



Ihr Sin5 Newsletter –
5 Themen in 5 Minuten.
Ihr tägliches Newsupdate mit
den wichtigsten aktuellen Themen.
Jetzt kostenlos anmelden.



Partner im Redaktionsnetzwerk Deutschland

AZ/WAZ on Tour: Der Fahrradspaß für die ganze Familie

Aufsatteln und durchstarten – 31 Stationen sind dabei

VON
BIRTHE KUBROLL-IHLE

WOLFSBURG/GIFHORN. Die schönsten Erlebnisse beginnen manchmal mit einem Tritt in die Pedale. Die große Sommer-Zweirad-Aktion „AZ/WAZ on Tour“ verbindet noch bis Montag, 10. August, wieder Menschen, ermöglicht, lokale Unternehmerinnen und Unternehmer zu treffen und Stempel sowie Geschichten zu sammeln. „AZ/WAZ on Tour“ ist das Ticket zu den Lieblingsspots vor der Haustür.

Die Aktion kommt an: Seit 2020 beteiligten sich tausende von Leserinnen und Lesern an „AZ/WAZ on Tour“. Wie in jedem Jahr sind auch dieses Mal wieder Gifhorn und Wolfsburg als Stempelstellen mit von der Partie. Wer im Aktionszeitraum vom 7. bis 10. August mindestens zehn der insgesamt 31 Stationen anfährt und dort digitale Stempel sammelt, hat die Chance, einen der großartigen Preise vom Radmarkt Hahne in Wolfsburg zu ergattern.

Der Zweirad-Fachhändler ist

erneut Partner von „AZ/WAZ on Tour“ und schenkt dem Gewinner einen Gutschein im Wert von 500 Euro. Die Zweitplatzierte kann sich über einen Gutschein in Höhe von 250 Euro freuen, und der Dritte kann für 100 Euro einkaufen gehen.

„Wir sind bei „AZ/WAZ on Tour“ wieder sehr gerne dabei, weil uns das Radfahren sehr am Herzen liegt“, sagt Marc Katholing, Geschäftsführer vom Radmarkt Hahne und ergänzt: „Wir haben Riesenspaß, wenn andere Menschen ebenfalls enormen Spaß am Radfahren haben.“ Zusätzlich wird eine hochwertige Sportbrille verlost, die Ehme de Riese zur Verfügung stellt. Und Opa Ernys Garten steuert einen Frühstücksgutschein für zwei Personen bei.

AZ/WAZ-Projektmanagerin und Tourorganisatorin Melissa Tegtmeyer freut sich: „Mit uns können Sie nicht nur Strecke machen, sondern echte Geschichten erleben, auf zwei Rädern, mitten durchs Herz unserer Region.“

Und so geht's: Jeder Teilneh-



Foto: dolgachov/123rf

**AZ/WAZ on Tour
2026**

mende kann sich seine persönliche Fahrstrecke mithilfe von Google Maps zusammenstellen und nach Lust, Laune oder Kilometerpensum auswählen, die Web-App zur Aktion runterladen, mindestens zehn an der Route liegende Stationen anfahren und sich den Besuch jeweils mit einem digitalen Stempel dokumentieren lassen. Wer zehn Stempel gesammelt hat, nimmt automatisch am „AZ/WAZ on Tour“-Gewinnspiel teil. Dabei sind Einzelhändler, Gastronomen, Handwerksbetriebe, Hofläden, Firmen und Dienstleister. Die Etappen füh-

ren durch die Stadt und wechselvolle Dörfer. Schnell stellt sich die Erkenntnis ein: Auf flachen Strecken mit wenig Steigungen ist die Region Gif-

horn-Wolfsburg ein Paradies zum Radeln.

Also auf geht's, sowohl in Wolfsburg als auch in Gifhorn gibt es viele schöne Ecken mit dem Fahrrad zu erkunden und mit der Option auf einen tollen Gewinn macht die Aktion gleich doppelt Spaß.

So gehts:

► Fahrradtour mit der Familie oder Freunden im Zeitraum 7. bis 10. August 2026 planen

► Web-App runterladen und persönliche Strecke zusammenstellen, an der mindestens zehn Stempelstellen liegen

► Wer mindestens zehn Stempel sammelt, nimmt automatisch am Gewinnspiel teil

Wichtig:

► Achtet auf die Öffnungs-

zeiten der jeweiligen Stationen

► Die Teilnahme ist **ohne** Kauf- oder Verzehrpflicht

Als Stationen mit dabei sind:

Radmarkt Hahne, Wolfsburg; **Fritz Hempel Modehaus**, Wolfsburg; **Kaufhaus Hohls**, Vorsfelde; **Fußdienst Heuberger**, Wolfsburg; **Schröder Auto + Anhänger+Vermietung**, Fallersleben; **MTV von 1862 e.V.**, Wolfsburg; **Ehme de Riese**, Wolfsburg; **Leaf Love & Amsel Kaffee**, Fallersleben; **IG Metall**, Wolfsburg; **Heuberger Finanzdienste & Immobilien**, Fallersleben; **Hotel alte Mühle**, Weyhausen; **Golfclub Boldecker Land**, Bokensdorf; **Flugbörse Ilseemann Reisen GmbH**, Wolfsburg; **Deutsche Bank AG**, Wolfsburg; **Bäckerei Leifert** Gifhorn/Wolfsburg; **Südheide Gifhorn GmbH**, Gifhorn; **Hofladen Kuhls**, Neubokel; **WOBCOM** Wolfsburg; **Tertia Berufsförderung GmbH & Co. KG** Wolfsburg; **Opa Ernys Garten**, Weißenberge; **Culinari Gaumenfreude**, Gifhorn; **Gärtnerei Schliebener**, Hehlingen.



Foto: tymoshchuk/123RF

Alle Infos und den Link zur Web-App finden Sie auf:
waz-online.de/ontour



SALE

**Schulanfang
trifft
Sommersale**

Bis zu **30%** auf ausgewählte Schuhe in allen Abteilungen.

10.08.26

Affenzahn

superfit

RICOSTA

frodéo

SKECHERS

15.08.26

GABOR

ara

waldläufer

rieker

remonte

paul green

SALGE



Das Schuhhaus

Hauptstraße 50
38547 Calberlah
05374/9757
schuhhaussalge
schuhhaus-salge.de

Öffnungszeiten
Montag bis Freitag
9:00 - 18:00 Uhr
Samstag
9:00 - 14:00 Uhr



Foto: WMG Wolfsburg (Archiv)

Orchester der Stadtwerke Wolfsburg zu Gast bei Jazz & more

Zusatzkonzert zum Abschluss des Wolfsburger Jazz-Festivals

WOLFSBURG. Am Samstag, 15. August, findet der letzte von insgesamt sieben Terminen der beliebten Konzertreihe Jazz more statt, die von der Wolfsburg Wirtschaft und Marketing GmbH (WMG) organisiert wird. Zum Abschluss der Reihe tritt das Orchester der Stadtwerke Wolfsburg auf dem Hugo-Bork-Platz auf. Beim Zusatzkonzert, präsentiert von der Bürgerstiftung Wolfsburg, erwartet die Besucherinnen und Besucher von 10 bis 12 Uhr erstklassige Orchestermusik, die sie bei einem geselligen Bürgerfrühstück genießen können. Der Eintritt ist kostenfrei.

Unter der Leitung von Dirigent Georg Zinnik umfasst das vielfältige Repertoire des Stadtwerke Orchesters sowohl Blasmusik und Klassik im Big-Band-Sound als auch Filmmelodien und Popsongs. Stadtbekannt ist das Ensemble, das seit 2019 ein eingetragener Verein ist, durch zahlreiche Auftritte im Stadtgebiet.

„Jazz more steht seit vielen Jahren für besondere Musikerlebnisse unter freiem Himmel und belebt unsere Innenstadt auf einzigartige Weise. Das Ab-

schlusskonzert mit dem Orchester der Stadtwerke Wolfsburg lädt dazu ein, die besondere Atmosphäre gemeinsam zu genießen und Jazz more in Wolfsburg stimmungsvoll ausklingen zu lassen“, sagt Frank Hitzschke, Bereichsleiter Citymanagement bei der WMG. „Die Bürgerstiftung Wolfsburg feiert in diesem Jahr ihr 20-jähriges Bestehen. Zu diesem besonderen Anlass laden wir alle Bürgerinnen und Bürger ein, am großen Bürgerfrühstück in der Innenstadt teilzunehmen und dem Sommerkonzert des Orchesters der Stadtwerke Wolfsburg zu lauschen“, so Dr. Frank Fabian, Vorsitzender des

Vorstands der Bürgerstiftung Wolfsburg. Beim Bürgerfrühstück können Bürgerinnen und Bürger begleitend zum Konzert ab 10 Uhr gemeinsam frühstücken und einen geselligen Vormittag genießen. Plätze können per E-Mail an buergerstiftung@stadt.wolfsburg.de oder telefonisch unter 05361 28-1624 reserviert werden. Vor Ort kann das Angebot der Jazz more Catering-Stände genutzt werden. Zudem bietet die Bäckerei und Konditorei Cadara verschiedene Brötchentüten zum Kauf an. Alternativ können Speisen und Getränke auch selbst mitgebracht werden.

VIP-Plätze direkt vor der Jazz-Bühne gewinnen!

Bewerben Sie sich jetzt für das Konzert am 15. August mit dem Orchester der Stadtwerke Wolfsburg. Die WMG verlost gemeinsam mit ihrem Partner XXXLutz Plätze auf dem VIP-Sofa. Zum Mitmachen senden Sie einfach eine E-Mail an veranstaltungen@wmg-wolfsburg.de und nennen Ihre Handynummer und E-Mail-Adresse. Die oder der Gewinner*in kann mit bis zu drei weiteren Personen auf dem Sofa Platz nehmen, beste Sicht auf die Bühne genießen und sich über eine kostenfreie Verpflegung direkt am Platz freuen. Bei der Verlosung werden alle E-Mails mit vollständigen Daten mit Eingang bis einschließlich dem 11. August 2026 berücksichtigt. Die WMG wünscht viel Glück.

Wann wird Badeland generalsaniert?

Projekt würde Millionen Kosten – Stadtkassen sind leer

WOLFSBURG. Das Badeland Wolfsburg ist seit seiner Eröffnung im Jahr 2002 ein Besuchermagnet. Hunderttausende Gäste besuchen das Bad im Allerpark jährlich. Dabei ist es nicht nur bei den Wolfsburgern, sondern auch bei Besuchern aus der Region sehr beliebt. Aber das hat Spuren hinterlassen. Das Bad müsste grundlegend saniert werden. Doch: Wer soll das bezahlen? Die Kosten wurden bereits vor einigen Jahren auf ein Volumen von rund 70 Millionen Euro beziffert. Der Haushalt der Stadt dagegen ist klamm.

REGELMÄßIGE REVISIONS-ARBEITEN

Um das Bad betriebsfähig und instand zu halten, finden derweil fast jährlich in den Sommermonaten Revisionsarbeiten statt. Die aktuellen sind gerade abgeschlossen, seit 1. August hat das Bad wieder geöffnet. Eine Frage bleibt jedoch offen: Wie lange helfen diese Instandsetzungsarbeiten weiter und wann ist möglicherweise der Tag gekommen, an dem sie nicht mehr ausreichen? Wichtig: Ein akutes Sicherheitsproblem besteht derzeit nicht. Nur eine dauerhafte Lösung könne es so nicht sein, war bereits vor einigen Jahren der einhellige Tenor.

Bereits im vergangenen Jahr war das Badeland für Kosten in Höhe von 800.000 Euro saniert worden. Unter anderem wurde an tragenden Stahlbetonstützen gearbeitet. Auch Stützen am Ausgang des Rutschenbereichs sowie Teile des Fußbodens in diesem Bereich hat man erneuert. Die meisten Arbeiten dienten hauptsächlich der Instandhaltung, so dass Neuerungen für die Besucher eher nicht spürbar waren. Einzig die Türen zu den Toiletten sind seitdem barrierefrei. Zunächst hatten sie sich nur händisch öffnen lassen, dies wurde durch eine Automatik geändert.

In diesem Jahr fand unter anderem im Untergeschoss eine Probesanierung im Bereich des



Das Badeland in Wolfsburg hat Sanierungsbedarf.

Foto: Matthias Leitzke

Mediterranbeckens statt. Dies diente „der statischen Ertüchtigung aufgrund erheblicher Bewehrungskorrosion“. Darüber hinaus wurden drei Lüftungstürme erneuert. Die bisherigen Edelstahltürme wurden durch Kunststofftürme ersetzt. Im Zuge der Demontage der alten Türme fanden zudem statische Untersuchungen am Deckenaufleger statt, da dieser Bereich bei eingebauten Lüftungstürmen nicht zugänglich ist. Darüber hinaus wurden Fliesen in der Küche erneuert, Türen ausgetauscht und die Lüftungsanlage energieeffizient angepasst.

KORROSIONSPROBLEME

Doch dass der Sanierungsbedarf größer ist, wurde bereits bei einem Rundgang durch das Bad im Jahr 2023 deutlich. Korrosionsprobleme an tragenden Teilen aufgrund von Feuchtigkeit, eine zu kleine Lüftungsanlage, Probleme an Fliesen wurden seinerzeit bemängelt.

Zuletzt im April dieses Jahres erklärte die Verwaltung den Mitgliedern des Sportausschusses, dass auf eine Generalsanierung des Badelandes nicht verzichtet werden könne. Doch diese Erkenntnis besteht bereits länger. Der Rat der Stadt hat am 30. Januar 2024 eine Vorlage zum Planungsbeschluss der Generalsanierung des Badelandes be-

schlossen.

Die Frage, wann tatsächlich eine Generalsanierung stattfinden könnte, bleibt jedoch bis heute offen. Wann der Zeitpunkt gekommen sei, dass das Badeland nicht mehr nutzbar sein wird, wenn die Generalsanierung nicht stattfindet, habe ihm bislang niemand beantworten können, sagte Sportausschuss-Vorsitzender Robin Scheil (CDU). „Das Bad ist in die Jahre gekommen“, sagt auch Ralf Mühlisch (SPD), stellvertretender Vorsitzender des Sportausschusses. Angesichts der Haushaltslage der Stadt sei jedoch fraglich, woher das Geld für eine Generalsanierung kommen solle. „Wenn eine Kommune stark verschuldet ist und sparen muss, geht es zuerst an die freiwilligen Leistungen - und Bäder gehören dazu“, fügt er hinzu.

