel; Alle weiteren: © AdobeStock 221719595, AdobeStock 267192687, shutterstock 637690969, AdobeStock 398680188, iStock 56692590, AdobeStock 1064843661, AdobeStock 199906658, AdobeStock 942005900, AdobeStock 277077808, AdobeStock 150516232, AdobeStock 298610527, AdobeStock 186470415, shutterstock 1175947405, Jan Fricke

32278701_002426

HADI
Der Schnäppchenjäger
Angebote gültig vom 23.11. bis 28.11.2026

Adventskalender
– Länge ca. 140 cm
– 24 Socken zum Selberfüllen
– jede Socke ca. 10 x 12 cm
– mit Nummern auf den Söckchen

6.95



Adventskalender
– zum selber Basteln
– verschiende Ausführungen und Materialien

ab **1.90**



Weihnachtsmannmütze



nur **-.70**

Sonderposten
18 Meter lang

240er LED Lichterkette
– für innen und außen
– 8 Stunden Timer
– Dimmer
– schwarzes Kabel
– warmweißes Licht



statt 12,- €

10.-

Strohkränze
– verschiedene Größen vorhanden:
∅ 25 cm
∅ 30 cm
∅ 40 cm
∅ 50 cm



ab **2.20**

Stumpenkerzen
– verschiedene Farben und Größen



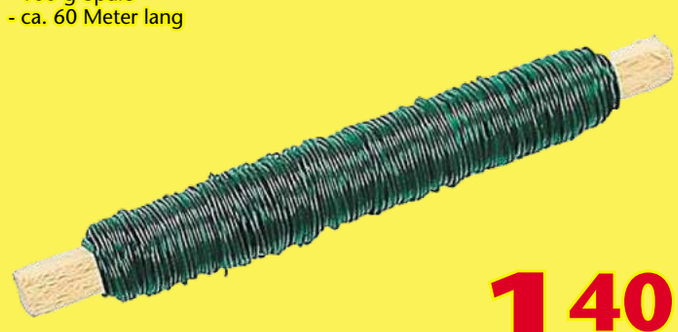
je Stück ab **2.-**

Alles für den Adventskranz und Weihnachtsdeko

Minitannenzapfen
Holzsterne
Orangenscheiben
Moos
rote Deko Äpfel
... und vieles mehr



Basteldraht
- grün
- 100-g-Spule
- ca. 60 Meter lang



1.40

müller KERZEN Kerzen
– verschiedene Größen + Farben
– durchgefärbt
– Größe: ab 7,5 cm Höhe
Ø ca. 7,0 cm

Sonderposten
solange der Vorrat reicht



ab **2.95**

Knallerpreis

Mikro-Lichterkette
– 10 LED's
– Batteriebetrieb (nicht enthalten)
– für den innen Bereich
– Gesamtlänge: ca. 97 cm
– warmweiß

mit 6 Stunden Timer



je Stück **1.10**

Holzbriketts
– Klimaschutz durch CO_2-Neutralität
– ohne Bindemittel und Zusatzstoffe
– sehr hoher Heizwert
– langanhaltende Verbrennung
– platzsparend stapelbar
– entstehende Asche (0,5 %) kann als Gartendünger genutzt werden
– (1 kg = 0.40 €)

10 kg Abpackgewicht



3.95

Gebäckbeutel
– Klarsichtbodenbeutel
– mit Sternenmotiv
– versch. Größen



ab **1.50**

Alpalium Alkaline Batterien
– AA oder AAA
– 1,5 Volt

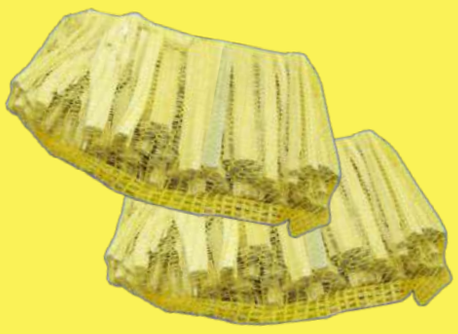
Großpackung



24 Stück in der Packung

6.-

Anzündholz
– im Netz verpackt
– 5 dm³ entspricht 9,5 dm³ Raumvolumen
(1 dm³ = 0.50 €)



2.50

Weihnachtswichtel
verschiedene Größen + Motive



ab **2.40**

Heißklebepistole
- incl. 2 Klebestäbe



statt ~~3.40 €~~

2.95

Knallerpreis

Riesen-Meisenknödel
– 500 g schwer
– Ergänzungsfutter für freilebende Vögel
(kg = 1,90 €)



-.95

statt ~~1,30 €~~

LED Metallstern
– mit 10 LED
– warmweißes Licht
– batteriebetrieben (nicht enthalten)
– mit Timer
– Größe ca 15 ø 15 cm
– mit Saugnapf

Knallerpreis



statt ~~4,- €~~

2.95

Heißklebestäbe
– Nachfüllen für Heißklebepistolen
– versch. Größen



ab **1.50**

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

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

29663001_002426



32159701_002426



30488601_002426



31364201_002426

31345101_002426



32158001_002426

Momente der Verbundenheit erleben

Dauergrabpflege – Ein Ort der Erinnerung, der bleibt



Foto:Gesellschaft-dt.-Friedhofsgärtner

Ein Grab ist mehr als nur eine Ruhestätte – es ist ein Ort der Liebe, der Erinnerung und des Innehaltens. Hier wird greifbar, was Worte oft nicht auszudrücken vermögen. Viele Menschen empfinden es als tröstlich, einen festen Platz zu haben, an dem sie ihren Verstorbenen nahe sein können. Blumen niederlegen, eine Kerze anzünden oder einfach still verweilen – all das gehört zum Trauerprozess, hilft bei der Verarbeitung und gibt Halt.

Doch die regelmäßige Pflege eines Grabes kann für Angehörige zur Herausforderung werden – sei es aus zeitlichen, gesundheitlichen oder räumlichen Gründen. Genau hier setzt die Dauergrabpflege durch den Friedhofsgärtner an. Sie ist weit mehr als ein praktischer Service: Sie ist ein Stück Fürsorge, das über den Moment hinausreicht. Wer einen Dauergrabpflege-Vertrag abschließt, schenkt sich und seiner Familie Sicherheit und Entlastung.

Die Pflege wird über Jahre hinweg zuverlässig von erfahrenen Friedhofsgärtnern übernommen – mit Liebe zum Detail und einem tiefen Verständnis für die Bedeutung dieses besonderen Ortes. Saisonale Bepflanzungen, regelmäßige Pflege und eine stets gepflegte Anlage sorgen dafür, dass das Grab immer würdevoll aussieht – unabhängig davon, ob die Angehörigen vor Ort sein können oder nicht. So wird das Andenken an den Verstorbenen auf liebevolle Weise bewahrt, und die Familie weiß: Das Grab ist in guten Händen.

Der Gedanke daran spendet Trost – gerade in Zeiten, in denen die Trauer noch frisch ist. Hier kann man Blumen niederlegen, Erinnerungsstücke platzieren und Momente der Verbundenheit erleben. Dieser Ort hilft, den Verlust zu begreifen und die Erinnerung lebendig zu halten – Tag für Tag, Jahr für Jahr. Die Dauergrabpflege macht all das möglich – zuverlässig, einfühlsam und über Generationen hinweg.

Dauergrabpflege-Vertrag – Wozu?

Dauergrabpflege-Verträge kann man für sich selbst oder für verstorbene Angehörige abschließen. Sie werden deutschlandweit von zahlreichen Friedhofsgärtnereien angeboten und können beispielsweise die erstmalige Grabgestaltung, die jährliche Grabsteinreinigung, die saisonale Bepflanzung oder ein Paket zur kontinuierlichen Grabpflege umfassen.
Der Umfang des Auftrags richtet sich jeweils nach den individuellen Wünschen der Auftraggeber. Die vereinbarten Dienstleistungen werden schriftlich in einem Treuhandvertrag festgehalten, den die treugebende Person direkt mit der Friedhofsgärtnerei ihres Vertrauens abschließt. Zu den Aufgaben der zuständigen Treuhandstelle gehört es, dass als Einmalbetrag gezahlte Geld sicher anzulegen und zu verwalten sowie zu kontrollieren, ob die vereinbarten Dienstleistungen vertragsgemäß ausgeführt werden. Weitere Infos gibt es auch unter www.treuhandstelle.info

Warum gute Begleitung in der Trauer wichtig ist

Bestatter begleiten, geben Orientierung und helfen bei wichtigen Entscheidungen



Foto: BDB

Unverarbeitete Trauer kann schwerwiegende Folgen haben. Erkenntnisse aus der Trauerforschung zeigen, dass belastende Verlusterfahrungen mit einem erhöhten Risiko für psychische und körperliche Beschwerden einhergehen können – insbesondere dann, wenn Trauerprozesse ohne ausreichende Unterstützung bleiben. Betroffene berichten häufig von anhaltender innerer Unruhe, Schlafproblemen oder Konzentrationsschwierigkeiten. Vielen fällt es schwer, in den Alltag zurückzufinden, sie ziehen sich zurück oder vermeiden Situationen, die sie an die verstorbene Person erinnern.

Gleichzeitig wird häufig unterschätzt, wie entscheidend die ersten Tage nach einem Todesfall sind. Angehörige stehen unter Schock, müssen innerhalb kürzester Zeit weitreichende Entscheidungen treffen und sind dabei emotional stark belastet. In dieser Phase fehlt oft die Kraft, eigene Bedürfnisse wahrzunehmen oder sich bewusst mit dem Abschied auseinanderzusetzen. Wie ein Abschied dennoch gestaltet wird, kann den weiteren Umgang mit der Trauer maßgeblich beeinflussen.

