

Thailändische Küche und Kultur auf dem Hollerplatz

Streetfood-Festival: Papaya-Salat, Geschenkartikel und vieles mehr an 30 Ständen

VON BETTINA JAESCHKE

Wolfsburg. Auf thailändisches Essen und thailändische Kultur dürfen sich die Wolfsburger freuen: Am 23. und 24. März veranstaltet die Seesenerin Natchada Lüders das erste Thai-Streetfood-Festival in der Volkswagenstadt auf dem Hollerplatz.

„Ich kenne viele Leute in Wolfsburg“, erzählt die 46-Jährige. Die hätten sie schon lange gefragt, wann sie hier eine derartige Veranstaltung anbieten wird. In Seesen stellte Lüders im vergangenen Jahr bereits zwei Thai-Streetfood-Festivals auf die Beine.

An 30 Ständen soll es auf dem Hollerplatz thailändische Spezialitäten, wie beispielsweise Papaya-Salat und Thai-Fische, geben. „Unsere Küche ist sehr vielfältig“, sagt Lüders. „Alle Gerichte werden frisch zubereitet.“ Die Verkäufer an den einzelnen

Ständen sollen zudem typisch thailändische Kleidung tragen und auf diese Weise den Besuchern einen Teil der thailändischen Kultur näherbringen. Auch darüber hinaus bringen Tänzer in landestypischer Kleidung den Wolfsburgern die Landeskultur näher. Ein DJ soll außerdem für Unterhaltung sorgen. An den 30 Ständen wird jedoch nicht nur Essen angeboten, es soll darüber hinaus auch thailändische Kleidung und Geschenkartikel geben.

Die Anbieter des Streetfood-Festivals werden laut Lüders aus dem gesamten Bundesgebiet sowie auch aus Nachbarländern wie Holland und Belgien kommen. Die 46-Jährige ist guter Dinge, dass die Veranstaltung in Wolfsburg auf großen Zuspruch treffen wird. Festivals, auf denen thailändische Küche angeboten werde, seien eher selten, sagt sie. Daher erwartet sie zudem viele



Natchada Lüders veranstaltet in Wolfsburg das erste Thai-Streetfood-Festival.

FOTO: ROLAND HERMSTEIN

Besucher von auswärts. Die thailändische Gemeinde in Deutschland sei groß und es spreche sich schnell herum, wenn es eine Veranstaltung gebe. So erwarte sie unter anderem Gäste aus Hannover und Hildes-

heim. Außerdem würden nicht nur ihre Landsleute, sondern auch die Deutschen thailändisches Essen lieben. „Viele essen gerne Chili und die Nudelpfanne kennen die meisten“, sagt Lüders. Für sie selbst seien thailän-

disches Essen und Musik das Schönste. Wenn Rhythmen aus dem eigenen Kulturkreis erklingen, würden 99 Prozent der Thailänder aufstehen und tanzen.

Die positive Lebenseinstellung der Thailänder sei zudem etwas, was viele schätzen würden. „Wir haben immer ein Lächeln auf den Lippen und gute Laune. Das steht für unsere Kultur“, sagt Lüders. Ihr erstes Thai-Streetfood-Festival in Seesen sei ein voller Erfolg gewesen. Dass die zweite Veranstaltung nicht gut lief, habe an einer Terminkollision gelegen, die sie im Vorfeld nicht bedacht habe.

Wenn die Veranstaltung in Wolfsburg gut angenommen wird, will Lüders im Oktober eine zweite in der Volkswagenstadt folgen lassen. Geöffnet hat das Thai-Streetfood-Festival am 23. März von 11 bis 22 Uhr und am 24. März von 10 bis 20 Uhr.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Wundermittel Schlaf: ein Traum für die Gesundheit

Wie wichtig guter Schlaf ist und was bei Ein- und Durchschlafproblemen wirklich helfen kann

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn



Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhyth-

musstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan. Seit fast 70 Jahren bringt es Deutschland den

Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

Tipp für unsere Leser



bis zu
10% sparen

Jetzt Baldriparan – Stark für die Nacht auf pureSGP.de bestellen und bis zu **10 % sparen!**



¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildung Betroffenen nachempfunden

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing