hallo WOLFSBURG wochenende

AZ WAZ

Jetzt App downloaden!

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland rnd

03 ❖ 47. Jahrgang · 10. Januar 2026 www.hallowob.de Zustellung (0800) 1234-909 · Geschäftskunden (05361) 200 -163/-130 · Kleinanzeigen (0800) 1234-906 · Redaktion (05371) 808-122

Besucherrekord im Planetarium Wolfsburg

Im Jahr 2025 kamen erstmals **mehr als 70.000 Interessierte**

Wolfsburg. Ein bedeutender Moment für das Planetarium Wolfsburg: Zum ersten Mal seit der Eröffnung im Dezember 1983 hat das Haus die Marke von 70.000 Besucherinnen und Besuchern in einem Jahr überschritten – ein Rekord, der die wachsende Bedeutung des Planetariums als überregionalen Ort der Bildung und Kultur eindrucksvoll unterstreicht.

Bildungsangebote für Kinder

„Wir bringen die Faszination des Universums zu den Menschen", erklärt Eileen Pollex, die Geschäftsführerin des Wolfsburger Planetariums. „Es ist überwältigend zu sehen, wie viele Menschen unser Planetarium in diesem Jahr besucht haben. Der diesjährige Rekord ist der schönste Beweis dafür, dass die Arbeit des gesamten Teams sich lohnt und das Planetarium einen immer größeren Stellenwert in der Gesellschaft einnimmt.", so Pollex weiter.



Planetarium Wolfsburg: Das informative Weltraumlabor im Eingangsbereich wurde in diesem Jahr neu entwickelt und von Oberbürgermeister und Geschäftsführung eingeweiht. FOTO: JANINA SNATZKE

Besonders beliebt waren auch in diesem Jahr die vielfältigen Bildungsangebote für Kita- und Schulkinder aus der gesamten Region. „Expedition im Sonnensystem – mit Blue-Bots auf Spurensuche" nimmt Vorschulkinder auf eine spielerische Reise durch Planeten und Monde. Mit den kleinen „Blue Bots" lernen Kinder ab fünf Jahren, die Fahrzeuge zu steuern und erste einfache Programme zu erstellen. Darüber hinaus hat das Planetarium gleich weitere

Fortsetzung Seite 2

Helios Klinikum Gifhorn

Unsere Klinik für Geburtshilfe

Der sichere Raum für *dieses* *eine Gefühl.*



Es ist uns ein persönliches Anliegen, Sie bestmöglich auf Ihre neue Rolle als Eltern vorzubereiten. Daher stehen unsere erfahrenen Hebammen, Pflegefachkräfte, Still- und Laktationsberater:innen IBCLC sowie Ärzt:innen Ihnen vor, während und nach der Geburt gern mit Rat und Tat zur Seite.

Unsere Elternschule: Angebote und Anmeldung

- Rückbildungskurse, **neu im Programm!**
- Geburtsvorbereitungskurse, **ab sofort regelmäßig!**
- Yoga für Schwangere, **neue Kurse verfügbar!**
- Infoabend für werdende Eltern
- Babymassage
- Stillvorbereitungskurse mit oder ohne Partner
- Milchcafé (für stillende und nicht stillende Mütter)
- Stillambulanz

Wir unterstützen Sie gern vor, während und nach der Geburt!

3256501_002426

Besucherrekord im Planetarium

Fortsetzung von Seite 1

neue Formate erfolgreich ins Leben gerufen worden: Sowohl „Babies in the Dome“ als auch „Sternzeit“ haben neue Besuchergruppen begeistert und das Publikum erweitert. Ein weiterer Meilenstein in diesem Jahr war die Neugestaltung des Weltraumlabors im Eingangsbereich des Planetariums. Seit Mitte des Jahres arbeiten die Wobcom und das Planetarium gemeinsam daran, das Weltraumlabor optisch, technisch und inhaltlich zu modernisieren. Neben der Erneuerung der Technik bilden drei brandneue Spiele das Herzstück der Kooperation – entwickelt von den Auszubildenen der Wobcom. Auf diese können sich Besucherinnen und Besucher die Wartezeit vor den Vorstellungen noch angenehmer und informativer gestalten.

Kooperation mit der Wobcom

Mit seinen vielfältigen Programmen und der engen Zusammenarbeit mit Bildungseinrichtungen will das Planetarium Wolfsburg seine Rolle als zentraler Ort der Wissensvermittlung weiter stärken. Das Planetarium befindet sich am Uhlandweg 2 in Wolfsburg. Weitere Infos wie auch den Ticketshop gibt es im Internet unter www.planetarium-wolfsburg.de.



Erbbaurecht: Reform mildert drastische Erhöhung ab

Stadt und Kommunalpolitik erhoffen sich Investitionsanreize und Vertragsverlängerungen

Wolfsburg. Der Wolfsburger Rat hat eine Erbbaurechtsreform beschlossen. Der Vorschlag der Stadtverwaltung aus dem September wurde in der politischen Debatte modifiziert und mündete in einer Vorlage. Hintergrund ist, dass zahlreiche Erbbaurechtsverträge im Wolfsburger Stadtgebiet in den kommenden Jahren auslaufen.

Von 8.000 Erbbaurechten laufen in den nächsten Jahren 75 Prozent aus, darüber hatte die Stadt Wolfsburg im Strategieausschuss im September 2025 informiert. Sowohl Eigenheimbesitzer als auch Inhaber von Gewerbeimmobilien sind betroffen. Hätten die Erbpachtnehmer zu den alten Konditionen verlängert, wären starke Mehrbelastungen auf sie zugekommen, die nun abgemildert werden.

Bei Verlängerung eines Erbbaurechts hätten Eigentümer einen Erbbauzins von fünf Prozent des Bodenrichtwertes zahlen müssen. Um Betroffene zu entlasten und auch Investitionsanreize, unter anderem in der Porschestraße, zu schaffen, wurde angepasst: Der Mindestsatz beträgt 1,5 und der Höchstzinssatz fünf Prozent im Jahr - gekoppelt an den Zinssatz der Deutschen Bundesbank für gesicherte Wohnungsbaukredite. Kalkuliert wird mit einem Abschlag im Bereich Wohnen um einen Prozentpunkt. Um einen Inflationsausgleich zu gewährleisten, wird die Wertsicherung gestaffelt: Erstmals nach zehn Jahren, danach alle fünf Jahre. Zu dem komplexen Thema machte Ralf Krüger (SPD/Ratsfrau Broedermann) vor der Abstimmung im Rat eine Reihe von Ausführungen. Beim Thema Wohnen gehe es um 6.200 Erbbaurechte, ein großer Teil davon aus den 1950er- und 60er-Jahren. „In dieser Zeit wurden Erbbaurechte übergeben, um Häuslebauer dabei zu unterstützten, Wohnraum zu schaffen“, so Krüger.



Wohn- und Geschäftsgebäude stehen in der Wolfsburger City oft auf Erbbaugrundstücken. Durch die Reform sollen Investitionsanreize geschaffen werden. FOTO: BRITTA SCHULZE

In der Frauenteichstraße gelte laut Tabelle der Stadtverwaltung aktuell der Erbpacht-Zins von 169 Euro im Jahr, dieser hätte sich ohne Gegensteuern auf 4.700 Euro verteuert. „Das ist sicherlich das krasseste Beispiel“, räumte Krüger ein. Jetzt seien es immerhin noch rund 3.000 Euro.

Auch ein Beispiel für den Geschosswohnungsbau nannte er und wies auf die Eisenacher Straße hin. Für die Immobilie auf dem 13.000 Quadratmeter großen Grundstück muss ein Erbbauzins von 12.753 Euro gezahlt werden, wäre die alte Regelung beibehalten worden, hätte sich dieser Betrag auf 74.000 Euro erhöht. Nach den Anpassungen liegt der Betrag bei 37.000 Euro.

Der aktuelle Beschluss mildere zwar das ganze ab, es seien aber dennoch hohe Beträge, die auch Auswirkungen auf die Mieten hätten, so Krüger. Seine Fraktion sehe daher weiteren Handlungsbedarf und werde in Zusammenhang stehende Beschlüsse im Landtag beobachten.

„Ja, es wird teurer“, sagte Andreas Klaffehn (PUG). Die Reform sei zwar ein „Stück weit schmerzhaft, aber zwingend erforderlich.“ Seiner Meinung nach müsse bei der Debatte um steigenden Zinsen auch die Wertsteigerung eines Gebäudes über die Jahrzehnte und der Inflationsausgleich betrachtet werden. Er zielte auf das Beispiel seines Ratskollegen ab: Es komme eben „nur” zur Anhebung auf 37.000 und nicht auf 74.000 Euro. „Die Katastrophe wird verhindert“, so Klaffehn.

Thomas Schlick (AfD) bezeichnete den Beschluss als Kompromiss: „Auf der eine Seite verliert die Stadt Einnahmen, aber auf der anderen Seite besteht die Möglichkeit, dass Erbpachtnehmer den Vertrag verlängern, in die Immobilie investieren und damit die Stadt aufwerten.“ Gerade das sei ja auch in der Porschestraße beabsichtigt.

Werner Reimer (CDU) stellte heraus, dass die bisher gültigen fünf Prozent mit der Niedrigzinsphase nicht „zusammenpassen.“ Die Reform sei eine Option, dass viele Betroffene eine Verlängerung in Erwägung ziehen könnten. „Gezwungen werden sie nicht.“ Es würden Anreize geschaffen, das neue Angebot anzunehmen und die Erbpacht zu verlängern.

Private und gewerbliche Nutzung werde mit einem Prozentpunkt unterschieden. Während für Gewerbe 3,6 Prozent (Stand Juli) fällig würden, seien es für Wohnnutzung 2,6 Prozent. „Das ist ein Entgegenkommen für Private“, so Reimer. Bei der Kreditaufnahme führe die Reform zur Verbesserung der Konditionen. Die beschlossenen Schritte stellen aus seiner Sicht eine Chance dar. Es müsse aber beobachtet werden, ob vermehrt Erbpachtverträge verlängert werden. Falls nicht, müssten sich Wolfsburgs Politik und Verwaltung des Themas erneut annehmen.

Neben der erwähnten Erbzins-Spannbreite zwischen 1,5 und fünf Prozent stimmte der Rat für eine 50-jährige Laufzeit bei gewerblicher und 75 Jahren bei Wohnnutzung. Der Anreiz zur Modernisierung von Immobilien, zum Beispiel in der Porschestraße, erfolgt so: Tätigt der Erbbauberechtigte innerhalb von fünf Jahren Investitionen in das Gebäude in Höhe von 50 Prozent des Bodenwertes, soll der Erbbauzins sich für weitere 15 Jahre nicht ändern und kann bis zu 30 Jahre fortgeschrieben werden.





Schauspieler Charly Hübner am Rande eines dpa-Interviews. Foto: Britta Pedersen

Charly Hübner zieht Kino dem Streaming vor

Berlin. Für Schauspieler Charly Hübner (52) hat Streaming seinen eigenen Worten zufolge an Reiz verloren. „Früher habe ich ganz viel gestreamt, aber mittlerweile gehe ich wieder lieber ins Kino“, sagte Hübner der Deutsch en Presse-Agentur. Er ist bald im neuen Film „Der Held vom Bahnhof Friedrichstraße“ des verstorbenen Regisseurs Wolfgang Becker („Good Bye, Lenin!“) zu sehen.

„Ich finde die Dramaturgien beim Streaming oft vorhersehbar. Ich schaue immer mal wieder rein, aber deutlich weniger als vor fünf Jahren“, sagte Hübner. Er selbst habe sehr, sehr viele DVDs gehabt. „Alle, die man jetzt kriegen kann, habe ich nicht mehr, aber diese ganzen Arthouse-Perlen oder auch schräge Filme habe ich alle aufgehoben.“

Als Beispiel nannte er mehrstündige Filme des ungarischen Regisseurs Béla Tarr oder Improvisations-Geschichten aus den 70er Jahren, Nachfolger von der französischen Filmbewegung Nouvelle Vague.

Über die Vorzüge des Kinos sagte der Schauspieler: „Im Kino kannst du dich dem Film und seinen Eindrücken nicht verweigern, selbst wenn er nicht aufgeht. Du bist ihm ausgesetzt, wie bei der Musik bei einem Rockkonzert.“

Beim Streaming und beim Digitalen hingegen habe man gewissermaßen nur eine neurologische Information und die bestimme, ob man sie in etwas Sinnliches umsetze oder nicht. „Und das ist das Problem, weil wir vieles nur noch passiv konsumieren.“

In der Tragikomödie „Der Held vom Bahnhof Friedrichstraße“, die am 11. Dezember in den Kinos startet, spielt Hübner einen Videothek-Besitzer in Berlin. Schlagartig stilisiert ihn ein Journalist zum Drahtzieher einer Massenflucht aus der DDR, was ein Geflecht aus Lügen und Halbwahrheiten zur Folge hat. In Berlin wurde jetzt die Weltpremiere gefeiert.

Es ist das letzte Projekt von Regisseur Becker, der im Dezember 2024 nach einer schweren Krankheit im Alter von 70 Jahren verstorben war. Der Film erscheint einen Tag vor seinem ersten Todestag. In weiteren Rollen sind Christiane Paul, Peter Kurth, Daniel Brühl, Leonie Benesch und Leon Ullrich zu sehen. (DPA)



38311701_002425



37605301_002625



3363001_002426



38071401_002425

Wenn der Alkohol zum Problem wird

Auch Angehörige leiden unter der Sucht – So kann man **Betroffenen und sich selbst helfen**

Berlin. Alkoholabhängigkeit kann ganz unterschiedlich aussehen. Was aber immer gleich ist: Unter ihr leiden sowohl die Betroffenen, als auch ihre Liebsten. Sie sorgen sich nicht nur um den Gesundheitszustand der alkoholabhängigen Person. Laut der Stiftung Gesundheitswissen können auch die Angst vor Aggression, die Sorge vor dem Auseinanderbrechen der Familie sowie das Gefühl von Hilflosigkeit oder Ohnmacht belasten.

Mitunter wenden Angehörige auch viel Energie dafür auf, das Alkoholproblem zu verheimlichen – um die Fassade vor Nachbarn oder dem Freundeskreis zu wahren.

All das erzeugt enormen Stress, der sich auf die Gesundheit auswirken kann – etwa in Form von Schlafproblemen, Magenerkrankungen, Depressionen oder sogar einer eigenen Alkoholabhängigkeit, wie das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) online auflistet. Wie also umgehen mit dem Alkoholproblem der Mutter, des engen Freundes oder des Partners?

Wenn die Gedanken nur noch um die Alkoholabhängigkeit eines geliebten Menschen kreisen, bleibt nur wenig Raum für die eigenen Bedürfnisse. Dabei ist es gerade in so einer Situation wichtig, dass Angehörige an sich selbst denken – und Dinge tun, die ihnen wieder Kraft geben. Helfen können dabei zwei Fragen: Was kann ich für mich tun? Und: Wie kann ich verhindern, dass Alkohol auch mein Leben ruiniert? Dabei darf die Antwort laut der Stiftung Gesundheitswissen auch lauten: „Ich nehme mir eine Auszeit, um mich zu schützen."

Gut gemeint, ist nicht immer gut gemacht: So rät die Stiftung Gesundheitswissen davon ab, Aufgaben zu übernehmen, für die eigentlich die alkoholabhängige Person verantwortlich ist. Hier sollte man als Angehöriger nur einspringen, wenn ansonsten ein großer Schaden entsteht.

