

# Wir

*im besten Alter*

für Menschen in der schönsten Lebenszeit

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



Veranstaltungen in der Region auf Seite 5 bis 9.

## Titelthema

Geld ist nicht alles – denn ...

Gesundheit ist im Alter wichtiger

## Gesundes Leben

Alles zum Thema Impfungen

Erhöhte Lebensqualität durch Sehhilfen

## Verlässliche Partner

Vorsicht vor Trickbetrügern ...

... und unseriösen Pflegestellenvermittlungen

## Reise & Erholung

Wild auf Wild – in Niedersachsens Wäldern

Winterzauber am Bayerischen Meer

# IHRE AUSZEIT

Alle Angebote mit eigener Anreise 



## Travemünde



ab **269,-**  
p.P. im DZ

### Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im Maritim Strandhotel Travemünde im Comfort-Zimmer inkl. Maritim-Frühstück
- 1 Flasche Maritim-Sekt zur Begrüßung auf dem Zimmer
- Ticket für das Musical Dinner inkl. 3-Gang Menü & Aperitif am 30.10.22 um 19 Uhr im Maritim Strandhotel
- Täglich nach Bedarf eine Flasche stilles Mineralwasser auf dem Zimmer
- 1 x Abendessen im Rahmen der Halbpension

Vertragspartner: Maritim Hotelgesellschaft mbH, Herforder Str. 2, 32105 Bad Salzuflen

Termin: 30.10. – 01.11.2022

Preise: ab 269,- Euro pro Person im Comfort-Doppelzimmer  
ab 329,- Euro pro Person im Comfort-Einzelzimmer

## Misdroy



ab **799,-**  
p.P. im DZ

### Ihre Inklusivleistungen:

- 7x Nächte im 4\* Hotel TROFANA SUN & SEA
- Unterbringung im neuen 4\* Teil des Hotels
- täglich reichhaltiges Frühstück und 6x Abendessen
- Silvesterfeier mit festlichem Essen, DJ, Tombola, 1 Fl. Wein pro Paar und 1 Glas Sekt um Mitternacht
- WLAN kostenfrei

Veranstalter: M-TOURS Erlebnisreisen GmbH, Große Str. 17-19, Osnabrück

Termin: 27.12.2022 – 03.01.2023

Preise: ab 799,- Euro pro Person im Doppelzimmer  
ab 1.249,- Euro pro Person im Einzelzimmer

## Magdeburg



ab **225,-**  
p.P. im DZ

### Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im Maritim Magdeburg im Comfort-Zimmer
- Täglich reichhaltiges Frühstück
- 1 x saisonales Tellergericht inklusive einem Getränk
- Gutschein für eine Bratwurst und einen Glühwein auf dem Magdeburger Weihnachtsmarkt
- Eintrittskarte für das Kabarett in der „Magdeburger Zwickmühle“
- Guest Card mit Einkaufsvorteilen in Magdeburg

Veranstalter: M-TOURS Erlebnisreisen GmbH, Große Str. 17-19, Osnabrück

Termine: 25.11. – 27.11.2022, 02.12. – 04.12.2022  
07.12. – 09.12.2022, 09.12. – 11.12.2022, etc.

Preise: ab 225,- Euro pro Person im Doppelzimmer  
ab 255,- Euro pro Person im Einzelzimmer

**Wir** im besten Alter

CV Comet-Verlag GmbH  
Im Remenfeld 5, 38104 Braunschweig  
E-Mail: info@comet-verlag.de

» CODE: BU-x3MK «

Reiseinformation und Buchung von Mo. bis Fr. 9 - 16 Uhr unter

Tel.: 0541 98109100

Die M-TOURS Erlebnisreisen GmbH, Große Straße 17 - 19, 49074 Osnabrück, tritt als Veranstalter und Mittler auf. Der Vertragspartner ist jeweils vermerkt. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. Alle Reisen mit eigener An- und Abreise. Gebuchte Reiseleistung(en) ist/sind für Personen mit eingeschränkter Mobilität nur bedingt nutzbar.

# Editorial

## Liebe Leserin, lieber Leser,

*der Herbst kommt mit Riesenschritten und wir können bei einem Spaziergang die schöne Laubfärbung bewundern, Eicheln und Kastanien zum Basteln sammeln und die gemütliche Zeit beim ersten Glühwein genießen. Wir feiern Erntedank und freuen uns über die heimischen Früchte – warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah! Apfelfeste, Kartoffelfeste und kulinarische Köstlichkeiten wie Wild, Braunkohl und Gans laden zum Schlemmen ein. Auch ein Besuch in den Weinanbaugebieten lohnt sich jetzt: Die Weinlese hat begonnen und wir sind gespannt auf den neuen Wein.*

*Im Garten ist jetzt Herbstsaison und es ist einiges zu tun, damit sich die Gräser vom Sommer erholen und gut über den Winter kommen.*

*Mit Geld kann man vieles kaufen – aber was der Generation ab 60 Jahren wichtig ist, lesen Sie in dieser Ausgabe.*

*Erfahren Sie alles zum Thema Impfen und informieren Sie sich, was jetzt wichtig ist.*

*Die Polizei meldet wieder einen Anstieg der Betrugsversuche, gerade zum Nachteil der älteren Menschen. An einem Tag waren es sogar neun neue Fälle – insbesondere Schockanrufe von falschen Polizeibeamten. Die Polizei wird Sie niemals zur Herausgabe von Geld oder Wertgegenständen auffordern. Ziehen Sie in solchen Situationen eine Vertrauensperson hinzu und informieren Sie die Polizei.*

*Weiterhin informieren wir Sie über alternative Wohnformen und was bei der Beauftragung von Pflegestellenvermittlungen wichtig ist.*

*Bei unseren Reise- und Ausflugszielen geht es diesmal in die Region der Südheide, in Niedersachsens weite Wälder und in den Solling. Wenn es Sie weiter weg zieht, lassen Sie sich vom Winter am „Bayerischen Meer“ verzaubern.*

*Wie immer ist auch für Unterhaltung gesorgt. Unsere Buchvorstellungen: „Braunschweig'sche Verbrechen“ - True Crime aus der Löwenstadt und von Heidelinde Weis: „Das Beste kommt noch.“*

*Viel Spaß beim Schmökern und einen wunderbaren Herbst wünscht Ihnen*

**Ihr Team von  
WIR im besten Alter**

**Wir** *im besten*  
**Alter** *monatlich  
und  
kostenlos*

Anzeigenschluss ist der 15. des Vormonats.

Telefon 0531 / 38 000 10 · [info@comet-verlag.de](mailto:info@comet-verlag.de)

Titelthema .....	Seite 4 - 5
Spiritueller Herbst .....	Seite 5
Veranstaltungen .....	Seite 6 - 7
Veranstaltungstipps .....	Seite 8 - 9
Gesundes Leben .....	Seite 10 - 11
Verlässliche Partner .....	Seite 12 - 14
Wohnen & Leben .....	Seite 15
Reise- & Ausflugsziele .....	Seite 16
Reisetipps .....	Seite 17
Kultur .....	Seite 18 - 19
Promi-News .....	Seite 20
Unterhaltung / Rätsel .....	Seite 21
Buchtipps / Horoskop .....	Seite 22
Service / Veranstalteradressen .....	Seite 23
Wichtige Telefonnummern	

*Titelfoto: Der fast 200 Kilometer lange Kocher-Jagst-Trail ist ein Weit- und Rundwanderweg, auf dem sich das Hohenloher Land wunderbar zu Fuß erkunden lässt. Mehr dazu finden Sie auf Seite 16. Foto: djd/Hohenlohe + Schwäbisch Hall Tourismus/Jan Bürgermeister*



# Geld ist nicht alles

Krankheiten und nachlassende körperliche und geistige Fitness im Alter fürchten zwei Drittel der über 60-Jährigen. Vor chronischen Schmerzen haben 67 % der Älteren Angst. Nur etwa ein Drittel der über 60-Jährigen ist sich bewusst, dass Alter ein möglicher Auslöser von Gürtelrose ist.

**„Mit Geld kann man vieles kaufen heißt es - doch Geld ist nicht alles.“**

So zeigt eine aktuelle repräsentative Umfrage<sup>1</sup> mit dem Meinungsforschungsinstitut Appinio, dass für 93 % der befragten Menschen über 60 Jahre Gesundheit im Alter wichtig ist.

Mehr als jeder Zweite der 1000 Befragten im Alter von 60 bis 99 Jahren fürchtet sich vor nachlassender körperlicher Fitness (58 %) bzw. geistiger Fitness (62 %). Drei von vier der Befragten gaben an, dass sie Angst vor einer Krankheit haben, die sie im Alltag stark einschränkt – wie beispielsweise Gürtelrose, deren Erreger mehr als 95 % der über 60-Jährigen in sich tragen.<sup>2</sup>

Bei einem Drittel bricht die Erkrankung im Laufe des Lebens aus.<sup>3</sup> Mit der richtigen Vorsorge lässt sich jedoch ein Ausbruch oftmals vermeiden.

## Vorsorge ist wichtig – das ist den meisten Älteren bewusst

Laut Umfrage nehmen 74 % der Befragten regelmäßig die alle drei Jahre kostenlos zur Verfügung gestellten Gesundheits-Check-ups bei ihrem Hausarzt / ihrer Hausärztin wahr. Neun von zehn lassen dabei auch ihren aktuellen Impfstatus überprüfen. Ob in diesem Zusammenhang auch über die vermeidbare Gürtelrose gesprochen wird, ist unklar. Jedoch betrachten sich weniger als die Hälfte der Befragten

(43 %) als Gürtelrose gefährdet. Dabei steigt das Risiko für Gürtelrose im Alter – vor allem Personen ab 60 Jahren sind gefährdet. Grund dafür ist ein altersbedingt nachlassendes Immunsystem. Das scheint nur wenigen bewusst zu sein: Auf die Frage „Was kann Ihrer Meinung nach Gürtelrose auslösen?“ nannte nur rund ein Drittel der Befragten (32 %) das Alter als Auslöser. Stress hingegen sieht mehr als die Hälfte (56 %) als Hauptrisikofaktor.

Mentale Belastungen wie Stress und auch Depression gehören zwar zu den möglichen Auslösern einer Gürtelrose, doch Alter und Krankheit erhöhen das Risiko noch mehr. Erschreckendes Ergebnis: Knapp ein Viertel (23 %) weiß überhaupt nicht, was eine Gürtelrose auslösen kann.

Dabei zählt Gürtelrose zu den häufigsten Erkrankungen im Alter. Die Ständige Impfkommission empfiehlt allen Menschen über 60 Jahren eine Impfung gegen die vermeidbare Infektionskrankheit. Personen mit Grunderkrankungen wird empfohlen, sich bereits ab einem Alter von 50 Jahren gegen Gürtelrose impfen zu lassen.<sup>4</sup>

Eine Vorsorge gegen Gürtelrose ist das ganze Jahr über möglich – und sollte nicht bis zum nächsten Gesundheits-Check aufgeschoben werden. Vereinbaren Sie am besten zeitnah einen Arzttermin und sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über eine mögliche Prävention gegen Gürtelrose.

Gürtelrose tritt als Hautkrankheit in Erscheinung, ist aber eine Infektionskrankheit, die durch die Reaktivierung des Windpockenerregers ausgelöst wird. Mehr als 95 Prozent der Personen ab 60 Jahren hatten bereits Windpocken und tragen dadurch das Virus in sich. Eine von drei Personen erkrankt im Laufe des Lebens an Gürtelrose.<sup>2</sup>



Zum einen nehmen die Abwehrkräfte im Alter ab, wodurch eine Reaktivierung wahrscheinlicher wird.<sup>5,6</sup> Zum anderen stecken sich Betroffene nicht an, sondern haben den Erreger nach der Windpockenerkrankung bereits im Körper und dieser kann bei einer Schwächung des Immunsystems (z. B. durch Stress<sup>7</sup>, COVID-19-Erkrankung<sup>8</sup>) wieder aktiviert werden. Bei der Reaktivierung des Virus wandern die zuvor inaktiven Erreger aus den Nervenknotten entlang der Nervenfasern bis zu deren Enden an der Hautoberfläche.