Mühsam betont zudem, dass Projekte in der finanziellen Größenordnung europaweit ausgeschrieben werden müssten. Auch dies sei ein zeitlicher Faktor. Sei eine Ausschreibung erfolgt und es gebe dann eine Gesetzesänderung in der EU müsse wieder neu ausgeschrieben werden.

ZEITPLAN VÖLLIG OFFEN

Ein möglicher Zeitplan, wann eine Generalsanierung stattfinden könne, ist derzeit völlig of-

fen. Zunächst müssten Aufträge aus dem aktuellen Planungsbeschluss erarbeitet werden, bevor weitere Umsetzungsschritte vorgeschlagen, beraten und entschieden werden können, teilt die Stadt auf Anfrage mit.

Zwar sollen Schließzeiten des Badelandes im Fall einer Generalsanierung möglichst kurz gehalten werden. Doch schnell dürften sich die nötigen Arbeiten sicherlich nicht umsetzen lassen. Den Mitgliedern des Sportausschusses wurde mitgeteilt, dass eine Generalsanierung entweder durch eine Aufteilung in mehrere Schließphasen, die dann jeweils mehrere Monate dauern, möglich sei oder eine längere Schließung am Stück nötig sei.

Drei Millionen Euro sind als Planungskosten vorgesehen. Doch diese sind laut Verwaltung bisher noch nicht vollständig aufgebracht worden. Aufgrund begrenzter personeller Kapazitäten und weiterer Rahmenbedingungen hätten viele Schritte bisher noch nicht umgesetzt werden können und seien teilweise zurückgestellt worden. Laut der Stadt Wolfsburg laufen die Abstimmungen darüber, welche Maßnahmen als nächstes umgesetzt werden sollen, noch. Weitere Auskünfte gebe es, sobald die Planungen konkreter würden.

HAUS-DACH
GmbH

Dachdeckerarbeiten

Zimmerei

Ihr Dachexperte aus Gardelegen

TOP-Leistung zu TOP-Preisen! **Telefon 0 39 07 / 77 82 92**

Wir beraten Sie gern... **www.haus-dach.de**

Wissen auf der Überholspur.

Ihr 5in5 Newsletter – 5 Themen in 5 Minuten.

Ihr tägliches Newsupdate mit den wichtigsten aktuellen Themen.

Jetzt kostenlos anmelden.

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Grünschnitt entsorgen: Neuer Self-Service in Wolfsburg – so funktioniert das Angebot

Grünabfälle auch nach Feierabend loswerden: Wer es nutzen kann, was es kostet und welche Regeln gelten.

WOLFSBURG. Wer seinen Grünschnitt künftig nach Feierabend entsorgen möchte, hat in Wolfsburg ab sofort eine neue Möglichkeit: Auf dem Entsorgungszentrum (EZW) in Fallersleben hat die Wolfsburger Abfallwirtschaft und Straßenreinigung (WAS) einen Self-Service-Bereich eröffnet. Dort können Bürgerinnen und Bürger Grün- und Strauchschnitt ohne Personal vor Ort anliefern – allerdings nur nach vorheriger Online-Buchung.

Das Angebot richtet sich an Privatpersonen, die ihre Gartenabfälle flexibel entsorgen möchten. Die Nutzung erfolgt komplett digital über die MA-EX-App. Nach einer Registrierung wählen Nutzer den Wertstoff aus, buchen einen Termin und bezahlen die Gebühr online. Möglich sind unter anderem PayPal, Kreditkarte, Apple Pay und Google Pay. Zum gebuchten Zeitpunkt öffnet sich die Schranke am Entsorgungszentrum automatisch, sodass die Grünabfälle eigenständig abgeladen werden können. Auch die Ausfahrt erfolgt automatisch.

WAS DARF ANGELIEFERT WERDEN?

Im Self-Service werden ausschließlich folgende Gartenabfälle angenommen:

- Baum- und Strauchschnitt
 - Laub
 - Rasenschnitt
 - Wurzeln bis zu einem Durchmesser von 20 Zentimetern
- Andere Abfälle dürfen dort nicht entsorgt werden.

ÖFFNUNGSZEITEN, KOSTEN UND VORAUSSETZUNGEN

Der Self-Service ist montags bis freitags von 16 bis 20 Uhr geöffnet. Für jede Anlieferung fällt eine Pauschale von sechs Euro an.

Zugelassen sind ausschließlich Pkw ohne Anhänger mit einem zulässigen Gesamtgewicht von maximal 2,5 Tonnen.

WO BEFINDET SICH DER SELF-SERVICE?

Der neue Bereich liegt auf dem Gelände des Entsorgungszentrums Wolfsburg (EZW) am Weyhäuser Weg 3 in Fallersleben. Ausführliche Informationen sowie eine Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Nutzung stellt die WAS auf ihrer Internetseite unter www.was-wolfsburg.de/selfservice bereit.

Wichtig: Anlieferungen per Pkw über 2,5 t/Pkw mit Anhänger sowie Lkw/Trecker können ausschließlich zu den regulären Öffnungszeiten über die Hauptwaage im Eingangsbereich erfolgen. Bei Überschrei-

ten eines Abfallgewichts von 200 kg wird gewichtsgenau auf Grundlage des Tonnagepreises von 54 Euro pro Tonne abgerechnet.

„Mit dem Self-Service gehen wir einen weiteren Schritt in Richtung Digitalisierung unserer Dienstleistungen. Gleichzeitig schaffen wir mehr Flexibilität für

die Wolfsburgerinnen und Wolfsburger bei der Entsorgung ihrer Grünabfälle“, betont der Vorstand der WAS, Marcus Fre- rich.



Fast jeder Grundbesitzer hat Grünschnitt zu entsorgen: Die WAS in Wolfsburg hat jetzt ein neues Self-Service-Angebot.

Foto: Rene Traut

Nach den Ferien komplett befahrbar

Nordsteimker Straße und Nordhoff-Straße bald wieder frei – Kreuzung Rothenfelder Straße/Friedrich-Ebert-Straße nach Werksferien wieder einspurig nutzbar

WOLFSBURG. Tausende Autos fahren täglich über die Heinrich-Nordhoff-Straße. Während der Sommerferien müssen sie sich zwischen Lessingstraße und Schachtweg einspurig durch die Baustelle quälen. Etwas Durchhaltevermögen wird den Autofahrern noch abverlangt. Denn bis zum Ende der Sommerferien am 12. August wird die Baustelle noch bestehen bleiben.

HEINRICH-NORDHOFF-STRASSE

Nachdem zunächst die Arbeiten auf der südlichen Fahrbahn in Richtung Tunnel stattfanden und mittlerweile weitgehend abgeschlossen sind, laufen seit dieser Woche die Arbeiten auf der nördlichen Fahrbahn in Richtung Fallersleben. Die Unwetterlage Mitte Juli habe laut Stadt dazu geführt, dass sich einige Arbeiten nicht ganz planmäßig erledigen ließen. In den ursprünglichen Planungen der Stadt war ein Ende der Arbeiten für den 4. August vorgesehen. Etwas länger wird es wohl nun dauern, laut Stadt soll die Fertigstellung jedoch bis Ende der Sommerferien erfolgen. Solange wird der Verkehr in dem betroffenen Abschnitt weiterhin einspurig in jede Richtung rollen.

TUNNEL

Reparaturarbeiten standen Anfang August auch noch im Tunnel an. In Fahrtrichtung Osten war dieser diese Woche zum Teil vollständig gesperrt. Der Verkehr floss in dieser Zeit oberirdisch über die Heßlinger Straße. Autofahrer mussten teilweise deutlich mehr Zeit einplanen. Nach Angaben der Stadt hatten sich im Tunnel - vermutlich infolge der jüngsten hohen Temperaturen - Teile der Fahrbahnoberfläche gelöst. Die beschädigte Stelle wurde zunächst provisorisch gesichert. Nun soll sie jedoch dauerhaft verkehrssicher instand gesetzt werden.

NORDSTEIMKER STRASSE

Noch bis zum 12. August voll gesperrt bleibt auch die Nordsteimker Straße. Grund dafür sind die Arbeiten am sogenannten „Abschnitt Süd 1“ der Alternativen Grünen Route (AGR). Laut Stadt liegen die Arbeiten aktuell im Zeitplan. „Nach derzeitigem Stand der Bauarbeiten kann die Sperrung der Nordsteimker Straße zum Ende der Ferien voraussichtlich wieder aufgehoben werden“, teilt die Stadt auf Anfrage mit.



Voraussichtlich bis zum Ende der Sommerferien sollen die Bauarbeiten auf der Heinrich-Nordhoff-Straße andauern. Foto: Gero Gerewitz

Die Abbruch- und Aushubarbeiten auf der Nordsteimker Straße seien abgeschlossen. Die neue Bordanlage einschließlich der Entwässerungsrinnen entlang der Fahrbahn sowie die Verkehrsinseln inklusive der Masten für die Ampel seien hergestellt. Derzeit werden die Nebenanlagen in der Steinbeker Straße gebaut, bevor dann dort und im Kreuzungsbereich der Asphalt einbau erfolgt. Auch die Arbeiten am Amphibientunnel unter der Nordsteimker Straße lägen im Zeitplan. Der Durchlass sei fast vollständig eingebaut. Anschließend müssen noch die Verfüllung und der Asphalteinbau erfolgen.

ROTHENFELDER STRASSE

Viel Geduld werden Anlieger und Autofahrer noch mit den Bauarbeiten der LSW in der Rothenfelder Straße haben müssen. Die wichtige Ost-West-Verbindung durch die Innenstadt ist seit Monaten gesperrt. Eine endgültige Freigabe der Rothenfelder Straße für den Verkehr ist laut LSW erst für den Herbst dieses Jahres vorgesehen. Der Plan des Energie-

versorgers ist es, die Oberflächen im ersten und zweiten Bauabschnitt komplett im Endausbau zu schließen und die Rothenfelder Straße dann wieder für den Verkehr freizugeben.

Ein wenig Entlastung für Autofahrer soll allerdings mit Ende der Werksferien eintreten. Derzeit ist die Kreuzung Rothenfelder Straße/Friedrich-Ebert-Straße voll gesperrt. Die Arbeiten in diesem Bereich verlaufen laut LSW jedoch planmäßig. „Aller Voraussicht nach werden die Oberflächen bis zum Ende der Werksferien in diesem Teilabschnitt wiederhergestellt sein“, teilt das Unternehmen auf Anfrage mit. Dann soll wieder die vorherige Verkehrsregelung in Kraft treten, so dass die Kreuzung einspurig befahrbar ist und eine Ampel den Verkehr regelt.

Der für den Bau des erforderlichen Fernwärmeschachtes geöffnete Bereich in der Kreuzung Rothenfelder Straße/Porschestraße werde über den Winter provisorisch verschlossen, um die Durchfahrt zur Porschestraße zu ermöglichen. „Die LSW sichert somit die zuverlässige Fernwärmeversorgung im Stadtgebiet

für die kommende Heizperiode und plant, die Bauarbeiten für den Fernwärmeschacht nach der Heizperiode im Frühjahr 2027 fortzusetzen“, teilt das Unternehmen mit.

SÜLFELD

Die Deckensanierung der Straße Forstweg in Sülfeld ist am Montag, 3. August, gestartet. Von der Einmündung in die Dorfstraße bis zur Höhe des Grundstücks Forstweg 4 wird die Decke der Fahrbahn auf rund 100 Metern erneuert. Das Vorhaben soll bis Ende der Woche abgeschlossen sein. Der zu erneuernde Abschnitt war in dieser Zeit voll gesperrt. Die Kosten für die Sanierung betragen nach Angaben der Stadt rund 40.000 Euro.

Bereits beendet sind die Bauarbeiten im Tunnel Neuhäuser Straße. Der Tunnel ist seit dem 30. Juli wieder befahrbar. Ebenfalls abgeschlossen sind die Sanierungsarbeiten der Meinstraße und der Straße An der Meise zwischen der Helmstedter Straße (Bundesstraße 188) und der Hermann-Löns-Straße auf einer Fläche von 12.000 Quadratmetern.



Eine Spur pro Richtung steht derzeit auf der Heinrich-Nordhoff-Straße zwischen Lessingstraße und Schachtweg zur Verfügung. Foto: Gero Gerewitz

Sonderaktion
bis 31.07.2026

V. Gloger
www.gloger.com
Made in Germany
34 Jahre

V. Gloger Direktförderung ohne komplizierte Antragstellung auf alle Produkte
Mindestens 20% Förderung
Helmstedt, Gröpern 49, vom Fenster bis zum Garagentor
Sommersdorf, Bergstr. 48, Produktion und Logistik
05351 424757
vertrieb@gloger.com
www.gloger.com
7 JAHRE GARANTIE
Somfy EXPERT

BERKAUER
Dach- & Fassadenbau GmbH
Dachdecker- u. Zimmerei-Meisterbetrieb

- Dachdeckerarbeiten aller Art
- Dachklempnerarbeiten
- Herstellung von Dachstühlen, Fachwerkhäusern, Carports, Zimmermannsarbeiten aller Art
- Malerei- und Fassadenarbeiten

Wir beraten Sie gern!

39638 Gardelegen
Magdeburger Landstr. 14 b
insta: Berkauer_dachdeckerei_zimmerei
Tel. 0 39 07 / 77 62 62
info@berkauer.de
Web: http://www.berkauer.de

HEIMAT OHNE HEFTIK

ZEITUNG, WO DU WILLST.
Unser E-Paper direkt im Web oder als App.
abo.WAZ-online.de/vorteile

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (rnf)

SCHÜCO

Fenster & -Türen,
Wintergärten & Überdachungen aus Aluminium und Kunststoff ab Werk Helmstedt
Beratung, Herstellung, Aufmaß und Montage

Witton
Witton Bauelemente GmbH
Dieselstraße 3
38350 Helmstedt
Tel: 05351 55 61 0 Fax 55 61 51
info@witton.de www.witton.de

Nasse Keller? Feuchte Wände? Undichter Balkon?