Und wie spricht man gut über den Elefanten im Raum – den problematischen Alkoholkonsum? Auch wenn die Emotionen stark sind: Vorwürfe sind tabu. Am besten schildert man als Angehöriger seine Beobachtungen aus der Ich-Perspektive und signalisiert, dass man ein offenes Ohr hat. Eine Sache sollten sich Angehörige unbedingt klarmachen: Sie können die alkoholabhängige Person zwar dazu ermutigen, ihr Trinkverhalten zu verändern und Hilfe zu suchen. Die Entscheidung, das Problem anzugehen, liegt aber bei ihr.



Gesundheitsgefahr: Viele Anlässe sind traditionell mit Alkohol verknüpft.

SYMBOLFOTO: ALESSANDRO AVILÉS / PEXELS

Gut zu wissen: Suchtberatungsstellen stehen nicht nur Betroffenen offen, sondern auch ihren Angehörigen. Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) bietet eine Online-Suche an, über die man Hilfsangebote in der Nähe des Wohnorts finden kann.



Info: „Dry January" ohne Alkohol

Der „Dry January" ist eine Aktion, bei der Menschen im gesamten Januar freiwillig auf Alkohol verzichten. Die Idee dahinter ist, einen bewussten Abstand zu schaffen und die eigenen Gewohnheiten einmal aus einer neuen Perspektive zu betrachten.

Viele nutzen den Monat als kleinen Reset nach den Feiertagen, um besser zu schlafen, sich fitter zu fühlen oder einfach herauszufinden, welche Rolle Alkohol im Alltag spielt. Oft berichten Teilnehmende schon nach kurzer Zeit von mehr Energie, klarerem Kopf und einem ruhigeren Schlaf, weil der Körper Zeit bekommt, sich zu erholen. Gleichzeitig kann der Dry January auch eine soziale Herausforderung sein, denn viele Anlässe sind traditionell mit Alkohol verknüpft. Genau darin steckt aber auch eine Chance: neue Routinen auszuprobieren, alkoholfreie Alternativen zu entdecken und bewusster „Nein" zu sagen, ohne sich dafür rechtfertigen zu müssen.

Wichtig ist, dass der Dry January keine medizinische Behandlung ersetzt. Wer gesundheitliche Probleme hat, regelmäßig viel Alkohol trinkt oder unsicher ist, sollte vor einem abrupten Verzicht ärztlichen Rat einholen. Für alle anderen kann der alkoholfreie Januar ein unkomplizierter Selbsttest sein, der zeigt, was dem eigenen Körper und Wohlbefinden guttut.

Mehr Infos gibt es online:

- **dryjanuary.ch/de**
- **kenn-dein-limit.de**
- **dhs.de**

Notgroschen aufbauen: So klappt es spielerisch

München. Ob Waschmaschine, Auto oder Smartphone: Wenn etwas kaputtgeht und schnell repariert werden muss, kann das mitunter ins Geld gehen. Gut, wenn man für solche Fälle gewappnet ist und etwas angespart hat. „Der Notgroschen sollte mindestens drei Monatsgehälter umfassen", sagt Markus Latta vom Verbraucherservice Bayern im KDFB.

Eine Option, um einen Notgroschen anzusparen, kann eine Spar-Challenge sein, von denen es viele verschiedene gibt. Latta nennt als Beispiel die Würfel-Spar-Challenge. Man legt einen Tag in der Woche fest, an dem man würfelt. Zeigt der Würfel eine „3" an, kann man nach einem individuellen Schema entweder 3 Euro oder 30 Euro beiseitelegen, zeigt der Würfel eine „5" an, dann entweder 5 Euro oder 50 Euro ansparen. Auf diese Weise wächst der gesparte Betrag allmählich.



Heute schon Ihr Sparschwein befüllt? Die Würfel-Challenge kann dafür einen guten Anreiz liefern.
Foto: Roland Weihrauch/dpa/dpa-mag

„Sobald eine bestimmte Summe erreicht ist, kann man dieses Geld als Notgroschen etwa auf einem gut verzinsten Tagesgeldkonto anlegen", so Latta. Der Vorteil von einem Tagesgeldkonto: Das darauf eingezahlte Geld ist schnell verfügbar. So verhindern Sie, dass Sie bei unerwarteten Ausgaben einen Kredit aufnehmen oder das Konto überziehen müssen. (DPA)

Zahlungsarten in Handel oder Gastro: Wer setzt die Regeln?

Celle. „Zahlen Sie bar oder mit Karte?" Wohl dem, der im Handel oder Restaurant die Wahl hat. Doch längst nicht immer ist das der Fall. Denn in der Praxis hat wohl jeder und jede schon einmal erlebt, dass eben nur das eine oder nur das andere Zahlungsmittel akzeptiert wird.

Ungünstig, wenn man ausgerechnet das gewünschte nicht zur Hand hat. Aber wie ist in Deutschland eigentlich die Rechtslage - habe ich Anspruch auf eine bestimmte Zahlungsart oder sogar auf eine Wahlmöglichkeit?

Die kurze und knappe Antwort: nein. Kunden können nicht auf eine bestimmte Zahlweise bestehen, die Regeln gibt der Händler oder Wirt vor. Nur wenn es eine Wahlmöglichkeit zwischen verschiedenen Zahlungsarten gibt, kann man frei entscheiden, wie man die Rechnung begleichen will.

Grundsätzlich ist Rechtsanwalt Christian Bereska zufolge zwischen Privatperson und Geschäftsleuten immer von einer Barzahlung auszugehen. Auch wenn inzwischen vielerorts zusätzlich Kartenzahlungen angeboten werden, sollte man sich darauf also besser nicht blind verlassen. Zur Sicherheit ein wenig Bargeld mitzuführen, schadet nicht. In Geschäften oder Restaurants müssten Betreiber auf eine ausschließlich bare Zahlweise darum auch nicht ausdrücklich hinweisen.

Anders sieht es aus, wenn Geschäftsleute die Zahlung mit Bargeld ausschließen - also auf eine Kartenzahlung bestehen. Dann müssten sie laut dem Rechtsanwalt sehr wohl auf diesen Umstand hinweisen - und zwar spätestens bei Vertragsschluss, also entweder im Handel an der Kasse oder bei der Aufnahme der Bestellung im Restaurant, sofern nicht eindeutig wahrnehmbare Hinweisschilder zuvor darüber aufklären. (DPA)

Neues Jahr, neue Klarheit: Hohe Kurse, globale Unsicherheiten und klare Entscheidungen

Anzeige

FOCUS online MEDIEN PARTNER 2025

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

Januar 2026

Aktueller Goldkurs: 3.792,29 EUR/Ounce

Braunschweig. Der Jahreswechsel markiert für viele Menschen einen Moment des Innehaltens und der Neuorientierung. Während gute Vorsätze gefasst und persönliche Pläne geschmiedet werden, rücken auch finanzielle Themen verstärkt in den Fokus. In einer Zeit, die von globalen Unsicherheiten geprägt ist, gewinnt dabei ein Wert besondere Aufmerksamkeit: Gold. Zum Start ins neue Jahr zeigt sich der Goldmarkt auf einem weiterhin hohen Niveau – getragen von geopolitischen Spannungen, wirtschaftlichen Risiken und einer anhaltenden Nachfrage nach Stabilität. Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig, bundesweit tätiger deutscher Fachbetrieb und in Braunschweig fest etabliert, begleitet diesen Prozess mit Erfahrung, Transparenz und moderner Technik. Bekannt aus **Focus Money** und **Focus Online** steht das Unternehmen für Seriosität und faire Bewertungen. Unterstützt durch die enge Partnerschaft mit **Heimerle + Meule**, der ältesten aktiven Gold- und Silberscheideanstalt Deutschlands, sowie den Einsatz modernster **Röntgenfluoreszenzanalyse (XRF)** bietet die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig eine präzise, nachvollziehbare Bewertung von Edelmetallen. Vor dem Hintergrund eines weiterhin hohen Goldkurses gewinnt dieser Ansatz zum Start ins neue Jahr besondere Bedeutung.



Globale Unsicherheiten prägen den Jahresauftakt

Der Blick auf die weltpolitische Lage verdeutlicht, warum Gold aktuell eine so zentrale Rolle spielt. Internationale Konflikte, anhaltende Spannungen zwischen Wirtschaftsmächten, fragile Lieferketten sowie Sorgen um Staatsfinanzen und Inflation sorgen dafür, dass klassische Anlageformen vielerorts kritisch hinterfragt werden. Hinzu kommen geldpolitische Unsicherheiten und die Frage, wie sich Zinsen und Märkte im weiteren Jahresverlauf entwickeln werden.
Experten sind sich einig: In Phasen wie diesen suchen viele Menschen nach verlässlichen Werten. Gold gilt seit jeher als Absicherung in bewegten Zeiten – nicht als kurzfristige Spekulation, sondern als stabiler Gegenpol zu politischen und wirtschaftlichen Risiken. Der hohe Goldkurs zu Beginn des Jahres spiegelt genau dieses Bedürfnis nach Sicherheit wider.

Hoher Goldpreis eröffnet Chancen

Nach einem außergewöhnlich starken Vorjahr hat sich der Goldpreis auf einem hohen Niveau etabliert. Historisch betrachtet sind solche Phasen selten und bieten insbesondere für Besitzerinnen und Besitzer von Altgold, Schmuck oder Münzen interessante Möglichkeiten. Fachleute weisen jedoch darauf hin, dass gerade bei Rekordständen auch mit Schwankungen zu rechnen ist. Marktbewegungen, politische Entscheidungen oder veränderte Erwartungen können jederzeit zu Korrekturen führen.
Vor diesem Hintergrund entscheiden sich viele Menschen bewusst dafür, den Jahresbeginn zu nutzen, um bestehende Werte zu überprüfen. Was lange ungenutzt in Schubladen lag, kann jetzt sinnvoll bewertet und gegebenenfalls veräußert werden – transparent, fair und zum aktuellen Tageskurs.

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: Erfolgreicher Start ins neue Jahr

In Braunschweig hat sich die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig als fester Ansprechpartner für den Goldankauf etabliert. Der deutsche Fachbetrieb verbindet langjährige Erfahrung mit moderner Technik und legt besonderen Wert auf persönliche Beratung. Gerade zum Jahresanfang, wenn viele Menschen Klarheit und Orientierung suchen, wird dieses Konzept geschätzt. Bei der niedersächsischen Goldbörse Braunschweig steht nicht der schnelle Abschluss im Vordergrund, sondern ein nachvollziehbarer Prozess. Mithilfe moderner Röntgenfluoreszenz-Analyse werden Edelmetalle präzise und zerstörungsfrei geprüft. So lassen sich selbst unbekannte Legierungen oder ältere Schmuckstücke exakt bewerten – ein wichtiger Faktor für Transparenz und Vertrauen.

Starke Partnerschaft für höchste Standards

Ein zentraler Bestandteil der Arbeitsweise von der niedersächsischen Goldbörse Braunschweig ist die Partnerschaft mit Heimerle + Meule, der ältesten aktiven Gold- und Silberscheideanstalt Deutschlands. Diese Zusammenarbeit gewährleistet höchste Qualitätsstandards bei Analyse und Bewertung und sorgt dafür, dass Kundinnen und Kunden von marktgerechten Preisen profitieren. Gerade in einem Marktumfeld, das von Unsicherheiten geprägt ist, gewinnt diese Verlässlichkeit an Bedeutung. Die Kombination aus moderner Technik, fachlicher Expertise und starken Partnern schafft eine Grundlage, auf die viele Menschen gerade zu Beginn eines neuen Jahres besonderen Wert legen.

Neujahr als Moment der Neuordnung

Der Jahresanfang ist traditionell eine Zeit des Aufräumens – nicht nur im übertragenen Sinn. Wer dabei Schmuckstücke, Münzen oder andere Edelmetalle entdeckt, die keine persönliche Bedeutung mehr haben, stellt sich häufig die Frage nach ihrem tatsächlichen Wert. Der aktuelle Goldkurs bietet hier eine seltene Gelegenheit, sich Klarheit zu verschaffen und Entscheidungen auf fundierter Basis zu treffen.
Viele Kundinnen und Kunden berichten, dass gerade dieser transparente Umgang mit ihren Werten den Ausschlag gibt. Eine unverbindliche Bewertung, klare Erläuterungen und faire Konditionen machen den Goldverkauf zu einem Schritt, der Sicherheit vermittelt – statt Unsicherheit zu erzeugen.

Fazit

Der Start ins neue Jahr steht im Zeichen von Orientierung, Neubeginn und dem Wunsch nach Stabilität. Geopolitische Spannungen und wirtschaftliche Unwägbarkeiten haben den Goldpreis auf ein hohes Niveau gehoben und das Edelmetall erneut in den Fokus gerückt. In diesem Umfeld bietet die Niedersächsische Goldbörse in Braunschweig ideale Voraussetzungen, um ungenutztes Gold professionell, transparent und fair bewerten zu lassen. Mit moderner Analysetechnik, der starken Partnerschaft mit Heimerle + Meule und einem klaren Bekenntnis zu Seriosität begleitet die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig seine Kundinnen und Kunden verlässlich. ins neue Jahr – mit Klarheit, Vertrauen und einem sicheren Gefühl bei jeder Entscheidung.

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 - 16:00 Uhr

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.

3049101_002426

Drei Wege, um an einen Arzttermin zu kommen

Berlin. Wer neu einen Arzt oder eine Ärztin sucht, kann natürlich Praxen recherchieren und dort anrufen. Das wird aber gern mal frustrierend - Stichwort: Besetztzeichen.

Geht es nach dem Willen der gesetzlichen Krankenkassen, sollte es für Patientinnen und Patienten einfacher werden, an Termine zu kommen - und zwar per Online-Buchung. „Wir wollen, dass freie Arzttermine zukünftig anteilig an eine unabhängige Plattform gemeldet werden müssen“, sagte die stellvertretende Vorsitzende des GKV-Spitzenverbands, Stefanie Stoff-Ahnis, der „Rheinischen Post“.

Doch was können alle, die einen Arzttermin brauchen, jetzt schon tun? Probieren kann man es mit diesen drei Wegen:

Dabei handelt es sich um den offiziellen Service der Kassenärztlichen Bundesvereinigung. Er ist telefonisch über die Nummer 116117 zu erreichen, über die 116117-App oder im Internet unter «116117-termine.de».



Die Suche nach einem freien Arzttermin gestaltet sich oft schwierig: Besetztzeichen und lange Wartezeiten sind keine Seltenheit. Foto: Frank Rumpenhorst/dpa/dpa-mag

Buchen können gesetzlich Versicherte dort Termine für alle medizinischen Fachrichtungen. Vermittelt bekommt man allerdings keinen Wunschtermin bei einer bestimmten Praxis - sondern bei einer, die freie Kapazitäten hat.

Das kann laut der Verbraucherzentrale eine längere Anfahrt bedeuten. Beispiel: Wenn man sich in Nordrhein-Westfalen einen Termin bei einem Orthopäden oder einer Hautärztin vermitteln lässt, kann die Praxis bis zu 30 Kilometer vom Wohnort entfernt sein.

Gut zu wissen: Je nachdem, was für einen Facharzt man sucht, kann für die Terminbuchung ein Vermittlungscode notwendig sein. Ihn kann man sich vorab beim Hausarzt ausstellen lassen. Die Buchung von Terminen bei Allgemein-, Kinder-, Frauen- und Augenärzten sowie für psychotherapeutische Erstgespräche geht auch ohne Vermittlungscode.

