

Wir

im besten Alter
für Menschen in der schönsten Lebenszeit

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

Titelthema

Streit um das Erbe?

Wir feiern
25
Jahre
Gesundheit · Wohnen · Reise · Kultur



Verlässliche Partner

DigitalPakt Alter

Ausflugsziele

*Geheimtipps für
Entdecker*



MIT DEM HERZEN IM HARZ



Liebe Patientinnen,
Liebe Patienten,

wir helfen Ihnen gerne!

Tel: 05381 740 Klinik Schildautal

Tel: 05321 440 Harzkliniken

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

der Spätsommer neigt sich dem Ende zu, und während die Tage langsam kürzer werden, zeigt sich unsere Region noch einmal von ihrer lebendigsten Seite. Der September bringt nicht nur goldene Lichtstimmungen und angenehm kühle Abende, sondern auch eine Fülle an Veranstaltungen, die Körper, Geist und Seele gleichermaßen ansprechen.

Ein besonderes Highlight ist die Aktionswoche „Älter werden in Braunschweig – Zusammen gegen Altersarmut und Einsamkeit“ vom 8. bis 12. September, mit spannenden Einblicken, Vorträgen, Lesungen und Mitmachangeboten. Ob Ernährung, Wohngeld, Grundsicherung im Alter, Mobilität, Gesundheit oder Kultur – hier kommt alles auf den Tisch, was uns im Alltag bewegt.

Auch im Heidberg dreht sich Ende des Monats wieder alles um das Thema Älter werden speziell in diesem Stadtteil: Der Gesundheits- und Sicherheitstag informiert praxisnah über Vorsorge, Prävention und bietet Raum für persönliche Gespräche mit Fachleuten. Eine gute Gelegenheit, sich zu informieren – und das ein oder andere für sich mitzunehmen.

Wer es lieber kulturell mag, wird beim Magnifest oder dem Theaterfest auf seine Kosten kommen. Zwischen Fachwerk und Bühne, Altstadtflair und moderner Interpretation wird Braunschweigs kulturelle Vielfalt gefeiert – mit Theater, Musik und Begegnung mitten im Herzen der Stadt.

Natürlich kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz: In der Region laden wieder zahlreiche Volksfeste zum Mitfeiern ein. Und wer lieber die Natur genießt, für den bieten die Harzer Wanderwochen die perfekte Gelegenheit, um frische Luft zu tanken und dabei vielleicht neue Bekanntschaften zu machen. Die Farben des nahenden Herbstes, das Rascheln unter den Füßen und die Weite des Blicks – all das lässt sich beim Wandern besonders gut erleben.

Auch wenn der meteorologische Herbstanfang bereits am 1. September im Kalender steht, beginnt der Herbst erst am 22. September – es ist ein guter Moment, um innezuhalten: Was möchten wir in dieser neuen Jahreszeit für uns tun? Welche Gewohnheiten loslassen, welche neu beginnen? Der Herbst lädt dazu ein, das Tempo etwas zu drosseln – ohne auf das Schöne zu verzichten.

Wir wünschen Ihnen einen bunten, bewegten und inspirierten September. Gehen Sie hinaus, seien Sie neugierig – es gibt so vieles zu entdecken.

Herzlichst

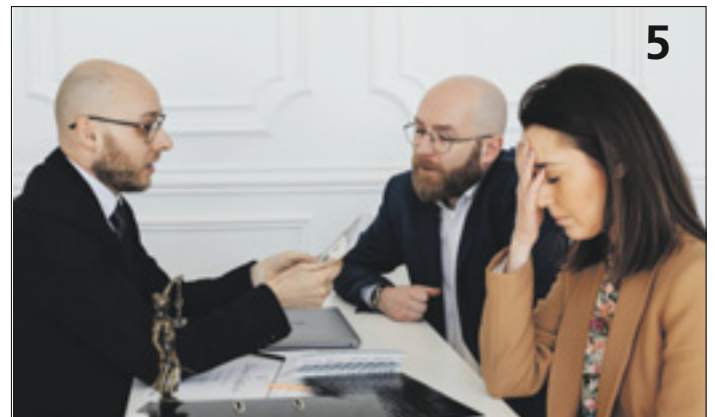
**Ihr Team von
WIR im besten Alter**

Titelthema: Erben	Seite 4 - 5
Veranstaltungen	Seite 6 - 7
Aktionswoche	Seite 8
Aktionstag im Heidberg	Seite 9
Gesundes Leben	Seite 10 - 12
Verlässliche Partner	Seite 13 - 15
Ausflugsziele in der Region ..	Seite 16 - 17
Kultur	Seite 18 - 19
Promi-News	Seite 20
Unterhaltung / Rätsel	Seite 21
Horoskop / Buchtipps	Seite 22
Service / Veranstalteradressen ..	Seite 23
Wichtige Telefonnummern	

Eigentumswohnung gesucht von Privat 0531 - 42878602

Titelfoto: Ein Hörgerät wirkt wie eine Anti-Aging-Kur für Körper und Geist. Mehr dazu finden Sie auf Seite 12.

Foto: audibene GmbH/akz-o



Streit um das Erbe?

Wenn das Erbe die Angehörigen krank macht!

Etwas zu erben klingt zunächst nach einem Glücksfall. Geld oder Immobilien versprechen Sicherheit und neue Möglichkeiten. Doch die Realität sieht oft anders aus: In vier von fünf Fällen erben mehrere Angehörige gemeinsam – und schon bricht Streit aus. Alte Konflikte aus Kindheit und Jugend flammen wieder auf, Rivalitäten eskalieren. „Willkommen in der eiskalten Welt der Erbgemeinschaft, in der jeder noch so billige Psychotricks erlaubt ist“, sagt Manfred Gabler, Geschäftsführer der Weilheimer Firma ErbTeilung. „Zart besaite- te Erben sind dort jahrelangem Stress ausgesetzt. Und dieser Stress macht krank.“



Wenn das Erbe zu mehr Problemen führt, als es löst.

Foto: Pexels/Kaboompics.com

Dauerstress mit schweren Folgen

Ursprünglich war Stress überlebenswichtig: Der Körper schüttet Adrenalin und Cortisol aus, um schnell reagieren zu können. Ist die Gefahr vorbei, sinkt der Spiegel und der Mensch entspannt sich. Heute herrscht jedoch bei vielen Dauerstress – mit gravierenden Folgen. Das belegt auch eine aktuelle Studie des University College London und des Kings College. Über 5.000 Erwachsene über 50 wurden untersucht. Ergebnis: Wer ständig Stress ausgesetzt ist, hat ein um 60 Prozent höheres Risiko, gesundheitlich zur Hochrisikogruppe zu gehören.

Unter den gefährlichsten Stressfaktoren steht finanzieller Druck an erster Stelle, gefolgt von Trauer nach dem Tod eines geliebten Menschen und der Belastung durch eine längere Krankheit. Alle drei Faktoren treffen in Erbgemeinschaften oft gleichzeitig zusammen. Gabler: „Besonders heftig wirkt Stress, der eine emotionale Ursache hat. Und das ist bei Erbstreitigkeiten fast immer der Fall.“

Wenn der Streit ums Erbe krank macht

Typisch ist etwa folgende Situation: Eine Tochter hat ihren Vater bis zuletzt gepflegt und erwartet dafür einen höheren Anteil am Erbe. Die Geschwister sehen das nicht ein, blockieren jede Einigung und ziehen den Streit über Jahre in die Länge. Währenddessen muss die Tochter Kredite aufnehmen, um Anwaltskosten zu bezahlen. „Solche Fälle erreichen uns regelmäßig“, berichtet Gabler. „Am Ende ist der Druck so groß, dass die Betroffenen ernsthaft erkranken.“

Der Weg in die Krankheit verläuft oft in drei Stufen. Zunächst stirbt ein Elternteil – der erste Schock. Dann folgt die Unsicherheit: Habe ich geerbt? Was muss ich tun? Routine gibt es kaum, statistisch erbt jeder Deutsche nur etwa 1,2 Mal im Leben. Auf der zweiten Stufe erkennt man, dass man nicht allein erbt. Streit entsteht, die Auflösung der Erbgemeinschaft zieht

sich über Jahre. „Das bedeutet Dauerstress – morgens und abends kreisen die Gedanken darum, über Monate und Jahre“, so Gabler. Die Folge: psychische Probleme bis hin zu Depressionen. Auf der dritten Stufe schließlich werden die psychischen Beschwerden körperlich sichtbar – Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder sogar Krebs können entstehen.

