

Wir

im besten Alter
für Menschen in der schönsten Lebenszeit

Das Magazin für die Region Braunschweig, Wolfsburg, Wolfenbüttel, Salzgitter

Zeitreise

Mit klarem Kopf durchs Leben

Wir feiern
25
Jahre
Gesundheit · Wohnen · Reise · Kultur

Aktuelles

Rettet die Burgpassage

Kultur

Die Geschichte des Spargels

Lauf-Weltmeisterin Miriam Paurat gibt Bewegungskurse für Asklepios-Mitarbeitende

Es ist in dieser Form ein einzigartiges Präventionsprojekt: Lauf-Weltmeisterin Miriam Paurat bietet einstündige leichte „Bewegungskurse“ an - für alle Mitarbeiter:innen der Asklepios Harzkliniken, etwa für Teams in Pflege, Medizin und Verwaltung, einmal in der Woche. Weitere gute Nachricht: Für die Mitarbeitenden sind die Kurse kostenlos! „Wir freuen uns sehr, dass wir die Spitzensportlerin für unser Präventions-Projekt gewinnen konnten“, sagte Asklepios Regional-Geschäftsführer, Florian Nachtwey, „denn Bewegung ist für jeden wichtig und hält fit“. Miriam Paurat ist frühere Weltmeisterin und mehrfache Europameisterin über unterschiedliche Laufdistanzen ihres Jahrgangs (Altersklasse W45 bis 50).



Mitarbeiter:innen der Asklepios Harzkliniken beim Präventionstraining mit Miriam Paurat (2.v.l.).

Über acht Wochen lang erhalten die Kolleg:innen die einzigartige Gelegenheit, sich von der Weltmeisterin trainieren zu lassen und sich fit zu machen. Dabei ließen sich schon kurz nach dem Projekt-Start weder Auszubildende noch Führungskraft diese einmalige Chance entgehen. Es kommt gut an: Unter anderem machen dort Pflege-Auszubildende des Asklepios Bildungszentrums Harz mit, sie nutzten die Bewegungskurse auch, um sich in Sachen Gesundheit fortzubilden, denn Miriam Paurat ist zugleich Sportwissenschaftlerin. Dort erfuhren etwa die Pflegekraft-Azubis von der Spitzensportlerin alles über Knochen, Muskeln und Bewegungsabläufe. Für jeden hatte Miriam Paurat die passende Bewegungseinheit und die Schüler:innen lernten, wie wichtig es ist, aktiv zu bleiben. Auch aus der Verwaltung gibt es regen Zuspruch, immer mehr



Azubis beim Training mit Weltmeisterin Miriam Paurat.

Teilnehmer:innen. So waren auch Kolleg:innen aus der Klinikleitung mit dabei, unter anderem der Asklepios Personalchef der Region. „Man erfährt etwas über Knochen und Bewegungen, die man vorher noch gar nicht kannte“, stellte ein Teilnehmer fest. Es geht dabei um schlichte, einfache Bewegung, Asklepios versteht sich als Gesundheitsbegleiter für die Bürger:innen - Bewegung ist gesund, vermeidet Krankheiten, ist beste Prävention.



Freuen sich über die Kooperation. Asklepios Regional-Geschäftsführer Florian Nachtwey und Lauf- Weltmeisterin Miriam Paurat.

Fotos (3): Asklepios Klinik

Miriam Paurat, Mutter zweier erwachsener Kinder aus dem Nordharz, hat Sport studiert, machte zudem inzwischen eine Spezial-Ausbildung zur „Outdoor-against-cancer-Trainerin“ und gründete in dem Bereich ihr eigenes Unternehmen im Nordharz. Die Athletin hält Vorträge, gibt Seminare, Camps in Deutschland, Norwegen und auf Madeira. Ihr Kern-Thema: Vermittlung von fundiertem Wissen rund um das Thema Einfluss von Bewegung und Ernährung bei Krebserkrankungen. (Infos: <https://www.mirigo.de>)



Asklepios Harzklinik Goslar • Kösliner Straße 12 • 38642 Goslar

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Der Mai ist gekommen, die Bäume schlagen aus ...“

Dieses alte Volkslied bringt es auf den Punkt: Der Wonnemonat lockt nach draußen, macht Lust auf Bewegung, Begegnung und Genuss.

Mit dem Mai zieht die Lebensfreude ein. Die Natur zeigt sich in frischem Grün, die Tage werden länger und wärmer – beste Voraussetzungen, um den Frühling mit allen Sinnen zu erleben. Auch kulturell und kulinarisch hat dieser Monat einiges zu bieten, besonders für Menschen in der zweiten Lebenshälfte, die aktiv und neugierig bleiben wollen.

Der Mai beginnt oft mit Feiertagslaune: Am 1. Mai, dem Tag der Arbeit, laden vielerorts Feste und Ausflüge ein. Wer lieber in der Natur unterwegs ist, kann den Tag für eine Wanderung oder Radtour nutzen – vielleicht mit einem Picknick im Grünen?

Muttertag (am 11. Mai) und Vatertag/Himmelfahrt (am 29. Mai) sind besondere Anlässe, um innezuhalten und Familie zu feiern. Während am Muttertag Blumen und liebe Worte im Mittelpunkt stehen, wird Himmelfahrt traditionell auch als Vatertag begangen – mit Ausflügen, Bollerwagen oder geselligem Beisammensein. Warum nicht mal neue Rituale schaffen: ein gemeinsames Frühstück, ein Spaziergang oder ein generationsübergreifender Familienausflug?

Auch kulinarisch ist der Mai ein Hochgenuss: Spargel und Wein bilden ein Traumpaar. Ob klassisch mit Sauce Hollandaise und Schinken oder modern interpretiert – frischer Spargel gehört einfach dazu. Dazu ein guter Tropfen aus heimischen Anbaugebieten – das ist Frühling auf dem Teller. Auch der erste Matjes kommt jetzt frisch auf den Tisch: zart, mild und ein echter Frühlingssbote für Fischliebhaber.

Wer Lust auf neue Ziele hat, findet jetzt Inspiration für die nächste Reise. Die Reiseplanung beginnt – egal ob für eine Kur, eine Wanderreise, Städtertrips oder entspannte Tage am Meer. Viele Anbieter haben spezielle Programme für „Best Ager“, mit Komfort, Kultur und Geselligkeit.

Der Mai bringt zudem kulturelle Höhepunkte: Der Internationale Museumstag (am 18. Mai) lädt dazu ein, Museen neu zu entdecken. Viele Häuser bieten kostenlosen Eintritt oder besondere Führungen – ideal, um sich inspirieren zu lassen – ein spannendes Ausflugsziel auch für die Enkelkinder.

Fazit: Der Mai ist wie gemacht für Bewegung, Begegnung und kleine Freuden. Also: Raus ins Leben – und rein ins Vergnügen!

Einen schönen „Wonnemonat“ wünscht

Ihnen das Team von

WIR im besten Alter

Zeitreise	Seite 4 - 5
Veranstaltungen	Seite 6 - 8
Aktuelles	Seite 9
Verlässliche Partner	Seite 10 - 13
Gesundes Leben	Seite 14
Wohnen und Leben	Seite 15
Ausflugsziele / Museumstag	Seite 16
Reisetipps	Seite 17
Kultur	Seite 18 - 19
Promi-News	Seite 20
Unterhaltung / Rätsel	Seite 21
Horoskop / Buchtipps	Seite 22
Service / Veranstalteradressen	Seite 23
Wichtige Telefonnummern	

Wir suchen ein Haus in BS & Umgebung
0531-428 78 646

Titelfoto: Entspannung, so weit das Auge reicht: Das südliche Ostfriesland lässt sich mit dem Rad individuell erkunden. Mehr dazu finden Sie auf Seite 12.

Foto: djd/Touristik GmbH Südliches Ostfriesland/Maximilian Semsch



Hirnfit bis 100 - Der 14-Punkte-Plan

von Johannes Huber und Elisabeth Gürtler

**»Man soll nie aufhören
anzufangen, und nie
anfangen, aufzuhören«**

Zitat von Marcus Tullius Cicero

Von der Angst vor Demenz bis zur Academy für Better Aging – was Elisabeth Gürtler und Prof. DDr. Johannes Huber über die Zukunft der geistigen Gesundheit sagen.

Der Gedanke ist erschreckend: Was, wenn unser Körper noch funktioniert, unser Geist aber langsam verblasst? Die Angst vor Demenz ist in Europa zur häufigsten Gesundheitsfurcht geworden – noch vor Krebs. Und das zu Recht: Rund 1,8 Millionen Menschen leben allein in Deutschland mit einer Demenzerkrankung, Tendenz steigend.



Gürtler in ihrem vollelektrischen Trainingsanzug.

Foto: Privat

Doch Demenz ist kein unabwendbares Schicksal, sagt der Gynäkologe und Anti-Aging-Experte Prof. DDr. Johannes Huber. Gemeinsam mit der Unternehmerin Elisabeth Gürtler, bekannt als langjährige Chefin des Hotels Sacher und Organisatorin des Wiener Opernballs, hat er ein Buch geschrieben: „Hirnfit bis 100“. Es ist kein medizinisches Nachschlagewerk – sondern ein sehr persönlicher, praxisnaher Ratgeber.

Die Frau, die nie aufgehört hat, anzufangen

Elisabeth Gürtler ist 75 – und steht mitten im Leben. Sie führte 25 Jahre lang das Hotel Sacher in Wien. Mit 65 Jahren übernahm sie die Leitung des Alpin Resort Sacher in Seefeld. Und das ist längst mehr als ein Hotel: Gürtler hat dort die Sacher Academy for Better Aging gegründet – mit medizinisch fundierten Programmen für Longevity, Anti-Aging und Demenzprävention. Intervallfasten, Kältekammern, Höhenluft, Mikronährstoffe – wer hierherkommt, bekommt ein maßgeschneidertes Gesundheitskonzept. Die Botschaft: Prävention ist möglich. Und sie beginnt mit dem richtigen Lebensstil.

Das Prinzip "Nie aufhören"

Der wohl wichtigste Ratschlag aus dem Buch: „Hören Sie nie auf, anzufangen. Und fangen Sie nie an, aufzuhören.“ Dieser Satz Ciceros ist das Motto von Gürtlers Leben. Mitten in der Trauer um ihren Mann stürzte sie sich in neue Projekte – eine Strategie, die nicht nur ihre Resilienz stärkte, sondern laut Wissenschaft auch dem Gehirn hilft. Denn neue Herausforderungen fördern neuronale Plastizität, die Fähigkeit des Gehirns, sich ein Leben lang anzupassen.

Beispiele gibt es viele: Die Künstlerin Grandma Moses begann erst mit 78 zu malen und wurde zur gefeierten US-Malerin. Der Japaner Taikichirō Mori gründete mit 63 eine Immobilienfirma und wurde zum reichsten Mann der Welt. Und in Österreich? Zwei Spar-Mitarbeiterinnen begannen mit über 60 noch neue Jobs und arbeiten bis heute mit über 80 – glücklich, integriert, geistig wach.

Zuckerfreie Klarheit

Zucker ist Gift fürs Gehirn – das weiß man inzwischen recht genau. Er schädigt die Blut-Hirn-Schranke, fördert Entzündungen und steht in direktem Zusammenhang mit Demenz. Wer das Leben genießen will, sollte den Zucker reduzieren – und die Süße in Beziehungen, Natur und Kultur finden.

Muskeln für den Kopf

Muskeln denken mit – im wahrsten Sinne. Denn Bewegung, insbesondere Krafttraining, stärkt nicht nur den Körper, sondern fördert auch Konzentration, Gedächtnis und Stimmung. Myokine, die beim Training ausgeschüttet werden, wirken wie Dünger für das Gehirn. Wer sich regelmäßig bewegt, denkt klarer.

Warum dieses Buch wichtig ist

Die letzten Kapitel von „Hirnfrit bis 100“ widmen sich Aspekten, die eine große Rolle für unsere geistige Gesundheit spielen. Da ist zum Beispiel die Ehrlichkeit: Wer konsequent die Wahrheit sagt, lebt klarer, freier und reduziert inneren Stress – ein Faktor, der das Gehirn nachweislich belastet. Auch guter Schlaf ist nicht verhandelbar – nur wer regelmäßig und ausreichend schläft, kann kognitiv auf lange Sicht leistungsfähig bleiben.

Neugier hält jung! Wer Gewohnheiten durchbricht, aktiviert neue neuronale Netzwerke. Auch Mitgefühl spielt eine Rolle: Empathie verbindet – und soziale Verbindungen stärken unser Denkgan. In diesem Sinne ist auch das Reisen mehr als Tapetenwechsel. Neue Eindrücke, Perspektivwechsel und Bewegung wirken wie ein Frischekick für den Kopf.

Selbst stille Momente sind wertvoll – sofern sie nicht aus Einsamkeit, sondern aus freier Entscheidung entstehen. Meditation muss nicht im Schneidersitz stattfinden: Frieden mit sich selbst, der Umwelt und anderen zu finden, hat spürbare Effekte auf unser Stressniveau – und damit auch auf das Gehirn. Auch Ernährung, Bewegung und sogar Kälte spielen mit: Wer das Richtige isst, sich im richtigen Moment bewegt und hin und wieder friert, aktiviert biologische Prozesse, die vor Demenz schützen können. Der gemeinsame Nenner all dieser Kapitel? Geistige Gesundheit ist kein Zufall. Sie ist das Ergebnis vieler kleiner, bewusster Entscheidungen.