- 30 Jahre Erfahrung
- 10 Jahre Gewährleistung
- TÜV-zertifiziert
- qualifiziertes Fachpersonal
- Sauberkeitsgarantie
- Festpreis

innotech
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauerwerke
Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60

Aufklärung aus 180 Jähriger Tradition durch Niedersächsische Goldbörse Braunschweig - Ungetragen, beschädigt, vergessen - aber keineswegs wertlos

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig:
auch bekannt aus **FOCUS MONEY**
Aktueller Goldkurs: 4.255,80 USD/Feinunze

August 2026

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

Niedersächsische GOLD BÖRSE BRAUNSCHWEIG

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

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 10:00 - 14:00 Uhr

GESCHÄFTSFÜHRER:
N. GRANHOLM

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

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

werden aus Schmuckstücken, die seit Jahren ungenutzt in Schubladen liegen, innerhalb kurzer Zeit frei verfügbare Geldmittel. Deshalb gilt: Jetzt prüfen lassen, Wert erkennen und vergessene Goldwerte direkt zu Geld machen.

Wolfsburg erleben

Jazz & more
Vom 4. Juli bis 15. August

Am 15. August
Sonderkonzert
Orchester der Stadtwerke
Wolfsburg!
10-12 Uhr

Jeden Samstag
unter dem Glasdach

wolfsburg-erleben.de

Wo KI drinsteckt, muss auch KI draufstehen – meistens jedenfalls

Neue EU-Regeln sollen offenlegen, wann Bilder, Videos, Audios oder Texte künstlich erzeugt oder manipuliert wurden – bei Verstößen drohen empfindliche Bußgelder.

VON SVEN CHRISTIAN SCHULZ

In TV-Spots und Supermarktprospekten ist der Hinweis „mit KI erstellt“ längst zu sehen: Seit Sonntag, 2. August, gelten in der EU neue Transparenzpflichten für den Einsatz Künstlicher Intelligenz (KI). Sie sollen erkennbar machen, wann Inhalte künstlich erzeugt oder manipuliert wurden. Bisher gab es für den KI-Einsatz kaum Regeln – das ist nun zum Glück vorbei. Bei Verstößen drohen Bußgelder von bis zu 15 Millionen Euro oder 3 Prozent des weltweiten Jahresumsatzes. Was künftig für wen gilt – und wo Ausnahmen greifen.

Neu für Profis: Unternehmen, Behörden und andere professionelle Nutzer müssen KI-Inhalte vor allem dann kenntlich machen, wenn sie täuschend echt wirken oder ein öffentlich relevantes Thema betreffen. Dazu zählen etwa Deepfakes, die Politiker bei erfundenen Handlungen zeigen oder ihr Gesicht manipulieren. Der Hinweis muss gut sichtbar sein, bei Musik und anderen Audios hörbar. Auch bei Chatbots muss klar sein, wenn kein Mensch, sondern eine KI antwortet. Wie die Kennzeichnung konkret aussieht, schreibt das Gesetz nicht vor. Ein gut erkennbarer Hinweis wie „KI-generiert“ auf einem Plakat an der Bushaltestelle, im Filmabspann oder unter dem Text aus dem Rathaus kann genügen. Offensichtlich künstliche Illustrationen und abstrakte Bilder, die niemand für echt halten würde, sind dagegen von der Vorgabe ausgenommen.

Für Texte gilt: Transparenz ist bei Themen von öffentlichem Interesse Pflicht, etwa Politik, Gesundheit oder Finanzen. Eine Ausnahme von der Kennzeichnungspflicht gibt es nur, wenn



Der Hinweis „mit KI erstellt“ wird in Europa künftig häufiger zu sehen und zu hören sein.

Quelle: RND (Montage), Foto: Pixabay

ein Mensch den Text sorgfältig geprüft hat. Wer die KI-Ergebnisse ungeprüft übernimmt, riskiert Fehler und im Ernstfall rechtliche Folgen. Die Verantwortung trägt immer der Mensch, der die KI einsetzt.

Neu für private Nutzer: Solange Bilder und Texte im privaten Raum bleiben, müssen diese nicht mit „KI-generiert“ gekennzeichnet werden. Wer E-Mails von einer KI formulieren lässt oder KI-Bilder in privaten Chats verschickt, muss dies nach den EU-Vorgaben in der Regel nicht offenlegen.

Neu für Vereine: Wo ein wirtschaftlicher oder gewerblicher Zweck im Spiel ist, gilt auch die Transparenzpflicht. Wer für eine Aufführung mit Eintritt seines Tanzvereins Plakate von der KI gestalten oder für den Fußball-

verein mit Sponsoren Texte für seine Website erstellen lässt, muss dies meist kennzeichnen. Grauzonen und Unsicherheit beim KI-Einsatz in Vereinen sind vorprogrammiert. Im Zweifel gilt: Lieber einmal zu viel transparent machen, dass KI eingesetzt wurde.

Neu für Influencer und YouTuber: Wer regelmäßig mit Bildern und Videos im Netz Geld verdient, muss auch KI-generierte oder manipulierte Inhalte entsprechend kennzeichnen. Plattformen wie Instagram, TikTok und Youtube bieten dafür eigene Funktionen an und erkennen manche KI-Inhalte automatisch. Der Hinweis „KI-generiert“ könnte für Fans den Zauber mancher Influencer-Beiträge schmälern. Aus Sicht der EU ist genau diese Klarheit aber ge-

wollt.

Neu für Tech-Konzerne: KI-Anbieter wie OpenAI, Google oder Meta müssen ihre KI-generierten Inhalte technisch erkennbar machen. Pflicht werden maschinenlesbare Markierungen, etwa Einträge in Metadaten oder digitale Wasserzeichen, die für das menschliche Auge unsichtbar bleiben. Andere Plattformen können so erkennen, ob ein Bild, Video oder Audio mit KI erstellt wurde. Wurden weite Teile einer Doktorarbeit von der KI geschrieben, könnte dies künftig leichter von Prüfprogrammen erkannt werden. Wichtig ist nun, dass die EU-Kommission europäisches Recht gegenüber den Tech-Konzernen auch konsequent durchsetzt und sonst mit Strafen ahndet.



Risiken von Social-Media-Trends: Viele Kinder nehmen aus sozialem Druck an gefährlichen Challenges teil. Foto: Annette Riedl/dpa/dpa-mag

„Blackout-Challenge“: So bewahren Eltern einen kühlen Kopf

Wenn Eltern erfahren, dass ihr Kind bei einer sogenannten „Blackout-Challenge“ mitgemacht hat, ist der Impuls groß, aus Panik loszuschimpfen. Besonders, wenn sich das Kind sogar selbst bis zur Bewusstlosigkeit würgen ließ. Das sei zwar verständlich, sagt Erziehungs- und Familienberaterin Kira Liebmann – von solchen Reaktionen rät sie jedoch ab.

„Stattdessen sollten Eltern erst einmal nicht vollkommen panisch reagieren und Ruhe bewahren“, so Liebmann. Dann komme es darauf an, zu ergründen, was genau passiert ist: Hat mein Kind selbst die Challenge gemacht, war es „nur“ dabei oder hat es davon gehört.

ERST EINMAL SELBST SAMMELN, DANN DARÜBER REDEN

Für den Fall, dass sich das Kind selbst würgen ließ – sozusagen als Mutprobe, sollte man nicht sofort los schimpfen. „Wichtig ist, dass man sich selbst erst einmal sammelt und dann das Gespräch führt, wenn sich die ersten Emotionen etwas gelegt haben“, rät die Erziehungsberaterin.

Dann gilt es, in Ruhe nach dem Warum zu fragen: War es Gruppendruck? War es Deine eigene

Idee? Geht die Herausforderung auf einen Social-Media-Aufruf zurück? „Dann kann man entscheiden, ob man eventuell auch den Klassenlehrer oder Schulpsychologen einbezieht“, so Liebmann.

Hat das Kind von einem Vorfall erfahren oder war Zeuge, dass andere die Challenge gemacht haben, gelte es ebenfalls, erst einmal Ruhe zu bewahren, sich zu sammeln und erst danach mit dem Kind zu sprechen. Das könne man auch genau so kommunizieren: „Ich muss das erst selbst verdauen. Lass uns in 15 Minuten darüber reden.“ Wichtig sei dann zu ergründen: Wer war alles dabei? Muss ich vielleicht auch andere Eltern kontaktieren? Was ist genau passiert? Wurde ein Kind ohnmächtig? Wie lange?

AN VERNUNFT APPELLIEREN – UND SOGAR DEN KINDERARZT INS BOOT HOLEN

„Fand die Challenge sogar in der Nähe von Wasser statt, sollte man klarmachen, wie gefährlich das ist, und die ganze Challenge ohnehin ein Spiel mit dem Leben“, so Liebmann. Aus ihrer Sicht können Eltern in dem Gespräch zwar ihre Sorgen und Nöte platzieren – aber eigentlich könnten sie nur an die Vernunft

appellieren und Risiken und Konsequenzen aufzeigen. Manchmal helfe es aber auch, wenn der Kinderarzt oder die Kinderärztin ins Boot geholt wird und die Gefahren noch mal ganz anders erklärt.

SPAGAT: AM THEMA DRANBLEIBEN, ABER KIND NICHT DAMIT NERVEN

Auch nach dem Erst-Gespräch sei es wichtig, am Thema dran-zubleiben und eine Vertrauensbasis zu schaffen. „Das ist das A und O bei allen Krisen“, so die Beraterin. „Man sollte dem Kind oder Jugendlichen nun nicht täglich mit dem Thema auf den Geist gehen, aber sich schon ab und an erkundigen, ob es von weiteren Fällen gehört hat“, rät Liebmann.

Die „Blackout-Challenge“ ist auch als „Choking Game“ bekannt. Die Internet-Mutprobe, die vor allem auf TikTok kursiert, ist nicht neu, aber lebensgefährlich. Aktuelle Fälle meldete die Polizei aus Mecklenburg-Vorpommern. Ziel der Teilnehmenden ist es, sich selbst oder gegenseitig so lange die Luft abzuschneiden oder zu würgen, bis durch den Sauerstoffmangel eine kurze Bewusstlosigkeit beziehungsweise ein Ohnmachtsanfall eintritt. (dpa)

Zahl's noch einmal, Sam? – Gefährlicher „Booking.com“-Betrug

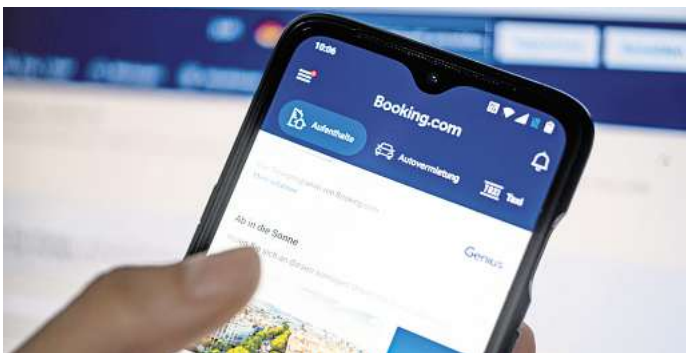
Kurz vor dem Urlaub trudelt per Messenger eine Nachricht des bereits gebuchten Hotels ein? Die Zahlung sei fehlerhaft gewesen und müsse wiederholt werden? Dann ist höchste Vorsicht geboten, berichtet das IT-Fachmagazin „c't“.

Denn dahinter könnte ein ausgeklügelter Betrugsversuch stecken, der auf echten Buchungsdaten basiert. Es gelte: Keinesfalls auf Links in derartigen Nachrichten klicken. Im Zweifel direkt beim Hotel oder der Unterkunft anrufen.

HOTELS SIND SCHON AUSGETRICKST WORDEN – JETZT SIND DIE GÄSTE DRAN

Doch was steckt hinter dem Betrug? Die Angreifer haben sich selbst über erfolgreiche Phishing-Angriffe Zugang zu den Konten verschafft, über die die Hotels ihre Buchungen auf den Plattformen abwickeln und verwalten. Und dort lagern viele sensible Informationen: vollständige Gästenamen, Reisezeiträume oder eben auch Telefonnummern.

Mit diesen Daten täuschen die Betrüger die Identität des Hotels vor und fordern die Reisenden auf, eine angeblich fehlerhafte Zahlung über einen mitgeschickten Link zu begleichen. Da die Nachrichten auf realen Buchungsdaten beruhen, wirken sie täuschend echt.



Eine Nachricht über eine fehlgeschlagene Zahlung kurz vor Abreise? Foto: Fabian Sommer/dpa/dpa-mag

NACHRICHT KURZ VOR REISESTART IST KEIN ZUFALL, SONDERN KALKÜL

Sie werden von den Kriminellen gezielt kurz vor Reisebeginn, also zu einem Zeitpunkt, an dem das Stresslevel vermutlich hoch und die Aufmerksamkeit gegenüber Ungereimtheiten geringer ist. Die verknüpften Links führen auf gefälschte Zahlungsseiten, auf denen Kreditkartendaten abgegriffen werden.

Viele betroffene Gäste erhielten oder erhalten die Betrugs-Nachrichten zeitgleich mit Phishing-Warnungen der Buchungsplattform, was die Lage zusätzlich unübersichtlich macht.

5 TIPPS ZUM PERSÖNLICHEN SCHUTZ

Reisenden empfehlen die Experten zum persönlichen Schutz Folgendes:

1. Skepsis bei Messenger-Zahlungsaufforderungen: Seriöse Hotels forderten Zahlungen grundsätzlich über die offiziellen Kanäle der Plattform oder direkt vor Ort.
2. Buchung selbst prüfen: Alle relevanten Informationen lassen sich jederzeit über die offizielle App oder Webseite der Buchungsplattform einsehen.
3. Verdächtige Nachrichten melden: Wer eine fragwürdige Nachricht erhält, sollte diese umgehend dem Kundenservice der Plattform melden.
4. Im Zweifel direkt anrufen: Ein kurzer Anruf beim Hotel über eine selbst recherchierte Nummer klärt rasch, ob die Nachricht echt ist.
5. Sofort reagieren: Wer bereits auf einen Link geklickt und Zahlungsdaten eingegeben hat, sollte die betreffende Kreditkarte sofort sperren lassen und Anzeige erstatten. (dpa)

Was gut ist, ist nicht teuer: Multigeschirrspüler im Test

Nach einem Festmahl oder auch nur einem Familienabendbrot unter der Woche mit der Hand spülen?