Dort entstehen als Reaktion die charakteristischen Bläschen, die sich gürtel- oder bandförmig um den Körper legen. Häufig ist nur eine Körperhälfte betroffen. Da das Virus über die Nervenbahnen zur Haut „wandert“, treten häufig noch vor Auftreten der typischen Bläschen starke, „einschießende“ Schmerzen auf. Weitere Symptome sind beispielsweise Abgeschlagenheit, Erschöpfung und teilweise über Monate anhaltende, stark brennende bis stechende Nervenschmerzen. Bis zu 30 Prozent der Betroffenen haben mit Komplikationen und Langzeitfolgen zu kämpfen.<sup>5</sup> Manchmal dauert dies mehrere Monate, in anderen Fällen können die Schmerzen



Im Alter gesund zu sein ist das Wichtigste.

Foto: GlaxoSmithKline 2022/ Shutterstock

ein Leben lang anhalten. Daneben kann Gürtelrose auch zu Sehstörungen, einem vollständigen Seh- und Hörverlust sowie in seltenen Fällen auch zu Schlaganfällen und Herzinfarkten führen.<sup>9</sup>

GSK

**Quellen:** 1 Repräsentative Online-Umfrage mit dem Meinungsforschungsinstitut Appinio im Juli 2022; 1000 TeilnehmerInnen aus Deutschland im Alter von 60 bis 99 Jahren. 2 Wutzler et al. 2001; Vaccine 20: 121-124. 3 Hillebrand K; Journal of Infection; 2015;70;178-186. 4 EpiBul 18/2020. 5 Harpaz R et al. MMWR Recomm Rep 2008; 57: 1-40. 6 Kimberlin DW et al., N Engl J Med. 2007;356(13):1338-43. 7 M Zak-Prelich. Epidemiol Infect. 2002; 8 Bhavsar et al. Open Forum Infectious Diseases, Increased risk of herpes zoster in adults >50 years old diagnosed with COVID-19 in the United States | Open Forum Infectious Diseases | Oxford Academic (oup.com). 9 RKI (Hrsg.): Kurz & knapp: Faktenblätter zum Impfen. Herpes-zoster-Impfung; 2020.

## Spirituelle Herbst im Kloster Walkenried

Anzeige

Die Veranstaltungsreihe „Spirituelle Herbst“ der Harzer Klöster bietet vom 21. Oktober bis 6. November Führungen und Meditationen sowie Kerzenschein, Gesang und vieles mehr zum Innehalten und Kraft tanken in der dunklen Jahreszeit! Auch im Kloster Walkenried können sich die Gäste auf ein vielfältiges Programm voller besonderer Momente freuen.

**Führungen im Kerzenschein** am 21.10., 22.10., 28.10., 29.10., 4.11. und 5.11., jeweils 17.30 Uhr, **Stille Stunden** am 21.10., 22.10.,



Führung im Kerzenschein.

Foto: Günter Jentsch



Taizé-Lieder-Singen.

Foto: ZisterzienserMuseum Kloster Walkenried, A. Behnk

Das **Taizé-Lieder-Singen** am 4.11., 19 Uhr, in der besonderen Atmosphäre des mittelalterlichen Kreuzgangs lädt zum Mitsingen ein. Besondere Entspannung bieten die Kurse **Klangvolle Meditation und Yoga Nidra** mit Sylvia Köhler, Trainerin für gesunde Stressbewältigung, am 25.10., 27.10 und 28.10. jeweils 17.30 Uhr.



Klangvolle Meditation und Yoga Nidra mit Sylvia Köhler. Foto: Sascha Storz

Klangvolle Meditation und Yoga Nidra mit Sylvia Köhler. Foto: Sascha Storz

Detaillierte Infos zum Programm sowie zu Anmeldung und Preisen unter [www.kloster-walkenried.de](http://www.kloster-walkenried.de).

# Hier ist was los

## 39. KW Samstag, 1. Oktober 2022

**19:00 Uhr** Ball des Sports, Lindenhalle Halberstädter Straße 1a, WF  
**19:30 Uhr** Peer Gynt, Staatstheater BS, Großes Haus\*  
**20:00 Uhr** Die Steptokokken, Hamburger Straße 273, BS  
**Bis 3. Oktober** 9. Wies'n, Festzelt am Exer  
**Bis 31. Dezember 10:00 Uhr – 16:00 Uhr** die Welt der Buchstaben von Hermann Zapf, Herzog August Bibliothek, Lessingplatz 1, WF  
**Bis 31. Dezember 10:00 Uhr – 17:00 Uhr** Dokumentationszentrum der Gedenkstätte, am Harzogtore 13, WF

## Sonntag, 2. Oktober 2022

**11:00 Uhr – 17:00 Uhr** Familiensonntag, Ebertallee 44, BS, Waldforum  
**18:00 Uhr** Jesus Christ Superstar, Theater Wob, Großer Saal  
**19:30 Uhr** Vergessen, dass, Theater BS, Kleines Haus \*

## 40. KW Montag, 3. Oktober 2022

**09:00 Uhr** 4. BÜSSING Elm-Ausfahrt mit historischen Nutzfahrzeugen, Heinrich Büssing-Ring 41, BS  
**16:00 Uhr** Amerikanische Traum-Musik, Theater BS, Kleines Haus

## Dienstag, 4. Oktober 2022

**09:00 Uhr + 11:00 Uhr + 19:00 Uhr** Impro-Show, Theater Wob, Hallenbad  
**Bis 13. Oktober** James-Bond-Ausstellung, Braunschweigische Landessparkasse

## Mittwoch, 5. Oktober 2022

**10:00 Uhr + 11:30 Uhr** Häppi Brüste, Theater BS, Lokpark\*  
**19:30 Uhr** Der große Gatsby, Theater Wob, Großer Saal

## Donnerstag, 6. Oktober 2022

**18:00 Uhr** SAWTIK. Deine Stimme – Your silence will not protect you, Theater BS, Kleines Haus \*  
**19:30 Uhr** Götz Alsmann: L.I.E.B.E., Theater Wob, Großer Saal

## Freitag, 7. Oktober 2022

**19:30 Uhr** Haus der Kulturen Musikalische-lyrisches Konzert, Am Nordbahnhof 1A, BS  
**Bis 9. November 17:00 Uhr** Piotr Wreczycki: Braunschweig und das Braunschweiger Land im Wandel der Zeit, Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Str. 4, BS  
**19:00 Uhr** Bond-Konzert mit LadyBOND, Dankwardstraße 1, BS  
**19:30 Uhr** Legends Remastered, Lessingtheater, WF  
**20:00 Uhr** JAZZ-Freitag mit Azolia Jazz Quartett, Hamburger Str. 273, BS

## Samstag, 8. Oktober 2022

**16:00 + 19:30 Uhr** Brandheiß, Komödie am Altstadtmarkt, BS \*  
**19:00 Uhr** Don Quichotte – Ein Spiel Dankeskirche, Tostmannplatz 8, BS  
**19:30 Uhr** HAEVN: Upclose, Theater Wob, Großer Saal  
**19:30 Uhr** Kein Mensch muss müssen, Lessingtheater WF  
**19:30 Uhr** Das Rheingold, Theater BS, Großes Haus  
**19:00 Uhr – 21:00 Uhr** KonzertGut 2022 – Duo Halnan – Aichhorn, St.-Johannis-Kirche, Glockengasse 2, WF

## Sonntag, 9. Oktober 2022

**18:00 Uhr** In 80 Tagen um die Welt, Theater Wob, Großer Saal  
**19:30 Uhr** Gastspiel „Die Magie der Träume – Salut Salon“ Theater BS, Großes Haus

## 41. KW Montag, 10. Oktober 2022

**19:30 Uhr** Der Troubadour, Theater Wob, Großer Saal

## Dienstag, 11. Oktober 2022

**09:00 Uhr + 11:00 Uhr** Das Gold der Hasen, Theater Wob, Hallenbad  
**10:00 – 18:00 Uhr** Bilderbuchkino, Zweigstelle Heidberg der Stadtbibliothek BS, Weimarstraße 4, BS \*  
**19:30 Uhr** The Cast: „Rockstars der Oper“, Theater Wob, Großer Saal

## Donnerstag, 13. Oktober 2022

**09:00 Uhr + 11:00 Uhr** Maman Europa, Lessingtheater Hartzorwall 16, WF  
**14:00 Uhr – 19 Uhr:** Erbrechtstag. [www.buergerstiftungbraunschweig.de](http://www.buergerstiftungbraunschweig.de)  
**20:00 Uhr** Staatsorchester Braunschweig: Bedeutend, Theater Wob, Großer Saal  
**20:00 Uhr – 22:30 Uhr** Bastian Bielendorfer: Lustig, aber wahr! Lindenhalle Halberstädter Straße 1a, WF \*

## Freitag, 14. Oktober 2022

**10:00 Uhr + 16:00 Uhr** Frederick, Lessingtheater, WF  
**19:30 Uhr** "Einfachnurrudi" Ku(h)lturstall im PflanzenEck, Dorfstr. 1, Wense  
**19:30 Uhr** Alfons, Theater Wob, Großer Saal  
**20:00 Uhr** Four Roses, Lindenhalle 15, WF  
**20:00 Uhr** Frau Ada denkt Unerhörtes, Theater BS, Aquarium  
**21:00 Uhr** Weiterblick-Festival: The End is Nigh, Theater BS

## Samstag, 15. Oktober 2022

**12:00 Uhr – 18:00 Uhr** Erntedankfest, Lange Herzogstraße, WF  
**19:00 Uhr** Stehe auf meine Freundin Musik & Konzert, Glockengasse 2, WF  
**19:30 Uhr** Voodoo Lounge, Lessingtheater, WF  
**20:00 Uhr – 23:00 Uhr** Wolfgang Bahro & Andreas Kurtz – Immer wieder Gerne, Lindenhalle WF  
**20:00 Uhr** And the Stars Look Very Different Today, Theater BS, Aquarium

## Sonntag, 16. Oktober 2022

**11:00 Uhr** 2. Sinfoniekonzert, Theater BS, Großes Haus  
**15:00 Uhr** Sonntagsführung Schlossräume, Schloßplatz 13, WF \*  
**15:00 Uhr** Die Koscher-Maschine, Theater Wob,  
**19:30 Uhr** Hair – Das Kult-Musical, Lessingtheater, WF

## 42. KW Mittwoch, 19. Oktober 2022

**10:00 Uhr + 11:00 Uhr** Knistern Knuspern rauschen, Theater BS, Kleines Haus

## Donnerstag, 20. Oktober 2022

**17:30 Uhr** Vortragsreihe Waldwissen, Waldforum Riddagshausen, BS

**Freitag, 21. Oktober 2022**

**19:30 Uhr** Soirée zum Filmkonzert (Safety Last), Theater BS, Kleines Haus

**19:45 Uhr** Plötzlich und unerwartet Theater und Bühne, Schloßplatz 13, WF \*

**21:00 Uhr** Gastspiel: Musik bei Freunde – Pink List, Theater BS, Aquarium

**Samstag, 22. Oktober 2022**

**20:00 Uhr** Einführung ins Paradies, Theater BS, Aquarium

**Sonntag, 23. Oktober 2022**

**11:00 Uhr** 1. Kammerkonzert, Theater BS, Louis-Spohr-Saal

**19:00 Uhr – 21:00 Uhr** KonzertGut 2022 – Duo Waysfeld – De Chassy, WF

**19:00 Uhr – 21:30 Uhr** Gitte Haenning & Band –Lindenhalle, WF

**43. KW Mittwoch, 26. Oktober 2022**

**17:30 Uhr** Achtung Durchlauf! zu (Siegfried – Eine Bewegung) Theater BS Großes Haus

**19:00 Uhr** Doris Dörrie Liest aus "Die Heldin reist", Lessingplatz 1, WF

**Donnerstag, 27. Oktober 2022**

**19:30 Uhr** elbwärts, Musik & Konzert, Lessingplatz 1, WF

**Freitag, 28. Oktober 2022**

**19:30 Uhr** "H3iden" Ku(h)lturstall im PflanzenEck, Dorfstr. 1, Wense

**19:30 Uhr** Kauz und Chaotin, Kömodie am Altstadtmarkt, BS \*

**Schatzmeister**  
An- und Verkauf  
An- Verkauf von Münzen  
Barren  
Schmuck  
Uhren  
Besteck  
Antiquitäten  
Zahngold

