

Wir

im besten Alter

für Menschen in der schönsten Lebenszeit

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

*Wir wünschen
eine schöne
Adventszeit!*



Veranstaltungen in der Region auf Seite 6 bis 9.

Titelthema

Endlich wieder
Weihnachtsmarkt-Feeling

Advent
in der Region

Verlässliche Partner

Das Fest der Liebe
einläuten

Im Kreise
der Familie

Gesundheit

Entspannt Fernsehen
mit Hörproblemen

Gesundheits-Sprech-
stunde: Leserfragen

Reisen & Ausflugsziele

Harzer
Baumkuchenhaus

Winterwandern durch
die schönsten Regionen

Ein festlich geschmückter Nadelbaum gehört zum Fest dazu. Ein besonderes Erlebnis für die ganze Familie ist es, den Wunschbaum direkt in der Schonung auszuwählen und diesen vielleicht sogar noch eigenhändig zu fällen. Dazu eignen sich akkubetriebene Motorsägen wie die MSA 140 C-BQ von Stihl. Sie ist einfach zu bedienen, abgasfrei und leise. Wer die eigene Körperkraft unter Beweis stellen will, findet beim selben Hersteller aber auch eine klassische Axt. Unter www.stihl.de etwa gibt es mehr Infos.



Foto: djd-k/STIHL



Foto: djd-k/Brauerei C. & A. Veltins

An Heiligabend kommt in vielen Haushalten stets die gleiche Mahlzeit auf den Tisch. Laut einer auf Statista veröffentlichten Umfrage ist bei 34 Prozent Kartoffelsalat mit Würstchen das beliebteste Gericht, Ente wollen 28 Prozent kredenzen, bei 23 Prozent gibt es Gans. „Zu Kartoffelsalat mit Bockwurst passt gut ein klassisches Pils, das ist leicht und spritzig“, rät Julia Klose, Biersommelière der Brauerei C. & A. Veltins.

Frohes Fest



Foto: djd-k/www.cewe.de

Wer die Familie überraschen will, kann mit persönlichen Fotos besondere Präsente gestalten. Die schönsten Momente des Jahres lassen sich in einem Fotobuch festhalten. Vielfältige Layouts und Vorlagen helfen bei der Gestaltung. Mit der großen Auswahl an Formaten unter www.cewe.de findet sich für jeden das passende Geschenk.



Foto: djd-k/Asmodee

Das taktische Legespiel „Azul“ entführt mit opulenter Optik und Haptik an den Hof des portugiesischen Königs Manuel I. Die Mitspieler sind Fliesenleger, die vom König persönlich beauftragt wurden, dessen Palast in Évora mit Mosaiken aus den schönsten Fliesen nach dem Vorbild der südspanischen Alhambra zu dekorieren. „Azul“ wurde 2018 Spiel des Jahres und eignet sich für zwei bis vier Spieler ab acht Jahren, Spieldauer ab 30 Minuten, erhältlich in Online-Shops und im Handel ab 30 Euro.



Foto: djd-k/www.dr-jaglas.de

Ein köstlicher alkoholfreier Aperitif zur Weihnachtszeit ist der „Herbe Hibiskus – San Aperitivo“ vom Berliner Apotheken-Label „Dr. Jaglas“. Hibiskusblüten und Kräuter wie Enzian und Chiretakraut sorgen für einen erfrischend-herben Geschmack, die rötliche Farbe erinnert an den beliebten Aperol Spritz. Unter www.dr-jaglas.de kann der Aperitivo direkt bestellt werden – auf Wunsch in einem schönen Geschenkkarton.

Eine schöne Idee kann es sein, zum Jahresende mit Bildern einen persönlichen Rückblick als Fotobuch zu erstellen. Mit der Zeit entsteht auf diese Weise eine Chronik der Familie, die sich auch gut verschenken lässt. Besonders einfach und chic gelingt die Gestaltung etwa mit der Software von Pixum, kostenfrei erhältlich unter www.pixum.de. Zusätzlich gibt es auf der Homepage zahlreiche Gestaltungsbeispiele, Vorlagen sowie ein Video-Tutorial.



Foto: djd-k/Pixum.de

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser!

im Supermarkt führt kein Weg mehr an den Lebkuchen vorbei, immer mehr Kerzen, die uns die Dunkelheit erhellen und weihnachtliche Dekorationen befinden sich in den Schaufenstern.

Alles untrügliche Anzeichen dafür, daß Weihnachten vor der Tür steht!

Vorfreude ist die schönste Freude, sagt der Volksmund. Für Weihnachten, sollte man denken, gilt das ganz besonders. Damit das Fest der Liebe für alle Beteiligten Anlass zum Feiern gibt, braucht es keine teuren Geschenke sondern vor allem ein herzliches Miteinander. Vergessen Sie den Geschenke-Stress und freuen Sie sich auf die wunderbare Tradition des Kekse Backens, dekorieren Sie die Wohnung weihnachtlich, probieren Sie den ersten Stollen und Punsch oder Glühwein. Der Duft nach Gänsebraten, Rotkohl und Plätzchen, das Zusammensein mit der Familie, altbekannte Lieder, die es eben nur einmal im Jahr gibt – das fällt vielen als Erstes ein, wenn sie an Weihnachten denken.

Eine Auswahl an Inspirationen finden Sie in dieser Ausgabe: Wie Sie das Fest zuhause gestalten können und wo Sie Hilfe bekommen. Auch Weihnachtsmärkte in unserer Region finden wieder statt, und vielleicht ist auch der eine oder andere Geschenktipp dabei.

Den Blick auf etwas Positives zu lenken, geht eigentlich selten so gut wie zu dieser Jahreszeit. Denn momentan sind die meisten Mensch tatsächlich besser aufgelegt, denn „es ist ja bald Weihnachten“. Freuen Sie sich auf eine Zeit des Innehaltens, der Ruhepausen in hektischen und unsicheren Zeiten. Weihnachten ist für viele die einzige Gelegenheit sich mit der Familie zu treffen, besinnliche Tage zu verbringen oder einfach nur auszuspannen. Wonach immer Ihnen an den Feiertragen der Sinn steht, tun Sie es und freuen Sie sich jetzt schon darauf!

Wir sehen uns wieder im nächsten Jahr mit der Januar/Februar-Ausgabe.

Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Start in das neue Jahr 2023

Ihr Team von
WIR im besten Alter



Das eine Licht fürs Herz
im hoffungsmilden
Wachskerzenlicht des Adventskranzes
wächst Vorfreude
LED-Licht ihr kaltfremd
von Jürgen Riedel



Hofladen
Denken Sie an Ihre Geflügelbestellung zur Advents- & Weihnachtszeit
Gans · Ente · Pute und Bauerngockel

Alles auch in Teilstücken zu kaufen.

Öffnungszeiten:

Mittwoch-Freitag 9-18 Uhr

Samstag 9-13 Uhr

Verkauf im Hofladen voraussichtlich bis Ende April/Anfang Mai.

Hohe Warte 22 · 38644 Goslar-Jerstedt

Telefon 05321/81342

stechers-landgenuss@gmx.de

Titelthema	Seite 4 - 5
Veranstaltungen	Seite 6 - 9
Gesundes Leben	Seite 10 - 11
Verlässliche Partner	Seite 12 - 14
Wohnen & Leben	Seite 15
Winterliche Genüsse	Seite 16
Ausflugsziele & Reisetipps	Seite 17
Kultur	Seite 18 - 19
Promi-News	Seite 20
Unterhaltung / Rätsel	Seite 21
Horoskop / Geschenktipps	Seite 22
Service / Veranstalteradressen	Seite 23
Wichtige Telefonnummern	

Titelfoto: Gut 140 festlich geschmückte Stände sind Teil des Weihnachtsdorfs auf den Plätzen rund um den Dom St. Blasii und die Burg Dankwarderode in Braunschweig. Mehr dazu auf Seite 4. Foto: djd-k/Braunschweig Stadtmarketing/Christian Bierwagen

Wir sind an Ihrer Seite.
Würdevoll und zeitgemäß.

Hageroth Bestattungen

Tag & Nacht 05304 / 5214
0157 / 71521214

Endlich wieder Weihnachtsmarkt-Feeling

Magische Momente, Gaumenfreuden, Lichterglanz



Im stimmungsvollen Ensemble der historischen Gebäude rund um den Dom St. Blasii und die Burg Dankwarderode bieten rund 140 liebevoll geschmückte Stände in Braunschweig vom 23. November bis zum 29. Dezember ihre Produkte an und verbreiten eine adventliche Stimmung auf dem Markt. Bei Kunsthandwerkern gibt es inspirierende Geschenkideen wie handgefertigte Holzprodukte, kreative Schmuckdesigns, wärmende Filz- und Wollprodukte und individuellen Adventsschmuck zu entdecken. Kulinarische Spezialitäten aus Braunschweig und der Region sowie weihnachtliche Leckereien sorgen für abwechslungsreiche Gaumenfreuden. www.braunschweig.de.

So schön!

Weihnachtsmarkt Neuerkerode

Kekse, Poffertjes, Schmalzgebäck, Bratwurst und Punsch, Kunsthandwerk aus der Region, Gemälde, Skulpturen, Alpakas, allerlei Kreatives aus der Villa Luise, besondere Weihnachtsartikel der Tagesförderungen in Neuerkerode, Feuerkörbe, Posaunenchor, offenes Adventssingen und vieles mehr... Die Evangelische Stiftung Neuerkerode lädt nach zweijähriger Pause am Sonntag, 11. Dezember 2022 in der Zeit von 11 bis 17 Uhr wieder ein zum traditionellen und inklusiven Weihnachtsmarkt in ganz besonderen Atmosphäre. Wer den Gottesdienst besuchen möchte, ist bereits ab 10.30 Uhr herzlich willkommen. Der Eintritt ist wie immer frei. Neuerkerode zeigt sich an diesem Tag erneut mit seiner Toleranz und Offenheit als ein Ort des gelebten Miteinanders von Menschen mit und ohne Handicap. Die Verkaufsstände werden teilweise von den Wohngruppen aus Neuerkerode sowie von Bürgern mit Behinderung bewirtschaftet. Mit dabei sind auch wieder die Auszubildenden der Braunschweigischen Landessparkasse, die selbst gemachte Weihnachtspresents verkaufen und den gesamten Erlös der Villa Luise spenden. Künstler der Villa präsentieren ihre bunten Werke in der Kreativ-Scheune und der Second Hand Laden Zweite Liebe bietet nachhaltige Textilien an. Auch der Förderverein und der Angehörigenbeirat sind vertreten. Abseits der Informations- und Verkaufsbuden wird ebenfalls so einiges geboten: Vom offenen Adventssingen, dem Auftritt des Posaunenchores sowie den Neuerkeröder Bands, einem Zauberer für Jung und Alt bis hin zum besonderen Theaterstück der Musikpädagogik ist für jeden Geschmack etwas dabei. Infos ab Anfang Dezember unter www.netzwerk-esn.de.