„Hirnfrit bis 100“ ist kein Buch, das Angst macht – es macht Mut. Es verbindet neueste wissenschaftliche Erkenntnisse mit persönlicher Erfahrung und zeigt: Wir alle können heute damit anfangen, unsere geistige Zukunft aktiv zu gestalten. Wer nicht nur älter, sondern klarer, lebendiger und selbstbestimmter leben möchte, wird aus diesem Buch viel mitnehmen. Es ist ein Plädoyer für Lebensfreude, Wachheit – und dafür, niemals aufzuhören, anzufangen.

-edition a



Cover des Buches von Johannes Huber und Elisabeth Gürtler.

Buchtipp: Lebensgeschichten

„Guru statt Jesus“ – Wenn die Gottsuche zur Hingabe wird



Wie kann eine gebildete Frau ihre Autonomie und Würde aufgeben, um sich einem Guru unterzuordnen? Der Psychologe Berndt Bleckmann beleuchtet in „Guru statt Jesus“ die spirituelle Reise einer ehemaligen Benediktinerin, die ihr Leben radikal verändert und sich einer indischen Sekte anschließt. In der Sektenkolonie Radham Soami Satsang nimmt sie den Namen Shraddha Liertz an. Bleckmann analysiert ihre Autobiografie psychologisch und fragt: Was bringt Menschen dazu, ihren Glauben, ihre Moral und letztlich ihr Selbst aufzugeben?

Wie kann eine gebildete Frau ihre Autonomie und Würde aufgeben, um sich einem Guru unterzuordnen? Der Psychologe Berndt Bleckmann beleuchtet in „Guru statt Jesus“ die spirituelle Reise einer ehemaligen Benediktinerin, die ihr Leben radikal verändert und sich einer indischen Sekte anschließt. In der Sektenkolonie Radham Soami Satsang nimmt sie den Namen Shraddha Liertz an. Bleckmann analysiert ihre Autobiografie psychologisch und fragt: Was bringt Menschen dazu, ihren Glauben, ihre Moral und letztlich ihr Selbst aufzugeben?

„Leben ohne Maske“ – Ein Theatermann in der DDR

In seinem autobiografisch geprägten Roman „Leben ohne Maske“ erzählt Knut Wagner die Geschichte von Wolfgang



Bruckner, der in der DDR erst Lehrer wider Willen, später Theaterintendant in Meiningen wird – kurz vor dem Mauerfall. Der Roman verwebt persönliche Lebensträume mit gesellschaftlichen Zwängen, zeigt die Spannungen der letzten DDR-Jahre und den mutigen Ruf nach Pressefreiheit. Ein Stück Zeitgeschichte aus der Provinz – mit viel Herz und Tiefe erzählt.

„Mara“ – Das Schicksal einer starken Frau

Patricia Hemberger hat mit „Mara“ einer Frau ein Denkmal gesetzt, deren Leben von Schicksalsschlägen, Gewalt und Enttäuschung geprägt ist – und trotzdem von Hoffnung, Humor und Zähigkeit durchzogen. Mara flieht vor familiärer Kälte, kämpft sich durch zwei Ehen, verliert alles und steht doch immer wieder auf. Ihre Geschichte steht für viele Frauen – ehrlich, berührend und voller Lebensmut.

-Kern Verlag



**La Cage aux Folles**

Theater Wolfsburg am 10 Mai 2025

Foto: Marianne Menke

Ausstellungen

- Bis 8.6** „Ausgehoben! Realismen von Aristide Maillol bis Gruppe ZEBRA“, Städtisches Museum Braunschweig
- Bis – 17.8** Timeshift, Patricia Lambertus, Dein.Raum, Schloss WOB
- Bis - 31.10** Kunst im Kreuzgang: „LICHTwege“ von Ludger Hinse, Kloster Museum Walkenried
- Bis 15.11** „12x Braunschweig und Braunschweiger Land: rund ums Wasser“ Touren mit den Heimatpflegern

Donnerstag, 1. Mai 2025

- 11:00 Uhr Der Zauberer von Oz, Staatstheater, BS*
- 18:00 Uhr Antigone, Staatstheater, BS*
- 18:00 Uhr Drei Seiten Medaille, Kammerchor Hannover, Michaeliskirche Hannover-Ricklingen
- 19:00 Uhr Rex Osterwald, Staatstheater, BS*
- 19:30 Uhr Reizende Wäsche, Komödie am Altstadtmarkt, BS*
- 19:30 Uhr Mephisto, Staatstheater, BS*

Freitag, 2. Mai 2025

- 18:00 Uhr Oriental Fusion Bellydance mit Runa Laiks, Das Kult, BS
- 18:30 Uhr 3 Gänge Menü vor der Show, Das Kult, BS*
- 19:30 Uhr State of the Union, Staatstheater, BS*
- 19:30 Uhr Yesterday, Staatstheater, BS*
- 20:00 Uhr Playground_Prometheus, Lindenhof Theater, BS
- 20:00 Uhr JAZZ-Freitag mit Hans Christian Hasse Quintett, Das Kult

Samstag, 3. Mai 2025

- 15:00 Uhr Theaterführung, Staatstheater, BS
- 18:00 Uhr Pierre Boulez: Klaviersonate, Michael Wendeborg, Sprengel Museum Hannover
- 19:30 Uhr Spatz und Engel, Lessingtheater, WF
- 19:30 Uhr Die Vögel, Staatstheater, BS*
- 20:00 Uhr GTD Comedy Slam Bundesfinale 2025, Brunsviga, BS
- 20:00 Uhr Ronja Maltzahn, Das Kult, BS
- 20:00 Uhr Einwandfrei Manfred, Lindenhof Theater, BS
- 20:00 Uhr Dorian G., Staatstheater, BS

Sonntag, 4. Mai 2025

- 11:00 Uhr Fashion-Börse – Der Frauenflohmärkt, Brunsviga, BS
- 11:00 Uhr Der Karneval der Tiere „Premiere“, Staatstheater, BS*
- 11:00 Uhr Klassik Für Alle!: „Zurück in die Zukunft“, Theater WOB
- 11:15 Uhr Sturm, Staatstheater, BS*
- 11:30 Uhr Illuminierkunst, Herzog Anton Ulrich-Museum, BS
- 12:30 Uhr Benefiz Frühlingsfest für Das Kult, BS
- 14:00 Uhr Deutsch-Jüdische Geschichten aus Niedersachsen, Landesmuseum Braunschweig
- 15:00 Uhr Gemälde, Angewandte Kunst und Skulpturen, HAUM
- 19:00 Uhr Toi Et Moi, Lindenhof Theater, BS
- 19:30 Uhr Wild & Tanzbar, Das Kult, BS

Montag, 5. Mai 2025

- 20:00 Uhr Am Ursprung der Welt, Lindenhof Theater, BS

Dienstag, 6. Mai 2025

- 16:00 Uhr Peter Paul Rubens: Bildnis des Marchese Ambrogio Spinola, Herzog Anton Ulrich-Museum, BS
- 18:00 Uhr Spielplan für Lehrkräfte, Staatstheater, BS
- 19:30 Uhr Compagnie Hervé Koubi: „Sol Invictus“, Theater, WOB

Mittwoch, 7. Mai 2025

- 13:00 Uhr Spezialführung »Arbeitsplatz Staatstheater«, BS
- 19:00 Uhr Kombinat der Vulven, Staatstheater, BS
- 19:30 Uhr Redshift – Tales of gaining power, Lessingtheater, WF
- 19:30 Uhr Gilla Cremer: Mobbing, Theater, WOB
- 20:00 Uhr Lisa Feller – Schön für dich!, Brunsviga, BS

Donnerstag, 8. Mai 2025

- 17:30 Uhr Workshop "Fundraising", AWO, DHG Flechtorf, Lehre
- 18:30 Uhr »Kunst sammeln für die Lehre«, Vortrag, IBRG
- 19:30 Uhr Café del Mundo, Lessingtheater, WF
- 20:00 Uhr Wonderlendt Performances – Heart Shapped Box, Brunsviga, BS*

Freitag, 9. Mai 2025

- 19:00 Uhr Podium für Florentin Ginot, RAMPE Hannover
- 19:30 Uhr Die Bücherinsel, Lessingtheater, WF
- 19:30 Uhr Studio-Bühne Braunschweig e.V., Brunsviga, BS*
- 20:00 Uhr Der verkaufte Großvater, Lindenhof Theater, BS*
- 20:00 Uhr Swingbrause, Flüsterparty, Das Kult, BS

Samstag, 10. Mai 2025

- 15:00 Uhr Mit dem Schokoladenmädchen die Zeit des Barocks erleben, Schlossmuseum, BS
- 19:30 Uhr Klartext – Wollfenbüttel reimt sich, Lessingtheater, WF
- 19:30 Uhr La Cage aux Folles, Theater, WOB*

Sonntag, 11. Mai 2025

- 11:00 Uhr 9. Sinnfoniekonzert „Premiere“, Staatstheater, BS*

**Aktuelle Nachrichten aus Braunschweig und der Region.
Deine Stadt - Deine Themen - Dein braunschweig report!**

news.braunschweigreport.de



11:15 Uhr Don Giovanni, Staatstheater, BS*
 11:30 Uhr True Crime Cast, Herzog Anton Ulrich-Museum, BS*
 12:00 Uhr Zwischen Himmel und Hölle, Kloster Walkenried*
 14:00 Uhr Tango practica, Das Kult, BS
 15:00 Uhr Zeugnis von Krieg und Umbruch 1914 – 1918,
 Schlossmuseum, BS
 15:00 Uhr Tango Café, Das Kult, BS

Montag, 12. Mai 2025

18:30 Uhr »Zwischen Bibel und Felddienstordnung« Paul von
 Hindenburg, IBRG
 19:00 Uhr Spark – Die klassische Band, Brunsviga, BS

Dienstag, 13. Mai 2025

8:30 Uhr Fachmesse für Ausbildung und Studium: Vocatium, WF
 19:00 Uhr Junges! Spät! Zeugnisse für die Zukunft, Brunsviga, BS
 19:00 Uhr Theaterkreis, Staatstheater, BS

Mittwoch, 14. Mai 2025

15:00 Uhr Spielenachmittag für Erwachsene, Stadtbibliothek, BS



Foto: Marianne Menke

19:30 Uhr Der seltsame Fall der Prudencia Hart, Theater, WOB
 20:00 Uhr Hutkonzerte – The what unplugged, Brunsviga, BS

Donnerstag, 15. Mai 2025

18:30 Uhr „Quellen zur Braunschweiger Justizgeschichte des 20.
 Jahrhunderts“, IBRG
 19:30 Uhr Wolf'n'Büttel, Lessingtheater, WF*
 20:30 Uhr Impro Donnerstag mit Sprung ins Innerste, Das Kult, BS

Freitag, 16. Mai 2025

14:00 Uhr Pflanzentauschmarkt, Festplatz am Kulturpunkt West
 18:00 Uhr Wild Wuchs „Premiere“, Staatstheater, BS*
 19:30 Uhr Fabelhafte Diven Gastspiel, Komödie am Altstadtmarkt*
 20:00 Uhr Axel Klingenberg Lesung, Das Kult, BS
 20:00 Uhr NDR Radiophilharmonie Hannover und Pablo Ferrández:
 „Memorial“, Theater WOB
 20:00 Uhr Kieran Goss and Annie Kinsella, Brunsviga, BS

Samstag, 17. Mai 2025

12:00 Uhr Lea Morris, KulrChor 2025, Das Kult, BS
 17:00 Uhr Kinderdisco für 3 – 8 Jährige, Brunsviga, BS
 19:00 Uhr Frauen*Räume Open Air Filmveranstaltung, Brunsviga
 19:30 Uhr Ein Sommernachtstraum, Theater, WOB
 19:30 Uhr Sharp and the Soulgang, Brunsviga, BS

Sonntag, 18. Mai 2025

9:00 Uhr Internationaler Museumstag, Naturhistorisches Museum
 10:00 Uhr „“, St. Ulrich-Brüdern, BS
 10:00 Uhr „“, Hinter Aegidien, BS
 11:00 Uhr „“, Herzog Anton Ulrich-Museum, BS
 11:00 Uhr Kammerkonzert, Staatstheater, BS
 15:00 Uhr Emil und die Detektive, Theater, WOB*
 15:00 Uhr Café Guitar - Musikschule Musikuß, Brunsviga, BS
 16:00 Uhr Magdeburger Zwickmühle, Komödie am Altstadtmarkt

Dienstag, 20. Mai 2025

20:00 Uhr Die Super-Wahl – Wie entscheidest du?, Staatstheater*

Mittwoch, 21. Mai 2025

10:00 Uhr Der Bär, der nicht da war, Theater Fadenschein, BS*
 18:00 Uhr Derviş Hızarcı: Zwischen Hass und Haltung, Hinter
 Aegidien, BS
 20:00 Uhr Prolog/Dionysos, Staatstheater, BS

Donnerstag, 22. Mai 2025

18:00 Uhr Laios, Staatstheater, BS
 18:30 Uhr „Braunschweig und die koloniale Welt“, IBRG
 19:00 Uhr Krimi Slam, Das Kult, BS
 20:00 Uhr Werner Momsen – Das Werner unser, Brunsviga, BS
 20:30 Uhr Ödipus / Haus der Dunkelheit, Staatstheater, BS

Freitag, 23. Mai 2025

11:30 Uhr Vortrag von ALTERaktiv, Kulturpunkt, BS
 20:00 Uhr Best of Spätzle, Lindenhof Theater, BS
 20:00 Uhr Meisterkonzert: Christian Tetzlaff

Samstag, 24. Mai 2025

15:00 Uhr Fahrradtour: Vom Augusttor zum Herzogtor,
 Schlossmuseum, BS/WF
 19:30 Uhr Theater Bühnen – Reif e.V., Brunsviga, BS
 20:00 Uhr Jazz Session mit Delphine Quaas, Das Kult, BS
 20:00 Uhr Who wants to Live Forever, Staatstheater, BS

Schatzmeister
 An- und Verkauf

An- Verkauf von Münzen
 Barren
 Schmuck
 Uhren
 Besteck
 Antiquitäten
 Zahngold

Öffnungszeiten

Mo - Fr 10.00 - 17.00 Uhr
 Mi 09.00 - 13.00 Uhr

Vergleichen lohnt sich
 Profitieren auch Sie von hohen
 Edelmetallpreisen.
 Gerne machen wir ihnen ein Angebot.