Ballast abwerfen, Gesundheit schützen

„Wenn ein Erbe angeschlagen ist, sollte er schnell umdenken“, rät Gabler. „Ballast über Bord werfen, Kräfte bündeln – und die Erbgemeinschaft hinter sich lassen.“ Doch genau hier beginnt das nächste Problem: Oft blockieren skrupellose Miterben, setzen den Kranken zusätzlich unter Druck. Am Ende bleibt vielen nur der Verkauf des eigenen Anteils – manchmal auch unter Wert –, um den Dauerstress zu beenden.

Auswege aus der Erbgemeinschaft

Neben dem Anteilsverkauf gibt es Alternativen. Die Firma ErbTeilung etwa bietet eine professionelle Erbabwicklung an. Gemeinsam mit Juristen, Sachverständigen und Betriebswirten vertritt sie den Erben in der Gemeinschaft und sorgt für eine schnelle Lösung. Die Kosten übernimmt das Unternehmen, erst im Erfolgsfall fällt eine Prämie an. „Für viele ist das eine enorme Entlastung“, erklärt Gabler. „Sie können sich aus dem Stressfeld zurückziehen und sich endlich wieder auf ihre Gesundheit konzentrieren.“

Wenn Geld wichtiger scheint als Familie

Der Streit ums Erbe zeigt, wie verletzlich familiäre Bande sein können. Wo es um Geld und Besitz geht, stehen nicht selten Misstrauen, Vorwürfe und alte Wunden im Vordergrund. Und während Anwälte und Gerichte beschäftigt sind, leidet am Ende oft die Gesundheit. „Eine millionenschwere Erbschaft kann die eigene Gesundheit nicht zurückkaufen“, warnt Gabler. „Darum ist es so wichtig, rechtzeitig auszusteigen, bevor es zu spät ist.“

–Erbteilung GmbH

13. Erbrechtstag der Bürgerstiftung Braunschweig

Am Donnerstag, 9. Oktober 2025 im Steigenberger Parkhotel

„Alles geregelt?!“ ist wieder das Motto des diesjährigen 13. Braunschweiger Erbrechtstags im Steigenberger Parkhotel. Informieren Sie sich über Regelungen, die Sie zu Lebzeiten treffen sollten – für sich selbst und für Ihre Liebsten. Auch in diesem Jahr finden noch mehr kompetente, aber leicht verständliche Vorträge aus den Reihen Braunschweiger Kanzleien statt.

Von 14 bis 19 Uhr können Sie sich auch zu einer 30 minütigen kostenfreien Sprechstunde „Testament und Erbrecht“ anmelden. Weitere Informationen gibt es unter: buergerstiftungbraunschweig.de/infos/13-braunschweiger-erbrechtstag

Vorträge werden zu folgenden Themen angeboten:

14 Uhr - Mein Testament

Lea Lehmann und Andreas Janßen/ Appelhagen

14 Uhr - Der Staat erbt mit: Infos zur Erbschaftssteuer

Karin Kutz / Appelhagen

15 Uhr - Pflichtteil - die Rache der Enterbten?

Ulrike Wacker/ Kanzlei am Theater Wacker Bredenbreucker Haagen

15 Uhr - Ich habe geerbt - und jetzt? Nachlassbearbeitung
Mattheo Ens/ Bundesverband Deutscher Stiftungen, Deutsche Stiftungsanwälte

16 Uhr - Mit warmer Hand geben: lebzeitige Schenkung
Oliver Damme/ Schulte & Prasse

16 Uhr - Erbengemeinschaft

Annette Stebner und Jürgen Wabbel/ Dr. Pfennig, Wabbel und Partner

17 Uhr - Hinter jeder Stiftung steht ein Traum

Susanne Hauswaldt/ Bürgerstiftung Braunschweig

17 Uhr - Digitaler Nachlass

Ferdinand Hirdes/ Hirdes & Partner

18 Uhr - Vorsorgevollmacht

Volker Rehboldt/ CANZLEI.Der Rechtsanwälte

18 Uhr - Testamentvollstreckung

Dietlind Maßmann/ Braunschweigische Landessparkasse

Anmeldung zu den Veranstaltungen und Vorträgen Online über das Portal der Bürgerstiftung.

-Bürgerstiftung Braunschweig

— Anzeige —

BS-LAW.DE

RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE

DR. PFENNIG | WABEL

UND PARTNER

IHRE EXPERTEN IM

ERBRECHT

Beratungstermine erhalten
Sie unter Tel.: (0531) 388 14 14





Jürgen Wabbel
Fachanwalt Erbrecht



Annette Stebner
Fachanwältin Erbrecht



Thomas Kindel
Rechtsanwalt

Rechtsanwälte - Fachanwälte
Dr. Pfennig & Wabbel und Partner
Mittelweg 2 Tel.: (0531) 388 14 14
38106 Braunschweig Mail: info@bs-law.de

Ausstellungen:

Bis 10.9 Burgplatz Open Air 2025, Stadt Braunschweig

Bis 14.9 Wo die Irren Flirren. F. K. Waechter. Unvergessen für immer, Wilhelm Busch Museum

Bis 14.9 Kartoffeln machen Druck von unten. Tex Rubinowitz. Cartoons und Stickstoff, Wilhelm Busch Museum

Bis 21.9 Kultur im Zelt, Bürgerpark Braunschweig

16.9 – 22.9 Europäische Mobilitätswoche, Stadt Braunschweig

Ab dem 27.9 BÖSE?! Widerstand und Verbrechen - 160 Jahre Max und Moritz, Wilhelm Busch Museum



Foto: schul.theater/sdl2025

27.9 – 2.10 Festival »Schultheater der Länder«, u.a. im Lessingtheater, WF

27. & 28.9 Trendsporterlebnis, Sport- und Vereinswelt der Löwenstadt kennenlernen, Innenstadt, Stadt Braunschweig

Bis 28.9 „Jüdischen Kulturtage zwischen Harz und Heide“

Montag, 1. September 2025

19:30 Uhr Happy Birthday Bee Gees, Das Kult, BS

Dienstag, 2. September 2025

19:30 Uhr La Traviata, Burgplatz Open Air 2025, Staatstheater*

Donnerstag, 4. September 2025

20:00 Uhr Kunst gegen Bares, Das Kult, BS

Freitag, 5. September 2025

20:00 Uhr Jazz Freitag mit Leo and The Tasty Tensions, Das Kult, BS

Samstag, 6. September 2025

15:00 Uhr Theaterführung, Staatstheater

21:00 Uhr Tanzparty, Wewarte, Luckum

Sonntag, 7. September 2025

9:15 Uhr Schapener Volkslauf – Tradition trifft Natur, Mehrzweckhalle Schapen

11:00 Uhr Musikmatinee, Robby Ballhause, Kulturnpunkt West, BS

15:00 Uhr Gräber erzählen Geschichte, Reformierter Friedhof, Schlossmuseum, BS

17:00 Uhr Bibel / Orgel / Wein, Lutherische Kirche, Bad Harzburg

19:00 Uhr Benjamin Eisenberg, Kabarett, Das Kult, BS

Montag, 8. September 2025

19:30 Uhr Eva Piazza, Französische Liebeslieder, Lindenhof, BS

Dienstag, 9. September 2025

19:30 Uhr Eine Geniale Idee, Premiere, Sébastien Castro, Komödie am Altstadtmarkt*