Foto: Evangelische Stiftung Neuerkerode

Glanz.Licht.Wernigerode



Marktplatz Wernigerode.

Foto: Stadt Wernigerode

Malerisch in die reizvolle Mittelgebirgslandschaft des Harzes eingebettet, befindet sich Wernigerode. Der beispielhaft erhaltene mittelalterliche Stadtkern mit seinen farbenfrohen Fachwerkbauten aus sechs Jahrhunderten, dem historischen Rathaus, enge Gassen und idyllische Winkel prägen das Gesicht der 1121 erstmals erwähnten Stadt. Hoch über der Stadt erhebt sich majestätisch das Schloß Wernigerode®, ein Prunkbau im neugotischen Stil mit einer mehr als 800-jährigen Geschichte, in dem der Besucher Malerei, Kunsthandwerk und Innenarchitektur aus verschiedenen Epochen besichtigen kann. Wernigerode am Harz bietet jedoch nicht nur viel Fachwerk und reichlich Museen sondern auch für Genießer viele kulturelle Höhepunkte. Wernigerode, am Nordrand des Harzes gelegen, ist ein vielseitiges Reiseziel zu jeder Jahreszeit. Lassen Sie sich vom 25. November bis 22. Dezember 2022 von der märchenhaften Atmosphäre und dem weihnachtlichen Ambiente des Wernigeröder Weihnachtsmarktes zwischen dem historischen Marktplatz - vor dem historischen Rathaus und dem Nicolaipplatz von traditioneller Handwerkskunst, kulinarischen Leckereien und festlicher Adventsmusik verzaubern. Wernigerode im Lichterglanz übt mit ihrem besonderen Flair zur Weihnachtszeit eine magische Anziehungskraft auf ihre Besucher aus. Erleben Sie im Glanz.Licht. das weihnachtliche Wernigerode bei unseren öffentlichen Stadtführungen und genießen Sie die Düfte des Weihnachtsmarktes. www.wernigerode-tourismus.de.

Leckeres aus der Löwenstadt



Ab sofort finden Gäste und Einheimische mit der Löwenkiste eine neue Souvenirbox mit Braunschweiger Spezialitäten in der Touristinfo, Kleine Burg 14.

Foto: Braunschweig Stadtmarketing GmbH

Von Mumme-Senf bis Honig von Okerbienen – mit der Löwenkiste bietet die Braunschweig Stadtmarketing GmbH eine neue Souvenirbox mit Leckereien aus der Löwenstadt an.

Ob als Geschenk aus der Löwenstadt oder als Souvenir beim Braunschweig-Besuch: „Braunschweig hat viele kulinarische Besonderheiten zu bieten“, sagt Klaus Lohmann vom Stadtmarketing.

„Eine Auswahl davon haben wir in der Löwenkiste zusammengestellt, um Gästen und Einheimischen die Gelegenheit zu geben, sich zuhause durch den Geschmack der Löwenstadt zu probieren.“

Die Löwenkiste enthält Kaffee und Trinkschokolade der Kaffeemanufaktur Heimbs, Mumme-Senf, ein Hanse-Gewürz aus der Braunschweiger Manufaktur Temperos, fair gehandelte Braunschweiger Schokolade mit 60 Prozent Kakao, Honig von den Braunschweiger Okerbienen, einen Löwen-Magneten, eine Postkarte vom Altstadtmarkt sowie Infomaterial über Braunschweig.

Erhältlich ist die Löwenkiste in der Touristinfo, Kleine Burg 14, für 23,50 Euro. Infos unter www.braunschweig.de/neue-souvenirs.



Wünschen das Pflege- und
Seniorenzentrum Bethanien
und das Haus St. Vinzenz



Ein Teil der
Unternehmensgruppe **esn**
EVANGELISCHE
STIFTUNG
NEUERKERODE

Geschenkideen für Genießer

Anzeige

Braunschweig/Gliesmarode Weinhandlung Harald L. Bremer

Hier können Sie stöbern und noch wichtiger probieren. Erstklassige italienische Weine finden Sie in der Weinhandlung Harald L. Bremer in Braunschweig-Gliesmarode, ausgesucht mit viel Sachverstand und Erfahrung. In Italien gehört der Wein zum Essen dazu, darum finden Sie bei Bremer auch ein reichhaltiges Angebot italienischer Delikatessen. Von Pasta aus kleinster handwerklicher Produktion, bis hin zu erstklassigen Olivenölen, Parmesan und jetzt zu Weihnachten natürlich auch dem italienischen Weihnachtskuchen – dem Panettone.

Suchen Sie sich das Passende aus, stellen Sie Ihr individuelles Geschenk zusammen oder gönnen Sie sich selbst was Gutes zum Weihnachtsfest. Geschenke werden hier von engagierten Mitarbeitern liebevoll verpackt, ob im Geschenkkarton oder im Präsentkorb: Sie suchen aus wir packen ein!

Kommen Sie vorbei – Querumer Straße 26 – Parkplätze direkt vor dem Geschäft.

Immer geöffnet ist natürlich unser Online-Shop: www.bremerwein.de. Hier finden Sie viele Geschenkvorschlüsse und können jederzeit bestellen und sich auf eine schnelle Lieferung verlassen.

Sie können gerne telefonisch 0531 237360 oder per E-Mail vorbestellen, wir bereiten alles vor und Sie können Ihre Ware Montag bis Freitag von 8 bis 18 Uhr und am Samstag von 10 bis 13 Uhr direkt am Lager abholen.



Geschenke für Genießer
Spitzenweine und italienische Spezialitäten



Wählen Sie den schönsten Karton – gewellte Pappe, eleganter Holzkoffer – rot, blau oder schwarz und stellen Sie Ihr Geschenk zusammen:

Sie suchen aus – wir packen ein!
Präsentkörbe nach Ihren Vorstellungen mit unseren italienischen Weinen und Spezialitäten.

Harald L. Bremer – Haus italienischer Qualitätsweine

Efeuweg 3 – Braunschweig Gliesmarode (Navi: Querumer Str. 26)

Tel. 0531 237360 – www.bremerwein.de

Öffnungszeiten: Montag - Freitag: 8 bis 18 Uhr

Weinverkostung in unserem Ladengeschäft:

Mittwoch und Freitag 13 bis 18 Uhr und Samstag 10 bis 13 Uhr

Hier ist was los

48. KW Donnerstag, 1. Dezember 2022

10:00 – 21:00 Uhr Braunschweiger Weihnachtsmarkt, Dom, bis 29.12.
17:00 Uhr Weihnachtliches Wolfsburg, Porschestraße 49, WOB
19:00 Uhr Musical-Dinner - Waldhaus Oelper Am Ölper Holze 1, BS
19:30 Uhr Bodo Bach, Kultur- und Kommunikationszentrum, Karlstraße 35, BS

Freitag, 2. Dezember 2022

15:30 Uhr Normahl, Kinder- und Jugendzentrum B 58, BS
19:00 Uhr tanzwärts! Extrem, Theater BS, Kleines Haus
19:30 Uhr Peer Gynt, Theater BS, Großes Haus

Samstag, 3. Dezember 2022

15:00 Uhr Weihnachtskonzert Lindenhof BS, Annette und Johannes Denhoff
19:30 Uhr Cloclo, Theater BS, Großes Haus
20:00 Uhr Das Lied der Stadt, Theater BS, Aquarium
20:00 Uhr GTD Comedy Slam, Brunsviga Karlstraße 35, BS

Sonntag, 4. Dezember 2022

11:00 Uhr Wildwechsel Familiensonntag Waldforum Riddagshausen
15:00 Uhr Weihnachten im Tal der Trolle, Figurentheater Fadenschein, Büntenweg 95, BS
18:00 Uhr Magie & Dinner im Landhaus Seela, Landhaus Seela, Messeweg 41, BS
20:00 Uhr Themenabend, Theater BS, Aquarium
22:30 Uhr Biyon Kattilathu, Lindenhalle, Halberstädter Str. 1A, WF*

49. KW Montag, 5. Dezember 2022

09:00 Uhr Der kleine Rabe Socke, Komödie am Altstadtmarkt, Gördelingerstraße 7, BS
09:00 & 11:00 Uhr Robin Hood, Theater BS, Großes Haus

Dienstag, 6. Dezember 2022

20:00 Uhr Torsten Sträter (DE) CongressPark GmbH, Heinrich-Heine-Straße, WOB

Mittwoch, 7. Dezember 2022

09:00 Uhr Die Schneekönigin - Theater Miamou, Figurentheater Fadenschein, Büntenweg BS
19:30 Uhr Vergessen, dass, Theater BS, Kleines Haus

Donnerstag, 8. Dezember 2022

Bundesweiter Warntag

20:00 Uhr Valerij Meladze, CongressPark Wolfsburg GmbH, Heinrich-Heine-Straße, WOB

Freitag, 9. Dezember 2022

19:30 Uhr Zauberflöte, Theater BS, Großes Haus
19:30 Uhr Sellfi, Ku(h)lturstall im PflanzenEck, Dorfstr. 1, Wense
20:00 Uhr Rainald Grebe, Hallenbad - Kultur am Schachtweg, Schachtweg 31, WOB
20:00 Uhr Undirty Dancing, Theater BS, Aquarium
20:00 Uhr Chris Tall, Volkswagen Halle Braunschweig, Europapl. 1, BS*

Samstag, 10. Dezember 2022

15:00 Uhr Die Schneekönigin - Theater Miamou, Figurentheater Fadenschein, BS
19:30 Uhr Siegfried – Eine Bewegung, Theater BS, Großes Haus
19:30 Uhr Der Prozess I – Eichmann, Theater BS, Kleines Haus*
21:00 Uhr Deutschlands Größte Hausparty, MEC GmbH Millenium, Madamenweg 77, BS*



Sonntag, 11. Dezember 2022

11:00 – 17:00 Uhr Weihnachtsmarkt Neuerkerode
11:00 Uhr Das geheime Leben des Waldes, Theater BS, Großes Haus
11:00 Uhr Wilmas Weihnachten, Figurentheater Fadenschein, Büntenweg 95, BS
15:00 Uhr Tanzworkshop für alle zu >Siegfried – Eine Bewegung<, Theater, Tanzsaal im Park
15:00 Uhr Bach Weihnachtsoratorium - Kantaten I-III, Braunschweiger Dom
16:00 Uhr Schlagerzauber im Dezember -Weihnachtsshow, Volkswagen Halle BS

50. KW Montag, 12. Dezember 2022

11:00 Uhr Die kleine Hexe, Lessingtheater, Harztorwall 16, WF
15:00 Uhr "Kleiner Rabe Socke - Alles Weihnachten", Brunsviga
22:00 Uhr Rainer Hersch & Die Jingle Bells, westand BS*

Dienstag, 13. Dezember 2022

09:00 Uhr Wilmas Weihnachten, Figurentheater Fadenschein, Büntenweg 95, BS
20:00 Uhr Be Your Own Hero – Benefizkonzert, Sauna-Klub, Schachtweg 31, WOB

