

# Wir

*im besten Alter*  
für Menschen in der schönsten Lebenszeit

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



**Titelthema**

## *Weihnachtsmärkte in der Region*

**Wohnen & Leben**

## *Heizen im Altbau mit erneuerbaren Energien*

**Gesundes Leben**

## *Der Grippe zuvorkommen - jetzt impfen lassen*



Foto: djd-k/www.wunschgutschein.de/Jacobs-Lundt - Shutterstock

Es ist immer wieder eine Herausforderung, ein passendes Geschenk für Menschen zu finden, die einem am Herzen liegen. Was sich die zu Beschenkenden selbst wünschen, wollte eine Umfrage im Auftrag von [wunschgutschein.de](http://wunschgutschein.de) herausfinden. Mehr als 60 Prozent der Befragten würden sich über einen Gutschein freuen, auf dem zweiten Platz folgt mit knapp 40 Prozent zusammen verbrachte Zeit, 35 Prozent wünschen sich zu Weihnachten Geld.



Foto: djd-k/www.hafer-die-alleskoerner.de

Cookies sind zu jeder Jahreszeit ein beliebter Snack. Zum Winter passt eine Variation mit Hafer, Ingwer und Schoko. Die Köstlichkeiten eignen sich hervorragend als Weihnachtsgruß zum Verschenken. Das zugehörige Rezept und weitere haferspezifische Kreationen wie Hafer-Mandel-Ecken gibt es unter [www.hafer-die-alleskoerner.de](http://www.hafer-die-alleskoerner.de). Haferflocken bestehen aus vollem Korn, enthalten wichtige Nährstoffe und sind somit ein echtes Superfood.

Foto: djd-k/Pilot Pen



Geschenke statt mit Papier umweltfreundlich mit Stoff und persönlichen Kärtchen verpacken? Mit der über 1.000 Jahre alten Furoshiki-Methode und einem Bastelset wie dem PINTOR DIY-Set Xmas Tischkarten von Pilot ist das ganz einfach. Wer das PINTOR DIY-Set Xmas von Pilot hat, kann mit den darin enthaltenen Markern weitere Grußkarten beschriften oder sie für andere Bastelprojekte nutzen. Ideen gibt es unter [www.pilotpen.de/diy-tutorial](http://www.pilotpen.de/diy-tutorial).



Foto: djd-k/Pilot Pen

# Es weihnachtet sehr!

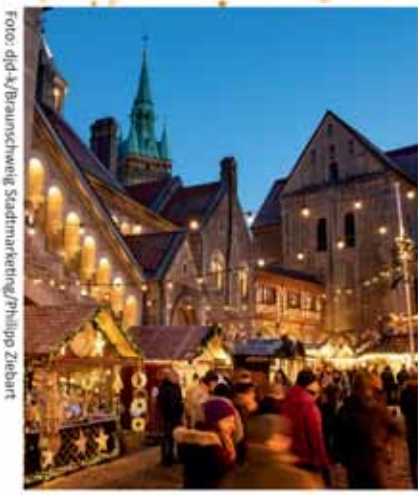


Foto: djd-k/Braunschweig Stadtmarketing/Philipp Ziebart

Mit der Eröffnung des Braunschweiger Weihnachtsmarktes am 29. November taucht die Löwenstadt in eine vorweihnachtliche Adventsstimmung ein. Bis zum 29. Dezember sorgen rund 135 Aussteller mit liebevoll geschmückten Ständen für Festtagsstimmung auf den Plätzen rund um den Dom St. Blasii und die Burg Dankwarderode. Kulinarische Genüsse versprechen regionale und internationale Spezialitäten und Getränke – wie der traditionelle Braunkohl und der warm-würzige Mumme-Glühwein. Ein umfangreiches Kulturprogramm für große und kleine Gäste begleitet den Markt. Infos: [www.braunschweig.de](http://www.braunschweig.de).

Brennen in der Speiseröhre, saures Aufstoßen, Druckgefühl im Brustbereich: Gerade zur Weihnachtszeit ist Sodbrennen ein häufig auftretendes Problem. In jedem Fall ist schnelle Abhilfe gewünscht. Zur Behandlung von akutem und leichtem Sodbrennen infolge eines Refluxes stehen sogenannte Schichtgitter-Antazida mit dem Wirkstoff Magaldrat wie in Riopan Magen Gel rezeptfrei zur Verfügung: [www.riopan.de](http://www.riopan.de).



Foto: djd-k/DR. KADE/Miniporn Tweeekw/123RF

# Editorial

## Liebe Leserin, lieber Leser,

*Eine Zeit des Lichts, der Wärme und des Teilens*

*Liebe Leserin, lieber Leser,*

*der Dezember bringt uns zusammen, eingehüllt in eine Atmosphäre der Vorfreude, des Lichts und der Wärme. Es ist die Zeit, in der wir die Herzen mit Freude erfüllen, die Häuser mit Lichtern schmücken und uns auf die bevorstehenden Feierlichkeiten des Monats freuen.*

*Der Advent, dieser besondere Countdown bis zum Weihnachtsfest, lässt uns mit jedem Tag mehr Vorfreude spüren. Jedes Türchen des Adventskalenders birgt eine kleine Überraschung, und die strahlenden Augen beim Öffnen sind ein Symbol der Freude, die im Kleinen liegt.*

*Nikolaus, der großzügige und freundliche Besucher in der Nacht, erinnert uns daran, dass es genauso wichtig ist, zu geben wie zu empfangen. Die Freude, die er bringt, liegt nicht nur in Süßigkeiten, sondern in der Geste des Teilens und der Güte.*

*Die leckeren Lebkuchen, die herrlichen Düfte auf den Weihnachtsmärkten und die festliche Dekoration, die die Straßen und Häuser schmückt, schaffen eine Atmosphäre der Gemütlichkeit und des Miteinanders. Es ist eine Zeit, in der wir die kleinen Freuden des Lebens feiern und uns an der Schönheit der Gemeinschaft erfreuen.*

*Doch inmitten all dieser Freude dürfen wir nicht vergessen, an die zu denken, denen es an Gesellschaft fehlt. Gerade in dieser festlichen Zeit können wir durch kleine Gesten Licht und Wärme in das Leben von einsamen Menschen bringen. Ein freundliches Wort, eine Einladung oder eine Geste der Zuneigung kann für jemanden, der alleine ist, ein helles Licht im Dunkeln sein.*

*Und dann, wenn der letzte Tag des Jahres naht, steht der Silvesterabend vor der Tür – ein Moment des Abschieds vom Alten und des Willkommens für das Neue. Ein Zeitpunkt, um Dankbarkeit zu zeigen für das Vergangene und um mit Hoffnung und Entschlossenheit in die Zukunft zu blicken.*

*In dieser Ausgabe wollen wir gemeinsam die Freuden des Dezembers feiern, uns inspirieren lassen von der Wärme, dem Licht und der Großzügigkeit, die diese Zeit prägen. Lasst uns zusammen die Liebe und Freude verbreiten, in dem Bewusstsein, dass auch kleine Gesten große Wirkungen haben können.*

*In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine besinnliche und erfüllte Vorweihnachtszeit und einen strahlenden Start in das neue Jahr.*

Mit herzlichen Grüßen,  
**Ihr Team von  
WIR im besten Alter**

Titelthema	Seite 4 - 5
Frohe Weihnachten	Seite 6 - 7
Veranstaltungen	Seite 8 - 10
Verlässliche Partner	Seite 11 - 13
Gesundes Leben	Seite 14 - 15, 24
Reisetipps	Seite 15 - 16
Wohnen & Leben	Seite 17
Kultur	Seite 18 - 19
Promi-News	Seite 20
Unterhaltung / Rätsel	Seite 21
Horoskop / Buchtipps	Seite 22
Service / Veranstalteradressen Wichtige Telefonnummern	Seite 23

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

*Titelfoto: Heiligabend - so wird das Fest zu einem glanzvollen Ereignis. Mehr dazu finden Sie auf Seite 6.*

*Foto: dj-d-k/KRINNER/Jenko Ataman - stock.adobe.com*



# Weihnachtsmarkt

## Wernigerode



Mehr als 60 Händler und Gastronomen sorgen für weihnachtliches Ambiente beim Weihnachtsmarkt und bieten zwischen dem historischen Marktplatz, Breiter Straße und Nicolaiplatz traditionelle Handwerkskunst, kulinarische Leckereien und natürlich leckere Glühwein-Spezialitäten.

Von der Weihnachtsmarktbühne vor dem Rathaus ertönen Weihnachtslieder und festliche Adventsmusik.

Der Weihnachtsmarkt ist bis zum 22. Dezember So. bis Do. von 11 bis 20 Uhr, Fr., Sa von 11 bis 21 Uhr geöffnet. Die Geschäfte laden am 1. und 3. Advent in der Zeit von 12 bis 17 Uhr ein.

[www.weihnachtsmarkt-wernigerode.de](http://www.weihnachtsmarkt-wernigerode.de)

**Schatzmeister**  
An- und Verkauf

An- Verkauf von Münzen  
Barren  
Schmuck  
Uhren  
Besteck  
Antiquitäten  
Zahngold

**Wir wünschen  
allen frohe  
Festtage**

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

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

# Weihnachtsstimmung

## auf Schloss Blankenburg



Der Verein Rettung Schloss Blankenburg lädt am ersten Adventswochenende vom 1. bis 3. Dezember 2023 zur 9. Blankenburger Schlossweihnacht.

An allen drei Tagen gibt es ein buntes Treiben an verschiedenen Verkaufsständen im zauberhaft illuminierten und festlich geschmückten Schlosshof, im Inneren des Schlosses, dem mittelalterlichen Rundgang und im herzoglichen Garten – mit viel Liebe und Engagement komplett ehrenamtlich durchgeführt.

Auch für die Kulinarik ist gesorgt mit Glühwein, Punsch, Crepes, Waffeln, Grillwurst und Grünkohl, Pofferties, Langos, Soljanka, Jagertee. Kunst und Kunsthandwerk bietet Gelegenheit zum Stöbern. Der Eintritt ist frei.

**Öffnungszeiten:**

Fr 16 bis 21 Uhr, Sa 14 bis 21 Uhr, So 14 bis 18 Uhr.

<https://www.rettung-schloss-blankenburg.de/schloss/schlossweihnacht/>



Weihnachtsstimmung auf Schloss Blankenburg.

Foto: o.H.

**südheide GIFHORN**

**Entdecken Sie die Region!**

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

- Übersicht über Weihnachtsmärkte in der Region
- Winter-Ausflugstipps
- Veranstaltungskalender
- Tipps für Silvester

Informationen & Buchungen  
Südheide Gifhorn GmbH | Marktplatz 1 | 38518 Gifhorn  
Tel. 05371 937880 | info@suedheide-gifhorn.de

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

# Magdeburg

## leuchtet und funkelt



(djd-k). Magdeburg ist eine lebendige Großstadt mit reicher Geschichte und faszinierender Architektur. Sie ist mit Auto und Bahn gut erreichbar - und besonders im kommenden Winter eine Reise wert.