Gördelingerstraße 4
 38100 Braunschweig
 Tel.: 0531 - 379 57 383

info@schatzmeister-braunschweig.de
 www.schatzmeister-braunschweig.de



Lesen Sie die aktuelle
 Ausgabe Online!

braunschweig
report

Informationsreihe im Seniorenbüro Braunschweig

Der Eintritt ist frei. Anmeldung wird erbeten unter:

Tel: 0531 470-3385 oder E-Mail: seniorenbuero@braunschweig.de

8. Mai 2025 | 10:00 Uhr (Wiederholung) | **Thema:** Wohnen im Alter - Was ist seniorengerechtes Wohnen?

14. Mai 2025 | 10:00 Uhr | **Thema:** Pflegebedürftig, was nun? Pflegeleistungen vom Antrag zur Begutachtung

21. Mai 2025 | 10:00 Uhr | **Thema:** Dienste - Die Vielfalt ambulanter Dienste

28. Mai 2025 | 10:00 Uhr | **Thema:** Vollmacht - Vorsorge - Was geht mich das an?

Sonntag, 25. Mai 2025

11:30 Uhr 16. Brunchkonzert: „Ein fröhlicher Tugendspiegel“, Theater WOB

17:00 Uhr Braunschweiger Akkordeon – Orchester, Brunsviga, BS

Montag, 26. Mai 2025

18:30 Uhr »Romantik, Aktennotiz, Rosenzucht«, IBRG

20:00 Uhr Klimakonzert, Staatstheater, BS

Dienstag, 27. Mai 2025

10:00 Uhr Junges! Recyclingkonzert, Staatstheater, BS

19:00 Uhr Spielzeit-Soirée, Staatstheater, BS

Mittwoch, 28. Mai 2025

15:45 Uhr Kreatives Geschichtenerfinden im Museum, HAUM

20:00 Uhr Halbe Hütte, Lindenhof Theater, BS*

Donnerstag, 29. Mai 2025

19:30 Uhr Fishermen & Friends „Premiere“, Komödie am Altstadtmarkt, BS*

20:00 Uhr Lesung trifft Impro, Das Kult, BS

Freitag, 30. Mai 2025

20:00 Uhr Stefanie Seeländer, Musik-Kabarett-Programm, Kult, BS

Samstag, 31. Mai 2025

10:00 Uhr „Samstagspilgern“ auf dem Rundweg Kloster Walkenried nach Woffleben

17:00 Uhr „Tenöre4you“ Konzert in der Baumannshöhle, Tropfsteinhöhlen im Rübeland, Harz

18:00 Uhr Braunschweig lag am Meer, Staatstheater, BS

19:00 Uhr Comedy-Tour „Gärtnern ohne viel Geschiss“, Katrin Iskam, Westend Kultur und Eventzentrum, BS

20:00 Uhr ein Heinz Erhardt Abend mit Andreas Neumann, Kult

– Änderungen vorbehalten – * weitere Termine

TREFFPUNKT GESCHICHTE Veranstaltungen MAI-JUNI 25



Do 8. Mai | 18.30 | Vortrag

»Kunst sammeln für die Lehre« Der Künstler und Professor Ernst Straßner (1905–1991) in archivischen Fundstücken.
Tanja Wolf, M.A., Diplomarchivarin (FH), Braunschweig

Do 22. Mai | 18.30 | Vortrag

Braunschweig und die koloniale Welt. Lokale Perspektiven auf globale Verflechtungen von Wirtschaft, Kultur und Politik um 1900.
Clemens Janke, M.A., Braunschweig

Do 12. Juni | 18.30 | Vortrag

Der außergewöhnliche Widerstand gewöhnlicher Menschen.
Dany Neudt, Brüssel/Gent
In Kooperation mit der Gedenkstätte in der JVA Olfenbüttel

Do 15. Mai | 18.30 | Vortrag

Quellen zur Braunschweiger Justizgeschichte des 20. Jahrhunderts. Der Wiederaufbau der Justiz in Braunschweig nach 1945.
Björn Isbrecht, M.A., Braunschweig

Do 5. Juni | 18.30 | Vortrag

Braunschweiger Außenpolitik im Kaiserreich.
Lennart Bohnenkamp, M.A., Braunschweig

Do 19. Juni | 18.30 | Vortrag

»Schließt euren Laden ab, ehe die Plünderungen losgehen. – Es findet in der ganzen Stadt ein Aufstand statt« Zu einem (noch?) Erinnerungswürdigen Datum der deutschen Demokratiegeschichte.
Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel, Braunschweig

SAMSTAGSSEMINAR

3.5 | 17.5 | 7.6 | 21.6

jeweils 10.30 - 12.30 Uhr

Stadt und Land Braunschweig im 17. Jahrhundert

Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel und Dr. Angela Klein

Informationen: 0531 - 1219674 / biegel@gerd-biegel.de

Teilnahme kostenfrei

Do 26. Juni | 18.30 | Vortrag

August Philipp von Amsberg (1788–1871) – ein vergessener Braunschweigischer Eisenbahnpionier
Dr. Thomas Kubetzky, Braunschweig

Gefährdet ein Gerichtsstreit die Stiftshöfe?

Entgegen aller Beteuerungen des Braunschweiger Oberbürgermeisters Dr. Kornblum scheinen sich die Probleme bei den Stiftshöfen zu häufen:

Die Finanzierung ist noch völlig offen und der Hotelvertrag ist fraglich. Der Ausgang des Gerichtsverfahrens ist ungewiss, die Entscheidung über den Urheberrechtsstreit der Pläne der Stiftshöfe wird am 21. Mai entschieden. Die Aussagen des Wirtschaftsdezernenten zum Bestand der Burgpassage sind zweifelhaft. Angesichts dessen und in anbetracht der finanziellen Schieflage der Stadt scheint der geplante Abrisstermin nach Ostern ins Wanken zu geraten!

Ein Überblick:

Als die Braunschweiger Zeitung Ende der 70er Jahre in einen Neubau umzog, entwickelte der Architekt und CDU-Kreisvorsitzende Reinhold Schadt ein Konzept für eine Einkaufspassage.

Was zunächst als einfacher „Einkaufstunnel“ geplant war, entwickelt sich unter der Mitarbeit der Architekten Kronsbein und Drewitz zu einer Glaspassage nach dem Vorbild berühmter Beispiele in Rom, Mailand und Paris.

Die Planung dauerte bis 1981, im Jahre 1982 wurde für damals 18 Millionen DM die Passage errichtet. Die letzten verbliebenen historischen Fassaden im Hutfiltern und in der Schuhstraße wurden lediglich im EG geöffnet. Als die Burgpassage 1983 eröffnet wurde, war die ganze Welt begeistert. Mit ihrem lichtdurchfluteten Inneren erinnert sie an Nobelpassagen in Hamburg, Berlin oder Stuttgart. Jahrelang shoppen die BraunschweigerInnen hier oder verweilen in einem der diversen Restaurationen. Andere nutzen sie als Abkürzung zwischen den Einkaufsstraße Hutfiltern und Schuhstraße. In den kommenden 20 Jahren bildet die Burgpassage mit dem Welfenhof und City Point das



Alternativer Plan des Architektur Büros „Archipictura“.

Foto: Archipictura

Einkaufszentrum von Braunschweig und der Region und die Passage erscheint sogar in einem Bildband. Leider wurden diese Passagen vom Eigentümer ECE-Hamburg zugunsten der Schlossarkaden kaputt gewirtschaftet. 2015 wurde die Burgpassage an einen Investor verkauft, der eine systematische Entmietung betrieb, da er keine Läden betreiben sondern ein Großprojekt entwickeln wollte. Durch Protest der Denkmalpflege und einiger tausend Braunschweiger wurde der Bauantrag zunächst versagt.

In der Folge dämmerte die leere Passage vor sich hin, bis auf den einzigen Mieter Tchibo, der sich auf ein vertragliches Bleiberecht bis 2025 berief.

Anfang April 2024 meldet der NDR, daß die Stadt Braunschweig die ehemalige Passage aus der Insolvenz kaufen und neu entwickeln will: Mit neuen Geschäften, Wohnungen, Hotel und Schulerweiterungsbau. Die Passage soll im April 2025 abgerissen und der neue Gebäudekomplex 2028 fertig sein. Investoren sind noch keine gefunden und der Haushaltsplanentwurf der Stadt Braunschweig prognostiziert für die Zeit von 2025 bis

2029 einen Absturz ins Bodenlose! Jedes Jahr steigt die Neuverschuldung um etwa 200 Mio Euro, was sich bis 2029 auf über 800 Mio Euro aufsummiert.

Vielleicht kann ein Kompromissvorschlag des Büros Archipictura helfen: Die Bestandssubstanz der Burgpassage wird wie vorgeschlagen umgenutzt aber zusätzlich mit den von der Struktur-Förderung gewünschten Wohnungen ergänzt. Das fragliche Hotel wird durch einen zweiten Wohnriegel ersetzt.

Diese Wohnungen werden in gewichts- und kostensparender Holzskelettbauweise errichtet. Es wird sozialer Wohnungsbau mit einer Mischung aus 2 bis 5-Zimmerwohnungen vorgeschlagen.

-red.

rettetdieburgpassage.de

online-Petition

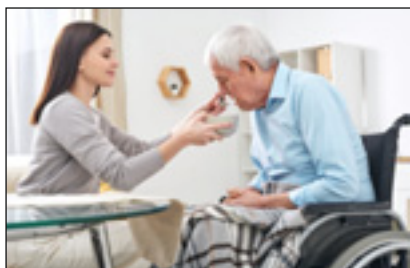
bitte unterschreiben und teilen

Burgpassage erhalten und zur Markthalle umgestalten
um sie zu bewahren und viel Geld zu sparen
natürlich mit der Schulerweiterung und mit Bildungsverbretterung

Tag der Pflegenden am 12. Mai

Zeit für ein großes Dankeschön

Am 12. Mai wird weltweit der „Tag der Pflegenden“ begangen. Ein Datum, das nicht zufällig auf den Geburtstag von Florence Nightingale, der Pionierin der modernen Krankenpflege fällt. Dieser Tag ist weit mehr als nur ein symbolischer Anlaß sondern ein Tag, der ganz im Zeichen der



Pflegekräfte werden nicht erst seit Beginn der Corona-Pandemie in vielen Bereichen dringend benötigt. Deshalb sind auch Quereinsteiger herzlich willkommen.

Foto: D.Shironosov/123rf/randstad

Viele arbeiten unter hohem Druck, mit wenig Zeit und großer Verantwortung. Und doch sind sie da – mit Geduld, Trost und Fürsorge. Auch pflegende Angehörige, die sich oft über Jahre hinweg um Eltern, Partner oder Freunde kümmern, verdienen an diesem Tag besondere Anerkennung. Sie tun es meist leise, neben dem normalen Alltag – aber mit viel Liebe.

Menschen steht, die sich tagtäglich mit Herz, Verstand und großer Hingabe um andere kümmern. Ob in Kliniken, Pflegeheimen, bei ambulanten Diensten oder zu Hause in der Familie: Pflegende leisten einen unschätzbaren Beitrag für unsere Gesellschaft.

Viele arbeiten unter hohem Druck, mit wenig Zeit und großer



Der Arbeitsalltag von Pflegekräften ist von Abwechslung geprägt. Wer sich für den anspruchsvollen Beruf entscheidet, lernt ständig dazu. Über Weiterbildungen oder berufsbegleitende Studiengänge ist zudem die Qualifizierung für eine Führungsposition möglich.

Foto: Dmytro/123rf/randstad

Der Tag der Pflegenden erinnert uns alle daran, wie wichtig diese Arbeit ist. Pflege braucht Respekt, gute Rahmenbedingungen und ein offenes Ohr – in Politik, Gesellschaft und Nachbarschaft. Vor allem aber braucht sie eines: echte Wertschätzung.

Deshalb sagen wir heute einfach mal laut und deutlich: **Danke. Für eure Zeit. Eure Kraft. Und euer großes Herz.**

Anzeige




SCHÖNES LEBEN
Wolfsburg an den Sandkruggärten

Exklusives Service-Wohnen
FÜR ALLE PFLEGEGRAD E

- 114 barrierefreie Appartements ab 1.625 €
- 2 und 3 Räume | 41-102 m²
- 24h-Erreichbarkeit vor Ort für Ihre Sicherheit
- Charmanter Innenhof mit Sitzgelegenheiten
- Clubraum mit Bibliothek | Kaminzimmer
- Stilvolles Claras Restaurant mit Café und Terrasse
- Serviceleistungen mit Hotelcharakter
- Fitnessbereich | Kursangebote
- Beauty-Bereich: Frisör | Podologie | Massage
- Ambulante Pflege | Verhinderungspflege
- Öffentliche Tagespflege




SCHÖNES LEBEN Wolfsburg an den Sandkruggärten | Sandkrugstraße 42 | 38446 Wolfsburg
 05361 829090 | wolfsburg@schoenes-leben.org | www.schoenes-leben.org

AKTUELL
 VERFÜGBAR
 KEINE
 WARTELISTE

Online Beratungen:

Beim Thema (Schwer-)Behinderung werden Betroffene oft mit vielen Unsicherheiten und Fragen konfrontiert. Diesen widmet sich Katharina Lorenz in ihrem kostenlosen Online-Vortrag „Schwerbehinderung – Antragstellung und Rechte“ am 22. Mai 2025 von 16 bis 17.30 Uhr. Zu der digitalen Veranstaltung des Sozialverbands Deutschland (SoVD) in Niedersachsen können sich Mitglieder und Interessierte bis zum 19. Mai anmelden.

Wenn es um die Erstellung eines Testaments und die Vererbung geht, ist die Frage nach der richtigen Formulierung oft nur eine von vielen. Deshalb informiert der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Niedersachsen am 15. Mai 2025 von 16 bis 17.30 Uhr im kostenlosen Online-Vortrag „Testament und vererben: So regeln Sie Ihren Nachlass richtig“ rund um alles Wissenswerte und beantwortet häufig gestellte Fragen. Anmeldetermin ist der 12. Mai 2025.

SOVD Telefon 0531 48076-0.

-SoVD

Die Gedenkstätte Schillstraße

Ankündigung für Ausstellung

Historische Materialien und ZeitzeugInnen zu den Protesten am Schilldenkmal

Anlässlich des 25-jährigen Bestehens der Gedenkstätte KZ-Außenlager Braunschweig Schillstraße wird an eine Ausstellung vorbereitet über den Prozess von den Protesten gegen das Gedenken am Volkstrauertag in den 1980er und 1990er Jahren am Schilldenkmal, bis zur Entstehung der heutigen Gedenkstätte. Haben Sie noch Materialien oder möchten Sie Ihre Erinnerungen teilen? Dann melden Sie sich gerne unter gedenkstaette@schillstrasse.de. Ihr Beitrag kann helfen, ein wichtiges Stück Erinnerungskultur sichtbar zu machen!

Vorsicht Telefonbetrug

Derzeit rufen in Braunschweig Unbekannte von auswärtigen Rufnummern oder Mobilnummern in betrügerischer Absicht bei Privatpersonen an und drängen zur Herausgabe persönlicher Daten wie Kundennummer oder Zählerstand.

BS Energy weist seine Kunden darauf hin, in solchen Fällen sicherheitshalber keine persönlichen Daten, auch keine Zählerdaten an unbekannte Personen weiterzugeben.

Wenn Kunden von BS Energy Zweifel an der Identität eines Anrufers haben oder feststellen, dass Energielieferverträge ohne ihr Einverständnis abgeschlossen wurden, sollten sie sich an die BS Energy Service-Hotline 0531 383-8000 wenden. Handelt es sich tatsächlich um einen Betrugsversuch, sollte umgehend die Polizei informiert werden und die Telefonnummer des Betrügers bei der Bundesnetzagentur gemeldet werden. Keinesfalls sollten persönliche Daten preisgegeben werden.

-BS Energy

Raum zum Leben

AWO-Wohn- und Pflegeheime



Pflegenotaufnahme

Tel. 0800 70 70 117

„Hier fühle ich mich zu Hause.“

Braunschweig, Goslar, Helmstedt, Salzgitter, Vechelde, Wolfenbüttel, Wolfsburg, Königslutter.



Weitere Infos:
Senioren & Pflege



Senioren & Pflege

Telefon (0531) 39 08 – 0 | www.awo-bs.de

ASB Braunschweiger Land

- Hausnotruf
Seit 25 Jahren Hilfe auf Knopfdruck
- Mobil Ruf
Sicher unterwegs
- Rauchmelder-Service
in Kooperation mit der Berufsfeuerwehr

Infos unter 0531-19212
www.asb-bs.de

Wir helfen
hier und jetzt.



NEU! Wabe-Schunter-Bote auf Instagram:

<https://www.instagram.com/wabeschunterbote/>



Schloß Schliestedt

- Seniorenbetreuung mit Kompetenz -

Seit über 70 Jahren für Sie da!

Schloßstraße 1 · 38170 Schöppenstedt

Telefon 05332/979-0 · www.schloss-schliestedt.de

Individuelle Pflege und Betreuung mit umfassendem Angebot:



- rollender Mittagstisch
- Sozialstation
05332/937874
- stationäre Pflege in allen Pflegegraden
- Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, Probewohnen
- gerontopsychiatrische Fachabteilung
- Sinnesgarten & Parkanlage
- Donnerstag nachmittags öffentliche Cafeteria

Moin Entspannung

Weite Natur, gemütliche Städte und eine frische Brise von der nahen Nordsee: Dafür ist die Ferienregion Südliches Ostfriesland bekannt. Mit dem Fahrrad oder dem Padelboot lässt sich die Vielfalt individuell und entspannt erkunden. Das gut ausgeschilderte Radwegenetz von über 1.000 Kilometern Länge bietet alle Möglichkeiten dazu. Die Internationale Dollard Route, die Deutsche Fehnroute sowie die Kanustrecken des Naturerlebnis Padel und Pedal liegen größtenteils abseits des Verkehrs. Wer möchte, kann außerdem nach Belieben Pedal und Padel tauschen und vom Fahrrad ins Boot wechseln. Der Gedanke: Eine Strecke wird auf dem Wasser erkundet und die Rückfahrt erfolgt mit dem Fahrrad – oder umgekehrt. Unter www.suedliches-ostfriesland.de finden sich viele Tipps für entspannte Urlaubstage. -djb



**Wir sind an Ihrer Seite.
Würdevoll und zeitgemäß.**

**Hageroth
Bestattungen**

**Tag & Nacht 05304 / 5214
0157 / 71521214**



FriedWald®

Die Bestattung in der Natur

Lernen Sie bei einer kostenlosen Waldführung den **FriedWald Wolfenbüttel** kennen. Die FriedWald-Försterinnen und -Förster zeigen Ihnen den Wald und beantworten alle Fragen rund um Baumbestattung, Kosten und Vorsorge.



Waldführungstermine:

10. und 24. Mai 2025 um 14 Uhr
14. und 28. Juni 2025 um 14 Uhr

Jetzt anmelden: Tel. 06155 848-100 oder
www.friedwald.de/wolfenbuettel

Finanzielle Entlastung für Menschen mit Behinderung

Menschen mit Behinderung stehen im Alltag oft vor besonderen finanziellen Herausforderungen, sei es für Medikamente, Therapien oder den behindertengerechten Umbau eines Fahrzeugs. Zwei zentrale Unterstützungsmaßnahmen bieten finanzielle Entlastung: der Behinderten-Pauschbetrag und die Kfz-Hilfe. Der Pauschbetrag ist eine steuerliche Erleichterung, die vom zu versteuernden Einkommen abgezogen wird, ohne dass konkrete Nachweise erforderlich sind. Die Höhe richtet sich nach dem Grad der Behinderung (GdB). „Ab einem GdB von 20 gibt es jährlich 384 Euro, bei einem GdB von 100 steigen die auf 2.840 Euro“, erklärt Kai Bursie, Regionalleiter des Sozialverbands Deutschland (SoVD) in Braunschweig. Für blinde Menschen liegt der Pauschbetrag bei 7.400 Euro. Wer wegen einer Behinderung auf ein Auto angewiesen ist, kann Kfz-Hilfe beantragen. Diese umfasst Zuschüsse für den Autokauf oder den Führerscheinwerb – bis zu 22.000 Euro, abhängig vom Nettoeinkommen. Zusatzausstattungen, wie eine Lenkhilfe, werden unabhängig vom Einkommen vollständig übernommen. Der Antrag muss vor dem Autokauf gestellt werden, da eine nachträgliche Kostenerstattung ausgeschlossen ist. Diese Hilfen fördern die gesellschaftliche Teilhabe von Menschen mit Behinderung. -SoVD

Anzeige

Studie zur Art der Bestattung

„Letzter Weg“ von Friedwald

Die „Letzter Weg“-Studie von FriedWald, durchgeführt mit rheingold im Sommer 2024, zeigt, dass immer mehr Menschen eine Beisetzung im Bestattungswald wünschen. Doch trotz dieses Trends finden die meisten Beisetzungen noch immer auf traditionellen Friedhöfen statt. Der Hauptgrund: Häufig äußert der Verstorbene nicht ausdrücklich den Wunsch, im Wald beigesetzt zu werden. Für 89 Prozent der Befragten war der letzte Wunsch des Verstorbenen entscheidend bei der Wahl des Bestattungsortes.

„Es ist entscheidend, dass Familien und Freunde über solche Wünsche sprechen“, erklärt Michael Bachmann, Geschäftsführer von FriedWald. Finanzielle Aspekte spielen ebenfalls eine Rolle bei der Bestattungsplanung: Je enger die Bindung zum Verstorbenen, desto eher sind Hinterbliebene bereit, höhere Kosten zu tragen. Doch auch gesellschaftliche Gepflogenheiten und religiöse Traditionen beeinflussen häufig die Wahl, besonders bei Sargbestattungen auf Friedhöfen.

Die Waldbestattung wird von vielen als tröstliche und befreiende Alternative empfunden. Besonders der Wunsch des Verstorbenen nach einer Waldbestattung ist für 90 Prozent der Befragten ausschlaggebend. Die Studie unterstreicht, wie wichtig es ist, frühzeitig über den letzten Wunsch zu sprechen, um eine bestmögliche Beisetzung zu ermöglichen.

- Friedwald



Professionelle Hilfe in jeder Lebenssituation

Tagespflege Tel.: 0531-44461

Pflegedienst Tel.: 0531-1293003

Lagune Alten- und Krankenpflege GmbH

Sonnenstraße 12, 38100 Braunschweig

Ihr kompetenter Partner für Tagespflege und Betreuung

Individuelle Unterstützung für Ihr Wohlbefinden

Unser Ziel ist es, Ihre Wünsche und individuellen Bedürfnisse mit größter Sorgfalt und Kompetenz zu erfüllen. Wir bieten eine ganzheitliche, individuell abgestimmte pflegerische und medizinische Versorgung, die Ihnen ermöglicht, in Ihrer vertrauten Umgebung ein angenehmes Leben zu führen.

Täglich unterstützen wir hilfs- und pflegebedürftige Menschen sowie deren Angehörige, um eine optimale Rundum-Versorgung zu gewährleisten. Mit unserer Unterstützung schaffen wir für Sie ein Umfeld, das Vertrauen, Sicherheit und Lebensfreude vereint.

Unsere Tagespflege: Fürsorge, Gemeinschaft und Lebensqualität

In unserer Tagespflege stehen nicht nur die Pflege und Betreuung im Mittelpunkt, sondern auch das Ziel, hilfsbedürftigen Menschen einen Tag voller Gemeinschaft und Lebensfreude zu ermöglichen – fernab der eigenen vier Wände.

Wir legen großen Wert darauf, dass Seniorinnen und Senioren durch gemeinsame Aktivitäten und soziale Kontakte neue Energie schöpfen. Solche Unternehmungen fördern nicht nur das Wohlbefinden, sondern helfen oft dabei, bestehende psychische und körperliche Beschwerden zu lindern und die Lebensqualität spürbar zu steigern.

Der Lagune Pflegedienst: Kompetenz und Herz in Braunschweig

Unser Pflegedienst zeichnet sich durch jahrelange Erfahrung in der Alten-, Kranken- und Behindertenpflege aus. Für uns bedeutet pflegerische Arbeit mehr als nur fachliches Können – sie erfordert ebenso Freundlichkeit, Geduld, Nächstenliebe und ein großes Herz.

Sperr-Notruf 116 116

Seit Jahren bewährt

Die aktuelle Bekanntheitsumfrage zeigt: knapp 48 Prozent der Bevölkerung in Deutschland kennen die zentrale Notrufnummer. Das ist ein stetiger Anstieg im Vergleich zu den Vorjahren und zeigt, dass der Sperr-Notruf 116 116* ein verlässlicher Begleiter im digitalen Alltag ist.

Wer die 116 116 kennt, kann im Notfall sofort handeln: Mit einem Anruf lassen sich rund um die Uhr Zahlungskarten, Online- und Telebanking- Zugänge, der E-Personalausweis sowie SIM-Karten und andere elektronische Berechtigungsmedien schnell und einfach sperren. So kann potenzieller Schaden rasch eingedämmt werden – sei es nach Verlust, Diebstahl oder einem Phishing-Angriff.

„Die 116 116 ist die bewährte Hotline für Verbraucher zum Schutz ihrer Konten“, betont Sandra Königstein, Vorstandsvorsitzende des Sperr-Notrufs. „1,7 Millionen Sperrungen allein im vergangenen Jahr zeigen: Sicherheit beginnt mit Aufmerksamkeit – und der richtigen Nummer zur Hand. Das spart im Fall der Fälle Zeit, Nerven und oft auch Geld.“

Praktisch für unterwegs: Die kostenfreie SperrApp ergänzt den telefonischen Notruf um eine digitale Lösung. In der App können alle sperrbaren Karten, Ausweise sowie die IBAN verschlüsselt hinterlegt werden – so sind alle wichtigen Informationen sofort verfügbar. Viele girocards lassen sich sogar direkt über die App sperren. -Sperr-Notruf 116 116 e.V.

Wir suchen

Schulbusfahrer (m/w/d)
(Kleinbus-9-Sitzer)

für Schüler mit Behinderungen
in **Braunschweig, Peine** und der Stadt **Wolfsburg**.
Zur Teamverstärkung (auf Minijob-Basis)

Voraussetzungen: Pkw-Führerschein – mind. 21 Jahre alt –
Gern auch ältere Bewerber mit hoher Zuverlässigkeit

Sie bekommen bei uns die gesamte Fahrstrecke
(Leer- und Besetztzeit) in voller Höhe bezahlt.
Sie haben das Fahrzeug vor der Tür.

Regenbogen Fahrdienst GmbH
Telefonisch erreichbar: Mo. - Fr. von 6 bis 18 Uhr
Telefon (05308) 52 11 000
bewerbung@regenbogen-fahrdienst.de

Geld verdienen beim Spaziergehen

Wir suchen für verschiedene Gebiete in Ihrem Wohngebiet – auch als Urlaubsvertretung –

Zusteller (m/w/d) für Zeitungen + Prospekte
(SchülerInnen, StudentInnen, Hausfrauen, Pensioäre)

Haben Sie Interesse?

Dann rufen Sie einfach an unter Telefon **05 31 / 38 000-93**
oder per Mail an **info@comet-verlag.de**

Wie ausreichend Bewegung das Krebs Risiko senkt

Sport und schlanke Hüften können auch Leben retten

Über 40 Prozent der Weltbevölkerung hat zu viel Fett um die Taille. Fast 30 Prozent bewegen sich zu wenig. Beides sind Faktoren, die nachweislich das Krebsrisiko erhöhen. Doch was wiegt schwerer? Und kann Sport die negativen Effekte von Bauchfett ausgleichen? Genau diesen Fragen ist ein Team der Universität Regensburg auf den Grund gegangen - mit einer groß angelegten Studie. Das Ergebnis: Erst die Kombination aus Bewegung und schlanker Taille macht den Unterschied.

Die Forschenden haben über elf Jahre hinweg die Daten von 315.457 Personen aus der UK Biobank analysiert - alle zu Beginn der Untersuchung krebsfrei. Anders als viele frühere Studien legte das Team den Fokus nicht auf den Body-Mass-Index (BMI), sondern auf den Taillenumfang. Denn: Fett, das sich um die inneren Organe sammelt, gilt als besonders problematisch. Es steht in direktem Zusammenhang mit biologischen Prozessen wie der Insulinresistenz, die das Krebsrisiko steigern können.

Doch was passiert, wenn Menschen mit zu viel Bauchfett sportlich aktiv sind? Oder wenn schlanke Menschen sich kaum bewegen? Die Wissenschaftler:innen teilten die Teilnehmenden in vier Gruppen ein: schlanke Taille, regelmäßige Bewegung - also die Idealkombination; schlanke Taille, aber Bewegungsmangel; zu viel Bauchfett, aber sportlich

aktiv und schließlich zu viel Bauchfett und dazu noch zu wenig Bewegung.

Dann folgte die Auswertung - mit deutlichen Ergebnissen: Wer eine schlanke Taille hat und sich regelmäßig bewegt, reduziert sein Krebsrisiko am stärksten. Doch schon ein fehlender Faktor erhöht es messbar: Menschen mit abdomineller Adipositas (also zu viel Bauchfett) haben ein elf Prozent höheres Krebsrisiko, Bewegungsmangel steigert es um fünf Prozent. Besonders alarmierend: Wer beides kombiniert - also zu viel Bauchfett hat und sich zu wenig bewegt - dessen Risiko ist um 15 Prozent erhöht. Und es gibt noch eine Zahl, die aufhorchen lässt: Bei bestimmten Krebsarten steigt das Risiko um 48 Prozent. Doch was bedeutet das für die Gesundheitsvorsorge? Kann viel Sport die negativen Effekte von Bauchfett ausgleichen? Die Antwort der Wissenschaftler ist eindeutig: Nein. Wer glaubt, sich mit regelmäßigem Training von den Risiken "freikaufen" zu können, irrt. Genauso wenig reicht es, nur schlank zu sein, aber sich kaum zu bewegen.

Projektleiter Professor Michael Leitzmann bringt es auf den Punkt: "Wer langfristig gesund bleiben will, muss auf seinen Taillenumfang achten und regelmäßig Sport treiben. Erst die Kombination senkt das Krebsrisiko effektiv."



Hörgeräte Hirschfelder

Ihr Hörakustiker in Braunschweig

Für alle, die besser hören wollen die richtige Adresse.

Jetzt Termin vereinbaren: 0531 389 257 06

- persönliche & professionelle Hörberatung
- kostenfreier Hörtest
- ausführliche Tinnitusberatung
- maßgefertigter Gehörschutz
- faires Preis-Leistungsverhältnis
- unverbindliches Probetragen
- modernste Akku Hörgeräte

Ich freue mich auf Ihren Besuch, Ihr *Lukas Hirschfelder*

Hörgeräte Hirschfelder
Donaustraße 43
38120 Braunschweig
0531 389 257 06
info@hoergeraete-hirschfelder.de
www.hoergeraete-hirschfelder.de

KOMPETENT · VOR ORT

Fit mit dem Pedelec

Pedelec-Kurse für SeniorInnen

Die Verkehrswacht Braunschweig und die Verkehrssicherheitsberater der Polizei bieten aufgrund der Gefahren, die sich aus den höheren Geschwindigkeiten des Pedelecs ergeben, Fahrsicherheitstrainings an.

Das Kursangebot richtet sich insbesondere an SeniorInnen, die über 65 Jahre alt sind. Der 3,5 - stündige Kurs umfasst eine theoretische Einweisung und praktische Inhalte im Schonraum für alle, die sich mit dem Pedelec vertraut machen wollen. Die Trainings finden in der Jugendverkehrsschule I, Ortwinstraße 4, statt. Hierfür stehen eine begrenzte Anzahl von Leih-Pedelecs für das Training zur Verfügung - nur ein Fahrradhelm ist Voraussetzung für die Teilnahme. Für die folgenden Termine ist eine Anmeldung ab sofort möglich: 19. Mai, 12. Juni, 18. August, 15. September 2025, jeweils von 13.30 Uhr bis 17.00 Uhr.

Die Anmeldung sowie die Einnahme eines kleinen Unkostenbeitrags erfolgt über die Verkehrswacht Braunschweig unter:

0531 3907222 oder **verkehrswacht.braunschweig@t-online.de**.

Im Frühjahr gehört das Haus auf den Prüfstand die kalte Jahreszeit kann einem Haus ganz schön zusetzen

Schäden, die Niederschläge, Wind oder Frost im Winter am Haus hinterlassen, können gravierende Folgen haben. War es extrem kalt, besteht die Gefahr, dass Leitungen geplatzt oder Mauern gerissen sind. Bei mildem, regnerischem Wetter sind das Dach und die Fassade oft durchfeuchtet. Krzysztof Pompa von der BHW Bausparkasse rät Hausbesitzenden, ihre Immobilie mindestens einmal im Jahr zu kontrollieren. „Wer Schäden nach der Wintersaison erkennt und beheben lässt, vermeidet später kostspielige Baumaßnahmen.“

Wichtig ist vor allem die Inspektion des Dachs. Lockere oder beschädigte Ziegel müssen befestigt oder ausgetauscht werden. Regenrinnen und Fallrohre gilt es auf Lecks hin zu untersuchen. „Die Schäden von eingedrunenem Wasser zeigen sich oft erst nach Monaten, dann aber umso heftiger“, so Pompa. Gleiches gilt für die Fassade. Schäden an der Außenhaut sollte man sofort beheben, ehe Wasser den Weg ins Haus findet. Kleinere Stellen können mit Putz, Bauschaum oder Silikon ausgebessert werden. Auch das Abdichten von Fenstern und Türen ist ratsam. Ein neuer Anstrich hält sie für die nächsten zwölf Monate in Schuss. „Für Reparaturarbeiten kann man mit einem Bausparvertrag langfristig einen Puffer anlegen“, rät der Experte von BHW. Tipp: Wer eine Instandsetzung mit einer energetischen Sanierung verbindet,

spart Aufwand und Geld – schon allein, weil der Handwerksbetrieb das Baugerüst nur ein Mal aufbauen muss.

Frühjahrs-Checkliste für Immobilien:

1. Dachziegel und Schindeln prüfen, damit keine Lecks unerkannt bleiben. Gebrochene und fehlende Dachziegel ersetzen.
2. Laub, Zweige und Schmutz aus Dachrinnen und Fallrohren entfernen, um Staunässe und Schäden an Wänden und im Fundament zu vermeiden.
3. Risse und Abplatzungen ausbessern. „Checken Sie auch die Dämmung“, rät Krzysztof Pompa von der BHW Bausparkasse.
4. An Fenstern und Türen die Dichtungen kontrollieren.
5. Wurden Wege, Einfahrten oder Terrasse beschädigt? Gefahrenquellen durch Löcher und lockere oder defekte Bodenplatten beseitigen.

-db

Eigentumswohnung gesucht von Privat

0531 - 42878602

Fliesenleger:

Telefon 0531 - 122 88 21

Sicherheit durch Erfahrung Herausforderung Mobilität im Alter

Durch die Alterung der Gesellschaft wird die Zahl der Rollatornutzer in Deutschland weiter steigen. Komplexe Verkehrssituationen und mangelnde Barrierefreiheit in der Verkehrsinfrastruktur stellen hohe Anforderungen an sie. Umsicht und Kompetenz sind wichtiger denn je. Rollatornutzende betonen immer wieder die große Bedeutung des Rollators für die Bewältigung ihres Alltags. Der Rollator bedeutet Freiheit, da er Mobilität und so Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglicht. Diese Teilhabe wird vielerorts durch eine marode Verkehrsinfrastruktur nachhaltig beeinträchtigt. Lose Platten, Unebenheiten im Straßenbelag und fehlende Bordsteinabsenkungen erschweren das Gehen mit dem Rollator.

Umsicht auf Mischflächen und beim Überqueren

Neben den baulichen Herausforderungen stellt auch das Überqueren der Straßen eine Herausforderung dar. „Besonders gefährlich ist es, die Straße zwischen parkenden Autos zu überqueren. Der Rollator muss zwangsläufig fast in den fließenden Verkehr geschoben werden, um die Fahrbahn gut einsehen zu können. Deshalb ist es ratsam, Ampeln oder Zebrastreifen zu nutzen“, berichtet Torsten Buchmann vom Deutschen Verkehrssicherheitsrat e. V. und rät Rollatornutzenden, sich im Straßenverkehr umsichtig zu verhalten. Das gelte auch für Mischflächen, wo das Nebeneinander von Fahrzeug- und Fußgängerverkehr unübersichtlich werden kann. „Der Umgang mit dem Rollator muss regelmäßig geübt werden, da die Komplexität im Straßenverkehr zunimmt.“ rät der Experte. Doch nicht nur der Fahrer muss fit sein. „Rollatoren sollten einmal im Jahr von einem Fachmann im Sanitätshaus überprüft werden.“ -DVR

HETTLING'S
LeseZirkel Meins

Tel. 0531/380 12-0 • Web: www.lesezirkel.com
Fax 0531/380 12-0 • Mail: info@lesezirkel.com

Zeitschriften mieten statt kaufen!

stetig wechseln und sparen

HETTLING'S
LeseZirkel
www.lesezirkel.com

Tel.: 0531/ 380 12 - 0
E-Mail: lesezirkel@hettling.de

Der schiefe Kirchturm von Schöppenstedt

Wahrzeichen der Stadt Schöppenstedt und von weit her sichtbar ist die evangelisch-lutherische Kirche St. Stephanus. Die Kirchengemeinde Dreieinigkeith gehört dabei zur Propstei Schöppenstedt der Evangelisch-lutherischen Landeskirche in Braunschweig. Die Stephanskirche gehörte zu den ersten vor 827 gegründeten Pfarrkirchen im Bistum Halberstadt. Seit 1234 bis 1401 war der Flecken Schöppenstedt ein befestigter



Inskrift an der St. Stephanus Kirche.

Siedlungstyp. 1515 wird Schöppenstedt neben anderen Städten im Herzogtum Braunschweig genannt. Die barocke Saalkirche wurde 1730–58 erbaut. Die Außenwände sind durch Pilaster gegliedert. Der quadratische Kirchturm stammt aus dem 12. Jahrhunderts.

Im Erdgeschoss des Turms steht in der Mitte die sogenannte eine Heidnische Säule, die mit Dämonen verziert ist. Hinter den Klangarkaden befindet sich der Glockenstuhl, in dem die Kirchenglocken hängen. Der Turm wurde später um ein Geschoss erhöht und mit einem spitzen schiefergedeckten Helm versehen. Der Kirchturm hatte dabei eine Besonderheit aufzuweisen. Den schiefen Kirchturm. Der Überlieferung nach haben aufmerksame Schöppenstedter Bürger einst auf ihrem Kirchturm Gras wachsen sehen. Man war sich schnell einig, dass dieses Problem nur mit Hilfe eines

Ochsen beseitigt werden könne. Gesagt, getan. Dem ausgewählten Tier wurde ein Strick um den Hals gelegt und dieses mit vereinten Kräften den Kirchturm hinauf gezogen. Auf halber Höhe wurde dem Tier der Strick so eng, dass ihm die Zunge heraus hing. Die schaulustige Menge rief daraufhin begeistert: „Hei hett licket un frett nu! (Er hat schon geleckt und frisst nun!). Unter der Belastung neigte sich der Kirchturm in Richtung Südwesten und wurde so zum Schöppenstedter Wahrzeichen. Der Ochse überlebte diesen gut gemeinten Versuch leider nicht. Tatsächlich beruhte die Schiefstellung jedoch darauf, dass die Eichenschwellen auf der Mauerkrone an der Wetterseite im Laufe der Jahrhunderte allmählich verwitterten und so die Neigung des gesamten Turmhelmes begünstigt haben. In der Nacht vom 8. Dezember 1999 schlug ein Blitz in den Turmhelm ein, der daraufhin zum Entsetzen der Einwohner abbrannte und komplett zerstört wurde. Doch die Schöppenstedter bauten ihren Kirchturm bereits 2000/2001 wieder auf und erhielt auf dringlichsten Wunsch der Schöppenstedter eine Neigung wie vor dem Brand. Die Statik der Spitze befindet sich über 1,50 Meter aus dem Mittellot und wird damit weiterhin in der Liste der schiefsten Kirchtürme Deutschlands gelistet.