Mittwoch, 14. Dezember 2022

11:00 & 19:00 Uhr Trojan Rooms, Theater BS, Kleines Haus
19:30 Uhr Annette Frier & Christoph Maria Herbst, Theater BS, Großes Haus

Donnerstag, 15. Dezember 2022

19:00 Uhr Gentlemen Power Club, Upploppet, Spunk Westbahnhof, BS
19:30 – 21:30 Uhr Giselle, Scharoun Theater, Klieverhagen 50, WOB
20:00 Uhr Lesung: Marcel Pollex geht Baden, Theater BS, Aquarium*

Freitag, 16. Dezember 2022

18:00 Uhr Weihnachtssingen im Eintracht Stadion, BS
19:30 Uhr Der ideale Mann, Theater BS, Kleines Haus*
20:00 Uhr Das Lied der Stadt, Theater BS, Aquarium

Samstag, 17. Dezember 2022

19:00 Uhr Magic Dinner Show mit Kevin Köneke, Fallersleber Str. 35, BS
20:00 Uhr Brenner, Kult Bahnhof, Am Bahnhof-Süd 9, Gifhorn

Sonntag, 18. Dezember 2022

11:00 Uhr 4. Sinfoniekonzert, Theater BS, Großes Haus
11:00 Uhr Taramor, Figurentheater Fadenschein, Büntenweg 95, BS
17:00 Uhr Santas Rock Dinner Show, Landhaus Seela, Messeweg 41, BS
20:00 Uhr Meisterkonzert: Gambetta Consort, Theater BS, Großes Haus*

51. KW Montag, 19. Dezember 2022

10:00 – 19:00 Uhr Halberstädter Weihnachtsmarkt, Holzmarkt 14, WF

Mittwoch, 21. Dezember 2022

11:00 Uhr Trojan Rooms, Theater BS, Kleines Haus

Donnerstag, 22. Dezember 2022

19:30 Uhr Zauberflöte, Theater BS, Großes Haus
20:00 Uhr Das Lied der Stadt, Theater BS, Aquarium

Freitag, 23. Dezember 2022

15:00 Uhr Die Weihnachtsgans Auguste, Figurentheater Fadenschein, Bültenweg 95, BS
17:30 Uhr Erde - Geburt eines Planeten, Planetarium Uhlandweg 2, WOB

Sonntag, 25. Dezember 2022

14:00 Uhr Palast der Pferde/Der Fluch der Eisprinzessin, Schützenplatz, BS

52. KW Montag, 26. Dezember 2022

15:00 Uhr Sterntaler, Figurentheater Fadenschein, Bültenweg 95, BS
16:00 Uhr Christmas Around the World, Theater BS, Kleines Haus

Dienstag, 27. Dezember 2022

19:30 Uhr Das Rheingold, Theater BS, Großes Haus
20:00 Uhr Sodom, Hallenbad - Kultur am Schachtweg, WOB

Mittwoch, 28. Dezember 2022

20:00 Uhr Comedian Harmonists in Concert, westand Westbahnhof, BS*

Freitag, 30. Dezember 2022

20:00 Uhr Black Gospel Angels, St. Katharinen, An d. Katharinenkirche 4, BS

Samstag, 31. Dezember 2022

14:30 & 20:00 Uhr Cloclo, Theater BS, Großes Haus
21:00 Uhr Silvesterkonzert bei Kerzenschein, Braunschweiger Dom
19:00 Uhr Silvester Black and White Party, Liebeskuh, Lange Str. 61, BS
 – Änderungen vorbehalten – *weitere Termine

Bundesweiter Warntag am 8. Dezember 2022

Bund, Länder und Kommunen testen alle Warnsysteme für Krisen- und Katastrophenfälle.

Der Warntag ist ein gemeinsamer Aktionstag, bei dem Bund und Länder, sowie teilnehmende Kreise, Städte und Gemeinden in einer Übung ihre Warnmittel erproben. Um 11 Uhr werden zeitgleich unterschiedliche Warnmittel aktiviert. Ziel ist, die Menschen in Deutschland über die unterschiedlichen Warnmittel in Gefahrensituationen zu informieren und damit auch stärker auf den Bevölkerungsschutz insgesamt aufmerksam zu machen.

Neue Systeme müssen getestet, um sie später präzise einsetzen zu können. Es wird erstmals eine Testwarnmeldung der höchsten Warnstufe bundesweit an Handys versandt. Das ist der erste Test für die Warnung per Cell Broadcast. Wir brauchen für eine effektive und verlässliche Warninfrastruktur verschiedene Warnsysteme. Dazu gehören auch Sirenen und unsere Warn-App NINA.

Diese erscheint dann auf allen Endgeräten, die in einer Mobilfunkzelle eingebucht sind und über die Empfangsfähigkeit von Cell Broadcast-Nachrichten verfügen. Die MobilfunknutzerInnen werden bis zum Warntag über die Möglichkeiten informiert.



Spiele-Nachmittag

Die Stadtbibliothek, Schlossplatz 2, bietet Mittwoch, 14.12., 15 - 17.30 Uhr einen Spiele-Nachmittag für SeniorInnen an. Bei einem Angebot von mehr als 2.600 Gesellschaftsspielen ist für jede und jeden etwas dabei. ZuschauerInnen sind herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei. Weitere Informationen unter Telefon 470-6835.

Die große SCHLAGER HITPARADE XXL
Bernhard Brink
Simone & Charly Brunner
Art Garfunkel Jr. ★ Tanja Lasch
Alexander Martin ★ Musikapostel
So., 29.01.23 ILSENBURG
So., 16.04.23 HALBERSTADT

Original Hoch- und Deutschmeister der Wiener Hofburg
Do., 09.02.23 HALBERSTADT
 VVK: SchlagerTickets.com & an allen bek. VVKstellen
 www.THOMANN-Management.de | Burgebrach SchlagerTickets.com

Das perfekte Geschenk!
Ihr Rabattcode: REPORT23
23⁹⁰ / € statt **44⁹⁰ / €**
 Sonderpreis + versandkostenfrei
Gutscheinbuch.de
 VMG, Vertriebs-Marketing-Gesellschaft mbH, Niesheimer Str. 18, 67547 Worms

Musikparade 2023: Europas größte Tournee der Militär- und Blasmusik ist zurück!

Nach dreijähriger Pause kehrt Europas erfolgreichste Tournee der Militär- und Blasmusik ab Januar 2023 mit neuen Orchestern endlich wieder zurück in die größten Arenen Deutschlands.

Mehrere Hundert Künstler*innen präsentieren das europaweit einzigartige und größte Livemusik-Spektakel der Blasmusik in insgesamt 20 deutschen Städten. Sieben Orchester aus allen Teilen der Welt zeigen ein Programm mit Titeln von Military über Klassik oder Swing bis hin zu Rock und Pop: Klassische Märsche sind ebenso vertreten wie aktuelle Songs und Evergreens von Bon Jovi, Rihanna, Helene Fischer und vielen anderen. Mit jährlich mehr als 100.000 Besuchern ist die Musikparade die größte und erfolgreichste Tournee ihrer Art.

Pipes & Drums, Militär- und Blasmusik – Musikalische Vielfalt bei der Musikparade – Musikkorps, Marching Bands sowie offizielle Militär- und Repräsentationsorchester aus aller Welt zeichnen die Musikparade ebenso aus wie spektakuläre Choreografien und Tanzeinlagen, prächtige Uniformen und Kostüme sowie überraschende Showelemente. Das Programm wird in jedem Jahr neu zusammengestellt. Und auch die Fans der Dudelsackmusik dürfen sich wie in den schottischen Highlands fühlen: Dutzende Pipes and Drums nehmen jedes Jahr an der Musikparade teil, die sich somit an das Edinburgh-Tattoo in Schottland anlehnt und eine einzigartige Präsentation schottischer Musik ist.



Foto: Veranstalter

Höhepunkt ist das große Finale, bei dem sich alle Teilnehmer*innen zum „Orchester der Nationen“ vereinen, um gemeinsam zu musizieren – neben Klassikern wie „Ode to Joy“ oder dem „Radetzky Marsch“ gibt es auch ganz aktuelle Hits.

Die Besucher*innen der Musikparade 2023 erwartet in der rund dreistündigen Show neben fesselnden Choreografien und beeindruckenden Uniformen somit eine überaus anspruchsvolle, moderne Livemusik-Show rund um die Blasmusik – ein Feuerwerk an Musik und Farben, Show und Tanz.

Termine und Tickets: bei allen bekannten Vorverkaufsstellen, telefonisch unter 0441-20 50 920, sowie im Internet unter <http://www.musikparade.com>

MUSIKPARADE

MILITÄR- & BLASMUSIK

EUROPAS GRÖSSTE TOURNEE

350 KÜNSTLER AUS 6 NATIONEN

Braunschweig · Volkswagen Halle
Fr, 13. Januar · 19:30 Uhr
 Ticket-Hotline: 0441-2050920 und www.musikparade.com

Anzeige

Weihnachtsmärchen: Die Schneekönigin

In diesem Jahr wird im Scharoun Theater Wolfsburg das anrührende Weihnachtsmärchen mit Musik nach der Vorlage von Hans Christian Andersen in einer Fassung von Alexander Flache aufgeführt. Das Märchen für die ganze Familie ist fast täglich noch bis zum 22. Dezember zu sehen.

Hans Christian Andersens Geschichte erzählt von der Kraft der Empathie, die vor der Übermacht der kalten Vernunft schützt. Was ist, wenn das Herz vereist, jegliches Gefühl abhandenkommt?

„Die Schneekönigin“ ist eines der längsten und vielschichtigsten Kunstmärchen des dänischen Dichters Hans Christian Andersen, in dem es wie in vielen seiner Märchen um das kleine Glück der einfachen, guten Leute, um Mut, Verantwortung, Selbstbestimmung und soziale Wahrnehmung geht. Es lohnt sich immer, im Herzen Kind zu bleiben und die Welt mit ungetrübtem Blick zu betrachten! Das Scharoun Theater Wolfsburg bietet auch in diesem Jahr zwei spezielle Vorstellungen für Menschen mit gehörlichen Einschränkungen an, die von Gebärdendolmetscherinnen am Samstag, 3. Dezember um 14.30 Uhr und 17.30 Uhr begleitet werden.

Kartenverkauf sowie Kartenbestellungen: Theaterkasse Porschestraße 41 D, Wolfsburg, Di. - Fr. 10 bis 18 Uhr, Sa. 10 bis 14 Uhr, Tel 05361 2673-38, Mail karten@theater.wolfsburg.de oder online unter www.theater.wolfsburg.de.

