

Wir

im besten Alter
für Menschen in der schönsten Lebenszeit

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

Titelthema

*Gesundheit ist
kein Zufall*

Gesundes Leben

*Gesundheitstag
im Heidberg*



Wohnen & Leben

*Leben und wohnen
in der Weststadt*



Die Tourismusregion Marbach-Bottwartal unweit von Stuttgart lässt sich auf ganz vielfältige Weise bei Erlebnisführungen, literarischen Spaziergängen oder auch auf Rundtouren auf eigene Faust erkunden. Unterhaltsame Geschichten sowie regionale Spezialitäten sind die Garanten für einen Kultur- und Naturgenuss der besonderen Art: www.marbach-bottwartal.de.

Foto: djd-k/IGMarbach-Bottwartal/Stephanie Keller

Als „Weltspielzeugstadt“ ist Sonneberg bekannt. Denn das Deutsche Spielzeugmuseum beherbergt die älteste Sammlung der Welt, mit 5.000 Spielzeugen von Murmeln aus dem Altertum über Puppen aus allen Jahrhunderten bis zu heutigen High-tech-Spielen. Im Teddybärenmuseum sind der kleinste und der größte Teddy der Welt zu Hause: www.sonneberg-tourismus.de.



Foto: djd-k/Stadtwerke Sonneberg/Martin Bären

Die Erlebnisburg Hohenwerfen zählt zu Salzburgs beliebtesten Ausflugszielen für Familien. Unter www.burg-hohenwerfen.at gibt es einen kostenlosen virtuellen 360-Grad-Rundgang sowie alle Informationen zu Öffnungszeiten, Tickets und Veranstaltungen. In Ausstellungen können die Besucher Hexen und Zauberern auf die Spur kommen, historische Greifvögel im Landesfalkenhof hautnah beobachten oder auf Schatzsuche hinter dicken Mauern gehen.



Foto: djd-k/IGBurgen & Schlösser/W. Lumbard

Zeitenwanderer



Foto: djd-k/Tourist Information Halberstadt/Ulrich Schrader

Die Straße der Romanik zählt zu den zehn erfolgreichsten Tourismusstraßen Deutschlands. 2023 feiert sie ihr 30-jähriges Jubiläum. Sie durchzieht Sachsen-Anhalt wie eine Acht und verbindet 88 romanische Bauwerke in 73 Orten. Halberstadt als historischer Bischofssitz war bereits zu Anfang des 9. Jahrhunderts ein Machtzentrum des Mittelalters, hier kann man den Reiz der Romanik in entspannter Atmosphäre entdecken: www.halberstadt-tourismus.de.

Giengen an der Brenz ist eine charmante Kleinstadt am östlichen Ausläufer der Schwäbischen Alb. Vor allem für Familien mit Kindern ist Giengen eine Reise wert. Ein Muss ist der Besuch im Steiff Museum: Giengen ist als Hauptstadt der Teddybären bekannt. Die Charlottenhöhle ist die längste begehbare Tropfsteinhöhle der Schwäbischen Alb. Spannend wird es im interaktiven Erlebnis-museum HöhlenSchauLand, das auf eine spannende Entdeckungsreise durch die Erdgeschichte einlädt.



Foto: djd-k/Stadtverwaltung Giengen



Foto: djd-k/Markt Bad Steben/Thomas Buchta

Im historischen Kurpark flanieren Damen mit Reifrock, Schuttenhut und Sonnenschirm. Die Herren tragen Gehrock und Zylinder. Sie entführen jeden letzten Sonntag im Monat in die Zeit, als Bad Steben von König Ludwig I. zum Bayerischen Staatsbad erhoben wurde. Der Park ist ein Gartendenkmal mit englisch-mediterranem Charakter, den man unter www.bad-steben.de in einer 360-Grad-Tour bequem durchstreifen kann.

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

der goldene September begrüßt uns mit warmen Sonnenstrahlen und einer Fülle von Farben in der Natur. Mit dieser Ausgabe heißen wir Sie herzlich willkommen zu einer Zeit des Wandels und der Besinnung. Unser Magazin für Menschen ab 50 Jahren begleitet Sie auch diesen Monat wieder mit inspirierenden Geschichten, hilfreichen Ratschlägen und interessanten Einblicken.

Der September erinnert uns daran, wie wichtig es ist, Veränderungen anzunehmen und neue Wege zu beschreiten. In einem Leben, das reich an Erfahrungen ist, können wir aus der Vergangenheit schöpfen und gleichzeitig den Blick in eine aufregende Zukunft richten. Sei es der Wiedereinstieg ins Berufsleben, das Entdecken neuer Hobbys oder das Reisen in ferne Länder – die Möglichkeiten sind grenzenlos.

In dieser Ausgabe widmen wir uns dem Titelthema "Gesundheit ist kein Zufall - Lernen Sie, für Ihre Gesundheit zu sorgen". Denn Gesundheit ist ein kostbares Gut, das es zu schützen und zu pflegen gilt. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit kleinen Veränderungen im Alltag Ihre körperliche und geistige Gesundheit unterstützen können. Erfahren Sie von Experten, wie eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung und gezielte Maßnahmen zur Stärkung des Immunsystems dazu beitragen können, fit und vital durch den Herbst zu kommen. Lassen Sie sich inspirieren, wie Sie die Kontrolle über Ihre Gesundheit übernehmen können.

Der September bietet auch eine Fülle von Veranstaltungen und Festen, die es zu entdecken gibt. Das Theaterfest lädt dazu ein, in die Welt der Kunst und Kultur einzutauchen, das Magnifest bringt die Menschen zusammen, um die Schönheit des Herbstes zu feiern. Der Gesundheitstag erinnert daran, wie wichtig es ist, sich um Körper und Geist zu kümmern, während der Tag des Bades und die Harzer Wanderwochen Gelegenheiten bieten, sich zu entspannen und die Natur in vollen Zügen zu genießen. Aber der September ist auch eine Zeit des Gedenkens und der Reflexion. Der Tag des Friedhofs lädt dazu ein, Momente der Stille zu finden und sich an geliebte Menschen zu erinnern. Gleichzeitig öffnet der Tag des offenen Denkmals Türen zu historischen Schätzen und erlaubt uns, in die Vergangenheit einzutauchen und von Geschichte zu lernen.

Liebe Leserinnen und Leser, der September ist eine Einladung, das Leben in vollen Zügen zu genießen und die Vielfalt des Lebens zu erkunden. Lassen Sie sich von den Möglichkeiten des Neubeginns inspirieren, nehmen Sie aktiv an den Festen und Veranstaltungen teil, die dieser Monat bietet, und setzen Sie gleichzeitig Momente der Besinnung.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre und einen unvergesslichen September!

Herzlichst,
**Ihr Team von
WIR im besten Alter**

Titelthema	Seite 4 - 5
Veranstaltungen	Seite 6 - 7
Verlässliche Partner	Seite 8 - 9
Gesundes Leben	Seite 10 - 11
Wohnen & Leben	Seite 12 - 13
Tag des Friedhofs	Seite 14
Aktuelles / Stellenmarkt	Seite 15
Ausflugsziele	Seite 16
Reisetipps	Seite 17
Kultur	Seite 18 - 19
Promi-News	Seite 20
Unterhaltung / Rätsel	Seite 21
Horoskop / Buchtipps	Seite 22
Service / Veranstalteradressen	Seite 23
Wichtige Telefonnummern	

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

Titelfoto: Regelmäßige Bewegung ist für eine gesunde Gelenkfunktion entscheidend. Hier können Nahrungsergänzungsmittel mit einer Kombination aus Curcumin, Kollagen und Vitamin C* eine gute Unterstützung liefern. Wichtig: Achten Sie beim Kauf auf geprüfte Qualitätsprodukte ohne Pestizide und Schadstoffe.

Lesen Sie dazu auch Seite 5.

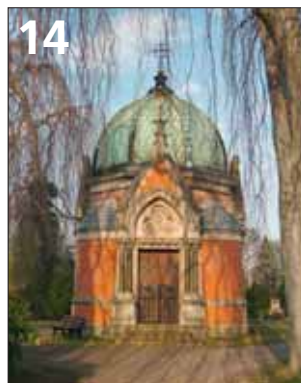
Foto: stock.adobe.com / Patrizia Tilly



9 Musikprojekt Schloss Schliestedt.
Foto: o.H.



12 Emmaus-Kirche, Weststadt.
Foto: Edmund Heide, Archiv



14 Mausoleum Bautler.
Foto: o.H.



16 Klostermarkt Walkenried.
Foto: ZisterzienserMuseum Kloster Walkenried

Gesundheit ist kein Zufall

Lernen Sie, in jedem Alter für Ihre Gesundheit zu sorgen

Gesundheit ist in der Tat keine zufällige Angelegenheit, sondern hängt stark von unseren Entscheidungen und unserem Lebensstil ab. Wir möchten Sie animieren, in jedem Alter aktiv für Ihre Gesundheit zu sorgen. Treffen Sie bewußt die Entscheidung, Ihre Gesundheit zu verbessern. Es ist nie zu spät!

Eine **ausgewogene Ernährung** ist entscheidend für die Gesundheit. Das Verständnis der Nährstoffe, die der Körper benötigt, und die Wahl von frischen, natürlichen Lebensmitteln kann dazu beitragen, viele gesundheitliche Probleme zu verhindern.

Das **Einbauen von Bewegung** in den Alltag, sei es durch Spaziergänge, Radfahren oder spezifischere Sportarten, fördert die körperliche Fitness und stärkt das Immunsystem.

Stress kann sich negativ auf die Gesundheit auswirken. Techniken wie Meditation, Yoga oder Atemübungen können helfen, Stress abzubauen und die psychische Gesundheit zu fördern.



Die gleichmäßigen, sanften Bewegungsabläufe beim Radfahren tun den Gelenken besonders gut.

Foto: djd/Arthrex/AdobeStock/Highway Starz

Das **Wissen über den eigenen Körper**, seine Bedürfnisse und Signale ist entscheidend.

Regelmäßige **Gesundheitschecks** und das Wissen über die eigene Gesundheitsgeschichte sind hierbei hilfreich. Früherkennung von Gesundheitsproblemen und die Teilnahme an **Vorsorgeuntersuchungen** sind Schlüssel zur Gesundheit.

Soziale Interaktion und die Pflege von Beziehungen sind ebenfalls wichtige Aspekte der Gesundheit. Einsamkeit kann sich negativ auswirken, während soziale Unterstützung und positive Beziehungen das Wohlbefinden fördern.

Gehen Sie bewusst **mit der Umwelt** um und wählen Sie nachhaltige Produkte, die ebenfalls zu Ihrer Gesundheit beitragen können.

Jeder kann Schritte unternehmen, um seine Gesundheit in jedem Lebensalter zu verbessern und wir hoffen, unsere Informationen und Tipps helfen Ihnen dabei.

- red

Topfit durch die schönsten Jahre

Wie man mit 50+ die Gelenke schmerzfrei und beweglich hält

Best Ager ist längst ein geflügelter Begriff – und 50 ist das neue 30.

Die Best Ager ab 50 fühlen sich heute oft deutlich jünger und wollen ihr Leben aktiv genießen. Leider aber



Gemeinsam macht es mehr Spaß: Regelmäßiger schonender Sport wie Yoga oder Gymnastik ist wichtig für die Stärkung des Gelenkknorpels.