Die schiefe Kirche St. Stephanus.

Fotos (2): Bürgermeisterin

Internationalen Museumstag „Museen mit Freude entdecken“

Am Sonntag, dem 18. Mai 2025, öffnet Braunschweig seine Museumstüren unter dem Motto „Museen mit Freude entdecken“. Zahlreiche Museen laden mit kostenfreiem Eintritt und abwechslungsreichen Programmen zum Entdecken, Mitmachen und Staunen ein.



Foto: Landesmuseum

Am Burgplatz 1 findet ein Open-Air-Programm statt: „Geschichten vom Balkon“ mit Lesungen von Andreas Jäger, darunter Sagen wie „Heinrich der Löwe“ und „Der Froschkönig“. DIY-Bastelsets für zu Hause, z. B. Lederbeutel oder Holzschilder (Materialkosten zwischen 4–8 €) und Infos zur Mittelalterlichen Geschichte.

Im Standort Hinter Aegidien gibt es: Führungen zur jüdischen Geschichte und Kultur; Aktionen wie „DNA sichtbar machen“ an Werkstätten; Konzerte des Blue Spring Trios und Kaffee und Kuchen im Garten.



Foto: Schlossmuseum

Im Schlossmuseum am Schlossplatz kann: Schloss-Memory gespielt und am Selfiepoint Fotos gemacht werden. Kinder und Jugendliche (ab 6 bis 16 Jahre) können am Malwettbewerb „Tiere im Schloss“ teilnehmen. Rätselspaß mit Quiz, Rallye und Suchspiel erleben.

In der Pockelsstraße 10 erwartet BesucherInnen ein spannendes Programm: Die Sonderausstellung: „Verstaubt und Vergessen? ... Wiederentdeckt!“ Mitmachaktionen und Ausstellung „Blickfang Dinosaurier“, die Ölgemälde von Dinosauriern mit Originalknochen kombiniert.



Foto: Naturhistorisches Museum

Im Städtischem Museum am Löwenwall werden folgende Sammlungen präsentiert: Gemädegalerie mit Werken des 18. bis 20. Jahrhunderts. Kunsthandwerk wie Möbelkunst und Silberarbeiten. Historische Musikinstrumente, darunter ein Hammerflügel von Clara Schumann. Ethnologische Sammlung mit außereuropäischen Objekten.



Foto: Städtisches Museum

Der Internationale Museumstag in Braunschweig bietet eine ideale Gelegenheit, die kulturelle Vielfalt der Stadt zu entdecken und gemeinsam mit Familie und Freunden einen inspirierenden Tag zu verbringen.

Jahr der Freiheit – in Mühlhausen

lockt mit viel Kultur rund um Thüringer Landesausstellung

Freiheit und Gerechtigkeit – diese universellen Themen bewegten die Menschen in der Vergangenheit und sind heute aktueller denn je. Ihnen widmet sich die diesjährige Thüringer Landesausstellung, die vom 26. April bis 19. Oktober unter dem Titel „freiheit 1525 – 500 Jahre Bauernkrieg“ in Mühlhausen und Bad Frankenhausen stattfindet. Die mittelalterliche Reichsstadt Mühlhausen liegt in der Welterberegion Wartburg Hainich. Während Martin Luther auf der Wartburg bei Eisenach die Bibel ins Deutsche übersetzte, wirkte mit Thomas Müntzer ein radikaler Reformator in Mühlhausen.

Damit liegen zwei wichtige Schauplätze der Reformation in der Zeit des Bauernkriegs nur rund 40 Kilometer voneinander entfernt. Zwischen ihnen erstreckt sich heute der Nationalpark Hainich, der 2011 in Teilen zum UNESCO-Weltnaturerbe ernannt wurde. Hier lässt sich die Natur am besten beim Wandern oder bei einem Blick in die weite Landschaft vom Baumkronenpfad aus erleben.

Kunstvoll genießen

In Mühlhausen stehen flankierend zur Landesausstellung dieses Jahr Kunst und Kultur im Fokus. So zeigen die drei Ausstellungsorte der Mühlhäuser Museen insgesamt über 400 Objekte – darunter das Runenschwert von Thomas Müntzer, die eiserne Hand des Götz von Berlichingen sowie Skulpturen von Tilman Riemenschneider – und ordnen die Zeit des Bauernkriegs in einen überregionalen Kontext ein.



Mühlhausen in Thüringen, Schauplatz des Bauernkrieges von 1525, bietet im Gedenkjahr ein volles Kulturprogramm.

In der Divi-Blasii-Kirche sind unter dem Titel „Leiden. Freiheit. Gerechtigkeit.“ Druckgrafiken zu sehen, die bekannte Künstler wie Marc Chagall und Max Pechstein unter dem Eindruck von Krieg, Gewalt und Zerstörung geschaffen haben. Im abwechslungsreichen Programm „2025: Jahr der Freiheit“ finden sich außerdem Lesungen und Vorträge, Festgottesdienste, Mittelalterfeste und Konzerte wie die Uraufführung eines anlässlich des Gedenkjahres verfassten Oratoriums. Unter www.freiheit2025.muehlhausen.de gibt es ausführliche Informationen zu allen Veranstaltungen und Terminen sowie Buchungsmöglichkeiten von Eintrittskarten und Übernachtungen.

Stilvoll übernachten

Bei Stadtführungen durch Mühlhausen begeben sich die Besucher in Begleitung von Gästeführerin "Ottilie Müntzer", der Ehefrau Thomas Müntzers, auf historische Spurensuche, um unter anderem auch das Anfang April auf dem Kornmarkt enthüllte monumentale Bronzedenkmal nach Entwürfen von Albrecht Dürer zu bewundern. Die Tickets für die Landesausstellung gelten an zwei aufeinanderfolgenden Tagen. Stilvoll übernachten und regional schlemmen können Besucher beispielsweise im Hotel Brauhaus zum Löwen, das in der mittelalterlichen Altstadt gegenüber der Kornmarktkirche liegt und wo unter anderem das hauseigene Jubiläumsbier „Fünfzehn25“ gebraut und serviert wird. -djd



Die Marienkirche in Mühlhausen ist einer von drei Ausstellungsorten der Thüringer Landesausstellung.

Fotos (2): djd-k/Welterberegion Wartburg Hainich/Tino Sieland/Jens Fischer

XXL SUPER-SCHNUPPERPREIS

- ★ 2 x Übernachtungen
- ★ 2 x Langschläferfrühstück
- ★ 2 x 3-Gang-Wahlmenü
- ★ 1 x Empfangscocktail
- ★ 1 x Anreisegeschenk
- ★ 2 x Kaffee- und Kuchenbuffet
- ★ Freie Benutzung:
Solling-Wellness-Oase,
Parkplatz und Fahrräder

229,-

€ pro Person

ROMANTISCHES HOTEL

MENZHAUSEN

Inhaber: Wolfgang Mosler

★★★★

Lange Str. 12 · 37170 Uslar · Tel. 0 55 71 / 92 23 0 · www.hotel-menzhausen.de

Liebe Leserin, lieber Leser,



„Im wunderschönen Monat Mai / als alle Knospen sprangen / da ist in meinem Herzen / die Liebe aufgegangen.“

So dichtete einst Heinrich Heine und so ist es ja immer noch. Mai macht Vorfreude. Im Dom brummt es dann: Kirchentag und Konfirmation, Himmelfahrt und Tag der Domsingschule, Orgelentdeckerwoche und Nachdenken darüber, was der 8. Mai 1945 uns achtzig Jahre später bedeuten kann, Netzwerktreffen und Begegnungsfest im Kontext der German Church School in Addis Abeba.

Ein Monat voller Pläne.

„Wer Pläne macht, will Gott zum Lächeln bringen“.

Ja, wenn Gott über uns lächelt, warum nicht? Wir haben ja Grund vorfreudig und zuversichtlich zu sein – wir kommen von Ostern her und unser Herz brennt noch.

Das ist es, was wir unbedingt mitnehmen sollten in die Zeit, die kommt: Vertrauen in die Verheißungen.

Schwierig wird es von allein. Lasst uns darum Hoffnungsgeschichten erzählen und

einander zum Lächeln bringen und uns freuen, wenn irgendwo Liebe aufgeht.
Herzliche Grüße!

Ihre Dompredigerin
Cornelia Götz

Montag bis Freitag - 17:00 Uhr – 5-Minuten-Andacht - auf Radio Okerwelle 104.6

Veranstaltungen im Braunschweiger Dom

Samstag, 3. Mai 2025, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 4. Mai 2025, 10:00 Uhr: Gottesdienst mit Abendmahl

Donnerstag, 8. Mai 2025, 11:55 Uhr: Grosses Stadtgeläute

12:00 Uhr: Mittagsgebet

19:00 Uhr: Politische Abendandacht

Samstag, 10. Mai 2025, 11:00 Uhr: Öffentliche Orgelführung

12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 11. Mai 2025, 10:00 Uhr: Gottesdienst

12:00 Uhr: Offene Orgelbank

17:00 Uhr: Konzert „Orgel+Blechbläser“

Dienstag, 13. Mai 2025, 17:00 Uhr: Begegnungs- und Jubiläumsfest

Samstag, 17. Mai 2025, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

14:00 Uhr: Schwerpunktführung

18:00 Uhr: Rüstgottesdienst mit Abendmahl

Sonntag, 18. Mai 2025, 10:00 Uhr: Festgottesdienst

Samstag, 24. Mai 2025, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 25. Mai 2025, 11:30 Uhr: Familiengottesdienst am „Tag der Domsingschule“

12:30 Uhr: Tag der Domsingschule

Donnerstag, 29. Mai 2025, 11 Uhr: Andacht auf dem Dom- und Magnifriedhof

Samstag, 31. Mai 2025, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

Gottesdienste und Veranstaltungen im Braunschweiger Dom unter: www.braunschweigerdom.de/veranstaltungen

Wir *im besten
Alter*

Region Braunschweig, Wolfsburg, Gifhorn
Wolfenbüttel, Salzgitter

Verlag + Herausgeber:

CV Comet Verlag GmbH

Im Remenfeld 5

38104 Braunschweig

Telefon 05 31/38 000 10

E-Mail: info@comet-verlag.de

www.comet-verlag.de

Satz, Druck: CV Comet Verlag GmbH

Anzeigenleitung: H.-J. Kröber

Redaktion: Felix Runder (ViSdP)

Telefon 0531/38 000 10

Redaktions-/Anzeigenschluß: 15. des Vormonats

WIR im besten Alter erscheint monatlich zum Monatsanfang, ist unabhängig und überparteilich.

Für unaufgefordert eingesandte Zuschriften, Fotos und andere Materialien haften wir nicht. Veranstaltungshinweise werden kostenlos abgedruckt. Für die Richtigkeit wird keine Gewähr übernommen. Die Weiterverwendung der Anzeigen bedarf der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für den Inhalt der Anzeigen zeichnet der Auftraggeber allein verantwortlich. Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 20.

Betrachtung der Geschichte des Spargels

Insbesondere im Braunschweiger Land

von Prof. Dr.h.c. Gerd Biegel

Institut für Braunschweigische Regionalgeschichte und Präsident des Vereins Rettung Schloß Blankenburg e.V.

Alle Jahre wieder: es ist Spargelzeit. Grundsätzlich beginnt diese, wenn es den ersten Spargel gibt. Und den ersten Spargel gibt es meist ab Anfang April, aber abhängig vom Wetter, in diesem Jahr etwa Kälte und Nässe, kann der Termin auch schon einmal später liegen (unabhängig von der Unsitte, das natürliche Wachstum durch Bodenheizungen aus wirtschaftlichen Gründen zu beeinflussen). Das größte deutsche Spargelanbaugebiet liegt in



Niedersachsen und auch das Braunschweiger Land hat eine lange historische Tradition des Spargels. Daher möchte ich – wie jedes Jahr – wieder an Geschichte und Kultur des königlichen Gemüses erinnern und wünsche viel Spaß bei der Lektüre, vor allem

aber demnächst viel Genuss beim Essen des Spargels aus dem Braunschweiger Land. Über Geschmack lässt sich stets gut streiten – sagt der Volksmund – über eines jedoch nie: über den Geschmack des Spargels. Er ist eigentlich kein Gemüse – er ist Kultur.