Orientierung im Trauerfall

Bestatterinnen und Bestatter übernehmen in dieser Situation eine zentrale Rolle. Sie sind nicht nur für die Organisation verantwortlich, sondern begleiten Hinterbliebene durch eine Ausnahmesituation, geben Orientierung und schaffen den Rahmen für einen persönlichen und würdevollen Abschied. Sie haben das Ziel, Menschen in einer emotional herausfordernden Situation Sicherheit und qualifizierte Hilfestellung zu geben. „Ein würdevoller und gut begleiteter Abschied kann Trauer nicht nehmen und soll es auch nicht. Aber er kann Angehörigen helfen, den Verlust zu begreifen und einen ersten Halt zu finden“, sagt Antje Bisping, Justiziarin beim Bundesverband Deutscher Bestatter und verantwortlich für den Bereich Markenzeichen und Qualitätsmanagement.

Gesellschaftliche Entwicklungen wie die zunehmende Individualisierung von Trauer und der Rückgang traditioneller Rituale verstärken diese Herausforderung zusätzlich. Umso wichtiger ist es für Angehörige, dass sie in dieser Ausnahmesituation gesehen und geführt werden.

Nicht jede Trauer braucht professionelle Hilfe. Aber jeder Abschied verdient Kompetenz, Sorgfalt und Menschlichkeit. Bestatter helfen Angehörigen, im Trauerfall qualifizierte Ansprechpartner zu finden.

Trost in dunklen Novembertagen

Niemand muss mit seiner Trauer allein bleiben



An den November-Gedenktaggen schmücken Menschen die Grabstätten ihrer Lieben mit Kerzen, Blumen und Bildern und verbringen Momente des stillen Gedenkens. Foto: Bundesverband Deutscher Bestatter e.V.

Der November gilt traditionell als der Monat des Gedenkens. Feiertage wie Allerheiligen, Allerseelen, Volkstrauertag und Totensonntag prägen diese Zeit. Für viele Menschen ist es eine Phase der Stille, des Nachdenkens und der tiefen Trauer.

Doch diese Tage bieten auch Raum für etwas anderes: Sie schenken uns die Gelegenheit, dankbar auf die gemeinsame Zeit mit den Verstorbenen zurückzublicken und das Andenken an jene Menschen lebendig zu halten, die unser Leben positiv geprägt haben.

Erinnerung im Wandel

Die Rituale verändern sich. Traditionell besuchen Familien die Friefhöfe, um die Grabstätten mit Kerzen, Blumen und Gestecken zu schmücken und im stillen Gebet der Verstorbenen zu gedenken. Doch das Erinnern hat längst auch digitale Wege gefunden: In den sozialen Medien teilen Menschen heute Fotos von Grablichtern, verfassen persönliche Texte oder tauschen Geschichten über geliebte Menschen aus.

Trauertage sind eine Gelegenheit, unseren Schmerz zu teilen. Gleichzeitig helfen sie uns, zu erkennen, dass der Tod ein natürlicher Teil des Lebens ist. Sie erinnern daran, wie kostbar und wertvoll unsere gemeinsame Zeit ist und wie wichtig es ist, unsere Liebe und Wertschätzung füreinander auszudrücken - sowohl zu Lebzeiten als auch darüber hinaus.

Professionelle Hilfe in schweren Zeiten

Wer einen schmerzhaften Verlust verkraften muss, steht oft vor einer großen emotionalen Herausforderung. Hier bieten qualifizierte Bestatter weit mehr als nur die Organisation der Beisetzung: Viele Häuser garantieren eine umfassende seelsorgerische und psychologische Begleitung nach dem Todesfall. In ihren Räumlichkeiten finden teilweise regelmäßig Trauergruppen oder Trauercafés statt, die von ehrenamtlichen Kräften geleitet werden.

Zudem weder Bestatter in speziellen Seminaren intensiv geschult, um auf besonders komplexe Situationen vorbereitet zu sein – etwa die Begleitung von Hinterbliebenen nach einem Suizid oder die Unterstützung von verwaisten Eltern und trauernden Kindern.

- Wo Trauernde Unterstützung finden
- Niemand muss den Weg der Trauer isoliert gehen. Betroffene finden Hilfe und Anschluss über verschiedene Wege:
- Bestattungsinstitute vor Ort mit ihren speziellen Trauerangeboten
- Selbsthilfegruppen und Vereine
- Wohlfahrtsverbände und kirchliche Einrichtungen
- Psychotherapeuten sowie spezielle Bildungsangebote

Bestattungskultur im Wandel

Individuelle Wünsche gewinnen an Bedeutung

Die Vorstellungen davon, wie Menschen nach ihrem Tod bestattet werden möchten, verändern sich deutlich. Klassische Grabstätten auf dem Friedhof verlieren an Zuspruch, während pflegefreie und stärker individualisierte Formen der Beisetzung an Bedeutung gewinnen. Das zeigt eine repräsentative Forsa-Umfrage unter 1.002 Erwachsenen, die im Juni 2025 im Auftrag der Verbraucherinitiative Bestattungskultur Aeternitas durchgeführt wurde.

Nur noch ein Viertel der Befragten würde sich für die eigene Bestattung ein traditionelles Urnen- oder Sarggrab auf einem Friedhof wünschen. Dabei bevorzugen 14 Prozent eine Urnengrabstätte und 11 Prozent ein Sarggrab. Noch 2013 lag dieser Anteil zusammen bei 49 Prozent. Besonders die klassische Sargbestattung wird damit zunehmend zur Ausnahme.

Entlastung von Grabpflege gewünscht

Stattdessen wünschen sich viele Menschen Angebote, die Angehörige von langfristiger Grabpflege entlasten. Besonders gefragt ist die Beisetzung in einem Bestattungswald: 24 Prozent der Befragten würden diese Form wählen. Weitere 16 Prozent bevorzugen eine pflegefreie Beisetzungsform auf einem Friedhof. Die Ergebnisse spiegeln auch gesellschaftliche Veränderungen wider: Familien leben häufiger an unterschiedlichen Orten, Lebenswege sind mobiler geworden und die dauerhafte Pflege einer Grabstätte ist nicht immer gewährleistet.

Zugleich wächst der Wunsch nach Bestattungsformen, die in Deutschland bislang vielfach nicht oder nur eingeschränkt erlaubt sind. 14 Prozent würden sich eine Verstreuung der Asche in der freien Natur wünschen. Zehn Prozent möchten die Urne oder Asche zu Hause beziehungsweise im eigenen Garten aufbewahren oder beisetzen lassen. Für eine Seebestattung entscheiden sich fünf Prozent.



Foto: Aeternitas e.V.

Befragte wünschen Flussbestattungen

Auch bei der Frage, ob kleine Mengen Totenasche für persönliche Erinnerungsstücke verwendet werden dürfen, zeigt sich eine liberale Haltung. Nach geltendem Recht ist es in Deutschland verboten, Asche etwa in Amulette zu füllen oder daraus Erinnerungsobjekte wie Glasskulpturen oder Diamanten herzustellen. 77 Prozent der Befragten halten diese Möglichkeit grundsätzlich für richtig, während nur 14 Prozent das bestehende Verbot befürworten.

Ähnlich fällt das Bild bei Flussbestattungen aus. Urnenbeisetzungen in Nord- und Ostsee sind in Deutschland zulässig, in Flüssen dagegen nicht. 57 Prozent der Befragten sprechen sich dafür aus, wasserlösliche Urnen in ausgewählten größeren Flüssen künftig auch hierzulande zu erlauben. 30 Prozent lehnen eine solche Regelung ab.

Die Umfrage macht deutlich: Pietät und ein würdevoller Umgang mit Verstorbenen werden von vielen Menschen heute nicht mehr ausschließlich mit traditionellen Formen der Bestattung verbunden. Im Mittelpunkt stehen zunehmend persönliche Wünsche, die Entlastung der Angehörigen und die Frage, welche Form des Abschieds zum individuellen Lebensweg passt. Für Bestatter, Friedhofsträger sowie Gesetzgeber stellt sich damit die Aufgabe, auf diese veränderten Erwartungen angemessen zu reagieren.



32105301_002426



32159601_002426



30447601_002426

Selbstbestimmung festhalten, Angehörige entlasten

Was Bestattungsvorsorge regeln kann und warum sie mehr ist als ein Testament

Über das eigene Lebensende nachzudenken, fällt den meisten Menschen schwer. Und doch ist es Ausdruck von Selbstbestimmung und Fürsorge, sich damit auseinanderzusetzen. Eine Bestattungsvorsorge kann persönliche Wünsche verbindlich festhalten – sei es die Art der Zeremonie, bestimmte Musikstücke, religiöse oder weltliche Rituale oder die Gestaltung der Grabstätte. Vor allem aber sorgt die Bestattungsvorsorge dafür, dass die Hinterbliebenen in einer emotional aufwühlenden Phase keine schwierigen Entscheidungen treffen und keine finanziellen Unsicherheiten fürchten müssen. Stattdessen bleibt mehr Zeit für Trauer und Erinnerung.

Warum ist Bestattungsvorsorge bei individuellen Wünschen besonders wichtig?

Je individueller die Vorstellungen, desto wichtiger ist eine frühzeitige Vorsorge. Das gilt insbesondere für alternative Bestattungsformen, die vom klassischen Erd- oder Urnengrab abweichen. Über einen Vorsorgevertrag können die konkreten Wünsche verbindlich geregelt werden.