Foto: djd/Arthrex/AdobeStock/Robert Kneschke

können sich gerade in diesem Alter erste Zipperlein bemerkbar machen. Zu den häufigsten Beschwerden gehört hier die Arthrose, unter der etwa jeder fünfte Erwachsene in Deutschland leidet. Da ist rechtzeitiges Gegensteuern gefragt.

Neben herkömmlichen Schmerzmitteln und Physiotherapie ist die ACP-Therapie eine wirksame, innovative und sehr gut verträgliche Option. Dabei wird aus Eigenblut gewonnenes plättchenreiches Plasma ins Gelenk gespritzt, wo es den körpereigenen Heilungsprozess anregen, die Knorpelbildung fördern und Entzündungen reduzieren kann.

Zusätzlich sind regelmäßige Bewegung und gegebenenfalls die Reduktion von Übergewicht ratsam.

Mehr unter www.acp-therapie.de. (djd)

Starkes Gesundheitsduo

Kurkuma und Weihrauch

Zwei hochinteressante Heilpflanzen haben seit langem ihren festen Platz in der traditionellen indischen Medizin: Kurkuma und Weihrauch – als Duo können sie unsere Gesundheit hilfreich unterstützen.

Das Problem: Die Pflanzen-Extrakte gehen dem Körper nach dem Verzehr normalerweise nahezu vollständig verloren. Damit das nicht passiert, erhöht eine bahnbrechende, spezielle Technologie die Aufnahme der wertvollen Inhaltsstoffe um ein Vielfaches. Wie kann das gelingen und welche Rolle spielt die Qualität von Nahrungsergänzungsmitteln?

Inzwischen ist bekannt, dass Curcumin (aus der Kurkuma-Wurzel) und Boswelliasäuren (aus dem Harz des indischen Weihrauchs) tatsächlich viele positive Effekte auf unseren Körper haben.

Curcumin kann in Kombination mit UC-II®-Kollagen und Vitamin C eine wichtige Unterstützung für eine gesunde Funktion der Gelenke sein. Die einzigartige Knochen-Knorpel-Formel mit drei wichtigen Inhaltsstoffen steht als Nahrungsergänzungsmittel in curcumin-Loges® arthro plus UC-II® zur Verfügung und kann zu einer verbesserten Beweglichkeit beitragen*. Der Einsatz des aus der Kurkuma-Wurzel gewonnenen Naturstoffs bei symptomatischen Gelenkbeschwerden wird aktuell erforscht. Ebenso wie UC-II®, das anders als herkömmliche Kollagene, in seiner natürlichen Struktur vorkommt. Erhältlich ist das Präparat exklusiv in der Apotheke in 60er und 120er Packungen.

Gegen Migräne

und Spannungskopfschmerzen

Neue Kombination: Schnell und effektiv. Mit PAC gegen Migräne und Spannungskopfschmerzen.

Etwa 90 Prozent aller Kopfschmerzen gehören zu den primären Schmerztypen ‚Migräneschmerzen‘ und ‚Spannungskopfschmerzen‘. Migräneschmerzen treten anfallsweise meist einseitig auf, verstärken sich durch Belastungen und führen vielfach zu einer ausgeprägten Licht- und Geräuschempfindlichkeit sowie zu Anfällen von Übelkeit und Erbrechen. Spannungskopfschmerzen werden häufig als dumpf drückend bis ziehenden und im ganzen Kopf spürbar beschrieben, verschlechtern sich nicht durch körperliche Belastungen und lösen nur selten Übelkeit aus.

Wenn Kopfschmerzen zuschlagen, ist der Alltag kaum zu bewältigen. Wenn die Schmerzattacken kommen, ist eine schnelle und effektive Linderung wichtig. Aktuell zeichnen die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft sowie die Deutsche Gesellschaft für Neurologie eine Kombination aus ASS, Paracetamol und Coffein als ein Mittel der ersten Wahl aus und vergeben als zusätzliche Qualitätsbestätigung eine ‚hervorgehobene Empfehlung‘, z.B. neu und rezeptfrei in Apotheken: Neuralgin PAC, ein für beide Schmerzformen neues, in Apotheken erhältliches Kombinationspräparat, dessen Wirkstoffkombination Expertengremien als ein Mittel der ersten Wahl bezeichnen.

ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation



Meine Stadt.

Meine REHA.

Reha
nah am
Menschen

ORTHOPÄDIE

REHA & Therapie in Braunschweig

Ambulante REHA

Physio- & Ergotherapie
auf Rezept

Nachsorgeprogramme
im Anschluss an die Reha

Rehasport

RV Fit Prävention der DRV

Gesundheit und Training

Wir sind für Sie da!



zar-braunschweig.de

ZAR Braunschweig · Hamburger Straße 49 · 38114 Braunschweig
 Tel. 0531. 237 66 60 · info@zar-braunschweig.de · zar-braunschweig.de

Hier ist was los

35. KW Freitag, 1. September 2023

- 18:00 Uhr** Eat & Art – Dada, Kunstmuseum, WOB
19:00 Uhr Black Square, Nexus, BS
19:30 Uhr Open Air 2023: Tosca, Burgplatz Braunschweig, BS *
19:30 Uhr Der Tatortreiniger, Komödie am Altstadtmarkt, BS *
20:00 Uhr Jazz-Freitag, Das KULT, BS

Samstag, 2. September 2023

- 20:00 Uhr** Boah Robin!, Roter Saal, BS

Sonntag, 3. September 2023

- 11:00 Uhr** WaldArt – Familiensonntag, Waldforum Riddagshausen
14:30 Uhr Konzert des Hornensemble Wolfsburg, Schloss Blankenburg

36. KW Montag, 4. September 2023

- 17:30 Uhr** Beau Is Afraid, Hallenbad – Kultur am Schachtweg, WOB

Dienstag, 5. September 2023

- 15:00 Uhr** Senioren vorab, Kleines Haus, BS
19:30 Uhr Happy Birthday Didi Hallervorden, Lindenhof-Theater, BS

Mittwoch, 6. September 2023

- 09:30 Uhr** Naftules Reisen, Kleines Haus, BS
20:00 Uhr Eröffnungskonzert Eurotreff 23, Lindenhalle WF

Donnerstag, 7. September 2023

- 10:00 Uhr** Thema: Dienste, Seniorenbüro, BS
19:00 Uhr Nightwash, Festival KulturImZelt, BS

Freitag, 8. September 2023

- Magnifest bis 10. September
10:00 Uhr Der Bär, der nicht da war, Theater Fadenschein, BS *
20:00 Uhr Blueskonzert Fritz Köster, Das Kult, BS

Samstag, 9. September 2023

- 18:00 Uhr** Burgdorf Open Air, Kleiner Brückendamm
19:00 Uhr Die lange Nacht der Literatur, Café Fräulein Wunder, BS
20:00 Uhr Dark Electro Night, Forum Kultur, WF
22:00 Uhr Pandora's Box – Vol. 2, KufA Haus, BS

Sonntag, 10. September 2023

- 11:15 Uhr** Garland, Kleines Haus, BS *
14:00 Uhr Sehen. Hören. Gestalten. Kinderlesung, Kunstmuseum WOB

37. KW Dienstag, 12. September 2023

- 19:00 Uhr** Theaterkreis, Hausbar, BS

Mittwoch, 13. September 2023

- 17:30 Uhr** Theatercafé, Theater WOB
18:30 Uhr Luftverkehr der Zukunft, TUB BS
18:45 Uhr Achtung Durchlauf, Kleines Haus, BS *
20:00 Uhr Roland Jankowsky, Brunsviga, BS

Donnerstag, 14. September 2023

- 10:00 Uhr** Thema: Geld, Seniorenbüro, BS
15:00 Uhr Industriekultur verführt, Hauptfriedhof BS



Voller Vorfreude auf eine prall gefüllte Spielzeit 2023/24 im Lessingtheater WF können Sie das alljährliche Theaterfest am 23. September genießen. Walk-Acts, die die Lachmuskeln strapazieren, Akrobatik, die den Atem stocken lässt und natürlich ganz viel Musik stehen auf dem Programm, wie z.B. „Das Universal Druckluft Orchester“.

Foto: Lessingtheater WF

Freitag, 15. September 2023

- 19:00 Uhr** Kapwani Kiwanga, Kunstmuseum Wolfsburg, WOB
19:30 Uhr Berliner Ensemble: „Woyzeck“, Theater WOB *
20:00 Uhr GroßesHausBesuch, Theater BS
20:00 Uhr Mono Inc., westand, BS

Samstag, 16. September 2023

- 19:00 Uhr** Kulturnacht: Dalibude * beyers Baustelle * Morbid Approach, Forum Kultur, WF
20:00 Uhr Dieter Iig Trio, Roter Saal, BS

Sonntag, 17. September 2023

- 11:30 Uhr** 1. Sinfoniekonzert, Großes Haus, BS *
14:00 Uhr Theaterfest, Großes Haus, BS

38. KW Montag, 18. September 2023

- 17:30 Uhr** Past Lives, Hallenbad – Kultur am Schachtweg, WOB
19:30 Uhr „Ins Schwarze getroffen“, Lindenhof-Theater, BS
20:00 Uhr Escuela Grind, KufA Haus, BS

Dienstag, 19. September 2023

- 19:30 Uhr** Komische Nacht Wolfsburg, Occhipinti-Restaurant
19:30 Uhr Past Lives, Hallenbad WOB
20:00 Uhr Sesam / Til, Theater Fadenschein, BS

Mittwoch, 20. September 2023

- 17:00 Uhr** „Jedes Kind braucht eine Zukunft“, Roter Saal, BS
20:00 Uhr Staatsorchester Braunschweig: Freude, Theater WOB

Donnerstag, 21. September 2023

- 10:00 Uhr** Thema: Vollmacht, Seniorenbüro, BS
20:00 Uhr ZSK – Hass/Liebe Tour 2023, Kinder- und Jugendzentrum B 58, BS

Freitag, 22. September 2023

- 17:00 Uhr** Das Rossini-Trio, www.harzer-hoehlen.de
19:30 Uhr Kataklob: Back to Dance, Theater WOB
20:00 Uhr Gestört aber Geil, Millenium Event Center, BS
20:00 Uhr Party in a Nutshell, Aquarium, BS *
20:00 Uhr Pablo Brooks, KufA Haus, BS

Samstag, 23. September 2023

19:00 Uhr Das mangelnde Licht, Theater BS
19:30 Uhr Legends Remastered, Theater WOB
20:00 Uhr ASP – Weltunter Horrors, Millenium Event Center, BS
20:30 Uhr back2water, Harry's Bierhaus, BS
21:00 Uhr Ü30 Party + 90er Special, KufA Haus, BS

Sonntag, 24. September 2023

11:00 Uhr Kammerkonzert, Louis-Spohr-Saal, BS
15:00 Uhr Oh, wie schön ist Panama, Theater WOB
16:00 Uhr Öffentliche Führungen – Freundschaften, Kunstmuseum WOB

39. KW Montag, 25. September 2023

09:00 Uhr Plötzlich war Lysander da, Figurentheater Fadenschein, BS

Dienstag, 26. September 2023

10:00 Uhr 4YourEyesOnly, Theater WOB
19:30 Uhr Goodbye, Norma Jeane, Theater WOB
19:30 Uhr Herbstkonzert, Lindenhof-Theater, BS

Mittwoch, 27. September 2023

16:00 Uhr Art4All, Kunstmuseum Wolfsburg, WOB
19:00 Uhr Das mangelnde Licht, Großes Haus, BS *

Donnerstag, 28. September 2023

19:30 Uhr Sieben Winter in Teheran, Roten Saal, BS
19:30 Uhr Knitting Peace, Theater WOB
20:00 Uhr Themenabend Auktion, Aquarium, BS
20:00 Uhr Sportfreunde Stiller, westand, BS

Freitag, 29. September 2023

18:00 Uhr All das Schöne, Hausbar Theater BS
19:30 Uhr Knitting Peace, Theater Wolfsburg, WOB
20:00 Uhr Lesung mit Marcel Pollex, Aquarium, BS

Samstag, 30. September 2023

19:00 Uhr Literatur Royale, Roter Saal, BS
21:00 Uhr Salsa Party, Forum Kultur, WF
21:00 Uhr Living Theory, westand, BS
 – Änderungen vorbehalten – * weitere Termine

Blick hinter die Kulissen - Tag der Ein- und Ausblicke des Bundestages

Am 3. September 2023 wird der Deutsche Bundestag seine Türen zum 17. Tag der Ein- und Ausblicke öffnen. Von 9 bis 19 Uhr werden das Reichstagsgebäude, das Marie-Elisabeth-Lüders-Haus sowie das Paul-Löbe-Haus geöffnet sein.