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

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

**Samstag, 29. Oktober 2022**

**16:30 Uhr + 20:00 Uhr** Coldplay Astor Filmtheater, BS

**18:00 Uhr** „Musikalisches & Lukullisches“, Theater Wob, Foyer

**20:00 Uhr** CC Top, Musik & Konzert, Lindenhalle, WF

**21:00 Uhr** Direktmusik, Theater BS, Aquarium

**Sonntag, 30. Oktober 2022**

**19:30 Uhr** Gastspiel: Krimifestival, Theater BS, Großes Haus

**44. KW Montag, 31. Oktober 2022**

**20:00 Uhr** Klimakonzert, Theater BS, Großes Haus \*

\* weitere Termine

– Änderungen vorbehalten –

## Einladung in den Wald - und ins Waldforum Riddagshausen

**Donnerstag, 20.10.2022, 17.30 Uhr** : Im Rahmen der **Vortragsreihe „Waldwissen“** stehen die Mykorrhizapilze im Focus. Mykorrhizapilze bilden Symbiosen mit Baumwurzeln. Bäume und Waldboden sind über eine Vielzahl unterschiedlicher Pilze miteinander verbunden. Welche Funktionen haben die Mykorrhizapilze? Wieviel verschiedene Arten gibt es? Ist die Biodiversität von Mykorrhizapilzen für Wälder wichtig? Welchen Einfluss hat der Klimawandel auf die Pilzartenvielfalt und durch welche Maßnahmen kann die Pilz-Biodiversität gefördert werden? All diese Fragen sollen im Rahmen des Vortrags und der Diskussion besprochen werden. Der Eintritt ist frei.

**Donnerstag, 20.10.2022, 14 bis 17 Uhr: Waldforum-Juniortag.** Wer sich unsere heimischen Krabbeltiere einmal genauer anschaut, wird schnell von ihnen begeistert sein: Sie sind zwar klein, haben aber große Fähigkeiten und jedes Tier erfüllt in der Natur eine ganz bestimmte Aufgabe. Mit der Lupendose gehen wir auf Wanderschaft, drehen Steine und Holz um und suchen im vertrockneten Laub. Wir erforschen das Leben von Tausendfüßern, Spinnentieren, Insekten und gucken, wer sich sonst noch so am Boden rumtreibt. Auch wollen wir uns auf Spurensuche von Waldtieren begeben. Davon gibt es im Wald mehr als genug. Waldpädagogin Ute Kabbe nimmt Kinder ab sechs Jahren mit.

**Sonntag, 23.10.2022, 11 bis 13:30 Uhr: Herbstwanderung in der Asse** – für Kinder ab 4 Jahren mit einem Erwachsenen. Auf dieser Exkursion mit Eltern oder Großeltern wollen wir uns die Bäume und Sträucher sowie die naturkundlichen Besonderheiten der Asse etwas genauer ansehen. In verständli-

cher Form werden die Pflanzen und die geologische Entstehung der Asse erläutert. Kleine Waldaktionen und Mitmachspiele stehen ebenfalls auf dem Programm.

**Freitag, 28.10.2022 14 bis 16.30 Uhr: Waldforum-Juniortag „Marder, Dachs und Igelburg“.**

Der Herbst ist da und für viele Tierarten heißt es nun, sich gründlich auf den Winter vorzubereiten. Jedes Tier hat da so seine eigene Strategie. Durch kleine Experimente und Spiele lernen wir die Waldtiere und ihre Überwinterungsstrategien kennen.

**Samstag, 29.10.2022, 10 bis 13 Uhr: „Baumeister gesucht!“** Hast du Lust auf Sägen, Bohren und Schrauben? Und willst du gleichzeitig dabei helfen, dass ein bunter Mischwald entsteht? Wir helfen dem Wald, indem wir die Eichelhäheraat unterstützen. Wir bauen eine Futterkiste und befüllen sie mit selbstgesammelten Eicheln. Der Eichelhäher kann daraus seinen Vorrat für den Winter verstecken. Aus den Früchten, die er nicht wiederfindet, wachsen im nächsten Frühjahr neue Eicheln. (9 bis 14 Jahre)

**Sonntag, 30. Oktober, 11 bis 13.30 Uhr: „Pflanzfest in der Buchhorst“** – (ab 3 Jahren). Bäumchenretter aufgepasst! Wenn ein kleiner Baumsamen im Wald gekeimt ist, heißt das noch lange nicht, dass er sich einen guten Platz ausgesucht hat. Deshalb retten wir die kleinen Bäume vom Fahrweg und setzen sie an eine geschützte Stelle ins Gelände der Waldhütte Buchhorst um. So bleiben sie in ihrem gewohnten Waldboden, haben aber viel bessere Chancen, große Waldbäume zu werden.

Anmeldung: Tel. 0531 / 707 48-33 oder waldforum@gmx.de..

# Das Scharoun Theater Wolfsburg lädt ein

Das renommierte Scharoun Theater Wolfsburg lädt auch in der kommenden Spielzeit 2022/2023 ein zu Begegnungen und Träumen – gemeinsam mit anderen Gästen, mit den KünstlerInnen und mit dem Theaterteam. Und das Gute: Die Ticketpreise wurden trotz Kostensteigerungen nicht erhöht.

Freuen Sie sich auf **gute Unterhaltung, erstklassige Ensembles, starke Figuren und renommierte Titel.**



The Cast „Die Rockstars der Oper“ am 11.10. Foto: Julian Freyberg (honorarfrei)

Auch die Komische Oper Berlin mit Straus' Operette „Eine Frau, die weiß, was sie will“ erhält am 25. Februar '23 Einzug in den neuen Spielplan. Das Deutsche Theater gastiert mit „Der zerbrochene Krug“, das Berliner Ensemble mit „Medea“. Das Schauspiel „Der Zauberberg“ vom Théâtre National du Luxembourg, das großangelegte Showprojekt „Zauberflöte reloaded“, die multimediale Lesung „Der Ring des Nibelungen vor Gericht“ mit den beiden Weltstars Edda Moser und Sky Du Mont, die besondere Lesung von Jens Harzer „Hyperion“ mit musikalischer Begleitung sind nur einige der vielen Highlights. Zu Beginn und am Ende der neuen Spielzeit zeigt das Münchner Ensemble persona die auf Jules Vernes großem Roman basierende Inszenierung „In 80 Tagen um die Welt“.

**Namhafte Künstlerpersönlichkeiten** wie Götz Alsmann, Heikko Deutschmann, Sky Dumont, Lisa Eckhart, Samuel Finzi, Stefan Gwildis, Herbert Knaup, Dagmar Manzel, Ulrich Matthes, Edda Moser, Christian Redl, Judith Rosmair, Heio von Stetten, Helmut Zierl und viele mehr geben sich sprichwörtlich die Klinke in die Hand.



Haevn „upclose“ am 8.10.

Foto: Andy Zuidema, Studiogambar

Das jährliche **Weihnachtsmärchen** ist eine der wenigen Eigenproduktionen des Theaters. „Die Schneekönigin“ des dänischen Dichters Hans Christian Andersen ist fast täglich ab dem 18. November 2022 zu sehen. Für gehörlose Märchenfans werden zudem am Sonntag, 3. Dezember um 14:30 Uhr und 17:30 Uhr zwei Veranstaltungen angeboten.

Zehn hochkarätig besetzte, **klassische Sinfoniekonzerte** ergänzen das Programm. Hochkarätige internationale Tanzkompanien prägen das Ballett- und zeitgenössische Tanzangebot im neuen Spielplan.



Alfons am 14.10. Foto: Guido Werner

**Digitales Theater** ist die neue Sparte am Scharoun Theater. Die Realisierung hybrider Theaterproduktionen erlaubt ab sofort auch Personen, die nicht ins Theater kommen können, die digitale Teilhabe am Geschehen. Alle Infos rund um den neuen Spielplan unter [www.theater.wolfsburg.de](http://www.theater.wolfsburg.de). Für Reservierungen und Fragen: Telefon 05361 2673-38.

**Veranstaltungsprogramm**  
**OKTOBER 22**

**Do 6. Oktober | 19.00 Uhr | Vortrag**  
Das Problem des Unendlichen: Vom Mittelalter bis zu Georg Cantor  
Prof. Dr. Thomas Sonar  
Veranstaltung in Kooperation mit der Internationalen Raabe-Gesellschaft e.V.

**Sa 15. Oktober | 15.00 – 19.00 Uhr | Tagung**  
**So 16. Oktober | 10.00 – 14.00 Uhr | Tagung**  
Tagung der Kurt Hiller Gesellschaft e.V.  
Veranstalter: Kurt Hiller Gesellschaft e. V. in Kooperation mit dem Institut für Braunschweigische Regionalgeschichte und Geschichtsvermittlung, TU Braunschweig

**Do 20. Oktober | 19.00 Uhr | Vortrag**  
Clara Arnheim  
Die vergessene Künstlerin – eine Lebensgeschichte  
Dr. Hans-Jürgen Derda, Hildesheim

**AKADEMIEVORTRÄGE**  
**So 9. Oktober | 11.30 Uhr**  
=CONDITION SINE QUA NON=  
Errico Malatesta – (fast) vergessener italienischer Anarchist im künstlerischen und historischen Diskurs mit Präsentation einer Skulptur und beispielhaften Aquarellen zu Malatesta  
Denis Stuart Rose, Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel  
In Kooperation mit der Internationalen Raabe-Gesellschaft e.V. und dem Raabe-Haus/Literaturzentrum

**SAMSTAGSSEMINAR**  
**8.10. | 22.10. jeweils 10.30 – 12.30 Uhr**  
=Ehrenbürgerinnen und Ehrenbürger der Stadt Braunschweig=  
Biographische Spurensuchen  
Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel (IBRG) und Dr. Angela Klein

Veranstaltungsort: Institut für Braunschweigische Regionalgeschichte und Geschichtsvermittlung, TU Braunschweig  
Fallersleben-Tor-Wall 23 | 38100 Braunschweig | Tel. 0531 1219674 | [ibrg@tu-braunschweig.de](mailto:ibrg@tu-braunschweig.de) | [www.tu-braunschweig.de/ibrg](http://www.tu-braunschweig.de/ibrg)



## 5 Jahre Waldbestattung Cremlinger Horn

Anlass für eine Fotoausstellung unter freiem Himmel von großformatigen Landschafts- und Naturaufnahmen aus dem Braunschweiger Land, die noch bis zum 3. Oktober täglich kostenfrei zu besichtigen ist. „Zwischen Himmel und Erde – wenn ein Augenblick das Herz berührt“ ist der Titel der Ausstellung des Fotografen Karlheinz Reichert.

„Sie laden zur entschleunigten Beschäftigung mit den Motiven ein und ergänzen damit perfekt unser Anliegen, Trauernenden mit dem Friedhof Waldbestattung Cremlinger Horn einen Ort der Ruhe und des Trostes, aber auch einen Ort der Lebendigkeit zu schaffen“ so Dorothee Borkam, Geschäftsführerin des Friedhofs Waldbestattung Cremlinger Horn.



Ausstellung des Fotografen Karlheinz Reichert. Foto: Waldbestattung Cremlinger Horn

## Kabinettausstellung im Bürgermuseum Wolfenbüttel

„175 Jahre Freimaurer in Wolfenbüttel, die Johannis-Freimaurerloge Wilhelm zu den drei Säulen“ lautet der Titel einer Kabinettausstellung, die bis zum 17. November 2022 im Bürger Archiv des Bürger Museums gezeigt wird.

Insgesamt 17 Objekte, darunter der Meisterhammer, eine Figur, die die „Arbeit am rauhen Stein“ zeigt, das Gesangbuch für Freymäurer, ein Faksimile der Stiftungsurkunde von 1847, und die drei Johannisrosen sind in der Großvitrine ausgestellt.