Machen die meisten längst nicht mehr. Nahezu alles, was über den Tisch geht, landet am Ende im Geschirrspüler. Inklusive Fett- und Essensresten. Multigeschirrspüler sollen für Sauberkeit und Glanz sorgen, und Geschirr und Maschine schonen. Wie gut gängige Produkte das schaffen, hat sich die Stiftung Warentest in ihrer aktuellen Ausgabe (8/2026) angesehen.

Insgesamt 16 Multigeschirrspülsmittel haben die Tester ausführlich unter die Lupe genommen – 10 Tabs und 6 Caps. Davon haben insgesamt 8 die Note „Gut“ bekommen, 3 schnitten mit „Befriedigend“ ab, 2 waren „Ausreichend“, und 3 „Mangelhaft“.

Besonders auffällig: Vor allem günstige Mittel überzeugten. Allen voran die Tabs „Power Force All-in-One“ von Aldi und „Domol Ultra Power All-in-One“ von Rossmann. Beide bekamen die Note 2,1. Alle mit „Gut“ bewerteten Tabs sind Eigenmarken von Drogerie- und Handelsketten und kosten pro Stück 9 Cent.

Erstmals hat es auch ein Cap in die Liste der mit „Gut“ bewerteten Produkte geschafft. Allerdings kostet ein Cap von „Somat Excellence Premium 5in1“ 20 Cent.

IN DIESEN KATEGORIEN WURDE GETESTET

Getestet wurde in den Kategorien Reinigung, Klarspülen, Kalkverhinderung, Trocknen, Materialschonung, Gewässerbelastung und Nutzerfreundlichkeit der Verpackung. Acht Tabs und Caps reinigen im Test gut. Fette und Teeränder machten vielen Produkten im Test aber Probleme. Der Cap-Testsieger von Somat konnte hier punkten.

Klarspüler sollen Flecken und Schlieren verhindern, indem sie das Wasser am Ende des Spülgangs schnell und gleichmäßig über das Geschirr ablaufen lassen,

sodass es schnell trocknet. Passiert das nicht, bleiben Wassertropfen zurück, enthaltene Salze und Mineralien werden nach dem Trocknen häufig sichtbar. Fast zwei Drittel schaffen das zuverlässig.

UMWELT, BELADUNG UND MASCHINE SCHONEN – SO GEHT'S

Mit dem Blick auf die Materialschonung von Beladung und Maschine konnten nicht alle Produkte überzeugen. Besonders mit Blick auf Kunststoff und Silberbesteck machten die Tester bei einigen Produkten Abstriche in der Bewertung.

Besonders bemängelt wurden zwei Produkte, die Inhaltsstoffe enthalten, die Gewässer belasten. Für Benzotriazole zum Silberschutz sowie Tenside wurden bei insgesamt zwei Produkten bemängelt. Die anderen kamen ohne aus.

Was die Tester nicht bewertet haben, waren die Fettrückstände im Sieb. Hier geben sie Verbrauchern aber einen wichtigen Tipp zur Vorsorge: Um die Maschine zu schonen, sollte einmal im Monat ein Intensivprogramm durchlaufen und Maschinengeschirrspülmittel verwendet werden. Außerdem sollte das Sieb am Boden regelmäßig gereinigt werden. (dpa)



Multigeschirrspülmittel sollen für Sauberkeit und Glanz sorgen, und Geschirr und Maschine schonen. Foto: Christin Klose/dpa-mag



Ein Sommerklassiker im Check: Die Testergebnisse zeigen, dass viele Kirschjoghurts beim Fruchtan-teil nicht überzeugen können. Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Kirschjoghurt: Meist lecker, aber was ist mit Frucht?

Auf ihren Bechern werben die Hersteller gerne mit tiefroten Kirschen, die im Joghurt versinken: „Fruchtig-rotes Sommervergnügen“ oder „Fruchtgenuss für alle Sinne“ lauten die Versprechen.

Doch wie viel Frucht steckt wirklich in den beliebten Fruchtjoghurts mit Kirschgeschmack? Und gibt es Unterschiede und eine mögliche Belastung mit Pestiziden?

WAS SAGT DAS LABOR, WAS SCHMECKEN DIE VERKOSTER?

Dem ist die Stiftung Warentest (Ausgabe 8/26) auf den Grund gegangen und hat 20 Produkte in den Kategorien Kirschjoghurt, Kirschsahnejoghurt und Joghurt griechischer Art mit Kirschen ins Labor und zu Verkostern geschickt.

Die gute Nachricht voran: 14 der 20 Produkte schneiden mit „Gut“ ab. Fünf Becher erreichen ein „Befriedigend“ und ein Produkt ein „Ausreichend“ befunden.

DIE TESTSIEGER:

► Die beste Note «saht» der

Sahne-Joghurt von Milbona (0,26 Euro pro 100 g) von Lidl ab.

► Bei den Kirschjoghurts ohne Sahne liegt Müller mit der Ecke (0,59 Euro pro 100 g) knapp vorn.

► Lyttos von Aldi (0,27 Euro pro 100 g) ist bester Joghurt griechischer Art mit Kirschen.

Dass guter Joghurt nicht teuer sein muss, beweist für die Warentester der Preis-Leistungs-Sieger:

► Milsani Alpighurt von Aldi (0,19 Euro pro 100 g). Er kostet nicht mal ein Drittel des Preises des teuersten Produktes im Test.

WAS DEN TESTERN AUFFIEL:

Wer viel Kirschen im Joghurt erwartet, muss sich schon selbst Früchte in den Joghurt schnip-peln: Denn einige Kirschjoghurts bringen es gerade mal auf den Mindestgehalt für Fruchtjoghurt von 6 Prozent. Im Schnitt seien es laut Zutatenlis-ten rund 10 Prozent. Da aber der Fruchtgehalt analytisch nicht bestimmbar ist, wurde er auch nicht bewertet, schreiben die Tester.

Dafür würden die meisten An-bieter bei Geschmack und Aus-

sehen mit Aromastoffen und färbenden Pflanzenkonzentra-ten nachhelfen, wie Holunder, Trauben oder Rote Bete. Dass es auch ohne zusätzliche Aromati-sierung und Farbe ginge, zeige ein Joghurt mit 16 Prozent Kirschanteil: Der Feinjoghurt Kirsche von Mövenpick (0,66 Euro pro 100 g).

WAS DIE TESTER NOCH BEMÄNGELN:

► In allen konventionell erzeug-ten Kirschjoghurts wurden im Labor Rückstände von Pflanzen-schutzmittel nachgewiesen, vor allem der Wirkstoff Captan, der Pilzkrankheiten vorbeugen soll - allerdings unterhalb des gesetz-lichen Höchstgehalts. Captan soll laut Stiftung Warentest im Verdacht stehen krebserregend zu sein. Ganz ohne Pestizidrück-stände schneiden alle drei Bio-Kirschjoghurts ab.

► Alle Joghurts enthalten reich-lich Zucker: Der Prozentanteil reicht von 9,3 bis 13,3.

► Unklarheiten bei der Deklara-tion, etwa wenn es heißt «Fruchtzubereitung aus Deutschland», aber die Kirschen aus Polen stammen. (dpa)

Hochsitz bis Strandkorb: Hier wird Schlafen zum Abenteuer

Abenteuerhungrig, aber Zeit oder Reisebudget sind eher knapp bemessen? Dann kann eine Idee sein: sich für eine Nacht einen ganz besonderen Ort zum Schlafen zu suchen. Ob im Wald, am Strand oder sogar am Fels - hier kommen fünf zum Teil spek-takuläre Übernachtungserleb-nisse in verschiedenen Regionen Deutschlands:

1. SAUERLAND: IN DER JAGDKANZEL

Durchs Wildgehege spazieren, wenn die Tore für Tagesbesucher längst geschlossen sind. Das geht, wenn man sich als Über-nachtungsgast im Wildwald Vosswinkel in Arnsberg (NRW) einbucht.

Etwa in einer Schlafkanzel, in der man nachts in mehreren Metern Höhe den Geräuschen des Waldes lauschen kann. Im Sep-tember stehen die Chancen gut, vom Schlaf-Hochsitz aus Zeuge der Hirschbrunft zu werden. Iso-matte und Schlafsack müssen die Gäste mitbringen. Den Start in den Tag versüßt der optional buchbare Frühstückskorb.

Auch in Baumzelten, Wagen oder Hütten kann man über-nachten. Dort kommen Familien und Gruppen von bis zu zwölf Personen unter.

Infos: Die Schlafkanzel für 2 Personen kostet 55 Euro pro Nacht (www.wildwald.de/wald-abenteuer/uebernachtungen).

2. NORD- UND OSTSEEKÜSTE: IM SCHLAFSTRANDKORB

Mit Meeresrauschen einschlafen, durch Mówengescrei auf-wachen: An verschiedenen Or-ten an der deutschen Nord- und Ostseeküste kann man für Über-nachtungen Strandkörbe bu-chen, etwa in Eckernförde, Tra-venmünde, Grömitz, auf der Insel Föhr, in Büsum und auf Norder-



Am Strand von Eckernförde (Schleswig-Holstein) gibt es auch Schlafstrandkörbe - wie in vielen ande-ren Orten an Ostsee- und Nordseeküste auch. Foto: Ricarda Dieckmann/dpa-mag

ney.

Schlafstrandkörbe sind größer als die herkömmlichen und ha-ben eine Liegefläche, die meist 1,30 mal 2 Meter misst. Durch ein Verdeck lassen sie sich schlie-ßen, sodass man vor Regen und Wind geschützt ist.

Infos: Eine Nacht im Schlaf-strandkorb kostet - je nach Ort und ob Frühstück und Bettzeug inbegriffen sind - zwischen 65 und rund 100 Euro (www.sh-tourismus.de/schlafstrandkorb)

3. ODERBRUCH: IM BAHNWAGON AM FLUSS

Bahn-Nerds mit Naturbegeiste-rung finden am östlichen Rand des Oderbruches (Brandenburg) ihr Mini-Abenteuer für eine Nacht, im Kulturhafen Groß Neuendorf.

Dort kann man mit bis zu vier Leuten in ausgebauten histori-schen Güterwaggons übernach-ten, die nur wenige Meter vom Fluss entfernt stehen. Eine Op-tion auch für alle, die auf dem Oder-Neiße-Radweg unterwegs

sind.

Infos: Zwei Personen zahlen für eine Übernachtung im Bahn-waggon 80 Euro (www.verlade-turm.de)

4. ALLGÄU: AN DER FELSWAND

Wer Höhenangst hat, bekommt hier wahrscheinlich kein Auge zu: Im Waldseilgarten Höll-schlucht in Pfronten-Kappel (Bayern) kann man nämlich in Baumkronen oder sogar am Fels übernachten - beides allerdings kein Schnäppchen.

Dabei schläft man auf einem sogenannten Portaledge. Das ist eine zusammenklappbare Platt-form, die Profikletterer auf mehrtägigen Touren an Fels-wänden befestigen, um darauf zu schlafen.

Teil des Abenteuers ist daher eine Einweisung in die Kletter- und Seiltechnik, um das „Bett“ auf bis zu sechs Metern Höhe si-cher zu erreichen und zu verlas-sen. Ein Sicherheitstrainer schläft am Boden und gibt Hilfe, etwa, wenn man nachts austre-

ten muss.

Infos: Eine Nacht im Baum kostet für eine Person 270 Euro, eine Nacht an der Felswand kos-tet pro Person 890 Euro; Verpfle-gung inklusive (www.waldseil-garten-hoellschlucht.de).

5. RHÖN: UNTER DEM STERNENHIMMEL

Hier kann man besonders viele funkelnde Sterne am Himmel se-hen: Das Unesco-Biosphärenre-servat Rhön ist ein internationa-ler Sternepark.

Wer sich ein paar Sternstun-den gönnen möchte, kann sich im „Sternenwagen“ in Derr-bach-Urnshausen (Thüringen) einmieten. Das Dach über dem Bett ist verglast, was freie Sicht auf den Großen Wagen und Co. erlaubt, wenn sich keine Wolken dazwischenschieben.

Infos: Unter der Woche kostet eine Nacht für maximal zwei Per-sonen 200 Euro, an Wochenen-den und Feiertagen sind es 230 Euro (www.gruene-kutte.de/wohnen/sternenwagen). (dpa)

Hang zum Overthinking? Das hilft, um im Moment zu leben

Sich abends im Bett wälzen und nicht einschlafen können, weil man dieses eine Gespräch vom Vortag wieder und wieder durch-geht: „Wie hat die Person das nur gemeint? Und hätte ich nicht lieber so oder so reagieren sollen?“ Vielleicht bereitet der Kopf sogar schon in akribischen Gedanken-schleifen den nächsten Tag vor.

Ein klassischer Fall von Over-thinking: „Wir denken zu viel nach“, so Ramón Schlemmbach, Psychologe und Coach aus Schwerin. Und zwar über vergan-gene Situationen, die wir ohneh-in nicht mehr lösen können. Oder Zukunftsszenarien, die wir zwar theoretisch durch Handeln beeinflussen können, praktisch durch übermäßiges Grübeln aber nur von uns herschieben.

In der Regel betrifft Overthin-king also Vergangenes oder Zu-künftiges. „Es gibt aber auch Menschen, die sind zum Beispiel auf einem Date und denken dann immerzu: „Oh Gott, sitzt mein Haar in Ordnung? Und habe ich das jetzt richtig gesagt?““, so Schlemmbach.