Es erwarten Sie neben Podiumsdiskussionen und Bürgergesprächen mit Mitgliedern des Präsidiums und mit Abgeordneten, ein buntes Programm aus Präsentationen, Führungen und Ausstellungen. Informieren Sie sich über das Parlament, die Ausschüsse, Fraktionen und weitere Gremien.

Es wird viel Abwechslungsreiches für Jung und Alt geboten. Für musikalische Begleitung und gastronomische Versorgung ist selbstverständlich auch gesorgt. Einige besondere Höhepunkte wird es rund um die parlamentarischen Jubiläen der Paulskirche, des Parlamentarischen Rates sowie des ersten Zusammentritts des Deutschen Bundestages geben.

Weitere Informationen unter www.bundestag.de/tea.
Der Eintritt ist frei.

Burgplatzarena bereit für Tosca - noch bis 13. September

Pünktlich zur Premiere am 26. August ist die Arena und das Bühnenbild auf dem Burgplatz fertig geworden. Seit dem 7. August waren in der Spitze bis zu 40 Kollegen und Kolleginnen aus der Technik am Aufbau beteiligt.

Mit Giacomo Puccinis »Tosca« feiert das Staatstheater Braunschweig gemeinsam mit Hauptsponsor BSIENERGY das 20-jährige Jubiläum einer der schönsten Open Air-Veranstaltungsreihen überhaupt, das noch bis zum 13. September stattfindet.

Zum Auftakt der neuen Spielzeit sind alle Interessierten über 60 Jahre herzlich eingeladen, sich auf der exklusiven Vorab-Auftaktveranstaltung des Staatstheaters am 5. September um 15 Uhr im Kleinen Haus über die kommende Spielzeit zu informieren. Der Eintritt ist frei. Es werden »SeniorenCards« verteilt, die an der Theaterkasse zu einer Ermäßigung auf den Kartenpreis berechtigen - NUR für Teilnehmende dieser Veranstaltung. Ansprechpartner: Andreas Kern, Seniorenbüro der Stadt BS, Tel.: 0531 4703341.

Offene Telefonberatung - Sozialrecht

Der Sozialverband SoVD in Braunschweig veranstaltet am Mittwoch, dem 20. September 2023, von 10 bis 11.30 Uhr eine offene Telefonberatung zu allen Fragen des Sozialrechts. Fragen rund um die gesetzliche Renten-, Pflege-, Kranken- und Unfallversicherung werden beantwortet. Außerdem werden die Themen Existenzsicherung, Schwerbehindertenrecht, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht behandelt. Der Bereich Existenzsicherung umfasst die Leistungen aus der Erwerbsminderungsrente, aus Arbeitslosengeld 1 und dem Bürgergeld, aus der Grundsicherung und Sozialhilfe sowie aus dem Wohngeld. Interessenten können sich unter der Festnetz-Telefonnummer 0531-2 444 192 kostenlos über die Themen informieren.

Einfach gute Suppe...

„Uf'n grooten Pott“



...die Suppen-Bar
auf dem Kohlmarkt

montags - freitags 10 - 18 Uhr
samstags 10 - 16 Uhr
www.suppenbar-kohlmarkt.de
suppenbar@online.de

Weichte s Eintöpfe hausgemacht!

Hausgemachte Eintöpfe auch zum Mitnehmen

Raum zum Leben
... nicht nur am Tag der Pflege.

Ihr seid mit Herz und Seele dabei – an 365 Tagen im Jahr!



AWO
Bezirksverband
Braunschweig e. V.
www.awo-bs.de

Was tun bei ARTHROSE?

Arthrose befällt nicht nur Knie, Hüften und Hände. Auch die zarten Gelenke der Halswirbelsäule können betroffen sein. Schon einfache alltägliche Bewegungen lösen dann Schmerzen vor allem in den Nackenmuskeln aus. Was kann man selbst dagegen tun? Wie kann man Schmerzen, Verspannungen und Einschränkungen lindern? Zu diesen wichtigen Fragen und zu allen anderen Anliegen bei Arthrose gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe e.V. in ihrem Ratgeber „Arthrose-Info“ wertvolle, praktische Empfehlungen, die jeder kennen sollte. Eine Sonderausgabe kann kostenlos angefordert werden bei: Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 110551, 60040 Frankfurt (bitte gern eine 0,85-€-Briefmarke für Rückporto beifügen) oder per E-Mail an: service@arthrose.de (bitte auch dann gern mit vollständiger Adresse für die Zusendung des Ratgebers).

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.



Aufpassen bei Erbschaftssteuer Freibetrag möglicherweise zu gering

Berlin (be.p) Das Thema Erbschaft bewegt die Menschen seit alters her, und daran hat sich bis heute nichts geändert. Wer sich schwer tut, die gesetzlichen Bestimmungen auf seine Familie anzuwenden, sollte sich informieren.

Zum Beispiel im Ratgeber der Verbraucherzentrale „Richtig vererben und verschenken“. Wer ist erbberechtigt? Wer ist es nicht? Wie kann ich einen nicht Erbberechtigten zum Erben machen? Unter welchen Bedingungen kann ich einen nahen Verwandten enterben? Wann ist ein Testament gültig? Das Ratgeber-Buch ist eine sachliche Orientierungshilfe für alle, die bisher nichts davon wissen wollten, aber auch für Unschlüssige und Entscheidungsschwache. Dabei ist es wichtig, sich damit zu beschäftigen. Nicht nur, weil „plötzlich und unerwartet“ der Todesfall eintreten kann. Wesentlicher Grund sind die Steuern, die der Fiskus eintreiben darf. Diese können besonders happig werden, wenn Immobilien zum Nachlass gehören. „Deren Wert wird neuerdings anders erfasst. Bereits 2006 hatte das Bundesverfassungsgericht angemahnt, den tatsächlichen Verkehrswert für die Steuer zugrunde zu Grunde zu legen. So kann es passieren, dass die alten Freibeträge nicht mehr ausreichen“, sagt Alexander Nothaft vom Verband der Privaten Bausparkassen.

Ob und wann diese Freigrenzen angepasst werden, sei offen. Indes könne es nicht schaden, den aktuellen Immobilienwert durch einen Sachverständigen ermitteln zu lassen und die Nachlassregelung mit einem Fachmann zu besprechen, so Nothaft. Aktuell hat jedes Elternteil für jedes Kind einen Freibetrag für Erbschaften von 400.000 Euro. An Ehepartner können 500.000 Euro steuerfrei vererbt werden. Die gleichen Regeln gelten für Schenkungen. Der Freibetrag kann alle zehn Jahre neu genutzt werden.

Das Buch „Richtig vererben und verschenken“ gibt es in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen, im Buchhandel, per telefonischer Bestellung unter 0211-3809555 oder online unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de. (be.p)

Wiltrud Zweigler

Kreativgruppe „Herzenssache“ im Marienstift

Seit August bietet das Zentrum Würde am Marienstift unter der Leitung von Heike Heckmann die Kreativgruppe „Herzenssache“ an. Gemeinsam wird für kranke, sterbende und trauernde Menschen in den Einrichtungen der Ev.-Luth. Diakonissenanstalt Marienstift Braunschweig genäht, gestrickt und gebastelt. Materialien sind vorhanden, können aber auch gerne als Spende mitgebracht werden. Auch Spenden im Vorfeld sind gerne gesehen.

Weitere Termine am 20. September, 18. Oktober, 15. November und 20. Dezember von 14.30 bis 16 Uhr. Eine Anmeldung unter zentrum-wuerde@marienstift-braunschweig.de oder 0531.7011 409 ist erforderlich.

Wichtige Antworten

zum Pflegegrad (Teil2)

Wie wird der Pflegegrad beantragt?

Um einen Pflegegrad zu erhalten, müssen Pflegebedürftige einen Antrag bei ihrer Pflegekasse stellen. „Der Antrag erfolgt formlos per Telefon, E-Mail, Fax oder Brief. Damit alle wichtigen Informationen enthalten sind, stellt zum Beispiel die Verbraucherzentrale auf ihrer Website einen Musterbrief zur Verfügung. Bei einigen Kassen kann der Erstantrag auch direkt online ausgefüllt werden“, weiß Birger Mählmann, Pflegeexperte der IDEAL Versicherung. Pflegebedürftige erhalten dann ein Formular, in dem sie Fragen zur Organisation der Pflege beispielsweise zum Pflegeort – etwa zu Hause oder im Pflegeheim – beantworten müssen. Mählmann rät, den Antrag schnellstmöglich zu stellen, um bereits früh Leistungen zu erhalten. Denn bei Feststellung eines Pflegegrades werden Leistungen ab dem Monat der Antragstellung auch rückwirkend gewährt. Nach Eingang des Antrags schickt die Pflegekasse einen Gutachter, der den Pflegegrad ermittelt. „Wer Hilfe beim Ausfüllen des teils komplizierten Antragsformulars benötigt, findet Unterstützung bei den Pflegestützpunkten oder direkt bei einem ambulanten Pflegedienst“, so der Pflegeexperte. Übrigens: Pflegebedürftige müssen innerhalb der letzten zehn Jahre mindestens zwei Jahre in die Pflegekasse eingezahlt haben, um Leistungen beziehen zu können.

Anzeige

Biografisches Musikprojekt in Schliestedt und Wolfenbüttel

Unter dem Titel „Die Lieder meines Lebens“ war die Kölner Sängerin und Kulturgeragogin Annie We wieder eine Woche in der hiesigen Region zu Gast. An jeweils zweieinhalb Tagen führte sie Mitmacheinheiten in der Seniorenbetreuung Schloß Schliestedt und dem AWO Wohn- und Pflegeheim Im Kamp für die hochbetagten und pflegebedürftigen Bewohner*innen durch. Eingeschlossen war die Fortbildung zur Weiterführung dieses innovativen und nachhaltigen Projektes für die Mitarbeitenden in den Alten- und Pflegeheimen. Anknüpfend an die vergangenen beiden Aufenthalte in 2021 und 2022 führte die Musikgeragogin die Gruppen und Einzelpersonen in neue musikalische Erlebniswelten. Persönliche Erinnerungen der Bewohner*innen wurden interaktiv freigelegt und ggf. anhand von haptischen Erinnerungsstücken untermauert. Die passende Musik und textliches Liedgut hatte Anni We in ihrem reichhaltigen Repertoire und sie motivierte zum Mitsingen und Mitmachen, ggf. auch mit eigenen Instrumenten oder Rhythmusinstrumenten. So entstand eine musikalische Reise durch die jeweilige Lebenszeit. Außerdem beteiligten sich die Kindern aus der neu eröffneten Naturkita an dem Projekt und musizierten generationsübergreifend gemeinsam mit den alten Menschen, so dass die Kooperation der beiden Einrichtungen wie geplant wirklich gemeinsames Leben gestaltet. Sehr zur Freude der Bewohner*innen und Mitarbeitenden ist die Fortsetzung dieses erfolgreichen Projektes für November geplant.