Eröffnung der Kabinettausstellung „175 Jahre Freimaurerei“ in Wolfenbüttel. Foto: Museum Wolfenbüttel

„Derzeit zählt die Loge 70 Mitglieder, die aus allen Bereichen der Gesellschaft kommen, denn wichtig ist für uns der Mensch, nicht seine Herkunft, Religion, Zugehörigkeit oder gesellschaftliche Stellung“ so Vorsitzender Dr. Gerd Backhaus.

Auch historische Persönlichkeiten, wie Lessing, Goethe und Mozart waren allesamt Mitglieder einer Freimaurerloge und haben dieses sogar in ihren Musik- oder Theaterstücken thematisiert.

Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag von 10 bis 17 Uhr.

## Veranstaltungen in der KuBa-Kulturhalle Wolfenbüttel



Round up Boys.

mit Vince Mannino & The Rock-A-Tones und The Round Up Boys. Als Special Guests sehen Sie wieder „Honky Tonk Sweethearts“. An den Plattentellern macht uns die Spielpausen mit DJ Rocking Daddy zu einem vollwertigen Programmpunkt mit Tanz-Garantie.

**14.10.2021, 20 Uhr: Four Roses**

Four Roses aus Leipzig ist eine der bekanntesten Cover Rockbands. Die Musikauswahl ist Dank ihres riesigen Repertoires

**8.10.2022, 20 Uhr: Rockabilly Night 21**  
Die legendäre Rockabilly Night geht in die nächste Runde

spannend. Mit Klassikern von Pink Floyd, Rolling Stones, Neil Young, U2, Depeche Mode bis hin zu Metallica, den Chili Peppers, aktuellen Songs von Mando Diao, Snow Patrol, Coldplay oder den Foo Fighters und auch eigenen Stücken, verstehen sie es, auf die Leute einzugehen.



Four Roses.

**29.10.2022, 20: CC Top (tribute to ZZ Top)**

Sie lieben und leben den dreckigen Texas Blues und so lag nichts näher, als in die großen Fußstapfen der „Little Ol’ Band From Texas“ zu steigen. ZZ-Top ist zur Lebenseinstellung geworden.



CC Top.

Fotos (3): Veranstalter

Veranstaltungsort:  
KuBa-Kulturhalle,  
Lindener Str. 15.  
Wolfenbüttel,  
Tel: 05331-27787.

# 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

# T raining für das Immunsystem - Impfen als Vorsorge

Impfungen sind wertvolle Vorsorge-maßnahmen. Sie stärken das menschliche Immunsystem und rüsten es gegen Infektionen. Die Broschüre „Impfen als Vorsorge für ein gesundes Älterwerden“ der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen informiert umfassend und verständlich zu Impfungen für Erwachsene ab 60 Jahren. Der Ratgeber liegt jetzt in Neuauflage vor. Neben der deutschsprachigen Ausgabe kann er in vier weiteren Sprachen kostenfrei bestellt werden.

Die BAGSO-Broschüre gibt Antworten auf zwölf häufig gestellte Fragen, u.a. für wen welche Impfungen besonders wichtig sind, wo man sich beraten lassen kann und ob die Kosten von der Krankenkasse übernommen werden. Die Antworten basieren auf den Empfehlungen des Robert Koch Instituts (RKI) und der Unabhängigen Ständigen Impfkommision (STIKO).



„Gerade jetzt, während der Corona-Pandemie, haben sich die Impfungen als großartiger Schutz vor schwerer Erkrankung und Tod erwiesen“, schreibt die Ärztin und Medizinerjournalistin Dr. Marianne Koch in ihrem Vorwort. „Aber auch andere Krankheiten wie Gürtelrose, Grippe oder Lungenentzündungen durch Pneumokokken, Gehirnentzündungen durch Zeckenbisse gefährden vor allem ältere Leute, deren Immunsystem oft nicht mehr so stark ist. Durch entsprechende Impfungen erfährt dieses System ein effektives Training.“

Die Broschüre ist in deutscher Sprache und in zweisprachigen Ausgaben in türkisch – deutsch, russisch – deutsch, ukrainisch – deutsch und englisch – deutsch erhältlich.

Der Ratgeber kann auch in größerer Stückzahl kostenfrei bestellt werden und steht zum Download zur Verfügung. Eine telefonische Bestellung ist unter 0228 / 55 52 55 50 möglich.

## D er richtige Impfschutz für den Herbst

Seit September steht der an die Virusvariante BA.1 angepasste Impfstoff erstmals zur Verfügung. Um aufkommende Fragen oder Unklarheiten zu beantworten, bietet die Stadt Braunschweig weiterhin ein Beratungsangebot an. Hier können Fragen zu Boosterimpfungen, zu den angepassten Impfstoffen oder aber auch zum Totimpfstoff Valneva gestellt werden. Fragen zu Impfständen sowie zu den aktuellen Regelungen zum Impfstatus werden hier ebenfalls beantwortet.

Dr. Christine Arbogast, Leiterin des Krisenstabs Corona: "Die BürgerInnen sind herzlich eingeladen, dieses Beratungsangebot der Stadt Braunschweig anzunehmen. Wer unsicher ist, ob und welche Impfung zum jetzigen Zeitpunkt jeweils richtig ist, kann sich gerne mit allen Fragen melden. Gerade mit Blick auf eine mögliche weitere Infektionswelle im kommen-

den Herbst/Winter bieten die Impfungen weiterhin einen guten Schutz vor schweren Verläufen. Besonders Menschen, die sich bisher noch nicht für eine Corona-Schutzimpfung entschieden haben, können unser Beratungsangebot gerne nutzen."

Unter der E-Mail-Adresse corona-beratung@braunschweig.de können alle BürgerInnen ihre Fragen rund um die Corona-Schutzimpfung per E-Mail einem Arzt mitteilen, der eine fachliche Rückmeldung gibt. Darüber hinaus wird eine telefonische Sprechstunde angeboten. Immer dienstags und donnerstags zwischen 14 und 17 Uhr sowie nach Terminvereinbarung ist es unter der Nummer 0531 / 470 8844 möglich, direkt mit einer Ärztin oder einem Arzt zu telefonieren und hierbei anstehende Fragen im Zusammenhang mit der Corona-Schutzimpfung zu stellen.

Therapie & Therme  
Am Wall

**Ergotherapie**

freie Termine

Jetzt Termin vereinbaren  
0531 24 23 70

therapie-therme.de

## P flegebedürftig - Was nun?

Der BIVA-Pflegeschatz-bund bietet im Herbst wieder seine erfolgreiche Online-Vortragsreihe zur Pflege an. In zehn einstündigen Vorträgen zum Thema Pflegebedürftigkeit: von der rechtzeitigen selbstbestimmten Vorsorge über Pflege zuhause oder im Heim bis hin

zu speziellen Themen wie Demenz & Betreuung. Die Vorträge finden vom 17. bis zum 21. Oktober von 17 bis 17:45 Uhr statt. Sie können gegen einen geringen Teilnahmebeitrag einzeln oder als Gesamtpaket online gebucht werden unter [www.biva.de/veranstaltungen](http://www.biva.de/veranstaltungen).

Therapie & Therme  
Am Wall

**Podologie**

freie Termine

Jetzt Termin vereinbaren  
0531 24 23 70

therapie-therme.de

**Stellenmarkt**

Zur Verstärkung suchen wir in Vollzeit  
**Shuttlefahrer m/w/d**  
 für Sattelaufleger  
 + Anhängerzüge  
 für den Nahverkehr  
 mit Führerscheinklasse CE

**Salzgitter**  
**EuroLogistik GmbH**  
 Tel. 05341/18928-70



**Anzeigenschluss  
 für die Ausgabe  
 Oktober 2022  
 ist der 15.9.2022.**

**Telefon 0531 / 38 000-10**  
**info@comet-verlag.de**

**Verschiedenes**

**Fliesenleger: Telefon 0531 - 122 88 21**



## Schloß Schliestedt

- Seniorenbetreuung mit Kompetenz -

Seit über 70 Jahren für Sie da!

Schloßstraße 1 · 38170 Schöppenstedt  
 Telefon 05332/979-0 · [www.schloss-schliestedt.de](http://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

## Falsche Stadtwerker in Braunschweig unterwegs

In Braunschweig sind derzeit Trickbetrüger unterwegs, die sich als Stadtwerkemitarbeiter ausgeben und Kunden Photovoltaik-Anlagen verkaufen wollen. Es handelt sich dabei um keine Mitarbeiter der BS Energy Gruppe, die keine Haustürgeschäfte durchführen und sich ausdrücklich hiervon distanzieren. Kunden erkennen die echten Mitarbeiter der BS Energy Gruppe an folgenden Merkmalen: an dem Logo von BS Energy, BS Netz oder SEBS, das der Mitarbeiter auf seiner Arbeitskleidung trägt und an dem Betriebsausweis, den der Mitarbeiter bei sich trägt. Wenn Kunden Zweifel an der Identität eines Mitarbeiters haben, 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.

## Filmtierland Sickte besuchte Schloß Schliestedt



*Auch den Tieren schien es auf Schloß Schliestedt zu gefallen.  
 Foto: privat*

Ein besonderes Highlight für BewohnerInnen und BesucherInnen der Seniorenbetreuung Schloß Schliestedt sowie für die Kinder des Waldkindergartens Schöppenstedt gab es auf der Wiese hinter dem Schloß: Einen ganzen Tag lang war das Filmtierland Sickte mit seinen Tieren in der Einrichtung zu Gast. Meerschweinchen und Kaninchen als Kleintiere gehörten ebenso dazu, wie Schafe, Ziegen, Hängebauchschweine und ein Alpaka, die gestreichelt und gefüttert werden durften. Auch kamen viele Angehörige und SpaziergängerInnen hinzu, die sich für die Tiere interessierten. So war der Besuch des Filmtierlandes ein tolles Highlight im Veranstaltungsreigen der Seniorenbetreuung Schloß Schliestedt.

## 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](http://www.asb-bs.de)



+ASB

# Auch der Tod ist teuer

## Angehörigen finanzielle Sorgen ersparen



Wer z.B. spezielle Wünsche für seine Bestattung hat, sollte die höheren Kosten auch beim Abschluss der Sterbegeldversicherung berücksichtigen.

Foto: djd-k/Nürnberger Versicherung/B.Lark

Der Tod gehört zum Leben dazu: Daran werden die Menschen in Deutschland beispielsweise im Trauermontat November erinnert. Viele machen sich vor allem in der dunklen Jahreszeit auch Gedanken über den eigenen Abschied, wie er gestaltet werden soll und dass er für die Angehörigen zumindest keine finanzielle Belastung darstellt. Denn das Sterben in Deutschland ist teuer: Alleine die Beerdigungskosten liegen schnell bei 6.000 bis 8.000 Euro, mit

Grabpflege und Friedhofsgebühren kommen weitere Ausgaben auf die Familie zu. Um seinen Hinterbliebenen diese Kosten zu ersparen, kann man für den Todesfall Geld zurücklegen - oder eine klassische Sterbegeldversicherung abschließen. Hier die wichtigsten Fragen und Antworten:

**Was kostet eine Sterbegeldversicherung?** Der Beitrag hängt vom Eintrittsalter und der gewählten Versicherungssumme ab.

**Wie lange müssen Beiträge bezahlt werden?** Bei der Bestattungsvorsorge der Nürnberger Versicherung etwa müssen Beiträge nicht lebenslang gezahlt werden, sondern maximal 25 Jahre bei einem Eintrittsalter bis 60 Jahren. Bei einem Eintrittsalter zwischen 61 und 80 Jahren läuft die Beitragszahlung maximal bis zum Alter von 85 Jahren, mehr Infos gibt es unter [www.nuernberger.de](http://www.nuernberger.de).

**Wie hoch sollte die Versicherungssumme sein?** Sie sollte der Höhe der zu erwartenden örtlichen Bestattungskosten und den persönlichen Wünschen entsprechen. So liegen die durchschnittlichen Bestattungskosten zwar bei "nur" 6.000 bis 8.000 Euro - aber die Ausgestaltung wird dann vielleicht den individuellen Vorstellungen nicht gerecht. Möchte man vor allem spezielle Wünsche für die Bestattung oder etwa auch die Kosten der Grabpflege abdecken, empfiehlt sich daher ein höherer Betrag, um zumindest den Großteil der Ausgaben zu decken.