Donnerstag, 11. September 2025

Foto: Lars Laion

20:00 Uhr Mirja Boes, Arschbombe olé, Brunsviga

20:00 Uhr 4gewinnt-Improtheater, Das Kult, BS

Freitag, 12. September 2025

15:00 Uhr Präsenz-Vortrag zum Thema Altersarmut, SoVD, BS

18:30 Uhr 3 Gänge Menü vor der Show "Fischer & Jung", Das Kult, BS*

20:00 Uhr Fischer & Jung „innen 20, außen ranzig“, Das Kult, BS*

20:00 Uhr Tanz!bar, Tanzend ins Wochenende, Brunsviga

20:00 Uhr „brand“, Premiere, Staatstheater*

Samstag, 13. September 2025

11:00 Uhr Tag der offenen Tür am Kunsthandwerksmarkt, Lindenhof Theater*

15:00 Uhr Staunen, Lachen, Mitmachen!, Theaterfest, Lessingtheater. WF

15:00 Uhr Historische Weinführung, Schlossmuseum, BS

17:30 Uhr Spielzeitvorstellung 2025-26, Lindenhof Theater

19:00 Uhr In a gadda da cupiditatis, Das Kult, BS*

19:30 Uhr Best of Spätzle, Lindenhof Theater

20:00 Uhr GTD Comedy Slam, Brunsviga

21:00 Uhr Konzert, Sound of Joy, Wewarte, Luckum

Sonntag, 14. September 2025

11:00 Uhr Fashion-Börse, Brunsviga

11:00 Uhr Talk im Foyer, Sharoun Theater

11:30 Uhr 1. Sinfoniekonzert: Leidenschaft, Staatstheater*

13:30 Uhr Theaterfest, Staatstheater*

13:30 Uhr Kulturmeile, Herzog Anton Ulrich-Museum, BS

14:00 Uhr Quizoola!, Lindenhof Theater

15:00 Uhr Gräber erzählen Geschichten, Hauptfriedhof, Schlossmuseum, BS

15:00 Uhr Tango Café, Das Kult, BS

18:00 Uhr „Die Schöpfung“ – Joseph Haydn, Lutherkirche, Bad Harzburg

Dienstag, 16. September 2025

15:00 Uhr „WhatsApp-Sprechstunde: SoVD beantwortet Fragen im Chat“, 0511 65610720, Whatsapp*

Mittwoch, 17. September 2025

18:00 Uhr Möbelmode am Grauen Hof, Schlossmuseum, BS

18:45 Uhr Straßenbahnkonzert, Band Crepes Sucette, BS*

19:00 Uhr „Wie Weltraumschrott unsere Zukunft im All bedroht“, Dr. Manuel Metz, Planetarium WOB

19:30 Uhr Rudelsingen, Brunsviga

Donnerstag, 18. September 2025

19:30 Uhr „Männer nerven Stark!“ live, Ingo Appelt, Stadthalle, Gifhorn
 20:00 Uhr Suchtpotenzial mit "Bällebad Forever", Comedy, Kultur im Zelt, Bürgerpark
 20:00 Uhr Frieda Sternenstaub, Das Kult, BS

Freitag, 19. September 2025

18:00 Uhr Klönfeuer – Gefahren in der Adventszeit, Feuerwehrhaus, Denstorf
 18:30 Uhr 3 Gänge Menü vor der Show "Gebrüder Podewitz", Das Kult, BS
 19:30 Uhr Oper, Die Reise nach Reims, Scharoun Theater, WOB
 19:30 Uhr Ikarus vom Lautertal, Premiere, Lindenhof Theater*
 19:30 Uhr Minna von Barnheim, Premiere, Staatstheater
 20:00 Uhr Gebrüder Podewitz „Sowas kommt von Sofas“. Das Kult, BS
 20:00 Uhr Thorsten Havener – „Alles Kopsache?“, Brunsviga, BS

Samstag, 20. September 2025

14:00 Uhr Theaterfest 2025, Scharoun Theater



15:00 Uhr Revolution 1918 und beginn der Weimarer Republik, Schlossmuseum, BS
 17:00 Uhr Kinderdisko, Brunsviga
 19:30 Uhr Einwandfrei Manfred, Lindenhof Theater*
 19:30 Uhr Draußen vor der Tür, Premiere, Staatstheater*
 21:00 Uhr Tanzparty, Wewarte, Luckum

Sonntag, 21. September 2025

11:00 Uhr Kammerkonzert, Staatsorchester, Staatstheater
 11:30 Uhr Sonntagsführung, Sammlungsräume, Museum Wilhelm Busch, H
 15:00 Uhr Ein Freund für Löwe Boltan, Scharoun Theater*
 15:00 Uhr Ü-50 Wunschkonzert, Das Kult, BS
 16:30 Uhr Kinderzauberei, Brunsviga
 19:30 Uhr Don Giovanni, Wiederaufnahme, Musiktheater, Staatstheater

Dienstag, 23. September 2025

19:00 Uhr Sara Angius, Sabotage, Brunsviga

Mittwoch, 24. September 2025

9:30 Uhr Der dicke fette Pfannkuchen, Premiere, Staatstheater*
 19:30 Uhr Etwas besseres als den Tod finden wir überall, Scharoun Theater
 19:30 Uhr Erzählbühne mit Jana Raile, Das Kult, BS

Donnerstag, 25. September 2025

16:00 Uhr Vortrag „Arbeitsunfähig, erwerbsgemindert – was nun?“, SoVD, Online Vortrag
 18:30 Uhr Ausstellungseröffnung: Besserwisserbuch, Staatstheater
 19:30 Uhr Der große Gatsby, Lesung mit Live-Zeichnungen, Lessingtheater, WF
 19:30 Uhr Das Kind in mir will achtsam Morden, Scharoun Theater
 20:00 Uhr Zimmer.theater: Schauspielkomödie "Landei gesucht", Das Kult, BS
 20:00 Uhr Thomas Kundt, True Crime live, Brunsviga

Freitag, 26. September 2025

18:30 Uhr 3 Gänge Menü vor der Show "Magischer Zirkel", Das Kult, BS
 19:30 Uhr Spass mit Brass, Scharoun Theater
 19:30 Uhr Halbe Hütte, Lindenhof Theater*
 19:30 Uhr Das Kind in mir will achtsam Morden, Lessingtheater
 20:00 Uhr Zauberzirkel Braunschweig „Die Zauberstunde“, Das Kult, BS

Samstag, 27. September 2025

19:30 Uhr Sturm, Wiederaufnahme, Staatstheater
 20:00 Uhr Who Wants to Live Forever, Wiederaufnahme, Staatstheater
 20:00 Uhr Simon & Garfunkel Revival Band, Westand, BS
 20:00 Uhr Jazz-Session, Das Kult, BS

Sonntag, 28. September 2025

10:00 Uhr (Start) Festival Schultheater der Länder 2025, Staatstheater*
 11:00 Uhr Fit in Music, Schülerkonzert, Brunsviga
 16:00 Uhr Lyrik & Musik „ Frivol ... als auch !“, Das Kult, BS
 17:00 Uhr Was weiß der Tropfen im Meer von sich selbst?, Lindenhof Theater
 18:00 Uhr Hausmeister Krause – Du lebst nur zweimal, Scharoun Theater

Montag, 29. September 2025

15:30 Uhr Theatercafé, Scharoun Theater
 19:30 Uhr Die beliebtesten Arien und Duette, Lindenhof, BS

Dienstag, 30. September 2025

10:00 Uhr More than a box, Schultheater der Länder, Gymnasium, Berlin, Lessingtheater, WF
 15:00 Uhr Viel Lärm um Nichts, Schultheater der Länder, Ratsgymnasium Erfurt, Lessingtheater, WF
 19:30 Uhr Götz Alsmann ... Bei Nacht ..., Scharoun Theater

– Änderungen vorbehalten – * weitere Termine

Antiquariat Bücherlöwe

Irmela Biegel
 Helmstedter Str.155
 D-38102 Braunschweig

Montag – Freitag 15.00 – 18.00 Uhr.
 Alle Bücher –und Geschichtsfreunde sind zum Stöbern und Kaufen herzlich eingeladen! Telefon: 0531/7 999 574 oder 0170-9614716.
 Email: hopfengarten@gmx.net





Programm für die Woche:

Montag, 8. September

- Niedersachsen-Forum & Zukunft 2025 (Westand)

Dienstag, 9. September

- Gemeinsames Frühstück, Offener Treff, Kulturfrühstück
- Vorträge: Rente, Grundsicherung, Strom/Gas, Versicherung
- Rehasport (sitzend), Nordic Walking, Klimaspaziergang
- Seniorensport, Hilfe zur Selbsthilfe
- Gesellige Runden: Mittagstisch, Karten & Brettspiele, Offenes Wohnzimmer
- Aktivitäten: Kräuterfee, Rikscha, Museen

Mittwoch 10. September

- Offener Treff, Yoga auf dem Stuhl, Senioren-Frühstück
- Vorträge: Kulturschlüssel, Kultur & Freizeit, Rente, Wohnen im Alter
- Spielerunden, Bingo, Digitale Teilhabe, Aktion Leihbuch
- Lesung für Frauen, Bürgersingen, Lindy Hop im Park
- Gesundheitsfest, Walking, Rikscha, Museen

Donnerstag, 11. September

- Offener Treff, Fitness & Tanzen, Qigong, Yoga 60+
- Vorträge: Grundsicherung, Heimaufnahme, Wohngeld
- Spaziergänge & Quartiersaktionen, DRK Wohnberatung
- Offene Höfe & Basar, Dialog „Mein Leben & ich“
- Spieleabend „Würfelgleis“, Museen

Freitag, 12. September

- Offener Treff, Schuldnerberatung, Digitale Teilhabe
- Sport: Nordic Walking, Rehasport, Calisthenics
- Kochkultur, Basteln, Offenes Wohnzimmer
- Vorträge: Altersarmut
- Fotovortrag, Museen

Älter werden in Braunschweig

Erstmals findet vom 8. bis zum 12. September die Aktionswoche „Älter werden in Braunschweig – Zusammen gegen Altersarmut und Einsamkeit“ statt. Die Aktionswoche startet mit dem Niedersachsen-Forum Alter und Zukunft 2025 – „Altersarmut mitdenken – Verantwortung gemeinsam tragen – Zukunft aktiv gestalten“ am Montag, 8. September von 10 bis 16.30 Uhr im westand Event & Kultur am Westbahnhof 13. Die Teilnehmerzahl für diese kostenfreie Tagung ist begrenzt, eine Anmeldung ist erforderlich unter www.gesundheit-nds-hb.de/veranstaltungen/niedersachsen-forum-alter-und-zukunft-2025/. Dort gibt es weitere Informationen. Kooperationspartner sind das Niedersächsische Sozialministerium, die Landesinitiative Niedersachsen Generationen-gerechter Alltag (LINGA) sowie die Landesagentur Generationendialog.

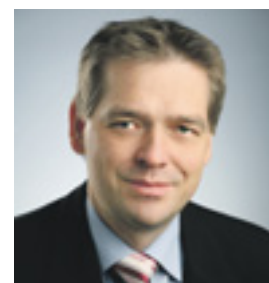
Die weiteren Angebote in der Woche sind vielfältig: Vorträge, Lesungen, sportliche Aktivitäten, Kulturprogramm, gemeinsames Singen und Essen, Informationen zu den Themen Ernährung, Grundsicherung im Alter, Wohngeld, Pflege oder Hilfe zur Selbsthilfe. Soziale Angebote und Beratungsstellen stellen sich vor und öffnen ihre Türen. Das gesamte Programm findet sich unter www.braunschweig.de/aktionswoche-altersarmut. In gedruckter Form liegt es an vielen Stellen in der Stadt aus, zum Beispiel im Seniorenbüro, in Apotheken und in den Bezirksgeschäftsstellen.

Sozialdezernentin Dr. Christina Rentzsch: „Die Aktionswoche bietet die Möglichkeit für Information, Austausch, Unterstützung und stärkt das Miteinander in unserer Stadt. Einsamkeit und Altersarmut betreffen eine immer größere Anzahl von Menschen, auch bei uns in Braunschweig. Unser Ziel ist es, diese Themen in das öffentliche Bewusstsein zu rücken, Teilhabe zu fördern, zu beraten und Lösungen zu finden.“

Präsenz Vortrag des SoVD zum Thema Altersarmut

Vom 08. bis zum 12. September veranstaltet die Stadt Braunschweig eine Aktionswoche für SeniorInnen. Im Rahmen dieser Aktionswoche findet ein kostenloser Präsenz-Vortrag des Sozialverbandes Deutschland (SoVD) zum Thema Altersarmut statt. Denn fast jeder fünfte Mensch ab 65 Jahren in Deutschland ist armutsgefährdet.

Referent Kai Bursie, Regionalleiter des SoVD in Braunschweig, hält den Vortrag am Freitag, den 12. September, ab 15 Uhr im Begegnungszentrum Gliesmarode (Am Soolanger 1a, in Braunschweig). Es werden Armutsbegriffe und Armutsgrenzen sowie Armutsrissen erläutert. Ebenso wird Bursie über die Ursachen von Altersarmut und die besondere Armutgefährdung von Frauen sprechen. Die Besucher werden auch die arbeitsmarkt-bezogenen und sozialpolitischen Forderungen des SoVD kennenlernen. Eine Anmeldung zu dem Vortrag ist nicht nötig. Das Begegnungszentrum ist gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.



Kai Bursie ist Regionalleiter des SoVD in Braunschweig.

Foto: SoVD

-SoVD

Gesundheits- und Sicherheitstag im Heidberg

Auch im letzten Jahr war der Gesundheits- und Sicherheitstag im Heidberg ein voller Erfolg. Das Netzwerk »Gesund älter werden im Heidberg« möchte daher daran anknüpfen und lädt am Freitag, 26. September, von 9.30 bis 12.30 Uhr zum Aktionstag für SeniorInnen 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 BesucherInnen alte Kinderlieder singen.



Eröffnung des Seniorentages 2024.

Foto: Archiv Heidberg AKTIV

Unter dem Schwerpunktthema „Hilfsmittel“ erwartet alle Interessierten ein vielfältiges Angebot. Neben den Präsentationen an zahlreichen Infoständen (Brillen-Wille, Hörgeräte Berger, Nibelungen-Wohnbau-GmbH Braunschweig, AWO-Nachbarschaftsladen Heidberg uvm.) können die BesucherInnen die Vorträge von Hörgeräteakustiker Berger „Hilfsmittel zum guten Hören“

und der Wohnberatung des DRK KV BS-SZ e. V. „Von der Wohnungstür bis zum Balkon – Lösungen für mehr Sicherheit bei Ein- und Ausgängen“ besuchen. Damit das leibliche Wohl nicht zu kurz kommt, gibt es Suppe (ab 12 Uhr) sowie Saftschorlen und Tee.

Institutionen und private Akteure des Aktionstages:

- AOK - die Gesundheitskasse für Niedersachsen, Servicezentrum Braunschweig,
- AWO Nachbarschaftsladen,
- Heidberg AKTIV,
- Cura Visita,
- Nachbarschaftshilfe Heidberg/Melverode/Stöckheim/Leiferde e. V.,
- Nibelungen Wohnbau GmbH,
- St. Thomas-Kirchengemeinde Heidberg,
- Seniorenkreis Heidberg,
- Seniorenbüro, Stadt Braunschweig

Bei dieser Aufgabe stehen die Menschen aus dem Heidberg im Mittelpunkt des Geschehens, das Netzwerk sieht sich als "Vermittler" von Angeboten. Die Arbeitsgemeinschaft ist bereits seit 2008 aktiv und trifft sich regelmäßig in der Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Thomas in der Bautzenstraße 26. Neue Teilnehmer sind jederzeit willkommen.

Durch das Scannen des Folgenden QR-Codes kann der Flyer für die Veranstaltung heruntergeladen werden:



STELLENANZEIGEN

Kein Taschengeld?