Schloß Schliestedt

- **Seniorenbetreuung mit Kompetenz** -

Seit über 70 Jahren für Sie da!

Schloßstraße 1 · 38170 Schöppenstedt

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

Individuelle Pflege und Betreuung mit umfassendem Angebot:



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

KOSTENLOS LESEN

on | line

www.braunschweigreport.de

www.wir-braunschweig.de



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

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 Augentoptik Bock.

Foto: Augentoptik Bock

trächtigung im Alltag hilfreich sein. Bei Augentoptik 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 Augentoptik Bock mit Rat und Tat zur Seite: Seit Jahren bildet sich Augentoptikerin Petra Franke im Bereich Low Vision weiter und ist bei Augentoptik 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 Augentoptiker optimal versorgt. So bin ich im Alltag wieder aktiv und sicher.“

Nur bei Ihrem Augentoptiker:

AUGEN
OPTIK  **BOCK**
BRILLEN-CONTACTLINSEN

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

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

Jetzt testen!



Telefonaktion

Entlastung und Unterstützung bei häuslicher Pflege

Was Pflegebedürftige und Angehörige über den Entlastungsbetrag wissen sollten.

Sprechzeit am **Donnerstag, dem 7. September 2023**, von 15 bis 18 Uhr, mit Expert*innen der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD)

Kostenfreie Rufnummer für unsere Leser*innen: 0800 – 0 60 40 00

Wer pflegebedürftig wird oder die Pflege für Angehörige übernimmt, der weiß: Jede Unterstützung bei der Bewältigung der vielen unterschiedlichen Aufgaben zählt. Dabei geht es nicht nur um pflegerische Tätigkeiten. Vielmehr sind es die ganz alltäglichen Aufgaben wie Haushalt, Behördengänge, Einkäufe, Begleitung und Beaufsichtigung, die Zeit und Kraft kosten. Um Pflegebedürftige und pflegende Angehörige dabei zu unterstützen, gibt es seit 2017 einen monatlichen Entlastungsbetrag in Höhe von 125 Euro von der Pflegekasse – in allen Pflegegraden. Doch einer Umfrage des Sozialverbands VdK zufolge nutzen fast 80 Prozent der Befragten den Entlastungsbetrag nicht.

Die gute Nachricht: Wer bisher den Entlastungsbetrag nicht in Anspruch genommen hat, hat möglicherweise einiges an Budget „angespart“. Die Mittel eines ganzen Jahres – immer-

hin 1.500 Euro – können noch bis einschließlich Juni des folgenden Jahres verwendet werden. So können unter Umständen auch größere Maßnahmen finanziert werden. Wird das Budget nicht innerhalb dieses Zeitraums abgerufen, verfällt es allerdings komplett.

Viele von ihnen wissen nicht, dass ihnen der Betrag zusteht, welche Leistungen damit bezahlt werden können und wie mit der Pflegekasse abgerechnet wird. Zu diesen und allen weiteren Fragen rund um den Entlastungsbetrag informieren Expert*innen der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland in der Sprechzeit.

Expert*innen aus bundesweit fünf Fachkliniken am Lesertelefon:

- **Raquel Reng**; Volljuristin, Expertin Pflege
- **Jana Mehnert**; Beraterin für Sozialversicherungsrecht
- **Isabel Gruner-Babic**; Beraterin für Sozialversicherungsrecht
- **Justyna Sikora-Arnold**; Beraterin für Sozialversicherungsrecht
- **Marko Schröder**; Berater für Sozialversicherungsrecht

Rufen Sie an! Am Donnerstag, den 7. September 2023 von 15 bis 18 Uhr.

Der Anruf unter 0800 – 0 60 40 00 ist aus allen deutschen Netzen gebührenfrei.

Gesundheits- und Sicherheitstag im Heidelberg

Auch im letzten Jahr war der Gesundheits- und Sicherheitstag im Heidelberg ein voller Erfolg. Das Netzwerk »Gesund älter werden im Heidelberg« möchte daher daran anknüpfen und lädt am Freitag, 15. September, von 9.30 bis 12.30 Uhr zum Aktionstag für Senior*innen ein. Der Ort ist wieder das Gemeindehaus der Ev.-Luth. Kirchengemeinde St. Thomas, Bautzenstraße 26. Nach der Begrüßung werden die Kinder vom Stephanus Kinder- und Familienzentrum gemeinsam mit den Besucher*innen alte Kinderlieder singen.



Eröffnung des Seniorentages.

Foto: Archiv Heidelberg AKTIV



Ein vielfältiges Angebot erwartet die Gäste auch in diesem Jahr.

Foto: Archiv Heidelberg AKTIV

Unter dem Schwerpunktthema „Relax im Alltag“ - Stressabbau erwartet alle Interessierten ein vielfältiges Angebot. So kann man Yoga im Sitzen testen, mit dem Therapiehund Ida spielen, Kräutersäckchen befüllen sowie Anti-Stress-Bälle basteln und mitnehmen. Dazu gibt es Informationen über die Bedeutung verschiedener Aromen. Wem das nicht genug ist, der kann singen oder an den angeleiteten Spaziergängen teilnehmen – denn Singen und Spazierengehen tragen erheblich zum Stressabbau bei.

Zur guten Stimmung trägt etwas Klaviermusik bei. Damit das leibliche Wohl nicht zu kurz kommt, gibt es Suppe (ab 12 Uhr) sowie Saftschorlen und Tee.

Eigentumswohnung gesucht von Privat
0531 - 42878602

Fliesenleger:
Telefon 0531 - 122 88 21



Vertrauensvolle
Pflege – herzlich
und kompetent.

Wohnen in familiärer Atmosphäre mit
persönlicher Zuwendung, professioneller
Betreuung und zuverlässiger Pflege.
Wir informieren Sie gern.

Ihr Seniorenzentrum
Tuckermannstraße

BBG Senioren-Residenzen GmbH
Tuckermannstr. 14 · 38118 Braunschweig
Telefon 0531/88 68 4-900
tuckermannstrasse@bbg-senioren.de

Ihr Seniorenzentrum
Greifswaldstraße

BBG Senioren-Residenzen GmbH
Greifswaldstraße 15 · 38124 Braunschweig
Telefon 0531/31 07 82-950
greifswaldstrasse@bbg-senioren.de

www.bbg-senioren.de

KOSTENLOS ONLINE LESEN

news.braunschweigreport.de

Als Download www.braunschweigreport.de

Donauviertel Weststadt



Die ersten Wohnungen entstanden Anfang der 1960er Jahre in der Nähe des „Kasernengebietes“, wo sich von 1915/16 bis Kriegsende 1945 der Flugplatz Broitzem befand. 1929 erlangte Braunschweig, die „Stadt der Flieger“, große Bedeutung, weil die Verkehrsfliegerschule von Berlin-Staaken an die Okerstadt verlegt wurde. Aufgrund der Übernahme des Lufthafengebiets durch das Reichsluftfahrtministerium 1934 lag nun der Schwerpunkt in der Luftaufklärungsausbildung. Seit den 1980er Jahren werden die Kasernenbauten u.a. als Gemeinschaftshaus (jetzt Kulturpunkt West/KPW), dem THW, Johanniter, Belfort und von Landesämtern genutzt (München-, Ludwig-Winter- und Rudolf-Steiner (Waldorfschule) benutzt.

Auf diesem Gelände lebten noch Ende der 1950er Jahre bis zu 1.500 osteuropäische Flüchtlinge, zumeist aus Polen. Um den erforderlichen Wohnraum zu schaffen, beschloss die Stadtverwaltung, hier im Südwesten das größte Neubauprojekt in der Harz-Heide-Region zu planen. Den einstigen Bewohnern der Kasernen wurden Wohnungen in der benachbarten Donaustraße, Am Wasserkamp, Am Queckenberg, Möhlkamp oder An den Gärtnerhöfen angeboten. Kleingärten wie Lehmanager und Hermannshöhe befinden sich in der Nähe, während sich im Gewerbegebiet weiter östlich an der Friedrich-Seele-Straße u.a. die Klavierfabrik Schimmel (1967), später auch Telekom ansiedelte. Ende der 1960er Jahre waren hier – ab 2010 offiziell Donauviertel – die Baumaßnahmen beendet. Am später so benannten „Donauknoten“ sorgten einige Nahversorger für Einkaufsmöglichkeiten, später dann auch an der südlichen Donaustraße und Märkte an der Neckerstraße. Es dauerte bis 1978 als durch den Straßenbahnanschluss der stetig wachsende Stadtteil direkt an die Innenstadt (Europaplatz) angeschlossen wurde. Nach der Fertigstellung der Brücke über die Bahnlinie Mitte der 1980er Jahre konnte die Stadtbahn bis nach Broitzem am Kruckweg verlängert werden. Erste Schulanlage war die Rothenburgschule an der Altmühlstraße (1963). kirchliches Leben fand ab 1964 in der



Qualität muss nicht immer teuer sein!

Bei uns finden Sie ALLES...

- große Auswahl an Wand- und Bodenfliesen
- Feinsteinzeug in vielen Farben und Formaten
- Glas- und Natursteinmosaik
- Baustoffe und Werkzeuge für die Fliesenverlegung
...und noch vieles mehr!

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.00 - 18.00 Uhr · Sa. 10.00 - 14.00 Uhr

FLIESEN - JO

DIREKTIMPORT E.K.

Alte Frankfurter Strasse 182
38122 Braunschweig
Mail: info@fliesen-jo.de
www.fliesen-jo.de
Tel.: (0531) 87 88 384

Die aktuellen Ausgaben unter:

Wir *im besten Alter*

www.wir-braunschweig.de

braunschweig report
erfolgreich werben
www.braunschweigreport.de

ersten Kindertagesstätte Max-Kolbe statt. In unmittelbarer Nachbarschaft entstand das erste Seniorenheim, die Alerds Stiftung (1964), 1973 war die Einweihung von St. Cyriakus an der Donaustraße. später auch das evang.-luth. Haus der Begegnung. Die Donaustraße ist im östlichen Bereich des Stadtbezirks Weststadt die Haupteinfahrungsstraße zum Anschluss an die Autobahn bei Rüningen.