Die kostenfreie Lichterwelt mit über einer Million LEDs. Einzigartige Kunstwerke zaubern eine unvergleichliche Atmosphäre in die Innenstadt. Das Lichtermeer leuchtet bis zum 2. Februar 2024, Infos unter [www.lichterwelt-magdeburg.de](http://www.lichterwelt-magdeburg.de). Auch die Pforten des Weihnachtsmarktes sind geöffnet. Kinder erfreuen sich an Bastelhaus und Märchengasse. Erzgebirgisches Kunsthandwerk, 50 Sorten Glühwein und weihnachtliche Düfte sorgen bei den Erwachsenen für passende Stimmung, alle Infos unter:

[www.weihnachtsmarkt-magdeburg.de](http://www.weihnachtsmarkt-magdeburg.de).



Bei einem Bummel über den Magdeburger Weihnachtsmarkt kommt man bei Glühwein und den passenden Düften in vorweihnachtliche Stimmung.

Foto: dj-d-k/Magdeburg Marketing/Andreas Lander



Weihnachtsmarkt mit ganz besonderer Atmosphäre.

Foto: esn/Bernhard Janitschke

## Inklusiver Weihnachtsmarkt am 17. Dezember 2023 in Neuerkerode

Feuerkörbe, Popcorn, Alpakas und Musik, Kreatives aus Neuerkerode, viele Leckereien, Gäste aus der gesamten Region und vieles mehr... Die Evangelische Stiftung Neuerkerode lädt am Sonntag dem 17. Dezember 2023 in der Zeit von 11 bis 17 Uhr zum alljährlichen und traditionellen inklusiven Weihnachtsmarkt in ganz besonderer Atmosphäre ein.

Die Verkaufsstände werden teilweise von den Wohngruppen in Neuerkerode sowie von Bürgerinnen und Bürgern mit Behinderung betrieben, aber auch von externen Schaustellern.

Anzeige

## Weihnachtsgebäck der Bäckerei Kretzschmar

Das Backstuben-Team der Bäckerei Stefan Kretzschmar ist die Traditionsbäckerei für leckere Weihnachtsbackwaren. Alle Weihnachtskekse kommen frisch aus der Backstube. Es locke Anisplätzchen, Bärenatzen, Ingwer Kekse und leckerer Baumkuchen. Die Bäckerei ist bekannt für ihre einzigartige Quarkmohnstolle und den saftigen Meisterstollen Dresdner Art. Auch die Konditorei verführt mit leckerer Bratapfelsahnetorte, Punschtorte und Marzipansahnetorte. Genießen Sie bei einer leckeren Tasse Kaffee die weihnachtlichen Köstlichkeiten gleich mal vor Ort im schönen Cafébereich. Das Hauptgeschäft begrüßt Sie mit neuer Ladeneinrichtung und gemütlicher Sitzzecke zum Aufwärmen und Verweilen.

Sonntags sind die Geschäfte Illerstrasse und Timmerlah durchgehend von 8 bis 16 Uhr geöffnet.

Bäckerei & Konditorei Kretzschmar, Illerstr. 61 Tel.: 841206

Anzeige

## Geschenkideen für Genießer

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](http://www.bremerwein.de). Hier finden Sie viele Geschenkvorschlage und konnen jederzeit bestellen und sich auf eine schnelle Lieferung verlassen.

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



Hofladen

Denken Sie an Ihre Geflügelbestellung  
zur Advents- & Weihnachtszeit

**Gans · Ente · Pute und  
Bauerngockel**

Alles auch in Teilstücken zu kaufen.

**Entenessen** (nach Anmeldung)  
jedes Wochenende Fr-So.

**Neu!!** auch **Hähnchenessen**  
(nach Anmeldung)

**Öffnungszeiten:**

Mittwoch-Freitag 9-18 Uhr

Samstag 9-13 Uhr

Hohe Warte 22 · 38644 Goslar-Jerstedt

**Telefon 05321/81342**

[stechers-landgenuss@gmx.de](mailto:stechers-landgenuss@gmx.de)



**Harald L. Bremer – Haus italienischer Qualitätsweine**

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

Tel. 0531 237360 – [www.bremerwein.de](http://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

# Heiligabend

so wird das Fest zu einem glanzvollen Ereignis

(djd-k). Weihnachten mit echtem Weihnachtsbaum ist und bleibt eine der wenigen urdeutschen Traditionen. Moderne Christbaumständer machen das Aufstellen kinderleicht und sicher. Vom deutschen Hersteller Krinner etwa gibt es unter dem Namen "Bavaria" eine neue Serie von Christbaumständern in fünf Größen und mit der bewährten Rundum-Einseil-Technik, die einen gleichmäßigen Druck der Klauen am Stamm gewährleistet. Das Sicherheitspedal mit seiner großen Auflagefläche sorgt für bestmöglichen Halt beim Aufstellen. Mehr Infos und einen Online-Shop gibt es unter [www.krinner.com](http://www.krinner.com). Der integrierte Wassertank verhilft dem Baum zu wochenlanger Frische. Aus gleichem Hause gibt es zudem hochwertige, mundgeblasene Glaskugeln, Baumspitzen und kabellose Kerzen.



Sicher stehen sollte der Christbaum, damit man ihn mit allerlei festlicher Dekoration zum Funkeln bringen kann.

Foto: djd-k/KRINNER/marcin jucha - stock.adobe.com

# Oh du schöne Adventszeit

Woher der Advent stammt  und was ihn so besonders macht 



Jeden Sonntag eine Kerze.

Foto: unsplash.com/ak-o

(ak-o) Was für die einen eine Zeit voller Stress und Hektik ist, bedeutet für die anderen die besinnlichste Zeit des Jahres. Das Wort Advent selbst stammt vom lateinischen „adventus“ ab und bedeutet übersetzt Ankunft. Die Ankunft von Jesus Christus. Die Adventszeit, wie wir sie kennen, entstand im 7. Jahrhundert. Damals wurde die Anzahl der Sonntage von Papst Gregor von sechs auf vier reduziert. Diese vier Sonntage sollten die vier Jahrtausende versinnbildlichen, die die Menschen nach dem Sündenfall auf ihren Erlöser warten mussten. Als krönender Abschluss dieser Zeit steht das Weihnachtsfest. Jeder der Adventssonntage an sich hat zudem einen speziellen Bezug. So bezieht sich der erste Sonntag auf die Wiederkunft Jesu, der zweite wie auch der dritte auf Johannes den Täufer und schließlich bezieht sich der vierte Sonntag auf Maria.

## Hektik und Besinnlichkeit gehen Hand in Hand

Die Tage vor dem Advent sind von Vorfreude geprägt. Aber auch von Arbeit und Vorbereitungen. Will doch das Haus geschmückt werden, um die Vorweihnachtszeit gebührend zu zelebrieren. Symbole wie zum Beispiel der Stern spielen eine große Rolle. Denn er steht für den Stern, der die drei Heiligen Könige nach Bethlehem zur Krippe Jesu führte. Ein solcher Stern findet hell leuchtend in vielen Fenstern einen Platz und stimmt auf die besinnliche Adventszeit ein.

## Jeden Sonntag eine Kerze, und was noch?

Die wohl verbreitetste Tradition ist der Adventskranz, der in Deutschland seit dem 19. Jahrhundert bekannt ist. Jeden Sonntag wird hier eine weitere Kerze entzündet und verschönert das Warten auf das Weihnachtsfest. Ebenso hat der Adventskalender einen festen Platz in vielen Familien. Über diese Traditionen hinaus findet aber jeder seinen Weg durch diese Zeit mit eigenen Ritualen. Seien es Besuche auf einem Weihnachtsmarkt, Plätzchen nach Großmutter's Rezept, gemeinsames Lesen und Singen. Immer etwas anderes, aber immer schön.

## Wenn die Pflege ausfällt

### Pflegenotaufnahme



Ich kümmere mich  
gerne um meine Mutter.  
Aber wer pflegt  
Mama, wenn ich  
mal krank werde?



Senioren & Pflege  
**Pflegenotaufnahme**  
[www.awo-bs.de](http://www.awo-bs.de)

☎ 0800 70 70 117

Wir helfen Ihnen, wenn die  
Pflege ausfällt. Jederzeit.

Wir wünschen allen ein frohes Weihnachtsfest und  
ein gesundes neues Jahr

# Steckbrief: Der Nussknacker

von Prof. Dr.h.c. Gerd Biegel

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

Wer kennt sie nicht, die kleinen und großen Holzfiguren mit den beweglichen Zähnen, zum Knacken der harten Nüsse auf dem weihnachtlich geschmückten Tisch. Auch im übertragenen Sinne steht der Nussknacker als Symbol für das Knacken der »Nüsse« im täglichen Leben. Unter den Figuren auf dem Weihnachtstisch ist der Nussknacker zugleich die gewichtigste Figur, uns heute meist bekannt als König Nussknacker mit Krone, Bart und großem, aufklappbarem Mund.

Dieser »klassische« Nussknacker in der Gestalt eines Königs entstand in der Mitte des 19. Jahrhunderts nach dem bekannten Buch des Arztes und Schriftstellers Heinrich Hoffmann (1809 – 1894), dem Autor des weltbekannten »Struwwelpeter« (1848). In seinem Buch »König Nußknacker und der arme Reinhold« hat er diese einprägsame Figur geschaffen und ein literarisches Denkmal gesetzt, auch wenn es eine sehr sozialkritische Betrachtung war. Zuvor hatte E.T.A. Hoffmann in seinem Kindermärchen »Nußknacker und Mäusekönig« die Nussknackerfigur auf ein literarisches Podest gehoben, während Peter Tschaikowskys »Nußknacker-Suite« erst gegen Ende des 19. Jahrhunderts entstanden ist. Darin siegt in einem Traum der Nussknacker-Prinz über den Mäusekönig.

Knacken geben konnte, genauso wie man es zu dieser Zeit in politischen Karikaturen aus England kannte. Napoleon hatte schließlich auch Europa jede Menge harte Nüsse zu knacken gegeben.

Der Nussknacker, wie wir ihn heute kennen, war – so wird überliefert – eine Erfindung der Schnitzerfamilie Füchtner in Seiffen, die bereits in der 7. Generation ihren berühmten Nußknackerkönig herstellt. Etwa 5000 Stück verlassen jährlich die Werkstatt in Seiffen. Der Vorfahre Friedrich Wilhelm Füchtner (1844 – 1923) hatte um 1870 den glücklichen Gedanken, den aus Thüringen bekannten gedrechselten Nussknacker mit der literarischen Gestalt Heinrich Hoffmanns zu verbinden, so wie er aus dem beliebten Kinderbuch überall damals bekannt war. Besonders begehrt und beliebt sind diese Nussknacker, die man als »Seiffener



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

Spielzeug« bezeichnete, in Amerika, wo es sogar richtige Sammlervereinigungen mit über 15.000 Mitgliedern gibt. Einige Sammlungen sollen dort über 10.000 Objekte besitzen. Der Weg über den Ozean hängt nicht zuletzt damit zusammen, dass der ausdrucksstarke Nussknacker sogar zum Götzenbild für Geschenke der Schiffskapitäne in Afrika wurde und so die Weltmeere eroberte. Auch der Braunschweiger Nussknacker-Gigant »Bruno«, der jährlich am Eingang zum Braunschweiger Weihnachtsmarkt vor der Burg steht, hatte zunächst eine lange Seereise hinter sich, ehe er nach Braunschweig kam. Es war auch keineswegs leicht, die Bedenken der Stadtverwaltung hinsichtlich der Aufstellung zu überwinden, es gab heftige Diskussionen und fast wäre seine Aufstellung im Paragraphenschlingel

untergegangen. Erst als ihm »Asyl« am Vieweghaus gewährt wurde, gelang die Aufstellung.

Längst zählt er inzwischen als wichtiger Teil der Weihnachtsmarkttradition Braunschweigs. Sein Name erinnert an die braunschweigische Geschichte, an deren Anfängen die sächsische Grafenfamilie der »Brunonen« stand, nach der das Nussknacker-Geschenk der Schausteller des Weihnachtsmarkts seinen Namen erhielt. Jährlich steht »Bruno« als Symbol der erzgebirgischen Tradition und grüßt alle Braunschweigerinnen und Braunschweiger und ist selbst längst Braunschweiger mit Migrationshintergrund geworden.



»Bruno« auf dem Weihnachtsmarkt in Braunschweig.

Foto: Braunschweig Stadtmarketing / Philipp Ziebart

Figürliche Nussknacker heute stammen aus dem Erzgebirge und werden in vielfältigen Formen hergestellt und geliefert. Erstmals entstanden solche Nussknackerfiguren aber im 17. Jahrhundert im Grödner Tal in Südtirol. Gelegentlich liest man auch, daß bereits seit dem 16. Jahrhundert aus Berchtesgaden Nussknacker ihre Wanderung mit fahrenden Händlern angetreten haben. Das erzgebirgische Holzspielzeug gelangte durch die Händler, die die Messen in Leipzig, Nürnberg und Frankfurt belieferten. Ihnen folgten die Thüringer Spielzeuggestalter im frühen 19. Jahrhundert. Besonders beliebt waren die Nussknacker-Karikaturen aus Catterfeld. So etwa mit der Darstellung von Napoleon, dem nun jeder eine harte Nuss zum

KW 48

Freitag, 01. Dezember 2023

- 15:00 Uhr Adventsmarkt in der Kommissie, WF \*
- 19:00 Uhr tanzwärts! Elementar, Staatstheater, BS \*
- 19:30 Uhr Der Barbier von Sevilla, Staatstheater, BS \*
- 19:30 Uhr Toren (Steam), Lessing Theater, WF
- 19:30 Uhr Prime Time Orchestra, Roter Saal, BS
- 19:30 Uhr Astor in Concert, Astor Filmtheater, BS
- 19:30 Uhr Gute Geister, Altstadtmarkt, BS \*
- 20:00 Uhr Agims Trio, Kult, BS
- 20:00 Uhr Miss Starlight, Brunsviga, BS
- 20:00 Uhr Play it again Sam!, Kuba Kulturhalle, WF \*

Samstag, 02. Dezember 2023

## Adventsmarkt auf dem Achilles Hof

Am 2. Dezember 2023 von 14 bis 17 Uhr findet in der Begegnungsstätte auf dem Achilles Hof, am Grasplatz 5C in Watenbüttel ein Adventsmarkt statt. Es erwarten Sie kreative Aussteller. Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt.

- 15:00 Uhr Weinachtskonzert, Lindenhof, BS
- 15:00 Uhr Es klopft bei Wanja in der Nacht, Theater Fadenschein, BS \*
- 17:30 Uhr Das doppelte Lottchen, Staatstheater, BS \*
- 20:00 Uhr Wir werden diese Nacht nicht sterben, Aquarium, BS \*
- 20:00 Uhr Matthias Rauch, Magie, Kult, BS
- 20:00 Uhr GTD Comedy Slam, Brunsviga, BS
- 21:00 Uhr 80's Party Night, KufA Haus, BS

Sonntag, 03. Dezember 2023

- 11:00 Uhr Adventsmatinee mit Mel Germain, Kulturpunk West, BS
- 11:30 Uhr Tocotronic, Scharoun Theater, WOB
- 16:00 Uhr Drei Frauen im Schnee, Altstadtmarkt, BS \*
- 16:00 Uhr Drei Haselnüsse für Aschenbrödel, Lessing Theater, WF \*
- 16:00 Uhr Lesung im Café Littéraire, Kult, BS
- 17:00 Uhr Der mit dem Volk tanzt, Kult, BS
- 19:30 Uhr Carmina Burana, Staatstheater, BS \*
- 20:00 Uhr Greiner für Alle, Kult, BS
- 20:00 Uhr Ihr Sünderlein kommet!, Brunsviga, BS

KW 49

Montag, 04. Dezember 2023

- 09:00 Uhr Weihnachten bei Michel aus Lönneberga, Altstadtmarkt, BS \*
- 19:00 Uhr Happy Birthday Rilke, Lindenhof, BS
- 20:00 Uhr Mindset, Brunsviga, BS

Dienstag, 05. Dezember 2023

- 19:00 Uhr Frühstück am Rande der Apokalypse, Brunsviga, BS
- 20:00 Uhr Was ist was – Spuren, Aquarium, BS

Mittwoch, 06. Dezember 2023

- 10:00 Uhr All das Schöne, Hausbar, BS \*
- 10:30 Uhr Die vier Jahreszeiten, Staatstheater, BS \*
- 19:30 Uhr Frau Bachmanns kleine Freunden, Scharoun Theater, WOB
- 20:00 Uhr Materialprüfung, Aquarium, BS

Donnerstag, 07. Dezember 2023

- 10:30 Uhr Wish, Astor Filmtheater, BS
- 17:30 Uhr Auftritt des Community Chors, Kult, BS
- 19:30 Uhr Stolz und Vorurteile\* (\*oder so), Staatstheater, BS
- 20:00 Uhr Open mic, comedians, Kult, BS
- 20:00 Uhr Nazareth, westand, BS

Freitag, 08. Dezember 2023

- 09:30 Uhr Der magische Adventskalender, Kulturpunk West, BS \*
- 19:00 Uhr Wer hat noch nie vom Glück geträumt...!, Altstadttrathaus, BS
- 19:30 Uhr Babettes Fest, Staatstheater, BS \*
- 19:30 Uhr Brass Band Berlin, Scharoun Theater, WOB
- 20:00 Uhr Sound of Joy, Rittergut, Lucklum
- 20:00 Uhr Wie töten Geheimdienste?, Brunsviga, BS
- 20:00 Uhr Themenabend Erinnerungskultur und Performance, Aquarium, BS
- 20:00 Uhr Klever's Allgemeine Realitätstheorie, Kult, BS
- 20:00 Uhr Sunra in Lucklum, Wegwarte ElmEvents, BS
- 20:00 Uhr April Art Change Tour, Kuba Kulturhalle, WF

Samstag, 09. Dezember 2023

- 19:30 Uhr Salome, Staatstheater, BS \*
- 20:00 Uhr Swing Flüsterparty mit der Kleinen Swingbrause, Kult, BS
- 20:00 Uhr Klein anfangen, groß rauskommen, Brunsviga, BS
- 20:00 Uhr Diary Of Dreams, KufA Haus, BS

Sonntag, 10. Dezember 2023

- 11:00 Uhr Lichtgestöber-Schneegefunkel, Theater Fadenschein, BS
- 13:45 Uhr Tanz mit!, Staatstheater, BS
- 14:00 Uhr MiMaMo, Show-Arena, H \*
- 15:00 Uhr Tango Café, Kult, BS
- 16:00 Uhr Weihnachtskonzert, St. Katharinen, BS
- 16:00 Uhr Die Bremer Stadtmusikanten, Lessing Theater, WF \*
- 17:00 Uhr Santas Rock Dinner Show, Landhaus Seela, BS
- 20:00 Uhr Super Abba, Lindenhalle, WF

KW 50

Dienstag, 12. Dezember 2023

- 19:00 Uhr Theaterkreis, Aquarium, BS
- 20:00 Uhr Ben Becker, Staatstheater, BS

Mittwoch, 13. Dezember 2023

- 20:00 Uhr Desimos Spezial Club, Brunsviga, BS

Donnerstag, 14. Dezember 2023

- 19:00 Uhr Das mangelnde Licht, Staatstheater, BS \*
- 19:30 Uhr Die Söhne Hamburgs, Scharoun Theater, WOB
- 20:00 Uhr 4gewinnt show „Romantic Comedy“, Kult, BS

Freitag, 15. Dezember 2023

- 19:30 Uhr Nordic Christmas, Lessing Theater, WF
- 19:30 Uhr Niemand wartet auf dich, Staatstheater, BS \*
- 20:00 Uhr Silent Radio, westand, BS \*
- 20:00 Uhr Melatonin, Aquarium, BS \*
- 20:00 Uhr Willi & Lisbeth und die Lamettafee, Kult, BS
- 20:00 Uhr Auf den zweiten Blick, Brunsviga, BS
- 20:00 Uhr Paul Brunner – Abschlusskonzert, KufA Haus, BS

Samstag, 16. Dezember 2023

- 18:00 Uhr GDA Christmas Showing, VW Halle, BS
- 19:30 Uhr Halleluja!, Lessing Theater, WF
- 19:30 Uhr Garland, Staatstheater, BS
- 20:00 Uhr Lilo Wanders „Ein Abend mit...“, Kult, BS
- 20:00 Uhr The Twang, Brunsviga, BS

Sonntag, 17. Dezember 2023

- 11:00 Uhr 4. Sinfoniekonzert, Staatsorchester, BS \*
- 15:00 Uhr Die Schöne und das Biest, VW Halle, BS
- 15:00 Uhr Tanzworkshops für alle, Tanzsaal im Park, BS
- 15:00 Uhr Bach Weihnachtsoratorium, Dom, BS



**15:00 Uhr** Die große Weihnachtssause, Brunsviga, BS  
**16:00 Uhr** Erika oder der verborgene Sinn des Lebens, Lessing Theater, WF \*  
**17:00 Uhr** Fechtel & Gutzeit, Kult, BS

**KW 51 Montag, 18. Dezember 2023**

**18:00 Uhr** Lebendiger Adventskalender, Brunsviga, BS  
**19:30 Uhr** Dornröschen, Scharoun Theater, WOB  
**20:00 Uhr** Lisa Feller – Dirty Talk, Brunsviga, BS