Hausfrauen, Schüler, Studenten, Rentner, wenn Sie einmal im Monat Zeit haben, verteilen Sie Zeitungen auch als Urlaubsvertretung

- am Monatsanfang,
- Freitag oder Samstag,
- bei flexibler Arbeitszeit,
- in Ihrem Wohngebiet



und verdienen Geld **BEIM SPAZIERENGEGEHEN.**

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

Regenbogen Fahrdienst GmbH

Wir suchen

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

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

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

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

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

Hilfe bei besonderen Sehproblemen

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

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

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



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

Foto: Augenoptik Bock

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

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

Spezialbrillengläser

für altersbedingte
Makuladegeneration

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

Nur bei Ihrem Augenoptiker:

AUGEN
OPTIK  BOCK
BRILLEN · CONTACTLINSEN

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

 SCHWEIZER
www.schweizer-optik.de

Jetzt testen!



Frauenherzen im Fokus

Herzstiftung informiert über Risiken

Herzerkrankungen wie Koronare Herzkrankheit, Herzschwäche oder Herzrhythmusstörungen sind bei Frauen ebenso häufig wie bei Männern – oft werden Warnsignale jedoch nicht erkannt. In den Wechseljahren steigt durch hormonelle Veränderungen das Risiko für Bluthochdruck und Herzinfarkt deutlich. „Frauen müssen besonders in dieser Lebensphase auf ihr Herz achten“, betont Kardiologin Prof. Dr. Christiane Tiefenbacher.

Typische Herzinfarkt-Symptome wie Brustschmerz stehen bei Frauen oft nicht im Vordergrund. Stattdessen können Atemnot, Schmerzen im Oberbauch oder Rücken, Übelkeit, Erbrechen, Schweißausbrüche, Angstzustände oder extreme Müdigkeit auftreten. Um auf diese Unterschiede aufmerksam zu machen, hat die Deutsche Herzstiftung den kostenlosen Comic „Frauenherzen im Fokus“ herausgegeben. Er erzählt die Geschichte der 36-jährigen Emma, die im Stress zwischen Beruf und Familie einen Herzinfarkt erleidet und nur dank schneller Hilfe überlebt.

Der Comic vermittelt Ursachen, Symptome und Vorsorgemöglichkeiten, ergänzt um Tipps zu Lebensstil, Hormonen, Wechseljahren und Risikofaktoren. Die Herzstiftung rät Frauen ab 40 Jahren – bei familiärer Vorbelastung früher – zu regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen, Kontrolle von Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin sowie zu Bewegung, gesunder Ernährung und Rauchverzicht. Mehr Infos und Bestellung unter Tel. 069 955128-400 oder herzstiftung.de/frauenherzen.
-Deutsche Herzstiftung

Hautpflege im Alter

Tipps gegen Juckreiz und Hautprobleme

Rund ein Fünftel der älteren Menschen in Deutschland leidet unter Juckreiz, oft verbunden mit trockener Haut oder Ekzemen. Im Alter verliert die Haut durch nachlassende Durchblutung und verringerte Talg- und Schweißdrüsenproduktion an Elastizität und Feuchtigkeit. Erkrankungen wie Diabetes oder Nierenleiden und die Einnahme bestimmter Medikamente können Beschwerden verstärken. Starker Juckreiz sollte ärztlich abgeklärt werden, da er auch auf Wechselwirkungen oder andere Erkrankungen hinweisen kann.

Kratzen lindert das Jucken nur kurzfristig, verletzt aber die Haut und verstärkt das Problem. Vorbeugung gelingt durch tägliche Pflege mit feuchtigkeitsspendenden Cremes oder Lotionen mit Hyaluronsäure, Glycerin oder Urea. Milde, pH-neutrale Waschlotionen schonen den Säureschutzmantel, während stark entfettende Seifen vermieden werden sollten. Nach dem Duschen die Haut sanft abtupfen und gleich eincremen. Alkoholhaltige Produkte trocknen zusätzlich aus. Auch ausreichendes Trinken unterstützt die Hautgesundheit.

Bequeme Kleidung aus Baumwolle oder Seide ist hautfreundlich, hypoallergene Waschmittel reduzieren Irritationen. Sonnenschutz und regelmäßige Hautscreenings sind wichtig, da das Hautkrebsrisiko steigt. Zudem heilen Wunden im Alter langsamer – daher auch kleine Verletzungen gut versorgen. Spezielle Pflegeprodukte für Seniorenhaut enthalten oft Urea, Dexpanthenol oder Zink, sollten aber möglichst frei von reizenden Zusätzen sein.
-Apothekerkammer NDS

Anzeige -

Korduan: SCHUHbegeistert auf neuen Wegen



Birgit und Ina Korduan Expertinnen für Schuhhandel.

Auch das Orthopädie- Fachgeschäft Korduan in Wolfsburg in der Eichendorffstrasse ist vom Fachkräftemangel betroffen. Nach langer Zeit in Unterbesetzung wurde die Werkstatt für Orthopädie-Schuhtechnik im Februar nach 35 Jahren geschlossen.

„Da wir noch nicht in Rente gehen wollen und es in Wolfsburg und Umgebung kaum noch Schuhgeschäfte gibt“, so Brigit Korduan, „konzentrieren wir uns jetzt ganz auf den Handel

mit bekannten Schuhmarken. Wir sind spezialisiert auf modische Schuhe mit besonderen Passformen, mit bequemen Fußbetten oder für lose Einlagen und in verschiedenen Weiten.“ Die Trends für den kommenden Herbst/Winter sind die Farben Schwarz, in verschiedenen Materialkombinationen, Grautöne, braun und weinrot – gerne auch in Lack. Besondere Highlights sind helle Farben bis zu wollweiß.

Birgit und Ina Korduan freuen sich mit ihrem Team auf Ihren Besuch bei Korduan SCHUHbegeistert.

ALLES FÜR IHRE FÜSSE:



- Modische Komfortschuhe
- Schuhe für Einlagen
- Schuhe in verschiedenen Weiten
- Spezialschuhe für Problemfüße
- Fußpflege



Korduan

SCHUHbegeistert
NATÜRLICH GUT GEHEN

Eichendorffstr. 3
38440 Wolfsburg
Tel. 0 53 61 - 1 25 87
Mo - Fr 10.00 - 14.00
Di, Do u. Fr 15.00 - 18.00 Uhr, Sa geschlossen

ISSANIS
Flig Comfort
Elanor
Gabor
HARTJES
ara
solidus



03. Oktober  11 - 18 Uhr

Herbstmarkt
Freibad Raffteich

Eintritt 2€ (1€ Erm.)
<10 Jahren kostenlos

Weitere Infos unter
stadtbad-bs.de



Schlaganfall Ratgeber

Der Leitfaden für Angehörige

Ein Schlaganfall verändert nicht nur das Leben der Betroffenen, sondern belastet auch Partner, Eltern oder enge Freunde stark. Viele wollen helfen, fühlen sich aber überfordert. Hoffnung bleibt: Fortschritte und Rückkehr zu gewohnten Abläufen sind jederzeit möglich. Professor Hans Joachim von Büdingen, Neurologe und Gründer der Deutschen Schlaganfallbegleitung gGmbH, kennt die Herausforderungen aus erster Hand. Zusammen mit Sprachexpertin Nadine Stelzer gibt er praxisnahe Tipps für den Akutfall, den Alltag nach der Reha, den Umgang mit körperlichen Beeinträchtigungen und veränderten Verhaltensweisen.

Zudem liefert der Ratgeber Hinweise zur Therapietreue, zur Vorbeugung eines erneuten Schlaganfalls und zur Selbstfürsorge – körperlich und seelisch. Ein Extra-Kapitel richtet sich an Eltern von betroffenen Kindern und Jugendlichen. Mit klaren Anleitungen und realistischen Strategien bietet das Buch Orientierung und Sicherheit für alle, die einen Schlaganfall-Betroffenen begleiten. -Thieme

Hörverlust ist eine Gefahr

für die geistige Gesundheit von Betroffenen

Hörverlust gehört zum Alterungsprozess – seine Folgen für die geistige Gesundheit werden jedoch oft unterschätzt. Viele Betroffene verzichten auf eine Behandlung, warnt Präventionsmediziner Dr. Manfred Strässle: „Ein gutes Hörvermögen ist ein zentrales Element der Vorsorge – ein Hörgerät wirkt wie eine Anti-Aging-Kur.“

Internationale Studien zeigen: Unbehandelter Hörverlust erhöht das Demenzrisiko. Wer schlecht hört, muss sich stärker konzentrieren, ermüdet geistig schneller und zieht sich sozial zurück. So sinkt die geistige Stimulation – ein entscheidender Risikofaktor für Demenz. „Gespräche und akustische Reize sind die Nahrung des Gehirns“, betont Strässle.