**Wer kann keine Sterbegeldversicherung abschließen?** Personen unter gesetzlicher Betreuung können in der Regel keine Bestattungsvorsorge vereinbaren und für sie kann auch keine Bestattungsvorsorge abgeschlossen werden.

**An wen wird die Versicherungssumme im Todesfall ausgezahlt?** Das Geld wird an das Bestattungsunternehmen beziehungsweise an die Erben überwiesen.

**Was bedeutet Wartezeit bei der Sterbegeldversicherung?** Die Bestattungsvorsorge der Nürnberger Versicherung etwa kann man ohne Gesundheitsfragen abschließen, im Gegenzug gibt es eine Wartezeit beziehungsweise Staffelung der Leistung in den ersten 18 Monaten. (djd-k).

## Stellenmarkt

**Rentner für Aushilfstätigkeit** als Fahrer/Handwerker auf 450 €-Basis gesucht. Verbünden Sie sich mit einem erfolgreichen Team.

MARAG GmbH  
Telefon 0531-3800013

Zur Verstärkung suchen wir in Vollzeit

**Mitarbeiter m/w/d für unsere LKW-Werkstatt**

**Salzgitter EuroLogistik GmbH**  
Tel. 05341/18928-70

**Rudolfstift** Einrichtung für Wohnen und Pflege älterer Menschen - mitten in Braunschweig

Rudolfstraße 21  
38114 Braunschweig  
Tel. 0531-7022470  
[www.rudolfstift.de](http://www.rudolfstift.de)

Das Heim in dem man Zuhause ist!

**Hubeta**  
Gemeinnütziger Verein e.V.

WIR MÖCHTEN, DASS SIE  
**SO LANGE WIE MÖGLICH**  
IN IHRER UMGEBUNG  
BLEIBEN KÖNNEN.

Ambulante Krankenpflege:  
Ihr Spezialist für  
Grund- und Behandlungspflege  
Vertragspartner der  
Kranken- und Pflegekassen

Hubeta e.V.  
An der Schule 10 · 38116 Braunschweig/Lehndorf  
Telefon: 0531 50 00 00 · Fax: 0531 50 00 09  
E-Mail: [tondera-hubeta@posteo.de](mailto:tondera-hubeta@posteo.de)  
[www.hubeta.de](http://www.hubeta.de)

## Ehrenamtliche HelferInnen gesucht

Für die Jakob-Kemenate und die Kemenate-Hagenbrücke sucht die Prüsse-Stiftung ehrenamtliche HelferInnen.

Die Ausstellungen sind nur dank des ehrenamtlichen Engagements vieler HelferInnen für die Öffentlichkeit zugänglich. Über die Dauer kann jeder selbst entscheiden. Informationen unter Telefon 0531-22 43 48 42, E-Mail: k.pruesse@stiftung-pruesse.de.

**SICHER DAHEIM - RUND UM DIE UHR**  
SCHNELLE UND ZUVERLÄSSIGE HILFE IM NOTFALL



**HAUSNOTRUF**

- Sicherheit per Knopfdruck
- 24-Stunden-Rufbereitschaft
- Einfache Bedienung

ANMELDUNG UND INFO:

**PARITÄTISCHE DIENSTE**  
BRAUNSCHWEIG

Saarbrückener Straße 255  
38116 Braunschweig  
Tel.: 0531 - 4 80 79 10  
E-Mail: info@paritaetischer-bs.de  
www.paritaetischer-bs.de

**ambet**  
Am Grasplatz 5c  
38112 Braunschweig  
Tel.: 0531 256 57 314  
E-Mail: hausnotruf@ambet.de  
www.ambet.de

**JETZT EINEN MONAT KOSTENLOS TESTEN!**



**FriedWald**

## Die Bestattung in der Natur

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

**Aktuelle Termine und Anmeldung:**  
Tel. 06155 848-100 oder unter [www.friedwald.de/wald fuehrungen](http://www.friedwald.de/wald fuehrungen)

## Seriöse Anbieter erkennen

### So finden Angehörige eine 24-Stunden-Pflegekraft

**Pflege in den eigenen vier Wänden – davon träumen viele Senioren, denn die wenigsten möchten ihren Lebensabend in einer fremden Umgebung verbringen.**

Durch die sogenannte 24-Stunden-Pflege können Betreuungsbedürftige weiterhin zu Hause wohnen, erhalten aber trotzdem die notwendige Unterstützung. Bei diesem Pflegemodell zieht eine meist osteuropäische Kraft bei ihnen zu Hause ein und hilft bei alltäglichen Aufgaben wie Wäsche waschen, kochen, einkaufen, der Körperpflege und vielem mehr. „Die richtige Betreuungskraft zu finden, stellt leider jedoch eine große Herausforderung dar“, weiß Markus Küffel, Gesundheitswissenschaftler, examinierte Pflegefachkraft und Geschäftsführer der Pflege zu Hause Küffel GmbH. Bisher gibt es in Deutschland keine klar definierten Gesetze für die Beschäftigung von sogenannten 24-Stunden-Kräften. Diese Situation nutzen zahlreiche Vermittlungsagenturen aus, sodass nicht immer alles mit rechten Dingen zugeht. Was aufgrund niedrigerer Preise auf den ersten Blick vielversprechend klingt, kann allerdings dazu führen, dass Pflegebedürftige im schlimmsten Fall wegen Schwarzarbeit oder einer fehlenden Sozialversicherung der Betreuungskraft belangt werden. Interessierte Familien sollten daher darauf achten, sich an seriöse Vermittlungsagenturen zu wenden – aber wie finden sie diese?

### Genau hinschauen

Nicht von der Homepage oder einer Hochglanzbroschüre täuschen lassen, denn diese sagen nur wenig über die Seriosität eines Anbieters aus, die nach der DIN SPEC 33454 zertifiziert sein muß. Lieber einen persönlichen Eindruck verschaffen - bei einem ausführlichen Telefongespräch oder im Büro der Vermittlungsagentur. „Dazu gehört die Aufklärung über allgemeine und gesetzliche Rahmenbedingungen und ein telefonisches Kennenlernen der Betreuungskraft“, erklärt Markus Küffel.

### Versprechen der Agentur kritisch hinterfragen

Seriöse Anbieter verfügen über einen eigenen Vermittlungsvertrag, in dem sie ihre Leistungen beschreiben. Auch der Dienstleistungsvertrag der unterschiedlichen ausländischen Partner sollte direkt zu Beginn der Kontaktaufnahme dem Kunden zur Ansicht zur Verfügung stehen, in denen der Leistungsumfang der Betreuungskraft sowie die Tätigkeiten der Agenturen genau festgehalten sind. So darf eine sogenannte 24-Stunden-Betreuungskraft aufgrund des Arbeitszeitgesetzes nicht mehr als 48 Stunden die Woche arbeiten, incl. der Bereitschaftszeiten und dem Nachweis durch die A1-Bescheinigung, dass die beauftragte Person im Herkunftsland sozialversichert ist. Achtung: Bei Nichtvorliegen wird die Familie zum Arbeitgeber und verantwortlich für die Zahlung der Sozialabgaben. „Pro Monat fallen in der Regel zwischen 2.200 Euro und 3.200 Euro an. Bei niedrigeren Preisen sollten deshalb sofort die Alarmglocken klingeln.“ Der Pflegeexperte sieht aber auch die Politik in der Pflicht, das Risiko für Familien zu verringern: „Es braucht unbedingt klar definierte Vorschriften für die sogenannte 24-Stunden-Pflege. Nur so kann die Betreuung in den eigenen vier Wänden auch zukünftig gewährleistet werden.“

Weitere Informationen unter [www.pflegezuhaeuse.info](http://www.pflegezuhaeuse.info)

# Warum sich WG's auch für SeniorInnen eignen

„Neben dem klassischen Pflegeheim entstehen in Deutschland immer mehr neue Wohnformen für die alternde Bevölkerung. Viele SeniorInnen suchen in der heutigen Zeit nicht nur einen Ort der Pflege, sondern wollen auch im Alter möglichst selbstbestimmt und individuell leben. Für manche soll es die eigene Wohnung bleiben, welche einen barrieregerechten Ausbau erhält, während sich andere auf die Suche nach mehr Gesellschaft im Alter machen. In diesem Fall bieten viele Pflegeeinrichtungen ein Konzept namens ‚Betreutes Wohnen‘ an. Hier erhalten BewohnerInnen eine eigene Wohnung inklusive einer Küche sowie eines Bads und können daneben gerne auch den 24-Stunden-Service dieser Einrichtung in Form von einer Haushaltshilfe, einer Pflegekraft oder täglichen Essenslieferungen nutzen.“

## Gegen Einsamkeit im Alter

Für wen sich das ‚Betreute Wohnen‘ trotzdem noch nicht als selbstständig genug herausstellt, dem steht noch die Möglichkeit einer Senioren-WG offen. Wie bei der bekannten Variante für jüngere Menschen oder Studenten schließen sich in solch einer Wohngemeinschaft ältere MitbürgerInnen zusammen, um nicht alleine leben zu müssen. In diesem Fall muss sich die Gemeinschaft der Mitglieder jedoch selbst um die Organisation von einem Pflegedienst, einer Haushalts- oder Mobilitätshilfe wie beispielsweise einem Treppenlift kümmern, wenn sie diese sofort oder in der Zukunft benötigen. Durch kollektiv genutzte Räume wie Küche, Wohnzimmer oder einen Gemeinschaftsraum stehen sich BewohnerInnen meist näher als in Pflegeheimen. Neben Aktivitäten, die die Gruppe zusammenschweißen, braucht es aber auch eine gute Absprache bei zu erledigenden Haushaltstätigkeiten oder den Besuchen von Familien. SeniorInnen können in diesem Zusammenschluss Unterstützung, Sicherheit, Service sowie ein großes Maß an Gemeinschaft erfahren und so entspannt, aber trotzdem selbstbestimmt ihren Lebensabend verbringen. Mit dieser Mischung bieten solche Zusammenschlüsse, wie ‚Betreutes Wohnen‘ oder Senioren-WGs, vor allem im privaten Umfeld eine gute Alternative.

## Zukunftsplanung für Senioren

Für einen erfolgreichen Zusammenschluss empfiehlt es sich, von vorneherein eine möglichst barrierefreie Wohnung auszuwählen und dabei auf eine direkte Nähe zu ärztliche Versorgung oder Einkaufsmöglichkeiten zu achten, um sich auch für die späteren Jahre abzusichern. Solche Wohngemeinschaften bieten eine lohnenswerte Alternative zu einer eigenen Wohnung oder einem Platz in einem Seniorenheim. Hier bestehen selbstverständlich auch Varianten für Menschen mit kognitiven Einschränkungen wie beispielsweise Demenz. Da sich die Wohngemeinschaft in der Regel eine Pflegekraft, eine Haushaltshilfe oder eine Liftvariante teilt, sinken die Kosten für diese Posten in der Gesamtrechnung jeder einzelnen Person. Dazu bietet der deutsche Staat bei privaten Zusammenschlüssen auch eine einmalige Unterstützung in Form von 2.500 Euro pro Bewohnerin oder Bewohner, wenn mindestens drei Menschen mit einer Pflegestufe zu diesem Zusammenschluss gehören. Maximal stehen diesen Arrangements bis zu 10.000 Euro zur Verfügung. Zusätzlich existiert die

Möglichkeit Gelder von bis zu 4.000 Euro pro Person für eine Wohnraumanpassung zu beantragen. Solche Wohngemeinschaften oder auch das ‚Betreute Wohnen‘ erlauben das Fortführen des gewohnten Alltags in größtmöglicher Selbstbestimmung, mit der gleichzeitigen Sicherheit, bei aufkommenden Problemen nicht alleine dazustehen. Auf jeden Fall sollten sich Seniorinnen und Senioren möglichst früh um die eigene Zukunftsplanung kümmern und dies nicht aufschieben, bis es sich als zu spät erweist.“ Weitere Infos unter [www.lift-experten.de](http://www.lift-experten.de).

Steven Wieck,  
firsthand ARE GmbH

Möchten auch Sie ...