SCHAROUN THEATER WOLFSBURG

Die Schneekönigin
HANS CHRISTIAN ANDERSEN

EIN ANRÜHRENDES MÄRCHEN FÜR DIE GANZE FAMILIE
FAST TÄGLICH VOM 18.11. BIS 22.12.2022

/scharountheater www.theater.wolfsburg.de



Phaeno Wolfsburg

Anzeige

Einmal ganz bequem auf einem Nagelbett liegen

Wo kann man bequem auf einem Nagelbett liegen und dabei noch für ein Erinnerungselfie lachen? Na, klar. Im phaeno in Wolfsburg. Dort können Kinder und Erwachsene in der neuen Sonderausstellung „WahnSinn“ ihre Sinne einmal ganz anders erleben: Rechts und links erscheinen vertauscht, Gegenstände verschwinden vor dem wachsamen Auge und Töne scheinen verrückt zu spielen. Die ganze Familie sucht gemeinsam geheime Botschaften oder die gelbe Ente in einem rötlich beleuchteten Raum oder bringt mal ganz nebenbei nur durch konzentriertes Hinschauen die Mona Lisa ins Wanken. Verschiedene Spezialbrillen stellen die Sinne zusätzlich auf die Probe. Wer dann noch seine Sinne nicht genug verwirrt hat, kann sich mutig durch den Schwindeltunnel wagen. Mit viel Spaß



Irgendwie spielen die Töne verrückt, oder?

Foto Janina Snatzke

finden alle in der neuen Sonderausstellung selbst heraus, warum und wie sich unsere Sinne verwirren, fokussieren oder ablenken lassen.

Wiedereröffnung des Kinderbereichs

Rund um Weihnachten wird es besonders für die kleinen Gäste äußerst spannend. Der Kinderbereich für Kinder von drei bis acht Jahren wird wiedereröffnet. Die neuen Überraschungen muss man selbst erleben! Nur eins wird schon verraten: Das phaeno will besonders mit seinen kleinen Gästen hoch hinaus.

phaeno
da staunst du.

Sonderausstellung
WAHNSINN.
Stellt eure Sinne auf die Probe.

www.phaeno.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



Die große Borgmeier-Gesundheitsprechstunde **Aktuelle Leserfragen**



Dr. Christoph Sliwowski. Foto: o.H.

Susanne Z. (48): „Als Diabetikerin leide ich trotz regelmäßiger Zahnpflege häufig unter Parodontitis. Woran liegt das?“

„Aufgrund des geschwächten Immunsystems von Diabetikern gelingt es Bakterien leichter, Zähne und Zahnfleisch zu befallen. Zunächst kommt es zu Entzündungen, die sich durch Rötungen, Schwellungen und Blutungen äußern. Durch die Infektion bildet sich das Zahnfleisch zurück, woraufhin die Zahnhälse frei liegen. Daraus resultiert eine erhöhte Schmerzempfindlichkeit der Zähne. Im Laufe der Zeit greift die Parodontitis auf den Kieferknochen über und schwächt ihn. Zähne können dann an Halt verlieren und ausfallen. Eine lang andauernde Parodontitis sorgt wiederum auch für schlechte Blutzuckerwerte und somit für eine weitere Schwächung des Immunsystems – ein Teufelskreis. Folglich erleben Diabetiker einen schnelleren und intensiveren Verlauf der Zahnfleischartzündung als Patienten ohne die Zuckerkrankheit. Für Letztere besteht aufgrund des erhöhten Blutzuckers bei einer unbehandelten Parodontitis allerdings ebenfalls ein größeres Risiko, Diabetes zu bekommen. Ebenso kann eine schnell fortschreitende Zahnfleischartzündung möglicherweise auf eine noch unentdeckte Diabetes-Erkrankung hinweisen.“

Experte: Dr. Christoph Sliwowski, Leiter der Zahnimplantat-Klinik Düsseldorf im St. Vinzenz-Krankenhaus. Infos: www.zahnimplantat-klinik-duesseldorf.de



Markus Küffel.

Foto: o.H.

Ulrike H. (60): „Ich habe leider nicht genügend Zeit, um mich um meinen pflegebedürftigen Vater zu kümmern, aber er möchte auch nicht in ein Heim. Welche Alternative gibt es?“

„Oftmals benötigen Menschen im höheren Alter Hilfe in einem Umfang, den Angehörige zu Hause nicht mehr sicherstellen können. Hinzu kommen mangelnde Erfahrung und gegebenenfalls wenig Zeit neben dem Beruf.

Somit sind familiäre und persönliche Spannungen vorprogrammiert. Vor der Unterbringung in einem Pflegeheim graut es allerdings vielen Betroffenen und deren Angehörigen. Keine individuell angepasste Versorgung, wenig Aufmerksamkeit, ein fremdes Umfeld und hohe Kosten. Mit dem 24-Stunden-Pflege-Modell bietet sich den Betroffenen die Möglichkeit, ein weitgehend selbstbestimmtes Leben im gewohnten Umfeld mit einer Betreuungskraft fortzuführen. Diese kommt in der Regel aus Osteuropa und lebt für einen Zeitraum von etwa zwei bis drei Monaten mit im Haus. Nach dem Zeitraum findet ein Wechsel statt und eine neue Pflegekraft kümmert sich um die hilfsbedürftige Person – in der Regel entsteht daraus ein Tandem und die Kräfte wechseln sich im etwa dreimonatigen Rhythmus ab.“

Experte: Markus Küffel, examinierter Krankenpfleger, diplomierter Gesundheitswissenschaftler und Geschäftsführer der Pflege zu Hause Küffel GmbH. Infos: www.pflegezuhaeuse.info



Dr. med. Joachim Graf von Finckenstein. Foto: o.H.

Nicole B. (55): „Obwohl ich nicht dick bin, habe ich sehr viel Fettgewebe an den Oberschenkeln. Mein Arzt diagnostizierte bei mir ein Lipödem und empfahl mir konservative Maßnahmen. Diese helfen jedoch nicht. Was kann ich noch tun?“

„Häufig wird das Krankheitsbild Lipödem mit einer Veranlagung zu Übergewicht gleichgesetzt. Dabei handelt es sich um unterschiedliche Problematiken, auch wenn in beiden Fällen die vermehrte Anlagerung von Fettgewebe gegeben ist. Wenn die Diagnose Lipödem zweifelsfrei besteht, ist es wichtig, möglichst früh mit einer richtigen Behandlung zu beginnen, um Schmerzen und anderen Beschwerden entgegenzuwirken. Für langfristige Linderung sorgt nur eine Fettabsaugung. Bei diesem Eingriff wird das krankhafte Gewebe dauerhaft entfernt. Allerdings kann besonders in fortgeschrittenen Stadien nur mit mehreren Sitzungen ein nachhaltiger Erfolg erzielt werden. Danach sollten weitere Schritte erfolgen, wie die Wiederaufnahme von Sport, eine Diätberatung sowie eine eventuelle Beseitigung von Hautüberschüssen. Nur die geduldige Aufnahme von vielseitigen Maßnahmen führt dazu, dass das Bild des Lipödems in einigen Fällen völlig verschwindet. Seit Anfang 2020 bezahlt die Krankenkasse diesen Eingriff, wenn es sich um ein Lipödem im dritten Stadium handelt.“

Experte: Dr. med. Joachim Graf von Finckenstein, Facharzt für plastische und ästhetische Chirurgie und medizinischer Leiter der Praxisklinik in den Seemarken Starnberg. Infos: www.finckenstein.de

Verschiedenes

Fliesenleger: Telefon 0531 - 122 88 21

Bekanntschaften

ER SUCHT SIE	SIE SUCHT IHN
Ex-Bauunternehmer, verw., Akad. 70+, m. toll. Ausstrahl., Humor, lb. Natur, Reisen, su. Sie. HerzAg 0171-4336027	Angelina, Dr. 67+163, verw., liebev., treu, kocht, gärtelt, rätselt, umzugsb., m. Pkw, sucht Ihn b. 82 J. HerzAg 0171-4336027

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.





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
www.hubeta.de

Weihnachten im Kreise der Pflege von Angehörigen über die Festtage

Weihnachten wollen die meisten Menschen traditionell mit ihrer Familie verbringen. Jedoch stehen Angehörige von Pflegebedürftigen bei der Planung des Festes vor einigen Fragen: Sollten sie ihren Verwandten lediglich im Heim besuchen oder zu sich nach Hause holen? Eignen sich die eigenen vier Wände überhaupt für die Unterbringung eines pflegebedürftigen Senioren? Markus Küffel, diplomierter Gesundheitswissenschaftler, examinierter Krankenpfleger und Geschäftsführer der Pflege zu Hause Küffel GmbH, erklärt, wie Betreuung auch über die Festtage gelingt.

Adventszeit im Heim

In vielen Seniorenheimen versuchen Pflegekräfte, ihren Bewohnern ein angenehmes Weihnachtsfest zu bieten. Schon in der Adventszeit beginnt die Planung: Dekorationen, Kekse und auch Singen sollen die Bewohner auf das kommende Fest einstimmen. Dabei berücksichtigen die Pflegerinnen die Wünsche der Pflegebedürftigen im Rahmen ihrer Möglichkeiten. Durch die Weihnachtsfeiertage mangelt es jedoch häufig an Personal, sodass eine individuelle Betreuung und schöne Weihnachtsbräuche schnell zu kurz kommen. „Auch wenn viele Familien ihre Angehörigen im Heim besuchen, wünschen sich die meisten, die besinnliche Zeit mit ihren Liebsten zu Hause zu feiern“, erklärt Markus Küffel.

Einfühlsame Pflege und aktives Leben in der Gemeinschaft



Foto: esn/Bernhard Janitschke

Das bieten die beiden Senioren- und Pflegezentren Bethanien und St. Vinzenz in Braunschweig.

Dazu Vollstationäre Pflege im Einzel- oder Doppelzimmer – Kurzzeit- und Verhinderungspflege – Krankenhausanschlusspflege nach § 39c SGB V – Betreuung und Pflege

demenziell Erkrankter (Demenz-Kompetenz-Zentrum in Bethanien) Palliative Pflege – Kirchliches Leben – Zentrales Qualitätsmanagement – Umfassendes Freizeit- und Kultur-Programm. Bethanien befindet sich auf dem Gelände des Marienstiftes, am Rande des östlichen Ringgebiets und ist mit Bus oder Tram direkt an die Stadt angebunden. Dennoch ist es ein ruhiger Ort zum Wohnen, mit einer herrlichen Parkanlage mit altem Baumbestand. Das Haus St. Vinzenz ist ein modernes Senioren- und Pflegezentrum hinter historischen Mauern, das die Evangelische Stiftung Neuerkerode 2017 erworben hat. Es wurde umfangreich saniert und ist seit 2020 eine moderne Pflegeeinrichtung. Das Haus befindet sich zentrumsnah direkt an der Oker, inmitten einer Parkanlage. Schnell und unkompliziert mit dem Bus oder zu Fuß gelangt man in die Stadtmitte.