Der Arzt trägt selbst ein Hörgerät: „Es bringt Lebensqualität zurück und stärkt das mentale, emotionale und körperliche Wohlbefinden.“ Auf www.audibene.de finden Interessierte Informationen und Beratung zu modernen Hörsystemen. Wer rechtzeitig handelt, schützt nicht nur sein Gehör, sondern beugt auch Demenz aktiv vor. -AKZ

Richtig Atmen, besser Leben

mit der richtigen Nasenatmung

Richtiges Atmen kostet nichts und bringt viel: mehr Gesundheit, Wohlbefinden und weniger Stress, betont Dr. Uwe Basset, Gründer des Atem-Weg Netzwerks. Über 170 Erkrankungen wie Schlafstörungen, Bluthochdruck oder Rückenschmerzen hängen mit falscher Atmung zusammen. Viele Beschwerden lassen sich durch bewusste Atemtechniken lindern – ein noch wenig bekanntes Wissen. In seinem Buch erklärt Basset, wie Atmen „wieder Luft zum Leben“ schenkt. Er fordert zudem mehr Prävention im Gesundheitssystem: Ursachen statt Symptome behandeln – zum Nutzen der Patienten und mit Sparpotenzial. -Gorus



Hörgeräte
Hirschfelder

Ihr Hörakustiker
in Braunschweig

Für alle, die besser hören
wollen die richtige Adresse.

Jetzt Termin vereinbaren:
0531 389 257 06

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

Ich freue mich auf Ihren Besuch, Ihr
Lukas Hirschfelder

 Hörgeräte Hirschfelder
Donaustraße 43
38120 Braunschweig

 0531 389 257 06

 info@hoergeraete-hirschfelder.de

 www.hoergeraete-hirschfelder.de

KOMPETENT · VOR ORT



Digitale Hilfe für Senioren

„DigitalPakt Alter“ erweitert Netzwerk

Der DigitalPakt Alter hat sein bundesweites Netzwerk um 50 neue „Erfahrungsorte“ erweitert. Damit gibt es nun 300 Anlaufstellen, an denen ältere Menschen den Umgang mit Smartphone, Computer und Internet erlernen können. Die Initiative wird gemeinsam vom Bundesfamilienministerium und der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen – gefördert.

Die neuen Angebote wurden aus 565 Bewerbungen ausgewählt, mit besonderem Augenmerk auf bislang nicht geförderte Regionen. Jeder neue Standort erhält 3.000 Euro finanzielle Unterstützung, Zugang zu Schulungsmaterialien sowie Beratung. Ziel ist es, älteren Menschen wohnortnahe und niedrigschwellige Unterstützung zu bieten.

Das Spektrum reicht von Smartphone-Sprechstunden und Einführungen ins Onlinebanking bis zu PC-Grundkursen. Die Teilnehmenden – meist über 70 Jahre alt – erleben dabei, welchen Nutzen digitale Anwendungen im Alltag haben. Viele Angebote werden von Ehrenamtlichen ähnlichen Alters durchgeführt, was den Austausch erleichtert und Hemmschwellen abbaut. Seit dem Start 2021 hat der DigitalPakt Alter mehr als 64.000 Ältere erreicht. Langfristiges Ziel ist es, in jeder Kommune mindestens einen Erfahrungsort zu schaffen, an dem digitale Kompetenzen einfach und praxisnah vermittelt werden.

-DigitalPakt Alter

Gelber Parkausweis gefordert

SoVD Braunschweig für mehr Teilhabe

Der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Braunschweig setzt sich für die bundesweite Einführung eines gelben Parkausweises für Menschen mit Behinderung oder Mobilitätseinschränkungen ein. Dieser soll den Zugang zu Parkerleichterungen erleichtern und mehr Betroffenen zugutekommen.

Bisher berechtigen der blaue und der orange Parkausweis nur unter engen Voraussetzungen zu Sonderregelungen. Der blaue Ausweis erlaubt das Parken auf Behindertenparkplätzen, der orange unter anderem kostenfreies und zeitlich unbegrenztes Parken an Parkautomaten. „Die Anforderungen sind jedoch so hoch, dass viele Anspruchsberechtigte durchs Raster fallen“, kritisiert Kai Bursie, Regionalleiter des SoVD Braunschweig.

Der gelbe Parkausweis, den es bislang nur in einigen Bundesländern gibt, bietet die gleichen Vorteile wie der orange, setzt jedoch weniger strenge Voraussetzungen voraus. „Das wäre ein wichtiger Schritt für mehr Mobilität und gesellschaftliche Teilhabe“, so Bursie.

Informationen und Unterstützung bei Anträgen erhalten Betroffene beim SoVD Braunschweig unter Telefon 0531 480 760 oder online unter www.sovd-braunschweig.de. -SoVD

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

Englisch für „Senioren“

Neue Kurse in Braunschweig

- tagsüber, einmal pro Woche, in kleinen Gruppen
- mit und ohne Vorkenntnisse
- direktes Sprachtraining
- Mindestalter: 50 Jahre

ELKA®

Erfolgreich lernen. Konzepte im Alter

Nähere Informationen erteilt Frau Britta Wetzold

☎ 0531 – 240 48 57 www.elka-lernen.de

Schatzmeister
An- und Verkauf


An- Verkauf von Münzen
Barren
Schmuck
Uhren
Besteck
Antiquitäten
Zahngold

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

Vergleichen lohnt sich
Profitieren auch Sie von hohen
Edelmetallpreisen.

Gerne machen wir Ihnen ein Angebot.

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



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

Der Tod macht von sich reden

Worte können trösten

Mechthild Ludwig-Mayer
(Dipl.-Theol.)

Trauerrednerin und
Trauerbegleiterin

Wilhelm-Raabe-Straße 22
38302 Wolfenbüttel

Tel./Fax: (0 53 31) 7 28 46

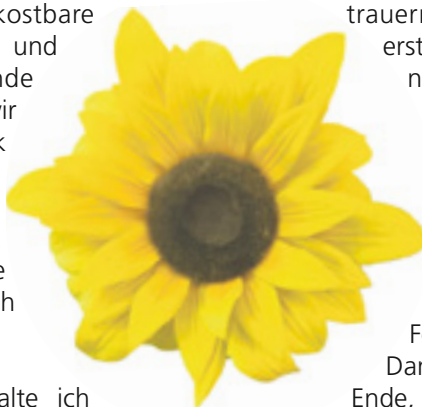
www.mechthild-ludwig-mayer.de

Lebensernte - Worte, die bleiben

So wie die Sonnenblume dem Licht folgt und ihre Blüte im Spätsommer in voller Pracht entfaltet, so sammeln auch wir im Laufe unseres Lebens kostbare Momente, Begegnungen und Erfahrungen. Am Ende eines Lebens blicken wir auf diese „Ernte“ zurück – mit Dankbarkeit, manchmal auch mit Wehmut und doch mit dem Wissen, dass sie unser Leben reich gemacht hat.

Als Trauerrednerin gestalte ich Abschiede, die diesen einzigartigen Lebensweg würdigen. Mit einfühlsamen Worten erzähle ich die Geschichte, die Spuren im Herzen hinterlässt – individuell,

persönlich und respektvoll. Jede Rede ist wie ein Sonnenstrahl, der noch einmal Wärme schenkt und den Menschen, um den wir trauern, in seiner ganzen Vielfalt erstrahlen lässt. Dabei geht es nicht nur um Lebensstationen, sondern auch um die kleinen Momente, die jemanden unverwechselbar gemacht haben.