Wie wird die Vorsorge finanziell abgesichert?

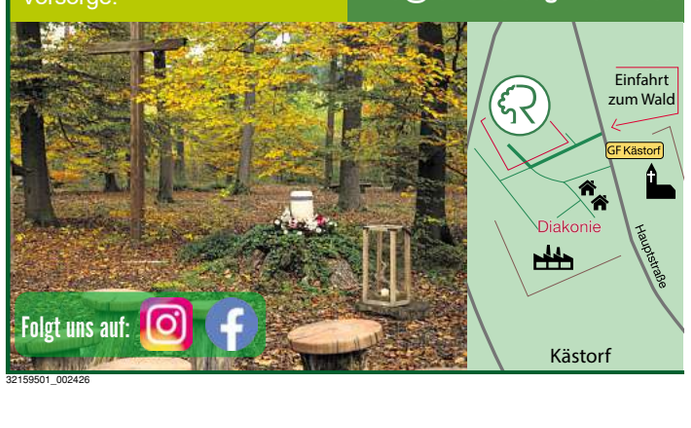
Wer Hinterbliebene finanziell vollständig absichern möchte, kann den gesamten Betrag für die gewünschte Bestattung bereits bei Vertragsabschluss auf ein separat geführtes Treuhandkonto einzahlen. Möglich ist in der Regel aber auch eine Anzahlung von 50 Prozent. Anders als Geld auf einem Sparbuch sind die eingezahlten Mittel zweckgebunden – sie sind ausdrücklich für die Finanzierung der späteren Beisetzung vorgesehen. Zudem zählt die Bestattungsvorsorge in der Regel zum sogenannten Schonvermögen und ist damit vor dem Zugriff Dritter geschützt.

Wo ist die Willenserklärung am besten aufzubewahren?

Sie sollte gemeinsam mit wichtigen Personenstandsdokumenten – etwa Geburts- und Heiratsurkunde – in einer zentralen Unterlagenmappe abgelegt werden. Auf diese Dokumente greift ein Bestattungsunternehmen im Todesfall in der Regel als Erstes zurück. Eine Festlegung im Testament ist nicht ratsam, da dieses häufig erst einige Wochen nach dem Todesfall oder sogar nach der Beisetzung eröffnet wird. (djd)



Eine Bestattungsvorsorge ermöglicht es, die Form des Abschieds selbst zu bestimmen und Angehörige gleichzeitig von Entscheidungsdruck sowie finanziellen Unsicherheiten in einer emotional aufwühlenden Zeit zu entlasten. Foto: djd/Algordanza Erinnerungsdiamanten/Getty Images/Gustafsson



32159501_002426

Anteil kirchlicher Bestattungen sinkt stetig

Säkularisierung der Bestattungskultur setzt sich weiter fort

Bestattungen in Deutschland werden immer seltener von der katholischen oder evangelischen Kirche begleitet. Nach den neuesten vorliegenden, aktuell veröffentlichten Angaben ist der Anteil weiterhin rückläufig und betrug im Jahr 2024 43,3 Prozent. Dies entspricht 436.511 Bestattungen bei insgesamt 1.007.758 Todesfällen, davon 223.465 evangelisch und 213.046 katholisch Bestattete. 2020 war der Anteil erstmals unter 50 Prozent gesunken (49,7 Prozent), im Jahr 2000 waren es noch 71,5 Prozent.

Die vorliegenden Zahlen ergeben sich aus den Statistiken der Evangelischen Kirche in Deutschland sowie der Deutschen Bischofskonferenz, die von Aeternitas, der Verbraucherinitiative Bestattungskultur, ausgewertet wurden. Sie verdeutlichen den tiefgreifenden Wandel des Bestattungswesens in den letzten Jahrzehnten.

Immer mehr Trauerfeiern werden von weltlichen Trauerrednerinnen und -rednern begleitet, Traditionen und religiöse Bräuche verlieren an Bedeutung. Dies zeigt sich unter anderem auch am Trend zur Feuerbestattung. Über 80 Prozent der Verstorbenen werden hierzulande mittlerweile eingeäschert.

Eine Tabelle mit der Entwicklung der Zahl der kirchlichen Bestattungen seit dem Jahr 2000 stellt Aeternitas auf seiner Webseite zur Verfügung.



Foto: Aeternitas e.V.



32172301_002426



Eine Familientherapie ist immer dann sinnvoll, wenn Probleme nicht nur eine einzelne Person betreffen, sondern die ganze Familie und ihr Zusammenleben beeinflussen. Foto: Silvia Marks/dpa-mag

Familientherapie: Wann zahlt die Kasse?

Ein Teenager mit einer Essstörung, ein Vater mit Burn-out: Psychische Erkrankungen betreffen oft nicht nur den Menschen, der die Diagnose erhält. „Erkrankt jemand psychisch, geht es oftmals der gesamten Familie schlecht, nicht nur einer Person“, sagt Michael Stasch, Vorsitzender des Bundesverbands Psychoanalytische Paar- und Familientherapie in der Zeitschrift „Stiftung Warentest Finanzen“ (Ausgabe 12/2026).

Dann kann eine Familientherapie ratsam sein. Laut Stasch etwa dann, wenn das Problem eines Angehörigen eventuell durch die Interaktion in der Familie aufrechterhalten oder gar angestoßen wird.

Familientherapie bezeichnet allgemein eine psychotherapeutische Behandlungsform, bei der nicht nur einzelne Personen, sondern die Familie oder Teile der Familie im Mittelpunkt stehen.

Laut „Stiftung Warentest Finanzen“ gibt es zum Beispiel Formen wie die Psychoanalytische Familientherapie, die Verhaltenstherapeutische Familientherapie oder die Systemische Familientherapie. Ziel aller Formen der Familientherapie ist es demnach, belastete Beziehungen und problematische Interaktionen unter Familienmitgliedern zu verbessern.

Die Bezeichnung Familientherapeut ist aber kein geschützter Begriff. Ratsam sei, auf die Qualifikation der Behandelnden zu achten, etwa ein einschlägiges Hochschulstudium sowie eine Zusatzausbildung bei einer anerkannten Ausbildungseinrichtung.

Familientherapie kann individuell unterschiedlich aussehen. Geeignet ist sie allgemein für Familien, in denen das Zusammenleben durch Schwierigkeiten belastet ist. Aber auch bei familiären Umbrüchen, nach einschneidenden Ereignissen oder wenn ein Familienmitglied psychisch erkrankt, kann der Ansatz Familien helfen. Die Systemische Therapie, bei der das soziale Umfeld einbezogen wird, empfehlen Behandlungsleitlinien unter anderem bei Depressionen, Essstörungen oder Angsterkrankungen.

Einen Haken gibt es laut der Zeitschrift: „Grundsätzlich bezahlen die gesetzlichen Krankenkassen keine Familientherapie, sondern nur Einzelpsychotherapie.“

Eine Ausnahme ist die Systemische Therapie. Sie wird seit 2020 für Erwachsene und seit 2024 auch für Kinder und Jugendliche von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt. Voraussetzung ist eine diagnostizierte psychische Erkrankung. Behandelnde können in allen Sitzungen mehrere Personen dazuholen, sie findet dann zum Beispiel gemeinsam mit der Kernfamilie oder der erweiterten Familie statt.

Daneben gibt es Sonderfälle. So kann „Stiftung Warentest Finanzen“ zufolge bei der Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen jede fünfte Sitzung als Familien- und Elternsitzung genutzt werden. Die Krankenkasse finanziert das, sofern die Behandelnden den Bedarf begründen.

Wer eine Familientherapie ohne psychische Erkrankung in der Familie machen möchte oder eine Praxis ohne Kassenzulassung wählt, muss die Kosten in der Regel selbst tragen. Der Zeitschrift zufolge ist dafür meist mit 200 bis 300 Euro pro Doppelstunde zu rechnen.

Bestehen die Herausforderungen in der Familie nicht wegen einer psychischen Erkrankung, sondern etwa nach einer Trennung, bei Erziehungsproblemen oder allgemeinen Konflikten, gibt es aber auch spezialisierte, kostenlose Beratungsstellen. (dpa)

Ständige Sorge ums Kind: Was Eltern bei Ängsten hilft

Nach Gewaltverbrechen an Kindern kommen bei vielen Eltern oft ohnehin vorhandene Ängste und Sorgen mit großer Wucht hoch. Sie schicken ihr Kind morgens mit mulmigem Gefühl los, sind unruhig, während der Nachwuchs in der Kita oder Schule ist. Und am liebsten wüssten sie gern jederzeit Bescheid, wo ihr Kind ist. Was hilft, mit diesen Gefühlen umzugehen?