Was alle Varianten des Grü-belns vereint: Sind wir zu sehr im Kopf, sind wir nicht wirklich prä-sent. „Ich kann den Moment nicht genießen.“

WAS ALLES HINTER DEM OVER-TINKING STECKEN KANN

Manche Menschen neigen mehr zum Overthinking als andere. Im Grunde sei das eine Bewälti-gungsstrategie, um mit bestimm-ten Kindheitsprägungen fertig zu werden, erklärt Ramón Schlemm-bach. „Häufig machen Men-

schen sich über alles Sorgen, weil sie das Problem haben, dass sie sich grundsätzlich nicht in Ord-nung fühlen.“ Sie haben eine Un-zulänglichkeitsprägung.

Diese Menschen grübeln dann vor allem über die Zukunft, weil sie Angst haben, Fehler zu ma-chen. „Wenn jemand verinner-licht hat: Ich bin in Ordnung, ob ich das nun perfekt mache oder nicht - solche Leute haben das Overthinking-Problem in der Regel nicht“, so der Psychologe.

Ein anderer Fall: Menschen mit der sogenannten Unterverfungsprägung passen sich über-mäßig an und haben Schwierig-keiten damit, Grenzen zu setzen. Etwa, weil sie in der Kindheit oft bestraft worden sind. Diese Men-schen haben Schlemmbach zu-folge die Tendenz, nach bestimm-ten Situationen in Grübelschlei-fen zu versinken, weil sie sich eigentlich lieber anders verhalten

hätten. Typische Gedanken dann: „Ich hätte den Mund aufmachen sollen“ oder „Ich hätte Nein sa-gen sollen“.

ZURÜCK IN DEN MOMENT FINDEN: DIESE TOOLS HELFEN

Wer sich dabei ertappt, mal wie-der mehr im Kopf als im Moment zu sein, kann sich mit einer Gegenwartsmeditation zurück-holen, rät Ramón Schlemmbach. „Ich schaue mich um: Was sehe ich im Hier und Jetzt? Dann bin ich mit der Wahrnehmung mei-ner Umwelt beschäftigt und kann gar nicht grübeln.“

Wer die Methode erweitern möchte, kann es mit dem 5-4-3-2-1-Ansatz versuchen: Man kon-schientiert sich auf fünf Dinge, die man sieht, auf vier Dinge, die man hört, auf drei, die man fühlt, etwa Wind auf der Haut, auf zwei Ge-rüche und auf einen Geschmack.

Wer in sozialen Situationen am Moment vorbeilebt, etwa bei einem Date, kann die Gegen-wartsmeditation abwandeln. Hier analysieren wir meist, weil der Fo-kus auf uns selbst liegt: Wie kom-me ich gut rüber, was kann ich als Nächstes sagen? Die „Medita-tion“ besteht dann schlicht darin, der anderen Person bewusst zu-zuhören. „Wenn wir uns ehrlich für unser Gegenüber interessie-ren, dann geht der Druck zu per-formen weg“, so Schlemmbach.

Ein weiterer Tipp gegen Over-thinking: einfach mal alles auf-schreiben, was da so wabert. „Wenn ich das aufs Papier bringe, muss ich nicht mehr alles im Kopf jonglieren.“ Wenn das Grübeln sehr belastet, rät Schlemmbach aber, herauszufinden, wozu es in-dividuell dient und entsprechen-de Prägungen aufzulösen - wenn nötig mit professioneller Beglei-tung. (dpa)



Overthinking bezieht sich oft auf Vergangenes. Manche Menschen beginnen aber schon in einer Situ-ation über sich selbst oder gerade Gesagtes nachzugrübeln. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Bahn: Darf ich ohne Bestellung im Bordrestaurant sitzen?

Der Zug ist proppevoll und kein freier Platz in Sicht. Wer ohne Sitzplatzreservierung reist, hat jetzt keine guten Aktien: Stun-denlang stehen, das will ja kei-ner. Wie kann ich also Platz fin-den? Ein kurzer Leitfaden mit sechs praktischen Tipps für die nächste Bahnfahrt.

1. DORT ZUSTEIGEN, WO FREIE PLÄTZE WAHRSCHEINLICH SIND

Bei der Verteilung der Reisenden auf den Zug gebe es einen ge-wissen Trend zur Mitte, so eine Sprecherin der Deutschen Bahn. „Daher empfehlen wir Reisen-den ohne Reservierung, sich be-reits am Bahnsteig möglichst weit vorn oder hinten zu positi-onieren.“ Die Wagenreihung mit-samt der Verteilung der Sitzklas-sen ist an der Anzeigetafel und in der „DB Navigator“-App zu se-hen.

2. NICHTS FREI? IM ZWEIFEL BEIM ZUGPERSONAL NACHFRAGEN

Zugbegleiterinnen und -beglei-ter haben in der Regel einen gu-ten Überblick über freie Plätze im Zug und sind laut der Spre-cherin gern bei der Suche behilf-lich.

3. DER ERSTE TRUBEL IST VORBEI? EIN ZWEITER BLICK LOHNT SICH

Nach der Abfahrt bleiben 15 Mi-nuten, um einen reservierten Sitzplatz zu nutzen. Danach er-lischt die Reservierung und der Sitz steht zur freien Verfügung für alle. „Es kann sich daher loh-nen, dann noch mal durch den



Ist in den Wagen kein Sitz mehr frei, könnte man ja im Bordresta-urant des ICE sein Glück versuchen. Foto: Martin Schutt/dpa/dpa-mag

Zug zu gehen und nach einem freien Platz zu schauen“, so die Bahnsprecherin.

4. 2. KLASSE VOLL, 1. KLASSE HALB-LEER – KANN ICH UPGRADEN?

Es passiert nicht so selten, dass die 2. Klasse im ICE gerammelt voll ist, während ein Wagen wei-ter diverse Plätze in der 1. Klasse frei sind. Sich dort einfach hin-setzen, das ist nicht erlaubt. Wer jedoch ein Flexpreis-Ticket für die 2. Klasse gebucht hat, kann bis zehn Minuten nach Abfahrt noch über die App oder auf „Bahn.de“ ein Upgrade buchen und sich dann in die 1. Klasse setzen. Für Sparpreis- und Supersparpreis-Tickets gibt es die Option nicht.

5. PLATZ IM BORDRESTAURANT: MUSS ICH DANN AUCH ESSEN?

Im Bordrestaurant ist noch et-was frei: Dort kann man sich zwar grundsätzlich auch hinset-zen, wenn man nichts trinken

oder essen will. Allerdings ste-hen die Plätze laut Bahn vorran-gig denen zur Verfügung, die et-was konsumieren wollen. Die Sprecherin formuliert es diplo-matisch: „Sollte ein Platz für die-se Gäste benötigt werden, wer-den unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Fahrgäste ohne Bestellwunsch um einen Platz-wechsel bitten.“

Wer also die ganze Zugfahrt dort sitzen will, wird vermutlich gelegentlich etwas bestel-len oder auf kurz oder lang den Platz räumen müssen.

6. AUF DEN BODEN IST MEISTENS ETWAS FREI

Die letzte Option, aber dafür eine, die meistens geht. Denn es ist in den Beförderungsbedin-gungen der Deutschen Bahn nicht ausdrücklich verboten, sich auf den Boden zu setzen. Einzige Bedingung: Die Gänge müssen freibleiben, sodass Leu-te problemlos durchgehen kön-nen. (dpa)



FOTO: IMAGO IMAGES

Direkt am Comer See: So eindrucksvoll ist die Nesso-Schlucht

Der Wasserfall Orrido di Nesso ist die Hauptattraktion des Ortes

Die Nesso-Schlucht gehört zu den schönsten Orten am Comer See. Wie du dorthin kommst und was du dort erleben kannst, liest du hier.

Die Nesso-Schlucht am Comer See in Italien teilt ein ganzes Dorf in zwei Hälften: Sie verläuft mitten durch den gleichnamigen Ort, beide Seiten sind unter anderem durch die alte Steinbrücke Ponte della Civera miteinander verbunden. Die Schlucht wurde über die Jahrhunderte von einem steilen Wasserfall geformt, der sich beim Zusammenfluss der Flüsse Tuf und Nosè bildete. Bis heute prasseln die Wassermassen etwa 200 Meter in die Tiefe.

DIE PERFEKTE AUSSICHT AUF DIE NESSO-SCHLUCHT

Vom Ortskern von Nesso aus führen mehrere Treppen hinunter zum türkisblauen Wasser. An warmen Tagen kannst du inmitten der Schlucht baden gehen und die Traumkulisse vom Wasser aus bewundern. Wer lieber trocken bleiben will, hat den schönsten Blick auf die Schlucht und den Wasserfall vom Ponte della Civera aus. Diese Brücke erreichst du ebenfalls vom Ortskern aus über steile Steintreppen.

AKTIVITÄTEN RUND UM DIE NESSO-SCHLUCHT

Auch das Dorf selbst ist einen Besuch wert. Etwa 1000 Einwohner wohnen hier in malerischen Steinhäusern. Schlendere durch die engen Gassen und lass dich von dem einzigartigen Charme dieses italienischen Örtchens verzaubern. Darüber hinaus gibt es mehrere Wander-

wege, die sich rund um Nesso erstrecken. Besonders empfehlenswert ist ein Abschnitt der historischen Strada Regia, die Como mit Bellagio verbindet. Der Weg ist etwa 30 Kilometer lang und bietet herrliche Ausichten auf den Comer See. Der Comer See selbst bietet darüber hinaus unendlich viele Möglichkeiten für Badespaß und Erholung in der Sonne.

ANREISE NACH NESSO

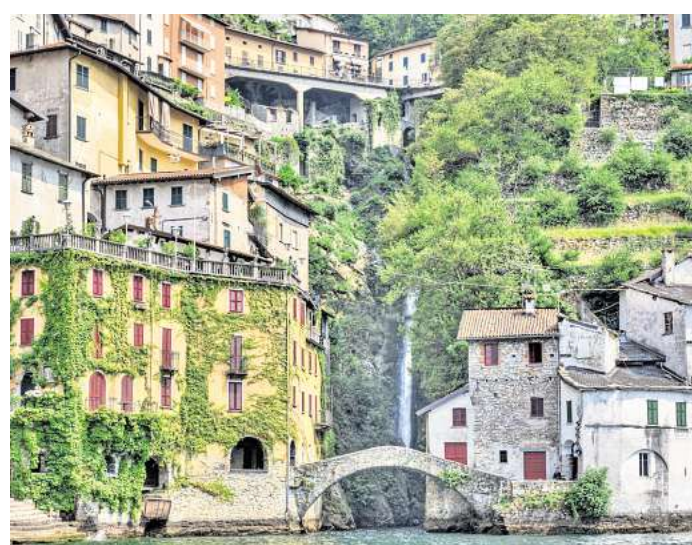
Ab Mailand, Como, Lecco und Varese ist Nesso mit dem Auto in einer halben bis ganzen Stunde zu erreichen. Alternativ gelangst du von Como aus auch per Boot nach Nesso. Die Überfahrt dauert etwa eine Stunde. Sportliche können von den Nachbarorten Bellagio und Brunate auch nach Nesso wandern. Von Bellagio aus sind es etwa zwölf Kilometer bis dorthin, von Brunate aus bist du nach 16 Kilometern in Nesso. Beide Routen sind teilweise mit steilen An- und Abstiegen verbunden, bieten dafür aber immer wieder beeindruckende Ausblicke auf den Comer See.

➤ Weitere Informationen unter:
www.reisereporter.de/nesso-schlucht



Nesso ist ein bildhübscher Ort am Comer See, der von einer Schlucht in zwei Teile geteilt wird.

Foto: imago images/Depositphotos



Traumhaft schön: Die Ponte della Civera vor der dem Wasserfall der Nesso-Schlucht.
Foto: imago images/ Joana Kruse

Warum manche Menschen ihren Reisepass in Alufolie einwickeln

Wie unsere E Reisepässe überhaupt funktionieren

Alufolie gegen Datenklau: Was skurril aussieht, hat einen echten physikalischen Hintergrund. Wie unsere Reisepässe überhaupt funktionieren und wovor Alufolie wirklich schützen kann.

Der Datenschutz ist den Deutschen heilig. Das gilt auch am Flughafen. Manche gehen dort sogar so weit, dass sie ihren Reisepass in Alufolie einwickeln.

Das gilt jedoch nicht nur für Deutschland, sondern ist ein weltweites Phänomen. Die Alufolie hat mit der Sorge vor dem Ausspionieren sensibler Daten zu tun. Zwar setzen die Airports vieler Länder auf dieselben Sicherheitsstandards, ältere oder weniger moderne E Pässe sind jedoch teilweise schlechter gegen unbefugtes Auslesen geschützt.

Doch was soll das bringen, seinen Pass in Alufolie einzuwickeln? Alles begann mit der Einführung des biometrischen Passes, dem sogenannten E Pass

oder ePass. Dieser ist mit einem sogenannten RFID-Chip ausgestattet, der – ganz einfach gesagt – Daten über Funkwellen überträgt. RFID steht dabei für „Radio-Frequency Identification“, also „Identifizierung mithilfe von Radiofrequenzen“.

Auf dem winzigen Chip liegen die Daten, in dem Fall beispielsweise Name, Fingerabdruck und Passfoto. Um den Chip ist eine hauchdünne Drahtschleife gewickelt, die als Antenne dient und Daten versenden sowie empfangen kann.

Der Chip hat keine eigene Batterie, sondern wird durch das schwache elektromagnetische Feld eines Lesegeräts, beispielsweise bei der elektronischen Passkontrolle am Flughafen, sozusagen aufgeweckt.

IT-Sicherheitsexperte Bruce Schneier war Anfang der 2000er einer der ersten, die die Praxis mit der Alufolie in den Umlauf brachten. Er warnte früh vor möglichen Datenschutzrisiken kontaktloser RFID-Chips und empfahl Alufolie als einfachen

Schutz gegen unerwünschte Funkkommunikation. Auch der Chaos Computer Club (CCC) zeigte mit RFID-Lesegeräten die Funktionsweise der kontaktlosen Chips und empfahl die Alufolie als Sofortmaßnahme für datenschutzbewusste Bürgerinnen und Bürger. Eine Alternative seien metallisierte Schutzhüllen.