Ob still und besinnlich oder kraftvoll und hoffnungsvoll – gemeinsam finden wir die Form, die passt.

Damit der Abschied nicht nur ein Ende, sondern auch ein Dank an die reiche Ernte des gelebten Lebens wird und Trost, Erinnerungen und Hoffnung miteinander verbindet.

Ihre Mechthild Ludwig-Mayer

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

Wir helfen hier und jetzt.

Pflegeheimkosten Mythen

Sechs Irrtümer und was wirklich gilt

Die Eigenbeteiligung in Pflegeheimen liegt inzwischen oft über 3.000 Euro pro Monat. Rund um mögliche Kostenerhöhungen kursieren jedoch viele falsche Annahmen. Pflegerechtsexpertin Verena Querling von der Verbraucherzentrale NRW klärt auf, welche Regeln tatsächlich gelten.

1. Freie Erhöhungen – Heime dürfen Entgelte nicht beliebig anpassen. Sie müssen die Erhöhung schriftlich, mit Begründung und mindestens vier Wochen vorher ankündigen. Wirksam wird sie erst nach Zustimmung der Bewohner:innen.
2. Obergrenze – Eine feste Begrenzung gibt es nicht. Steigende Personal-, Energie- oder Lebensmittelkosten sowie notwendige Renovierungen dürfen umgelegt werden, Luxusprojekte nicht.
3. Nur einmal im Jahr – Mehrfache Erhöhungen sind erlaubt, wenn sich Kosten wiederholt ändern.
4. Ohne Kontrolle – Vor Weitergabe an Bewohner:innen müssen Erhöhungen mit Pflegekassen und Sozialamt verhandelt werden.
5. Keine Rückwirkung – Möglich, wenn rechtzeitig angekündigt und zugestimmt wurde. So können hohe Nachzahlungen entstehen.
6. Sozialamt zahlt Schulden – Falsch. Unterstützung gibt es erst nach Antragstellung, nicht rückwirkend für bereits entstandene Schulden. Betroffene sollten jede Ankündigung prüfen und bei Unsicherheit Beratung einholen – etwa bei der Verbraucherzentrale. -VZ NRW

news.braunschweigreport.de

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



Was tun, wenn jemand stirbt?

Ratgeber für Unterstützung im Trauerfall

Rund ein Viertel der Befragten würden sich für eine Baumbestattung im Bestattungswald entscheiden, wenn sie ihre letzte Ruhestätte frei wählen könnten. Weitere 18 Prozent – laut Forsa-Umfrage 2022 – favorisieren eine pflegefreie Beisetzung auf dem Friedhof. Gründe sind neben den hohen Kosten für eine klassische Beerdigung vor allem die langjährige Pflegepflicht für Angehörige. Häufig werden diese Wünsche jedoch nicht rechtzeitig festgehalten.

Der aktualisierte Ratgeber „Was tun, wenn jemand stirbt?“ der Verbraucherzentrale bietet doppelte Unterstützung: Er begleitet Hinterbliebene bei allen Entscheidungen und liefert zugleich Wissenswertes für die eigene Vorsorge. Bestatter können im Trauerfall viele organisatorische Aufgaben übernehmen – etwa die Klärung mit Ämtern oder das Einholen von Urkunden –, verlangen dafür jedoch entsprechende Gebühren. Das Buch gibt Tipps zur Wahl von Bestattungsform und Dienstleister. Kosten für Sarg oder Urne, Trauerfeier, Grabstelle sowie amtliche Dokumente wie Sterbeurkunde oder Erbschein werden beispielhaft aufgeführt.

Zudem wird erklärt, welche Rolle das Finanzamt im Todesfall spielt, welche Fragen zum Nachlass entstehen, was für unverheiratete Paare gilt und wie man das digitale Erbe regelt. Checklisten und Musterformulare – auch online ausfüllbar – helfen Hinterbliebenen und unterstützen bei vorsorglichen Regelungen, damit die Bestattung den eigenen Wünschen entspricht.

-VBZ



Der Ratgeber „Was tun, wenn jemand stirbt? Handbuch für den Trauerfall“ hat 164 Seiten und kostet 18,- Euro, als E-Book 14,99 Euro.

Hinterbliebenen Rente

was Angehörige wissen sollten

Der Tod des Partners ist ein schwerer Einschnitt – auch finanziell. Der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Braunschweig informiert: Bis zum Ende des Sterbemonats wird die volle Rente des Verstorbenen gezahlt. Danach greift das „Sterbevierteljahr“. In diesen drei Monaten erhalten Hinterbliebene weiterhin die volle Rente, eigene Einkünfte werden nicht angerechnet. Danach reduziert sich die Zahlung auf 60 beziehungsweise 55 Prozent der Rente, abhängig von der persönlichen Situation. Einkommen wird ab dann berücksichtigt. Ob große oder kleine Hinterbliebenenrente gezahlt wird, hängt unter anderem vom Heiratsdatum ab. Außerdem können Betroffene binnen vier Wochen beim Rentenservice der Deutschen Post einen Vorschuss beantragen, um Bestattungskosten zu decken. Der SoVD bietet Beratung und Hilfe bei Anträgen an und ist telefonisch unter 0531 480 760 erreichbar.

-SoVD

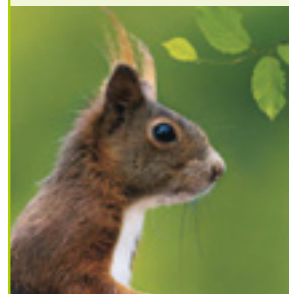
Wir suchen ein Haus in BS & Umgebung
0531-428 78 646

Fliesenleger:
Telefon 0531 - 122 88 21



WALDBESTATTUNG
CREMLINGER HORN

Waldführungen



Bei unserer kostenlosen Führung erhalten Sie alle Informationen zum Thema Waldbestattung

Termine 2025:

07. + 21.09.

12. + 26.10.

09. + 23.11.

07.12.

jeweils sonntags um 11 Uhr
(Änderungen vorbehalten)

Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen und Ihre Anmeldung: Telefon 05306 - 928 02 59 oder über www.waldbestattung-cremlingen.de

Unsere Führungen sind auch für Menschen mit Gehbehinderungen geeignet. Der Friedhof ist gut mit dem Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Die Buslinie 430 (Braunschweig – Bornum) hält in ca. 600 Metern Entfernung, der flexo-Bus direkt auf dem Parkplatz Försterei.

Waldbestattung Cremlinger Horn
Hauptstraße 40
38162 Cremlingen



Neue Selbsthilfegruppe

Trauernde Partnerinnen und Partner

Die Gruppe richtet sich an Menschen, die vor kurzer Zeit ihren Partner oder ihre Partnerin verloren haben. Trauer ist eine normale Reaktion auf den Verlust eines geliebten Menschen. Eine Reaktion allerdings, die schwer alleine auszuhalten ist und bei der es oftmals Unterstützung braucht. Ein Betroffener sucht Gleichbetroffene, die um ihren Partner oder ihre Partnerin trauern, um eine neue Selbsthilfegruppe aufzubauen. Die Selbsthilfegruppe eröffnet einen geschützten Raum, um gemeinsam über Gedanken und Gefühle zu sprechen und das Leben langsam neu zu sortieren.

Die Treffen finden von 17:30 bis 19:00 Uhr im Heidberg statt, um sich gegenseitig kennen zu lernen.

Nähere Informationen über KIBiS, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, Tel.: 480 79 20 oder kibis@paritaetischer-bs.de.

- KIBiS



Schliestedt beherbergte einst eine große Seidenspinnerei

Einblicke in die Vergangenheit des Schöppenstedter Ortsteils Schliestedt - Teil 1



Das Ortsschild in Schliestedt.
Fotos (3): Archiv / Andrea Föniger

Schliestedt liegt male-
risch zwischen den
Höhenzügen Elm im
Norden und der Asse im
Südwesten in der frucht-
baren Schöppenstedter
Mulde und ist seit 1974
ein Ortsteil von
Schöppenstedt.

