

Umfrage: Wie ernähren Sie sich an heißen Tagen?

Mit *hallo*-Wochendende einen **50-Euro-Gutschein** gewinnen

VON KATHARINA WINKELMEIER

Peine. Der Sommer zeigt sich von seiner besten Seite, doch die steigenden Temperaturen bringen auch bei der Ernährung einige Herausforderungen mit sich. Denn an heißen Tagen ist es besonders wichtig, sich für leichte, erfrischende und nährstoffreiche Speisen zu entscheiden, um den Körper bestmöglich zu unterstützen und das Wohlbefinden zu steigern. Viele Menschen greifen bei hohen Temperaturen zu kalten Gerichten wie frischen Salaten, Obst und kalten Suppen. Wassermelone, Beeren, Zitrusfrüchte und Gurken sind beliebte Durstlöcher, die gleichzeitig wichtige Vitamine liefern. Auch selbstgemachte



Kühler Drink an heißen Tagen.

FOTO: PIXABAY

Joghurts oder kalte Quarkspeisen sind eine angenehme Erfrischung.

Außerdem ist es wichtig, ausreichend zu trinken. Wasser, Mineralwasser mit einem Spritzer Zitrone oder Minze sowie selbstgemachte Eistees sind ideal, um den Flüssigkeitshaushalt zu sichern.

Ihre Meinung zählt!

Wir möchten Ihre Meinung wissen: Wie ernähren Sie sich an heißen Tagen? Machen Sie mit bei unserer Umfrage. Scannen Sie da-

zu den QR-Code. Mit ein bisschen Glück gewinnen Sie einen 50-Euro-Gutschein von Media Markt.

Ergebnis der letzten Wochenumfrage

In der vergangenen Woche wollten wir von Ihnen wissen, ob sich die Arbeitsmoral verändert hat. Das sind die Antworten:

- 81,2 Prozent sagten: Ja, die Arbeitsmoral hat sich verändert.
- 18,8 Prozent sagten: Nein, das finde ich nicht.



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

Niedersächsische Goldbörse Braunschweig – Ihre Chance: Jetzt Gold verkaufen und Spitzenpreise sichern!

Schätze aus der Schublade? Machen Sie bares Geld daraus – fair, schnell und sicher! August 2025
Goldkurs: 93.920,87 EUR/kg

Die Welt befindet sich aktuell in einer Phase großer Umbrüche – und das macht sich auch auf den Finanzmärkten bemerkbar. Der Goldpreis ist ein deutlicher Indikator dafür: Seit Monaten erreicht er beeindruckend hohe Werte, die viele Experten überraschen. Diese Entwicklung ist kein Zufall. Geopolitische Spannungen, weltweite Krisenherde, Handelskonflikte und wirtschaftliche Unsicherheiten treiben die Nachfrage nach Gold als sicherem Hafen für Investoren weltweit in die Höhe.

Dabei sorgt die nervöse Stimmung an den Märkten für spürbare Kurschwankungen. Anleger reagieren sensibel auf Nachrichten und politische Entscheidungen, die Situation bleibt volatil. Doch trotz dieser Schwankungen ist eines klar: Das Kursniveau für Gold liegt historisch hoch. Wer sich mit dem Gedanken trägt zu verkaufen, sollte diese einmalige Gelegenheit nutzen. Denn gerade jetzt lassen sich noch immer außergewöhnlich gute Preise erzielen – auch für kleinere Mengen oder Schmuckstücke, die seit Jahren unbeachtet in Schubladen liegen.

Viele Menschen in Braunschweig und Umgebung haben diesen Trend bereits für sich erkannt. Statt ungenutzten Schmuck weiter zu verwahren, verwandeln sie Erbstücke, Zahngold oder alte Münzen in bares Geld. Diese Entscheidung schafft oft dringend benötigte finanzielle Spielräume – sei es für unerwartete Rechnungen, eine Reparatur, den nächsten Urlaub oder einfach als Plus für die Haushaltskasse. Denn gerade in unsicheren Zeiten ist es sinnvoll, stille Reserven zu mobilisieren und den Wert der eigenen Edelmetalle professionell bestimmen zu lassen.



Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig ist dabei Ihr verlässlicher Partner. Hier stehen Fairness, Transparenz und exzellenter Service im Mittelpunkt – Werte, die das Unternehmen seit Jahren auszeichnen und das Vertrauen unzähliger zufriedener Kunden gewonnen haben. Wer mit dem Gedanken spielt zu verkaufen, findet hier die ideale Anlaufstelle: kostenlos, unverbindlich und ohne vorherige Terminvereinbarung können Kunden ihre Schätze bewerten lassen.

Das Spektrum ist dabei breit: Ob eine zarte Goldkette aus dem Nachlass, ein Ring aus einer vergangenen Beziehung, vergessene Ohrhänge, Zahngold, Münzen oder sogar ganze Goldbarren – bei der Niedersächsischen Goldbörse wird alles sorgfältig geprüft. Die erfahrenen Fachberater nutzen modernste Analysetechnik, um den Wert exakt und nachvollziehbar zu ermitteln. Grundlage für die Bewertung ist dabei immer der aktuelle Tageskurs. So stellen wir sicher, dass unsere Kunden einen marktgerechten und fairen Preis erhalten.