Arztpraxen können auch über kommerzielle Portale wie Doctolib, Jameda und Samedi Termine anbieten. Wer darüber bucht, kann oft auch einstellen, dass er oder sie benachrichtigt wird, sollte ein früherer Termin frei werden.

Der Verbraucherzentrale Bundesverband rät allerdings dazu, bei der Buchung über Onlineportale genau hinzuschauen. Hintergrund: Ein Marktcheck im Frühjahr 2025 zeigte, dass Nutzerinnen und Nutzern manchmal nur Selbstzahlertermine oder Privatsprechstunden angeboten bekamen - obwohl sie diese zuvor herausgefiltert hatten.

Prüfen können Patientinnen und Patienten auch, ob ihre Krankenkasse Unterstützung bei der Vermittlung von Arztterminen anbietet. Das ist zum Beispiel bei der Techniker Krankenkasse oder der DAK Gesundheit der Fall. Per Online-Formular oder telefonisch lassen sich dann Terminwünsche stellen. Eine Garantie, dass es klappt, gibt es aber nicht. (DPA)

ANZEIGE

Zum Start der Rückrunde: 2x1 VfL Wolfsburg Fanpaket gewinnen!

Gifhorn. Zum Start der Rückrunde verlosen die Wolfsburger Allgemeine Zeitung, Aller-Zeitung und Hallo Wochenende insgesamt 2x 1 Fanpaket des VfL Wolfsburg.

Die Pakete beinhalten jeweils:
2x VfL Fanschal
1x Schlüsselanhänger
1x 2er-Set Pilsglas
1x Brotdose



Foto: IMAGO/SEBASTIAN PRIEBE

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

2x1 Fanpaket zu gewinnen
Was Sie dafür tun müssen? Gehen Sie einfach auf unsere Gewinnspielseite und hinterlassen dort Ihre Kontaktdaten.

Teilnahmeschluss ist Dienstag, 13.01.2026, um 12 Uhr.

38308101_002425

Habe ich einen Anspruch auf eine Gehaltserhöhung?

Wiesbaden. Viele Menschen arbeiten seit Jahren im selben Unternehmen, leisten gute Arbeit und übernehmen Verantwortung. Irgendwann stellt sich dann die Frage: Ist jetzt eine Gehaltserhöhung gerechtfertigt – oder sogar rechtlich durchsetzbar?

„Wenn zur Gehaltserhöhung keine Regelung im Arbeitsvertrag steht, gibt es grundsätzlich auch keinen Anspruch darauf“, erklärt Jakob T. Lange, Fachanwalt für Arbeitsrecht.

Anders sieht es entsprechend aus, wenn vertraglich unter bestimmten Konditionen eine Gehaltsverbesserung vereinbart ist. Ein Anspruch auf Lohnanpassung zu einem bestimmten Zeitpunkt kann sich zum Beispiel aus dem geltenden Tarifvertrag ergeben. Und ein Arbeitsvertrag kann für solche Fälle auf einen Tarifvertrag verweisen.

Mitunter ist bei der Frage auch der Gleichbehandlungsgrundsatz relevant. Der besagt, dass alle Beschäftigten eines Unternehmens gleich behandelt werden müssen, sofern es keinen sachlichen Grund für eine Unterscheidung gibt. Zu den sachlichen Gründen zählen zum Beispiel Leistungsunterschiede, besondere Qualifikationen oder unterschiedliche Aufgaben.



Regelmäßig mehr Geld? In vielen Fällen müssen Beschäftigte dafür eigenständig mit dem Arbeitgeber verhandeln. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Gewährt ein Arbeitgeber also bestimmten Beschäftigten nach allgemeinen Kriterien einen Vorteil wie eine Lohnerhöhung, müssen alle Mitarbeiter, die diese Kriterien erfüllen, gleichermaßen profitieren.

Ist das nicht der Fall, kann es sein, dass sich ein Anspruch auf Gehaltserhöhung gerichtlich durchsetzen lässt. Etwa, wenn ein einzelner Mitarbeiter in einem Team von zehn Beschäftigten mit vergleichbarer Tätigkeit und ohne messbare Leistungsunterschiede als einzige Person von einer Gehaltserhöhung ausgeschlossen wird.

Jakob T. Lange verweist auf einen weiteren Fall, bei dem unter Umständen ein Anspruch auf Gehaltserhöhung möglich ist. Der Fachanwalt führt als Beispiel einen Betrieb an, der zwar nicht tarifgebunden ist und bei dem kein Tarifvertrag Anwendung findet, aber in dem es einen Betriebsrat gibt.

Das Gremium hat dann zum Beispiel Mitbestimmungsrechte zur Verteilung des zur Verfügung stehenden Geldes, wenn der Arbeitgeber eine Gehaltserhöhung vorsehen möchte. Aus einer daraus erfolgenden Betriebsvereinbarung könne sich letztendlich auch eine Lohnerhöhung ergeben, so der Fachanwalt.

Zur Person: Jakob T. Lange ist Fachanwalt für Arbeitsrecht und Mitglied im Geschäftsführenden Ausschuss der Arbeitsgemeinschaft Arbeitsrecht im Deutschen Anwaltverein (DAV). (DPA)

Kein Konto, keine Kohle: Rente bald nur noch per Überweisung

Berlin. Die Rente bar ausgezahlt bekommen? Was ungewöhnlich klingt, ist laut der Deutschen Rentenversicherung (DRV) tatsächlich noch für rund 3.300 der knapp 21 Millionen Ruheständler in Deutschland Realität. Weil sie kein Bankkonto haben oder ihre Rente nicht auf dieses überwiesen haben wollen, bekommen sie Monat für Monat einen Scheck zugesandt, den sie bei einer Bank ihrer Wahl zur Barauszahlung vorlegen können. Damit ist aber bald Schluss, der Service wird zum Ende des Jahres eingestellt.

Ab 2026 benötigen daher alle Rentnerinnen und Rentner in Deutschland ein Girokonto, auf das die Rente fließen kann, teilt die DRV mit. Wer Probleme hat, ein Konto zu eröffnen, kann bei Bedarf ein sogenanntes Basiskonto eröffnen, auf das jede EU-Bürgerin und jeder EU-Bürger Anspruch hat.

Der Rentenservice der Deutschen Post, der für die Auszahlung der Renten zuständig ist, hat Betroffene mehrfach über die Einstellung der Barauszahlung informiert. Bereits im September 2024 seien entsprechende Schreiben versandt worden, auch 2025 wurde mehrfach schriftlich darüber informiert, teilt die DRV mit.

Betroffene sollten sich entsprechend zügig mit ihrem zuständigen Rentenversicherungsträger in Verbindung setzen und diesem eine gültige Kontoverbindung mitteilen. Die jeweiligen Kontaktdaten finden sich zum Beispiel in der Renteninformation oder dem Rentenbescheid. Bequemer geht's online: Mit Hilfe eines E-Antrags auf der Webseite der Deutschen Rentenversicherung lassen sich die Informationen schnell und einfach übermitteln.

Wer sich bis zum Jahresbeginn nicht rührt, muss mit einer kurzzeitigen Unterbrechung der Rentenzahlung rechnen, bis die Überweisungsformalitäten geklärt sind. Die ausgebliebenen Zahlungen fallen dadurch laut DRV aber nicht weg. Sie laufen auf und werden entsprechend nachgezahlt. (DPA)



Die Rentenauszahlung per Scheck wird zum Ende dieses Jahres eingestellt. Betroffene können bei Bedarf ein sogenanntes Basiskonto eröffnen. Foto: Fabian Sommer/dpa/dpa-mag

Nicht ganz dicht? Fenster überprüfen und Dichtungen pflegen

Köln. Wer Heizkosten sparen und seine Fenster langfristig erhalten will, sollte die Dichtungen regelmäßig überprüfen und pflegen. Das rät Zukunft Altbau, ein vom Umweltministerium Baden-Württemberg gefördertes Informationsprogramm. Denn nur, wenn Dichtungen intakt sind und luftdicht zwischen Fensterrahmen und dem öffenbaren Fensterflügel abschließen, können sie ihre Funktion erfüllen.

Nämlich:

Zudem beugen die Dichtungen einem Materialverschleiß an den Berührungspunkten von Rahmen und Flügel beim Öffnen und Schließen der Fenster vor.

Ob Fenster und Außentüren dicht schließen, lässt sich am besten bei Wind prüfen. Wenn Vorhänge sich bewegen, obwohl die Fenster geschlossen sind, liegt auf jeden Fall eine Undichtigkeit vor. Es gibt aber noch weitere einfache Methoden, wie Laien dies überprüfen können. Zukunft Altbau nennt diese:



Wer das eingeklemmte Blatt Papier herausziehen kann, muss sich die Dichtungen genauer anschauen und diese vermutlich austauschen. Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Falls es zieht und das Fenster undicht ist, müssen die Einstellungen korrigiert werden, so die DIY Academy in Köln. Manchmal reicht es, wenn man zusätzlich Dichtgummis oder Dichtungsbürsten aufklebt und manchmal sollte man die vorhandenen Dichtungen komplett austauschen.

Wie bei allen beweglichen Teilen handelt es sich bei Fensterdichtungen um ein Verschleißteil. Verzogene Rahmenprofile, ein sich verändernder Anpressdruck und andere mechanische Belastungen lassen diese altern. Meist ist ein Austausch nach 20 bis 25 Jahren erforderlich, so Zukunft Altbau. Oft lohne sich der Tausch aber auch schon früher - zumal viele ältere Dichtungsmaterialien nicht die Qualität heutiger Produkte haben.

Wichtig ist nicht nur die Dichtungen selbst zu überprüfen, so die DIY Academy in Köln. So sollte man darauf achten, dass bei Kunststofffenstern der Abfluss an der Entwässerungsrinne schmutzfrei bleibt. Holzfenstern sollte man auf Risse im Anstrich der Rahmen kontrollieren. Denn dort kann Feuchtigkeit eindringen und sich im Laufe der Zeit dann Schimmel bilden. Kleine Schäden können Heimwerker leicht selbst ausbessern.

Dichtungen verlieren mit dem Alter auch ihre Elastizität. Dann werden sie hart und spröde. Damit sie möglichst lange halten, sollte man sie also pflegen. Am besten reibt man Dichtgummis alle zwei bis drei Jahre mit Talkum ein - so bleiben sie länger geschmeidig, rät die DIY Academy.

Zudem kann Silikonspray helfen, die Mechanik von Fenstern funktionsfähig zu halten. Das Spray schützt gegen Rost und verhindert Blockaden.

Auch wenn die Dichtungen noch intakt sind, sollte man insbesondere während der Heizperiode darauf achten, dass sie trocken und sauber sind. Man kann sie mit etwas Spülmittel abwischen. Auf aggressive Reiniger sollte man besser verzichten, so Zukunft Altbau. (DPA)

Reise platzt wegen Flugabsage: Geld zurück und Entschädigung

Wiesbaden. Fällt die Pauschalreise wegen kurzfristigen Flugproblemen ins Wasser, kann Betroffenen neben einer Rückerstattung des Reisepreises auch eine Entschädigung durch die Airline zustehen. Und zwar zusätzlich. Die Zahlung muss dann nicht auf den zurückgezahlten Reisepreis angerechnet werden, wie aus einem Urteil des Amtsgerichts Wiesbaden hervorgeht. (Az.: 92 C 2073/22)

In dem Fall war eine Frau von einer siebentägigen Dubaireise zurückgetreten, nachdem der Hinflug wegen Problemen am Flugzeug abgesagt werden musste – da hatte der Flieger schon drei Stunden mit den Passagieren auf dem Rollfeld gestanden. Der Reiseveranstalter konnte erst für den Folgetag einen Ersatzflug organisieren. Darum kündigte die Frau den Reisevertrag. Doch der Veranstalter verweigerte der Frau die Rückzahlung des Reisepreises.

Vor Gericht bekam die Urlauberin Recht. Fällt der Hinflug aus, ist es bei einer nur sieben Tage dauernden Reise kein zumutbares Angebot der Abhilfe, wenn erst am Folgetag ein Ersatzflug abhebt – die Kündigung des Reisevertrags war also begründet, der Frau musste der Reisepreis erstattet werden.

Und: Die Ausgleichszahlung in Höhe von 600 Euro, die die Urlauberin im Rahmen der EU-Fluggastrechte-Verordnung von der Airline erhalten hatte, musste nicht auf den zurückgezahlten Reisepreis angerechnet werden. Denn die beiden Zahlungen dienten nicht als Entschädigung für dieselbe Unannehmlichkeit, so das Gericht.

„Der Rückzahlungsanspruch beruht auf der Nichtinanspruchnahme der gebuchten Reise, der Schadenersatzanspruch hingegen auf den durch die Verspätung und spätere Annullierung des Fluges entstandenen Unannehmlichkeiten“, heißt es in der Begründung des Urteils, über das die Fachzeitschrift „ReiseRecht aktuell“ berichtet.



Flugabsagen können Reisepläne durchkreuzen, Urlauber haben dann bestimmte Erstattungsansprüche. Foto: Robert Michael/dpa-Zentralbild/dpa-mag

Anders wäre es gewesen, wenn die Frau den Ersatzflug in Anspruch genommen und im Anschluss den Reisepreis wegen des Mangels – der verspäteten Anreise – gemindert hätte: In diesem Fall hätte die Entschädigungszahlung der Airline angerechnet werden müssen, so das Amtsgericht Wiesbaden in der rechtskräftigen Entscheidung.

Das hatte auch der Bundesgerichtshof 2014 in einem anderen Fall grundsätzlich klargestellt. (Az.: X ZR 126/13) (DPA)

Gericht: Solarpaneele trotz Denkmalschutz zulässig

Schleswig. Läuft die Installation einer Photovoltaikanlage dem Denkmalschutz zuwider? Nicht zwangsläufig, zeigt ein Urteil des Verwaltungsgerichts Schleswig (Az. 8 A 134/23), auf das das Rechtsportal anwaltauskunft.de hinweist. Entscheidend kann nämlich sein, wie und in welchem Umfang eine solche Anlage angebracht wurde.

In dem konkreten Fall hatten die Eigentümer eines rund 6.500 Quadratmeter großen Grundstücks, auf dem ein denkmalgeschütztes Reetdachhaus aus dem 18. Jahrhundert steht, im Außenbereich zwei Solarpaneele mit einer Gesamtfläche von rund 50 Quadratmetern auf Ständer montiert. Eine Genehmigung hatten die Eigentümer dafür nicht, ein Antrag für eine größere Anlage war zuvor sogar abgelehnt worden. Nach einer Vor-Ort-Begehung ordnete die zuständige Behörde daher die Beseitigung der Anlage an und drohte mit einem Zwangsgeld.



Wird eine kleine Photovoltaikanlage im Außenbereich und nicht direkt am denkmalgeschützten Gebäude installiert, ist dies zulässig, hat ein Gericht entschieden. Foto: Marijan Murat/dpa/dpa-mag

Die Eigentümer klagten gegen die behördliche Verfügung und beriefen sich insbesondere auf die besondere Bedeutung erneuerbarer Energien gemäß Erneuerbare-Energien-Gesetz (EEG). Das Verwaltungsgericht Schleswig gab den Klägern recht, die PV-Anlage musste nicht beseitigt werden. Der Grund: Öffentliche Belange werden durch die Paneele nicht gestört.

Weder das Landschaftsbild noch der Naturschutz würden durch die vergleichsweise geringe Größe der Anlage beeinträchtigt. Auch der Denkmalschutz wird insofern nicht tangiert, als die Anlage im Außenbereich des Grundstücks installiert wurde. Das wäre nur der Fall gewesen, wenn die Anlage am oder auf dem denkmalgeschützten Gebäude selbst installiert worden wäre.