**Dienstag, 19. Dezember 2023**

**20:00 Uhr** Meisterkonzert, Staatstheater, BS  
**20:00 Uhr** Party in a Nutshell, Aquarium, BS \*

**Mittwoch, 20. Dezember 2023**

**19:00 Uhr** Kombinat der Vulven, Aquarium, BS

**Donnerstag, 21. Dezember 2023**

**19:30 Uhr** United We Sing, Scharoun Theater, WOB  
**19:30 Uhr** La bohème, Staatstheater, BS \*



United We Sing, Scharoun Theater, WOB. Foto: Neil Prior / Bernd Upadek

**Freitag, 22. Dezember 2023**

**19:30 Uhr** Die Zimtschnecken, Lessing Theater, WF  
**20:00 Uhr** Mike Singer, westand, BS  
**20:00 Uhr** Junges! Späti, Aquarium, BS  
**20:00 Uhr** „En Suite – Alleine mit Audrey Hepburn“, Kult, BS

**Samstag, 23. Dezember 2023**

**20:15 Uhr** Lesung „xmas ist nur 1 mal im jahr“, Kult, BS

**Sonntag, 24. Dezember 2023**

**10:00 Uhr** Großes Frühstücksbuffet an Heiligabend, Lord Helmchen, BS

**KW 52 Dienstag, 26. Dezember 2023**

**19:00 Uhr** Eiseilige Nacht, Millenium, BS  
 Samstag, 30. Dezember 2023  
**20:00 Uhr** Rykers, KufA Haus, BS  
**20:00 Uhr** Die Magic.Fusion, Dance Show, Kult, BS

**Sonntag, 31. Dezember 2023**

**16:00 Uhr** The Cast, Lessing Theater, WF \*  
**17:30 Uhr** Direktmusik, Staatstheater, BS \*  
**20:00 Uhr** Silvester Musical und Party, Lord Helmchen, BS  
**22:00 Uhr** Silvesterparty, Brunsviga, BS  
**22:30 Uhr** Mad Magic – The Crazy Variety Show, Scharoun Theater, WOB \*

– Änderungen vorbehalten – \* weitere Termine

## Bald kommt der Weihnachtsmann



Auch in diesem Jahr können die Weihnachtsmänner wieder unter der Telefonnummer 0531 / 33 91 04 – Peter Strohbach, bis zum 15.12.2023 bestellt werden.

Alle wichtigen Informationen unter [www.weihnachtsmann-brunschweig.de](http://www.weihnachtsmann-brunschweig.de).

Der Preis pro Auftritt am 24.12. beträgt 60 Euro in Braunschweig und Wolfenbüttel. In den umliegenden Dörfern ab 65/ 70 Euro.

Natürlich können die Weihnachtsmänner auch zu anderen Feiern, Nikolaus und am 1. und 2. Weihnachtstag gebucht werden. Es stehen ca. 15 Weihnachtsmänner zur Verfügung. Alle Weihnachtsmänner haben langjährige Erfahrung bzw. sind gut vorbereitete und von erfahrenen Weihnachtsmännern eingewiesene Nachwuchskräfte.



*Wir wünschen unseren Leserinnen  
und Lesern frohe Weihnachten  
und ein gesundes neues Jahr!*

**Reisefieber?**

Dann entdecken Sie unsere  
Leserreisen ONLINE!  
[www.m-tours.de/?pid=48199](http://www.m-tours.de/?pid=48199)



**phaeno**  
da staunst du.

**FAMILIENZEIT FÜR NEUGIERIGE.**

Im phaeno Wolfsburg

[www.phaeno.de](http://www.phaeno.de)

## Phaeno Wolfsburg:

### Gemeinsam staunen

Wo kann man wunderschöne Kometen aus Trockeneis beobachten? Na, klar. Im phaeno in Wolfsburg. Dort können neugierige Kinder, Jugendliche und Erwachsene bei einem gemeinsamen Ausflug in den Weihnachtsferien viel Neues erleben und dabei viel Spaß haben: In der Sonderausstellung „WahnSinn“ traut man seinen Sinnen kaum. Gegenstände verschwinden vor dem wachsamem Auge, Töne scheinen verrückt zu spielen und sogar die Mona Lisa kommt ins Wanken. Im Eingangsbereich des Kinderbereichs lädt eine Kletterskulptur schon von Weitem zum Erkunden ein. Auf dieser erleben die 3- bis 8-jährigen jede Menge Experimentierspaß: Sie „telefonieren“ durch meterlange Röhren miteinander oder schubsen wasserballgroße Kugeln auf einer 80 Meter langen Kugelbahn weiter. Während die Kleinsten im Kinderbereich ihr eigenes Reich entdecken, kommen die älteren Kinder und Erwachsenen im CellLab ins Staunen: So sehen also die eigenen Haare unter dem Mikroskop aus!

Zahlreiche weitere Phänomene laden alle Familienmitglieder zum Staunen und Ausprobieren ein: Einen Nebeltornado anfassen, eine Kugel durch ein Labyrinth manövrieren, das Geheimnis der unantastbaren Feder lüften... das ist ein unvergesslicher Ausflug!



**MUSIKPARADE**

**MILITÄR- & BLASMUSIK**

**EUROPAS GRÖSSTE TOURNEE**

**400 KÜNSTLER AUS 7 NATIONEN**

**Braunschweig · Volkswagen Halle**  
**So, 7. Januar · 15 Uhr**  
Ticket-Hotline: 0441-2050920 und [www.musikparade.com](http://www.musikparade.com)

# Aktuelle Verbraucherfrage:

## Was ist eine Grundfähigkeitsversicherung?



Auch die Bildschirmarbeit gilt als Grundfähigkeit. Fotos(2): ERGO Group

### Experten der ERGO Group informieren

Ulrike S. aus Magdeburg:

Ich möchte mich für den Fall absichern, dass ich nicht mehr arbeiten kann. Dafür gibt es nicht nur eine Berufsunfähigkeits-, sondern auch eine Grundfähigkeitsversicherung. Was ist das genau?



Fiknet Veseli, Vorsorge-Expertin der ERGO Vorsorge Lebensversicherung.

Fiknet Veseli, Vorsorge-Expertin der ERGO Vorsorge Lebensversicherung:

Sehen, Stehen, Laufen, Hören oder Sprechen: Das sind alltägliche Fähigkeiten – sogenannte Grundfähigkeiten. Gehen sie verloren, zum Beispiel durch einen Unfall oder eine Krankheit, hat das nicht nur merkliche Auswirkungen auf unser Leben, sondern kann auch massive finanzielle Folgen haben. Davor schützt die Grundfähigkeitsversicherung. Geht eine der versicherten Grundfähigkeiten verloren, zahlt sie eine monatliche Rente. Oft

sind auch Fähigkeiten wie Feinmotorik, Bildschirmarbeit, Autofahren oder das Heben und Tragen schwerer Gegenstände mitversichert. Manche Anbieter ermöglichen Versicherten, auch Pflegebedürftigkeit oder psychische Erkrankungen miteinzuschließen. Auch wenn bei der Grundfähigkeitsversicherung die Berufstätigkeit nicht unmittelbar als solches abgesichert ist, sollten Interessierte darauf achten, dass alle für den Beruf notwendigen Fähigkeiten eingeschlossen sind. Bei Fliesenlegern kann das zum Beispiel das Hinknien, bei Büroangestellten das Tippen auf einer Tastatur sein. Eine Grundfähigkeitsversicherung ist für viele Menschen günstiger als eine Berufsunfähigkeitsversicherung. Interessenten müssen vor dem Abschluss außerdem weniger Gesundheitsfragen beantworten.

**Braunschweiger  
Rollstuhl - Shuttle**

Stadt- und Landfahrten  
Krankentransporte



www.rolli-shuttle.de

Telefonnummer  
**0531 58 08 4444**

**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!**



**Vertrauensvolle  
Pflege – herzlich  
und kompetent.**

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

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

**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

Aktuelle Nachrichten aus Braunschweig und der Region

[news.braunschweigreport.de](https://news.braunschweigreport.de)



**FROHE WEIHNACHTEN UND EIN GLÜCKLICHES NEUES JAHR.**

Wünscht das Pflege- und Seniorenzentrum Bethanien

BETHANIEN

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

## Krankenhaus Marienstift hat neuen Haupteingang



Der neue Haupteingang des Krankenhauses.

Foto: Krankenhaus Marienstift

Der Neubau des Krankenhauses Marienstift an der Helmstedter Straße wird jetzt in Etappen in Betrieb genommen.

Der neue Haupteingang, als zentrale Anlaufstelle für Patienten und Besucher, befindet sich jetzt gegenüber der Apotheke. Hier befindet sich die Information und von dort aus gelangt man in

die Räumlichkeiten des Neu-, und Altbaus sowie zur Zentralen Notaufnahme (ZNA).

Die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe ist zunächst weiterhin über den bekannten Eingang zur Frauenklinik erreichbar. Ebenfalls wurden die Behandlungsräume der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie bezogen. Im Anschluss folgen die Büros der Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin & Schmerztherapie sowie die Behandlungsräume, die neuen Patientenzimmer der Klinik für Frauenklinik und Geburtshilfe und das Kinderwunschzentrum.

## Wichtige Antworten zum Pflegegrad (Teil4)

Heute: Wie funktioniert die Antragsstellung für Hilfe zur Pflege und was müssen Betroffene dabei beachten? Um schnellstens finanzielle Unterstützung zu erhalten, sollten Pflegebedürftige die Hilfe zur Pflege beim Sozialamt so früh wie möglich beantragen. „Denn das Amt zahlt erst ab dem Zeitpunkt der Antragstellung“, erklärt Birger Mählmann, Pflegeexperte der Ideal Versicherung. Das Formular erhalten Pflegebedürftige bei den Sozialämtern oder auf deren Websites zum Download. Es muss schriftlich eingereicht werden. Meist benötigen Pflegebedürftige dafür zusätzliche Dokumente wie Belege über Einkommen beziehungsweise Rente und Vermögen sowie den Pflegegrad-Bescheid. Um Nachfragen zu vermeiden, empfiehlt Mählmann, sich vorab zu informieren, welche Dokumente genau nötig sind. „Bewilligt das Sozialamt nach Prüfung den Antrag, müssen Pflegebedürftige einen weiteren sogenannten Leistungsantrag – etwa auf ambulante oder stationäre Pflege – stellen, der ebenfalls vom Sozialamt genehmigt werden muss“, so der Ideal-Pflegeexperte. „Erst dann können die Leistungen in Anspruch genommen werden.“ Pflegebedürftige sollten zudem beachten, dass nach Leistungszusage viele Rechte auf das Sozialamt übergehen, wie beispielsweise das Recht auf Auskunft über Einkommen und Vermögen des Betroffenen und der Familie. Außerdem wichtig zu wissen: Ändert sich die finanzielle Situation, sind Pflegebedürftige dazu verpflichtet, dies dem Sozialamt zu melden.



**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](http://www.schloss-schliestedt.de)



**Wir** im besten Alter monatlich und kostenlos

Anzeigenschluss ist Freitag, der 15. Dezember 2023.

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

# Mitarbeiterinnen

## in den Ruhestand verabschiedet



Monika Schulz (mit Blumenstrauß) mit Mitarbeitenden.