Liebsten -



Unterbringung zu Hause

Häufig entscheiden sich Familien dazu, einen pflegebedürftigen Angehörigen über die Feiertage zu sich nach Hause zu holen. Dieser lebt in der Regel im Heim oder in einer auf ihn abgestimmten Wohnung mit Treppenlift, einem barrierefreien Bad oder Mobilitätshilfen. Häufig besitzen Familien kein barrierefreies Bad, aber für einige Tage reicht meistens auch eine Katzenwäsche am Waschbecken für die tägliche Hygiene aus. Viele Angehörige sind aufgrund des anfallenden Arbeitspensums schnell überfordert, da Pflegebedürftige zahlreiche Hilfestellungen benötigen. Daher besteht für Familien die Möglichkeit, eine 24-Stunden-Pflege, auch Betreuung in häuslicher Gemeinschaft genannt, für die Adventszeit in Anspruch zu nehmen. Bei diesem Betreuungsmodell zieht eine in der Regel aus Osteuropa stammende Präsenzkraft mit in den Haushalt der Familie ein und übernimmt einen großen Teil der Betreuung sowie Verrichtungen der Grund- und Körperpflege. Vorteil des Betreuungskonzepts: Den Pflegebedürftigen bieten sich eine individuelle Betreuung und die Möglichkeit, ein familiäres Fest mit ihren Liebsten zu feiern. „Deshalb sollten Betroffene rechtzeitig mit der Planung beginnen, um ungewollte Versorgungslücken zu vermeiden“, erklärt Markus Küffel und sagt abschließend: „Anderen zu helfen und auch selbst Unterstützung annehmen zu können, tragen zu einem schönen Weihnachtsfest in den eigenen vier Wänden bei.“ Weitere Infos unter www.pflegezuhause.info.

Rollstuhl für die Festtage und andere Hilfsmittel einfach mieten

Rollstuhl, Rollator, Elektromobil: Für den Feiertagsbesuch bei der Familie können Hilfsmittel am Zielort im Vorfeld komfortabel über die Internetseite MeinHilfsmittel.de gemietet werden. Dieser Service wird von Sanitätshäusern in ganz Deutschland angeboten. Die von der Russka-Ludwig Bertram GmbH betreute Plattform ermöglicht eine einfache Kontaktaufnahme zwischen den teilnehmenden Fachgeschäften vor Ort und den Kunden. So werden kurzfristig entstehende Bedarfe schnell gedeckt – ideal für örtliche Flexibilität und zeitlich begrenzte Nutzung, wie etwa zu Weihnachten. Viele Fachhändler bieten einen Lieferservice an, sodass kein zusätzlicher Weihnachtsstress entsteht.

In Ruhe vorab planen: Ausschauen – bestellen – liefern lassen
Über eine einfach zu bedienende Benutzeroberfläche wird das gewünschte Hilfsmittel online vorab in Ruhe ausgesucht. Nach Eingabe der Kontaktdaten und des Wunschtermins wird die Anfrage an ein Sanitätshaus oder Gesundheitszentrum am Zielort übermittelt – verschlüsselt und datenschutzkonform. Der unabhängige MeinHilfsmittel.de-Partner meldet sich dann bei den Interessenten und übernimmt die weitere Abwicklung. So steht einem schönen Weihnachtsfest im Familienkreis nichts mehr im Wege!



Foto: luckybusiness - stock.adobe.com

Rudolfstift

Einrichtung für Wohnen und Pflege älterer Menschen - mitten in Braunschweig

Rudolfstraße 21
38114 Braunschweig
Tel. 0531-7022470
www.rudolfstift.de

Das Heim in dem man Zuhause ist!

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.

Gördellingerstraße 4
38100 Braunschweig
Tel.: 0531 - 379 57 383
info@schatzmeister-braunschweig.de
www.schatzmeister-braunschweig.de

Schloß Schliestedt

- Seniorenbetreuung mit Kompetenz -

**Allen Angehörigen, Geschäftspartner*innen
und Freund*innen des Hauses
ein frohes Fest & ein gesundes neues Jahr!**

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

Schloßstraße 1 · 38170 Schöppenstedt
Telefon 05332/979-0 · www.schloss-schliestedt.de

Im Internet lesen Sie uns unter
www.wir-braunschweig.de



www.waldbestattung-cremlingen.de

5
JAHRE

Aus diesem Anlass erhalten Sie einen Rabatt* von 5% auf den Erwerb einer Ruhestätte bis zum 31.12.2022.



Waldführungen
 Bei unserer kostenlosen Führung erhalten Sie alle Informationen zum Thema Waldbestattung.

Termine:
 27. 11. / 11.12.2022 und
 15.01. / 12.02. / 12.03.2023
 Jeweils sonntags um 11.00 Uhr.
(Änderungen vorbehalten)

Anmeldung erforderlich! Informationen unter Telefon 05306 - 928 02 59
 Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns gerne an!
 Unsere Führungen sind grundsätzlich auch für Menschen mit Gehbehinderungen geeignet.
*Ausgenommen sind alle weiteren Kosten und Gebühren.

Waldbestattung Cremlinger Horn
 Hauptstraße 40
 38162 Cremlingen
 Telefon: 05306 - 928 02 59



5 Jahre Waldbestattung Cremlinger Horn

Anzeige

„Unsere Philosophie ist es, eine würdevolle und naturnahe Form der Bestattung anzubieten, unabhängig von Konfession und Weltanschauung. Wir haben einen lichtdurchfluteten Ort der Ruhe, aber auch der Lebendigkeit geschaffen.“ sagt Dorothee Borkam, Geschäftsführerin der Waldbestattung Cremlinger Horn.

Über 1700 Verstorbene haben hier ihre letzte Ruhe gefunden, weit mehr Menschen haben zu Lebzeiten vorsorglich ihre Ruhestätte gewählt.

„Das Thema Vorsorge liegt uns am Herzen. Wir merken, wie erleichternd es für Hinterbliebenen ist, wenn solche Entscheidungen vorab gefällt worden sind.“

Um sich unbefangenen diesem Thema nähern zu können, werden Führungen im Wald oder Beratungen im Büro in Cremlingen angeboten. Was zeichnet Ihren Friedhof aus?

„Wir sind mit dem Pkw, aber auch mit dem Bus gut erreichbar. Die Hauptwege sind befestigt und auch für Menschen mit Gehbehinderungen geeignet.“

STELLENMARKT

WIR im besten Alter

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

Wir im besten Alter

Anzeigenschluss für die Ausgabe Jan./Feb. 2023 ist der 15.1.2023.

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

Geld verdienen beim Spazierengehen

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

Zusteller (m/w/d) für Monats-Magazin

(SchülerInnen, StudentInnen, Hausfrauen, Pensionäre)

Haben Sie Interesse?
 Dann rufen Sie einfach an
☎ 05 31 / 38 000-93
 oder per Mail an
info@comet-verlag.de



„Ich mach das!“

CV Comet-Verlag GmbH · Im Remenfeld 5 · 38104 Braunschweig

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

Wieder entspannt Fernsehen

Hilfsmittel für verbesserte TV-Tonqualität auch bei Hörverlust

So manch gemütlicher Fernsehabend wird durch den Ärger über die Tonqualität der Sendung getrübt – dieses Phänomen kennen bereits jüngere Menschen, deren Gehör noch vollkommen intakt ist. Die Musik oder die Soundeffekte im Film oder der Lieblingsserie sind zu laut, während die Dialoge schwer zu verstehen sind. Lässt mit zunehmendem Alter das Hörvermögen nach, wird dies zum echten Problem: Um den Dialogen folgen zu können, wird das Fernsehgerät immer lauter gestellt, was für den Partner oder die Partnerin, Familienmitglieder oder auch die Nachbarschaft unerträglich werden und zu Spannungen führen kann. Doch es gibt Möglichkeiten und Tools, um Abhilfe zu schaffen und endlich wieder entspannte TV-Abende zu genießen – selbst bei zunehmenden Hörverlust.



Wenn mehrere Generationen gemeinsam fernsehschauen, kann das unterschiedliche Hörvermögen für Spannung sorgen. Technische Hilfsmittel können Abhilfe schaffen. Foto: sonoro OSKAR, faller audio

Neue Tonspur bei ARD und ZDF - Die Öffentlich-Rechtlichen haben auf Zuschauerbeschwerden über schlecht verständliche Dialoge reagiert: Seit Anfang Juni bieten sie in vielen Sendungen die zusätzliche Tonspur „Klare Sprache“ an, mit der Hintergrund- und Nebengeräusche sowie Musik reduziert werden. Alles, was gesprochen wird, ist dadurch automatisch deutlicher zu verstehen. „Klare Sprache“ ist für das Erste sowie für die Sender der Landesanstalten NDR, WDR und rbb verfügbar, außerdem für ZDF, ZDFinfo, ZDFneo und 3sat. Die Tonspur wird zudem für die HD-Programme des BR, hr, mdr, Radio Bremen, SR, SWR, tagesschau24, ONE und ARD alpha angeboten. Die zusätzliche Tonspur wird über die Fernbedienung des TV-Geräts im Audiomenü eingestellt.

Kopfhörer - Eine klassische Problemlösung bieten Kopfhörer: Mit ihnen lässt sich die Lautstärke aufdrehen, ohne das Umfeld zu stören. Ein Nachteil der Kopfhörer-Lösung ist allerdings, dass sich der Träger oder die Trägerin akustisch isoliert: Gespräche sind nicht möglich, solange der Kopfhörer getragen wird, Telefon und Türklingel werden überhört. Außerdem werden die Kopfhörer gerade bei längerem Tragen häufig als unbequem empfunden oder können sogar Schmerzen verursachen.

Soundbars - Guter Ton braucht Platz, den die dünne Bauweise moderner Flachbildfernseher meist nicht bieten kann. Hier kommen externe Soundbars ins Spiel, die den Fernsehton verstärken und dem Zuschauer ein klanggewaltiges Filmerlebnis bieten können. Das Problem der häufig schwer verständlichen Dialoge lösen sie allerdings nicht, da die Soundbars auch die Nebengeräusche

verstärken, welche die Sprache überdecken.

TV-Sprachverstärker - Eine Lösung, die speziell für die optimale Verständlichkeit der TV-Dialoge entwickelt wurde, ist der neue tragbare Hörverstärker OSKAR. Mithilfe einer innovativen Technologie zur Stimmoptimierung bringt OSKAR den Ton direkt zum Sitzplatz: Auf Knopfdruck werden Stimmen und für Sprache wichtige Frequenzbänder aktiv hervorgehoben, während störende Nebengeräusche dynamisch herausgefiltert und minimiert werden.

OSKAR wurde gemeinsam mit HNO-Ärzten und Hörakustikern von Marcell Faller, Gründer und Geschäftsführer der sonoro audio GmbH, entwickelt, der eine Lösung für seinen Vater suchte: Dieser hörte zunehmend schlechter und hatte insbesondere mit der Verständlichkeit der Dialoge Probleme. Dass er die Lautstärke immer weiter erhöhte, sorgte zuhause stetig für Spannungen. Mit dem TV-Hörverstärker ist es nicht mehr nötig, den Ton aufzudrehen: Er bringt den Ton direkt zum Sitzplatz.

OSKAR ist für 249 Euro (UVP) im Online-Shop auf www.faller-audio.com sowie im ausgewählten TV- und Audio-Fachhandel und bei Hörakustikern erhältlich.