... Ihr Zuhause nur in vertrauenswürdige Hände geben? Gemeinsam ein Ziel!

Durch die Bank - Immobilienverkauf mit Herz! Morgen kann kommen.

Ihr Experte vor Ort:  
Christian Buschner  
05331 889-19101  
Am Herzogstore 12, WF

Volksbank eG  
Wolfenbüttel

Wir arbeiten Ihre Flächen auf...

Treppen • Fensterbänke • Böden • Wände • Tische Privat und Gewerbe

**GST**

Alter Stein • Neuer Glanz

Reinigen • Schleifen  
Kristallisieren • Imprägnieren  
Marmor • Terrazzo • Betonwerkstein  
Natur und Kunststeinsanierung

www.steinglanz.de • Bernd-Rosemeyer-Str. 6 • 30880 Laatzen  
Tel.: 05102 - 89038 60 • Fax: 05102 - 89038 89

<p><b>Ahrensburg 155</b> ca. 172,44 m<sup>2</sup> Wfl./Nfl.</p>	<p><b>Wolfsburg 146</b> ca. 147,98 m<sup>2</sup> Wfl./Nfl.</p>
<p><b>Hamburg 156</b> ca. 158,07 m<sup>2</sup> Wfl./Nfl.</p>	<p><b>Bornholm 120</b> ca. 119,51 m<sup>2</sup> Wfl./Nfl.</p>

Stein auf Stein, Top-Ausstattung, Attraktive Preise auf Anfrage

**FORUM Massivhaus** Noch mehr schöne Häuser unter:  
[forumhaus.de](http://forumhaus.de) • 0531/889360



**ROMANTISCHES HOTEL  
MENZHAUSEN**  
★★★★

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

**189,-** €

pro Person

Lange Straße 12 37170 Uslar  
Tel 0 55 71/92 23-0 Fax 0 55 71/92 23-30  
[www.hotel-menzhausen.de](http://www.hotel-menzhausen.de)

## Wild auf Wild

### Niedersachsens weite Wälder

Im Herbst ist die Hirschbrunft in den niedersächsischen Wäldern ein beeindruckendes Naturschauspiel: Weithin ist das Röhren der Rothirsche zu hören, mit etwas Glück lassen sie sich bei ihren Revierkämpfen im Morgengrauen sogar beobachten. Fachkundige Führungen gibt es beispielsweise im Harz und in der Südheide, in den Wildparks Solling-Vogler im Weserbergland oder Schwarze Berge südlich von Hamburg. Die Rothirsche können außerdem in den Naturparks Elbhöhen-Wendland und Lüneburger Heide belauscht werden. Nach der Jagdsaison kommt frisches Wildfleisch auf den Tisch, mal auf die traditionelle Art und mal modern interpretiert. Neben Hirsch oder Reh, Wildschwein und Wildgeflügel stehen regionale Spezialitäten auf der Speisekarte, etwa Heidekartoffeln, Grünkohl, Rüben, Kürbis und Quitten, Äpfel und Zwetschgen. Unter [www.reiseland-niedersachsen.de](http://www.reiseland-niedersachsen.de) sind die regionalen Highlights zu finden. (djd)



Mit etwas Glück oder kundiger Führung lassen sich die Rothirsche im Morgennebel bei der Brunft beobachten.

Foto: djd/TourismusMarketing Niedersachsen/Dieter Damschen

## Pures Wandervergnügen

### auf 200 Kilometer

Der Kocher-Jagst-Trail zeigt Wanderern die schönsten Seiten des Hohenloher Landes in Baden-Württemberg. Er vereint Natur und Kultur, führt durch ursprüngliche Landschaften, tief eingeschnittene Täler und dichte Wälder. An der Route liegen Burgen, Schlösser und Kirchen mit wertvollen Kunstschatzen, die es zu entdecken gilt. Malerische Ortschaften und historische Städte wie Ellwangen an der Jagst und Schwäbisch Hall laden zum Einkehren und Verweilen ein.

Der Wanderweg gliedert sich in Jagst-, Bühler- und Kochersteig und kann in zehn Tagesetappen erwandert werden. Dank der eigenständigen Abschnitte und deren gute Anbindung an den ÖPNV können Urlauber ihre Ausflüge ohne Auto flexibel planen - und auch nur einen oder zwei Steige am Stück erwandern. Infos bietet [www.kocher-jagst-trail.de](http://www.kocher-jagst-trail.de). (djd)

[www.wir-braunschweig.de](http://www.wir-braunschweig.de)



**Entdecken Sie die Region!**

Das Freizeitportal [www.suedheide-gifhorn.de](http://www.suedheide-gifhorn.de)

- rund 30 Tourenvorschläge
- Wandertouren
- Radtouren
- Download der Touren auf das Smartphone
- Freizeittipps und Ausflugsziele
- Land- und Hofcafés



Informationen & Buchungen  
Südheide Gifhorn GmbH | Marktplatz 1 | 38518 Gifhorn  
Tel. 05371 937880 | [info@suedheide-gifhorn.de](mailto:info@suedheide-gifhorn.de)  
[www.suedheide-gifhorn.de](http://www.suedheide-gifhorn.de)



# Winterzauber am „Bayerischen Meer“

Gelegen am Fuße der Chiemgauer Alpen bietet die Marktgemeinde Prien am Chiemsee nicht nur in der warmen Jahreszeit unvergessliche Erlebnisse.



Auch der Winter ist eine wunderbare Zeit, die Region rund um Prien aktiv zu erkunden. Der Ort erstrahlt in einem warmen Lichtermeer, der Chiemsee schimmert silbern und die mit zartem Weiß bedeckten Berge glitzern in der Wintersonne.

Spannender Wintersport und behagliche Gemütlichkeit - irgendwo dazwischen liegt der Zauber des Winters am „Bayerischen Meer“. Für gemütliche Ausflüge stehen 52 geräumte Wanderwege für Winterspaziergänge, Fackel- oder Schneeschuh-Wanderungen rund um Prien zur Verfügung. Ob mit Schneeschuhen an den Füßen oder in wasserfesten Bergschuhen - die Wanderwelt erschließt sich dem Naturliebhaber auch im Winter. Müde Muskeln entspannen sich nach einem intensiven Tag im Freien im Prienavera Erlebnisbad oder bei einem romantischen Kaminfeuer im Hotelzimmer.

## Winterwandern auf leisen Wegen

Wer frische Luft tanken und die Winterlandschaft genießen will, ist in den Chiemgauer Bergen oder rund um den Chiemsee genau richtig. Für diejenigen, die Ruhe suchen, sind ausgedehnte Spaziergänge durch den knirschenden Schnee ein Balsam für Seele & Geist. Vor allem der Wander- und Spazierweg Nr. 1 Prien im Eichental hat sowohl im Sommer wie im Winter seinen ganz besonderen Charme. Der Wanderweg führt durch den Kurpark "Eichental" entlang der Prien mit vielen interessanten Stationen wie der Kneippanlage, das E-Werk und die Aumühle. Außerdem führt die etwa zweistündige Wanderung ins Priental, einem



Prienavera Winter Außenbecken.

Geschenk der letzten Eiszeit, die vor rund 10 000 Jahren endete. Ein weiteres Wanderhighlight ist die traditionelle geführte Silvesterwanderung auf die Ratzinger Höhe. Ein besonderes Erlebnis das alte Jahr ausklingen zu lassen.

## Warm ums Herz – Prienavera Erlebnisbad

Nach einer ausgiebigen Winterwanderung oder rasanten Ski-Abenteuern, gilt es, ein wenig zu ruhen und sich aufzuwärmen. Direkt an der Uferpromenade des Chiemsees gelegen, bietet sich dafür das Prienavera Erlebnisbad an. Mit insgesamt sechs Becken, fünf Saunen, König-Ludwig-Salzraum, Kelosauna aus rund 500 Jahre altem Kieferholz und Saunagarten an der frischen Chiemseeluft, verfügt es über einen weitläufigen Spa-Bereich und ist somit ein absolutes Paradies für Wellnessliebhaber. Ein besonderes Highlight ist die neuerrichtete Panorama-Sauna mit direktem Seezugang und Chiemsee Blick.

## Genussmomente in Prien am Chiemsee

In der kalten Jahreszeit locken viele Aktivitäten ins Freie, die mit köstlichem Essen belohnt werden sollten. Denn so facettenreich wie die Landschaft ist auch das Kulinarik-Angebot in Prien am Chiemsee. Traditionell bayerische sowie internationale Restaurants verwöhnen die Gäste mit lokalen Spezialitäten und internationalen Feinschmecker-Menüs. Die Profi-Teams von Küche, Keller und Restaurant lassen sich zu jeder Jahreszeit etwas Besonderes einfallen, um damit sowohl Stamm- als auch neue Gäste von den kulinarischen Genüssen der Region zu überzeugen.



Fotos (3): Prien Marketing GmbH

# Liebe Leserinnen, liebe Leser,



„Bunt sind schon die Wälder, gelb die Stoppelfelder...“ – so sieht es vielerorts schon seit Wochen aus. Mal sehen, woran wir den Herbst erkennen werden. Immerhin aber reifen Äpfel und Weintrauben; vielleicht sogar hier und da „Pfirsiche mit Streifen, rot und weiß bemalt.“

In den Oktober fällt das Erntedankfest: Es ist ein Ausdruck der Fülle, all dessen was wächst und gedeiht, Früchte der Natur und der menschlichen Arbeit.

Und zugleich ist es Ausdruck der Sorge, ob die Ernte ausreichen wird, um ohne Not durch den Winter zu kommen. Beides prägt die Zeit im Oktober und ist immer Ausdruck der Erntedankgottesdienste überall im Lande.

Im Dom schmücken die Landfrauen den Altarbereich – es ist berückend, was so für einige wenige Tage entsteht. Und es ist bestürzend, wenn sie von fehlendem Wasser und vertrocknenden Bäumen, von Saatgutpreisen und Erzeugeraufwand erzählen. Manchmal macht auch der Wolf Sorgen.

Am Ende des Festgottesdienstes am ersten Sonntag im Oktober sammeln wir für die Aktion: „Brot für die Welt.“ Es gehört dazu, Brot zu teilen und nicht zu vergessen, den Blick dorthin zu wenden, wo nicht nur Wohlstand und Komfort gefährdet sind, sondern es um Leib und Leben geht.

Und wenn wir gleich nach dem Erntedankfest am 3. Oktober eine Verschnaufpause haben, dann gibt es angesichts der fragilen politischen Situation und eskalierenden Gewalt noch viele Gründe mehr, dankbar zu sein und einzustimmen in den 145. Psalm:

*„Aller Augen warten auf dich, und du gibst ihnen ihre Speise zur rechten Zeit.“*

Ihre *Dompredigerin*  
**Cornelia Götz**

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

## Veranstaltungen im Braunschweiger Dom

**Samstag, 1. Oktober 2022, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

**Sonntag, 2. Oktober 2022, 10:00 Uhr:** Erntedankfest

**17:00 Uhr:** Bachzeit, Kantate BWV 149: „Man singet mit Freuden vom Sieg“

**Montag, 3. Oktober 2022, 17 Uhr:** Musikalische Andacht am „Tag der deutschen Einheit“

**Samstag, 8. Oktober 2022, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

**17:00 Uhr:** „Nach uns die Sintflut“, Kindermusical

**Sonntag, 9. Oktober 2022, 10:00 Uhr:** Gottesdienst m. Abendmahl

**16:00 Uhr:** „Nach uns die Sintflut“, Kindermusical

**Freitag, 14. Oktober, 17:00 Uhr:** Andacht

**Samstag, 15. Oktober 2022, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

**Sonntag, 16. Oktober 2022, 10:00 Uhr:** Gottesdienst

**17:00 Uhr:** Chorkonzert des Braunschweiger Domchors

**Samstag, 22. Oktober 2022, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

**Sonntag, 23. Oktober 2022, 10:00 Uhr:** Gottesdienst m. Abendmahl

**Samstag, 29. Oktober 2022, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

**Sonntag, 30. Oktober 2022, 10:00 Uhr:** Gottesdienst

**Montag, 31. Oktober 2022, 11:00 Uhr:** Festgottesdienst, Reformationsfest

**Gottesdienste und Veranstaltungen im Braunschweiger Dom unter: [www.braunschweigerdom.de/veranstaltungen](http://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](mailto:info@comet-verlag.de) · [www.wir-braunschweig.de](http://www.wir-braunschweig.de)

Satz, Druck: CV Comet Verlag GmbH

Anzeigenleitung: H.-J. Kröber

Redaktion: Felix Runder (ViSdP)

Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel

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. 18 vom 1.11.2021.