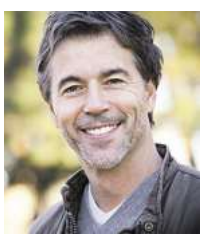
Zudem verwies das Gericht auf das EEG, in dem es heißt, dass der Ausbau erneuerbarer Energien ein überragendes öffentliches Interesse genießt und diesem darum bei einer Abwägung verschiedener Schutzgüter Vorrang einzuräumen ist. (DPA)

Arthrose im Knie? Dieser Pflanzenwirkstoff hilft abseits der Krebstherapie bei Arthrose

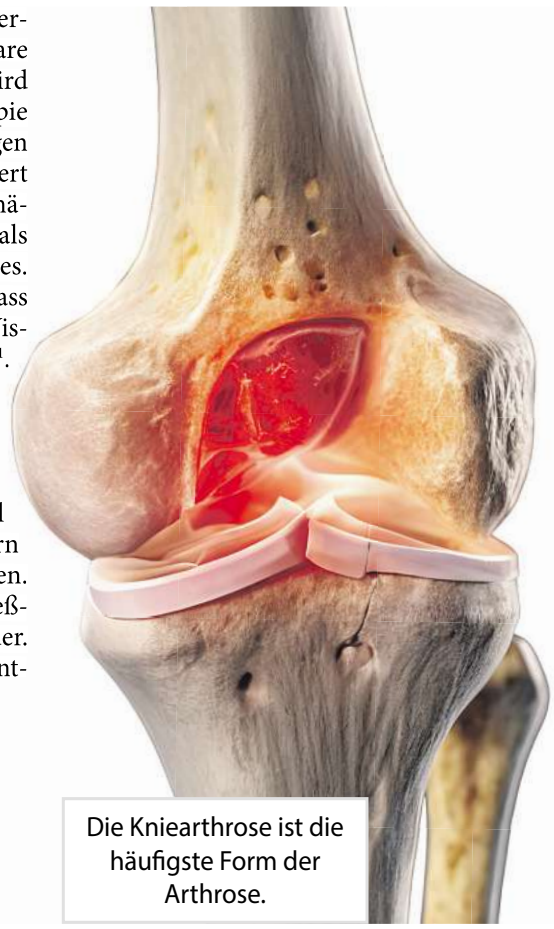
Wenn die Laubbäume ihre Blätter verlieren, bekommen wir eine unscheinbare Pflanze zu Gesicht: die Mistel. Diese wird häufig in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album auch bei Arthrose helfen kann[1].

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.



„Seit Tagen habe ich keine Schmerzen mehr im Knie. Auch nachts nicht. Ich werde die Tropfen weiter nehmen!“ (Klaus W.)



Die Kniearthrose ist die häufigste Form der Arthrose.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.[1] Der Wirkstoff kann durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.[2] Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)
www.rubaxx.de



[1]Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • [2]Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert

RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

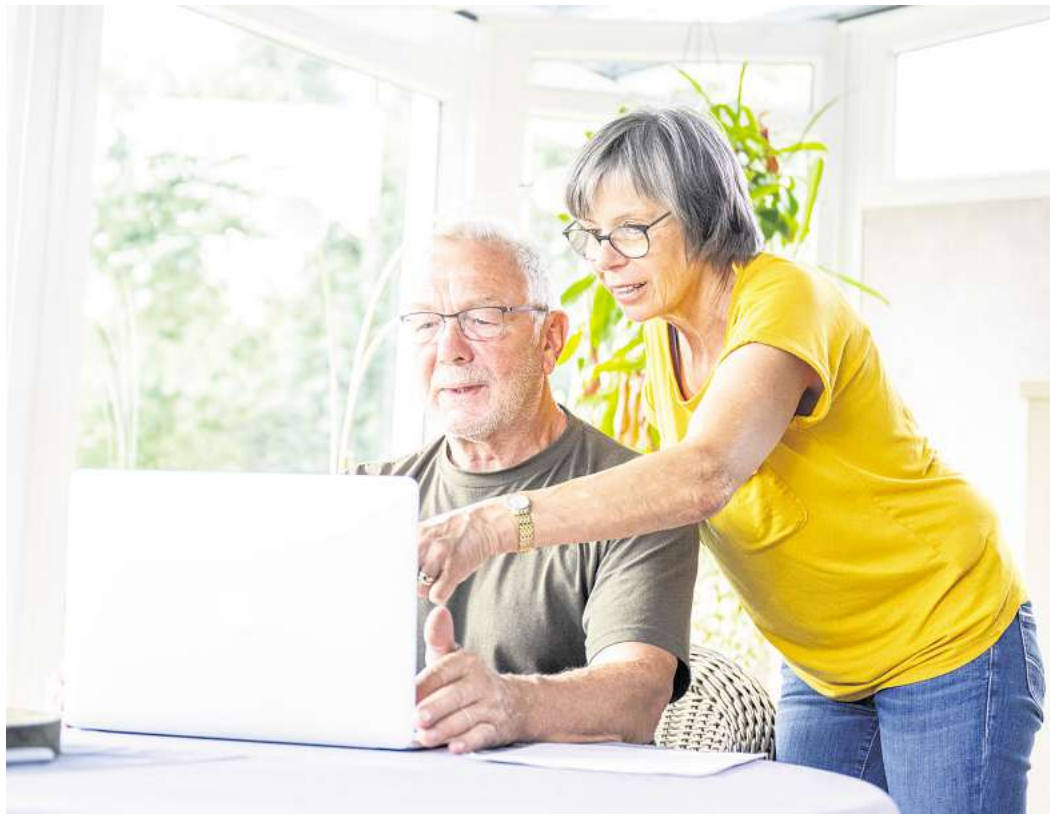
38055801_002425

Geplante Riester-Reform: Was Sparer jetzt tun sollten

Berlin/München. Zu teuer, zu unflexibel: Das ist die Kritik, die der aktuellen Riester-Rente oft anhaftet. Nicht ohne Grund wurde von den bislang rund 20 Millionen geschlossenen Riester-Verträgen inzwischen mehr als jeder vierte gekündigt, wie aus Zahlen des Bundesarbeitsministeriums hervorgeht.

Die Bundesregierung will das Problem angehen - und das Altersvorsorgeprodukt reformieren. Einem Entwurf zufolge soll es verschiedene Riester-Alternativen geben - mit weniger Kosten, besseren Renditeaussichten und mehr Flexibilität in der Auszahlphase. Vertragsinhaberinnen und -inhaber sollen die Möglichkeit bekommen, ihren bestehenden Vertrag umzuwandeln - voraussichtlich aber erst 2027. Doch was bis dahin mit dem Vertrag tun?

Unzufriedene Riester-Sparer sollten eines nicht tun: ihren möglicherweise teuren oder unrentablen Vertrag leichtfertig kündigen. Denn die Kündigung komme Sparer teuer zu stehen, sagt Altersvorsorge-Experte Martin Klotz vom Ratgeberportal Finanztip. „Zum einen müssen sie alle erhaltenen Zulagen und Steuervorteile zurückzahlen“ - was im Schnitt der vergangenen Jahre immerhin rund 1.900 Euro pro Vertrag gewesen seien. „Zum anderen behalten die Anbieter einen Teil des eingezahlten Geldes ohnehin, und zwar die Provisionen sowie die Verwaltungs- und Fondskosten.“ Damit machen Sparerinnen und Sparer ein klares Minusgeschäft.



Nicht vorschnell kündigen: Wer seinen Riester-Vertrag pausiert, schützt sein Geld und die Zulagen. Foto: Benjamin Nolte/dpa-mag

Besser: Den Vertrag vom jeweiligen Anbieter vorerst beitragsfrei stellen lassen. Vertragsinhabern bleibt das bisher erarbeitete Kapital erhalten, sie zahlen aber vorerst keine eigenen Beiträge ein und erhalten somit auch keine weiteren staatlichen Zulagen. Die Beitragsfreistellung kann jederzeit widerrufen, der Vertrag dann weiter bespart werden. Das kann etwa sinnvoll sein, wenn sich die persönlichen Lebensumstände ändern - zum Beispiel eigene Kinder zur Welt kommen, die die staatliche Zulage erhöhen.

Sobald die Reform durch ist, sollen Sparerinnen und Sparer die Möglichkeit haben, mit dem gesamten angesparten Kapital inklusive staatlicher Zulagen zu einem der neuen Vorsorgeprodukte zu wechseln. Und das kann sich trotz womöglich anfallender, voraussichtlich gesetzlich gedeckelter Wechselkosten lohnen.

Wer mit seinem bisherigen Vertrag zufrieden ist, kann diesen wie gewohnt weiter besparen. Merten Larisch, Experte für Altersvorsorge bei der Verbraucherzentrale Bayern, formuliert eine Daumenregel für einen rentablen Riester-Vertrag: „Wenn der Eigenbeitrag nicht höher als ein Drittel der eingezahlten Summe ist, lohnt sich das.“ Die übrigen zwei Drittel der Beiträge sollten aus staatlichen Zulagen kommen. Vor allem bei Geringverdienern mit mehreren Kindern kann diese Aufteilung zustande kommen, ein Wechsel in eines der neuen Modelle ist darum womöglich gar nicht rentabler.

Wer seinen Vertrag bereits viele Jahre bespart hat und kurz vor dem Renteneintritt steht, sollte Martin Klotz zufolge noch abwarten mit dem Wechsel in die Auszahlphase der Riester-Rente. Der Grund: „Sollte der Gesetzesentwurf in dieser Form umgesetzt werden, würde die Auszahlphase für Riester-Sparer deutlich flexibler und auch deutlich günstiger.“ Es kann also sinnvoll sein, zunächst die Reform abzuwarten, ins neue Modell zu wechseln und erst dann in die Auszahlphase zu gehen.

Klotz zufolge geht das aber nur, wenn das Riester-Guthaben nicht benötigt wird, um etwaige Rentenlücken zu schließen.

Gerade für Geringverdiener mit Kindern kann die Riester-Rente in ihrer bisherigen Form unter Umständen lukrativer sein als die geplanten Alternativen. Für all jene, die nach dem bisherigen Modell von hohen Zulagen bei niedrigen Eigenbeiträgen profitieren, kann es Martin Klotz zufolge darum lohnenswert sein, noch einen alten Riester-Vertrag abzuschließen - „vorzugsweise einen günstigen Riester-Fondssparplan“.

Hierbei aber bloß nichts überstürzen. Einen solchen Vertrag könne man auch 2026 noch abschließen und über die Reform hinaus zu den bisherigen Förderbedingungen weiterführen. Erst sobald die Reform 2027 in Kraft tritt, ist das nicht mehr möglich. DPA)

Keine enge Mütze: So kommt das Hörgerät gut durch den Winter

Mainz. Kaum haben Sie Mütze oder Stirnband über die Ohren gezogen, hören Sie sehr viel schlechter - und das, obwohl Sie mit Hörgerät unterwegs sind?

Dann sitzt Ihre Kopfbedeckung womöglich zu eng. Dadurch kann das Mikrofon des Hörsystems verdeckt werden oder das gesamte System verrutschen, wie die Bundesinnung der Hörakustiker (Biha) erklärt.

Besser ist es, eine eher lockere Kopfbedeckung zu wählen - und nicht unbedingt das Modell, das gefühlt schon beim Anschauen fusselt. Denn Flusen und Fasern von Mützen, aber auch von Schals und Stirnbändern, können ins Hörgerät gelangen. Dazu kommt: Weil es unter Mützen oft kuschelig-schwitzig wird, können auch Schweiß, Schüppchen und Talg vermehrt den Weg ins Gerät finden.

Vermeiden lässt sich das durch eine gute Hörgeräte-Pflege. „Um das Hörsystem zu schützen, sollte man es regelmäßig mit einem weichen, fusselfreien Tuch reinigen“, rät Biha-Präsident Eberhard Schmidt. Experten empfehlen, das Hörgerät jeden Tag von Verunreinigungen zu befreien.

Eine weitere Herausforderung fürs Hörgerät: Kondenswasser. So wie Brillen im Winter beim Reinkommen ins Warme beschlagen, kann sich auch in Hörgeräten Feuchtigkeit absetzen. Bleibt diese Feuchtigkeit im System, kann die Technik der Biha zufolge Schaden nehmen.

Um das zu vermeiden, ist es allerdings keine gute Idee, das Hörsystem nahe der Heizung zu parken oder kurz anzuföhnen - Hitze kann nämlich ebenfalls Schaden anrichten. Besser ist es, das Hörsystem über Nacht in einer sogenannten Trockenbox zu verstauen, die dem Hörgerät die Feuchtigkeit entzieht. (DPA)



Gepflegte und trockene Hörsysteme sorgen auch im Winter für zuverlässiges Hören. Foto: Bernd Weißbrod/dpa-mag

FUHRMANN MUNDSTOCK Mein Reiseprofi

2 % Frühbucherrabatt *

Haustürabholung zubuchbar!



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



Skandinavien — 9 Tage Bus-/Schiffsreise

Genusskreuzfahrt mit Johann Lafer nach Skandinavien

Hamburg - Göteborg - Oslo - Kristiansand - Mandal - Skagen - Hamburg

Leistungen

- Transfer zum/vom Schiff mit Bus oder Kleinbus (je nach Teilnehmerzahl)
- Kreuzfahrt gemäß Routenbeschreibung
- 8 x Übernachtung in der gebuchten Kabine an Bord der VASCO DA GAMA
- Starkoch Johann Lafer an Bord (Kochshows, Lesungen & Vorträge)
- Vollpension an Bord
- Deutschsprachige Kreuzfahrtleitung
- Deutschsprachiger Service an Bord
- Erstklassiges Unterhaltungsprogramm
- Nutzung verschiedener Bordeinrichtungen
- Gepäckservice bei Ein- und Ausschiffung
- Alle Hafen- und Passagiergebühren

Termin
01.05. - 09.05.26

Preis pro Person

DZ Innenkabine:	ab **1.939,- €**
DZ Außenkabine:	2.289,- €
Balkonkabine:	3.249,- €
Einzelkabinenpreise auf Anfrage	

Reisecode: NIC-VDGSKI



Deutschland — 2 oder 3 Tage Busreise

Elbphilharmonie Hamburg

Einzigartiges Klangerlebnis

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 1 / 2 x Übernachtung im DZ im jeweilig genannten Hotel in Hamburg
- 1 / 2 x Frühstücksbuffet
- 1 x Abendessen am Anreisetag in einem Restaurant
- 1 x Hafenrundfahrt (nur 28.03. und 07.06.)
- 1 x Stadtführung Hamburg
- 1 x Eintrittskarte der PK3 (28.03./21.06.) bzw. PK1 (07.06.) für das Konzert im Großen Saal in der Elbphilharmonie (Weitere Kategorien zubuchbar)
- freier Zugang zur Elbphilharmonie Plaza
- Kultur- und Tourismusabgabe Hamburg
- durchgehende Reisebegleitung

Termine

28.03. - 30.03.26	3 Tage Super 8 Hotel
07.06. - 09.06.26	3 Tage Arcotel
21.06. - 22.06.26	2 Tage Super 8 Hotel