Eine Besonderheit gilt es zu erwähnen, denn Braunschweig hatte damals eine kulinarische Vorreiterrolle eingenommen. Während in der Frühzeit stets der Grünspargel angebaut wurde, den man in weiten Teilen Deutschlands noch bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts bevorzugte, baute man in Braunschweig den weißen Spargel an, den sogenannten »Bleichspargel«, dessen Geschmack wesentlich besser war und der sich dann in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts in Deutschland allgemein durchsetzte. Ausgangspunkt dieser »Entdeckung« war der Erzählung nach ein Bauer im Bereich der heutigen Siegfriedstrasse, der eines morgens keine Zeit fand (oder vielleicht auch keine Lust auf die mühsame Arbeit hatte) und deshalb seinen

Leuten sagte, sie sollten alles abdecken, dass man es nicht merkt und am nächsten Tag wieder ausgraben. Groß war die Verblüffung am nächsten Tag, als der Spargel nach dem Freilegen ganz »bleich« war, dick und saftig und viel besser als der dünne grüne Spargel schmeckte.

Die Braunschweiger Bauern sollen daraufhin alle begonnen haben, über den Wurzelstöcken Hügelbeete aufzuhäufen und den Spargel zu stechen bevor er durch die Erde herauswuchs und 8 vollständig dem Tageslicht ausgesetzt war – damit war allgemein der weiße Spargel »erfunden«. Noch im 17. und 18. Jahrhundert blieb Spargel aber ein eher seltenes Gemüse, das nur allmählich für das Bürgertum erschwinglich war und auf den Märkten der großen Städte angeboten wurde. Erst mit der Industrialisierung im 19. Jahrhundert setzte der Umschwung ein. Im Zuge der Verkehrserschließung durch die Eisenbahn bildeten sich überregionale Märkte, die eine Ausweitung der Spargelproduktion lohnend machten. Der Spargel konnte nun in größeren Mengen abgesetzt werden und gelangte vor allem auch schnell auf entfernter gelegene Märkte. Man ging daher zum feldmäßigen Anbau über und entwickelte Spezialgeräte, um die Felder rationeller bewirtschaften zu können. Erneut war Braunschweig Vorreiter: Die Konservenindustrie entdeckte Spargel als Rohware und legte eigene Spargelfelder an: spätestens zu diesem Zeitpunkt war die Spargelproduktion zu einem echten Wirtschaftsfaktor geworden. Die erste Spargelkonserve ist in Braunschweig entstanden, und zwar um 1840. Die landwirtschaftliche Spezialliteratur widmete seit dieser Zeit den Problemen des Anbaus von Spargel eigene Abhandlungen, und die Bauern in Gebieten mit sonst unbrauchbaren Sandböden versprachen sich neue Einnahmequellen durch Spargelanbau.

-Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel



Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel
Institut für Braunschweigische
Regionalgeschichte an der TU
Braunschweig



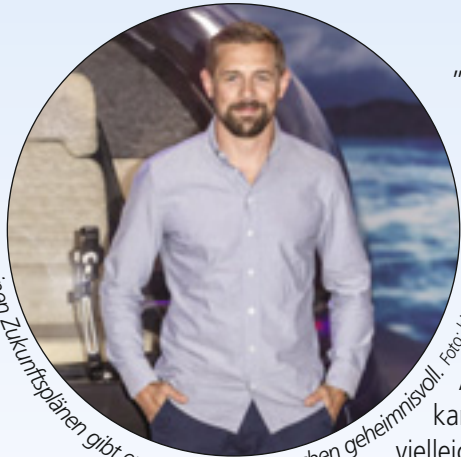
Braunschweig um 1900.

Fotos (2): IBRG

Wirklich nur lustlos?

Was wirklich hinter dem Aus von „Late Night Berlin“ stecken könnte

Klaas Heufer-Umlauf



Zu seinen Zukunftsplänen gibt er sich noch ein bisschen geheimnisvoll. Foto: highgloss.de

„Ich habe keine Lust mehr auf Late Night. Es reicht.“ So verabschiedete Klaas Heufer-Umlauf sich letzte Woche mit seiner Show „Late Night Berlin“ aus dem Programm. Jeder Witz sei schon gemacht, jeder Gast eingeladen, jedes Spiel gespielt. Ab sofort ist Schluss. Ob das wirklich nur an der „Bocklosigkeit“ des Moderators liegt, lassen wir mal dahingestellt. Denn die Quoten waren freundlich gesagt sehr mäßig. Vermutungen zufolge hat der 41-Jährige lieber selbst den Stecker gezogen, bevor ProSieben es tun konnte. Langweilig wird es ihm bestimmt dennoch nicht werden. Denn mit „Joko & Klaas gegen ProSieben“ geht es weiter – die neue Staffel wird allerdings mittwochs um 20.15 Uhr ausgestrahlt. Außerdem gab Klaas selbst noch einen Ausblick in seiner letzten Show: In einem Einspieler fragt Anne Will den Wahl-Berliner, ob er Pläne für etwas Neues habe, aber bevor er antworten kann, erfolgt der Schnitt. Wir bleiben gespannt! Und bis dahin genießt der Zweifach-Papa ja vielleicht die Mehrzeit mit Lebensgefährtin Doris Golpashin und den gemeinsamen Söhnen.

Gérard Depardieu

Wenn alte weiße Männer in überholten Rollenklischees steckenbleiben

Schon über Jahre sind Vorwürfe sexueller Übergriffe gegen ihn bekannt. Jetzt stand Gérard Depardieu deswegen erstmals vor Gericht. Zwei Frauen hatten ihn angezeigt, weil er sie bei Dreharbeiten mehrfach begrabscht haben soll. Der 76-Jährige selbst bestritt im Prozess jegliche sexuelle Belästigung, räumte allerdings ein, das Wort „Muschi“ rutsche ihm schon öfters mal raus. Warum schließlich auch nicht? „Ich darf doch wohl noch Schweinereien sagen!“ Dass die Gesellschaft sich weiterentwickelt hat und verbale Ausfälle dieser Art nicht mehr akzeptiert sind, scheint bei dem französischen Superstar nicht angekommen zu sein. Stattdessen scheint er in alten Rollenklischees festzuhängen. Zoten und schlüpfrige Sprüche seien für Depardieu ein „Ritual“ geworden, wie es ein Chef-Kameramann laut „Welt“ formuliert. Die Staatsanwaltschaft forderte schließlich eine Freiheitsstrafe von 18 Monaten, die mit einer dreijährigen Bewährungsauflage verbunden ist – plus eine Geldstrafe von 20.000 Euro. Damit blieb sie deutlich unter der möglichen Höchststrafe von fünf Jahren Haft zurück. Mit der Verkündung des Urteils wird erst in einigen Monaten gerechnet.



Nach dem Gerichtsprozess wegen sexueller Belästigung wartet er jetzt auf die Urteilsverkündung. Foto: highgloss.de

Am liebsten zweigleisig

Die „Eifelpraxis“-Darstellerin brennt für mehrere Leidenschaften

Jessica Ginkel



Neben der Schauspielerei liegt ihr auch die Arbeit mit Kindern am Herzen. Foto: highgloss.de

Sie gehört seit Jahren zur Stammbesetzung der „Eifelpraxis“, stand vor wenigen Wochen noch in Hamburg auf der Theaterbühne und überzeugt regelmäßig in „Behringer und die Toten“ als patente Bamberger Wirtin: Jessica Ginkel kann sich über Arbeitsmangel nicht beklagen, denn dazu kommen immer wieder weitere TV-Auftritte. Trotzdem brennt sie noch für ein anderes Thema. Vor ihrer Schauspielkarriere studierte die 44-Jährige Grundschulpädagogik. Und so bekannte sie vor einiger Zeit im Interview mit „Stories and Faces“: „Ich liebe die Schauspielerei (...) Aber ich merke auch, dass das mit dem Lehramt für mich nicht komplett vom Tisch ist. Je älter ich werde, desto häufiger kommt das Thema wieder hoch. Am liebsten würde ich natürlich beides machen. Mit Kindern arbeiten und vor der Kamera stehen. Vielleicht gibt es diese Möglichkeit ja auch irgendwann.“ Derzeit dürfte die gebürtige Berlinerin allerdings auch mit den eigenen Kids einiges zu tun haben. Mit „GZSZ“-Star Daniel Fehlow (50) hat sie zwei gemeinsame Kinder, die 2015 und 2018 geboren wurden. Ihre Beziehung hielten Jessica und Daniel lange verborgen. Erst 2016 meldete „Bild“, dass die beiden bereits seit vier Jahren ein Paar sind. Längst haben sie auch geheiratet und die Liebe ist nach wie vor groß. Sie schätzt an ihm seine Entspannungtheit, er ihr Organisationstalent. Ideale Kombination! -djd

Viel Spaß beim Rätseln!

Anzeige

flacher Wandpfeiler	▼	Erdarten	abordnen	▼	▼	genmanipuliertes Wesen	Bezirk im Kanton Waadt	▼	russischer Dichter † 1963	▼	Scheren der Schafe	▼	nerwendes Kind	israel. Politikerin † (Golda)	▼	Amtsbezirke der Bischöfe	▼	Jungmitglied einer dt. Partei
▶		▼					▼		„Entdecker“ Amerikas	▶					▼	▼		
bedürftig, arm			Fluss durch Frankreich	▶					männlicher franz. Artikel		fleißiges Insekt	▶						
Lachsforellen	▶					Krankensalbung	▶						Fremdwortteil: gleich					obwohl
▶			gegen Geld leihen		nicht verletzt	▶										Revolten	▼	
jap. Heiligtum		Figur in „Land des Lächelns“	▶											Radiowellenbereich (Abk.)	▶			
US-kanadischer Grenzsee	▶													Fluss in der Toscana	▶			
▶														spanisch: Meer	▶			
Verrückter	den Gottesdienst betreff.	Teil dorischer Säulen	▼											Vorname von US-Filmstar Pitt			niederdeutsch: das	▼
stehende Gewässer	▶																	
engl. Frauenkurzname	▶							schräg						Erfinder des Revolvers		„Killerwal“		
ehem. Währung in Frankreich			Abk.: numerus clausus	▼														
▶														Fremdwortteil: wieder	▶			unaufdringlich
▶														franz. Autor † (Marquis de ...)		musikalischer Halbton	▼	
eine Droge (ugs.)			exzentrischer Kunststil	▼														
Glasgefäß	Halbinsel in Vorderasien	französisches Adelsprädikat	▶		ohne Zweifel	▼	Freudenruf	▼	Staat in Südamerika	große Zukunftsvorstellungen	▼	▼	Südsüdost (Abk.)	wilde Ackerpflanze	französische Zustimmung			
▶	▼				▼		im Dezember blühende Pflanze	▶						▼	▼			
ostafrikanischer Inselstaat		aus diesem Grund		Geigenvirtuose (André)	▶				Brauch	▶			zirka, annähernd			Stadt in Estland	▼	
▶										Teile der Woche		Gesetz, Anordnung	▶					
durcheinander		türk. Großgrundherr	▶			lateinisch: Sache		prima (ugs.)	▶						Hollywood-Regisseur		Fluss in Kalifornien	▼
▶				Ex-Frau von Prinz Charles (Lady...) †		episches Werk	▶				Kfz-Z. Bamberg		englisch: eins	▶				
▶			engl. Fährhafen	▶					Geste	▶								
moldawische Währung		Gattin des Gottes Osiris	▶					deutsche Pop-sängerin	▶				afrikanisches Runddorf	▶				

Behrens
Bestattungen

**Respekt und Würde
in Wort und Tat**

Ekbertstraße 20, 38122 Braunschweig
Sonnenstraße 9, 38100 Braunschweig

24-Stunden-Service: 0531/83204
www.behrens-bestattungen.de



Deutsche Geschichte im Spiegel zweier Biografien.

Zum Jahrestag 80 Jahre Kriegsende am 8. Mai 2025

Mit dir durch dick und dünn?

Uwe Klöckner-Draga



Mit dir durch dick und dünn?

von Uwe Klöckner-Draga
Hardcover / Buch,
Kern,
Preis: 29,90 €
ISBN: 978-3-95716-336-3

Jahrhunderts, von der nach-napoleonischen Zeit, dem Ersten Weltkrieg, den politischen Machtkämpfen der Weimarer Republik und dem Erstarken der Nationalsozialisten bis hin zur Kapitulation eines zerstörten Deutschland nach einem wahnsinnigen Krieg.

„Mit dir durch dick und dünn?“ ist ein Geschichtsbuch, das sich flüssig und spannend lesen lässt, ohne oberflächlich zu sein. Uwe Klöckner-Draga dokumentiert mit einzigartigem Archivmaterial die Geschichte der „Kaiserin“ Hermine und der Sängerin Rose Rauch. Der persönliche Kontakt zu der Künstlerin Rose Rauch ermöglichte dem Autor den Zugang zu einer Fülle privater Fotos, Aufzeichnungen und zu unveröffentlichtem Archivmaterial. Uwe Klöckner-Draga dokumentiert die Verflechtungen des deutschen Adels und dessen politischen und wirtschaftlichen Einfluss. Das Buch spiegelt geschichtliche Ereignisse vom frühen 19. bis in die Mitte des 20.

Ein neuer Anfang

Alfred Langer



Ein neuer Anfang

von Alfred Langer
E-Book,
Kern,
Preis: 12,99 €
ISBN: 978-3-95716-090-4

Seine berührende Lebenssaga hat Alfred Langer in „Ein neuer Anfang“ aufgeschrieben: Die wahre Geschichte eines sudetendeutschen Auswanderers, der in Amerika sein Glück fand. „Ein neuer Anfang“ ist Alfred Langers fesselnde, inspirierende und oft herzerreißende, wahre Lebenssaga. Er ist angereichert mit Fotos und liebenswerten Anekdoten aus seiner Kindheit im Sudetenland, beschreibt die Schrecken, die folgten, aber auch glückliche Fügungen und Begegnungen im oberfränkischen Selbitz und später, als er auf der Suche nach dem amerikanischen Traum auswanderte. Alfred Langers Beharrlichkeit, Entschlossenheit und Überzeugung machen Mut, große Hindernisse zu überwinden.