Fotos(2): Seniorenbetreuung Schloß Schliestedt

sich Moni aber doch noch nicht von „ihrem“ Schloß, vielleicht mit einem Minijob.

Ein weiteres „Urgestein“ geht nach über 35 Jahren in den Ruhestand :

Pflegekraft Gabriele Ützfeld. Geplant sind für den Ruhestand zunächst Reisen & Genießen und ganz wird der Kontakt hierher wohl nicht abreißen, arbeitet doch Tochter Mareike ebenfalls in der Seniorenbetreuung Schloß Schliestedt.

Wir wünschen den Neuruheständlerinnen viel Energie, Gesundheit und Spaß und viele schöne Jahre im Ruhestand mit ihren Familien. Sabine Resch-Hoppstock - Einrichtungsleitung -



Gabriele Ützfeld im Rollstuhl mit Stock & Hut sowie Inkontinenzmaterial, damit auch „in Zukunft nichts schiefgehen kann!“

# Gesprächskreis

## für Pflegende Angehörige

Wer eine angehörige Person unterstützt und pflegt, muss das eigene Leben der Pflegesituation anpassen und die eigenen Bedürfnisse häufig zurückstellen. Die KIBiS bietet pflegenden Angehörigen die Möglichkeit sich bei einer Tasse Kaffee mit anderen Pflegenden auszutauschen und dadurch Entlastung zu erfahren. Die regelmäßigen Treffen unterstützen die Teilnehmenden dabei mit den vielfältigen neuen Aufgaben umzugehen und von den Erfahrungen der Anderen zu profitieren. Die Treffen finden in den Räumen der Begegnungsstätte Ottenroderstr. 11d, von 15:30 bis 17 Uhr, statt und werden von Petra Mohr begleitet. Die nächsten Treffen sind am 13. Dezember 2023 und gehen am 10. Januar 2024 weiter. Informationen unter Telefon 0531- 4 80 79 20 (Mo bis Mi von 9 bis 12 Uhr, Di 14 bis 16 Uhr, Do von 14 bis 17 Uhr), E-Mail: kibis@paritaetischer-bs.de und unter [www.selbsthilfe-braunschweig.de](http://www.selbsthilfe-braunschweig.de).

Wir sind an Ihrer Seite.  
Würdevoll und zeitgemäß.

## Hageroth Bestattungen

Tag & Nacht 05304 / 5214  
0157 / 71521214

## ASB Braunschweiger Land

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

Infos unter 0531-19212  
[www.asb-bs.de](http://www.asb-bs.de)

Wir helfen hier und jetzt.

**ASB**  
Senioren Service Braunschweiger Land

**Hubeta**  
Gemeinnütziger Verein e.V.

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

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

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

# 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

Jetzt testen!



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

## Jetzt gegen Influenza impfen lassen

Mit der Kampagne rufen die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und das Robert Koch-Institut (RKI) zur jährlichen Gripeschutzimpfung auf. Eine Impfung bis Mitte Dezember ist wichtig, um rechtzeitig vor der nächsten Grippewelle bestmöglich vor Influenzaviren geschützt zu sein. Die Impfung wird empfohlen für Personen ab 60 Jahren, chronisch kranke Menschen aller Altersstufen und Schwangere sowie Menschen in Alten- und Pflegeheimen – denn vor allem bei diesen Gruppen kann die Grippe zu ernsthaften Komplikationen wie einer Lungenentzündung führen und schwer oder sogar tödlich verlaufen. Auch Medizin- und Pflegepersonal, das häufig engen Kontakt zu gesundheitlich besonders gefährdeten Gruppen hat, sollte sich impfen lassen. Ob eine Gripeschutzimpfung empfohlen wird, dazu gibt der neue BZgA-Grippe-Impfcheck Auskunft unter: [www.impfen-info.de/grippeimpfung/grippe-impfcheck](http://www.impfen-info.de/grippeimpfung/grippe-impfcheck).

## Gruppenreise zum Hansetag Die Hansestadt Danzig erleben



Reise zum Internationalen Hansetag: Auf Anregung des Stadtmarketings bietet Kunst.Kultur.Reisen/Unterwegs Reisen vom 12. bis zum 16. Juni 2024 eine Bustour nach Danzig an.

Foto: VisitGdansk

Danzig im Rahmen des 44. Internationalen Hansetags besuchen: Mit einer Gruppenreise vom 12. bis zum 16. Juni haben Braunschweiger Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, die polnische Stadt ab 989 Euro zu besuchen und die Feierlichkeiten zu genießen und unter dem Motto „Change begins here“ ein vielfältiges Programm in der Küstenstadt zu erleben.

Enthalten sind eine Stadtrundfahrt durch Danzig mit anschließendem Besuch eines Orgelkonzertes im Stadtteil Oliwa, eine Nachtführung durch die Danziger Altstadt, eine Schifffahrt auf dem Oberländer Kanal inklusive Mittagessen, ein Tagesausflug in die „Dreistadt“ – bestehend aus Danzig, Gdynia und Sopot – mit anschließendem Besuch der Kaschubischen Schweiz, ein Ausflug zur Marienburg mit Führung sowie die Tourismusabgabe und die Reisebegleitung. Buchungen telefonisch unter 0531/347427 oder per E-Mail an [reisen@unterwegs.eu](mailto:reisen@unterwegs.eu). Weitere Infos gibt es unter [www.bit.ly/kkr-Danzig](http://www.bit.ly/kkr-Danzig).

**Ergotherapiepraxis**



Physische und Psychische  
Wiedereingliederung ins  
Arbeits- und Alltagsleben

**Dehdasht**

Auch Hausbesuche

Inh.: Asita Dehdasht  
Hauptstraße 10a  
38110 Braunschweig/Wenden  
[www.ergotherapiepraxis-dehdasht.de](http://www.ergotherapiepraxis-dehdasht.de)

Tel. 05307- 20 16 322  
Fax 05307- 20 15 636

Frohe Weihnachten und ein gesundes, glückliches neues Jahr!

★ Schnupper-Busreisen ★  
2024

WEST-/OSTPREUBEN – POLEN

ERMAND-MASUREN UND DANZIG

**Ausflugsmöglichkeiten:** „Frische Nehrung“ mit Frauenburg und Kahlberg; Naturparadies Masuren mit Heiligelinde, Sensburg, Nikolaiken und Wolfsschanze; Tagesausflug Danzig und Halbinsel Westerplatte; Marienburg, Elbing und Oberlandkanal mit Möglichkeit zur Schifffahrt ...

**Reisetermine:** 13.04. – 18.04.24 / 05.05. – 10.05.24 / 29.06. – 04.07.24  
28.07. – 02.08.24 / 04.08. – 09.08.24 / 24.10. – 29.10.24

6-Tage-Reise  
ab € **299,-**

---

POMMERN – OSTSEEKÜSTE – POLEN

**Ausflugsmöglichkeiten:** Pommersche Ostseeküste mit Besuch von Rügenwalde, Rügenwaldermünde und Stolpmünde; Slowinski-Nationalpark inkl. Fahrt mit Elektrowagen zu den bis zu 42 m hohen Wanderdünen bei Leba, Besuch von Kucken und Stolp; Ausflug zur Dramburger und Bütower Seenplatte mit Neustettin, Pollnow, Bublitz, Baldenburg, Rummelsburg ...

**Reisetermine:** 26.05. – 30.05.24 / 23.06. – 27.06.24  
24.07. – 28.07.24 / 11.08. – 15.08.24

5-Tage-Reise  
ab € **255,-**

---

SCHLESIEN – RIESENBERG – POLEN

**Ausflugsmöglichkeiten:** Tagesausflug Breslau; Riesengebirgsrundfahrt mit Hirschberg, Krummhübel und Stabkirche Wang, Schloss Lomnitz, Schildau, Fischbach, Buchwald ...

**Reisetermine:** 07.04. – 10.04.24 / 08.06. – 11.06.24  
14.07. – 17.07.24 / 13.10. – 16.10.24

4-Tage-Reise  
ab € **199,-**

---

**Unsere Leistungen:** EZ-Zuschlag ab 12.- € p.P./p.N.  
 \* Fahrt im modernen Reisebus mit Vollausrüstung, \* Je nach Reise 3, 4 oder 5 Hotelübernachtungen im DZ mit HP, alle Zimmer mit Bad, WC und TV, \* Insolvenzabsicherung, \* Straßengebühren, \* Fachkundige Reiseleitung bei den gebuchten Ausflügen vor Ort, \* Schwimmbadnutzung im Hotel im Riesengebirge in Schlesien

**Zustiegsmöglichkeiten:**  
**Wolfsburg,** Bussteig 9, gegenüber Einfahrt Tiefgarage Cinemax; **Gifhorn,** Alter Bahnhof/Post; **Braunschweig, ZOB; Helmstedt,** Gummibahnhof, Braunschweiger Tor; **Magdeburg, ZOB**


---

Anmeldung und Durchführung:

Reisedienst u. Reisebüro

FUHRMANN

Inh. E. J. Fuhrmann



Fordern Sie gern kostenlos unseren ausführlichen Informationsflyer zu den Schnupperreisen 2024 an unter:

Tel. 05356/91 8350

Hof Trendel 5 | 38368 Rennau | Tel. 05356-223 | Öffnungszeiten Büro: Montags – Freitags 9.00 – 17.00 Uhr

Im Internet lesen Sie uns unter  
[www.wir-braunschweig.de](http://www.wir-braunschweig.de)

# GRUPPENRUNDREISEN WELTWEIT

**AKTIONSCODE BRR3112**

Sie möchten die Welt entdecken, neue Menschen und Kulturen hautnah erleben und kennenlernen?  
Entdecken Sie jetzt unsere Gruppenreisen für Best Ager und buchen Sie zum Vorteilspreis bis zum 31.12.2023

## Riviera & Mehr

Entdecken & Erholen zwischen Ligurien & Côte d'Azur

7-tägige Busreise

statt ab € 599 jetzt ab

p.P. € **399**

Reisetermine bis  
November 2024

7-tägige Busreise an die italienische und französische Riviera, klimatisierter Reisebus, 6 Übernachtungen im strandnahen 3-Sterne-Hotel, DZ, HP, großes Ausflugsprogramm mit drei Ganztagesausflügen nach Monaco & Monte Carlo, Cannes & Nizza sowie San Remo & Dolceaqua, deutschsprachige Reiseleitung

## Einmal rund um die Ostsee

Polen, Litauen, Lettland, Estland, Finnland, Schweden & Dänemark

7-tägige Busreise

statt ab € 699 jetzt ab

p.P. € **499**

Reisetermine bis  
Oktober 2024

7-tägige Rundreise mit Bus und Schiff, Fahrt im klimatisierten Fernreisebus, Stadtbesichtigungen in allen 7 Hauptstädten, 3 Fährüberfahrten und 1 Übernachtung an Bord, Spezialitäten-Abendessen, komplettes Ausflugs- und Erlebnisprogramm, 5 Übernachtungen in Mittelklassehotels im DZ, 6x Frühstücksbuffet

## Zu Gast bei Rosamunde Pilcher

8-tägige Rundreise von der Weltstadt London  
durch das zauberhafte Cornwall

8-tägige Flugreise

statt ab € 1.499 jetzt ab

p.P. € **1.099**

Reisetermine von März  
bis Oktober 2024

8-tägige Flugreise nach London und Südengland, Hin- und Rückflug nach/von London Heathrow, Transfer, 7 Übernachtungen in Mittelklassehotels, DZ, HP, komplettes Rundreise- und Besichtigungsprogramm: Windsor, London, Stonehenge, Salisbury, St. Ives, Land's End, Bath, Oxford etc., deutschsprachige Reiseleitung

## Nordkap & Lofoten

Dänemark, Schweden, Finnland & Norwegen

12-tägige Busreise

statt ab € 1.299 jetzt ab

p.P. € **999**

Reisetermine von Mai  
bis September 2024

12-tägige Rundreise mit Bus und Schiff zum Nordkap und zu den Lofoten. Zustieg ab/bis Wohnort (max. 30km), Fahrt im klimat. Fernreisebus, alle Fährüberfahrten, 10 Übernachtungen in guten Mittelklassehotels, 1 Ü Doppelkabine Fähre, 11x Frühstück, komplettes Rundreiseprogramm inkl. Polarkreistaufe

Günstigster angegebener Preis. Abflughafen-, Zustiegs- und Saisonzuschlag möglich.