In den letzten Jahren sind enorme Investitionen in den Wohnungsbau (Wiederaufbau) im Bereich der Gärtnerhöfe aufgebracht worden. Mitte 2023 konnte der Kinder- und Teeny-Klub sein neues Domizil neben dem KPW beziehen. Niedersachsenweit einmalig sind die drei „Treffpunkte“ der Stadtteilentwicklung, einer davon ist am Queckenberg 1 a beheimatet, der zahlreiche Angebote bereit hält. Das Donaugebiet ist Teil des Projekts „Soziale Stadt. Zahlreiche Aktivitäten im Wohnquartier entfalten sich so unter Beteiligung der Menschen aus dem Wohnumfeld. Der „Campus-Donauviertel“ am KPW ist ein aktuelles Beispiel. So sind bereits eine Reihe von Verbesserungen verwirklicht worden: Bolzplatz Lahnstraße oder Hochspannungspark/Donaupark. Die Wohnungsunternehmen Nibelungen (Niwo), Wiederaufbau, BBG sorgen mit der Stadt dafür, dass sol-



Edmund Heide vor dem Treffpunkt Am Queckenberg 1a. Foto: Bürgerverein

che bürgernahen Einrichtungen überhaupt bestehen können. Vorgesehen ist im Bereich der KPW demnächst eine vierte Grundschule. Im Rahmen eines Wettbewerbs sind 2010 die fünf sog. Nachbarschaften konkreter umbenannt worden. Namensgeber für die Straßen sind die 77 Flussnamen; daher wurden sie mit entsprechenden Schildern so benannt Isar-, Elbe-, Rhein-, Ems- und Donauviertel. Edmund Heide, Heimatpfleger

Anzeige

Gute Nachrichten für die Weststadt

Mehr Lebensqualität dank individueller Hörsysteme: Lukas Hirschfelder hilft mit fast unsichtbaren Hörgeräten

Im Juni 2023 eröffnete Lukas Hirschfelder seinen neuen, inhabergeführten Meisterbetrieb für Hörakustik „Hörgeräte Hirschfelder“. Hier, mitten in der Weststadt, erfüllt Hirschfelder sich seinen Traum von der Selbstständigkeit. Mit viel Liebe und Sinn fürs Detail sind seine Geschäftsräume mit einer Atmosphäre zum Wohlfühlen gestaltet. Stufenfrei und mit Parkplätzen direkt vor der Tür, kann jeder ohne langen Fußweg das Geschäft erreichen.

„Gutes Hören ist wichtig und trägt maßgeblich zu einer hohen Lebensqualität bei. Deshalb möchte ich Sie zu einem kostenlosen Hörtest einladen. Dabei überprüfe ich mit modernster Technik Ihre Hörkraft und Sie erhalten eine detaillierte Analyse über die aktuelle Leistungsfähigkeit Ihres Gehörs. Darauf aufbauend finde ich für Sie maßgeschneiderte Lösungen für mehr Hörkomfort und ein besseres Klangerlebnis. Mein Fokus liegt dabei auf der qualitativ hochwertigen Anpassung von Hörsystemen, denn jedes Ohr ist unterschiedlich und jeder Kunde hat individuelle Bedürfnisse. Die enge Zusammenarbeit mit Ohrenärzten, allen gesetzlichen Krankenkassen und allen Hörgeräteherstellern garantiert die bestmögliche Versorgung.“

„Es ist wichtig, früh mit der Behandlung zu beginnen. Dann kann fast 100% der Hörfähigkeit zurückgegeben werden“ rät Lukas Hirschfelder. „Insbesondere bei der Erstanpassung bedarf es daher professioneller Beratung und eines Hörgerätestests. Nur so kann läßt sich das beste Gerät finden und ob sich ein Hinter-dem-Ohr Hörgerät oder ein Im-Ohr Hörgerät für Sie eignet. Durch kostenloses Probetragen können Sie verschiedene Modelle vergleichen und so das passende Hörgerät finden.“

Inhaber Lukas Hirschfelder, Spross einer Augenoptikerfamilie aus Braunschweig, verfügt über mehr als zwölf Jahre Berufserfahrung, davon sieben Jahre als Filialleiter.

Foto: Hörgeräte Hirschfelder



Testen Sie gern verschiedene Modelle in Ihrer gewohnten Umgebung. Ich gebe uns die Zeit dafür!“

Hörgeräte sind mehr als nur kleine Hilfen

Hörgeräte Hirschfelder ist auf nahezu unsichtbare Hörgeräte spezialisiert. Diese haben in etwa die Größe eines Knopfes und können viel mehr, als beim Hören zu unterstützen. Einige Hörgeräte lassen sich beispielsweise mit dem Fernseher und dem Smartphone verbinden, so dass deren Ton direkt über das Hörgerät vermittelt wird. Auch die kostenfreie Neueinstellung und Wartung älterer Hörgeräte gehört zum Serviceangebot sowie auch die ausführliche Tinnitusberatung.

Guter Service beginnt mit einem Lächeln

„Mein oberstes Ziel ist es, jede Hörgeräteversorgung zu Ihrer vollsten Zufriedenheit abzuschließen. Dafür setze ich neben Freundlichkeit auf kompetente Beratung durch ständig aktualisiertes Fachwissen sowie modernste Mess- und Anpasstechnik.“

„Als persönlicher Ansprechpartner stehe ich Ihnen immer Mo-Fr von 9 bis 13 Uhr und Mo, Di, Do, Fr von 14 bis 18 Uhr zur Verfügung, oder auch zu späterer Stunde und am Wochenende. Ich liebe Flexibilität und lebe dieses auch.“

Kommen Sie einfach vorbei und erzählen Sie von sich. Unter der Telefonnummer 0531 / 38925706 vereinbaren Sie gerne einen Wunschtermin. Ich freue mich herzlich, Sie kennenzulernen.“

Hörgeräte Hirschfelder
Donaustraße 43
38120 Braunschweig
Telefon: 0531 38925706

E-Mail: info@hoergeraete-hirschfelder.de

Internet: hoergeraete-hirschfelder.de

Spaziergänge zur Geschichte

Historische Friedhöfe als regionalgeschichtliche Entdeckungsräume

„... Daß ihr Werth gerade der ist, ein bekanntes, vielleicht gewöhnliches Thema, eine Alltagsmelodie geistreich zu umschreiben, zu erheben, zum umfassenden Symbol zu steigern und so in dem Original-Thema eine ganze Welt von Tiefsinn, Macht und Schönheit ahnen zu lassen“, so Friedrich Nietzsche in „Vom Nutzen und Nachtheile der Historie für das Leben“. Ein solch bekanntes, „vielleicht gewöhnliches Thema“ sind auch die Friedhöfe, ganz



Magni-Friedhof.

Foto: Archiv

besonders die historischen Friedhöfe. Gerade in unseren eigenartigen Zeiten der „körperlichen Distanzierung“, womit richtigerweise „Abstand halten“ gemeint ist und nicht das inhaltslose „social distancing“, kann es auch wohltuend und hilfreich sein ruhige Orte aufzusuchen, die Natur zu genießen und sich mit seinen Erinnerungen zu beschäftigen.

Außerdem bietet sich beste Gelegenheit, bei solchen Spaziergängen auch „Geschichte zu entdecken“. Ich selbst nutze regelmäßige Spaziergänge über diese historischen

Friedhöfe unserer Stadt, allen voran den Magni-Friedhof.

Seit dem 18. Jahrhundert waren diese Friedhöfe vor den Toren der Stadt angelegt worden. Es war im Zuge medizinischer und naturwissenschaftlicher Erkenntnisse der Aufklärung eine gesundheitspolitische Entscheidung von Herzog Carl I. und die größte Zäsur des Friedhofswesens der Neuzeit.

Im allgemeinen wurden diese Friedhöfe belegt, bis zur Anlage des Hauptfriedhofs an der Helmstedter Straße im Jahre 1887.

Damals waren die Anlagen wenig gestaltet, glichen eher wüsten Ackerflächen ohne ästhetische oder gartenplanerische Ambitionen. Ein anschauliches Beispiel bot 1831 die Suche nach Lessings Grab zu dessen 50. Todestag, bei dem der Privatgelehrte Carl Schiller mit Studenten über Wochen das Unterholz auf dem Magnifriedhof durchwühlte, ehe er das Grab wieder fand.

Gerd Biegel

Fortsetzung folgt



Die Bestattung in der Natur

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



Die nächsten Termine:

3. + 17. + 24. September 2023
jeweils um 11 und 14 Uhr



Jetzt informieren und anmelden:

Tel. 06155 848-100 oder unter
www.friedwald.de/wolfenbuettel

Wo Sie Ruhen - fünf Orte - fünf Geschichten



Mausoleum Bautler auf dem Hauptfriedhof.

Foto: o.H.

Das Forum Industriekultur e.V. aus Braunschweig lädt am 14. September 2023 von 15 bis 17:30 Uhr unter dem Motto „Industriekultur verführt“ zum Spaziergang über den Braunschweiger Hauptfriedhof ein. Unter der Leitung von Dipl.-Ing. Guido Haas erfahren Besucher*innen mehr über die 130jährige Geschichte des Friedhofes und über prominente Bestattete.

Den Schwerpunkt der rund zweieinhalbstündigen Begehung bilden Grabstätten von Industriellen und Unternehmern. Darunter befinden sich unter anderem der Pionier des Lastkraftwagen- und Omnibusbaus Heinrich Büssing (1843-1929) oder der Maschinenentwickler und Freimaurer Julius Konegen (1857-1916). Treffpunkt am Haupteingang des Friedhofs Helmstedter Straße 38.

Infos und Anmeldung:

<https://forum-industriekultur.de/veranstaltungen>

Generation 50 plus

Weiter in Teilzeit nach der Rente

Arbeitsmarkt-Studie zeigt: Viele Beschäftigte aus der Gen 50 plus planen die Fortsetzung ihrer beruflichen Karriere nach dem eigentlichen Ruhestand

Fast die Hälfte der Gen 50 plus pfeift auf den Ruhestand. Vielmehr möchten sie zumindest in Teilzeit weiterarbeiten. Das ist ein Resultat der aktuellen Arbeitsmarktstudie „Karriere 50 plus“ für die die Königsteiner Gruppe 1.094 Beschäftigte im Alter von 50 bis 65 Jahren befragen ließ. Demnach können sich 43 % der Befragten vorstellen auch im Pensionsalter als Teilzeitkraft weiter beruflich tätig zu sein. Für 17 % ist sogar ein Job in Vollzeit eine attraktive Option. Dabei sind diejenigen, die weiterarbeiten möchten, auch durchaus offen für andere Arbeitgeber als ihren aktuellen. 60 % ist es egal, ob sie nach ihrem eigentlichen Ruhestand für den aktuellen oder einen anderen Arbeitgeber weiterarbeiten. Weitere 19 % planen gar, ihr derzeitiges Unternehmen zu verlassen und stattdessen lieber für ein anderes Unternehmen tätig zu werden.

„Im gegenwärtigen Fachkräftemangel sind Arbeitgeber schon aufgrund der demografischen Lage gezwungen, neue Wege zu finden, um qualifiziertes Personal zu finden. Eigentliche Ruheständler*innen könnten dabei eine ganz neue und spannende Kandidatengruppe darstellen. Sie verbinden einen hohen Wissenschatz mit Erfahrung und Motivation. Unternehmen, die ihre Mitarbeitersuche auch in diese Richtung öffnen, könnten anderen Arbeitgebern einen wichtigen Schritt voraus sein“, so Nils Wagener, Geschäftsführer der Königsteiner Gruppe, zu den Ergebnissen der Studie.

Mehr als ein Fünftel der Akademiker*innen können sich Vollzeitstelle vorstellen

Leicht unterschiedliche Vorstellung für die Zeit nach der Rente ermittelten die Arbeitsmarktforscher je nach Bildungsstandard der Teilnehmenden. Bei den Nichtakademiker*innen liegt der

Anteil derjenigen, die auch in Vollzeit weiterarbeiten möchten bei nur 12 %. Zu einem Teilzeit-Arbeitsverhältnis tendieren 38 %, was sind 10 % weniger sind als bei Akademiker*innen (48 %). Dafür möchten allerdings viele Nichtakademiker*innen per Mini-Job auch weiterhin am Arbeitsleben teilnehmen (48 %). An einem solchen Arbeitsverhältnis sind 15 % mehr interessiert als bei den Befragten mit akademischer Ausbildung. Bei diesen wiederum kann sich mehr als jede*r Fünfte vorstellen (22 %), auch in Vollzeit im Beruf zu bleiben. Dafür ist hier der Anteil der potenziellen Mini-Jobber mit 33 % deutlich geringer als bei den Nichtakademiker*innen.