# Braunschweig und die Revolution 1848/49

von Prof. Dr.h.c. Gerd Biegel

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

(Teil 12)

Als Anfang April der außerordentliche Landtag zusammentrat, kam es zu einer großangelegten Demonstration der Braunschweiger Gewerbe und Zünfte, die im Zeichen der Schwarz-Rot-Goldenen Fahne einen »Zug der 5000« zum Altstadtmarkt anführten, dem sich auch die Arbeiter anschlossen. Wesentliche Forderung war ein neues Wahlrecht für die Ständeversammlung, das die große Masse der Bevölkerung nicht mehr ausschließen sollte. Führender Vertreter des braunschweigischen Handwerks 1848/49 wurde der Buchbinder Johannes Jakob Selenka (1801 – 1871). Es blieb jedoch zunächst bei einem eher demonstrativen Akt, wie auch Heusinger berichtet. Ausgangspunkt aller Diskussionen waren die Vereine, die auch bei den späteren Wahlen zur Nationalversammlung eine aktive Rolle spielen sollten. Es waren dies der »Humanitätsverein« und der »Vaterländische Verein«. Dieser vertrat eine deutlich rechtsradikale Position mit dem Ziel einer konstitutionellen Monarchie. Im August 1848 kam es schließlich zur Abtrennung der linksliberalen Fraktionen des »Vaterländischen Vereins«, die nun den »Volksverein« gründete und stark demokratische Tendenzen vertrat.

Einen Höhepunkt der »friedlichen Revolution« stellte das sogenannte Verbrüderungsfest am 22. März 1848 zwischen Volkswehr und Militär dar, nachdem Herzog Wilhelm die Berliner Entscheidungen vom 18. März (Pressefreiheit; Reform des Deutschen Bundes; Bildung eines deutschen Parlaments) angenommen und in Braunschweig veröffentlicht hatte. Die Folge war eine nationale Begeisterung in Braunschweig, über die Heusinger in seiner Chronik mit geradezu nationalem Pathos berichtet:

»So sahen wir den ewig denkwürdigen 22. März, den großen Tag, an welchem nicht die Sturmglocke, sondern das Freudenläut von allen Thürmen der Bürgerschaft das Zeichen gab, zu der feierlichen Handlung sich zu versammeln, die, in Ermangelung des Konstitutionseides, Soldat und Bürger dem Vaterlande zur unauflöselichen Treue verbinden sollten. Schwerlich hat man in einer andern deutschen Stadt ein ähnliches Fest gesehen, ein Fest an das man noch jetzt nicht ohne Bewunderung und Rührung zurückdenken kann. Vierzigtausend Menschen, die, theils an der Handlung selbst beteiligt, theils Zuschauer davon zu sein, auf den Plätzen und Straßen sich zusammendrängten, gewährten an jenem Tage ein Bild der Freude und Eintracht, wie man es so bald in einem so schönen Ganzen in Braunschweig nicht wieder erblicken dürfte. Auf dem Altstadtmarkte, dessen alterthümlich prachtvolles Rathhaus, gleich allen andern den schönen Platz begränzenden Gebäuden, mit dem deutschen Banner der Einheit geschmückt war, erwartete die Volkswehr in einem nach der Poststraße hin offenen Viereck die Ankunft der Truppen. Als diese ohne Waffen, aber mit zahllosen deutschen Fahnen, die Officiere und die Musikchöre an der Spitze, im Doppelschritt in das große Viereck einzogen, wurden sie von einem Hurrah von Seiten der Volkswehr

empfangen, das, von dem endlosen Freudenjubiläum des Volkes weitergetragen, wie ein brausender Strom bis zu den fernsten Straßen wiederklang. Ein dem freien Deutschland, dem freien Landesfürsten und den vereinigten Streitkräften des Vaterlandes ertönendes Hoch war das Signal zu der allgemeinen Verbrüderung, welche unter Handschlag und Umarmungen stattfand. Wer im Besitz einer deutschen Kokarde war, steckte sie an Hut, Chakot oder Mütze; dann setzte sich der Zug der neuen Brüder, Soldat mit dem Wehrmanne Arm in Arm, unter dem Jubel der Feldhörner in Bewegung, um dem Landesfürsten die fröhliche Einigung zu zeigen, die aus freiem Antriebe zum Wohle wie zur Sicherheit des Vaterlandes erfolgt war. Unter Absingung von Arndt's Volksliede kam die Spitze des dicht vom Volke umwogten Zuges auf dem Schloßplatze an, wo der Herzog, der, von seinem Gefolge umgeben, am offenen Fenster dem Jubelzuge entgegensah, durch ein dreimaliges Hoch begrüßt wurde. Nachdem eine Deputation Namens des ganzen Volkes die Versicherung der Treue dem Fürsten im Schlosse selbst wiederholt hatte, erschien dieser neben einem der Träger des deutschen Banners auf der großen Schloßtreppe, um seiner Seits dem lange nicht so zahlreich in seiner unmittelbaren Nähe versammelten Volke in anerkennenden Worten sein Vertrauen auszusprechen. Aber es dauerte lange, ehe er zum Wort kommen konnte, denn so oft er mit der Hand auf das die Freiheit und Einheit der deutschen Nation bezeichnende Banner deutete, erhob sich immer aufs Neue ein endloser Jubel. Freude und Rührung sprachen aus den Zügen des Fürsten, der an jenem Tage vielleicht zum ersten Male fühlen mochte, daß etwas Beglückendes in der Volksliebe liege. Vom Schlosse ging der Zug weiter durch alle Hauptstraßen, damit auch diejenigen, welche, durch Umstände verhindert, nicht selbst daran Theil nehmen konnten, sich des schönen Vereingungsfestes erfreuen möchten. Abends hielt man in den öffentlichen Localen, zumeist aber in den eigenen Häusern im Kreise der Familie, die würdige Nachfeier eines Festes, wie man es bisher in der Geschichte unseres Landes noch nicht gekannt hatte. Herzog Wilhelm aber konnte seit jenem Tage noch sicherer, als früher, bei offenen Thüren, ohne Wachen, in seinem Schlosse schlafen, ohne Furcht, durch irgend ein Ereigniß in der eigenen Ruhe gestört zu werden. Es würde tief zu beklagen sein, wenn es jemals Menschen gegeben, die ihm das Gegentheil versichert haben. Von jenem Tage wurde die deutsche Kokarde der Hutschmuck der Männer, aber auch die Frauen beieferten sich, durch Anlegen der drei Farben den wiedererwachten Patriotismus an den Tag zu legen.«

Fortsetzung folgt

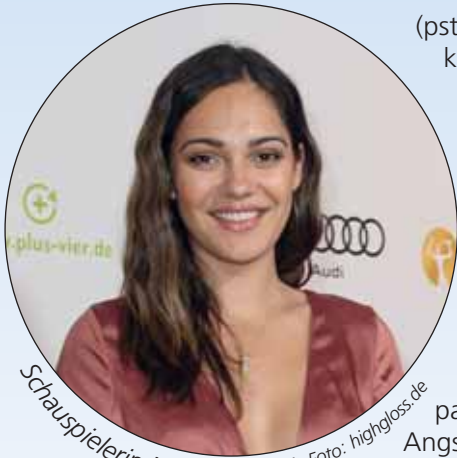


Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel  
Institut für Braunschweigische  
Regionalgeschichte an der TU  
Braunschweig

# Furcht vor dem Fall

**Nilam Farooq**

Ihre Erfolgswelle schüchtert die „Contra“-Darstellerin ganz schön ein



Schauspielerin Nilam Farooq. Foto: highgloss.de

(pst). Sie hat gerade einen echten Lauf. Für ihre großartige Darstellung in der gesellschaftskritischen Komödie „Contra“ an der Seite von Christoph-Maria Herbst erhielt die Berliner Nilam Farooq (32) erst den Bayerischen Filmpreis und wurde jetzt auch noch mit dem renommierten Ernst-Lubitsch-Preis ausgezeichnet. „Ich dachte früher immer: „Ach, Preise sind ja egal, aber es macht doch schon etwas, wenn da Leute sind, die deine Arbeit anerkennen und ehren“, sagte die Ex-YouTuberin freudestrahlend auf dem roten Teppich. Mittlerweile hat die Tochter einer polnischen Mutter und eines pakistanischen Vaters schon ihren nächsten Knaller gelandet. Sie brilliert in Doris Dörries irrwitzigem neuen Kinofilm „Freibad“. Und auch im TV ist sie oft präsent – zuletzt etwa in Joko Winterscheidts „Wer stiehlt mir die Show?“. So viel Erfolg ist der dunkelhaarigen Schauspielerin aber anscheinend selbst ein wenig unheimlich: „Ich glaube an eine Balance im Leben“, gestand sie gerade in der NDR Talkshow: „Gerade passiert so viel Tolles und ich bin so glücklich an dem Punkt, wo ich bin, dass ich ganz doll Angst habe vor den nächsten Jahren“. Aber Nilam Farooq sollte sich nicht vor einem drohenden Absturz fürchten, denn für echte Talente findet sich doch immer ein Erfolgsplätzchen.

# Hilfeschrei fürs Klima

Der Frontmann der Toten Hosen rüttelt mit einem Film auf

**Campino**

(pst). Es ist ein besonders Jahr für den Punk-Oldie. Gleich zweimal hat es bei ihm genullt: Seine Toten Hosen feierten 40-jähriges Band-Bestehen, er selbst ist im Juni runde 60 geworden. Leise ist Campino deswegen noch lange nicht. Gerade schlossen er und seine Kollegen ihre Jubiläumstour ab, und jetzt hat der charismatische Sänger dem Kampf gegen den Klimawandel seine Stimme gegeben – buchstäblich. Er übernimmt die Rolle des Erzählers in dem spektakulären Abenteuer- und Naturfilm „Into The Ice“. Darin erforschen Forscher in Grönland 150 Meter tiefe Eislöcher, um das bedrohliche Schmelzen des Gletschereises zu verstehen. Campino dazu: „Ein brillantes Dokument und ein verzweifelter Hilfeschrei. Großartig, weil er sich dem Phänomen der Gletscherschmelze so hautnah und eindringlich widmet.“ Das ist ihm ein besonderes Anliegen, da er sich selbst seit vielen Jahren für den Klimaschutz und für Fridays for Future einsetzt. Nicht zuletzt denkt er dabei wohl auch an eine lebenswerte Zukunft für seinem Sohn Julian (19), zu dem er ein gutes Verhältnis hat. Für den Sprössling sind die wilden Zeiten seines Vaters allerdings kein großes Thema. Campino gegenüber der Frankfurter Rundschau: „Die Neugier meines Sohnes ist in diesem Bereich extrem gedeckelt. Der klebt nicht an meinen Lippen, um zu erfahren, wie geil es früher war.“



Campino, legendärer Sänger der Toten Hosen. Foto: highgloss.de

# Ein starkes Gespann

**Til & Luna Schweiger**

Enger Familienzusammenhalt vor und hinter der Kamera



Luna Schweiger mit Papa Til. Foto: highgloss.de

(pst). Dass Til Schweiger sehr gern mit seinen Kindern zusammenarbeitet, ist nicht erst seit „Kein-ohrhasen“ oder „Honig im Kopf“ bekannt. Für die langersehnte Fortsetzung von „Manta, Manta“ holte der Schauspieler und Regisseur nun gerade wieder seine älteste Tochter Luna (25) vor die Kamera. Über die Dreharbeiten erzählt sie „Bunte“ schmunzelnd: „Es war sehr lustig und wir hatten viel Spaß. Auch wenn meinem Vater am Set immer etwas Neues einfällt. Man denkt, man hat seinen Text gelernt, aber dann stellt er wieder alles auf den Kopf.“ Das macht das Family-Business besonders spannend - die beiden sind eben ein starkes Gespann. Deshalb begleitete die hübsche Blondine den Papa jetzt auch zur Premiere seines aktuellen Films „Lieber Kurt“. Darin verarbeitet Til den Unfalltod von Lunas Exfreund Marvin, der wie ein Familienmitglied war. Es war für alle ein schwerer Schlag, obwohl die beiden zu dem Zeitpunkt – vor zwei Jahren – kein Paar mehr waren. Man tröstete sich gegenseitig. Inzwischen ist Luna neu verliebt – in den Fußballer Kevin Prinz von Anhalt (28). Über ihn schwärmte sie neulich bei einer Hotel-Neueröffnung am Tegernsee auf dem roten Teppich: „Sein Herz ist am richtigen Fleck. Und das merken alle meine Freunde und meine Familie – und ich glaube, das ist es, was ich am meisten an ihm liebe.“