Sorgen um die Sicherheit von Kindern können nach schweren Verbrechen bei Eltern zunehmen. Foto: Annette Riedl/dpa/dpa-mag

GEFÜHLE ERNST NEHMEN, REALITÄT PRÜFEN

„Wichtig ist, dass Eltern wissen, dass solche Gefühle ganz normal sind“, sagt die Diplom-Psychologin Elisabeth Raffauf. „Es macht ja auch Angst, wenn man sich vorstellt, dass den eigenen Kindern so etwas passieren könnte. Diese Sorgen sind normal.“ Eltern sollten die eigenen Emotionen nicht wegdrücken: „Gefühle dürfen sein und die Gefühle brauchen einen Platz.“

Dazu gehört eine ehrliche Selbstprüfung. „Was genau löst die Angst bei mir aus? Wie stark sind meine Ängste?“ Die Psychologin empfiehlt außerdem, genauer hinzusehen: „Hat die Angst nur mit einem aktuellen Vorfall oder mit meinem Kind zu tun? Oder triggert sie zusätzlich etwas Vergangenes? Hatte ich selbst sehr ängstliche Eltern? Habe ich selbst etwas erlebt und möchte das meinem Kind verständlicherweise ersparen?“

Hilfreich sei zudem, die eigenen Gedanken zu teilen, „und zwar mit anderen Erwachsenen“, sagt Raffauf. Zugleich sei es wichtig, die Realität hereinzuholen: „Wie oft passiert so etwas? Wie hoch ist die Wahrscheinlichkeit?“

Die Psychologin empfiehlt zudem zu überlegen, welche Ansätze es gibt, um das eigene Sicherheitsgefühl zu stärken. Wie kann man zum Beispiel dazu beitragen, Kinder gut auf ihren Schulweg vorzubereiten und über Situationen aufzuklären, in denen sie von Fremden angesprochen werden? „Es ist wichtig, dass Kinder ganz grundsätzlich wissen, wie sie sich in solchen Situationen verhalten können und wo sie Hilfen finden können.“

OFFEN SPRECHEN, OHNE ANGST ZU MACHEN?

Wer Ängste und Sorgen empfindet, sollte vor den eigenen Kindern nicht so tun, als wäre nichts. „Kinder merken diesen Widerspruch“, sagt Raffauf. „Sie denken: Ich kenne doch meine Eltern, ich weiß doch genau, da ist irgendwas.“ Eltern müssten Ängste also nicht verbergen, gleichzeitig sollten sie sie Kindern nicht aufdrängen.

Die Psychologin rät: „Keine Bilder in deren Kopf entstehen lassen, die sie bislang gar nicht hatten, nichts ausmalen.“

Das ist oft ein Balanceakt. Eltern können aber zum Beispiel sagen: „Es passieren manchmal Dinge und für uns ist es absolut wichtig, dass du sicher bist. Lass uns noch mal gucken, wie wir das unterstützen können.“ Wichtig bleibt das Vertrauen in das Kind: „Kinder müssen ja auch eigenständig werden und müssen auch das Gefühl haben: 'Ich krieg das alleine hin'“, sagt Raffauf.

Aus diesem Grund bewertet die Psychologin auch GPS-Tracker fürs Kind differenziert, die viele Eltern einsetzen, um sich sicherer zu fühlen. „Das hat natürlich, wie vieles, zwei Seiten.“ Ein potenzieller Vorteil: Muss ein Kind einen ungünstigen Weg nehmen, wissen die Eltern zumindest, wo es ist. Die Kehrseite: „Dieses Gefühl der Selbstwirksamkeit wird durch diese Tracker geschwächt.“ Und im Ernstfall müsse ein Kind immer noch selbst reagieren. „Dann vermittelt das Tracken eher so eine Scheinsicherheit. Und das ist ein echter Nachteil.“

Ihr zufolge sollten Eltern solche Tools daher nur „sehr bewusst einsetzen und nicht ständig“. Sinnvoll könne es etwa auf bestimmten Wegen sein. Bei Freunden oder in der Freizeit sollten Kinder nicht überwacht werden.

WANN UNTERSTÜTZUNG SINNVOLL IST

Wenn Eltern das Gefühl haben, ihre Ängste nicht loszuwerden, egal, was sie versuchen, ist professionelle Unterstützung sinnvoll. „Wer etwa nicht mehr in Ruhe am Schreibtisch sitzen kann, während das Kind in der Schule ist, sollte, wenn es keine reale Gefahr gibt, sich sagen: Das muss ich noch mal mit jemandem besprechen.“, so Raffauf. (dpa)



32372101_002426

Anzeige

Anzeige

Wenn die Flusskreuzfahrt vor der Haustür beginnt

Ab oder bis Braunschweig, über Ostern oder zum Hamburger Hafengeburtstag: Vier besondere Reisen mit Fuhrmann Mundstock machen Lust auf Flussurlaub.

Direkt in Braunschweig starten

Braunschweig als Kreuzfahrthafen? Im März 2027 wird diese überraschende Vorstellung Wirklichkeit. Mit dem Boutiqueschiff MS Thurgau Saxonia lässt sich die Heimat vom Wasser aus neu entdecken. Persönliche Atmosphäre, entspannte Stunden an Bord und außergewöhnliche Routen machen die Kurzreisen für Flussliebhaber und neugierige Einsteiger gleichermaßen reizvoll.

Vom 16. bis 19. März 2027 heißt es direkt in Braunschweig „Leinen los!“. Die viertägige Reise „Elbidylle & Heidezauber“ bietet vorbeiziehende Landschaften und abwechslungsreiche Städte, die sich zu einer erholsamen Auszeit verbinden.

Die umgekehrte Perspektive bietet „Elbgenuss kompakt“ vom 14. bis 16. März 2027: Zwei Nächte an Bord laden dazu ein, das entschleunigte Reisen auf dem Wasser kennenzulernen.



Ostern auf dem Schiff

Genussvolle Ostern verspricht die Reise vom 26. bis 29. März 2027. Einer Hotelübernachtung in Antwerpen mit Stadtbesichtigung und Bierprobe folgen zwei Nächte auf dem Luxusschiff VIVA TIARA. Gourmetmenüs, ausgewählte Getränke und weitere Annehmlichkeiten des VIVA All-Inclusive-Angebots sorgen für entspannte Feiertage.

Auf zum Hafengeburtstag

Ein maritimer Höhepunkt folgt vom 1. bis 8. Mai 2027 auf der vollständig von Fuhrmann Mundstock gecharterten MS Johannes Brahms. Den krönenden Abschluss bildet der Hamburger Hafengeburtstag mit Zeit für eigene Entdeckungen und maritime Atmosphäre.

Ob kleine Auszeit nahe der Heimat, luxuriöser Ostergenuss oder Hafenfest: Jede dieser Reisen hat ihren eigenen Charakter.

Informationen und Buchung bei Fuhrmann Mundstock unter Telefon 0531 / 250 99 30 und auf www.fumu-reisen.de.

FUHRMANN MUNDSTOCK *Mein Reiseprofi*

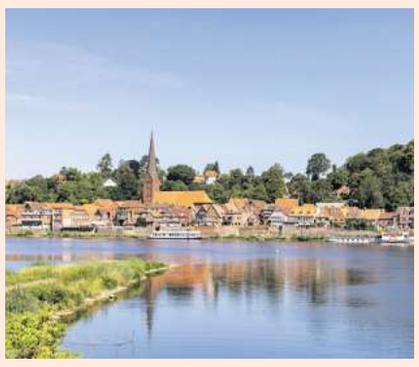
Auf zu neuen Reiseerlebnissen!

Entspannt und komfortabel reisen
im modernen Luxusreisebus

Bequem einsteigen
Zustieg auch in Braunschweig und Helmstedt

Haustürservice
Auf Wunsch holen wir Sie von zu Hause ab

Seit über 30 Jahren
ihr Reiseveranstalter aus Braunschweig



Deutschland — 4 Tage

Elbidylle & Heidezauber

Braunschweig - Uelzen - Scharnebeck - Lauenburg - Hamburg - Drochtersen

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Flusskreuzfahrt laut Reiseverlauf auf der ****MS Thurgau Saxonia
- 3 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Vollpension: Frühstücksbuffet, Mittag- und Abendessen
- Kaffee- und Kuchenempfang am Einschiffungstag
- Kapitänsempfang mit Begrüßungs-Cocktail
- Gepäckservice an/von Bord
- Tägliche Live-Musik
- alle Schifffahrtsgebühren
- Benutzung der Bordeinrichtungen
- durchgehende Reisebegleitung

Ausflugspaket zubuchbar: 70,- €

Termin
16.03. - 19.03.27

Preise pro Person

Hauptdeck 2-Bett-Kabine achtern:	**599,- €**
Hauptdeck 2-Bett-Kabine:	699,- €
Hauptdeck Einzelkabine:	925,- €
Oberdeck 2-Bett-Kabine:	799,- €
Oberdeck Einzelkabine:	999,- €

Reisecode: D-SAXBSDR6



Deutschland — 3 Tage

Elbgenuss kompakt

Tangermünde - Magdeburg - Braunschweig

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Flusskreuzfahrt laut Reiseverlauf auf der ****MS Thurgau Saxonia
- 2 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Vollpension: Frühstücksbuffet, Mittagessen und Abendessen (als Buffet oder Menü)
- Kaffee- und Kuchenempfang am Einschiffungstag
- Kapitänsempfang mit Begrüßungscocktail
- Gepäckservice an/von Bord
- Tägliche Live-Musik
- alle Schifffahrtsgebühren
- Benutzung der Bordeinrichtungen
- durchgehende Reisebegleitung

Ausflugspaket zubuchbar: 75,- €

Termin
14.03. - 16.03.27

Preise pro Person

Hauptdeck 2-Bett-Kabine achtern:	**399,- €**
Hauptdeck 2-Bett-Kabine:	489,- €
Hauptdeck Einzelkabine:	639,- €
Oberdeck 2-Bett-Kabine:	549,- €
Oberdeck Einzelkabine:	699,- €

Reisecode: D-SAXTBS6



Belgien & Niederlande — 4 Tage

Osterzauber in Antwerpen

Flussgenuss mit der VIVA TIARA

Leistungen

- An- und Abreise bis Antwerpen / ab Düsseldorf
- 1 x Übernachtung mit Halbpension im Pullman Antwerpen City Süd
- Stadtrundfahrt und Rundgang Antwerpen mit Bierprobe
- 2 x Übernachtung auf der MS VIVA TIARA
- VIVA All-Inclusive und Begrüßungssekt
- Vollpension (mehrgängige Gourmetmenüs) und Snacks
- ganztags ausgewählte Getränke an Bord
- täglich gefüllte Mini-Bar
- Bordreiseleitung und Busbegleitung