Damit Sie sich selbst ein Bild machen können, verlosen wir zwei Geräte für unsere LeserInnen. Wenn Sie gewinnen möchten, senden Sie den Namen des Geräts mit Ihrer Telefonnummer per Mail an info@comet-verlag.de. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Anzeige

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

<p>Ahrensburg 155 ca. 172,44 m² Wfl./Nfl.</p>	<p>Wolfsburg 146 ca. 147,98 m² Wfl./Nfl.</p>
<p>Hamburg 156 ca. 158,07 m² Wfl./Nfl.</p>	<p>Bornholm 120 ca. 119,51 m² Wfl./Nfl.</p>

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

FORUM Massivhaus Noch mehr schöne Häuser unter:
forumhaus.de • 0531/889360



Foto: didi-K/Plumont/Syda Productions - stock.adobe.com

Jetzt ist wieder Zeit für kräftige(re) Rotweine. Besonders gut schmecken sie zu Gerichten mit Rind oder Ente. Eine gebratene Entenbrust mit Haselnussbutter ist einfach zuzubereiten. Als Beilagen eignen sich Kartoffelpüree, Rosenkohl und Karotten. Dazu passen vollmundige Rotweine aus Südwestfrankreich wie der Monastère de Saint Mont, den es im Fachhandel oder auf www.invinoveritas.de gibt.

winterliche Genüsse

Fleisch von heimischen Wildtieren ist gesund, nährstoffreich, fettarm und dank kurzer Lieferwege nachhaltig. Unter www.wild-auf-wild.de gibt es vielfältige Rezepte vom Wildschweinburger über den Festtagsbraten bis hin zum Reh-Schaschlik. Weiterhin sind dort Wildanbieter und Restaurants in der Nähe zu finden.



Foto: didi-K/Kapuh/DIV



Foto: didi-K/Mouton Cadet

Beim sogenannten Foodpairing kommt es darauf an, zum Gericht den passenden Wein zu wählen. Nicht zu schwer und dennoch aromatisch zeigt sich etwa der von Früchten geprägte Rotwein Mouton Cadet Rouge von 2019. Für festliche Anlässe und als Begleiter zu Fleischgerichten ist dieser Wein eine gute Wahl.

Magenbitter trinkt man nicht mehr nur fürs körperliche Wohlbefinden. Vielmehr versprechen sie außergewöhnliche Geschmackserlebnisse. Bereits seit Jahrzehnten nutzt die Apothekerfamilie Dr. Jaglas eine mittelalterliche Klosterrezeptur zur Manufaktur feiner Kräutrelixiere, die pur als Aperitif und Digestif oder mit Tonic genossen werden können. Unter www.dr-jaglas.de erfährt man, mit welchen Speisen die Kräuterbitter am besten harmonieren.



Foto: didi-K/DIV/Olaf Deharde

Ist es draußen ungemütlich, freut man sich auf eine heiße Suppe oder einen Eintopf. Mit dem passenden Kochgeschirr wie den Töpfen von AMC ist die Lieblingssuppe schnell gezaubert. Der Schnellkochdeckel Secuquick softline reduziert die Kochzeit um bis zu 80 Prozent. Zwei Schnellkochprogramme sorgen dafür, dass alle Zutaten bei perfekter Temperatur schonend gegart werden: www.kochenmitamc.info.



Fotos: didi-K/www.dr-jaglas.de/Steffen Sinzinger



Foto: didi-K/AMC/Alfa Metallcraft Corporation

Winterwandern durch die schönsten Regionen Deutschlands

Raureif bedeckt die Zweige, Schnee knirscht unter den Sohlen: Eine Wanderung im Winter hat ihren ganz besonderen Reiz.

Die Top Trails of Germany, die 13 Spitzenwanderwege, bieten auch in dieser Saison eindrucksvolle Naturerlebnisse mitten durch die reizvollsten Regionen Deutschlands. Zwischen Dezember und März bieten sich zahlreiche Touren durch die glitzernde Kälte an – ob als Eintages- oder Mehrtagestour.

Eifelsteig

Tagestour durchs verschneite Hochmoor – für Familien

Der Eifelsteig ist einer der Klassiker unter den Fernwanderwegen. Er führt von Aachen nach Trier durch unterschiedliche Landschaften: Weite Ausblicke übers ebene Land, tiefhängende Tannenzweige in waldigen Abschnitten oder Fachwerkhäuser am Wegesrand. Die „Struffeltroute“ führt durch das Wasserzufuhrgebiet der Dreilägerbachtalsperre. Zahlreiche Tafeln erklären die Besonderheiten der Wanderlandschaft, und von der Aussichtsplattform gibt es einen weiten Blick auf die Staumauer der Talsperre. Einzelne Holzstege führen über die Untiefen der Hochmoore. Durch die geringe Steigung, interessante Wegführung und eine Länge von nur rund 10 Kilometern ist diese Rundwanderung optimal für die ganze Familie. Wer nicht per Auto anreisen will, kann auch mit dem ÖPNV bis „Roetgen – Dreilägerbachtalsperre“ fahren und hier starten und wieder ankommen.

Heidschnuckenweg

Zwei Tage durchs flache Land – für Genießer

Ganz im Norden finden Genuss-Wanderer auf dem Heidschnuckenweg im Winter Ruhe und Weite. Die Etappen 9 und 10 bieten sich besonders für eine Winterwanderung an, da sie auf rund 7 und 19 Kilometern durch weitläufige Natur und den größten Wacholderwald Deutschlands führen. Start ist in Müden (Örtze), ein gemütlicher kleiner Ort mit vielen Fachwerkhäusern, von wo aus entlang der Örtze bis nach Faßberg gewandert wird. Dort kann man beispielsweise im Heidschnuckenhof Niederhohe übernachten und zudem mit ein bisschen Glück Namensgeber des Weges treffen, die Heidschnucken. Am zweiten Tag geht es dann

durch den Wacholderwald Schmarbeck bis in die Oberoher Heide. Nicht weit ist der Wanderparkplatz Oberohe, von wo aus es mit dem Bus die Möglichkeit gibt wieder an den Startpunkt zurückzukehren.





- ★ 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

Anzeige

Eine echte Attraktion in Sachen süßes Handwerk Harzer Baumkuchenhaus

Das Baumkuchenhaus Nr. 1 in Wernigerode bietet hochwertige Baumkuchenqualität in einem Ambiente, das dem König der Kuchen und Symbol des Konditorenberufs würdig ist. Café und Verkauf wurden in Baumkuchenform gestaltet, ein kleiner Ausstellungsbereich zeigt auch internationale



Hochwertige Baumkuchenqualität in schönem Ambiente bietet das Baumhaus Nr. 1 in Wernigerode. Foto: o.H.



Baumkuchenvarianten und im Café selber kann man die verschiedensten, im Baumkuchenhaus produzierten, Baumkuchenvarianten verzehren und eine schöne Tasse Kaffee, Tee oder Kakao dazu genießen.

Liebe Leserin, lieber Leser,



in einem Adventslied heißt es: „*Wir sagen euch an den lieben Advent, siehe die erste Kerze brennt. Wir sagen euch an eine heilige Zeit, machet dem Herrn den Weg bereit*“. Weihnachtszeit 2022: Ein Jahr liegt hinter uns, in dem wir lernen mussten, bisher Undenkbare zu denken. Wieder tobt ein Krieg in Europa, Klimawandel, Inflation, Flut und Vertreibung haben ungeahnte Ausmaße angenommen. Wir aber warten auf den Gott, der durch all das mit uns geht und unter uns bleibt, der uns Schritte zeigt, die wir mit Menschenkraft gehen können, dem wir ähnlich sein können.

Von dem allmächtigen Gott wissen wir, dass nach seinem Willen Krieg nicht sein soll. Von dem allmächtigen Gott wissen wir, dass er unsere Schöpfung gut eingerichtet hat und dass wir Menschen Teil dieser Schöpfung und nicht ihr Gegenüber sind.

Von dem allmächtigen Gott wissen wir, dass er uns zu seinem Bild geschaffen hat. Aber wir haben uns entfernt und aus der Ferne können wir kaum noch begreifen, wie er wirksam ist während wir seine Welt an den Abgrund bringen.

Darum warten wir. Wir warten auf Gottes Erscheinen. Wir warten im Advent. Warten ist eine Kunst. Warten kann auch eine Freude sein, dann wenn vor Augen steht, was uns verheißen ist, was kom-

men wird, wenn wir nicht ins Ungewisse gehen müssen. Im Advent warten wir darauf, dass der allmächtige Gott, Mensch wird, Kind wird und dass wir mit ihm wie die Kinder werden können, offen, vertrauensvoll, tatkräftig, mit Fantasie begabt.

So wünsche ich Ihnen und uns allen eine Advents- und Weihnachtszeit, in der die Hoffnung groß wird, dass sich etwas ändern kann auf dieser Welt, dass wir es können.

Mit vielen herzlichen Grüßen

Ihre/Eure *Dompredigerin*
Cornelia Götz

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

Veranstaltungen im Braunschweiger Dom

Samstag, 3. Dezember 2022, 17:00 Uhr: Braunschweiger Adventssingen (II)

Sonntag, 4. Dezember 2022, 17 Uhr: Braunschweiger Adventssingen (III)

Samstag, 10. Dezember 2022, 20:00 Uhr: J. S. Bach „Weihnachtsoratorium“

Sonntag, 11. Dezember 2022, 15:00 Uhr: J. S. Bach „Weihnachtsoratorium“ (I-III), 18:00 Uhr: J. S. Bach „Weihnachtsoratorium“ (IV-VI)

Dienstag, 13. Dezember 2022, 18:00 Uhr: Gottesdienst der Polizei BS

Freitag, 16. Dezember 2022, 15:30 Uhr: Festl. Musik für Trompete u. Orgel

Samstag, 17. Dezember 2022, 14:30 Uhr: Festl. Musik für Trompete u. Orgel

17:00 Uhr: Quempas-Singen I der Braunschweiger Domschule

Sonntag, 18. Dezember 2022, 14:30 Uhr: Festl. Musik für Trompete u. Orgel

17:00 Uhr: Quempas-Singen II der Braunschweiger Domschule

Donnerstag, 22. Dezember 2022, 19:00 Uhr: Weihnachtsandacht mit Alphörnern, Ulrich Markurth liest die Weihnachtsgeschichte

Samstag, 24. Dezember 2022, 15:00 Uhr: Das Braunschweiger Krippenspiel

16:30 Uhr: Christvesper, **18:15 Uhr:** Christvesper, **23:00 Uhr:** Christnacht

Sonntag, 25. Dezember 2022, 10:00 Uhr: Festgottesdienst mit Abendmahl
17:00 Uhr Lichterkirche

Montag, 26. Dezember 2022, 11:00 Uhr: Familiengottesdienst,
17:00 Uhr: Abendgottesdiensts „Weihnachtlicher Kehraus“

Samstag, 31. Dezember 2022, 17:00 Uhr: Gottesdienst - Altjahresabend,
21:00 Uhr: Silvesterkonzert bei Kerzenschein

Jede Woche im Dom:

Montag bis Freitag – 17.00 Uhr Abendsegens - Freitag: mit Abendmahl

Samstag – 12.00 Uhr Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag – 10.00 Uhr Gottesdienst

Öffnungszeiten Dom: Montag bis Sonntag – 10.00 - 17.00 Uhr

Zwischen Anfang Januar und Mitte März ist der Dom von 13.00 - 15.00 Uhr geschlossen.