Im Vergleich zu ihren beruflichen Ambitionen, ist der Drang der Gen 50 plus zu einer ehrenamtlichen Tätigkeit im Ruhestand deutlich geringer ausgeprägt. Das nämlich können sich derzeit nur 11 % aller Befragten vorstellen. Das sind übrigens weniger als der Anteil derer, die nach der Laufbahn als Angestellte noch einmal ein eigenes Gewerbe an den Start bringen möchten. Das nämlich ist der Plan von 15 % der Befragten.

Mehrheit geht von Einführung der „Rente mit 70“ aus

Die Erwartungen der Gen 50 plus an das ideale Eintrittsalter für den Ruhestand sind derzeit deutlich an der momentan gängigen Praxis angelehnt. Mehr als die Hälfte (56 %) bevorzugt in diesem Kontext das Alter zwischen 60 und 65 Jahren. Dazu wünscht sich jede*r Fünfte eine Rente im Alter zwischen 65 und 70 Jahren. Den Ruhestand jenseits der 70 sieht nur eine zu vernachlässigende Minderheit der Befragten (4 %) für sich selbst. Interessant sind vor dem Hintergrund dieser Zahlen die Erwartungen hinsichtlich einer Einführung der „Rente mit 70“. Gemäß der Königsteiner-Studie glauben nämlich 30 % der Gen 50 plus, dass eine solche Ausdehnung des Renteneintrittsalters innerhalb der nächsten 3 bis 5 Jahren eingeführt wird. Weitere 28 % gehen davon aus, dass dies in den nächsten 6 bis 8 Jahren der Fall sein wird.

STELLENMARKT

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

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

Haben Sie Interesse?

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

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams zu sofort oder später

Medienberater (m/w/d)
im Anzeigenverkauf auf 520 Euro Basis

Bewerbung bitte an:

CV Comet Verlag GmbH
Im Remenfeld 5 · 38104 Braunschweig
info@comet-verlag.de

Zur Verstärkung suchen wir
Aushilfsfahrer m/w/d
für Sattelauflieger+
Anhängerrzüge
für den Nahverkehr
mit Führerscheinklasse CE
(gern auch Rentner)

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

Faszination Kraniche - im DümmerWeserLand

Mit der Kranichrast erwartet Sie ein einzigartiges Naturschauspiel im Herbst (Mitte Oktober bis Ende November) in der Diepholzer Moorniederung. Bis zu 100.000 Kraniche können Sie dann live bei ihrem beeindruckenden Einflug in die Schlafplätze bewundern. Dazu sollten Sie sich ca. 1,5 Stunden vor Sonnenuntergang zu den Beobachtungspunkten oder auf die Aussichtstürme am Rande der Moore begeben.

Tagsüber lassen sich die Kraniche am besten bei der Nahrungssuche auf den umliegenden landwirtschaftlichen Nutzflächen aus dem Auto beobachten.



Kranichherde startet auf Feldweg. Foto: DWL/Bernd Jöhnk



Bitte respektieren Sie das Ruhebedürfnis der Vögel und beobachten Sie die Tiere mit ausreichend Abstand und verhalten Sie sich unauffällig. Es empfehlen sich ein Fernglas oder Spektiv und ein Fotoapparat (ohne Blitz). Oder erleben Sie die Kranichrast auf einer geführten Kranichexkursion mit einem unserer zertifizierten Natur- und Landschaftsführer.

Aktuelle Termine, Informationen zu Rastplätzen und Kranichzahlen finden Sie auf www.duemmerweserland.de oder bestellen Sie ab etwa Mitte September unseren Flyer „Faszination Kraniche – im DümmerWeserLand“.

Äpfel, Moor und Vogelzug - Altes Land am Elbstrom Herbstwanderungen von Hamburgs Süden bis zur Elbmündung

Das Alte Land am Elbstrom direkt vor Hamburg ist das größte zusammenhängende Obstanbaugebiet Nordeuropas.

Nicht nur zur Erntezeit im Herbst kommen Wanderer hier auf ihre Kosten. Weicher Waldboden und beschauliche, kleine Flüsse, geheimnisvolle Moore, Deichwege mit Weitblick auf die Elbe, die Natur rund um die Hansestädte Stade und Buxtehude oder auch die Pilgerwege in der Region wollen entdeckt wer-



Während der Apfelernte im Herbst ist das Alte Land am Elbstrom ein besonders reizvolles Wanderziel.

Fotos (2): dj-d-k/Tourismusverband Landkreis Stade



Der Wanderrundweg zwischen Steinkirchen und der Lühe-Mündung verläuft beidseitig der Lühe. Der Fluss schlängelt sich durch die Kulturlandschaft des Alten Landes am Elbstrom.

den. Für jeden Wandertyp wird etwas geboten: Von Streckenwanderwegen entlang der Märchen- und Hansestadt Buxtehude über verschieden lange Rundwanderwege durch die Stader Geest bis hin zu entschleunigenden Rundwanderungen über den Lühedeich. Alle Wandertouren sind über die kostenlose App "Altes Land am Elbstrom" verfügbar, mehr Informationen gibt es unter www.urlaubsregion-altesland.de. (dj-d-k)

ZisterzienserMuseum Kloster Walkenried

Tag des offenen Denkmals am 10. September

Führung durch die Kirchenruine des Klosters Walkenried
Am Tag des offenen Denkmals bietet das ZisterzienserMuseum passend zum diesjährigen Motto „Talent Monument“ um 12.30 Uhr und 15.30 Uhr Führungen durch die imposante Ruine der gotischen Klosterkirche an. Anmeldung unter 05525-95 99 064 / info@kloster-walkenried.de

Klostermarkt in Walkenried

Am 23. und 24. September, von 10 bis 18 Uhr bieten Ordensgemeinschaften aus ganz Deutschland und anderen europäischen Ländern vor der beeindruckenden Kulisse des ehemaligen Zisterzienserkloster Walkenried eine bunte Produktpalette aus klösterlicher Werkstatt, Küche, Keller und Garten an. Ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm, Kinderaktionen sowie der Besuch des Klosters Walkenried im Eintrittspreis inbegriffen.

Heiligendamm

Mecklenburg Vorpommern



Foto: Grandhotel Heiligendamm

Das Foto ging um die Welt: Die Teilnehmer des G8 Gipfels 2007 in einem riesigen Strandkorb sitzend, in der Mitte Angela Merkel zwischen George W. Bush und Wladimir Putin.

Und auch der Veranstaltungsort Heiligendamm, das älteste Seebad Europas, ist seither über Deutschlands Grenzen hinaus bekannt geworden.

1793 ließ Franz I., Großherzog von Mecklenburg, das windige Refugium anlegen und er war auch derjenige, der die Badesaison 1794 höchstselbst eröffnete. Zur Finanzierung der Gründung verkaufte Franz einfach mal eben tausend Männer an den König der Niederlande für sein Heer.

Bis 1870 entstand dann „die weiße Stadt am Meer“: ein Ensemble klassizistischer Bauwerke, bestehend aus dem Kurhaus, der Orangerie, der Burg Hohenzollern und mehreren Palästen. Bis in die 1930er Jahre galt Heiligendamm als elegantester Badeort Deutschlands.

Im Zweiten Weltkrieg diente der ganze Ort als Lazarett, zu DDR-Zeiten wurden in einer Fachhochschule Architekten und Designer ausgebildet, und Kinder machten in den Villen Ferien. Seit der Wende wurden die schönen Häuser nach und nach restauriert, ein Luxushotel eröffnete, und die meisten Gebäude erstrahlen heute wieder schneeweiß. Am schönsten ist der Blick auf den Badeort von der langen Seebrücke aus.

Mordsharz-Krimifestival

Auch in diesem Jahr ist das Mordsharz-Krimifestival mit drei Lesungen im Kloster Walkenried zu Gast. Spannende Lesungen - Gänsehaut pur! Am 16. September um 18 Uhr Peter Grandl „Turmgold“, um 19:30 Uhr John A. Lindqvist/Britta Steffenhagen „Refugium“, um 21 Uhr Axel Petermann/Petra Mattfeldt „Im Kopf des Bösen“. Tickets unter www.mordsharz-festival.de und an der Museumskasse

GOLDENE OSTSEEKÜSTE
MORADA RESORT KÜHLUNGSBORN

EINE WOCHE OSTSEEURLAUB

7 x Übernachtung im komfortablen Hotelzimmer inkl. Halbpension, 1 x Welcome-Drink, 1 x Ausflug mit dem MORADA Express (außer 20.08.–08.10.) und vieles mehr ... Anreise sonntags

03.09.–08.10., p. P. im DZ ab €	886,-
08.10.–05.11., p. P. im DZ ab €	825,-
05.11.–17.12., p. P. im DZ ab €	685,-

Einzelzimmerzuschlag pro Nacht: ab € 25,-

KURZURLAUB AN DER OSTSEE

2 x Übernachtung im komfort. Hotelzimmer inkl. Halbpension, 1 x Welcome-Drink, 1 x Tageskarte KÜBOMARE (einmaliger Einlass) u.v.m. Anreise täglich außer samstags

08.10.–05.11., p. P. im DZ ab €	253,-
05.11.–17.12., p. P. im DZ ab €	210,-

Einzelzimmerzuschlag pro Nacht: ab € 20,-

Bis zu 100 % Kinderermäßigung!

Freecall: 0800/123 12 12
mo–fr von 9–18 Uhr, sa, so von 9–18 Uhr
kuehlungsborn@morada.de
Anbieter: SKAN-TOURS Touristik International GmbH
Seebadweg 1, 38530 Lüneburg | www.morada.de

Infos und Prospekte kostenlos anfordern!

XXL SUPER-SCHNUPPERPREIS

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

203,€
pro Person

**ROMANTISCHES HOTEL
MENZHAUSEN**
Inhaber: Wolfgang Mosler
★★★★

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

Kleine Strandburg
USEDOM AKTIV
7 NÄCHTE ab 845 €*
gültig bis 20.10.2023

- *Preis p. P. im Komfort-DZ Südseite:
- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Nutzung des Spa- und Saunabereiches & des örtl. Thermalbades
- 7-Gang-Fahrrad für 7 Tage
- Geführte Wanderung durch Zinnowitz
- Eintritt Minigolf

Hotel Kleine Strandburg
MST Hotel GmbH · Dünenstr. 11
17454 Zinnowitz · 038377 38 000
info@kleine-strandburg.de
www.kleine-strandburg.de

Wussten Sie, dass Sie GPS-Tracker jetzt im Flugzeug nutzen dürfen?