Die Sterne für

Mai 2025



Steinbock 22.12.-20.1. Distanzieren Sie sich von Menschen, die nicht zu Ihnen passen: Sie müssen sich sonst für Dinge verantworten, die Ihnen vom Prinzip her widerstreben.

Wassermann 21.1.-19.2. In Ihrer Beziehung könnte es heftig knirschen. Besser, Sie zeigen sich kompromissbereit – Ihr Herzblatt ist tatsächlich ziemlich verstimmt!



Fische 20.2.-20.3. Lassen Sie den Kopf nicht hängen. Was Sie im Moment als Niederlage empfinden, wird sich bald als glückliche Fügung erweisen!

Widder 21.3.-20.4. Sowohl in berufliche wie auch private Dinge dürfen Sie sich nicht hineinreden lassen. Es gibt einfach Sachen, die nur Sie zu entscheiden haben.



Stier 21.4.-21.5. Das Umfeld ist genau nach Ihrem Wunsch und wirkt als wahrer Stimmungsaufheller in trüber Zeit. Atemübungen setzen weitere Kräfte frei.

Zwillinge 22.5.-21.6. Es scheint so, als habe sich alles gegen Sie verschworen. Dabei handelt es sich nur um eine kurze Phase, in der sich einige Dinge neu ordnen.



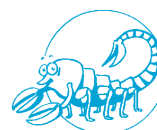
Krebs 22.6.-22.7. Neue Aufgabenstellungen sind nicht dazu da, um Sie zu ärgern, sondern anzuregen. Die Frage wird sein, was Sie leisten können – und wollen!

Löwe 23.7.-23.8. Ihnen geht alles viel zu langsam, und Sie sind vor lauter Ungeduld fast aus dem Häuschen. Übertreiben Sie es mit Ihrer Betriebsamkeit nicht!



Jungfrau 24.8.-23.9. Die Gesellschaft eines lieben Menschen versüßt Ihnen die kommende Woche zusätzlich – Sie haben wirklich keinen Grund zum Klagen.

Waage 24.9.-23.10. Setzen Sie nicht wieder Ihren Kopf durch. Geben Sie auch anderen Plänen eine Chance: Sonst werden immer nur Sie es sein, der Verantwortung trägt.



Skorpion 24.10.-22.11. Eine vermeintliche Zeitersparnis, die Sie jetzt gerne nutzen wollen, könnte im Endeffekt sogar einen gewissen Mehraufwand bedeuten.

Schütze 23.11.-21.12. Die Ausbeute der letzten Woche ist nicht gerade lukrativ, aber gewiss kein Grund zum Klagen. Das, was Sie machen, ist jammern auf hohem Niveau.



DIESE NUMMERN SOLLTEN SIE IMMER PARAT HABEN

Apotheken-Notdienst	0800 – 00 22 833
AWO-Pflegeaufnahme	0800 – 70 70 110
Polizei	116 117
Feuerwehr/Notarzt	112
Rettungsleitstelle	0531 / 19222
Beratung bei Vergiftungen / GIZ Nord	0551 / 19240
Behördenauskunft	116 117
Corona-Hotline Niedersachsen	0511 / 4505-555
Corona-Impf-Hotline Niedersachsen	0800 / 9988665
Telefonseelsorge	0800 111 01 11
Telefonseelsorge (Katholisch)	0800 111 02 22

BRAUNSCHWEIG	(0531)
Alzheimer Gesellschaft Braunschweig	8 01 10 70
Augenärztlicher Bereitschaftsdienst	70 09-933
Ärztlicher Bereitschaftsdienst Braunschweig	116 117
Apotheken-Notdienst, Ärztlicher Notfalldienst	4 40 33
Braunschweiger Aids-Hilfe e.V.	1 41 41
Braunschweiger Verkehrs AG Kundenservice	3 83-20 50
Corona-Hotline der Verwaltung	470-7000
Deutsche Bahn Service Hotline	(030) 29 70
Deutsche Post AG	01802 33 33
Braunschweig Versorgungs AG Entstörungsdienst für Strom, Wasser und Wärme	383-24 44
für Erdgas	33 10 90
Bürgerberatung	470-2936/37
Bürgertelefon	4 70 30 00
Diakoniestation	23 86 60
Fernsprechauskunft	118 33
Frauenhaus BS	280 12 34
Fundbüro	470-60 45 u. -60 46
Gesundheitsamt	470-70 22
Interdisziplinäre Notaufnahme des HEH	699 1778
Kontaktstelle für Selbsthilfe - KIBiS	480-7920
Migrationsberatung	38 94 95 39
Notaufnahme Krankenhaus Marienstift	7011 444
Notfall-Triage Praxis, Städtisches Klinikum	595-0
Notruf-Fax für Gehörlose	234 54 44
Psychosozialer Krisendienst	470 77 77
Rollstuhl taxi	58 08 44 44
Sperrung EC-/Kreditkarte	116 116
Tierschutz Braunschweig	50 00 07
Touristinfo	470 20 40
Zahnärztlicher Bereitschaftsdienst	691 696

WOLFSBURG	(05361)
AWO Kreisverband Wolfsburg	05363 / 97 69 19-0
Caritas Wolfsburg	89 00 90
Caritas Seniorenzentrum Detmerode	8 99 77-0
Diakonische Heime in Kästorf e. V.	27 59 26 4
Diakonisches Werk Wolfsburg e. V.	50 10
DRK Kreisverband Wolfsburg e. V.	826 20
DRK-Seniorenzentrum Vorsfelde	05363 / 80 9 90
Gesundheitsamt	05331 / 84 74 00
Stadtwerke Wolfsburg AG	18 90
Tagesklinik Wolfsburg	29 82-0
Taxiruf	23 0 23
Telefonseelsorge	0800 1 11 01 11
Touristinfo	8 99 9 30
Zentralbibliothek	28 25 46

SALZGITTER	(05341)
AWO	43 60 1
Caritas	18 91 6-0
Diakonisches Werk	88 88-0
Paritätischer Wohlfahrtsverband Salzgitter	84 67-0

WOLFENBÜTTEL	(05331)
Gesundheitsamt	84 50 0
Seniorenservicebüro	86-436/437
Stadtbücherei	900 86-0
Stadtwerke	408-0
Taxiruf	77 77 7
Telefonseelsorge	0800 1 11 01 11
Touristinfo	86 28 0

Seit 2000 **Wir** *im besten Alter*

KOSTENLOS ZUM MITNEHMEN**Über 600 Auslagestellen**

Bürgerberatungen, Verkehrsvereine, Stadt- bzw. Gemeindeverwaltungen, Seniorenbüro, Seniorenkreise und Wohnheime, Apotheken, Märkte, Reformhäuser, Restaurants, Bäcker, Frisöre, Ärzte, Krankenkassen, Banken, Reisebüros, Inserenten, Hettling's Lesezirkel.

Verteilung

in der Region Braunschweig, Wolfsburg, Wolfenbüttel und Salzgitter.

Falls Sie unser Magazin auch auslegen möchten (natürlich kostenlos), senden Sie bitte eine Mail an: info@comet-verlag.de (Mindestabnahme 20 Stück).

Veranstaltungs-Informationen

Aha-Erlebnismuseum für Kinder, Lindener Straße 15, 38300 WF, Tel. 05331 6070377

Brunsviga, Karlstraße 35, 38106 BS, Tel. 0531 238040

Braunschweigisches Landesmuseum, Burgplatz 1, BS, Tel. 0531 12150

Das KULT, Hamburger Strasse 273, 38114 BS, Tel. 0176 23993825

Figurentheater Fadenschein, Bülteweg 95, 38106 BS, Tel. 0531 340845

Haus der Kulturen, Am Nordbahnhof 1

Haus der Wissenschaft Braunschweig, Pockelstraße 11, 38106 BS, Tel. 0531 3912161

Herzog-Anton-Ulrich-Museum, Museumstraße 1, 38100 BS, Tel. 0531 12250

Herzog August Bibliothek, Lessingplatz 1, 38304 WF, Tel. 05331 808203

ITZ-Wolfenbüttel, Am Exer 19a, 38302 WF, Tel. 05331 927847

Komödie am Altstadtmarkt, Gerdlingerstraße 7, 38100 BS, Tel. 0531 1218680

Komödie im Heinrich, Wirtshaus Heinrich, Jasperallee 42, BS, Tel. 0531 1218680

Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Str. 4, 38120 BS, Tel. 0531 862564

KuBa-KulturhalleForum Kultur e.V., Lindener Straße 15, 38300 WF, Tel. 05331 27787

Kinder- und Jugendzentrum Mühle, An der Neustadtmühle 3, 38100 BS, Tel. 0531 17488

Lindenhalle, Halberstädter Straße 1A, 38300 WF, Tel. 05331 86130

LOT-Theater, Kaffeetwete 4a, 38100 BS, Tel. 0531 17303

Museum Wilhelm Busch, Georgengarten 1, 30167 Hannover, Tel. 0511 16999911

Mütterzentrum, Hugo-Luther-Str. 60A, 38118 BS, Tel. 0531 895450

Phaeno, Willy-Brandt-Platz, 38440 WOB, Tel. 05361 890100

Roter Saal, Schlossplatz 1, 38100 BS, Tel. 0531 4704861

Schlossmuseum Braunschweig, Schlossplatz 1, 38100 Braunschweig, Tel. 0531 4704876

Seniorenbüro, Kleine Burg 14, 38100 BS, Tel. 0531 470-8206

Staatstheater Braunschweig, Magnitorwall 18, 38100 BS, Tel. 0531 1234567

Stadtbibliothek Braunschweig, Schlossplatz 2, Tel. 0531 4706835

Theater Wolfsburg, Klieverhagen 50, 38440 WOB, Tel. 05361 267310

Theatrio, Großer Kolonnenweg 5, 30163 Hannover, Tel. 0511 8995940

westand, Westbahnhof 13, 38118 BS, www.westand.de

Wolfsburger Figurentheater Compagnie, Am Hasselbach 4, 38440 WOB, Tel. 05361 276237

Wolters Applaus Garten, Gelände Hofbrauhaus Wolters, BS

Wir *im besten Alter* **ANZEIGENSCHLUSS**
für die Ausgabe
Juni 2025
ist der 15. Mai 2025.
Telefon 0531 / 38 000-10 · info@comet-verlag.de

**WIR im besten Alter abonnieren**

Sie möchten das Magazin „WIR im besten Alter“ direkt ins Haus geliefert bekommen? - **Dann abonnieren Sie es.**

Für 30 Euro erhalten Sie ein Jahr = 12 Ausgaben druckfrisch per Post geliefert.

Bestellung per E-Mail an info@comet-verlag.de oder unter Tel. 0531/38 000 10 · www.wir-braunschweig.de

Hilfe bei besonderen Sehproblemen

Bei einer Sehbehinderung oder Sehbeeinträchtigung spricht man immer häufiger von "Low Vision", was "geringeres Sehen" bedeutet. Low Vision tritt ein, wenn die Sehleistung kleiner als 30 Prozent ist.

Dabei kommt eine Sehbeeinträchtigung nicht nur bei älteren Menschen vor. Die Ausprägungen einer Sehbehinderung können einen unterschiedlichen Charakter aufweisen, deswegen ist die Vielfältigkeit des Angebots an Hilfsmitteln besonders wichtig.

Wenn die normale Brille nicht mehr ausreichend ist und Lesen, Schreiben, Arbeiten am PC sowie Fernsehen nicht mehr optimal sind, können hochwirksame Sehhilfen, die Vergrößern und eine bessere Ausleuchtung schaffen, gegen die Beein-



Frau Franke, die Low Vision Spezialistin aus dem kompetenten Team von Augenoptik Bock.

Foto: Augenoptik Bock

trächtigung im Alltag hilfreich sein. Bei Augenoptik Bock in der Schlosspassage 25 in Braunschweig, werden Sie ausführlich und kompetent beraten und können Ihre Sehfähigkeit sowie die geeigneten Geräte vor Ort testen.

Dabei steht Ihnen das kompetente Team von Augenoptik Bock mit Rat und Tat zur Seite: Seit Jahren bildet sich Augenoptikerin Petra Franke im Bereich Low Vision weiter und ist bei Augenoptik Bock die Ansprechpartnerin für den Low Vision Bereich. Dort finden Sie ein großes Angebot an vergrößernden Sehhilfen mit ausgereifter Lichttechnik für nahezu jeden Unterstützungsbedarf, wie z.B. Spezialgläser bei altersbedingter Makuladegeneration, elektronische Leselupen, Speziallampen und Bildschirmlesegeräte.

Spezialbrillengläser

für altersbedingte
Makuladegeneration

„Ich habe eine Makulaerkrankung.
Mir fehlt ein Teil des Sichtfeldes. Ich konnte fast
nichts mehr lesen oder in der Ferne erkennen.
Mit den neuen Spezialbrillengläsern
AMD-(omfort® von SCHWEIZER
hat mich mein Augenoptiker optimal versorgt.
So bin ich im Alltag wieder aktiv und sicher.“

Nur bei Ihrem Augenoptiker:

AUGEN
OPTIK  **BOCK**
BRILLEN · CONTACTLINSEN

Schloßpassage 25 · 38100 Braunschweig · Tel. 0531.455660 · info@optik-bock.de



 **SCHWEIZER**
www.schweizer-optik.de