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.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 14)

Das deutsche Volk ist ein gutes, ein ehrlich vertrauendes, biederes Volk. Was in ihm schlecht ist, hat es selbst nicht verschuldet. Wenn aber Deutschland, zu Grunde gerichtet in seinen Finanzen, der bürgerlichen Freiheit beraubt und zu Boden gedrückt durch die Fäulniß seiner Regierungen, in seinen Kammern, wie es in Wien und in Berlin geschah, über die Irrthümer der Machthaber des Landes klagte, dann nannte man die Klage - Verbrechen, und Tod und Verbannung war das Loos aller derer, welche im Namen des Volkes für Wahrheit und Recht die Stimmen erhoben.

Der 6. August war im Jahre 1848 der letzte Freudentag in Braunschweig«.

Hier läßt sich bereits erkennen, dass Heusinger die Verhältnisse des Revolutionsjahres 1848 aus nachmärzlicher Sicht mit Vorsicht beurteilt, wie er dies abschließend auch hinsichtlich der Resultate der Revolution in Braunschweig tut:

»Funfzehn Monate, jeder einzelne reich an Ereignissen, sind seitdem vergangen. Vom kleinen Thürmchen der hohen Aegidiuskirche zu Braunschweig wehen noch die deutschen Farben, die wir in den Märztagen mit lautem Jubel als erstes Zeichen des Erwachens einer Nation aus langem Todesschlaf begrüßt haben. Möge das deutsche Banner weder nordischen Barbaren, noch anarchischen Horden zur Zielscheibe dienen, sondern bis in die spätesten Zeiten, als Emblem der verfassungsmäßigen Freiheit, dem alterthümlichen schönen Bau zur Zierde gereichen, in dem manch kräftiges Wort gesprochen, das einen eben so festen als ehrenwerthen Freiheitssinn der Braunschweiger beurkundet. Deutschlands politischer Horizont ist ringsum von schweren Gewitterwolken umzogen. Selbst aus dem Schoße des Vaterlandes brausen die Wetter herauf, unheilswangerer, als die Geschichte seit dem 30jährigen Kriege sie uns berichtet. Schon will es erscheinen, als könnte der entbrennende Kampf nur noch durch eine Theilung in ein nördliches und südliches, in ein republikanisches und in ein constitutionelles Deutschland beschworen werden. Wie nahe aber auch die Stürme unser engeres Vaterland umtoben, welche Zweifel und Bedenken sich erheben mögen, ob durch Hannover oder Preußen, oder durch Uebereinstimmung aller königlichen Meinungen eine Verfassung demnächst auch in Braunschweig octroyirt wird - die Braunschweiger vertrauen wenigstens so viel zu ihrer Regierung, daß sie durch Zwang sich nicht einschüchtern läßt, zum neuen Sclaventhum des Volkes die Hand zu bieten. Bis jetzt ist sie mit dem Volke gegangen. In Betracht der Persönlichkeit der Minister darf man annehmen, daß es ihnen Ernst damit ist, wenn sie versichern, auch ferner zum Volke stehen zu wollen. Die Deputirtenkanimer hat, in den Haupt-

sachen einträchtig mit der Regierung, unbeirrt durch die immer höher anschwellende Sturmfluth, treulich bis hierher ihre Pflicht erfüllt. Sie hat mit warmem Eifer, ohne das allgemeine Deutschland aus dem Auge zu verlieren, die Reorganisation des engeren Vaterlandes betrieben. Viele Mißbräuche sind abgestellt, Vieles, was veraltet und nicht mehr in die Formen der Neuzeit paßte, ist von dem Brauchbaren mit Besonnenheit ausgesichtet worden. Die Beseitigung von manchen Übelständen, die unter allzugroßer Verletzung der Beteiligten nicht mit Einem Schlage bewerkstelligt werden konnte, ist mit zuversichtlicher Hoffnung auf Erfüllung in nahe Aussicht gestellt. Es ist unleugbar mehr in den letzten funfzehn Monaten in Braunschweig reformirt worden, als in so vielen vorangegangenen Jahren. Alles das Gute aber ist die Folge der großen Reformbewegung, welche trotz Bajonnetten und Belagerungszuständen naturgemäß ihren Lauf durch Europa nehmen wird, bis sie die neue staatliche Schöpfung vollendet hat. Gleich anderen kleineren Ländern wurde auch Braunschweig, in Folge dunkelklarer Verfügungen des österreichisch-absolutmonarchisch gesinnten Reichsverwesers, fast von allen Truppen entblößt. Aber die Haltung der Braunschweiger blieb dieselbe. Ihre feste Besonnenheit, die mit der zunehmenden Gefahr in den politischen Parteien zunehmende Eintracht, haben den Vorwand zum Einrücke fremder Truppen oder zu Anwendung irgend einer Gewaltmaßregel, wie es in andern Ländern geschehen, unmöglich gemacht. Wir hören mit Stolz die Worte: »Volksinteresse, Volksdienst, Volksschatz, Volksversammlung«, die bisher in Deutschland keine Bedeutung hatten. Worte, die früher als leere Phrase, oder einfach zu geographischen Bezeichnungen gebraucht wurden, sind zur Wahrheit auch in Braunschweig geworden«.

Die Revolution von 1848/49 im Herzogtum Braunschweig ist im Wesentlichen in drei Phasen verlaufen. Die Märzrevolution griff die »Märzforderungen« auf, und die Regierung setzte sie im Rahmen der verfassungsmäßig gegebenen Gesetzgebung um, ohne dass militanter Protest oder gar Einsatz von Militär gegen den Protest notwendig wurden oder in Erscheinung traten. Von Mitte 1848 bis Anfang 1849 beruhigte sich mit den Zugeständnissen an die Landbevölkerung auch die Lage außerhalb der Städte, und die allgemeine Richtung der Bewegung im Herzogtum war nun auf Fragen von nationaler Bedeutung gerichtet.

Fortsetzung folgt



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

Sonnyboy mit starken Plänen

Samuel Koch

Der Schauspieler und Autor will zeigen, wie das Leben leichter wird



Samuel und Sarah Koch. Foto: highgloss.de

(djd). Mit dem Schicksal hadern – das ist nicht sein Ding. „Man kann auf jedem Niveau klagen, aber auch auf jedem Niveau glücklich sein“, weiß Samuel Koch aus eigener Erfahrung nur zu gut. Seit seinem Unfall bei „Wetten, dass...?“ 2010, der zur Querschnittlähmung von Hals abwärts führte, hat er seine Stärke immer wieder bewiesen. Dies möchte er ein Stück weit auch an andere weitergeben. Ab Mai 2023 geht der blonde Schauspieler mit seinem Programm „Schwerelos“ auf Tour. Was die Zuschauer erwartet? Musik, Theater, Comedy und einige Überraschungen ... „Ich denke, dass irgendwie jeder Schwere loswerden möchte, und ich wünsche mir, dass sich die Menschen nach diesem Abend tatsächlich ein bisschen leichter fühlen“, so Koch zur dpa. Denn entgegen vielen Annahmen ist der 35-Jährige weder übermäßig ernst noch melancholisch: „In meiner Wahrnehmung ist Leichtigkeit meine viel stärkere Seite. Ich bin eher nahe an der Sonne gebaut.“ Und so geht der Sonnyboy auch sein Leben an. Er ist mit Kollegin Sarah Koch seit 2016 glücklich verheiratet. Die beiden haben ein Kinderbuch geschrieben und wünschen sich selbst auch Nachwuchs. Seine positive Lebenseinstellung hat sich Samuel Koch nie nehmen lassen und möchte dies auch anderen vermitteln. Beruflich konnte er schon viele seiner Traumrollen verwirklichen. Eine bleibt noch, wie er „fokus.swiss“ augenzwinkernd verriet: „Wenn ich bald wieder laufen kann, würde ich gerne im 38. Remake Spiderman spielen.“

Tanja Szewczenko

Chaos kann sie nicht mehr schocken

Woraus die dreifache Mama Kraft und Glück schöpft

(pst). „Ich war verzweifelt, traurig, in mich gekehrt“ – so beschreibt Tanja Szewczenko (45) ihren Gemütszustand aus der Zeit, als sie unbedingt ein zweites Kind wollte. „Ich habe so vieles erreicht in meinem Leben – ob im Sport oder als Schauspielerin. Aber den wirklichen Sinn im Leben habe ich als Mama gefunden“, erzählte die einstige Eiskunstläuferin jetzt bei „Riverboat Berlin“. Fünf Jahre versuchten sie und ihr Mann, nach Tochter Jona (11) noch einmal Eltern zu werden - vergeblich. Sie durchlebten zig Kinderwunschbehandlungen und Fehlgeburten. Es war die Hölle. Davon berichtet die Schauspielerin nun in ihrem Buch „Durch die Hölle ins Glück“. Damit will sie anderen Frauen, denen es ähnlich geht, Mut machen: „Ich habe mich nicht getraut, darüber zu sprechen und gemerkt, dass das absolut der falsche Weg ist.“ Ihr wurde klar: „Ich möchte das nicht mehr allein tragen“. Sie teilte ihr Leid in den sozialen Netzwerken. Und es geschah ein kleines Wunder. Als Tanja und Gatte Norman Jeschke (43) schon mit dem Thema abgeschlossen hatten, wurde die hübsche Blondine schwanger, auf natürlichem Wege und auch noch mit Zwillingen! Die inzwischen einjährigen Jungs sorgen daheim für jede Menge Chaos, doch Tanja nimmt's cool, erklärt im RTL-Interview, woraus sie Kraft schöpft: „Ich werde vorangetrieben durch meine Glücklichkeit. Ich bin am Ziel meiner Träume!“



Tanja Szewczenko. Foto: highgloss.de

Haarscharf dem Tod entkommen

Manou Lubowski

Was der „Hui Buh“-Schauspieler aus einem traumatischen Erlebnis gelernt hat



Manou Lubowski. Foto: highgloss.de

(djd). Diesen Tag wird er wohl nie vergessen! Es war im Mai letzten Jahres, als Manou Lubowski (53) über Nacht so starke Halsschmerzen bekam, dass er kaum noch sprechen konnte. Der Ex-„Verbotene Liebe“-Star dachte an eine Mandelentzündung, wie er jetzt im „Bunte“-Interview erzählte. Da es ein Sonntag war, fuhr er in die Notaufnahme – eigentlich nur, um sich ein Antibiotikum zu holen. Doch dann der Schock: Der Arzt schaute in seinen Hals und sagte alarmiert: „Wir müssen Sie sofort operieren, sonst sind Sie in einer halben Stunde tot“. Im Hals des Schauspielers hatte sich ein aggressiver, schnell wachsender Abzess gebildet, der ihn fast erstickt hätte. Erst fünf Tage nach der OP sei er wieder aufgewacht, weil man ihn in ein künstliches Koma versetzt hatte. Ein Horror-Erlebnis für den Synchronsprecher, der unter anderem „Klößchen“ in „TKKG“ und „Ser Jaime Lennister“ aus „Game of Thrones“ seine Stimme lieh. „Vielleicht lebe ich heute noch mehr im Hier und Jetzt. Das Wichtigste ist meine Familie, meine Arbeit und enge Freunde“, hält er fest. Besonders sein Glück mit Partnerin Lara und Töchterchen Beija weiß er umso intensiver zu schätzen. Und natürlich genießt Manou auch seinen Erfolg – nach „Lieber Kurt“ ist er derzeit mit „Hui Buh und das Hexenschloss“ im Kino.