Preis pro Person

im DZ:	ab **315,- €**
EZ-Zuschlag:	ab 49,- €

Reisecode: D-ELBPHI



Deutschland — 3 Tage Bus-/Schiffsreise

Kurzkreuzfahrt „Rund um Berlin“ mit der MS Sans Souci

Berlin - Brandenburg - Potsdam - Berlin

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Flusskreuzfahrt lt. Reiseverlauf
- Kofferservice an/von Bord
- 2 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Volle Verpflegung auf dem Schiff: Frühstück, Mittag- und Abendessen, Nachmittagskaffee und -tee mit Kuchen
- Begrüßungsgetränk an Bord & festliches Galadinner
- Begrüßungs- und Abschiedsgetränk
- Unterhaltungsprogramm an Bord
- Stadtrundfahrt Berlin
- Stadtführung Brandenburg/Havel
- Stadtrundfahrt Potsdam
- durchgehende Reise- und Busbegleitung während der gesamten Flussreise
- Hafen- und Schleusengebühren

Termin
06.03. - 08.03.26

Preis pro Person

Hauptdeck	
in 2-Bett-Kabine:	ab **399,- €**
Einzelkabine:	ab 489,- €
Oberdeck	
2-Bett-Kabine:	449,- €

Reisecode: D-SSBEBE



Deutschland — 2 Tage Busreise

Howard Carpendale - Meine Abschiedstournee

in der Uber Arena in Berlin

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 1 x Übernachtung im DZ im ****Hotel Berlin, Berlin
- 1 x Frühstücksbuffet
- Stadtführung „Berlin einmal anders“
- 1 x Eintrittskarte PK 3 Howard Carpendale Konzert in der Uber Arena Berlin am 16.04. um 20:00 Uhr
- City-Tax
- durchgehende Reisebegleitung

Termin
16.04. - 17.04.26

Preis pro Person

im DZ:	**359,- €**
EZ-Zuschlag:	59,- €

Weitere buchbare Preiskategorien

Eintrittskarte PK 2	€ 22,-
Eintrittskarte PK 1	€ 40,-

Reisecode: D-HOWIE



Niederlande — 6 Tage Bus-/Schiffsreise

Frühlingserwachen in Holland und Belgien

Düsseldorf – Utrecht – Rotterdam – Antwerpen – Nijmegen – Düsseldorf

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Flusskreuzfahrt laut Reiseverlauf
- Kofferservice an/von Bord
- 5 x Übernachtung in der gebuchten Kabine auf der °°°°MS SEMANON
- All-Inclusive-Verpflegung an Bord: 5 x Frühstück, 3 x 4-Gang-Mittagessen, 4 x Nachmittagskaffee/-tee mit Gebäck, 4 x 4-Gang-Abendessen, 1 x Gala-Dinner mit 5-Gang-Menü, 5x kleiner Mitternachtssnack
- Getränkepaket: Hauswein, Bier vom Fass, alkoholfreies Bier, Softdrinks, Säfte, Kaffee/Tee und Mineralwasser von 10:00 Uhr bis 22:00 Uhr
- Ausflüge laut Reiseverlauf
- Bordreiseleitung
- durchgehende Busbegleitung während der gesamten Flussreise

Termin
17.04. - 22.04.26

Preis pro Person

Hauptdeck	
2-Bett-Kabine	ab **1.199,- €**
Mitteldeck	
2-Bett-Kabine	ab 1.499,- €
Oberdeck	
2-Bett-Kabine	ab 1.599,- €

Reisecode: NL-HOBE



Italien — 8 Tage Busreise

Toskana, Florenz & Pisa

Am Meer wohnen - Toskana erleben!

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 2 x Übernachtung/HP im DZ im Raum Südtirol / Trento
- 5 x Übernachtung an der Versiliaküste im DZ im ***Hotel Dei Tigli in Lidi di Camaiore
- 5 x Frühstücksbuffet
- 4 x Abendessen an der Versiliaküste
- Besichtigung einer „Fattoria“ inkl. Fahrt mit einem Traktor, Abendessen mit Wein, Wasser und Kaffee
- Ausflug Siena und San Gimignano mit Reiseleitung
- Stadtführungen Siena, Florenz, Pisa und Lucca
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflug Insel Elba zubuchbar

Termine
03.05. - 10.05.26
07.06. - 14.06.26
06.09. - 13.09.26
04.10. - 11.10.26

Preis pro Person

im DZ:	ab **1.049,- €**
EZ-Zuschlag:	155,- €

Reisecode: I-TFP



Niederlande — 7 Tage Busreise

Tulpen, Grachten und ein Hausboot

Auf zu Klompen, Käse und Blumenzauber

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Übernachtung mit Frühstücksbuffet an Bord der °°°+MS Olympia
- 1 x mehrgängiges Abendessen
- Kaffee und Tee nach dem Abendessen
- täglich Mitternachtssnack
- Begrüßungs- und Abschiedsgetränk
- Unterhaltung durch Bordmusiker am Abend
- Dinnercruise Richtung Hoek van Holland (ca. 18:00 - 21:00 Uhr) am 2. Abend
- Dinnercruise Richtung Dordrecht (ca. 18:00 - 21:00 Uhr) am 3. Abend
- Eintritt Keukenhof
- Stadtführungen Rotterdam, Den Haag, Scheveningen und Gouda
- durchgehende Reisebegleitung

Termin
08.04. - 11.04.26

Preis pro Person

2-Bett-Kabine Hauptdeck:	**615,- €**
Einzelkabine:	830,- €
2-Bett-Kabine Oberdeck:	795,- €
Einzelkabine:	995,- €

Reisecode: NL-QTUHA



Italien — 9 Tage Busreise

Amalfiküste - Capri & Sorrent

Italiens malerischstes Fleckchen

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus bzw. *****superior Royal-Luxusbus
- 2 x Übernachtung/HP im DZ im Raum Gardasee
- 6 x Übernachtung im DZ im Hotel degli Ulivi in Gragnano
- 6 x Frühstücksbuffet
- 5 x 3-Gang-Abendmenü
- Willkommensgetränk in Gragnano
- 1 x Abschiedsgaladinner mit Live-Musik und Tanz
- Abschiedstorte und Sekt
- Ausflüge Pompeji-Salerno, Neapel, Sorrent, Amalfiküste
- Schifffahrt Amalfi - Salerno
- Kopfhörer für alle Ausflüge
- alle Ausflüge mit Reiseleitung
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflug Capri und Anacapri zubuchbar

Termine
05.05. - 13.05.26
10.06. - 18.06.26
23.08. - 31.08.26
30.10. - 07.11.26

Preis pro Person

im DZ:	ab **1.089,- €**
EZ-Zuschlag:	ab 145,- €

Reisecode: I-QAMALF

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

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

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

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

Besuchen Sie uns im Internet

3274701_002426

ADHS bei Frauen: Was ist anders?

Saulgau. Immer mehr Erwachsene bekommen eine Erstdiagnose für Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörungen (ADHS), so eine aktuelle Studie des Zentralinstituts für die kassenärztliche Versorgung. Die Diagnose kann - insbesondere für Frauen - eine enorme Erleichterung sein. Darauf weist Petra Beschoner, ärztliche Leiterin der Akutklinik Bad Saulgau, hin.

Die Diagnose sei oft ein erster Schritt zu mehr Selbstverständnis, Stabilität und Lebensqualität. Bis dahin würden Frauen mit ADHS oft über Jahre oder Jahrzehnte mit einer inneren Belastung leben und Erklärungen für die Symptome der neurobiologischen Störung bei sich selbst suchen.

Beschoner, Fachärztin für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin, zählt zu den „typischen Warnzeichen" einer ADHS bei Frauen zum Beispiel:

Hinweise können aber auch wiederkehrende Konflikte in Partnerschaft oder am Arbeitsplatz, Stimmungsschwankungen oder selbstschädigendes Verhalten sein. Frauen mit ADHS würden häufig glauben, ständig zu versagen oder nicht zu genügen – obwohl sie viel leisten. Häufig fällt es ihnen auch schwer, Prioritäten zu setzen, Aufgaben zu strukturieren oder zu Ende zu bringen.

Petra Beschoner zufolge sei besonders die „Diskrepanz zwischen Schein und Sein" belastend, was zu Erschöpfung, Selbstzweifeln oder Burn-out führen kann.



Konzentrationsschwierigkeiten, innere Unruhe und Stimmungsschwankungen können Warnzeichen von ADHS sein. Foto: Oliver Killig/dpa/dpa-mag

Weil sich ADHS bei Frauen oft abweichend von Verhaltensweisen zeigt, die üblicherweise mit der Störung in Verbindung gebracht werden und sie sich oft stark anpassen, kann es bis zur Diagnose oft lange dauern. Bei weiblichen Betroffenen ist Experten zufolge etwa bekannt, dass sie im Kindesalter weniger auffallen.

Im Erwachsenenalter würden Frauen mit ADHS eher zur stillen Überforderung neigen und durch Kontrolle, Perfektionismus oder überhöhte Anpassung kompensieren, erklärt Beschoner. „Bis sie die Diagnose erhalten, haben sie oft einen langen Leidensweg hinter sich, geprägt von Fehldiagnosen wie Depression oder Angststörung", so die Fachärztin.

Wo Belastungen im Alltag über längere Zeit das Leben beeinträchtigen, ist eine fachärztliche Abklärung deshalb dringend ratsam. Eine Diagnose erfordert eine ausführliche Anamnese und Beurteilung anhand von Leitlinien durch Fachleute - etwa Fachärzten für Psychiatrie und Psychotherapie, Ärztliche Psychotherapeuten oder Psychologische Psychotherapeuten.

Dem «Infoportal ADHS» zufolge werden für die Diagnose in der sogenannten Exploration zum Beispiel aktuelle Probleme, Belastungen und einzelne Symptome genau erfragt und die Lebensgeschichte sowie die Entwicklung der Probleme bis zur Gegenwart erhoben.

Unter Umständen werden auch Partner, Eltern oder andere Bekannte, die die Person lange kennen, einbezogen, um zu berichten, wann ihnen etwas am Verhalten der Person aufgefallen ist. Daneben kommen Fragebögen, Verhaltensbeobachtungen oder körperliche Untersuchungen zum Einsatz. Die Abklärung einer ADHS dauert üblicherweise mehrere Sitzungen.

Nicht jeder Mensch mit ADHS-Diagnose braucht zwingend eine Therapie. Wo der Leidensdruck groß ist, kann Petra Beschoner zufolge aber eine individuell abgestimmte Kombination aus Psychoedukation, kognitiver Verhaltenstherapie und unter Umständen medikamentöser Unterstützung erfolgreich sein. Medikamente würden vielen Patientinnen dabei helfen, ihre Konzentration und Impulskontrolle zu verbessern.

«Genauso wichtig ist aber, dass Frauen lernen, mit sich selbst mitfühlender umzugehen», betont die Fachärztin. Etwa durch bewusste Pausen oder das Erkennen eigener Grenzen. Auch digitalen Tools, Selbsthilfegruppen oder Coaching-Angebote können unterstützen. Organisationen wie «ADHS Deutschland» bieten etwa Gruppen für Erwachsene in vielen Städten an. (DPA)

Check: Eignet sich Ihr Haus für eine Wärmepumpe?

Dessau-Roßlau/Freiburg. Die Geschichte der Wärmepumpe ist eine Geschichte voller Missverständnisse: Vor allem bei bestehenden Gebäuden sind sich die Besitzerinnen und Besitzer oft unsicher, ob diese Art der Heizung technisch für ihr Haus geeignet ist.

Der neue Gebäudecheck Wärmepumpe soll dabei helfen, Klarheit zu schaffen. Das im Auftrag des Umweltbundesamtes (UBA) entwickelte, kostenlos nutzbare Online-Tool kann nicht nur...

Zuerst einmal müssen alle möglichen Daten zum Gebäude und zu den einzelnen Räumen eingegeben werden. Also bewaffnen Sie sich mit einem Zollstock oder - noch besser - mit einem Lasermessgerät. Am einfachsten geht es natürlich, wenn bemaßte Gebäudepläne vorliegen. Je nachdem, wie viele Räume erfasst werden müssen, soll die Eingabe zwischen 15 und 45 Minuten dauern.

Das Besondere am Gebäudecheck Wärmepumpe ist dem UBA zufolge die raumweise Betrachtung der Heizleistungsbilanz. Die Ergebnisse sollen Immobilienbesitzern mehr etwaige Spielräume für kostengünstige Einzelmaßnahmen aufzeigen. Mit bislang verfügbaren Online-Rechnern lässt sich lediglich eine globale „Alles-oder-nichts"-Betrachtung anstellen, bei der am Ende die Wärmepumpenfähigkeit bescheinigt oder erst einmal die energetische Sanierung des gesamten Gebäudes empfohlen wird.

Ob ein Gebäude bereits für eine Wärmepumpe geeignet ist, lässt sich in der Regel an der sogenannten Vorlauftemperatur des Heizsystems ablesen, erklärt das UBA. Sind 55 Grad Celsius oder weniger ausreichend, ist das Gebäude voraussichtlich effizient mit einer Wärmepumpe beheizbar.



In wenigen Schritten zur Einschätzung: Der kostenlose «Gebäudecheck Wärmepumpe» zeigt, ob und mit welchen Maßnahmen ein Haus «wärmepumpenfähig» ist. Foto: Nico Tapia/dpa-mag

Dabei hänge die benötigte Vorlauftemperatur von der maximalen Heizlast der einzelnen Räume am kältesten Tag der Heizperiode und der Dimensionierung der Heizkörper ab.

Eine aktuelle Studie des Fraunhofer-Instituts für Solare Energiesysteme (ISE) zeigt, dass Wärmepumpen auch in älteren Gebäuden effizient betrieben werden können - und dass sie klimaschonend heizen, ohne dass die Gebäude auf Neubaustandard saniert werden müssen.

Die Wissenschaftler konnten auch keinen Zusammenhang zwischen Gebäude-Baujahr und Wärmepumpen-Effizienz feststellen. In dem Forschungsprojekt waren vier Jahre lang detaillierte Messungen an 77 Wärmepumpen in Ein- bis Dreifamilienhäusern vorgenommen worden.

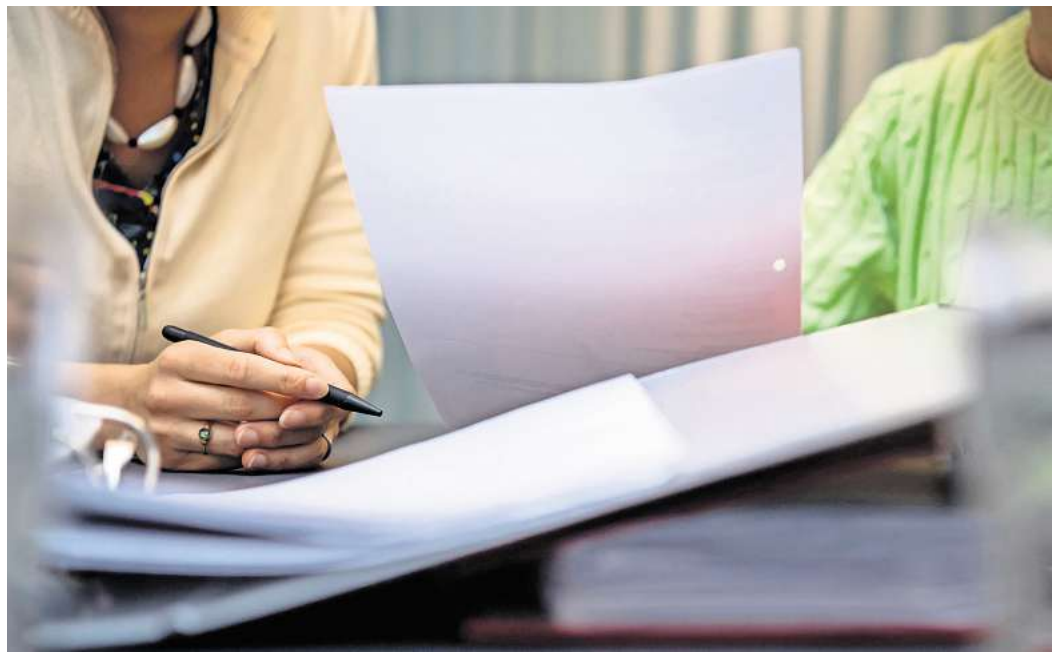
Nachlasspflegschaft: Erhalt von Erbe geht vor Wertsteigerung

Saarbrücken. Wenn Erben zunächst noch ermittelt werden müssen oder sich zunächst weigern, ein Erbe anzutreten, setzen Nachlassgerichte oft sogenannte Nachlasspfleger ein. Sie sind in der Zwischenzeit dafür verantwortlich, den Nachlass zu erhalten und die Vermögensinteressen der Erben zu wahren. Ihre Handlungsbefugnis ist darum einigermaßen beschränkt - wollen Sie vorhandene Vermögenswerte umwandeln, benötigt es zum Beispiel die Zustimmung des Nachlassgerichts.