Eine Kundin hat ein Konvolut mit einem schlichten Armband und ein Paar Ohrhinge verkauft – ohne große Erwartungen. Nach der professionellen Prüfung und Bewertung ging sie mit über 3000 Euro in bar nach Hause. Solche Erfolgsgeschichten sind bei uns längst Alltag.



Wir sind jetzt auch am Samstag von 10 bis 16 Uhr für Sie da!



„Viele ahnen gar nicht, welchen Wert ihr alter Schmuck hat“, erklärt das Goldbörse-Team. „Gerade bei Erbschaften erleben wir immer wieder echte Überraschungen. Es kommt vor, dass Kunden mit Freudentränen reagieren, weil sie mit so viel Geld nicht gerechnet haben.“

Die Gründe für einen Verkauf sind dabei so vielfältig wie die Menschen selbst. Manche wollen eine hohe Nebenkostenabrechnung begleichen, andere das Auto reparieren lassen oder sich einen langen gehegten Wunsch erfüllen.

Auch romantische Anlässe spielen eine Rolle: „So konnte sich ein Ehepaar endlich den lang ersehnten Familienurlaub leisten, indem es alten Schmuck verkaufte, der seit Jahren ungenutzt in der Schublade lag. Aus einem vergessenen Erbstück wurde so eine unvergessliche gemeinsame Zeit. Hinter jedem Verkauf steckt eine

persönliche Geschichte – und wir helfen Ihnen dabei, daraus etwas Schönes zu machen.“ Als Partner von Heimerle + Meule, einem der führenden deutschen Edelmetallhändler, steht die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig für Seriosität und höchste Qualitätsstandards. Diese Partnerschaft garantiert nicht nur Höchstpreise, sondern auch ein Maximum an Transparenz und Vertrauen. Die Abwicklung erfolgt diskret in modernen, einladend gestalteten Räumen, in denen sich unsere Kunden wohl und sicher fühlen.

Als Partner von Heimerle + Meule, einem der führenden deutschen Edelmetallhändler, steht die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig für Seriosität und höchste Qualitätsstandards. Diese Partnerschaft garantiert nicht nur Höchstpreise, sondern auch ein Maximum an Transparenz und Vertrauen. Die Abwicklung erfolgt diskret in modernen, einladend gestalteten Räumen, in denen sich unsere Kunden wohl und sicher fühlen.

Ein besonderer Tipp: Zahngold wird oft unterschätzt. Viele wissen nicht, dass es neben Gold häufig auch wertvolle Metalle wie Platin, Palladium oder Silber enthält, die den Gesamtwert zusätzlich steigern. Deshalb lohnt sich eine professionelle Bewertung gerade hier besonders. „Viele sind erstaunt, wie viel selbst kleine Mengen Zahngold einbringen können“, betont das Goldbörse-Team.

Der anhaltende Goldboom zeigt, dass jetzt der richtige Zeitpunkt ist zu verkaufen. Inflation, geopolitische Unsicherheiten und die starke Nachfrage von Anlegern und Zentralbanken treiben die Preise weiterhin nach oben. Doch niemand kann vorhersagen, wie lange dieses Rekordniveau Bestand haben wird. Wer auf Nummer sicher gehen will, sollte daher nicht zögern und sich die aktuell hervorragenden Konditionen sichern.

In der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig setzen wir auf Ehrlichkeit, Fairness und eine Beratung, die auf die Bedürfnisse unserer Kunden eingeht. Wir nehmen uns Zeit für jede Frage und erklären transparent jeden Schritt der Bewertung. Am Ende steht ein faires Angebot – und wenn Sie möchten, die sofortige Barauszahlung.

Kommen Sie einfach vorbei und überzeugen Sie sich selbst. Machen Sie aus ungenutzten Schätzen bares Geld – zuverlässig, seriös und zu Top-Konditionen.

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig – Vertrauen, Erfahrung und Höchstpreise für Ihr Gold. Jetzt vom Rekordhoch profitieren!

HEINEKE

Bauunternehmen GmbH

- Hoch- und Stahlbetonbau
- Innen- und Außendämmung
- Altbausanierung
- Fliesenarbeiten

- Trockenausbau
- An- und Umbauten
- Bauwerksabdichtung
- Zimmerarbeiten

An den Rotten 4 • 31249 Hohenhameln-Ohlum
☎ 0 51 28 - 6 93 • www.bauunternehmen-heineke.de

CSDs schützen. DEMOKRATIE verteidigen!

AMADEU ANTONIO STIFTUNG

Container

Brennholz
Für Wärme und Gemütlichkeit

Schüttgut
Sand, Kies, Mutterboden u.v.m.

Dein Container. Dein Projekt
Deine PEG.

PEG-24.de
05128 9412-0

Im Internet finden Sie uns unter:
www.hallopeine.de

Niedersächsische

GOLD BÖRSE

BRAUNSCHWEIG

Anzeige

NIEDERSÄCHSISCHE
GOLDBÖRSE BRAUNSCHWEIG

Damm 38
38100 Braunschweig
TEL: 0531/12184200

braunschweig@goldboerse.gmbh
www.goldboerse-braunschweig.de

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 10:00 - 16:00 Uhr

GESCHÄFTSFÜHRER:
N. GRANHOLM

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

DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE 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.