Oiel Spaß beim RätseIn!

Anzeige

Sehrohr der U-Boote	▼	anhänglich	Pferdedressur	▼	Hamiten-volk	niederl.-sprachiger Belgier	▼	▼	vergreist	Besucher	Kurzform von Katharine	▼	Hochland, Plateau (span.)	▼	wagen	▼	Wintersportart	Gewinne						
▶		▼			▼				Ankleide-raum	▶					▼			▼						
Großstadt			den Mensch betreffend	▶					Sprechweise einer dt. Ligatur		Einge-weihter (engl.)													
▶						Fehlen be-merken	▶						germa-nische Gottheit				Gesamt-kapital einer Firma							
Sperrvorrichtung			Salz der Essig-säure		Säugetier mit dichtem Fell									unge-trübt	▶									
der-artig		Initialen der engl. Autorin Christie	▶					<p>Logisch ... Zeitschriften clever mieten - statt kaufen!</p> <ul style="list-style-type: none"> • bequem • preiswert • zuverlässig <p>Tel.: 0531/38012-0 Fax: 0531/38012-22</p> <p>HETTLING'S LeseZirkel www.lesezirkel.com</p>																
▶																								
Dreschabfall	Richtung und Ort bestimmen	italie-nischer Adria-Badeort																						
Fremd-wortteil: vor	▶																							
▶						Karten spielen																		
Abfolge allen Geschehens			bayrisch: nein	▼																				
Vorname d. Schauspielers Ventura	▶																							
bibli-scher Riese (A.T.)	▶																							
▶						Film-apparat																		
süd-amerikanischer Kuckuck	schubsen	Abk.: Kreis	▶																					
Rufname d. Schauspielers Connery	▶																							
nicht berittener Stier-kämpfer		winzige Spalte		Skat-ausdruck	▼	süd-am. Schulter-decke	Fest-platz in Mün-chen	▼	achte Ton-leiter-stufe	▼	▼	Stumm-film-star † (Buster)	Staat in Hinter-indien	englisch: oder	subark-tisches Herden-tier	▶								
▶		▼		▼		metalle-ne Spitze						treu	▶	▼					Tier-pflege					
Signal-gerät	▶						latei-nisch: Kunst		rohes geschabtes Rind-fleisch	▶					Gehör-organ		nieder-deutsch: das	▼						
▶				Fern-sehen (Abk.)	▼	chemi-sches Element	▶					int. Kfz.-Z. Argentinien	▼	ein-tönige Land-schaft	▶									
Vorname der Nielsen †			dt. Adels-haus (... und Taxis)	▶					An-regung	▶														
unruhig	▶							Stadt an der Saale	▶					Feld-ertrag	▶									

Geschenktipps

„Circle of Colors“

heißt eine neue moderne Puzzleserie von Ravensburger, die einfach gute Laune macht. Die bunten Illustrationen der kreisrunden Puzzles wurden von ausgewählten Künstlern geschaffen, die in unterschiedlichen Ländern und Kulturen zu Hause sind. In der ersten Edition sind sechs verschiedene Motive, alle atemberaubend schön und in angesagtem Mandala-Style gehalten, erschienen. Jedes Puzzle erzählt detailverliebt eine Geschichte und lädt mit einem Potpourri an Farben zum Entdecken, Entspannen und Träumen ein.

Ihre 500 Teile werden im Kreis zusammengesetzt, wobei jedes der vorerst sechs Motive von einem anderen internationalen Künstler kreiert wurde – und dessen einzigartigen Stil widerspiegelt. Was alle der Puzzles verbindet, ist ihre Hommage an die Schönheit der Natur und ihr künstlerischer Anspruch: Alle geben das Farbspektrum des Regenbogens wieder. Die jeweiligen Künstler haben dessen Farbstrudel jedoch unterschiedlich in ihrem Werk in Szene gesetzt.

Motiv "Tiere"

Bethan Janine ist eine von Flora und Fauna inspirierte Illustratorin aus Sheffield in England.

www.instagram.com/bethanjanine,
www.bethanjanine.com



Motiv "Unterwasserwelt"

Asia Orlando ist eine digitale Künstlerin, Illustratorin und Umweltschützerin.

www.asiaorlando.com,
www.instagram.com/asiaorlando_

Wir verlosen einige Puzzles für unsere LeserInnen. Schreiben Sie uns eine Mail an info@comet-verlag.de mit Ihrer Telefonnummer und dem Namen der neuen Puzzleserie bis 10.12.2022. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Kalender mit Bildern vom Schloss

Anlässlich des 15-jährigen Schlossjubiläums waren Kinder und Jugendliche dazu aufgerufen, ein Bild vom Schloss zu malen. Der Kreativität waren dabei keine Grenzen gesetzt. In einer Ausstellung wurden 50 Bilder präsentiert und die BesucherInnen des Schlossmuseums hatten die Qual der Wahl: Mehr als 600 Stimmen wurden abgegeben. Der Kalender enthält die schönsten Bilder vom Schloss.

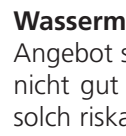


Cover „Bilder vom Schloss“ - Schlossmuseum Braunschweig

Die Sterne für Dezember 2022



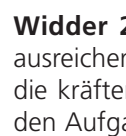
Steinbock 22.12.-20.1. Derzeit fehlt Ihnen ein wenig Tatkraft. Fantasie und tolle Einfälle sind Ihnen dagegen gegeben. Machen Sie doch endlich etwas daraus.



Wassermann 21.1.-19.2. Bleiben Sie bei einem Angebot skeptisch, noch kennen Sie jemanden nicht gut genug, um mit ihm gemeinsam ein solch riskantes Unternehmen zu starten.



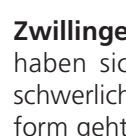
Fische 20.2.-20.3. Beruflich werden Sie in diesen Wochen auf einigen Widerstand stoßen. Lösen Sie Ihre Aufgaben mit Köpfchen und einer Prise Humor.



Widder 21.3.-20.4. Wichtig ist, dass Sie für ausreichend Schlaf sorgen. Nur so werden Sie die kräfteaubende Zeit mit ihren anstrengenden Aufgaben durchhalten können.



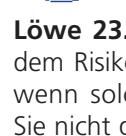
Stier 21.4.-21.5. Sie schenken einem Gerücht gerne Glauben, weil dann alles zu Ihren Gunsten ausgeht. Besser wäre es aber, wenn Sie die Sache selbst überprüfen.



Zwillinge 22.5.-21.6. Aufregende Wochen: Sie haben sich etwas in den Kopf gesetzt, was schwerlich mit den Vorstellungen anderer konform geht. Streit droht.



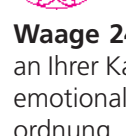
Krebs 22.6.-22.7. Ein Geschäft bietet einige Vorteile. Lassen Sie sich davon aber nicht blenden: Auch die möglichen Nachteile müssen Sie ins Kalkül ziehen.



Löwe 23.7.-23.8. Eine Spaßbremse warnt vor dem Risiko. Doch Sie wären kein echter Löwe, wenn solche spannenden Herausforderungen Sie nicht gerade reizen würden.



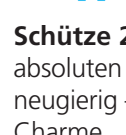
Jungfrau 24.8.-23.9. Wenn es Ihnen nun gelingt, eine bestimmte Person umzustimmen und für Ihren Plan zu gewinnen, erledigt sich der lächerliche Rest von selbst!



Waage 24.9.-23.10. Beruflich basteln Sie intensiv an Ihrer Karriere. Doch leider stehen auch ein paar emotionale Durchhänger bei Ihnen auf der Tagesordnung.



Skorpion 24.10.-22.11. Prinzipiell können Sie mit Ihrer aktuellen Leistungsfähigkeit voll zufrieden sein. Es lohnt sich dennoch, Ihr Training zu intensivieren.



Schütze 23.11.-21.12. Sie befinden sich in einem absoluten Hoch. Sie sind entscheidungsfreudig, neugierig – und von nahezu unwiderstehlichem Charme.



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

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
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

WOLFSBURG	(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

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
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, Büntenweg 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

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

Januar/Februar 2023

ist der 15. Januar 2023.

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 = 10 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

IHRE AUSZEIT

Alle Angebote mit eigener Anreise 



Dresden



© Dresdner Weihnachts-Circus

ab **355,- €**
p.P. im DZ

Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im Maritim Hotel Dresden
- Täglich reichhaltiges Frühstück
- Abendessen am Anreisetag
- Ticket für die Abendshow des Dresdner Weihnachts-Circus am 17.12.2022 um 18:30 Uhr
- WLAN im Hotel kostenfrei

Termin: 16.12.2022 – 18.12.2022

Preise: 355,- Euro pro Person im Doppelzimmer
579,- Euro pro Person im Einzelzimmer

Rügen



© Peter Spickermann/istockphoto.com

ab **195,- €**
p.P. im DZ

Ihre Inklusivleistungen:

- 3, 4 oder 7 Nächte im neueröffneten „Koopmanns Hotel und Lädchen“ in Göhren / Insel Rügen
- Täglich reichhaltiges Frühstück
- 1 Flasche Wasser bei Anreise auf dem Zimmer
- 1x Begrüßungsgetränk im Hotellädchen „Emma“
- 1x Kaffee & Kuchen im Lädchen

Termine: 03.11.2022 bis 26.03.2023
Anreise: Donnerstags oder sonntags, nach Verfügbarkeit buchbar.

Preise: ab 195,- Euro pro Person im Doppelzimmer
ab 229,- Euro pro Person im Einzelzimmer

Travemünde



© Nellí Syrotyńska/Shutterstock

135,- €
p.P. im DZ

Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im Maritim Strandhotel Travemünde im Comfort-Zimmer inkl. täglichem Maritim-Frühstück
- 1 Flasche Maritim-Sekt zur Begrüßung auf dem Zimmer
- Täglich nach Bedarf eine Flasche stilles Mineralwasser auf dem Zimmer
- Romantisches 3-Gang-Menü am Valentinstag
- 10 % Rabatt auf vor Ort gebuchte Wellnessleistungen
- Freie Nutzung des Hotelschwimmbads

Termin: 13.02. – 15.02.2023

Preise: 135 Euro pro Person im Comfort-Doppelzimmer

Wir im besten Alter

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

» CODE: BU-d75Q «

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.