Solarbahn-Stadtrundfahrt zubuchbar

Termin
26.03. - 29.03.27

Preise pro Person

Hauptdeck 2-Bett-Kabine:	**659,- €**
Hauptdeck Einzelkabine:	949,- €
Mitteldeck 2-Bett-Kabine:	729,- €
Oberdeck 2-Bett-Kabine:	789,- €
Junior Suite:	ab 839,- €

Reisecode: NL-VIVATI6



Deutschland — 8 Tage

Von der Hauptstadt zum Hamburger Hafengeburtstag

mit der MS Johannes Brahms

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Gepäckservice an/von Bord
- 7 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Vollpension: Frühstücksbuffet, Mittag- und Abendessen
- Kaffee/Tee mit Kuchen (je nach Tagesprogramm)
- Begrüßungsgetränk und Mitternachtssnack
- Kapitäns-Dinner inkl. Abschiedsgetränk
- Unterhaltungsprogramm an Bord
- Nutzung aller Einrichtungen im Passagierbereich
- alle Hafensteuern und Schiffsgebühren
- durchgehende Reise- und Busbegleitung

Ausflugspaket zubuchbar: 250,- €

Termin
01.05. - 08.05.27

Preise pro Person

Hauptdeck 2-Bett-Kabine achtern:	**1899,- €**
Hauptdeck 2-Bett-Kabine:	1999,- €
Hauptdeck Einzelkabine:	2599,- €
Oberdeck 2-Bett-Kabine:	2399,- €
Oberdeck Einzelkabine:	2749,- €

Reisecode: D-JBBEHH6



Alaska & Kanada — 15 Tage

Die Wunder Alaskas DELUXE

mit der MS Nieuw Amsterdam (Holland America Line)

Leistungen

- Transfer zum/vom Flughafen
- Flüge Frankfurt - Anchorage und Vancouver - Frankfurt
- 1 x Ü/F in Anchorage downtown
- 2 x Frühstück und Abendessen in der Denali Lodge
- ca. 5-6 Std. Tundra-Wildnis-Tour inkl. Snack
- Fahrt mit der McKinley Explorer Bahn inkl. Mittagessen
- 7 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Vollpension an Bord mit Frühstück, Mittag- und Abendessen
- Getränkestation an Bord
- 3 x Ü/F im Mittelklassehotel in Vancouver
- Fuhrmann Mundstock Reisebegleitung ab 15 Teilnehmern
- uvm.

Landausflüge nicht inklusive!

Termin
12.08. - 26.08.27

Preise pro Person

Innenkabine:	**6579,- €**
Außenkabine:	7149,- €
Verandakabine:	7469,- €

Weitere Kabinenkategorien, Einzelbelegungen, Suiten etc. auf Anfrage buchbar

Reisecode: HAL-I759



Südamerika — 21 Tage

Südamerika DELUXE

mit der MS Nieuw Amsterdam (Holland America Line)

Leistungen

- Transfer zum/vom Flughafen
- Flug ab/bis Deutschland
- 2 x Ü/F in Santiago de Chile
- Transfers zwischen Flughafen, Hotel & Schiff
- 15 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Vollpension an Bord mit Frühstück, Mittag- und Abendessen
- Getränkestation an Bord
- Shows, Live-Musik und abwechslungsreiches Bordprogramm
- 2 x Ü/F in Buenos Aires
- Fuhrmann Mundstock Reisebegleitung ab 15 Teilnehmern
- uvm.

Landausflüge nicht inklusive!

Termin
31.10. - 20.11.27

Preise pro Person

Innenkabine:	**6699,- €**
Außenkabine:	7499,- €
Verandakabine:	7999,- €
Signature Suite:	9789,- €

Weitere Kabinenkategorien, Einzelbelegungen, Suiten etc. auf Anfrage buchbar

Reisecode: HAL-I778

Jetzt beraten lassen und buchen:

0531 - 250 99 30 oder im Reisebüro

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

Besuchen Sie uns im Internet

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

30510701_002426

Nachrichten aus Wolfsburg, Gifhorn, der Region und der Welt.

Alles Wichtige auf Ihrem neuen Tablet.





Ersparnis **264 €** zum UVP

Starke Leistung zum fairen Preis

Samsung Galaxy Tab A11+
zzgl. 1 € Einmalzahlung



Ersparnis **330 €** zum UVP

Premium Erlebnis für höchste Ansprüche

Apple iPad 11. Gen.
zzgl. 49 € Einmalzahlung

E-Paper inkl. AZ/WAZ+	**45,90 €** /Monat
+ Tablet ab	**1,00 €** /Monat
Ab nur	**46,90 €** /Monat

zzgl. Einmalzahlung ab 1 €

Zusätzlich 100 € Geldprämie sichern.

Entdecken Sie die neue E-Paper-App!

KI-generiert

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

Aller-Zeitung
Wolfsburger Allgemeine

rnd Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

31139601_002426

Studie warnt vor wachsender Belastung mit Ewigkeitschemikalien

Rückstände auch im Trinkwasser: Forscher haben Blutproben von mehr als 100 Menschen aus Europa untersucht. Dabei fanden sie in allen Fällen Spuren sogenannter PFAS-Verbindungen – einmal sogar auf Rekordniveau.

VON SVEN CHRISTIAN SCHULZ



Foto: Boom Photography / Pexels

Eine neue Studie der Freien Universität Amsterdam warnt vor einer Zunahme potenziell gefährlicher Industriesubstanzen im menschlichen Körper. Die Forscher untersuchten Blutproben von mehr als 100 Freiwilligen auf sogenannte Ewigkeitschemikalien. Viele der sogenannten per- und polyfluorierten Alkylverbindungen (PFAS) bauen sich in der Umwelt kaum oder nur über ausgedehnte Zeiträume ab.

In allen Proben fanden sich Spuren von vier langlebigen PFAS. Die Analyse, die eine Grünen-Europaabgeordnete beauftragt hatte, wurde in Brüssel veröffentlicht und liegt dem RedaktionsNetzwerk Deutschland (RND) vor.

Die nachgewiesenen PFAS-Konzentrationen lagen in etwa auf dem Niveau anderer Untersuchungen der Allgemeinbevölkerung. Besonders auffällig war jedoch die Verbindung Trifluoressigsäure (TFA): Sie kam bei allen Teilnehmenden vor, und ihr Medianwert lag vier- bis fünfmal höher als bei allen vier langlebigen PFAS zusammen. Laut Studie war es der bislang höchste beim Menschen ermittelte Wert.

TFA gelangt über Industrieabwässer, Kältemittel, bestimmte Arzneimittel und den Abbau von Pestiziden in die Atmosphäre und den Wasserkreislauf. Zudem reichert sich die Substanz in Böden an und kann so auch in Lebensmittel gelangen. Die Europäische Chemikalienagentur stuft TFA als fortpflanzungsgefährdend ein.

„Die Studienergebnisse zeigen die alarmierende, flächendeckende Belastung europäischer Bürgerinnen und Bürger mit PFAS“, sagte die EU-Umweltpolitikerin Jutta Paulus (Grüne) dem RND. „Gesundheitsschädliche Ewigkeitschemikalien haben in Kochgeschirr, Trinkwasser und Kleidung nichts zu suchen.“ Die Verursacher müssten für die Sanierung von Böden und Gewässern zur Kasse gebeten werden.

Bei 27 der 110 Teilnehmenden lag die Summe der vier besonders relevanten langlebigen PFAS über dem von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit angesetzten sicheren Wert. Bei Männern mit zunehmendem Alter stiegen sie deutlich. Höhere Konzentrationen fanden sich zudem bei Menschen, die häufig Fisch, Meeresfrüchte oder Fleisch aßen.

Gesundheitliche Folgen lassen sich aus den Daten zwar nicht unmittelbar ableiten. Besonders relevant ist die Belastung aber für Frauen im gebärfähigen Alter, weil PFAS die Entwicklung des Immunsystems ungeborener Kinder beeinträchtigen kann.

Angesichts der steigenden TFA-Konzentrationen in Trinkwasser und Lebensmitteln halten die Studienautoren eine engmaschige Überwachung für nötig – ebenso wie weitere Untersuchungen, um zu klären, über welche Produkte TFA in den Körper gelangt und welche Risiken davon ausgehen.

Gewinnen Sie Tickets für Paul Panzer in Wolfsburg!



Foto: © publiks

Gerade noch die Apokalypse überlebt – und schon wartet die nächste Herausforderung: In seinem brandneuen Programm „SCHÖNE NEUE WELT – welcome to hell“ nimmt Paul Panzer die Fassaden des Scheinbaren auseinander und fragt mit feinsinnigem Humor, wo die Menschheit wirklich steht. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Abend voller überraschender Gedanken und scharfem Witz und erleben Sie Paul Panzer live am Freitag, 11. Dezember 2026, um 20 Uhr im Congress Park Wolfsburg. Die Wolfsburger Allgemeine Zeitung, Aller-Zeitung und Peiner Allgemeine Zeitung verlosen 3×2 Tickets. Einfach den QR-Code scannen und auf unserer Gewinnspielseite registrieren.

Teilnahmeschluss ist der 23. November 2026 um 12 Uhr.

Wir wünschen Ihnen viel Glück!

31349601_002426

Schimmelgefahr: Wann und wie im Winter lüften?