# Oiel Spaß beim RätseIn!

Anzeige

starr, unmobil	Nählinie	größte kanarische Insel			Ritter der Artus-sage	Stadt an der Weißen Elster	österr. Stadt an der Donau	langes Halstuch			englisch: wo	hand-warm	Fast-nachts-ruf		Schoko-laden-art	leichter Ein-spänner	Kosten, Aus-lagen	hohe Männer-sing-stimme											
▶	▼					▼	▼				bei weitem	▶		▼	▼	▼	▼	▼											
▶					Laub-baum	▶					deutsche Vorsilbe		Ski-langlauf-spur	▶															
Western-schau-spieler † (John)		ugs.: un-gleich-mäßig laufen	▶					wach-sam (mit ...)	▶																				
▶					Zier-strauch	▶						Schiffs-vorder-teil	▶			männ-licher Nach-komme													
Teil des Vorder-kopfes	Rede-schwall	Hptst. des alten Khmer-reichs			englisch: nach, zu	<p>Logisch ... Zeitschriften clever mieten - statt kaufen!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bequem</li> <li>• preiswert</li> <li>• zuverlässig</li> </ul> <p>Tel.: 0531/38012-0 Fax: 0531/38012-22</p> <p><b>HETTLING'S LeseZirkel</b> www.lesezirkel.com</p>										Jäger-rucksack	▶												
Gewebe aus Seiden-gemisch	▶	▼																					akusti-sches Signal	▶				Insel-gruppe im Ind. Ozean	
Kurzmit-teilung (Kw.)	▶																						Wäsche-stück	keimfrei			eurasi-scher Staaten-bund	▼	
▶					Kosewort für Therese																		▶	▼					
alter Name Ulan Bators				süd-amerik. Raub-fische	▼																		lebens-kluge Frau			Kykla-den-insel			
ugs.: Rausch-gift	▶																						▶						
griech. Göttin der Zwie-tracht	▶																						Fluss durch N-Italien	▶			ein Kloster-staat (Griech.)	▼	
Musik-zeichen im Psalm	österr.: Rat-schläge	japani-sche Meile	▶																				altchin. Erfinder des Papiers	▶					
▶	▼				Höhen-zug bei Braun-schweig											▼							Laub-baum			Arznei gegen Malaria			
▶																							▶						
einzelner Theater-auftritt		Fünf-peseten-stück (span.)	▼											korea-nische Münz-einheit	▶														
hollän-dische Käse-stadt	▶												Halbton über H	▶				ugs.: Töpfe											
▶					englisch: süß	Zwei-ergruppen	freudige Wahr-nehmung	▼	US-Filmstar † 1962	▼			ein Edelgas		griechi-scher Gott der Künste	▼		keimfrei	Ver-größe-rungs-glas	kuwai-tische Währung	▼								
Rechts-brauch	Haus-tiere		deut-scher Vize-admiral †	▶					Amts-tracht	▶								Revue-theater in Paris	▶										
recht-zeitige Alarmie-rung	▶												Balkon-pflanze	▶															
hoher türki-scher Titel		höchster Vulkan Hawaii	▶				franzö-sisch: man	▼	Teil des Hub-schraub-ers	▶					chem. Zeichen für Tantal	▼			Teil der Bibel (Abk.)	▶									
▶			natür-liche Erdab-tragung	▶									Schrift-steller	▶															
Garten-pflanze	▶										Vorname der Fitz-gerald †	▶						italie-nisch: drei	▶										

# Buchvorstellungen

## Braunschweig'sche Verbrechen

### True-Crime aus der Löwenstadt.

Mal erschreckend und traurig, mal absurd und lächerlich – zwischen Nervenkitzel, Belustigung und totalem Wahnsinn: Da treiben Ganoven im Umfeld der Eintracht ihr Unwesen. Da wird ein Geschäftsinhaber mit vorgehaltener Pistole überfallen, und ein uralter Brunnen Zeuge eines tödlichen Streits. Und was passierte damals, im Blutjahr '98? Was haben Kriegswaffen auf einem Supermarktparkplatz zu suchen? Nach einem Mord flieht der Täter durch halb Deutschland, und auch die Akten zu den niederträchtigen Geschehnissen in Braunschweigs Westen kommen noch einmal auf den Schreibtisch.

Die Top-Ermittler Till Burgwächter und Hardy Crueger rollen Braunschweiger Kriminalfälle auf, die es nicht alle auf die Titelseiten geschafft haben.

Wahre Verbrechen – von den Autoren sorgfältig recherchiert und frei nacherzählt. Mit Cartoons von Karsten Weyershausen und einen Nachwort von Erich Bunte.



**Braunschweig'sche Verbrechen**  
von Till Burgwächter und Hardy Crueger  
Hardcover, 176 Seiten,  
Verlag Reiffer, Preis: 16 €  
ISBN: 978-3-945715-87-1

## Das Beste kommt noch



**Das Beste kommt noch**  
von Heidelinde Weis  
gebundenes Buch, 280 Seiten,  
Wieser Verlag, Preis: 25 €  
ISBN: 978-3-99029-553-3

65 Jahre lang hat Heidelinde Weis Theater-, Kino- und Filmgeschichte geschrieben. Schon als Sechzehnjährige steht sie erstmals auf der Bühne, von der sie sich erst mit 80 ohne Bedauern und großer Dankbarkeit verabschiedet. In ihrer Biografie blickt sie nun auf ihr Leben, ihre Arbeit, ihre Weggefährten und die vergangenen Jahrzehnte zurück. Auf eine Arbeit, die zum großen Teil ihr Leben bestimmt und einen nicht unwesentlichen Teil dazu beigetragen hat, dass sie alle privaten Tiefen und Schicksalsschläge überstanden hat und immer wieder aufgestanden ist. Fazit ihrer Lebenserinnerungen bleibt für die LeserInnen die folgende Botschaft zurück: „Ich mache keine Pläne mehr. Ich schiebe nichts mehr auf, ich lebe heute. Wenn ich etwas machen will, dann tue ich es gleich. Oder morgen ... Und Nullpunkte gehören zum Leben. Ich bin nicht geboren, um nur durchs Leben zu tänzeln.“

## Die Sterne für

# Oktober 2022



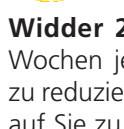
**Steinbock 22.12.-20.1.** Ihrem Vorhaben mangelt es an der zündenden Idee - Ihre Chancen liegen im Unkonventionellen, nicht im Beharren auf alten Verfahrensweisen.



**Wassermann 21.1.-19.2.** Gehen Sie keine finanziellen Risiken ein. Ihr Konto bedarf jetzt etwas der Schonung. Und den Notgroschen dürfen Sie auf keinen Fall antasten!



**Fische 20.2.-20.3.** Wunschdenken bestimmt Ihren beruflichen Alltag. Damit kommen Sie nicht weiter. Die Arbeit verlangt Einsatz und vorzeigbare Resultate.



**Widder 21.3.-20.4.** Versuchen Sie in diesen Wochen jeglichen Stress auf ein Mindestmaß zu reduzieren. Denn es kommt noch so einiges auf Sie zu.



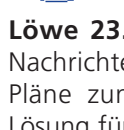
**Stier 21.4.-21.5.** Sie sollten nicht erneut als Retter in der Not auftreten: Die anderen müssen lernen, die Verantwortung für ihr Handeln selbst zu übernehmen.



**Zwillinge 22.5.-21.6.** Die Sterne helfen Ihnen in beruflichen Dingen. Falls Ihre Pläne dennoch durchkreuzt werden, sollten Sie Ruhe und Fairness walten lassen.



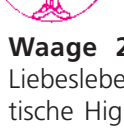
**Krebs 22.6.-22.7.** Beziehungstechnisch läuft es nicht rund: Wer sich nach Liebe mit Zukunft sehnt, der sollte sich nicht von schönen Worten blenden lassen.



**Löwe 23.7.-23.8.** Was man Ihnen an bösen Nachrichten bringt, macht nur scheinbar Ihre Pläne zunichte. Es gibt eine recht einfache Lösung für das Problem.



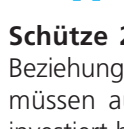
**Jungfrau 24.8.-23.9.** Ihnen eröffnen sich plötzlich die unterschiedlichsten Chancen. Wägen Sie gut ab, bevor Sie sich für eine von ihnen entscheiden.



**Waage 24.9.-23.10.** Sie mogeln sich durchs Liebesleben. Es mangelt am rechten Drive, erotische Highlights zu genießen. Denken Sie nicht immer an den Job!



**Skorpion 24.10.-22.11.** Jemand stellt den bisherigen gemeinsamen Weg in Frage: Das ist sein gutes Recht! Wenn er abbiegen will, muss er das eben tun.



**Schütze 23.11.-21.12.** Jetzt zeigt sich, ob eine Beziehung tragfähig ist. Sollte sie es nicht sein, müssen auch Sie sich fragen, ob Sie genug investiert haben.



**DIESE NUMERN SOLLTEN SIE IMMER PARAT HABEN**

Apotheken-Notdienst	0800 – 00 22 833
AWO-Pflegeaufnahme	0800 – 70 70 117
Polizei	110
Feuerwehr/Notarzt	112
Rettungsleitstelle	0531 / 19222
Beratung bei Vergiftungen / GIZ Nord	0551 / 19240
Behördenauskunft	115
Corona-Hotline Niedersachsen	0511 / 4505-555
Corona-Impf-Hotline Niedersachsen	0800 / 9988665
Telefonseelsorge	0800 111 01 11
Telefonseelsorge (Katholisch)	0800 111 02 22

<b>BRAUNSCHWEIG</b>	(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
Psychozialer Krisendienst	470 77 77
Rollstuhltaxi	58 08 44 44
Sperrung EC-/Kreditkarte	116 116
Tierschutz Braunschweig	50 00 07
Touristinfo	470 20 40
Zahnärztlicher Bereitschaftsdienst	691 696

<b>WOLFSBURG</b>	(05361)
Ärztendienst	1 92 92
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	28 20 20
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

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

<b>WOLFENBÜTTEL</b>	(05331)
Gesundheitsamt	84 50 0
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](mailto: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**, Bültenweg 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**, Gördelingerstraße 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](http://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  
November 2022  
ist der 15. Oktober 2022.  
Telefon 0531 / 38 000-10 · [info@comet-verlag.de](mailto: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 = 10 Ausgaben druckfrisch per Post geliefert.

Bestellung per E-Mail an [info@comet-verlag.de](mailto:info@comet-verlag.de) oder unter Tel. 0531/38 000 10 · [www.wir-braunschweig.de](http://www.wir-braunschweig.de)

# DEUTSCHLANDS SCHÖNSTER INDOOR-SPIELPLATZ



## Absolute Spaßgarantie auf 3.000 m<sup>2</sup> Spielfläche!

Barrierefrei für Kinder und Jugendliche aller Altersklassen  
auf über 3 Etagen mit Mega Fun-Park • Teenie-Game-Base •  
Handicap-Spielangeboten • Kleinkind-Floor • Birthday-Partymeile

### NEU: NINJA PARCOURS



HaWoGe  
**SPIELE**  
MAGAZIN

Ebereschenhof 5 • 38820 Halberstadt • Telefon 03941 6212130  
Öffnungszeiten auf [www.hawoge-spiele-magazin.de](http://www.hawoge-spiele-magazin.de)