**trendtours**

Lassen Sie sich beraten oder buchen Sie direkt unter **06196 - 7800 311**

Reisevermittler: CV Comet Verlag GmbH, Im Remenfeld 5, 38104 Braunschweig  
Reiseveranstalter: trendtours Touristik GmbH, Düsseldorf Straße 9, 65760 Eschborn · Änderungen – auch im Ablauf der Reisen – und Druckfehler vorbehalten



# Heizen im Altbau mit erneuerbaren Energien



Umweltfreundlich heizen im Altbau: Fachleute aus dem Handwerk können individuell zu den Möglichkeiten beraten.

Foto: djd-k/www.daikin-heiztechnik.de

(djd-k). Die Wärmepumpe gilt als das Heizsystem der Zukunft - nicht nur im Neubau, sondern ebenso in älteren Gebäuden. Mit einer durchdachten Planung gelingt der Umstieg und bietet gleich mehrere Vorteile, wie das Beispiel der Familie Freitag zeigt: Ihr im Jahr 1968 gebautes Eigenheim wird nun mit einer Luft-Wasser-Wärmepumpe Daikin Altherma 3 H HT, die speziell auf Bestandsbauten ausgelegt ist, beheizt. Bereits bestehende Heizkörper können dabei weiter genutzt werden, eine Kombination mit Fußbodenheizung oder Konvektoren ist ebenso möglich. Abgerundet wird die Gebäudetechnik durch eine Photovoltaikanlage. Somit produziert das Haus übers Jahr mehr Strom, als es selbst verbraucht. Unter [www.daikin.de](http://www.daikin.de) gibt es mehr Informationen für Modernisierer und Kontaktdaten von Fachbetrieben aus der Nähe.

## Schluss mit dicker Luft

(djd-k). Buchstäblich dicke Luft in Innenräumen ist nicht nur einfach unangenehm. Sie kann auch müde machen, Augen und Schleimhäute reizen sowie zu Kopfschmerzen führen. Der Grund dafür ist ein zu hoher Kohlenstoffdioxidanteil in der Raumluft. Regelmäßiges und gründliches Lüften hilft dagegen - nur wann wird es Zeit dafür? Praktische Warnmelder wie der ABUS AirSecure messen kontinuierlich die Kohlenstoffdioxidkonzentration in der Raumluft und geben optisch sowie akustisch Alarm, wenn es Zeit für einen Luftaustausch wird.

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

Wir arbeiten Ihre Flächen auf...

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

**GST** Alter Stein • Neuer Glanz

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

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

Eigentumswohnung gesucht von Privat  
0531 - 42878602

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

Wir suchen Sie!

**Zusteller (m/w/d)**  
für einige Gebiete in Braunschweig gesucht!

Für weitere Infos: CV Comet Verlag GmbH  
Telefon: 0531 / 38 000 0 Im Remenfeld 5  
info@braunschweigreport.de 38104 Braunschweig

**HETTLING'S LeseZirkel Meins**

Stadtwerke Celle

Zeitschriften mieten statt kaufen!

www.lesezirkel.com

**HETTLING'S LeseZirkel**  
www.lesezirkel.com

Tel.: 0531/ 380 12 - 0  
E-Mail: [lesezirkel@hettling.de](mailto:lesezirkel@hettling.de)

# Liebe Leserin, lieber Leser,



in dem alten Adventslied „O Heiland, reiß den Himmel auf“ heißt es: „Wo bleibst du, Trost der ganzen Welt, / darauf sie all ihr Hoffnung stellt? / O komm, ach komm vom höchsten Saal, / komm tröst uns hier im Jammertal.“

Ja, das haben wir dieses Jahr bitter nötig: dass der Trost für die ganze Welt kommt, überreichlich und überall. Es gibt so viele Ecken und Enden, an denen das konkrete Leid sprachlos macht und es gibt viel zu viele Momente, in denen geschwiegen wird, nicht aus Schreck, sondern aus Angst. Umso dringender ist es, dass in der Advents- und Weihnachtszeit der Himmel aufreißt, dass uns wieder ganz unmissverständlich klar und hell vor Augen steht, woher uns Hoffnung kommt und dass wir wieder daran erinnern, dass Menschen nie einfach Gruppen und Kollektive sind, sondern immer Einzelne mit ihrer Verletzlichkeit und ihrer Würde.

„O klare Sonn, o schöner Stern, dich wollen wir anschauen gern“, so geht die nächste Strophe weiter. Friedrich Spee dichtete den Text dieses Adventsliedes im Jahr 1622. Der dreißigjährige Krieg war seit vier Jahren im Gange. Niemand hätte sich vorstellen können, dass er noch eine Generation lang dauern würde. So oft und so viel haben Menschen in tiefster Finsternis dieses Lied seither gesungen, so oft haben sie immer wieder erfahren, dass es Grund zur Hoffnung gibt, dass ihnen geholfen wird mitten im Dunkeln zu leben, dass die Hoffnung nicht aufhört, dass es wieder hell wird. Mögen auch wir und Sie das erfahren!

Ich grüße Sie mit vielen Wünschen für eine gesegnete Advents- und Weihnachtszeit und ein behütetes neues Jahr.

Ihre *Dompredigerin*  
**Cornelia Götz**

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

## Veranstaltungen im Braunschweiger Dom

**Freitag, 1. Dezember 2023, 19:00 Uhr:** Festakt zur Weihe der neuen Chororgel

**Samstag, 2. Dezember 2023, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

17:00 Uhr: Braunschweiger Adventssingen I

**Sonntag, 3. Dezember 2023, 10:00 Uhr:** Festgottesdienst mit Abendmahl

17:00 Uhr: Braunschweiger Adventssingen II

**4. - 7. Dezember 2023, 17:00 Uhr:** Musikalische Vesper

**Freitag, 8. Dezember 2023, 15:30 Uhr:** Festliche Musik für Trompete und Orgel

**Samstag, 9. Dezember 2023, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

14:30 Uhr: Festliche Musik für Trompete und Orgel 6

17:00 Uhr: Quempas-Singen I

**Sonntag, 10. Dezember 2023, 10:00 Uhr:** Gottesdienst

11:45 Uhr: Weihnachtsmusik im Hauptbahnhof

14:30 Uhr: Festliche Musik für Trompete und Orgel

17:00 Uhr: Quempas-Singen II

**Dienstag, 12. Dezember 2023, 18:00 Uhr:** Gottesdienst der Polizei Braunschweig

**Samstag, 16. Dezember 2023, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

17:00 Uhr: Weihnachtsoratorium für Kinder

20:00 Uhr: J. S. Bach "Weihnachtsoratorium"

**Sonntag, 17. Dezember 2023, 10:00 Uhr:** Gottesdienst

15:00 & 18:00 Uhr: J. S. Bach "Weihnachtsoratorium"

**Montag, 18. Dezember 2023, 17:30 Uhr / Dienstag, 19. Dezember 2023,**

19:00 Uhr: Braunschweiger Weihnachtssingen

**Donnerstag, 21. Dezember 2023, 18:00 Uhr:** Weihnachtsandacht mit Alphörnern

**Samstag, 23. Dezember 2023, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

**Sonntag, 24. Dezember 2023, 10:00 Uhr:** Gottesdienst

15:00 Uhr: Das Braunschweiger Krippenspiel - 16:30 Uhr: Christvesper

18:15 Uhr: Christvesper - 23:00 Uhr: Christnacht

**Montag, 25. Dezember 2023, 10:00 Uhr:** Festgottesdienst mit Abendmahl

17:00 Uhr: Lichterkirche

**Dienstag, 26. Dezember 2023, 11:00 Uhr:** Familiengottesdienst

17:00 Uhr: Abendgottesdienst „Weihnachtlicher Kehraus“

**Samstag, 30. Dezember 2023, 12:00 Uhr:** Musikalisches Mittagsgebet

**Sonntag, 31. Dezember 2023, 17:00 Uhr:** Gottesdienst zum Altjahrsabend

21:00 Uhr: Silvesterkonzert bei Kerzenschein

**Gottesdienste und Veranstaltungen im Braunschweiger Dom unter: [www.braunschweigerdom.de/veranstaltungen](http://www.braunschweigerdom.de/veranstaltungen)**

**Wir** *im besten  
Alter*

Region Braunschweig, Wolfsburg, Gifhorn  
Wolfenbüttel, Salzgitter

Verlag + Herausgeber:

CV Comet Verlag GmbH

Im Remenfeld 5

38104 Braunschweig

Telefon 05 31/38 000 10

E-Mail: [info@comet-verlag.de](mailto:info@comet-verlag.de) · [www.wir-braunschweig.de](http://www.wir-braunschweig.de)

Satz, Druck: CV Comet Verlag GmbH

Anzeigenleitung: H.-J. Kröber

Redaktion: Felix Runder (ViSDP)

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.

# Angst vor der neuen Zeit...

„das stinkende, lärmende Ungeheuer“ verunglückte bei Jerxheim

von Prof. Dr.h.c. Gerd Biegel

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



Das Eisenbahnunglück wurde von einem unbekanntem Maler festgehalten.  
Foto: Archiv

Braunschweig war bereits im 19. Jahrhundert in mehrfacher Hinsicht eine Verkehrskompetenz-Region. Am 1. Dezember 1838 wurde die Eisenbahnstrecke von Braunschweig nach Wolfenbüttel eröffnet. Dieses vorläufige Teilstück der späteren Strecke nach Neustadt (Bad Harzburg) war die erste Linie einer Staatseisenbahn in Deutschland. Mit ihr begann eine neue Epoche der Mobilität nicht nur im Herzogtum Braunschweig, sondern in ganz Norddeutschland.