Auch im Winter sollten die Fenster regelmäßig zum Lüften geöffnet werden. Denn bleibt die Feuchtigkeit von Kochen, Duschen, Wäschetrocknen und Co in der Wohnung, kann sie sich an Fenstern und Wänden niederschlagen und Schimmel begünstigen.

Aber auch ohne Schimmel kann das Raumklima ungünstig werden, denn wir geben beim Atmen Kohlendioxid (CO_2) ab. Ein abgestandener Geruch in den Wohnräumen bedeute oft eine Kombination aus zu hoher Kohlendioxid-Konzentration, menschlichen Ausdünstungen sowie Schadstoffen und Gerüchen aus Möbeln und Baumaterialien, erklären die Verbraucherzentralen. Die so belastete Raumluft kann Müdigkeit und Konzentrationsprobleme verursachen.

Also besser mehrmals am Tag und nach Bedarf lüften - besonders direkt nach dem Duschen oder Kochen, rät der Verband Fenster + Fassade (VFF). Dafür sollten die Fenster ganz geöffnet werden. Stoßlüften tauscht die Luft schneller aus als dauerhaft gekippte Fenster und kostet weniger Heizenergie. Sind gegenüberliegende Fenster vorhanden, sorgt gleichzeitiges Öffnen für besonders schnellen Luftaustausch.



Beim Querlüften entsteht ein Durchzug, der die Luft in wenigen Minuten komplett austauscht.

Foto: Franziska Gabbert/dpa-mag

Wie lange gelüftet werden sollte, hängt von der Außentemperatur ab: Bei Frost genügen etwa fünf Minuten, bei null bis zehn Grad rund zehn Minuten. Bei milderem Wetter kann das Fenster auch mal eine Viertelstunde offenstehen. Während des Lüftens sollten die Heizkörper heruntergeregelt und danach wieder wie gewohnt eingestellt werden. Auch bei Regen lohnt sich Lüften: Kalte Außenluft kann beim Erwärmen in der Wohnung zusätzliche Feuchtigkeit aufnehmen.

Die relative Luftfeuchtigkeit sollte möglichst nicht dauerhaft über 65 bis 70 Prozent liegen; in Ordnung sind den Verbraucherzentralen zufolge Werte von 40 bis 60 Prozent bei Raumtemperaturen von etwa 18 bis 22 Grad Celsius.

Ein Hygrometer hilft bei der Kontrolle der Luftfeuchtigkeit. Bleibt Schimmel trotz regelmäßigen Lüftens ein Problem, sollte die Ursache geprüft werden. Denn Lüften könne Baumängel nicht ausgleichen, erklärt der VFF. (dpa)

Hörgerät pfeift oder ist tot? Das können Sie nun probieren

Sie glauben, Sie hören nicht richtig? Ein Hörsystem kann in der Tat Störungen haben. Drei typische Fälle - und was dann zu tun ist:

1. DURCHS HÖRGERÄT IST GAR NICHTS ZU HÖREN

Das spricht das für ein Problem mit der Batterie. Die Bundesinnung der Hörakustiker (Biha) rät dann zum Check, ob das Batteriefach richtig geschlossen ist. Ist das der Fall, liegt das Problem bei der Batterie selbst, dann ist sie entweder leer, verrutscht oder herausgefallen. Dann bleibt nur, sie auszutauschen oder sie neu einzusetzen.

2. DIE LAUTSTÄRKE VERRINGERT SICH IMMER WEITER

Übeltäter ist dann womöglich Ihr Ohrenschmalz, wenn er Passstück oder Mikrofon verstopft. Probieren kann man dann, die entsprechende Teile des Geräts sanft mit einem Bürstchen zu reinigen. Hilft das nicht, ist eine professionelle Reinigung durch Hörakustiker oder -akustikerin angesagt.



Es pfeift, ist stumm oder klingt verzerrt? Bevor Sie zum Fachmann müssen, gibt es einige Tricks zur Selbsthilfe.

Foto: Boris Roessler/dpa/dpa-mag

Auch in diesem Fall kann ein Batterien-Check sinnvoll sein: Schwächelnde Batterien können sich durch eine geringere Lautstärke bemerkbar machen.

3. DAS HÖRSYSTEM PFEIFT

Autsch, fiese Störgeräusche fluten das Ohr? Das kann schlichtweg daran liegen, dass man beim Einsetzen des Systems links und rechts vertauscht hat. Die beiden Geräte sind nämlich unterschiedlich programmiert - und auch anatomisch auf die jeweilige Seite abgestimmt.

Pfeift es auch mit dem richtigen Gerät im Ohr immer noch, kann das für einen Defekt von Ohrpassstück oder Schallschlauch sprechen - ein Fall für den Hörakustiker. Übrigens kann auch zu viel Ohrenschmalz im Gehörgang zu Störgeräuschen führen, weil der Schall zurück ins Mikrofon geworfen wird.

PROBLEME VERMEIDEN MIT GUTER PFLEGE

Damit Hörsysteme lange halten, sollte man sie gut behandeln. Dazu gehört, sie lieber nicht in der Nähe der Heizung aufzubewahren. Wärme kann der empfindlichen Technik schaden, warnt die Biha. Ebenso Wasser, weshalb Baden, Schwimmen und Duschen mit den Helfern am Ohr tabu ist.

Noch ein Tipp: Cremes, Parfüm und Haarspray benutzt man lieber, bevor man das Hörsystem anlegt. So lässt sich vermeiden, dass die Produkte etwa die Mikrofoneingänge verstopfen. (dpa)

BLACKWEEK
ab Montag: 23.11. – 30.11.
20%*
auf Lagerware: Designbeläge, Gardinen, Plissees, Parkett, Teppichböden, ...

L&P FACHMARKT
BODENBELÄGE | SONNENSCHUTZ
Hamburger Straße 77
38518 Gifhorn
Mo – Fr.: 8:30 – 18:00 Uhr
Sa.: 9:00 – 14:00 Uhr
Unser Service: Ausmessen, Beraten, Nähen, Dekorieren, Verlegen, Parkett schleifen ...

* Gilt für Lagerware, nur für Neuaufträge im Aktionszeitraum. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Gilt nicht für Dienstleistungen. Verwaltung: Gutenbergstraße 12, 24941 Flensburg

32329901_002426

STELLENANGEBOTE

Die moderne Fliesenausstellung mit Verlegung



Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort einen
Fliesenleger, Fliesenlegerhelfer** und **Bauhelfer (m/w/d)
Melden Sie sich gerne persönlich, telefonisch oder per E-Mail
***Fliesen Bäumann** – Meister-Fachbetrieb*
Telefon 0 53 78 / 434
Dorfstr. 92 H · 38524 Neudorf-Platendorf · info@Fliesen-Baeumann.de
Fliesenaustellung geöffnet: Mo. - Fr. 9 - 13 Uhr und 15 - 18 Uhr
32557801_002426

Dein Job in Gifhorn und Region
lokalboten.de
#1 für Zustelljobs
Freie Stellen in
- Brome
- Leiferde
- Parsau
- Calberlah
- Rühen
- Gifhorn
- Isenbüttel
- Neudorf-Platendorf

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)
30785501_002426

Schülerjob gesucht?
Zeitung austragen & Geld verdienen
Komm zu uns!
bewerben und arbeiten bei der WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH
freie Gebiete:
Wilsche
Adenbüttel
Rötgesbüttel
Meinersen
Leiferde
Müden
einfach bewerben:
online, telefonisch (0800 1234 399)
oder über **WhatsApp**
hallo GIFHORN wochenende

MINI– UND NEBENJOBS

Suchen Fahrer für Kurierdienste FS Kl. B, in Wolfsburg u. Umgeb. 30-40h Festeinstellung od. Minijob auf 603€ Basis mögl. 13,90€/h, Kontakt Express-Kurierdienst Streibel ☎ 0160 810 16 02

STELLENGESUCHE

Liebevolle, erfahrene Altenpflegerin sucht Aufgabe in der 24-h-Seniorenbetreuung. Haushalt, Pflege, Betreuung alg. 015 901 489 862

Ausgebildeter Gärtner auf Jobsuche (Unkraut, Rasen, Heckenschnitt, Entsorgung etc.) ☎ 0176 71226091

Achtung Stellensuchende
Legen Sie Bewerbungen keine Originalzeugnisse oder andere wichtige Papiere bei, deren Verlust oft unersetzlich ist. Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.
Ihre Anzeigenabteilung

BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

ER SUCHT SIE

Er sucht Sie immer noch... die Gifhornerin von vor 2 J. vom MG Alexander. Deine Freundin war dabei. Die eingegebene ☎Nr. war nicht gespeichert Kann dich nicht vergessen u. hoffe die Anzeige kommt an. Bin der GV vom Schweriner See ☎ 01511/5520212

Er, 61, sucht Sie für die Zukunft ☎ 0176/41074322

FREITZEIT / 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

KONTAKTBÖRSE / EROTIK

Sexy Maria, ältere Herren willkommen, auch Hausbesuche, Tel. 0176-32550503, nur Wolfsburg

hallo wochenende
erscheint jeden Sonnabend/Sonntag
Verlag: Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG
31224 Peine, Werderstraße 49
Internet:
www.hallogifhorn.de, www.hallowob.de
Geschäftsführer:
Carsten Winkler, Lars Rehmann
Redaktionsleitung: Melanie Stallmann
Redaktion Gifhorn:
38518 Gifhorn, Michael-Clare-Str. 3
E-Mail: redaktion@hallogifhorn.de
Redaktion Wolfsburg:
38440 Wolfsburg, Porschestraße 74
E-Mail: redaktion@hallowob.de
Anzeigen-Annahme
hallo Gifhorn und hallo Wolfsburg
Tel. (08 00) 1234-906
*kostenlose Servicenummer
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Carsten Winkler
Zustellung:
WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH
August-Madsack-Str. 1, 30559 Hannover
Unter www.hallowochenende.de können Sie uns ganz einfach melden, wenn Sie die Zeitung nicht erhalten haben.
Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg
Gültige Preisliste im Internet:
www.waz.mediadaten.online/anzeigenblaetter
Erfüllungsort und Gerichtsstand ist für das Mahnverfahren und im Verkehr zu Vollkaufleuten Hannover.
Leserbriefe: Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernommen. Rücksendungen nur, wenn Porto beiliegt.
BVDA Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter
Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis » bitte keine kostenlosen Zeitungen an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de
15718701_002426