Bei Reisen mit dem Flugzeug besteht immer die Gefahr, dass das Gepäck auf dem Weg verloren geht. Abhilfe schaffen Koffer-Tracker, die mittels GPS-Signal den Standort des Koffers ermitteln können. Damit lässt sich per Smartphone verfolgen, wo sich das Gepäck gerade befindet. Unter anderem darf der Lithiumgehalt der Batterie höchstens 0,3 Gramm und die Leistung höchstens 2,7 Wattstunden betragen. Damit sind Tracker mit üblichen Knopfzellen nach Angaben der internationalen Zivilluftfahrtorganisation (ICAO) ausdrücklich erlaubt. Geräte mit integriertem Mikrofon bleiben allerdings tabu. Reisende müssen die Tracker nicht in einen speziellen Flugmodus schalten, sofern sie die oben genannten Voraussetzungen erfüllen.

www.ideal-versicherung.de

Liebe Leserin, lieber Leser,



Der Braunschweiger Dichter Georg Oswald Cott schreibt:

„Das Gleichgewicht halten
fällt schwer genug
für einen allein,
wie aber kommt es,
dass einer den Nächsten
huckepack nimmt
und noch die Hand reicht
einen Dritten zu stützen.“

Wie aber kommt es? Vielleicht ist es ein Wunder. Vielleicht ist es das, was uns wirklich zu Menschen macht und zu Gottes Ebenbildern, dass wir den Menschen heben, uns als unseren Nächsten sehen und wahrnehmen und über uns hinauswachsen können. Vielleicht ist es Ausdruck dessen, dass Gott nur unsere Hände, Ohren und Augen und Herzen hat, um zwischen uns wirksam zu werden. Vielleicht ist es Antwort auf die Frage des Monatsspruches September (Matthäus 16,15); Jesus Christus spricht: „Wer sagt denn ihr, dass ich sei?“

Im September kommen wir zurück aus der Sommerpause oder den Ferien. Das Schuljahr beginnt, die Domsingschule springt an, die Stadt nimmt Fahrt auf. In all dem beieinander bleiben, einander huckepack nehmen oder die Hand reichen, wird uns gut durch den Monat bringen.

Von Herzen begrüßt

Ihre *Dompredigerin*
Cornelia Götz

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

Vveranstaltungen im Braunschweiger Dom

Samstag, 2. September 2023, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 3. September 2023,

10:00 Uhr: Gottesdienst zur Eröffnung der Woche der Diakonie

17:00 Uhr: Sonntagsmusik - „Allein zu dir, Herr Jesu Christ“ (BWV 33) und „Singet dem Herrn ein neues Lied“ (BWV 225)

Samstag, 9. September 2023, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 10. September 2023, 11:00 Uhr: Gottesdienst in der Burgplatz-Arena

Donnerstag, 14. September 2023, 17:00 Uhr: Abendsegen zum Welt-Suizid-Präventionstag

Samstag, 16. September 2023, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 17. September 2023,

10:00 Uhr: Gottesdienst

17:00 Uhr: Sonntagsmusik

Dienstag, 19. September 2023, 19:00 Uhr: Politische Abendandacht

Samstag, 23. September 2023,

12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

17:00 Uhr: Kindermusical

Sonntag, 24. September 2023,

10:00 Uhr: Gottesdienst

17:00 Uhr: Kindermusical

Samstag, 30. September 2023, 12:00 Uhr: Musikalisches Mittagsgebet

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

Wir *im besten*
Alter

Region Braunschweig, Wolfsburg, Gifhorn
Wolfenbüttel, Salzgitter

Verlag + Herausgeber:

CV Comet Verlag GmbH

Im Remenfeld 5

38104 Braunschweig

Telefon 05 31/38 000 10

E-Mail: info@comet-verlag.de · www.wir-braunschweig.de

Satz, Druck: CV Comet Verlag GmbH

Anzeigenleitung: H.-J. Kröber

Redaktion: Felix Runder (ViSdP)

Telefon 0531/38 000 10

Redaktions-/Anzeigenschluß: 15. des Vormonats

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

Für unaufgefordert eingesandte Zuschriften, Fotos und andere Materialien haften wir nicht. Veranstaltungshinweise werden kostenlos abgedruckt. Für die Richtigkeit wird keine Gewähr übernommen. Die Weiterverwendung der Anzeigen bedarf der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für den Inhalt der Anzeigen zeichnet der Auftraggeber allein verantwortlich. Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 19 vom 1.1.2023.

Europäische Orte der Braunschweigischen Geschichte

Welfischer Geschichtsort mit europäischer Strahlkraft“ - Schloss und Stadt Blankenburg

von Prof. Dr.h.c. Gerd Biegel

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

900 Jahre zwischen welfischem Glanz und Kampf gegen investitorbedingte Denkmalzerstörung, so kann man die Rahmenbedingungen des Großen Schlosses Blankenburg kurz und knapp zusammenfassen.



Burg Blankenburg im Mittelalter.

Man kann dem Großen Schloss in Blankenburg nicht entkommen: Wo immer man sich in der Stadt aufhält, erblickt man die mächtige Barockanlage auf dem Blankenstein. »Ohne das Große Schloss ist Blankenburg nicht mehr das Blankenburg, das als Perle des ehemals braunschweigischen Vorharzlandes weit über die Region hinaus bekannt war und ist und ebenso seine historische und touristische Bedeutung für Geschichte und Tradition auch des Braunschweiger Landes besitzt«. Daher sind folgerichtig das Schloss und sein Verein Rettung Schloss Blankenburg e.V., Träger des nationalen Denkmalschutzpreises 2014 geworden.

Urkunden aus dem Jahre 1123 belegen, dass Lothar von Süpplingenburg, Herzog von Sachsen und Großvater Heinrich des Löwen, im Besitz der Burg gewesen ist und Poppo I. damit belehnt hat. Wahrscheinlich war Lehnsmann Poppo ein Verwandter des im Jahre 1133 vom Papst Innozenz II. zum Kaiser gesalbten Lothars. Nach dem Tod des letzten Saliers, Heinrichs V. setzte sich der Herzog von Sachsen, Lothar von Süpplingenburg, gegen seinen schärfsten Widersacher, den Staufer Friedrich II. von Schwaben bei der Königswahl 1125 in Mainz durch. Die Herrschaft Kaiser Lothars III. machte Sachsen wieder zum Zentralgebiet des Reiches. Hatte sich nach der turbulenten Wahl im Jahr 1125 für die Welfen der Weg nach Sachsen familiär und politisch geöffnet, so wurde mit der Grablege in Königslutter ein weiterer

Tatsächlich begeht Schloss Blankenburg in diesem Jahr das 900jährige Jubiläum der Ersterwähnung von Burg und Schloss Blankenburg, einem zuletzt welfischen Geschichtsort, dessen Besuch jederzeit lohnt. Erreicht man Blankenburg, stellt man schnell fest:

welfischer Memorialort begründet, der Sachsen als neuen Mittelpunkt welfischer Tradition und Zukunftshoffnung erschloss. Für die territoriale Machtausübung kann man demgegenüber Schloss Blankenburg als symbolträchtigen »Geschichtsort« werten.

Als im Jahre 1599 das Geschlecht der Grafen von Blankenburg ausstarb, ging die Grafschaft an das Fürstentum Braunschweig-Wolfenbüttel über. Die Herzöge von Braunschweig-Wolfenbüttel hatten sich das dortige Renaissance-Schloss eingerichtet und seit 1690 als Residenz genutzt. In diesem Jahr wurde Blankenburg an Herzog Ludwig Rudolf von Braunschweig und Lüneburg als Residenz übertragen, und zwar durch seinen Vater Herzog Anton Ulrich. Herzog Ludwig Rudolf, Anton Ulrichs zweitältester Sohn, und der bekannte Braunschweiger Landbaumeister Hermann Korb bauten in den Jahren 1705 bis 1718 – in Form einer weiträumigen barocken Mehrflügelanlage – das jetzige Anwesen, nachdem zuvor das alte Renaissance-Schloss teilweise abgerissen worden war. Ludwig Rudolf wollte an dieser exponierten Stelle oberhalb von Blankenburg ein weithin sichtbares und repräsentatives Schloss errichten, was ihm und seinen Nachfolgern Ruhm und Ansehen bringen sollte.



Historische Ansicht von Schloss Blankenburg.



Großes Schloss Blankenburg.



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

Wundersame Seelen-Schau

Bushido

Der einst so knallharte Rapper über Ängste, Traumata und Co.



Ein unschlagbares Team: Bushido und Ehefrau Anna-Maria Foto: highgloss.de

(pst). Pöbeln als Geschäftsmodell – so umschrieb mal die „Süddeutsche Zeitung“ seine Kunst. Bushido selbst wurde gern als Rüpel-Rapper bezeichnet. Derzeit ist vom harten Kerl allerdings nicht viel zu spüren. In den letzten Jahren inszeniert sich Anis Ferchichi – so sein richtiger Name – eher als softer Familienvater. Statt Aggro-Ansagen gibt es Geständnisse zu gefühlsmäßigen Befindlichkeiten. In der Doku „Bushido Reset“ erzählte der 44-Jährige etwa von alten Traumata: „Mein Stiefvater hat meine Mutter verprügelt. Und ich lag im Kinderzimmer in meinem Bett und merkte, wie diese Panik kam.“ Da war Bushido acht Jahre alt. Diese schlimmen Erfahrungen kamen dann 2021 in Form einer Depression ausgerechnet während der Drillings-Schwangerschaft seiner Frau Anna-Maria (41) wieder hoch. Die Schwester von Sängerin Sarah Connor ist seine große Liebe, sein Halt und Anker. Sie baute ihn wieder auf. Umso schlimmer war es, als die Achtfach-Mama jetzt eine Eileiterschwangerschaft erlitt. Das nahm Bushido ebenfalls schwer mit und beide müssen das Erlebte erst verarbeiten: „Das hat mich so traumatisiert“, erklärte er seine Seelen-Lage im RTL-Interview. Daher hat das Paar beschlossen, erst einmal keine weiteren Kinder zu wollen. Vielleicht bleibt so Zeit für neue Musik? Auf Fragen dazu, sagt der Rapper in seinem "Backstage"-Podcast mit Peter Rossberg: „Kommt darauf an, mal gucken.“

Sophia Thomalla

Unerfüllte Sehnsucht

In der Liebe mit Alexander Zverev bleiben noch Wünsche offen

(pst). Sophia und die Männer – das ist ein Thema für sich. Erst vor wenigen Monaten eckte die Schöne damit an, dass sie ihren Ex-Lover, den Rammstein-Sänger Till Lindemann (60), trotz schwerer Missbrauchsvorwürfe öffentlich verteidigte. Seither schweigt Sophia Thomalla zwar zu dem Fall, aber manchen TV-Zuschauern stößt das immer noch bitter auf – einige fordern sogar auf Instagram, die 33-Jährige solle deswegen nicht länger die Sendung „Are You The One“ moderieren. Die Dating-Show startet am 18. August mit der dritten Staffel bei RTL+. Daher liest Sophia solche Kommentare gerade jetzt sicher nicht gern. Ablenkung sollte die Schauspielerin bei ihrem aktuellen Freund Alexander Zverev (26) finden. Doch auch hier trüben mitunter Wölkchen den Himmel, denn beide sind beruflich viel unterwegs und haben zu wenig Zeit füreinander: „Klar würde ich mir definitiv manchmal auch mehr Zweisamkeit in den eigenen vier Wänden wünschen“, so gestand sie jetzt sehnsüchtig im Gespräch mit RTL. Hinzu kommt, dass auch Tennis-As Zverev sich gerade gegen Gewaltvorwürfe seiner Verflommenen Brenda Patea wehren muss – die er komplett abstreitet. Doch wie Sophia schon in der Dokumentation „Zverev – Der Unvollendete“ im März sagte: „Es ist jetzt nicht 24/7 rote Rosen.“ Aber die Liebe hält!