Das Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik versucht jedoch zu beruhigen und betont, dass deutsche E Pässe mit einem kryptografischen Verfahren besonders geschützt sind und erst nach der Eingabe oder nach einem Scan der maschinenlesbaren Zone ausgelesen werden können. Wer die Funkkommunikation im Ruhezustand vollständig unterbinden möchte, kann zusätzlich eine RFID-Schutzhülle verwenden.

Alufolie blockiert hochfrequente elektromagnetische Wellen und ist somit ein rein physikalischer Schutz. Inzwischen gibt es aber auch RFID-Schutzhüllen, die weniger auf-

fällig sind.

Doch auch ohne Alufolie und spezielle Schutzhülle ist die Gefahr recht gering, dass wirklich Daten gestohlen werden. Denn bei modernen elektronischen Reisepässen wird auch das sogenannte PACE-Sicherheitsverfahren eingesetzt, was ausgeschrieben „Password Authenticated Connection Establishment“ heißt und den RFID-Chip vor unbefugtem Auslesen schützt.

In der Praxis sieht das wie folgt aus: Ein Lesegerät liest erst mal die maschinenlesbare Zone aus, das sind die beiden Zeilen mit den vielen „>“-Zeichen.

Daraus wird ein geheimer Schlüssel berechnet, und erst wenn dieser stimmt, kann eine verschlüsselte Verbindung zum RFID-Chip aufgebaut werden, sodass dieser die gespeicherten Daten freigibt. Das macht Alufolie und Schutzhüllen in der Regel überflüssig.

➤ Weitere Informationen unter:
www.reisereporter.de/alufolie



Manche Menschen wollen ihren Reisepass mit Alufolie vor Datenklau schützen. Ist das überhaupt sinnvoll?
Foto: Lisa-Marie Leuteritz



Gute Junior-Zahnpasta muss nicht teuer sein.

Foto: Patrick Pleul/dpa/dpa-mag

Junior-Zahnpasta im „Öko-Test“: Günstig glänzt

Zahnwechsel bedeutet in vielen Familien auch Zahnpastawechsel: Nun zieht eine Junior-Zahnpasta in den Badezimmerregal ein. Der Fluoridgehalt dieser Produkte ist etwas höher als der von Kinderzahnpasta. Der Zahnschmelz der bleibenden Zähne ist schließlich zu Beginn noch nicht voll ausgereift - und kann etwas mehr Kariesschutz gut vertragen. Doch wie gut sind die Junior-Zahncremes? Dieser Frage ist die Zeitschrift „Öko-Test“ in einer Untersuchung nachgegangen (Ausgabe 8/2026).

Die meisten der 20 analysierten Junior-Zahnpasten gehen dabei mit einem glänzenden Ergebnis aus dem Test hervor. 11 bekommen die Bestnote „sehr gut“ - darunter auch alle günstigen Eigenmarken-Zahncremes, die es in Supermärkten und Drogerien zu kaufen gibt. Sie kosten pro 50 Milliliter gerade einmal 25 Cent.

Nahezu alle Junior-Zahncremes haben einen deklarierten Fluorid-

gehalt von 1.450 ppm (parts per million), was aktuellen Empfehlungen verschiedener Fachgesellschaften zur Kariesvorbeugung entspricht. Nur ein Produkt geht einen ganz anderen Weg - und rasselt damit im Test mit der Note „ungenügend“ durch.

EINE ZAHNCREME VERZICHTET AUF FLUORID – NOTE: SECHS

Eine Junior-Zahncreme verzichtet nämlich auf Fluorid und setzt für Kariesschutz komplett auf einen anderen Inhaltsstoff: Hydroxylapatit. Das lassen die Öko-Tester nicht durchgehen: „Aus unserer Sicht ist die verfügbare Studienlage zu Hydroxylapatit noch nicht tragfähig genug, um für Kariesschutz nur auf diesen Stoff zu setzen.“

Immerhin: Erst gibt erste Hinweise für eine zahnschützende Wirkung von Hydroxylapatit, Gesundheitsgefahren sind nicht bekannt. Es fehlt den Testerinnen und Testern zufolge jedoch noch

weitere, breit angelegte Forschung zu dem Inhaltsstoff.

Bei einer anderen Junior-Zahncreme bemängelten die Öko-Tester hingegen einen aggressiven Schaumbildner: Natriumlaurylsulfat („Sodium Lauryl Sulfate“).

Dieser Inhaltsstoff kann nämlich die Mundschleimhaut reizen, was gerade für Zahnwechsel-Kinder mit einem strapazierten Zahnfleisch unangenehm werden kann. Das gab ordentlich Punktabzug - Note „ausreichend“.

BIS ZU WELCHEM ALTER ELTERN NACHPUTZEN SOLLTEN

Zweimal täglich für mindestens zwei Minuten - das ist die Faustregel fürs Zähneputzen in Zeiten des Zahnwechsels. Auch wenn der Nachwuchs im Grundschulalter immer sicherer in der Handhabung der Zahnbürste wird: Experten raten Eltern dennoch, etwa bis zum achten Geburtstag nachzuputzen. (dpa)

Absprachen und Versicherung: Housesitting richtig absichern

Aufs fremde Haus aufpassen, ein Auge auf den Hund werfen oder den Garten in Form halten - und dabei kostenlos Urlaub an tollen Orten machen? Das versprechen sich einige vom sogenannten Housesitting. Dabei quartiert man sich auf bestimmte Zeit in den Häusern oder Wohnungen anderer Leute ein - und erledigt gegen die kostenlose Logis bestimmte Dinge.

Doch was tun, wenn dabei was schief- oder gar kaputtgeht? Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen (NRW) informiert über Regeln, Versicherungen und Regressansprüche. Kurz: Klare Absprachen und Versicherungen minimieren den Ärger im Nachgang.

WIE BEKOMMT MAN KONTAKT ZU DEN HOSTS?

Man meldet sich in der Regel über spezielle Plattformen im Internet an und schließt eine Mitgliedschaft ab. Das kann den Angaben zufolge zwischen 25 Euro bis über 200 Euro pro Jahr kosten.

Wenn man sich einig ist, sollten Interessenten mit den Gastgebern - schriftlich - die Rahmenbedingungen des Aufenthalts fixieren. Etwa den genauen Umfang der gewünschten Tätigkeiten wie das Versorgen von Haustieren oder Hausarbeiten. Aber auch Tabus sollten festgelegt sein - beispielsweise welche Räume oder Schränke verschlossen bleiben müssen. Darf man im Haus rauchen? Wer haftet für fahrlässig verursachte Schäden?

Allerdings können die Hosts die Housesitter auch von der Pflicht zum Schadenersatz vollumfänglich entbinden oder die Entschädigung auf einen gewissen Be-



Vor dem Housesitting sollte unbedingt der private Haftpflichtversicherer kontaktiert werden, um zu klären, was im In- und Ausland versichert ist.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

trag begrenzen, notieren die Verbraucherschützer. Liegt ein Versicherungsschutz vor, sollte der in der Vereinbarung aufgeführt werden.

Darf man etwa sogar während des Aufenthalts Fahrzeuge wie Autos oder Motorräder nutzen, sollte man fixieren, ob man über die Kfz-Versicherung der Gastgeber mitversichert ist.

DAS IST BEIM VERSICHERUNGSSCHUTZ ZU BEACHTEN

Apropos Versicherung - das ist der zweite wichtige Baustein: Die Verbraucherschützer raten zu einer eigenen Privat-Haftpflichtversicherung. Denn diese reguliert Schäden, die man Dritten unabsichtlich zufügt. Aber: Das un-

bezahlte Housesitting werde in der Regel als Gefälligkeits- oder Freundschaftsdienst angesehen. Das falle dann in vielen privaten Haftpflichtversicherungen nicht unter den Versicherungsschutz.

Also: Den Haftpflichtversicherer vorher kontaktieren und abklären, was im In- und Ausland beim Housesitting versichert ist. Auch hier ist geraten, sich die Antworten schriftlich geben zu lassen. So sollte die private Haftpflicht auch für Gefälligkeits- und Freundschaftsdienste eintreten, und zwar möglichst mit hoher Versicherungssumme ohne Einschränkungen.

Die Verbraucherschützer raten dabei zu einem Vertrag ohne Ausschlussklauseln und mindestens zehn Millionen Euro Versicherungssumme. Kommt ein

Auslandsaufenthalt infrage, hier auch auf weltweiten Versicherungsschutz achten. Auch eine Auslandsreisekrankenversicherung für sich ist dann sinnvoll.

ARBEITEN DOKUMENTIEREN – AM BESTEN MIT FOTOS

Wer Tätigkeiten übernimmt, sollte diese während des Aufenthalts dokumentieren - am besten auch mit Fotos. Dann hat man etwas vorzuweisen, sollte sich ein Host nach dem Aufenthalt über etwas beschweren.

Etwaige Regressforderungen sollte man dann der Haftpflichtversicherung melden und dazu eine Stellungnahme mit möglichst aussagekräftigen Dokumenten einsenden, so die Verbraucherzentrale NRW. (dpa)

AZ/WAZ Digital inkl. Tablet – jeden Monat über 25 % sparen.



312€
Ersparnis
in 24 Monaten



Gilt nur für Neukunden. Mehr Informationen zum Angebot auf abo.WAZ-online.de/rabatt oder telefonisch unter 05171/406 176

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

**Aller-Zeitung
Wolfsburger Allgemeine**



STELLENANGEBOTE

Werde Teil unseres Teams!

Koch (m/w/d) und Küchenhilfe (m/w/d) gesucht.

Du hast Lust, in der Küche mit anzupacken, liebst gutes Essen und schätzt ein tolles Team? Dann bist du bei uns genau richtig!

Das erwartet Dich:

- Ein freundliches Team, das zusammenhält
- Geregelte Arbeitszeiten & faire Bezahlung
- Ein spannender Arbeitsplatz mit Abwechslung

Deine Aufgaben:

- Unterstützung der Köche bei der Vorbereitung von Speisen
- Sauberhalten von Arbeitsbereichen & Küchenuntensilien
- Mithilfe beim Anrichten von Gerichten
- Allgemeine Küchenarbeiten, die das Team entlasten

Das bringst du mit:

- Motivation & Freude an der Arbeit in der Küche
- Ein gepflegtes Auftreten & Zuverlässigkeit
- Teamgeist & gute Laune – wir arbeiten mit Spaß!

Arbeitsort:
Altes Brauhaus in Fallersleben

Start:
So bald wie möglich

Hast du Lust mit uns durchzustarten? Dann melde Dich bei uns! Einfach eine Bewerbung an info@brauhaus-fallersleben.de schicken.

Wir freuen uns auf Dich!

Die aktuelle Wochenendzeitung



Gewinnen Sie Tickets für den Circus Krone in Hannover!



(Foto: Circus Krone)

Vom 20. August bis zum 12. September gastiert der Circus Krone auf dem Schützenplatz in Hannover. Erleben Sie eine internationale Circusshow mit Weltklasseartisten, legendären Clowns, einem einzigartigen LED-Show-Ballett, Handvoltigen auf rollenden Kugeln und weiteren Highlights. Freuen Sie sich auf 150 Minuten voller Staunen, Lachen und Nervenkitzel in einem der moderns-

ten und größten reisen- den Circuszeltbauten der Gegenwart. Die Vorstellung findet im brand- neuen Chapiteau des Cir- cus Krone statt, das mit mastenfreiem Innenraum für beste Sicht von jedem Platz sorgt.



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

Teilnahmeschluss ist der 10.08.2026 um 12 Uhr.

Wir wünschen viel Glück!

Dein Job in Gifhorn und Region

lokalboten.de

#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Zeitungszusteller Brome
- Zeitungszusteller WOB Kästorf
- Zeitungszusteller Parsau
- Zeitungszusteller Leiferde
- Zeitungszusteller Rühren
- Zeitungszusteller Isenbüttel

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)

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN

ETW in Dannenbüttel, 3 Zi., 63m², Baujahr 2018, 2. OG, EBK, Terrasse 30m², Carport, Aufzug, Keller uvm., 16,9 kWh, VB. ☎ 0157/73090387

NEUBAUPROJEKT
INFOTAG 16.08.2026
11-15 Uhr: Schwülper, Im Brink 57

100.000€ KFW-KREDIT AB 1% EFF. JAHRESZINS!

2-4 Zimmer 63-98 m² ab 249.900€ individuell

100.000€ KFW-KREDIT AB 0,01% EFF. JAHRESZINS!

2-3 Zimmer 41-67 m² ab 149.900€ individuell

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

NEUBAUPROJEKT
INFOTAG 16.08.2026
11-15 Uhr: Weyhausen, Mühlenring 50-52

100.000€ KFW-KREDIT AB 0,01% EFF. JAHRESZINS!

2-3 Zimmer 41-67 m² ab 149.900€ individuell

100.000€ KFW-KREDIT AB 0,01% EFF. JAHRESZINS!

2-3 Zimmer 41-67 m² ab 149.900€ individuell

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

Grundrisse, Preise und weitere Details anfordern:
Ihre Ansprechpartnerin: Ina Drewes
Telefon: 0151-15131771
E-Mail: i.drewes@hans-drewes.de
Website: hans-drewes.de

HANS DREWES
Immobilien | Planen | schlüsselfertig Bauen

HAUS- UND REINIGUNGSPERSONAL

Hankensbüttel Reinigungskraft m/w/d für Supermarkt gesucht
AZ: Montag – Samstag 6:00 – 9:00 Uhr
Tel. Bewerbung: 0531/210330
Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

MEDIZINISCHE- UND PFLEGEBERUFE

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

STELLENGESUCHE

Suche Stelle als Haushaltshilfe oder Fensterputzerin. ☎ 0176/62052479

Suchen Sie eine Haushaltshilfe? Ich unterstütze Sie gerne beim Einkaufen, zum Arzt fahren, gemeinsames Spazierengehen, kochen. PKW vorhanden- mobil u. zuverlässig. Wenn ich Ihr Interesse geweckt habe, freue ich mich auf Ihren Anruf um alle weitere zu besprechen. ☎ 01701604021

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

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

Suche Stelle im Haushalt für Freitag- nachmittag oder Samstagvormittag in Detmerode, Westhagen oder Fallers- leben. ☎0162/3429232

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:

- Neuhaus
- Reislingen
- Rabenberg
- Sandkamp
- Fallersleben
- Tappenbeck
- Weyhausen



22485401_002426

MIETANGEBOTE

3 ZIMMER

Wesendorf / Westerholz, ab 01.08.26, 3Zi.-DG-Whg., 84,9m², 650€ KM + NK + 2 MS, ☎0171/8719721

3 Zi.-Whg. in Wendschott, 98m², EBK, Terrasse, 784€ KM+ NK. 0170/8819900

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

GÄRTEN / WOCHENEND-HÄUSER

Gartenlaube in Fallersleben zu verk., Strom, Wasser, Abwasser vorhanden. VB 9.000€ ☎ 01525/7177190

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

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

Haushaltsauflösungen, Entrümpelun- gen seriös u. pletätvoll ☎(0160) 9633244 gewerblich

Das Beste am guten Morgen: Entdecken Sie unsere guten Seiten!