Zäune und Tore aus Polen.
- feuerverzinkt & pulverbeschichtet.
Schmiedeeisen, Doppelstabmattenzäune, E-Antriebe u.v.m.
Günstige Preise. Kostenlose Beratung & Vermessung vor Ort.
Firma Goldhammer ☎ 015251522210
www.goldhammer-zaune.eu
30397101_002426

Tierarztpraxis Müden
Wir sind umgezogen.
Die Pferde- und Kleintierpraxis Müden begrüßt Sie ab sofort an unserem neuen Standort in der **Triftstraße 2, 38539 Müden** unter neuer Leitung von Frau Petra Mogck. Wir freuen uns darauf, Sie und ihre tierischen Begleiter bei uns begrüßen zu dürfen.
Tierarztpraxis Müden ☎ 05375/7272

GESUNDHEIT

SALZGROTTE WOLFSBURG
Aufatmen! Auch orig. Thaimassage & Naturheilpraxis
Röntgenstr. 83 • 0 53 61 - 84 86 459
www.salzgrotten.eu
TIPP: LAVITA & Hydrojet!
19258601_002426

Mobile Fußpflege ☎0176-70361205

REISEMARKT DEUTSCHLAND

Ostseeheilbad Zingst, Komfort FeWo ☎ 038232/80341, www.luetten-kulli.de

UNTERRICHT

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

VERSCHIEDENES

Sammlergemeinschaft Kauft Münz- und Briefmarken-Sammlungen ob Groß oder Klein, ob DM oder € Ausgaben. Ich komme zu Ihnen ☎ 0174 184 3026

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

Kaminh. Buche abgel. 5 Kartons a 25Kg. 135€, 15€ Lief. ☎ 0171-4136625

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

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

Kaufe PKW, LKW, Wohnmobile, auch Unfall
E-Mail:
hirsch-rudolf@web.de
Tel. 0171-7777742
21067101_002426

VW

VW T5, Caravan mit 8 Sitzen, Diesel, sehr gepflegt, Garagenwagen, Bj. 2005, 4.500 €. ☎0157/34765609

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

vespa
Bei Ihrem Vertragshändler
Küttner · Gifhorn
Schillerplatz 7 · Telefon (0 53 71) 43 44
www.kuettner24.de
19636401_002426

KFZ GESUCHE

PKW KAUFGESUCHE

Unfall +Totalschäden – Gebrauchtwagen –
VW, Audi, Opel, Ford, MB, Japaner, Skoda, Busse usw., Bj. 2004 – 2026
ZAHLE HÖCHSTPREISE
☎ (05365) 88 66 F. H. Autohandel
4855801_002426

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

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

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Roller, Mopeds, Motorräder, Aufsitzmäher gesucht. Auch defekt. 05121/2068883

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

WOHNMOBILE / –WAGEN

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



Helfen Sie mit einer Fledermaus-Patenschaft!
NABU.de/fledermaus-pate
E-Mail: paten@NABU.de

1× 2 exklusive Emotional Seats für das Eishockeyspiel der Grizzlys Wolfsburg gegen die Nürnberg Ice Tigers zu gewinnen



Foto: Moritz Eden/City-Press GmbH

Tickets für diese außergewöhnlichen Plätze gibt es nicht zu kaufen, aber zu gewinnen! Die Plätze bieten ein exklusives Live-Erlebnis direkt an der Eisfläche. Erleben Sie die Geschwindigkeit, Spannung und Intensität des Grizzlys-Spiels so nah wie nie zuvor – für zwei Personen und mit bester Sicht auf das Geschehen. Für das Spiel der Grizzlys Wolfsburg gegen die Nürnberg Ice Tigers am Freitag, 27. November 2026 um 19:30 Uhr verlosen die Wolfsburger Allgemeine Zeitung, Aller-Zeitung und Peiner Allgemeine Zeitung 1x2 Tickets So sichern Sie sich Ihre Chance auf dieses besondere sportliche Highlight:

Scannen Sie den QR-Code und hinterlassen Sie auf unserer Gewinnspielseite Ihre Kontaktdaten.

Teilnahmeschluss ist der 23.11.2026 um 12 Uhr.

Wir wünschen viel Glück!

30354701_002426

Sie haben die Wahl

– Es gibt kleinformatige Wochenblätter, aber auch großformatige Wochenblätter

– Es gibt billige Wochenblätter, aber auch preiswerte Wochenblätter

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

Was wollen Sie mehr?
hallo wochenende

31555901_002426
Jetzt zwei Wochen gratis testen:
AZ Digital mit neuer E-Paper-App.
Rätsel wie im Web: Mit Tipps, Hinweisen und Zurücksetzen
AZ E-Paper


E-Paper-App mit neuen Funktionen
KI-modifiziert
Mehr Informationen auf abo.WAZ-online.de/zweiwochen
Oder telefonisch unter 0800 12 34-902
Aller-Zeitung AZ
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland
29792101_002426

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

!!Seriöser Ankauf!!
Pelze, Krüge Römergläser, Handtasch., Porzellan, Damenbekleidung, Näh-Schreibma., Schmuck, Zinn, Münzen, Möbel, Bleikristall, Schallpl., Bücher
☎01636248911 Frau Kahl auch Sa/So
30772201_002626

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

MUSIK

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

GARTEN

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN
Seit über 27 Jahren alles rund ums Haus von A–Z. Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11
25215601_002426

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

Kindermann Gartenpflege
Strauch- und Heckenschnitt, Baumschnitt und Fällung, Rodungen, Pflasterarbeiten, Zaunbau, Gartengestaltung uvm. Rufen Sie jederzeit an.
☎Tel. 0152 24 93 48 37

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

KUNST– UND SAMMLERMARKT

Modelleisenbahn aller Art von Sammler gesucht ☎ 01575 8919194

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

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

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

HOBBY UND FREIZEIT

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

KAMINE / SAUNA

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

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

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

DIENSTLEISTUNGEN

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

Bin gelernter Elektriker und repariere alle Haus-, Gartenelektrik und Leitungen ☎ (0177) 4030444

Dachsanierung, Isolierungen, Fassaden/Verkleidung, Reparatur, Dachrinnen, Garage, Carport, (0157) 33370799
31340201_002426

Maler hat Termine frei, Fassaden und Holzanstriche, Innen- und Außenarbeiten. ☎0163/2051299

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

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

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

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

Der Gärtner
Baumfällung, Pflastern, Zaunbau, Gartenpfl., Heckenschnitt. 0157/50283769

Gartenarbeiten, Bäume-Hecken Schneiden, Rollrasen ☎01707744244

Toktaruk Glas-Fensterreinig. Gardinenreinig. ☎(05361) 1810211

PLATE UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestr. 4 · 38112 Braunschweig
Kostenlose Servicenummer
0800-0400666
info@plate-umzuege.de
32211501_002426

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

Trockenarbeiten, Dachgeschossausbau, Malerarbeiten und Sanierungen. Tel. 0177-4030444

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

BBB Entrümpelungen
Alles aus einer Hand, innerhalb 24 Std., Nachlassräumungen mit Anrechnung, Entrümpelungen jeder Art auch Extremfälle mit Grundreinigung, Tapeten und Bodenbelagsentfernung, Renovierungsarbeiten zu Sonderpreisen.
Telefon (05 31) 2 50 89 00 oder 01 60 / 6 45 91 41
BBBBuesing@gmx.de
Inh. U. Büsing
31508201_002426

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

Dachdecker aus der Region hat kurzfristig Termine frei. ☎0163 2045605

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

Dachdecker bietet: Flachdach & Dachrinnenabdichtung, Holzanstrich. uvm. Tel: 0152/18590189

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

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

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

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

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

Älterer Handwerker übernimmt Renovierungen Anstriche, Putz, Feuchtraum und Schimmel ☎0152/16611045

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

Dach& Bau Schuller betreib hat noch Te frei, auch Kleinaufträge. ☎0531/37957766

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

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

Dachdeckermeister, T. Müller Dachreparaturen, Dachrinnen, Flachdachabdichtungen, Wohnraumdachfenster u. Sturmschäden. Meinersen (05372) 6709

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

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN

NEUBAUPROJEKT SCHWÜLPER · HANS DREWES
INFOTAG: So, 22.11. von 11-15 Uhr
Im Brink 57, 38179 Groß Schwülper



Architekturvisualisierung. Abbildungen ähnlich. Gebäude Baujahr 2026/2027. Energieträger für die Heizung: Strom mit Luft-Wärme-Pumpe.