In einem konkreten Fall, der jüngst vor dem Oberlandesgericht (OLG) Saarbrücken (Az. 5 W 34/25) verhandelt wurde, hatte ein Nachlasspfleger diese notwendige Zustimmung sogar erhalten - und musste später trotzdem feststellen, dass er einen gewünschten Verkauf eines im Nachlass befindlichen Grundstücks nicht hätte vollziehen dürfen. Eine Frau, die das Erbe für sich beanspruchte, hatte sich im Nachgang nicht einverstanden mit der Maßnahme gezeigt und wehrte sich.

Sie wandte ein, dass für eine Veräußerung des Grundstücks keine ausreichenden Gründe bestünden. Der Nachlasspfleger wollte das Grundstück samt renovierungsbedürftigem Zweifamilienhaus verkaufen, weil er überzeugt war, damit ein lukratives Geschäft für die Erben einzufädeln - und Schaden vom Nachlass abzuwenden. Seiner Darstellung nach konnten die mit der Immobilie generierten Mieteinnahmen nicht einmal deren laufende Kosten decken. Der Verkaufserlös lag hingegen bei 230.000 Euro, obwohl die Immobilie laut Gutachten nur rund 176.000 Euro wert sein sollte.

Trotzdem nicht in Ordnung befand später auch das OLG. Ihm zufolge hätte das Nachlassgericht die Genehmigung zum Verkauf nicht erteilen dürfen, weil dieser dem maßgeblichen Interesse aller Erben widersprach. Weil Sicherung und Erhalt eines Nachlasses Vorrang vor der Vermehrung haben, benötige es für die Zulässigkeit einer Grundstücksveräußerung besondere sachliche Gründe. Diese sah das Gericht hier nicht als gegeben.



Schutz der Erbeninteressen: Nachlassgerichte müssen bei Genehmigungen prüfen, ob Maßnahmen den Interessen aller Erben entsprechen. Foto: Nico Tapia/dpa-mag

Weil der bauliche Zustand der Immobilie als befriedigend beurteilt wurde, konnte das Gericht keine aktuell drohende Wertminderung feststellen, die einen Verkauf hätte rechtfertigen können. Auch die Unverhältnismäßigkeit laufender Kosten konnte das Gericht nicht erkennen. Selbst dass der Verkaufspreis den Verkehrswert übersteigt, sei nicht ausschlaggebend. Immerhin stehe so der Zuwachs von Barvermögen dem Verlust von Grundstückseigentum, einem besonders bestandskräftigen Wert, gegenüber.

Auf den Beschluss des OLG Saarbrücken verweist die Arbeitsgemeinschaft Erbrecht des Deutschen Anwaltvereins. (DPA)

Signal führt Umfragen für Gruppenchats ein

Berlin. Welcher Termin, welches Essen, welche Aktivität? Möchten Gruppen etwas unternehmen, muss früher oder später abgestimmt werden. Vielleicht ist aber auch nur ein allgemeines Stimmungsbild zu einem bestimmten Thema gefragt.

Damit solche Prozesse nicht auf irgendwelche anderen Seiten oder Tools ausgelagert werden müssen, hat Signal nun eine Umfrage- und Abstimmungsfunktion für Gruppenchats in den Messenger integriert, wie die Signal Foundation mitteilt.

Um eine Umfrage oder Abstimmung in Signal zu erstellen, tippt man beim Verfassen einer Nachricht einfach auf die „+"-Schaltfläche neben dem Texteingabefeld. Als Nächstes wählt man „Umfrage" aus und kann dann die jeweilige Frage sowie bis zu zehn Antwortoptionen formulieren.

Danach muss nur noch entschieden werden, ob die Gruppenmitglieder mehrere Antwortoptionen oder nur eine davon auswählen dürfen. Letztere Einstellung hilft dabei, zu eindeutigen Entscheidungen zu gelangen.



Signal ermöglicht jetzt Umfragen direkt im Gruppenchat: Entscheidungen lassen sich unkompliziert gemeinsam treffen. Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Der Initiator oder die Initiatorin kann die Umfrage jederzeit beenden, indem er oder sie auf die Schaltfläche „Stimmen anzeigen" tippt, die unterhalb der Abstimmung im Chat zu finden ist.

Umfragen in Signal sind wie alle Chat-Inhalte des Messengers Ende-zu-Ende verschlüsselt und nur für die jeweiligen Mitglieder des Gruppenchats sichtbar. Die Antworten sind jedoch nicht anonym. Das heißt, jeder in der Gruppe kann sehen, wer wofür abgestimmt hat.

Nach einem Update der Signal-App auf die neueste Version sollte das Umfrage-Feature sofort zur Verfügung stehen - sowohl unter Android und iOS als auch in der Desktop-App.

Messenger-Konkurrent Whatsapp bietet Umfragen im Chat schon seit längerer Zeit an. (DPA)

SCHULRANZEN PARTY



16. Januar 13 - 17 Uhr
17. Januar 9 - 16 Uhr
Automeile Wolfsburg
Gebrauchtwagenzentrum
(zwischen Audi und Skoda, hinter Cupra)
Heinrich-Nordhoff-Str. 127

- ergonomische Schulranzen
- große Auswahl an Modellen und Motiven
- Qualifizierte Beratung

präsentiert von :
ORDEO.DE

AOK
büroprofi
Köhn's Büromarkt
ordeo.de

37014001_002425

WO SOLL DIE NÄCHSTE REISE HINGEHEN?
Der reisereporter verrät die schönsten Ziele in Deutschland und Europa – vom Meer bis an die Berge, von angesagten Orten bis zu echten Geheimtipps.
» **www.reisereporter.de/reiseziele**



FOTO: IMAGO IMAGES

Das erlebst du auf dem ersten tschechischen Rundwanderweg

Teilstrecken oder anspruchsvolle **Mehrtageswanderungen** sind möglich



Der Nationalpark Podyjí lockt mit unberührter Natur. FOTO: IMAGO IMAGES/ DEPOSITPHOTOS

Hier zählt jeder Schritt: Auf 2000 Kilometern führt der Rundwanderweg Stezka Českem entlang der tschechischen Landesgrenze. Der Fernwanderweg ist in eine Nord- und Südroute unterteilt und bietet spektakuläre Naturstrecken.

Der Wunsch, abseits der Massen unterwegs zu sein und möglichst vielfältige Eindrücke zu sammeln, wird auf dem Wanderweg Stezka Českem in Tschechien Realität. Die Seite Visit-Czechia wirbt sogar damit, dass die Route durch die wildesten Regionen des Landes führt.

Der Rundwanderweg eignet sich für jeden Anspruch: um Teilstrecken zu erkunden oder für anspruchsvolle Mehrtageswanderungen. Der reisereporter präsentiert dir einige Höhepunkte, die dich auf dem Rundwanderweg, der in eine 1000 Kilometer lange Nord- und eine ebenso lange Südroute unterteilt ist, erwarten.

Die Nordroute des Stezka Českem

Die Nordroute startet am westlichsten Punkt von Tschechien und bietet auf zehn Abschnitten tolle Natureindrücke. Der erste Abschnitt führt durchs Grenzgebiet und entlang des Erzgebirges.

Besondere Naturimpressionen warten auf der rund 100 Kilometer langen Teilstrecke, die durch die Böhmische Schweiz und in die Natur rund um das Lausitzer Gebirge führt. Auf dem Weg kannst du die Landschaft in vollen Zügen genießen und hier und da tauchen malerische Dörfer wie Postkartenmotive in der Gegend auf, wenn du auf den größtenteils einsamen Pfaden wandelst.

Ein 107 Kilometer langer Abschnitt führt dich außerdem durch das Isergebirge und zum Bergdorf Jizerka, bevor es zum Hauptkamm des Riesengebirges geht, vorbei an der unübersehbaren Labská bouda, einer ursprünglichen Schutzhütte, die in der Nähe des Elbfalls liegt. Anschließend trifft die Route auf den polnisch-tschechischen Freundschaftsweg.

Eine der landschaftlich spektakulärsten Strecken der Route führt durch die Adersbach-Weckelsdorfer Felsenstadt. Riesige Felsformationen ragen hier gen Himmel und bilden eine unwirkliche Landschaft, die geschätzte 89 Millionen Jahre alt ist und als größte Felsenstadt Europas gilt.

Achtung: Wer diesen Abschnitt wandern möchte, muss vorab eine Eintrittskarte für die Felsenstadt erwerben.

Auch geschichtlich hat die Nordroute etwas zu bieten. Auf der Etappe durch das Adlergebirge sind viele Bunker und Ausstellungen zu Kriegsrelikten aus dem Zweiten Weltkrieg zu finden und Aussichtspunkte liefern Weitblick, wenn es über den bewaldeten Bergkamm geht.

Die Südroute des Stezka Českem

Natürlich geizen auch die 1000 Kilometer der Südroute nicht mit anmutigen Landschaften und Höhepunkten. Diese Route ist in zehn Abschnitte unterteilt, die einiges zu bieten haben, was das Wanderherz höherschlagen lässt. Viele ruhige Strecken, die eine Art meditatives Wandern zulassen, gehören zum südlichen Routenverlauf.

Los geht es im äußersten Osten des Landes durch die Gebirgszüge der Beskiden und hinauf in die Javorníky-Berge und in die Weißen Karpaten. Wenig Zivilisation und sehr ruhige Abschnitte lassen Platz für die Gedanken. Auf dem vierten Abschnitt der Südroute geht es in den Nationalpark Podyjí, den kleinsten Nationalpark des Landes. Hier wanderst du durch schattige Abschnitte und genießt Wälder, Felsen und Aussichten auf den Fluss Dyje.

Ein weiteres Landschaftshighlight ist Česká Kanada, das Böhmische Kanada, das an der Grenze zu Österreich liegt. Zu den Attraktionen dieses Abschnitts zählt die Vranovská přehrada, auf Deutsch Talsperre Frain genannt, mit dem dazugehörigen Stausee, der für seine hervorragende Wasserqualität bekannt ist und zu Bootstouren, zum Schwimmen und Wassersport einlädt. Auch die Burg Landstein und die Stadt Slavonice mit ihren ursprünglichen, verzierten Renaissancegiebeln machen diesen Abschnitt so besonders.

Als eine der schönsten Strecken der gesamten Fernwanderung wird jene angepriesen, die durch den zentralen Teil des Böhmerwaldes führt. Gipfelglück und verlassene Dorfruinen gehören hier zu den Erlebnissen. Als besonders spektakulär gilt der Abschnitt auf dem Kammweg zwischen dem Plöckenstein und dem Dreisesselberg.

Wer die Südroute im Osten gestartet hat, bekommt auf dem vorletzten Abschnitt, der durch den westlichen Böhmerwald führt, Seenkulissen präsentiert und der 1293 Meter hohe markante Berg Ostrý entlohnt mit gigantischen Aussichten. Auch auf dieser Strecke wanderst du größtenteils allein.

Die Trail Angels des Wanderwegs Stezka Českem

Eine Besonderheit des Rundwanderweges Stezka Českem sind seine „Engel", die als eifrige Unterstützende der Wandernden in Erscheinung treten.

Die Rede ist von den sogenannten Trail Angels, die entlang der Rundwanderung ihre Hilfe anbieten. Diese Begebenheit verstärkt den nicht kommerziellen Charakter des Wanderwegs, der von Wanderbegeisterten ins Leben gerufen wurde.

Trail Angels sind Personen, die in der Nähe des Wanderwegs wohnen und verschiedene Hilfestellungen anbieten. Die Unterstützung reicht von Angeboten wie Kleidung trocknen und Handy laden bis zu einem Platz zum Campen oder Schlafen sowie ein wenig Begleitung entlang des Weges. Im detaillierten Reiseplan sind die Kontaktdaten und die jeweils angebotene Hilfe der Trail Angels verzeichnet. Das Konzept stammt aus dem Weitwandern und soll das Gemeinschaftsgefühl stärken.

Weitere Informationen findest du unter:
» **www.reisereporter.de/tschechien-wandern**

Multivitaminsäfte im „Öko-Test“: Gut ist nur einer

Frankfurt am Main. Maracuja, Orange, Ananas: Auf den Verpackungen von Multivitaminsäften prangen allerlei exotische Früchte. Wer ein solches Produkt in den Wagen legt, kauft aber zum Großteil Apfelsaft - bis zu 80 Prozent beträgt sein Anteil in den Saftmischungen.

Was steckt noch drin, vor allem mit Blick auf die Vitaminzusätze? Das wollte die Zeitschrift „Öko-Test“ wissen und hat 18 Multivitaminsäfte untersucht (Ausgabe 1/2026). Ihr Fazit fällt wenig begeistert aus: „Wir sehen bei vielen der gelborangenen Säfte rot.“ Insbesondere aus zwei Gründen gibt es für viele Säfte kräftige Punktabzüge.

Dass ein Multivitaminsaft so eine Bandbreite an Vitaminen liefert, liegt daran, dass sie ihm künstlich zugesetzt werden. Von Vitamin C über Vitamin E bis Folsäure: Bis zu elf Vitaminzusätze mischen die Hersteller den Produkten bei. Der Test zeigt, dass sie diese Zusätze in vielen Fällen zu hoch dosieren.

Das Problem: Das Motto „Viel hilft viel“ gilt bei Vitaminen nicht. Nimmt der Körper über angereicherte Lebensmittel mehr auf, als er braucht, entsteht im besten Fall bloß teurer Urin - der Körper scheidet Überflüssiges wieder aus.



Kaum überzeugende Testergebnisse: Nur ein Multivitaminsaft erhielt im «Öko-Test» eine gute Bewertung. Foto: Franziska Gabbert/dpa-mag

Bei einigen Vitaminen hingegen drohen Gesundheitsrisiken, wenn man zu viel davon aufnimmt. Daher hat das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) Höchstmengenempfehlungen entwickelt, die auch Grundlage für die „Öko-Test“-Bewertung sind. Die Erkenntnis: In jedem Saft gibt es mindestens ein Vitamin, das die BfR-Höchstmengenempfehlungen überschreitet. Bei den meisten Produkten sind sogar drei oder vier Vitaminzusätze zu hoch dosiert.