Sophia Thomalla hätte gern mehr Zeit für Zweisamkeit Foto: highgloss.de

Zwischen Mystik und Liebesglück

Ulrike Folkerts

Die „Tatort“-Kommissarin blickt zuversichtlich in die Zukunft



Dienstälteste „Tatort“-Ermittlerin: Ulrike Folkerts Foto: highgloss.de

(pst). Die Sommerpause nähert sich dem Ende! Am 3. September kommt der „Tatort“ mit neuen Folgen zurück – den Anfang macht Ulrike Folkerts. Als Lena Odenthal wird sie in „Gold“ in die mystische Welt der Nibelungen-Sage entführt. Die Ermittlerin und ihre Kollegin Johanna Stern stoßen bei ihrer Spurensuche auf das Rätsel um einen verlorenen Goldschatz, auf geheimnisvolle antike Münzen und einen historischen Skandal. Klingt nach einem spannenden Auftakt. Ulrike Folkerts ist die dienstälteste Kommissarin der Krimireihe – immer ein bisschen ruppig und hitzig. Privat ist die 62-Jährige dagegen meist entspannt: „Älter zu werden nehme ich ganz locker“, erklärte sie im Interview mit „Neue Post“. Ruhe findet sie bei langen Spaziergängen rund um ihre Datscha in Brandenburg und in der Liebe: „Ich habe das große Glück, mit meiner Freundin eine sehr glückliche Partnerschaft zu führen. Dafür hätte ich gerne mehr Zeit.“ Noch ist es aber nicht so weit. Ulrike bleibt Lena Odenthal und ihrer TV-Karriere treu. Irgendwann will sie sich dann irgendwo in der Wärme Südeuropas niederlassen. Langweilig wird es ihr da nicht, wie sie in dem weiteren Gespräch verrät: „Meine Freundin hat mir versprochen, dass ich zum 70. Geburtstag einen schokobraunen Königspudel geschenkt bekomme, von dem ich schon so lange träume. Der wird uns ordentlich auf Trab halten.“ Guter Plan!

Oiel Spaß beim Rätzeln!

Anzeige

ständig, wiederholt	Wirkstoff in der Nahrung	Donau-Zufluss in Ungarn	madagassischer Halbaffe	nicht völlig	span. Dichter † 1936 (Garcia)	dt. Schriftsteller (Jens)	Hallepflock (Pferdeleinen)	Frauenkosenamen	nordalger. Großstadt	US-Autorin † (Anais)						
Name der Europarakte			umgestalten, erneuern													
		Abk.: Zugabe	europ. Staatenbündnis (Abk.)	Abk.: Gesetz	fair, ehrlich				dumm, albern							
Militärregierung	ohne						Vorname d. Rennfahrers Prost									
		Begrüßung			Attacke					Bücherfreundin						
Parlament in Polen	Berufsverband		Holzblasinstrumente	<div style="background-color: #800000; color: white; padding: 10px;"> <h2 style="margin: 0;">Behrens Bestattungen</h2> <h3 style="margin: 0;">Respekt und Würde in Wort und Tat</h3> <p style="margin: 0;">Ekbertstraße 20, 38122 Braunschweig Sonnenstraße 9, 38100 Braunschweig</p> <p style="margin: 0;">24-Stunden-Service: 0531/83204</p> <p style="margin: 0;">www.behrens-bestattungen.de</p> </div>						elternloses Kind	Gerichtshof im antiken Athen		abgesondert, extra			
Urzeitechse (Kw.)																
Staat in Zentralafrika	Blasmusiker		Backware													
														Schlimmes	Abk.: par exemple	
weißer Südafrikaner														Kalifenname		
Sohn des Juda im A.T.														große Echse	Blattvorderseite	
			ehem. span. Exklave (Afrika)													
französisches Akzentzeichen	Fremdwortteil: zwei													Scheidebrief im israel. Recht		seelische Erschütterung
Pferdrennbahn														Emirat am Persischen Golf	giftige Benzinrückstände	innerasiatisches Gebirge
früh, pünktlich	Bestandteile	Betonung im Vers														
				Stadt in Tadschikistan	Fußbekleidung	Brise vom Meer	Insel im Süden Norwegens	griechisches Fabelwesen	südamerik. Wurf-Waffe							
Sohn von Onkel oder Tante		Gerät der Zirkusartisten	span. Formel 1-Pilot				Bergschräge			franz., span. Fürwort: du						
				Fluss durch Kempten		abscheulich			Diamant im russischen Zepher	Kobold						
Hauptstrom der Steiermark			zentral				windarm	ehem. Hafenstadt am Tiber								
			relig. Oberhaupt d. Joruba		Initialen von Regisseur Allen		Chauffeur			Kalksteinplateau im Jemen						
hinteres Schiffssegel	Sammelbecken				eisernes Wollen			Abk.: groß	Seufzer	Witzfigur, Gauner						
			kurz für: eine		nicht ausgeschaltet		Sternbild des Südhimmels		Stadt bei Tel Aviv							
ehem. Einheit für den Druck	sehr fester Faden					eine Frisur										

Buchvorstellungen

Bluthochdruck senken

Entspannungsübungen und einfache Meditationen



Bluthochdruck senken
von Abbas Schirmohammadi
und Philipp Feichtinger
Audio-CD mit Booklet,
Gesamtlaufzeit: 70 Minuten,
TRIAS Verlag,
Preis: 14,99 €
ISBN: 9783432118307

Bluthochdruck ist Stress. Dem kann man mit gezielten Atemübungen, Meditationen und Entspannungstechniken entgegenwirken – und das auf ganz natürliche Weise, ohne Medikamente. Wie es gelingt, den Bluthochdruck mithilfe von Meditationen und Entspannungsübungen zu senken, zeigen die beiden Heilpraktiker Abbas Schirmohammadi und Philipp Feichtinger in ihrer Audio CD „Bluthochdruck senken“.

Über die Autoren:

Abbas Schirmohammadi ist Heilpraktiker für Psychotherapie und hat sich auf die Konzipierung von CD-Programme in den Bereichen Gesundheit, Entspannung und Persönlichkeitsentwicklung spezialisiert. Als Coach unterstützt er seine Klienten auf dem Weg zu mehr Glück, Erfolg und Lebensfreude.

Philipp Feichtinger ist Heilpraktiker und hat sich auf Entspannung und ganzheitliche Gesundheit spezialisiert. Er ist Hypnose- und Naturheiltherapeut sowie Kursleiter für Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung. Er führt seine Naturheilpraxis in Riedau/Österreich und ist Autor mehrerer Entspannungs-CDs.

Herbstbasteln mit Kindern

25 Basteleien für die bunte Jahreszeit. Ab vier Jahren



Herbstbasteln mit Kindern
von Jasmin Markiewicz
Buch, 96 Seiten,
Christophorus Verlag,
Preis: 17,99 €
ISBN: 978-3-8411-0307-9

Wenn sich das Leben nach lauen Sommerabenden langsam wieder nach drinnen verlagert, wird es Zeit für neue Herbstdeko. Eine perfekte Inspiration und ideale Beschäftigung für Kinder ab vier Jahren bieten die 25 herbstlichen Bastelprojekte in Herbstbasteln mit Kindern.

Aus Blättern, Klopapierrollen, Eierkartons, Altpapier und Wollresten entstehen dekorative Fuchsmasken, kleine Waldwespen und fliegende Halloweengeister.

Über die Autorin:

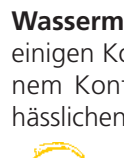
Jasmin Markiewicz wurde im April 1986 geboren und lebt zusammen mit ihrem Mann, ihrer gemeinsamen Tochter und ihrem Hund im Herzen des Saarlandes. Jasmin ist

studierte Wirtschaftsingenieurin und hat durch ihre Tochter die Leidenschaft für das Kreative wieder entdeckt, welche sie in ihrer Freizeit gerne auslebt. Ihre DIYs, Ideen, Rezepte und auch kleine Einblicke in ihr Leben zeigt sie auf ihrem Instagram Kanal @fraullein_jasmin

Die Sterne für September 2023



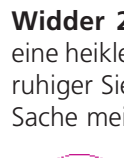
Steinbock 22.12.-20.1. Beschäftigen Sie sich vorerst mit jenen Dingen, die relativ leicht zu bewältigen sind – danach erst kümmern Sie sich um die „Klopfer“.



Wassermann 21.1.-19.2. Sie sollten Distanz zu einigen Kollegen wahren: Damit können Sie einem Konflikt vorbeugen, der sonst zu einer hässlichen Konfrontation führen wird.



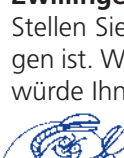
Fische 20.2.-20.3. Sie müssen unbedingt etwas Abstand vom Alltag gewinnen. Ein Wochenend-Trip, ganz ohne Begleitung, wäre wahrscheinlich genau das Richtige.



Widder 21.3.-20.4. Nur mit Takt werden Sie eine heikle Situation in den Griff bekommen. Je ruhiger Sie bleiben, desto leichter wird sich die Sache meistern lassen.



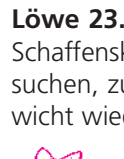
Stier 21.4.-21.5. Mit einem kleinen Stimmungstief muss gerechnet werden: Doch keine Angst: Das Gefühlspendel schlägt bald wieder in die andere Richtung aus.



Zwillinge 22.5.-21.6. Bewahren Sie ruhig Blut: Stellen Sie die Lage so dar, wie Sie in Ihren Augen ist. Werden Sie dabei nicht ausfallend – das würde Ihnen nur schaden.



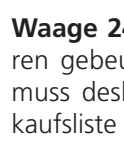
Krebs 22.6.-22.7. Keine Hürde scheint Ihnen derzeit zu hoch – Sie geben Vollgas. Dennoch: Sie dürfen nicht alles auf eine einzige Karte setzen!



Löwe 23.7.-23.8. Sie scheinen in einer ernsten Schaffenskrise zu sein: Sie müssen irgendwie versuchen, zur Ruhe zu kommen, um Ihr Gleichgewicht wiederzufinden.



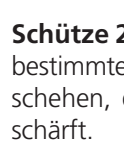
Jungfrau 24.8.-23.9. Sie verfügen über eine Menge guter Beziehungen, die Ihnen Unterstützung signalisieren. Ihre Konkurrenten kriegen den Mund mal wieder nicht zu ...



Waage 24.9.-23.10. Sie gehen zu sorglos mit Ihren gebeutelten Finanzen um! Möglicherweise muss deshalb ein Wunsch vorerst von der Einkaufsliste gestrichen werden.



Skorpion 24.10.-22.11. Jetzt bietet sich die Gelegenheit, einen Fehler auszubügeln, den Sie gemacht haben. Nutzen Sie diese Chance, sie kommt so schnell nicht wieder!



Schütze 23.11.-21.12. Sie müssen mehr mit einer bestimmten Person sprechen – sonst kann es geschehen, dass sich die Situation drastisch verschärft.



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)
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
Seniorenservicebüro	86-436/437
Stadtbücherei	900 86-0
Stadtwerke	408-0
Taxiruf	77 77 7
Telefonseelsorge	0800 1 11 01 11
Touristinfo	86 28 0

Seit 2000 **Wir** *im besten Alter***KOSTENLOS ZUM MITNEHMEN****Über 600 Auslagestellen**

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

Verteilung

in der Region Braunschweig, Wolfsburg, Wolfenbüttel und Salzgitter.

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

Veranstaltungs-Informationen

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

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

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

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

Figurentheater Fadenschein, 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
Oktober 2023
ist der 15. September 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

Reisefieber?

Dann entdecken Sie unsere
Leserreisen **ONLINE!**

www.m-tours.de/?pid=48199



Wir im besten
Alter

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

» CODE: **WIR** «

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.