Wohnung	Zi.	Wfl.	Außenflächen	Preis
B2 (EG)	3	81,22m²	**Terr. + 165m² Garten**	319.900€
B3 (EG)	3	79,95m²	Terr. + 164m² Garten	319.900€
B7 (Penthouse)	3	93,18m²	33m² Süd-Dachterr.	419.900€
B8 (Penthouse)	**4**	**97,50m²**	33m² Süd-Dachterr.	439.900€

Alle Wohnungen durchgängig barrierefrei, Fußbodenheizung, bodentiefe Fenster, 1 Pkw-Stellplatz, direkt am Haus, Kellerersatzraum, PV-Anlage für Allgemeinstrom, Energieeffizienzklasse A+. Grundrisse und Ausstattung anpassbar.
Das Projekt: 8 Eigentumswohnungen in ruhiger Lage neben der ehemaligen VW-Villa. Erstbezug vorauss. Juli 2027. Gehobener Wohnkomfort, barriere frei mit Aufzug. Massive Bauweise mit hohem Wärme-, Schall- und Brandschutz. KfW-55-Effizienzhaus mit ggf. Förderfinanzierung bis 100.000 € je Wohnung.


Ihre Ansprechpartnerin vor Ort in Schwülper:
Architektin Ina Drewes
015115131771 i.drewes@hans-drewes.de
Alternative Termine vor Ort jederzeit möglich!
31871501_002426

Von Privat an Privat: ETW im östlichen Ringgebiet von Braunschweig, etwa 65qm, 3.200€ /m², ☎01609/1825716

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

HÄUSER

7 Zimmer | 157 m² | 249.900,- €



Festpreis Impuls 157
Wärmepumpe, Sicherheitsfenster 3-fach verglast, Rollläden, Gästezimmer im EG, inkl. Ausbaureserve, Drempel 1,31 m
☎ 0531/877040
Westermann Massivhaus GmbH, 38122 BS, Steinberganger 2
31508301_002426

ANLAGEOBJEKTE

Pflegeimmobilie im Zweitmarkt – sofortige Miete! Vermietetes Pflegeapartment in der Pflegeeinrichtung Mein Zuhause Heiligendorf, Wolfsburg. Mietrendite 4,0 %, Kaufpreis 191.889 €. Rendite Residenz, Tel.0521/55737602, www.renditeresidenz.de

IMMOBILIENKAUF–GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Schöne 3-4 Zimmer ges.
Prokurist und seine Frau suchen großzügige Wohnung zum Kauf mit Balkon und ggf. Stellplatz in Wolfsburg. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Gesucht mit Balkon
Paar sucht gemeinsame Wohnung zum Kauf mit 2-3 Zimmern, ab 80m². 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

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

HÄUSER

Mit schönem Garten ...
Paar mit 2 Kindern (4 und 7 J.) suchen gepfl. Haus ab 120m² Wfl. in ländlicher Lage mit Garten und Terrasse. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Raum Osloß gesucht
Gemütl. Haus, Haushälfte oder Reihenhaus ab 100m² Wfl. von Ehepaar und dem 9-jährigen Finn gesucht. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Suche EFH/ EG in ETW,
bis max. 260.000€, im LK GF, nur von privat ☎ 0176/51610153

Haus im Raum GF gesu.
Ehepaar erwartet Nachwuchs und sucht Haus, DHH oder großes RH mit mind. 4-5 Zimmern und Garten. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

In Meine u. Umgebung
Ehepaar sucht Haus, DHH oder RH bis max. 250.000,- in Meine, Abbesbüttel o.ä. Lage. Auch z. Renovieren. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

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

Großes Haus gesucht
Leitende Beamtin u. Lehrer suchen für sich und die Kinder neues Zuhause mit mind. 5-7 Zi, gern mit Garten. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

IT-Berater sucht ...
Top gepfl. Haus oder Bungalow mit guter Ausstattung und Garten in ruhiger Wohnlage von WOB +/- 10km. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

ANLAGEOBJEKTE

Mehrfam.haus gesucht
Solventer Kaufinteressent sucht MFH mit 6-8 Einheiten, auch ältere Substanz, mit Entwicklungspotenzial. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

GRUNDSTÜCKE

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

MIETANGEBOTE

1 ZIMMER / APPARTEMENT

1 Zi.-Whg. in Danndorf, 36m², EBK, KM 300€+ NK ☎ 0170/6899022

2 ZIMMER

2 Zi.-Whg., 65m², Parterre (1 Stufe), EBK, in GIF. ☎ 0177/3775683

2-Zi.-Whg. in WOB, 50m², 460,-€ KM + NK + Kt. ☎ 0160/4367428

2 Zi.-Whg. in Danndorf, 72m², EBK, Blk., KM 535€+ NK ☎ 0170/6899022

3 ZIMMER

3 Zi.-Whg. in Danndorf, 98m², EBK, gr. Dachterrasse, Gartennutzung, 650€ KM + NK ☎ 0170/6899022

Gifhorn Süd, 3 Zi., 92m², Küche, Bad, Abstellraum, Keller, Balkon, 550€ KM + NK, PKW-EP, 80,9 kWh. Mo-Fr. 8:30-11:30 Uhr. ☎ 05371/3975

Lichtdurchflutete 3 Zi.-Whg., im Herzen von Gifhorn, 2. OG, frisch saniert und modernisiert, Balkon, EBK, Dusch-Wanne, Parkettboden, GEH, 1.050€ KM. ☎ 0152/08869192

GARAGEN / EINSTELLPLÄTZE

2 Garagen in GF-Innenstadt trocken & sicher zum 01.12.26 0162 4144580

Garage i. Danndorf frei. 0170/6899022

ANDERE MIETANGEBOTE

Single Wohnung 50 qm. in Tülau ab 01.12.2026 frei, ☎ 05833-1835

MIETGESUCHE

ANDERE MIETGESUCHE

Su. Haus od. Whg., zur Miete, im Raum WOB. ☎ 0172/6291241

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

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

ANZEIGE

Cholesterinsenker

Warum machen sie uns **MÜDE** und **ERSCHÖPFT?**



Sie nehmen cholesterinsenkende Medikamente ein und fühlen sich oft müde und erschöpft oder haben Muskelbeschwerden? Das steckt dahinter ...

Fast acht Million Deutsche nehmen aufgrund eines zu hohen Cholesterinspiegels Statine (cholesterinsenkende Medikamente) ein. Diese reduzieren das Risiko zahlreicher Herzkreislauf-Erkrankungen. Wie bei fast allen Arzneimitteln kann es aber auch bei Statinen – neben deren positiver Wirkung – zu unerwünschten Begleiterscheinungen kommen. So kann eine Statintherapie etwa von anhaltender Erschöpfung, dem Gefühl ständiger Müdigkeit oder auch muskulären Problemen begleitet sein. Aber woran liegt das?

ZU WENIG COENZYM Q10!

Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern ungewollt auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Im Gegensatz zu dem überschüssigen Cholesterin ist dieser Stoff lebenswichtig für unseren Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – besonders von Herz und Muskulatur. Ist zu wenig davon vorhanden, kann es zu den oben genannten Begleiterscheinungen kommen.

ZUSÄTZLICHER ABBAU

Die Grundproblematik: Auch mit zunehmendem Alter nimmt der körpereigene Coenzym Q10 Spiegel ab.



Bereits mit 40 Jahren reduziert er sich bei Männern wie Frauen um rund ein Drittel. Patienten, die Cholesterinsenker verschrieben bekommen, trifft es also gleich doppelt. Immer mehr Kardiologen empfehlen daher, neben den Cholesterinsenkern zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen.

In den USA ist diese Kombination längst gängige Praxis. Nicht zuletzt deshalb ist Coenzym Q10 eines der meistgekauften Nahrungsergänzungsmittel überhaupt.

SINNVOLLE ERGÄNZUNG

Kunden der Apotheke vor Ort vertrauen hier vor allem auf das meistverkaufte Produkt Dr. Böhm Coenzym Q10.* Nur eine Kapsel davon liefert die empfohlene Tagesdosis von 100 mg. Es ist in seiner Zusammensetzung einzigartig und überzeugt Ärzte wie auch Apotheker unter anderem durch folgende Punkte:

• **Bioverfügbarkeit**
Da Coenzym Q10 fettlöslich ist, wurde der Nährstoff in den Kapseln von Dr. Böhm® in Öl gelöst. Nur so kann es vom Körper gut aufgenommen werden. Man kennt dies auch vom Karottensaft, den man immer mit ein paar Tropfen Öl verfeinern sollte, um das enthaltene Vitamin A besser aufnehmen zu können.

• **Höchste Qualität nach Arzneimittelstandards**
Wie alle anderen Dr. Böhm®-Produkte werden auch die Coenzym-Q10-Kapseln nach höchsten Arzneimittelstandards produziert – keine Selbstverständlichkeit. So können Sie auf die Sicherheit und Qualität des Produktes vertrauen.

Gestalten Sie Ihre Statin-Therapie sinnvoll mit der Ergänzung Dr. Böhm® Coenzym Q10.

*Absatz stationäre Apotheke Coenzym Q10; Insight Health DE seit 06/2026

FRAGE an den Experten


Dr. Christine Kiesel Allgemeinmedizinerin

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. Für die Energieproduktion von Herz und Muskeln liegt die überzeugendste Studienlage eindeutig für Ubichinon vor.

Achten Sie beim Produktvergleich auf diesen wichtigen Unterschied.

PRODUKT-TIPP
DIE ERGÄNZUNG ZU CHOLESTERINSENKERN

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 €

31257401_002426

Black Deal

Jetzt 50 %-Angebot sichern!

12 Monate AZ/WAZ Digital

je Monat nur

22,95 €

Anschließend gilt der reguläre Preis.



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

abo.WAZ-online.de/blackdeal26

Aller-Zeitung
Wolfsburger Allgemeine

AZ WAZ

rnd Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

32102601_002426