Neue Mobilität, technische Innovation und wirtschaftliche Expansion kennzeichnen diese Entwicklung, die rasch auf die benachbarten Länder Hannover und Preußen übergreifen sollte. Dieser Fortschritt lässt sich jedoch ohne den entscheidenden Impuls in Braunschweig nicht denken. Zeitpunkt und technische Möglichkeiten hatten sich hierbei ideal ergänzt, denn die Bahn förderte im Zuge der beginnenden Industrialisierung ganz entschieden die Entwicklung der Wirtschaft im Herzogtum. 1843 erfolgte auch von Braunschweig über Oschersleben nach Magdeburg die Anbindung in Richtung Berlin und der wirtschaftliche Aufschwung der Region Braunschweig setzte sich fort. Geschwindigkeit, technischer Fortschritt und gesellschaftliche Vorbehalte sind Momente dieser neuen Zeit, bei der mancher Beobachter Ängste vor dem Neuen entwickelte. Selbstverständlich gab es zahlreiche Gefahren und man musste mit Unglücksfällen rechnen und sie traten ein.

Es war der 9. September 1844, als in der Nähe von Jerxheim plötzlich ein gewaltiges Krachen die Menschen aufschreckte. Man brauchte nicht lange zu rätseln, was geschehen war, denn rasch verbreitete sich von der nahen Bahnstrecke die Nachricht von einem Eisenbahnunglück wie ein Lauffeuer. Die Skeptiker und Technikfeinde sahen sich sogleich in ihrer Meinung bestätigt, wie gefährlich das neue - stinkende und lärmende - Ungeheuer tatsächlich ist. Die Bahnstrecke von Oschersleben nach Braunschweig, die ein Jahr zuvor eröffnet worden war, musste umgehend gesperrt werden, um schnell an

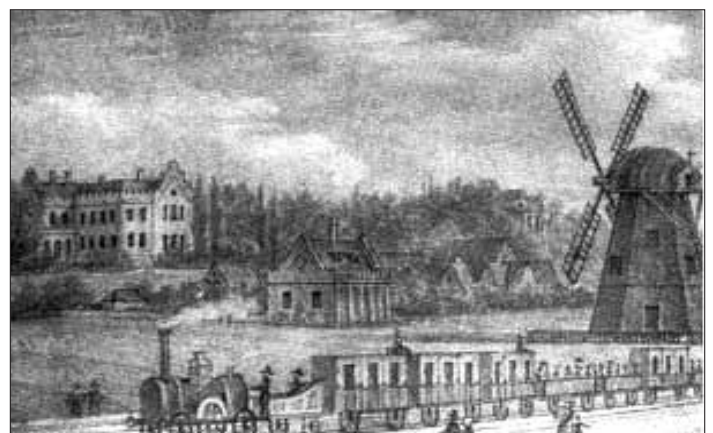
den Ort des Unglücks zu gelangen. Zunächst galt es, die Verletzten – Männer, Frauen und Kinder – aus den Trümmern zu bergen und zu versorgen.

Offenbar durch eine falsch gestellte Weiche entgleiste damals der Zug Oschersleben – Braunschweig. Die dramatischen Ereignisse dieses Unglücks hat ein unbekannter Maler auf einem eisernen Tablett im Bild festgehalten: Neben der Böschung liegt die noch dampfende Lokomotive Hercynia – eine Anspielung im Namen auf den Harz -, wobei der Fahrerstand zerstört ist und die beiden Lokführer verletzt auf den Schienen sitzen und um Hilfe rufen. Die ersten Waggons des Zuges sind übereinander geschoben, von den Gleisen gekippt und erheblich zertrümmert. Verletzte Passagiere befinden sich noch in den Trümmern, andere wurden herausgeschleudert und liegen auf den Bahngleisen oder auch neben der Böschung. Links am Bildrand läuft eine Person eilig davon, möglicherweise derjenige, der durch die falsche Bedienung der Weiche das Unglück verursacht hatte.

Im Vordergrund des Bildes, unmittelbar neben der Lok, stehen zwei Herren, die das Unglück offenbar ohne Schaden überstanden haben und das Geschehen lebhaft diskutieren. Dabei handelt es sich um den Fabrikbesitzer Gill aus Halberstadt und den Stadtdirektor von Braunschweig, Wilhelm Bode. Diesem hatte Herr Gill auch das Gemälde „zum Andenken an die glücklich überstandene Gefahr“ geschenkt. Auf diese Weise haben wir ein aktuelles Dokument von einem der ersten größeren Zugunglücke aus der Frühzeit der braunschweigischen Eisenbahn, denn die Erste Deutsche Staatseisenbahn zwischen Braunschweig und Wolfenbüttel war bekanntlich erst sechs Jahre zuvor eröffnet worden.



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



Die erste Deutsche Staatseisenbahn Braunschweig – Wolfenbüttel 1838.  
Foto: Archiv

# Hochzeit und Kinder

Micaela Schäfer

Was die „Nacktschnecke“ der Nation über ihre privaten Pläne verrät



Micaela Schäfer und ihr Freund Adriano Hess Foto: highgloss.de

(pst). Gerade feierte sie in Berlin groß ihren 40. Geburtstag mit diversen B-Promigästen. Von Micaela Schäfers Familie traute sich nur ihre Oma auf den roten Teppich. „Die anderen sind ein bisschen scheu, mit denen feiere ich dann separat“, verriet das Erotik-Model im Interview mit „ProSieben“. Ihre Angehörigen seien jedoch sehr stolz auf Micaela. Tatsächlich hat sich die gebürtige Leipzigerin seit ihrer Teilnahme an der ersten Staffel „GNTM“ 2006 eine beachtliche (Trash)-Karriere aufgebaut. Sie inszenierte sich selbst als freizügige „Nacktschnecke“, trat in unzähligen Reality-Formaten und TV-Serien auf, ist bis heute immer wieder das Gesicht von Deutschlands größter Sex-Messe „Venus“ und hat sogar zwei Bücher geschrieben. Über ihre diversen Beauty-Eingriffe nahm die Rundumverschönte nie ein Blatt vor den Mund, wollte sich sogar mal eine dritte Brust operieren lassen. Auch privat läuft's bei ihr. Seit vier Jahren ist sie mit dem Gastronomen Adriano Hess glücklich liiert. Heiratsantrag erwünscht – und zwar ganz simpel, wie Micaela jetzt „Promiflash“ gestand: „Einfach zu mir kommen und sagen: 'Baby, du bist meine Traumfrau. Ich möchte mein Leben mit dir verbringen – willst du mich heiraten?'“. Und wie sie zu Nachwuchs steht, verriet sie bereits bei „Promi Big Brother“: „Kinder? Erst ab 50!“ Na, dann ist ja noch Zeit ...

Nora Tschirner

# Offen reden, auch wenn's weh tut

Sie nimmt kein Blatt vor den Mund – mit einer Ausnahme

(pst). Sie ist ein echter Zuschauerliebling: Spätestens seit „Keinohrhasen“ gehört Nora Tschirner zu Deutschlands Top-Stars. Ab 26. Oktober ist sie mit „One for the Road“ im Kino zu sehen. Zahm und angepasst ist sie aber bei allem Erfolg noch lange nicht. Die 42-Jährige erhebt gern Widerspruch und sagt offen, was sie beschäftigt. So prangerte sie im Zuge der Vorwürfe gegen Til Schweiger die schwierigen Arbeitsbedingungen in der Filmbranche an und wies darauf hin, dass sie schon früher die Verantwortlichen dahingehend informiert habe. Auch im Fall Till Lindemann nahm sie kein Blatt vor den Mund, bezog klar Position und äußerte sich auf Instagram erbost darüber, dass die Ermittlungen eingestellt wurden. Allerdings zeigt die Schauspielerin und Musikerin mitunter ebenso ihre weiche Seite. So gab sie öffentlich zu, dass sie zeitweilig unter Depressionen gelitten habe. Die Folgen solcher Unverblümtheit sind ihr herzlich egal: „Mein Wertesystem sieht nicht vor, Geld zu scheffeln, Karriere zu machen und Everybody's Darling zu sein“, sagte die gebürtige Berlinerin im Interview mit „tz“. Nur in einer Sache ist die hübsche Ex-„Tatort“-Kommissarin verschwiegen: ihrem Privatleben. Ob sie einen Partner hat, behält sie für sich. Bekannt ist nur, dass Nora Tschirner 2013 Mutter wurde. Sohn oder Tochter? Das bleibt vorerst ihr Geheimnis ...



Begehrter Leinwandstar: Nora Tschirner Foto: highgloss.de

# Liebe, Trubel und Freiheit

Felicitas Woll

Im Leben der bildhübschen Schauspielerin ist oft einiges los



Hat auch Zeit für die Familie: Felicitas Woll Foto: highgloss.de

(pst). Mit „Berlin, Berlin“ hat sie sich einst in unsere Herzen gespielt. Seither blüht die Filmkarriere von Felicitas Woll – dank toller Rollen etwa in „Dresden“, den Taunuskrimis oder ab 26. Oktober in „Die unlangweiligste Schule der Welt“. Privat hielt sich die 43-Jährige allerdings meist bedeckt – zwar sprach sie immer mal sehr liebevoll über ihren kleinen Bruder, der mit Downsyndrom geboren wurde. Aber sonst war wenig bekannt. Ein Freund, eine erste Tochter, eine Trennung – so sickerte es hier und da durch. Und jahrelang wurde auch nur heimlich gemunkelt über eine neue Liebe zu dem gehörlosen Kampfsportler und „Let's Dance“-Teilnehmer Benjamin Piwko (43). Doch 2021 dann die Kehrtwende: Die beiden machten ihre Beziehung, die sogar schon von Nachwuchs gekrönt wurde, öffentlich. Gegenüber „Gala“ schwärmte Felicitas: „Ich bin sehr glücklich. Bei uns kommen zwei Welten zusammen. Unsere Tochter lernt von Anfang an zwei Sprachen – neben der Lautsprache auch die Gehörlosensprache.“ Und sie verriet, wie der Alltag zuhause aussieht: „Es ist trubelig und immer sehr lustig bei uns. Ich nehme mir viel Zeit für die Familie und auch Zeit für mich, weil ich dabei zur Ruhe komme. Das gibt mir Kraft, wenn ich wieder losziehe, um zu arbeiten.“ So viel Freiheit muss sein. Die gewährt sie in puncto Erziehung ebenso ihren Kids: „Ich möchte beiden die Freiheit lassen, sich selbst auszuprobieren.“ Stark!