Lokales · Sport Einkaufstipps



Wenn Sie wüssten...

wie die Regierung hinter den Kulissen tickt.

Der Politik-Podcast mit Dunz, Lamby und Quadbeck

Jetzt Reinhören



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

21748701_002426

► GESUNDHEIT

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

19258601_002426

Mobile Fußpflege ☎0176-70361205

► MARKTPLATZ

► MÖBEL / HAUSRAT

Ecksofa 275cmx205cm grau mit
Bettkasten und Schlaffunktion Preis
550€ VB ☎ 01745770737

PIT Inh. Patrick Konefka
Hochring 30
38440 Wolfsburg
• Haushaltsauflösungen
• Entrümpelungen
• Trödel-Ankauf aller Art
Mobil 0163 - 157 89 00
über 20 Jahre Familientradition

22293001_002426

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

► TV / FOTO /
PHONO / ELEKTRONIK

COMPUTERSERVICE WRONOWSKI
Krauele 1a, 38459 Bahrdorf
www.computer-bahrdorf.de
info@computer-bahrdorf.de
☎ 05364 - 94 72 98
Verkauf Beratung Reparatur

1982801_002426

Kaufe Fotoapparate Kameras
Ferngläser und Zubehör
Tel.0179/1698142

► MUSIK

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

► GARTEN

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

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

17020801_002426

Verschenke großen Kunststoff-Gar-
teinteich m. kl. Defekt. 0151/16520112

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

hallo
wochenende
erscheint jeden Sonnabend/Sonntag
Verlag: Madsack Medien Ostniedersachsen
GmbH & Co. KG
31224 Peine, Werderstraße 49
Internet:
www.halogifhorn.de, www.hallowob.de
Geschäftsführer:
Carsten Winkler, Lars Rehmann
Redaktionsleitung: Melanie Stallmann
Redaktion Gifhorn:
38518 Gifhorn, Michael-Claire-Str. 3
E-Mail: redaktion@hallogifhorn.de
Redaktion Wolfsburg:
38440 Wolfsburg, Porschestraße 74
E-Mail: redaktion@hallowob.de
Anzeigen-Annahme
hallo Gifhorn und hallo Wolfsburg
Tel. (08 00) 1234-906
*kostenlose Servicenummer
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Carsten Winkler
WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH
August-Madsack-Str. 1, 30559 Hannover
Unter www.hallowochenende.de können Sie
uns ganz einfach melden, wenn
Sie die Zeitung nicht erhalten haben.
Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg
Gültige Preiskarte 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 veröf-
fentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse ver-
sehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Re-
daktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung
der presserechtlichen Verantwortung vor. Für unverlangt
eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernom-
men. Rücksendungen nur, wenn Porto beiliegt.
BVDA
Bundesverband Deutscher
Anzeigenblätter
Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möch-
ten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit
dem Zusatzhinweis - bitte keine kostenlosen Zeitun-
gen an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere In-
formationen finden Sie auf dem Verbraucherportal
www.werbung-im-Briefkasten.de

15178101_002426

► VERANSTALTUNGEN

Flohmarkt Harz+Heide BS! Sa./So.
08. u. 09. AUGUST- pinguin-maerkte.de

► BEKANNTSCHAFTSANZEIGEN

► ER SUCHT SIE

Er, single, 1.70m, vom Lande, mobil,
NR/NT, sucht Sie gern etwas mollig bis
65J., gemeinsames Wohnen wäre mögl.
und die schönen Dinge im Leben
genießen. Für einander da sein, für
Urlaub und Freizeitgestaltung. Gern mit
gleichen Interessen. ☎0172/4170241

► PARTNERVERMITTLUNG
GEWERBLICH

Reit/Scharf, ☎ (0152)23034716 GF

► KUNST- UND
SAMMLERMARKT

Modelleisenbahn aller Art von
Sammler gesucht ☎ 01575 8919194
Suche von privat Bestecke, Zinn und
Bilder, Geweihe, Fotoapparate.
☎ 0152/18442823

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

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

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

Ihr Anruf ist Geld wert! Kaufe
Nähmasch., altes Spielzeug, Roh-
bernstein, 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

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

► HOBBY UND FREIZEIT

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

► KAMINE / SAUNA

Kaminholz abgelagert ☎ 0171-
4136625

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

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

Verk. Brennholz u. Kaminholz, abgelag-
ert, frei Haus ☎ (0 58 33) 1835

► MUSIKER/KLEINKÜNSTLER/
MUSIKUNTERRICHT

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

► TICKETS /
VERANSTALTUNGEN

HOF-AUSSTELLUNG
Sonntag, 09.08.26, 10 - 17 Uhr
Hauptstraße 17 in Jembke:
KERAMIK
NÄHARBEITEN
GRUSSKARTEN
PERLEN-FANTASIE
SCHÖNES für den HUND
HOLZ- u. DREHSELARBEITEN

22282101_002426

► SPORT

Erwachsenendreirad, tiefer Einstieg,
günstig VS ☎ 01522/4545808

► DIENSTLEISTUNGEN

Übernahme Fliesenarbeiten zu fairen
Preisen. ☎(05833) 955115 oder
☎0170/5412865

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

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

Wohnungsrenovierung
☎0160 97739654

Erliedige Gartenarbeit, jeglicher Art
Steinreinigung, Pflasterarbeiten uvm.
☎01 76/ 77 12 34 46

Toktaruk Glas-Fensterreinig.
Gardinen-Solar- u. Pflasterreinig.
☎(05361) 1810211 / 0172-7707230

Badsanierung mit Sanitär
Tel: 0160 97739654

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

Flachdach sanieren, Dachdeckerei
Petermann ☎ 0176/80702644

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

► UNTERRICHT

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

► SPORT / HOBBY /
SPIEL / VEREIN

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

► KONTAKTBÖRSE /
EROTIK

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

Pflasterarbeiten jegl. Art, gew.
☎ 0174/3240546

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

18958701_002426

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

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

Kostenlose Entrümpelungen und
Haushaltsauflösungen bei Wiederver-
wendung. ☎ (0174) 2978098

Der Gärtner

Baumfällung, Pflastern, Zaunbau,
Gartenpflege, Winterdienst, Hecken-
schnitt. ☎ 0157/50283769

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

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

► TIERMARKT

Vermisst seit 23.07.26

Kater Holly, russisch-blau, schlanke
und große Statur, kleiner Schnitt linkes
Ohr. Bitte schauen Sie in Garagen,
Keller und Gartenhäusern



Kontakt: Tel.: 0152/58757563

29497901_002426
ORIGINAL JAPAN KOI zu verkaufen
natürlich in Tüla 0171/2826838

Hohenstein, schwarzer Kater mit
amputiertem Katzenschwanz, gegen
Belohnung gesucht.☎0175/4025937

Sie suchen eine Anzeige oder einen Artikel aus
den letzten Wochen?

Oder haben eine Ausgabe einmal nicht erhalten?

Unter **www.hallowochenende.de**

können Sie diese Ausgabe per e-paper ansehen
und herunterladen.



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

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

22418001_002426

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

Wir pflegen Ihren Garten, ob einmalig,
wöchentlich, monatlich oder als Jahres-
pflege. 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

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

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

Gartenbau-Köppen.de

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

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

Garten- & Pflasterarbeiten: Einfahrten,
Terrassen, Rasen, Zäune, Bewässerung &
Mähroboter. Birgin Galabau - 0776 23678008

Im Gartenbereich übernehmen wir die
Ausführung sämtlicher Naturstein- und
Pflasterarbeiten sowie den Bau von
Trockenmauern und Zäunen.
Fa. L. Bittner, Gärtnermeister, Garten-
gestaltung 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. Rasenanlagen
sowie Pflegearbeiten jeglicher Art führt
aus: L. Bittner Gartengestaltung und
Landschaftsbau ☎ (0 53 63) 9 89 80

► VERSCHIEDENES

Erliedige Gartenarbeit, jegl. Art inkl.
Entsorgung. Beet, Fugen kratzen, Roll-
rasen, Zaunbau uvm. 0176/77123446

Fassadenanstriche

m. Silikonharzfarbe o. Acrylputz, qm ab
18,00 € Klinkerversiegelung,
Gewebeputz, kostenl. Angebote
Firma Kreh ☎ 05131/ 56237

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

NABU
Seltener Moorbewohner
sucht feuchten Grund in
sonniger Lage zwecks WG.
Tel.: 030.284984-1574
Helfen Sie mit einer
Moor-Patenschaft!
NABU.de/moor-pate
E-Mail: paten@NABU.de

► KRAFTFAHRZEUGMARKT

► KFZ ANGEBOTE

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

21067101_002426

► CITROEN

Citroen C 1, Bestzustand, 90 Tkm,
TÜV + Insp. neu, Vollausstattung, sehr
sparsam, 2.900 VB, ☎ 0152 11545982

► MOTORRÄDER /
ZWEIRÄDER

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

19636401_002426

► WOHNMOBILE /
-WAGEN

Wohnmobil (Kastenwagen), 145PS,
TÜV 02/28, 90.000Km, Vorzelt, SAT-
Anlage, 21.500€. ☎ 0157/56539754

► KFZ GESUCHE

► PKW KAUFGESUCHE

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

4654901_002426

Cabrio gesucht Igesucht wird ein
Cabrio auch mit Mängeln

. ☎ 05172-9667116

Älterer Mercedes ges.
gesucht wird ein älterer Mercedes auch
zum Herrichten ☎ 05172-9667116

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

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

► MOTORRÄDER /
ZWEIRÄDER

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

► WOHNMOBILE /
-WAGEN

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

1x2 Tickets inkl. Meet&Greet
mit Natasha Bedingfield!



Foto: Künstler

Erleben Sie Natasha
Bedingfield hautnah
beim Sommerfestival
in der Wolfsburger Au-
tostadt! Am 14. August
um 20 Uhr verzaubert
die britische Ausnah-
mekünstlerin ihr Pu-
blikum mit ihren Hits.
Die Aller-Zeitung und
Wolfsburger Allgemei-
ne Zeitung verlosen ein
exklusives Erlebnispä-

ket für 1x 2 Personen.
Den Gewinner bzw.
die Gewinnerin erwar-
tet nicht nur ein un-
vergessliches Konzert,
sondern bereits vor
dem Auftritt ein per-
sönliches Meet&Greet

mit dem Star.
Nutzen Sie diese ein-
malige Chance auf ein
Treffen mit Natasha
Bedingfield und erst-
klassige Live-Musik.
Um am Gewinnspiel
teilzunehmen:



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

Teilnahmeschluss ist der
09.08.2026 um 23:30 Uhr.

Wir wünschen viel Glück!

hallo wochenende
Werbung in **hallo wochenende** wird von den Lesern
als besonders nützlich und informativ bewertet
Mit uns erreichen Sie verschiedene Zielgruppen
Mit hoher Lokalkompetenz und starkem Nutzwert
sind wir ein Sprachrohr für die Menschen
in der Region
Kontrollierte und zuverlässige Verteilung,
Prüfung durch die Weigel GmbH, ein unabhängiges
Institut für Qualitätsmanagement
hallo wochenende
Was beim Einkaufen zählt
Anzeigenblattleser sind bereits empfänglich für Sonderangebote (73,1% LpA).
Trotzdem legen sie viel Wert auf Markenqualität und Umweltaspekte.
Quelle: Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

Achtung Gefahr: An diesen 3 Orten badet man lieber nicht

Der Schweiß läuft, der Körper ächzt unter der Wärme - nun ist Abkühlung willkommen. Aber wo? Andreas Paatz, Bundesleiter der DRK-Wasserwacht, rät allen Badewilligen: „Nur dort baden, wo es eine Wasseraufsicht gibt, wo man also weiß, dass man im Notfall Hilfe bekommt. Das kann natürlich das Freibad sein, aber auch der Badensee.“

An einigen Orten bzw. in einigen Fällen kann Baden sogar große Risiken bergen. Ein Überblick:

1. IN FLÜSSEN: ACHTUNG, STRÖMUNG UND SCHIFFSVERKEHR!

Das Schwimmen in Flüssen ist zwar grundsätzlich erlaubt - zumindest, solange man großzügigen Abstand zu Brücken, Schleusen, Wehren und Häfen wahrt und kein Badeverbot gilt. Experten raten dennoch davon ab, sich in fließenden Gewässern abzukühlen.

Denn: Flüsse wie Elbe, Rhein oder Donau fließen nun einmal - und das kann Schwimmerinnen und Schwimmern zum Verhängnis werden. „Dassieht von außen gar nicht so aus, aber das Wasser bewegt sich mit einer so starken Kraft, dass man als Badender zur Flussmitte gezogen werden kann“, sagt Andreas Paatz. Sich dann gegen die Strömung zu rück ans rettende Ufer zu arbeiten, ist anstrengend - im schlechtesten Fall gehen einem die Kräfte aus.