Ein Saft enthält zudem Vitamin A. Dabei handelt es sich um ein Vitamin, das nach BfR-Empfehlung Lebensmitteln - mit Ausnahme von Margarine - gar nicht zugesetzt werden sollte. Denn eine hohe Aufnahme kann schaden. Vor allem Schwangere sollten aufpassen: In den ersten Monaten kann sich dadurch das Risiko für Fehlbildungen des Kindes erhöhen.

In 15 der 18 untersuchten Säfte entdeckte „Öko-Test“ ein Abbauprodukt des Pestizids Captan. Während das Pestizid selbst als vermutlich krebserregend gilt, ist das beim Abbauprodukt nicht der Fall. „Wir werten aber ab, weil Captan für die Menschen in den Ursprungsländern, die damit in Kontakt kommen, eine Gesundheitsgefahr darstellt“, schreiben die Testerinnen und Tester.

Und es gab weitere Pestizidrückstände - oft blieb es nicht nur bei einem. So summieren sich bei zwei Säften jeweils vier Pestizidrückstände auf. Zwar bedeuten die gemessenen Gehalte laut „Öko-Test“ keine akute Gesundheitsgefahr. Doch es ist nur wenig darüber bekannt, welche Wechselwirkungen zwischen einzelnen Stoffen entstehen können. Auch das bedeutet: Punktabzug.

Die Hälfte der Multivitaminsäfte rasselt mit den Noten „mangelhaft“ und „ungenügend“ durch. Am anderen Ende des Notenspiegels ist es deutlich einsamer. Nur ein einziger Saft bekommt die Note „gut“: der „K-Classic Multivitaminsaft“ von Kaufland (Glockengold). DPA)

Prime-Werbung wider Willen: Geld zurück per Sammelklage

München. Werbung akzeptieren oder 2,99 Euro im Monat extra zahlen: Diese Amazon-Prime-Vertragsänderung ohne Zustimmung der Kunden im Februar 2024 war unzulässig, hat das Landgericht München I kürzlich festgestellt (Az.: 33 O 3266/24).

In einem separaten Verfahren hat die Verbraucherzentrale Sachsen wegen der Werbe-Causa schon im Frühjahr 2024 eine Sammelklage gegen Amazon eingereicht, der sich Betroffene nach wie vor anschließen können. Damit wollen die Verbraucherschützer unter anderem erreichen, dass Amazon-Prime-Kundinnen und -Kunden eine Entschädigung erhalten. Aktuell wären das knapp 66 Euro - 2,99 Euro für 22 Monate seit Februar 2024.

Mitmachen bei der Sammelklage ist kostenlos: Man muss sich lediglich ins Klageregister beim Bundesjustizamt eintragen. Eine Ausfüllhilfe und ausführliche Fragen und Antworten zur Sammelklage hat die Verbraucherzentrale Sachsen auf ihrer Webseite zusammengestellt.

Eine Anmeldung zu einer weiteren, von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen Anfang Dezember 2025 beim Oberlandesgericht Hamm eingereichten Sammelklage gegen die Prime-Preiserhöhung im Herbst 2022 muss getrennt erfolgen.

Interessierte Betroffene können sich auf der Webseite der Verbraucherzentrale für einen Newsletter anmelden und erfahren so, wann das Klageregister für diese Preiserhöhungs-Sammelklage eröffnet wird und sie sich dort eintragen können.

Klägerin beim Verfahren zur Prime-Werbung vor dem Landgericht München I war der Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv). In diesem Verfahren kam das Gericht zu dem Schluss, dass weder die Amazon-Nutzungsbedingungen noch das Gesetz eine einseitige Vertragsänderung erlauben: Ein werbefreies Programm sei Vertragsgegenstand, die E-Mail-Ankündigung zur Änderung irreführend gewesen. Amazon müsse das gegenüber den Kunden richtigstellen.



Sammelklage für Betroffene: Amazon-Prime-Kunden können sich weiterhin der Klage der Verbraucherzentrale Sachsen anschließen und eine Entschädigung fordern. Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Mit dem Verfahren will der vzbv nach eigenem Bekunden außerdem erreichen, dass Amazon ähnliche Änderungsversuche in Zukunft unterlässt. Das Urteil ist aber noch nicht rechtskräftig. DPA

Skilehrer: Lernerfolg hängt auch vom Material ab

Grainau. Wer Skifahren lernen möchte, muss sich vor allem die entsprechende Technik aneignen. Der Lernerfolg hänge aber auch vom Material ab, sagt Martin Brandlhuber vom Deutschen Skilehrerverband (DSLV).

Die Skier sollten die passende Länge für die eigene Körpergröße haben und auch präpariert sein. Heißt: Die Beläge sind gewachst, damit sie gut über den Schnee gleiten.

Und die Kanten sollten geschliffen sein, denn das erleichtert das Abbremsen und Lenken. Im Zweifel sollte man sich Skier und passende Schuhe für die ersten Pistentage beim Skiverleih ausleihen, rät Brandlhuber.

„Wer denkt: Für den Anfang nehme ich altes Material von meinen Eltern oder von meinen Freunden, wird vermutlich nicht glücklich. Die Ski sind vielleicht zu kurz oder lang, rutschen und greifen nicht mehr richtig. Die Schuhe sind vielleicht zu groß oder zu klein“, so der Experte.

So ausgerüstet werde es wesentlich schwieriger, die ersten Schwünge auf der Piste zu meistern. (DPA)



Täglich digital.

Samstags zum Blättern.

AZ/WAZ Digital & samstags gedruckte Ausgabe

4 Wochen für nur

1€

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

Jetzt hier bestellen:
0800 12 34-902 (AZ) bzw. 0800 12 34-905 (WAZ)
abo.WAZ-online.de/hybridlesen

Aller-Zeitung
Wolfsburger Allgemeine
AZ WAZ

Abtrennen und ab die Post

rnd Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

☑ **Ja, ich möchte für 4 Wochen die ☐ AZ bzw. ☐ WAZ (E-Paper und AZ/WAZ+) und die gedruckte Ausgabe der AZ bzw. WAZ am Samstag für 1€ bestellen!**

Die Lieferung soll beginnen am:
(spätestens am 31.03.2026) _____

Name, Vorname .....

Straße, Hausnummer .....

PLZ, Wohnort .....

Geburtsdatum _____ Telefon .....

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

Nach den ersten 4 Wochen läuft Ihr Abonnement für mindestens 6 Monate und verlängert sich anschließend automatisch – so lange, bis Sie es beenden möchten. Ab der 5. Woche gilt der aktuelle Bezugspreis. Dieser beträgt zurzeit 12,23 € pro Woche.

91517/3

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

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

D E _____
IBAN

.....
Bankinstitut

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

Ich bestätige, dass die Einwilligung freiwillig erfolgte. Der Nutzung meiner personenbezogenen Daten durch die AZ bzw. WAZ kann ich jederzeit telefonisch (AZ: 0800 12 34902; WAZ: 0800 12 34-905), schriftlich (Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG, AZ/WAZ, Leserservice, Steinweg 73, 38518 Gifhorn) oder per E-Mail (AZ: vertrieb@aller-zeitung.de; WAZ: vertrieb@waz-online.de) widersprechen.

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

_____ ✗ .....
Datum Unterschrift

33933901_002425

Vorsicht Flammenspiel: Worauf achten beim Ethanol-Kamin?

Hamburg/Düsseldorf. Kaminromantik ganz ohne Ruß und Schornstein? Das soll mit Indoor-Ethanol-Öfen möglich sein. Die Geräte lassen sich leicht aufstellen, anfeuern und es gibt sie etwa auch als Tischkamin. Doch es kommt mit den Geräten immer wieder zu Explosionen und Bränden, warnt die Aktion Das sichere Haus (DSH). Und noch mehr: Laut Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen können beim Betrieb der Ethanol-Kamine gesundheitsschädliche Substanzen entstehen.

Wer dennoch nicht auf das Flackern des Kaminersatzes verzichten will, der sollte also zumindest Vorsicht walten lassen – und ein paar Dinge beherzigen:

Wer einen Indoor-Ethanol-Ofen ansteckt, muss die Fenster öffnen. Denn die Verbrennung des Bioethanols verbraucht Sauerstoff und durch unvollständige Verbrennung können neben Kohlendioxid und Wasser auch gesundheitsschädliche Substanzen wie Formaldehyd und Benzol entstehen. Menschen, die an Atemwegs- oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden, sollten laut DSH also besser ganz auf den Ethanol-Kaminersatz verzichten.



Ethanol-Kamine versprechen Gemütlichkeit. Bei der Handhabung gibt es jedoch einiges zu beachten. Foto: Inga Kjer/dpa-mag

Generell gilt:

Was für Kerzen und Co. gilt, das gilt auch für den Ethanol-Kaminersatz: Er darf nur unter Aufsicht brennen – und sollte, so rät es die Verbraucherzentrale NRW, bis zum Erlöschen immer im Blick behalten werden. Hat man Kinder oder Haustiere, sollte man besser ganz aufs Anwerfen des Ersatzkamins verzichten.

Der Aktion das Sichere Haus zufolge sollte man fürs Anzünden ein Stabfeuerzeug oder ein langes Streichholz verwenden – und dabei Abstand zum Ethanol-Ofen halten.

Zurückhaltung ist beim Nachfüllen des Bioethanols geboten: Achten Sie dabei unbedingt darauf, die maximale Füllmenge des Geräts nicht zu überschreiten. Denn Ethanol bildet mit Luft schon bei Temperaturen über 21 Grad ein leicht entzündliches und explosionsfähiges Gemisch. Läuft beim Befüllen etwas Bioethanol daneben und entzündet sich, steht die Umgebung schnell in Flammen.

Und auch wer den Brennstoff in den noch warmen Kamin füllt, der riskiert, dass sich das Bioethanol explosionsartig entzündet, so DSH. Es kann also etwas Geduld gefragt sein: Bis alles abgekühlt ist, vergehen womöglich mehrere Stunden.

Wichtig ist ein möglichst sicherer Standort für den Ersatzkamin: auf einer stabilen Unterlage und in sicherer Entfernung zu Vorhängen, Möbeln, Dekoartikeln und anderen brennbaren Gegenständen. DSH rät außerdem, eine Löschdecke oder ein Schaumfeuerlöscher griffbereit zu haben. Auf keinen Fall darf man versuchen Ethanol mit Wasser zu löschen.

Lagern muss man den Brennstoff übrigens immer gut verschlossen. Ist das außerhalb des Wohnraums nicht möglich, empfiehlt DSH einen kühlen Raum, in dem es keine offenen Flammen gibt. DPA)

Fernreise geplant? Rechtzeitig Impfschutz prüfen

Berlin. Oft sind sie eine Empfehlung, mitunter auch Vorschrift, um in ein Land einreisen zu können: Vor Fernreisen sollten sich Urlauber rechtzeitig über ratsame oder notwendige Impfungen schlaumachen.

Braucht es also eine Immunisierung gegen Krankheiten wie Hepatitis A, Japanische Enzephalitis, Tollwut oder Cholera? Bestenfalls kümmert man sich darum sechs bis acht Wochen vor Reiseantritt, empfiehlt die Deutsche Fachgesellschaft für Reisemedizin (DFR). Mit dem Impfpass in der Tasche geht es dafür zum Hausarzt oder in eine reisemedizinische Praxis. Auch Tropeninstitute und einige Gesundheitsämter beraten dazu.

Wer sich dazu auch selbst belesen will, findet in den Reisehinweisen des Auswärtigen Amtes unter dem Punkt «Gesundheit» Informationen. Auch das Robert Koch-Institut (RKI) stellt im Internet eine umfangreiche Übersicht bereit, die sich auch nach einzelnen Ländern durchsuchen lässt.

„Wenn möglich, sollten Impfungen spätestens zwei Wochen vor Reiseantritt abgeschlossen sein", rät DFR-Vizepräsident Markus Frühwein. So kann der Körper Immunität aufbauen, und Impfreaktionen klingen vor der Reise ab.

Sind mehrere Impfungen notwendig, gilt laut der Fachgesellschaft:

Wer sich mit Blick auf Reiseimpfungen beraten lässt, kann diese Gelegenheit laut der DFR auch zur Auffrischung von Standardimpfungen nutzen. Das sind von der Ständigen Impfkommission (Stiko) empfohlene Impfungen. Denn die Impfquoten seien hier lückenhaft, heißt es unter Verweis auf RKI-Zahlen.

Doch überfordern mehrere Impfungen nicht das Immunsystem? Diese Vorstellung sei falsch und wissenschaftlich nicht gedeckt, so Markus Frühwein. Es gebe daher keine feste Maximalgrenze für gleichzeitig verabreichte Impfungen. „Hier muss in Rücksprache mit dem Patienten oder der Patientin abgewogen werden, je nach Reiseland und -art und dem sich daraus ergebenden Infektionsrisiko." (DPA)



Reiseimpfungen sind eine gute Gelegenheit, auch Standardimpfungen aufzufrischen. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Gut versichert im Skiurlaub: Diese Policen braucht es

Hamburg. Ein Skiurlaub zählt zu den eher riskanten Reisen. Auf den Pisten besteht immer die Gefahr, sich selbst oder andere zu verletzen.

Wie zu Hause seien deshalb auch im Schnee eine Berufsunfähigkeits- und eine Privathaftpflichtversicherung unverzichtbar, rät der Bund der Versicherten (BdV). Geht es über die Grenze, sollte man darüber hinaus eine Auslandsreisekrankenversicherung abgeschlossen haben.

Laut BdV nicht existenziell, aber oft sinnvoll für Winterurlauber: eine private Unfallversicherung. Sie sichert demnach eine unfallbedingte Invalidität ab und übernimmt bestenfalls die Kosten für Rettungs- und Bergungseinsätze – die in Bergen schnell mehr als Zehntausend Euro kosten. Ob und bis zu welchem Betrag Bergungskosten mitversichert sind, sollte man prüfen. Auch die Auslandsreisekrankenversicherung zahlt diese je nach Vertrag. (DPA)

STELLENANGEBOTE ALLGEMEIN

Dein Job in Gifhorn und Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in
- Leiferde
- Müden
- Parsau
- Caleberlah
- Isenbüttel
- Gifhorn
- VOitze
- WOB Tiergartenbreite

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)

3202501_002426

Schülerjob gesucht?