# Viel Spaß beim Rätseln!

Anzeige

kleine Schleuderwaffen	▼	Aristokrat	▼	▼	altröm. Kalendertage	▼	Erfinder des Lauftrads	▼	griechischer Buchstabe	▼	Stadt an der Drau	▼	altröm. Staatsmann † 149	▼	spanisch: Schlüssel	▼	Figur von Erich Kästner	▼	ein Kontinent	▼	„heilig“ in portug. Städtenamen	
Schafbock	▶						Abnutzung	▶														
	▶				chem. Zeichen für Tantal	▼	Kfz-Z. Montabaur	▼	Abk.: im Ruhestand	▼	arabisches Grußwort	▶							lateinisch: göttlich	▼		
zahlreiche		Vertrautheit	▶												Film auf Cassette	▶						
	▶				europ. TV-Satellitensystem	▶					Wandbildteppich	▶									necken	
Holzschuh		dt. Komponist (Hanns) † 1962	▼		Kornblume	▼											elternloses Kind	Bewohner der Alpen		unbekümmert	▼	
Pelzart	▶																					
italienisch: Nudeln		Gerichtsschreiber			ohne zu handeln	▼																
	▶																					
Großfamilie	▶																					
Truppen spitze (franz.)	▶																					
	▶				Wortteil: Afrika	▼																
Koranabschnitt		bayrisch: nein	▶																			
Vorname Hochhuths	▶																					
Hauptbetriebszeit		direkter Nachbar	▼		Stadt im ehem. Nord-Zaire	▼																
	▶						Männernkurzname	▼	Mitwirkung	▼	griech. Schicksalsgöttin	▼	Lehnsarbeit	▼	den Staat betreffend		höchste einstellige Zahl					
Frühlingsblume, Aurikel				soziales Umfeld	Linse an optischen Geräten	▶						italienischer Weinort	▶							franz., lateinisch: und		
	▶						ital. Weltgeistlicher	▼			prima (ugs.)	▶				ital. Statthalter in Libyen †				Stoffhülle		
Rufname von Onassis	▶				über längere Zeit bestehen	▶						franz. Mittelmeerseebad	▼	hebräischer Name Babylons	▶							
	▶						Vorname des Malers van Eyck	▼			Kfz-Z. Steinfurt	▼	Musikstück	▶							Stamm in Ghana	Warthe-Zufluss (Polen)
Veilchen		russischer Männername	▶						medizinisch: Milz	▶					englisch: uns	▼			Buddhismusrichtung	▶		
	▶				chem. Zeichen für Astat	▶			englisch: nach, zu	▶		ohne Hörvermögen	▶						Männername	▶		
Flachsabfall		Bewohner des Kantons Uri	▶								Geistlicher, Pfarrer	▶										

## Behrens Bestattungen

### Respekt und Würde in Wort und Tat

Ekbertstraße 20, 38122 Braunschweig  
 Sonnenstraße 9, 38100 Braunschweig

24-Stunden-Service: 0531/83204  
[www.behrens-bestattungen.de](http://www.behrens-bestattungen.de)

# Geschenktipps für Weihnachten

## Die Einladung - Psychothriller



*Die Einladung*  
von Sebastian Fitzek  
Buch, 384 Seiten,  
Droemer HC Verlag,  
Preis: 24,00 €  
ISBN: 978-3-426-28158-1

Die Einladung: Wehe dem, der sie erhält...  
Marla Lindbergs Erinnerungen sind glasklar: An die seltsame Nachricht, die sie in eine stillgelegte Geburtsklinik lockte. An die Gestalt, die versuchte, sie zu töten. Das seltsam pfeifende Husten des Psychopathen beim Kampf auf Leben und Tod. Nach Jahren der Psychotherapie hat die hochintelligente junge Frau gelernt: Das alles sind falsche Erinnerungen. Marla leidet unter Gesichtsbinding. Ihr Gehirn spielt ihr in Extremsituationen Streiche, wenn es vergeblich versucht, Menschen an ihrem Gesicht zu erkennen.

Als Marla die Einladung zum Klusentreffen in den Alpen bekommt, hofft sie darauf, mit ihren ehemaligen Mitschülern in schönen und echten Erinnerungen schwelgen zu können. Bei ihrer Ankunft in dem verschneiten Berghotel sind alle Zimmer bereits bezogen. Benutztes Geschirr steht auf dem Esstisch, der Kamin flackert, doch es ist niemand da. Marla beginnt die anderen zu suchen. Und dann hört sie es wieder. Wie jemand pfeifend hustet, draußen, in der eisigen Dunkelheit ...

## Lost Places Escape - Adventskalender

Lüfte das Geheimnis der verlassenen Orte



*Lost Places Escape*  
Adventskalender  
Buch, 208 Seiten,  
frechverlag,  
Preis: 20,00 €  
ISBN-13: 9783735851710

Reise mit diesem Adventskalender-Buch an 24 atemberaubende Lost Places auf der Welt und entdecke die verlassenen Orte von einer neuen Seite. Story: Die Fotografin Lea Jonger hat auf ihren Reisen ihre liebsten Lost Places auf Fotos festgehalten und in einem Notizbuch zusammengestellt. Nun hat sie das Notizbuch an dich übergeben: Kannst du die versteckten Rätsel lösen und das mysteriöse Artefakt finden?

Wie funktioniert der Adventskalender?

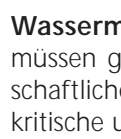
Entdecke jeden Tag einen neuen Lost Place und löse das in den Fotos verborgene Rätsel. Zu jedem Tag

- gibt es eine Einführung und auch handschriftliche Notizen der Fotografin können entscheidende Hinweise liefern. Doch aufgepasst: Die Rätsel sind geschickt versteckt und nur mithilfe von cleveren Ideen kann die Lösung gefunden werden.
- 24 spannende, in echten Lost Places versteckte Rätsel
- Seiten zum Aufklappen bieten Platz für besonders viele spektakuläre Fotos
- Mit Fotografien der bekannten Fotografen von lost-places.com
- Hinweise und Lösungen befinden sich direkt im Buch

# Die Sterne für Dezember 2023



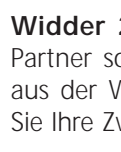
**Steinbock 22.12.-20.1.** Das Arbeitspensum, dass Sie nun bewältigen müssen, ist wirklich enorm. Andererseits haben Sie es sich so ausgesucht. Deshalb: Ärmel hoch!



**Wassermann 21.1.-19.2.** Alle Überlegungen müssen gut fundiert sein, wenn sie zum wirtschaftlichen Erfolg führen sollen. Meiden Sie kritische und kleinliche Reaktionen.



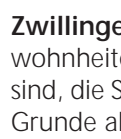
**Fische 20.2.-20.3.** Alles wäre perfekt, wenn Sie momentan gesundheitlich nicht etwas anfälliger wären. In dieser Hinsicht sollten Sie unbedingt Vorsorge treffen!



**Widder 21.3.-20.4.** Ein Gespräch mit Ihrem Partner sorgt dafür, dass ein Problem endlich aus der Welt geschafft wird. Danach können Sie Ihre Zweisamkeit genießen!



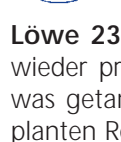
**Stier 21.4.-21.5.** Schrauben Sie das Wunschdenken mal ein bisschen zurück – und Sie werden rasch entdecken, dass man auch damit sehr gut fahren kann.



**Zwillinge 22.5.-21.6.** Legen Sie ein paar Angelegenheiten ab, die Ihnen zwar lieb geworden sind, die Sie bei der Ausübung Ihrer Tätigkeit im Grunde aber nur behindern.



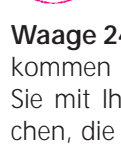
**Krebs 22.6.-22.7.** Gewisse Verwicklungen lassen sich schon sehr bald entwirren. Mit Ihrer charmanten Seite bestechen Sie wieder einmal Ihre Umwelt.



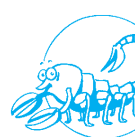
**Löwe 23.7.-23.8.** Lassen Sie sich nicht schon wieder provozieren, sondern erledigen Sie das, was getan werden muss, in der von Ihnen geplanten Reihenfolge.



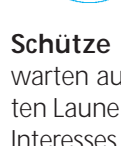
**Jungfrau 24.8.-23.9.** Entweder Sie strengen sich nun an, um den gordischen Knoten zu durchschlagen, oder Sie tun einfach so, als interessiere Sie die Sache nicht!



**Waage 24.9.-23.10.** Zeigen Sie mehr Offenheit. Sie kommen in Ihrer Beziehung besser voran, wenn Sie mit Ihrem Partner endlich die Dinge besprechen, die Sie bedrücken.



**Skorpion 24.10.-22.11.** Eine Nachricht, die Sie nun bald erhalten, baut Sie auf: Offensichtlich war Ihre Vorgehensweise doch viel besser, als mancher gedacht hat.



**Schütze 23.11.-21.12.** Angenehme Wochen warten auf Sie. Sie werden andere mit Ihrer guten Laune anstecken und ganz im Mittelpunkt des Interesses stehen.



## DIESE NUMERN SOLLTEN SIE IMMER PARAT HABEN

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

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

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

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

<b>WOLFENBÜTTEL</b>	(05331)
Gesundheitsamt	84 50 0
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](mailto:info@comet-verlag.de) (Mindestabnahme 20 Stück).

## Veranstaltungs-Informationen

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

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

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

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

**Figurentheater Fadenschein**, Bültenweg 95, 38106 BS, Tel. 0531 340845

**Haus der Kulturen**, Am Nordbahnhof 1

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

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

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

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

**Komödie am Altstadtmarkt**, Gördelingerstraße 7, 38100 BS, Tel. 0531 1218680

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Stadtbibliothek Braunschweig**, Schlossplatz 2, Tel. 0531 4706835

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

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

**westand**, Westbahnhof 13, 38118 BS, [www.westand.de](http://www.westand.de)

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

**Wolters Applaus Garten**, Gelände Hofbrauhaus Wolters, BS

**Wir** im besten Alter **ANZEIGENSCHLUSS**  
für die Ausgabe  
am 5. Januar 2024  
ist der 15. Dezember 2023.

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



## WIR im besten Alter abonnieren

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

Für 30 Euro erhalten Sie ein Jahr = 10 Ausgaben druckfrisch per Post geliefert.

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

# Ihr Zentrum für Immundiagnostik und Ursachentherapie in Braunschweig

## SCHWERPUNKTE

- Autoimmunkrankheiten
- Unverträglichkeiten
- Arthrose
- Rheuma
- Long Covid Syndrom
- Immunschwäche
- Darmerkrankungen
- Unerfüllter Kinderwunsch
- Borreliose & Infektionen
- Post-Vac-Syndrom
- Allergien
- Alzheimer/Demenz
- Krebserkrankungen
- Erschöpfungssyndrom



Jetzt kostenfreies Beratungsgespräch (20 min)  
vereinbaren unter:

[www.immunkraft.de](http://www.immunkraft.de)

immunkraft Gesundheitszentren GmbH  
Am Hohen Tore 1  
38118 Braunschweig

E-Mail: [info@immunkraft.de](mailto:info@immunkraft.de)  
Tel: 0531 34 99 86 80  
Mo-Fr: 09:00 - 13:00 Uhr  
14:00 - 18:00 Uhr  
Sa: Termine nach Vereinbarung

Folge uns auf  
Social Media