Was also tun, wenn die Strömung den Weg ans Ufer verwehrt? Andreas Paatz rät: „Auf den Rücken legen, den Blick in Richtung Land und dann versuchen, sich mit der Strömung mittragen zu lassen.“ Weil die zum Teil diagonal aufs Ufer zuläuft, lässt sich womöglich eine Gelegenheit finden, wieder an Land zu kommen. Ansonsten wichtig: Rufend auf sich aufmerksam machen, damit andere von der Not-



Blualgen sind an grün-bläulichen Algenteppichen im Wasser zu erkennen.
Foto: Soeren Stache/dpa/dpa-mag

lage mitbekommen und Hilfe holen.

Dazu kommt: Viele Flüsse sind von Schiffen befahren - sie erzeugen nicht nur Wellen, sondern auch einen Sog. Schlimmstenfalls können Schwimmerinnen und Schwimmer unter den Schiffsrumpf gezogen werden, zum Teil unbemerkt von denjenigen, die das Schiff lenken. „Man kann sich vorstellen, wie verschwindend klein ein Schwimmer vom Führerhaus eines großen Schiffes aus ist. Außerdem ist die Reaktion eines Schiffes träge“, warnt Andreas Paatz. Also gilt: Wo Schiffe unterwegs sind, schwimmt man am besten gar nicht.

2. IM MEER, WENN EINE ROTE (ODER EINE SCHWARZ-WEIßE) FLAGGE WEHT

Ob an Nord- oder Ostsee oder auch im Urlaub an Atlantik oder Mittelmeer: Strandbesucherinnen und -besucher sollten nachschauen, was für eine Flagge dort an diesem Tag weht. Zeigt sie rot,

sollte man - auch als erfahrener Schwimmer - nicht baden. Die Flagge zeigt an, dass zum Beispiel Strömung, hoher Wellengang oder Wasserverschmutzung Badenden gefährlich werden können.

Und was bedeuten Flaggen anderer Farben? Die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) gibt einen Überblick:

- ▶ Rot-gelbe Flagge: Baden ist möglich, Rettungsschwimmer sind im Einsatz.
- ▶ Gelbe Flagge: Baden ist erlaubt, passiert aber auf eigenes Risiko. Daher sollten nur erfahrene Schwimmerinnen und Schwimmer ins Wasser gehen.
- ▶ Schwarz-weiß geviertelte Flagge: Hier ist Baden verboten, denn es handelt sich um einen Wassersportbereich, der etwa für Segler, Surfer und Jetskis gedacht ist.
- ▶ Orangefarbener Windsack: Weht er am Mast, sollten Luftmatratze oder Schwimring in der Strandtasche bleiben. Der Windsack gibt Hinweis auf ablandigen Wind, der einen auf diesen Schwimmgeräten auf das of-

fene Meer treiben kann.

3. IM BADESEE, WENN DARIN ALGENTEPPICHE SCHWIMMEN

Sieht der Badensee bläulich oder blaugrün aus, vergeht einem die Lust aufs Baden direkt wieder. So eine Färbung - die auch in Kombination mit Schlierenbildung oder Algenteppichen auftreten kann - gibt Hinweis darauf, dass sich Cyanobakterien im Wasser stark vermehrt haben. In der Alltagssprache nennt man sie Blualgen.

Cyanobakterien produzieren Gifte, wie der Bund für Umwelt- und Naturschutz Deutschland (BUND) erklärt. Wer in belasteten Seen badet, kann Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Fieber, Atemnot oder Hautreizungen bekommen.

Zu einer starken Vermehrung von Cyanobakterien führen neben hohen Temperaturen auch Düngerreste aus der Landwirtschaft, die den Weg in das Gewässer gefunden haben. (dpa)



Ein kühler Schluck zwischendurch: Öffentliche Trinkstellen bieten an heißen Sommertagen kostenlose Erfrischung.
Foto: Julian Stratschulte/dpa/dpa-mag

Brunnen statt Flasche: Wie Sie kostenlos Trinkwasser finden

Sommer in der Stadt: Gerade an heißen Tagen kann man beim Bummeln, Shopping oder Sightseeing schnell Durst bekommen. Da ist es besonders praktisch, dass es an vielen öffentlichen Plätzen gratis Trinkwasser aus Brunnen, Refill-Stationen sowie Wasserspendern gibt.

Wer seine eigene Wasserflasche dabei hat, kann sie unterwegs mit dem kostenlosen Trinkwasser auffüllen und so nicht nur Geld, sondern auch Ressourcen sparen sowie Müll etwa von Einweg- und Plastikflaschen vermeiden. „Und weil Trinkwasser nicht in Flaschen abgefüllt und über weite Strecken transportiert werden muss, ist es ein umweltschonendes Produkt“, schreibt die Internetseite „Trinkwasser unterwegs“ - dahinter steckt der BDEW Bundesverband der Energie- und Wasserwirtschaft.

TRINKWASSER FINDEN

Hier einige Beispiele, wie und wo man unterwegs kostenlos Leitungswasser finden kann:

- ▶ Öffentliche Brunnen mit Trinkwasser in der Nähe kann man einfach per Smartphone oder Computer per Web- und Mobil-App finden. Die Android-App «Trinkwasser unterwegs» steht etwa kostenlos im Play Store sowie als iOS-App im App-Store zur Verfügung. Wer Lust hat, kann auf der Internetseite auch öffentliche Brunnen melden, die bislang nicht verzeichnet wurden.
- ▶ In Deutschland und Europa gibt es in vielen Cafés, Restaurants, Läden sowie in öffentlichen Gebäuden zudem sogenannte Refill-Stationen. Diese sind unter anderem erkennbar an einem runden, blauen Aufkleber mit einem Wassertropfen darauf. Auch dort kann man kostenlos Trinkwasser holen. Eine Übersicht mit Standorten in Deutschland gibt es etwa auf der Internetseite von Refill-Deutschland, die vom gemeinnützigen Verein «a tip: tap» koordiniert wird - zu finden über die «Karte von morgen».
- ▶ Auch die App «Refill» bietet eine Übersicht zu solchen Stationen. Hinter dem kostenlosen Angebot steckt die britische Initiative «City to Sea». Die App ohne Werbung und Bezahlschranke sammelt zwar Personendaten sowie bei GPS-Freigabe Geo-

Daten - nutzte diese aber laut Datenschutzvereinbarung (Privacy Policy) nur zur technischen Optimierung der App, schreibt die Verbraucherzentrale in einem älteren Test. Wenn gewünscht, lassen sich Pushnachrichten deaktivieren und der eigene Nutzeraccount einfach löschen.

WASSERSTELLEN FÜR OUTDOOR-AKTIVITÄTEN

Zudem listet die kostenlose Web-App «Watify» nach eigenen Angaben über 250.000 kostenlose Brunnen und Trinkstationen in ganz Europa. Die App wendet sich insbesondere an Outdoor-Begeisterte, Wanderer, Radfahrer und alle, die gerne draußen unterwegs sind. Dabei verzichtet die werbefreie und unabhängige Web-App nach eigenen Angaben auf jegliches Tracking und Datensammeln. Dahinter steckt eine Privatperson - Jan Schumacher aus Karlsruhe. Laut der Plattform Chip.de stammen die Daten der Karte unter anderem aus Open-Data-Portalen, OpenStreetMap und aus Einträgen der Community. (dpa)

Brombeeren und Co.: Ist Naschen vom Strauch echt so schlimm?

Es gibt Warnungen vor Gefahren, die halten sich über Generationen. Etwa, wenn kleine Kinder durch Gärten stapfen und reife Beeren von Sträuchern und Stauden pflücken und sich in den Mund schieben wollen. „Nein, nein! Nicht essen! Wegen Fuchsbandwurm“, heißt es dann von besorgten Müttern und Vätern.

Doch ist es wirklich so schlimm, wenn man hier und da in Omas oder Opas Garten Brombeeren, Stachelbeeren oder kleine wilde Erdbeeren nascht?

Auch Ernährungswissenschaftlerin Daniela Krehl hat diese Warnung von ihren Eltern und Großeltern gesagt bekommen: „Iss keine Beeren direkt vom Strauch - da könnte der Fuchs drüber gelaufen sein.“ Ein Satz, der sich hartnäckig hält, so die Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale Bayern.

Ihr Urteil: „Ganz falsch ist er nicht - aber er erzählt nur die halbe Geschichte.“ Das klingt nach einer kleinen Entwarnung für gelegentliches Naschen. Doch einen Freifahrtsschein geben will sie dennoch nicht.

THEORETISCH KÖNNTEN EIER AN BODENNAHEN BEEREN HAFTEN

„Der Fuchsbandwurm ist tatsächlich ein gefährlicher Parasit. Die Eier werden über den Kot infizierter Füchse ausgeschieden und können theoretisch an bodennah wachsenden Pflanzen oder Beeren haften“, erklärt

Krehl. Die gute Nachricht sei aber: „Eine Erkrankung beim Menschen kommt selten vor.“

Dass heute mehr Fälle diagnostiziert werden als früher läge vor allem an modernen Bildgebungsverfahren, die die Erkrankung häufiger entdecken. „Das persönliche Risiko bleibt aber insgesamt sehr gering: ca. 40-50 Neuinfektionen gibt es im Jahr. Besonders betroffen sind Süddeutschland sowie Teile Österreichs, der Schweiz und Frankreichs.“

FAST NOCH WICHTIGER: HÄNDEWASCHEN NACH KONTAKT MIT ERDE

Aber der heimische Garten sei halt kein Hochsicherheitslabor - und daher schade ein wenig Küchenhygiene auch nicht, findet die Ernährungsfachfrau. Insbesondere für Schwangere, kleine

Kinder oder Menschen mit geschwächtem Immunsystem sei es sinnvoll, die Beeren vor dem Verzehr zu waschen.

Doch viel wichtiger als die einzelne saubere Himbeere ist Daniela Krehl zufolge, dass nach der Gartenarbeit oder nach dem Kontakt mit Erde die Hände gründlich gewaschen werden.

Als erste Beschwerden nach einer Infektion mit Fuchsbandwurm treten häufig Schmerzen im Oberbauch auf, so die „Internisten im Netz“. Mit zunehmender Krankheitsdauer fühlen sich die Betroffenen schlapp und müde und verlieren an Gewicht. Manche haben Fieber, einige leiden unter Blutarmut, beschreibt der Berufsverband der deutschen Internisten und Internistinnen erste Symptome. Sie treten allerdings erst 10 bis 15 Jahre nach der Infizierung auf. Daher ist der Ansteckungsweg für

Betroffene dann oft nicht mehr nachvollziehbar.

UNKLAR, WIE EIER DES FUCHSBANDWURMS IN DEN MENSCHEN GELANGEN

Eier des Fuchsbandwurms sind laut Deutscher Leberhilfe winzig und mit bloßem Auge nicht erkennbar. Laut dem Bayerischen Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL) sei bisher ungeklärt, wie die Eier des kleinen Fuchsbandwurms überhaupt in den Menschen gelangen.

Das LGL schreibt: „Naheliegender, aber noch nie nachgewiesen, ist eine Aufnahme mit Waldfrüchten, die mit Fuchskot verunreinigt sind. Allerdings konnte das Sammeln und Essen von Waldbeeren und Pilzen bislang noch nicht als Risikofaktor identifiziert werden.“ (dpa)



Die Eier des Fuchsbandwurms können an Beeren haften, allerdings kommt eine Infektion beim Menschen relativ selten vor.
Foto: Uwe Anspach/dpa/dpa-mag

Knitter-Alarm bei Leinen: Diese Waschtricks helfen

Die schlechte Nachricht vorab: Kleidung aus Leinen knittert nun mal, das lässt sich nicht komplett vermeiden. Denn die Flachsfasern, aus denen das Gewebe besteht, sind steif. Sie springen also nicht in ihre alte Form zurück, wenn sie verbogen wurden.

Wer von der Knitter-Optik seiner Leinenkleidung genervt ist, kann aber prüfen: Wasche ich die Teile eigentlich richtig? Denn die richtige Pflege kann das Knittern verringern, so das Forum Waschen.

WÄSCHEAUFHÄNGEN LIEBER NICHT PROKRASTINIEREN

Der entscheidende Tipp lautet hier: möglichst wenig mechanische Belastungen. Klingt theoretisch? Ziel ist, dass beim Waschen die Fasern geschont werden, also zum Beispiel möglichst wenig abknicken. Das Forum Waschen nennt als Tipps:

- ▶ Die Trommel der Waschmaschine höchstens zur Hälfte beladen.
- ▶ Die Schleuderdrehzahl auf maximal 600 Umdrehungen pro Minute einstellen.
- ▶ Kleidungsstücke aus Leinen nicht auswringen.
- ▶ Leienteile nach Ende der Wäsche direkt aus der Maschine holen, sie also nicht noch feucht in der Trommel liegen lassen.

Die Frage nach der passenden Waschtemperatur kann das Pflegeetikett beantworten. Welches Waschmittel sich eignet, hängt davon ab, ob das Teil gefärbt oder ungefärbt ist.



Wer möglichst wenig Falten im Leinenhemd haben möchte, wählt am besten einen niedrigen Schleudergang und hängt das Kleidungsstück zum Trocknen auf einen Bügel.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

Für farbige Stücke ist ein Color- oder Feinwaschmittel die richtige Wahl. Ungefärbtes Leinen wäscht man am besten mit einem bleichmittelhaltigen Vollwaschmittel. Gut zu wissen: Flüssigwaschmittel enthalten per se keine Bleichmittel.

DER TROCKNER IST FÜR LEINENSTÜCKE TABU

Die Waschmaschine hat Ihren Job getan. Nun sind Sie dran: Das Forum Waschen rät, Kleidungsstücke aus Leinen nach dem Waschen leicht in Form zu

ziehen und sie auf einem Bügel oder flachliegend trocknen zu lassen. Ein Ausflug in den Trockner ist hingegen keine gute Idee: Es kann nämlich passieren, dass die Lieblingsbluse zwei Größen kleiner wieder herauskommt.

Beim Bügeln feuchtet man den Stoff am besten etwas an - dadurch bekommt man ihn am besten glatt. Damit sich in dem glatten Stück nicht direkt wieder Fältchen bilden, bewahrt man gebügelte Leinenkleidung am besten auf einem Bügel hängend auf. (dpa)