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

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



Freie Gebiete:
- Bockensdorf
- Almke
- Groß Sisbeck
- Osloss
- Voitze
- Zicherie
- Reislingen-Südwest

hallo WOLFSBURG wochenende

3202801_002426

Praxis sucht MFA, Empfangskraft in TZ/Minijob. ☎(01522) 1683009

Helfer im Garten- und Landschaftsbau mit FS CE Erfahrung aus der Landwirtschaft wären hilfreich. Lust auf ein tolles Team? Hellkuhl-Galabau mail@andreas-hellkuhl.de, 05373/6267

Landschaftsgärtner gesucht. Bock auf spannende Projekte in einem tollen Team? Hellkuhl-Galabau, mail@andreas-hellkuhl.de 05373/6267

STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL

Gründliche Reinigungskraft in WOB Laagberg für sonntags gesucht, ab 50 J., ☎0172/4149254

STELLENGESUCHE HAUSPERSONAL

Putzstelle in Wolfsburg gesucht. ☎ 05361/4631356

MINIJOBS ANGEBOTE

Reinigungskraft MINIJOB m/w/d, Siemes Schuhcenter, Eyßelheideweg 1-7, 38518 Gifhorn, Arbeitszeit: Mo-Sa 8:30 – 9:45 Uhr, Bewerbung telefonisch unter: ☎ 02452 1571494

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Fliesenleger sucht Arbeit. ☎ 0160/ 977 39 654

BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

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

Omi mit viel Freizeit ☎0179/5491161

BEKANNTSCHAFTEN FÜR SIE

ER 65 kein Opatyp an liebevolle SIE abzugeben ✉ Z 381367

BEKANNTSCHAFTEN FÜR IHN

Neues Jahr, neues Glück. Mir fehlt nur noch mein Gegenstück. Zusammen ist man weniger allein. Ich würde gerne einen netten optimistisch eingestellten Partner kennen lernen. Ich bin 69 Jahre und Witwe. ✉ Z 381831

KONTAKTANZEIGEN

Reif/Scharf, ☎ (0152)23034716 GF

VERKAUF PKW

VW ALLGEMEIN

Taigo life 1.0, EZ 02/23, 16tKm, Klima, Navi, Farbe green metall., 110PS, LED-Matrix, 2 Jahre Garantie, VB 17.400€, ☎05373-1741

VW LUPO

Lupo, schwarz, 44 kW, TÜV neu, sehr guter Zustand, Klima + Extras, 2.800€ VB ☎0152/11545982

ANKAUF PKW

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

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

Unfall +Totalschäden – Gebrauchtwagen –
VW, Audi, Opel, Ford, MB, Japaner, Skoda, Busse usw., Bj. 2004 – 2026
ZAHLE HÖCHSTPREISE
☎ (05365) 88 66 F. H. Autohandel
3129901_002426

KRAFTRÄDER

VERKAUF KRAFTRÄDER

Verkaufe Vesper Roller 125 GTO, Typ M31, 11.000 km gelaufen, gepflegt, VB, ☎ 05833-1835

MOTORROLLER

Vespa
Bei Ihrem Vertragshändler
Küttner · Gifhorn
Schillerplatz 7 · Telefon (0 53 71) 43 44
www.kuettner24.de
20696001_002425

Verkaufe E-Roller, E-Max 11 0S, 45km, 9tkm gelaufen, VB. ☎0151/25212243

CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

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

GESUNDHEITSPFLEGE / -DIENST

SALZGROTTE WOLFSBURG
Aufatmen! Auch orig. Thaimassage & Naturheilpraxis
Röntgenstr. 83 • 0 53 61 - 84 86 459
www.salzgrotten.eu
TIPP: LAVITA & Hydrojet!
3365501_002426

HANDWERKER

Dachtechnik Angebot 25% Rabatt für Neukunden auf Dacharbeiten Flachdach Ziegel Dach Schornstein Sanierung 8€ der Quadratmeter für Dachreinigung statt 18€ Dachrinnen Reinigung ☎ 0531/40200245

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

BADSANIERUNG

Badumbau inkl. Fliesen- und Sanitärarbeiten zu fairen Preisen, ☎(05833) 9555115 oder 0170/5412865

Die aktuelle Wochenendzeitung
hallo wochenende

ENTRÜMPELUNG

PIT
Inh. Ingo Pütz
Hasselbachstr. 20
38446 Wolfsburg
• Haushaltsauflösungen
• Entrümpelungen
• Trödel-Ankauf aller Art
WOB 0 53 65 - 94 14 54
Mobil 01 75 - 819 36 81
3335101_002426

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

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

GEBÄUDE- & FENSTERREINIGUNG

Fensterreinigung

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

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

MALER / TAPEZIERER

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

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

HANDWERKSARBEIT ZU VERGEBEN

Kindermann Gartenpflege

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

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
Vertrieb:
Verlagshaus Werderstraße 49, 31224 Peine
(08 00) 1234-909
E-Mail Gifhorn: vertrieb@hallogifhorn.de
E-Mail Wolfsburg: vertrieb@hallowolfsburg.de
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

37211801_002425

GÄRTNER

Gärtner su. Arbeit, Gartenpflege, Heckenschnitt, Baumfällung, usw. Biete auch preiswerte Entrümpelungen u. Haushaltsaufl. an. (01 57) 78 79 23 97

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

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

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

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

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

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

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

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

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

MÖBELTRANSPORTE

PLATE UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestr. 4 · 38112 Braunschweig
Kostenlose Servicenummer
0800-0400666
info@plate-umzuege.de
3049501_002426

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

IMMOBILIENMARKT ANGEBOTE

BAUGRUNDSTÜCKE

Verkaufe Bauplätze , Teilerschlossen . Tel 01716940368

IMMOBILIENMARKT GESUCHE

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

Suche EFH oder 4 Zi.-EG-ETW, max. 150 m² Wfl. mit kl. Grdst., im LK GF, nur von privat. ☎ 0176/51610153

MEHRFAMILIENHÄUSER

Mehrfam.haus gesucht
Kapitalanleger sucht MFH od. Wohn-/Geschäftshaus in der Region bis ca. 1,5 Mio, je nach Zustand/Größe. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

EIN- & ZWEIFAMILIENHÄUSER

2 Generationen suchen...
... Haus mit Einliegerwhg., ZFH oder Do.haus, gern mit mehreren Bädern. Budget bis ca. 600.000,-. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

WOB + 10 km gesucht
Großzüg. Haus mit Garten u. mind. 5 Zi von Familie aus Nürnberg gesucht. Gern mit Garage oder Carport. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Aus den 90ern gesucht
Sales-Manager und seine Partnerin suchen gepfl. Haus od. DHH ab 100m² Wfl, gern 80er/90er Baujahre. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Anbindung an B4 gesu.
Junges Ehepaar, bald Eltern, suchen gepfl. Haus/Haushälfte ab 4 Zi u. mit Garten zwischen BS und GF. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

Bis ca. 350.000,- gesu.
Chemielaborant, seine Frau u. Tochter Lilli suchen solides Haus, DHH od. RH, auch renov.bed, im Raum WOB. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

"Häuschen" gesucht
Lehrerin und Therapeut suchen kl. Siedlungs-/Reihenhaus od. Haushälfte ab 70m² Wfl im Raum GF. 05361-6542969, ella-henke-immobilien.de

EIGENTUMSWOHNUNGEN

3 Zimmer in WOB gesu.
Assistenzärztin und ihr Mann suchen helle 3-Zi-Eigentumswhg. mit Balkon und moderner Ausstattung. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

In GF und Umkreis gesu.
Manager sucht helle Eigentumswhg mit 2-3 Zi und gern Kellerraum. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

BAUGRUNDSTÜCKE

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

WOHNUNGSMARKT VERMIETUNGEN

GF, 4Zi.-Whg., 100m², sofort, KM 990€, ☎0171-9326241

3 Zi.-Whg. zu verm. á 66 und 90m² in Hankensbüttel ☎0176/24341080

3-ZIMMER-WOHNUNGEN

Vermiete 3 Zimmer Wohnung 60 qm mit Küche . Ab sofort Bezugsfertig. Tel 05368525

Vermiete 3 Zimmer Wohnung 65 qm mit Küche . Ab sofort Bezugsfertig. Tel 05368525

4- & MEHR-ZIMMER-WOHNUNGEN

5Zi.-Whg. in Velpke, Küche, Bad m. Dusche u. Badewanne, 86m², 1. Etage, Altbau, renoviert, mit Abstellraum, 550€ KM + NK, Tiere sind nicht erwünscht. ☎0176/55980142

Whg. im historischen Resthof, in Grafhorst, 175m², 8 Zi., EBK, 2 Bäder, Süd-Blk., teilbar in 2 Whg's, 870€ KM. ☎0172/3972037

Fliesen & Design
Fachbetrieb für Fliesen-, Platten- und Mosaikverlegearbeiten
Beratung Verlegung Verkauf
- **Badsanierung**
- **Treppen und Balkone**
- **Natursteine**

38518 Gifhorn – Bostelberg 5
Tel. 0 53 71/9 37 68 32
05 31/1 22 88 21
E-Mail: fliesenunddesign@gmx.de
24978001_002425

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
37627201_002425

FERIENWOHNUNGEN & -HÄUSER

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

UNTERRICHT ANGEBOTE

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

VERKAUF ALLGEMEIN

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

Schneefräse MSB, Arbeitsbreite 50 cm, Benzin, 1x benutzt, Bordbuch vorh., 50,-€ ☎ 0170/6329740

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

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

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

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

ALLGEMEIN ANKAUF

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

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

Kaufe alte Restkabel, aller Art. ☎0177/5001155

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

Möbel Kameras Teppich Hausrat usw. Kaufe Möbel Hausrat aus Omas Zeiten, Nähmaschine Musikinstrumente, Akkordeon, Trompete Gitarre usw. Teppiche Geschirr alten Schmuck Silberbesteck Uhren Ansichtskarten alte Fotoalben Ferngläser Fotoapparate Kameras und Zubehör. Spielzeug. Alle Gesuche auch alt und defekt. Tel. 0179/1698142

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

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

VERSCHIEDENES

Interessenten für den Aufbau des Deutschen Ritterordens (gegr. 1202) gesucht: Infomaterial u. Mitgliedschaft gratis: ☎0177 / 34 133 96, ✉ HVDH8@aol.com

AUKTIONSHAUS Nord kauft an
Gemälde aller Art · Grafiken · Glas · Keramik · Porzellan & Figuren · Asiatika · Militaria
• Teppiche • Schmuck (Mode · Gold · Silber)
• Silberwaren aller Art (auch versilbert)
• Uhren aller Art • Zinn • Bücher
• Edle Handtaschen/Koffer • u.v.m.
✓ Faire Bewertung ✓ Seriöse Abwicklung
✓ Einlieferungen möglich
Mobil: 0162 / 4797722 G. Broschinski
37796201_002425

BASTELN, HEIMWERKER, MODELLBAU ANKAUF

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

Modelleisenbahn aller Art
von Sammler gesucht 0157/58919194

FÜR DEN SAMMLER ANKAUF

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

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

Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter BVDA



Knapp 80 % unserer Leser sehen die Wochenblätter als feste Größe in der Region. Denn sie sind eine unverzichtbare Nachrichtenquelle für „das Wichtigste von nebenan".

Mehr als 75 Prozent der Leser fühlen sich von ihrem Wochenblatt zuverlässig informiert über aktuelle Ereignisse am Ort. Die Studie „Anzeigenblatt Qualität" des Bundesverbandes Deutscher Anzeigenblätter (BVDA) zeigt darüber hinaus: Drei von vier Lesern bewerten die Berichterstattung als glaubwürdig und sehen diese als gute Ergänzung zu anderen lokalen Medien.

Mehr Infos zur Studie und zum Medium Anzeigenblatt im Internet unter www.bvda.de

Quelle: Studie „Anzeigenblatt Qualität" 2015, Basis: deutschsprachige Wohnbevölkerung (inkl. Ausländern) ab 14 Jahren; Leser = Leser pro Ausgabe (LpA)

Antiquitäten- & Goldankauf

Bares für wahres

Gothaer Str. 7 - 38442 Wolfsburg Ehmen - Tel.: 0163 / 7878227

Inh. Estefania Cyryl

Wir machen keine Hausbesuche

Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 17.00 sichern Sie sich einen Termin

Nutzen Sie die Chance!



Puppen zu Höchstpreisen von 1500,-€*



Geweihe mit Höchstpreisen von 1200,-€*

Ihre Vorteile:

- Kostenlose Beratung
- Kostenlose Wertschätzung
- Transparente Abwicklung
- Bargeld sofort





Ankauf von:

Pelze, Felle, Mützen, Schals, Lederjacken, Ledertaschen, Dirndl, Trachten, Geweihe, Hummel, Goebel

Kristalle, Gläser, Teller, Vasen, Geschirr, Sets, auch einzeln Antike Möbel, Ölgemälden, Bronzen, Porzellan, Puppen, Orientteppiche, Instrument, Piano, Orgel, Trompete Charivari, u.v.m.

Höchstpreisen für taschen bis zu 4500,-€





Dupont

Höchstpreise für Felljacken mit bis zu 2800,-





Wir zahlen für Vorwerk-staubsauger bis zu 2500 €!

Bares für Wahres

Ankaufs-Aktion nur die 6 Tage gültig

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Ankauftag	Ankauftag	Ankauftag	Ankauftag	Ankauftag	Ankauftag
12 Januar 2026	13 Januar 2026	14 Januar 2026	15 Januar 2026	16 Januar 2026	17 Januar 2026
10-17 Uhr	10-17 Uhr	10-17 Uhr	10-17 Uhr	10-17 Uhr	10-17 Uhr



Schmuck



Münzen & Barren

wir zahlen exclusive Preise für Goldmünzen



Diamanten Schmuck



Zahngold

Ankauf von Goldschmuck aller art:

Altgold, BruchGold, Münzen, Barren, Platin, sowie gut erhaltene Ringe, Broschen, Ketten (Armbänder bevorzugt in breiter Form) Colliers, Medaillons, Golduhren, - auch defekt, Vb Pelze mit Gold, * Pelzmäntel Pelzjacken Pelzschals Pelzmütze Pelzmuffs Lederjacken, Zu Höchstpreisen *Alle Ankäufe nur in Verbindung mit Gold



Perücken



Besteck



Zinn

Die Experten beraten Sie vor Ort

Ankauf von:

Goldschmuck, Armbänder, bevorzugt in breiter Form Ketten, Ringe, auch defekt, Zahngold, mit und ohne Zähne, Weißgold, Goldmünzen, Thaler, Medaillen, auch defekte, Münzen, Goldbarren, Nuggets, Schmelzgold, Platin, Schmuck, Münzen, Schmelzplatin, Paladium

Modeschmuck, vergoldet defekte Uhren

Wir kaufen auch größere Mengen von Nachlässen



Für Pelze zahlen wir bis zu 12.000€* Alle Ankäufe nur in Verbindung mit Gold



Pelze

Für Lederjacken zahlen wir bis zu 3500€*



Lederjacken

Trachten







Hummel



Golfschläger



Abendgarderobe



Pianos bis zu 18.000,-€



Für Nähmaschinen, bis zu 1500,-€

Wir kaufen Goldschmuck jeglicher Art, auch defekt, ebenso wie Silberschmuck in allen Varianten 90/100/800/925



Lederschuhe - mehrere Farboptionen



Omega



Uhren



Bei patek Philippe zahlen wir 40% über den Börsen Kurs



Alte Rolex Uhren (auch defekt)



Cartier aller Art



Antiquitäten



Bronze-figuren

Quarz und Automatik uhren,sowie Uhren mit Wasser schaden

Armbänder auch defekt,



Lederkostüme



Ankauf von Luxus Brillen



Ankauf von Schalplatten

Die Spezialisten prüfen Ihre Gegenstände kostenlos auf Echtheit. Unverbindliche Beratung und kostenlose Wertschätzung Ihrer Schätze.

Hauptfiliale: 38300 Wolfenbüttel, Harztorplatz 4





Taschen Uhren, (auch defekt)



Alte Weine

(Kristall)



Kristall Vasen

Montblanc Stifte

Humidor

Wir kaufen Hüte !

Pfeifen, auch defekt,

Eisenbahnen

Instrumente

Altgoldankauf aller Art

Antiquitäten- & Goldankauf
Gothaer Str. 7
38442 Wolfsburg Ehmen
Tel.: 0163 / 7878227

(Alte Eheringe)

Ankauf von : Bücher, Standuhren, Hummelfiguren Perücken, Taschenuhren,

Silber und Trachten Schmuck aller Art

Jetzt neu! Ankau von Schnupftabakdosen, Eisenbahnen, und Instrumente, zu Höchstpreisen.

Kostenlose Schmuckbewertung

Wir kaufen auch Modeschmuck

Bücher

Gemälden, und, Teppiche,

Wir kaufen Porzellan mit Höchstpreisen, bis zu 6.000,-€