Eine erste Ansiedlung
entstand vermutlich im
8. Jahrhundert beim
Bau einer fränkischen
Befestigungsanlage
nördlich des heutigen
Ortes. Von der Anlage
haben sich bis heute
Wälle und Hohlwege im
Wald zwischen Eitzum
und Schliestedt, dem
„Burgtal“, erhalten.
Urkundlich wird der Ort
erstmals 996 als Slistide
benannt. Nachdem die
Burg mit der dazu-

gehörigen Kapelle um
1317 verfallen war,
wurde unter maßgeb-
licher Beteiligung der
Gemeinde eine neue
Pfarrkirche an der
heutigen Stelle im Ort
errichtet. Aufgrund
der romanischen
Konstruktion des äl-
teren Kirchenschiffes
ist auf ein Baudatum
deutlich vor 1500 zu
schließen. Neben
dem fachwerklichen
Pfarrhaus wurde einst
ein ehemaliges
„große Fabriquen-
haus“ mit über 40
Webstühlen für
eine Seidenspinnerei
errichte. Dazu befand
sich damals am östli-
chen Ortsrand eine
Maulbeerplantage,
um Futter für die
Seidenraupen zu
liefern.

Durch Flachs-
anbau
samt Leinenspin-
nerei
sowie die Spin-
nerei
erhielten von der
Mitte des 18. Jahr-
hunderts bis etwa zur
Mitte des 19.
Jahrhunderts viele
Tagelöhner und
Leinenweber und
ihre Familien Brot
und Arbeit. 1765
produzierten hier
250 Menschen
Leinwände,
Bettwäsche und
Tafeltücher. Die
Seidenraupenzucht
samt Weberei
scheiterte schließ-
lich aus wirtschaft-
lichen Gründen.
Das Pfarrhaus und
das Gebäude des
"großen Fabriquen-
hauses" existieren
noch heute als
Wohngebäude.



Andrea Föniger an der Schliestedter
Kirche.



Ortsansicht des Ortsteils Schliestedt.

-Andrea Föniger

Ambulanter Pflegedienst am Elm
mit Empathie, Engagement und Zuverlässigkeit
Elmstraße 8 · 38364 Schöningen · Niedersachsen
www.ambulanterpflagedienst-amelm.de

Wir im besten
Alter

Lesen Sie die
aktuelle Ausgabe
Online!

Sie kommen aus der Gemeinde
und wollen eine Anzeige schalten?

Melden Sie sich bei uns!

Tel. 0531 / 38 000-10
Mail: info@comet-verlag.de

Faszination Kraniche - im DümmerWeserLand



Mit der Kranichrast erwartet Sie ein einzigartiges Natur-schauspiel 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. 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“.



Fotos (2): DWL/Susanne Hoffmann

www.duemmerweserland.de

NATUR FÜHLEN
NATURVERBUNDEN & BEEINDRUCKEND: WANDERTOUREN, VOGELBEOBACHTUNGEN UND ERLEBNISZENTREN

Erlebnisse, die verbinden...

DÜMMER WESER Land

DuemmerWeserLand



Kranichherde in der Luft.

Foto : DWL/Bernd Jöhnk

Verborgene Schätze im Oberharz

Ein Ort namens Elend und die „Schnarcherklippen“ - Geheimtipps für Entdecker



Die „Schnarcherklippen“ sind ein spannendes Wanderziel und lassen bei scharfem Wind ein Pfeifen hören - daher der originelle Name der Klippen.

sind die „Schnarcherklippen“ bei Elend. Eine Leiter führt auf die bizarren Felstürme, um die der Wind pfeift und ihnen ihren Namen gab. Auch die Ortsnamen Elend und Sorge lassen schmunzeln, sind aber aus althochdeutschen Begriffen für Fremdenland und Grenze abgeleitet.

Technikinteressierte zieht es nach Stiege, wo Europas kleinste Wendeschleife der Harzer Schmalspurbahn zu bestaunen ist. Eindrucksvoll ist auch das fast hundert Meter lange Viadukt in Neuwerk bei Rübeland, Teil der historischen Rübelandbahn, auf der bis heute Dampfloks fahren. Einblicke in die

Abseits der bekannten Pfade lockt die Ferienregion Oberharz am Brocken mit Erlebnissen für Naturfreunde, Technikfans und Genießer. Wer in einem der stillen Bergdörfer im Westen Sachsen-Anhalts Quartier nimmt, findet ausgeschilderte Wanderwege, familienfreundliche Ausflugsziele und Geschichten vom Mittelalter bis heute. Besonders beliebt



Das Luftbild von Sorge zeigt einen freundlichen Harzort mit Ausblick zum Brocken.

Fotos (2): djd/Rübeländer Tropfsteinhöhlen/Jan Reichel

Bergbauwelt bietet das Schaubergwerk Büchenberg in Elbingerode, wo Führungen mit einem traditionellen Tzscherper-Essen enden. Im Ostdeutschen Fahrzeug- und Technikmuseum in Benneckenstein lädt dagegen ein Mitropa-Speisewagen zu hausgemachter Soljanka ein. Zum Abschluss lohnt sich ein Spaziergang zum „Roten Sofa“ oberhalb des Ortes mit Kultstatus, weitem Blick und Sonderstempel der Harzer Wandernadel.

Liebe Leserin, lieber Leser,



„Jede*r braucht Hilfe – irgendwann“

So steht es über der Woche der Diakonie,
die in diesem Monat im Braunschweiger Dom eröffnet wird.
Ein Thema, das sich Vereinsamung, Entsolidarisierung und Selbstüberschätzung
entgegenstellt und daran erinnert, dass wir alle immer wieder Hilfe brauchen
und in Anspruch nehmen. So ist die Welt eingerichtet.
Menschen sind Beziehungswesen, unvollkommene dazu.
Jede und jeder, wir alle sind vom ersten Atemzug an darauf angewiesen,
dass jemand für uns sorgt, dass Menschen sich einander verbunden wissen
und füreinander Verantwortung übernehmen.
Das kann man bedenken. Oder dafür danken.
Weil es Menschen in unserem Leben gibt, weil Gott uns Türen öffnet,
weil das Land hell und weit ist.
Eva Strittmatter hat für diese Erfahrung solche Worte gefunden:
„Vielleicht erinnert sich wer meiner. / Einer, der geht durch Leningrad.
Oder ein anderer in Kaluga. / Und wer in einer deutschen Stadt.
In dieser Stunde scheint mir sicher: / Wir sind Gefäß für fremden Wein.
In mir sind alle, die mich traf. / So möchte ich in allen sein.“

Herzliche Grüße

Ihre *Dompredigerin*
Cornelia Götz

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

Vveranstaltungen im Braunschweiger Dom

Samstag, 6. September 2025,

12:00 Uhr Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 7. September 2025,

10:00 Uhr Gottesdienst am Sonntag der Diakonie

Mittwoch, 10. September 2025,

17:00 Uhr: Abendsingen „Gemeinsam Handeln“

Samstag, 13. September 2025,

12:00 Uhr Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 14. September 2025,

10:00 Uhr Gottesdienst

Samstag, 20. September 2025,

12:00 Uhr Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 21. September 2025,

10:00 Uhr Gottesdienst

Samstag, 27. September 2025,

12:00 Uhr Musikalisches Mittagsgebet

Sonntag, 28. September 2025,

10:00 Uhr Gottesdienst

16:00 Uhr Konzert "Cantate Domino"

Gemeinsames Konzert der Ev. Singschulen

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

Wir *im besten*
Alter

*Region Braunschweig, Wolfsburg, Gifhorn
Wolfenbüttel, Salzgitter*

Verlag + Herausgeber:

CV Comet Verlag GmbH

Im Remenfeld 5

38104 Braunschweig

Telefon 05 31/38 000 10

E-Mail: info@comet-verlag.de

www.comet-verlag.de

Satz, Druck: CV Comet Verlag GmbH

Anzeigenleitung: H.-J. Kröber

Redaktion: Felix Runder (ViSdP)

Telefon 0531/38 000 10

Redaktions-/Anzeigenschluß: 15. des Vormonats

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

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

Eine Liebe gegen die Politik

von Prof. Dr.h.c. Gerd Biegel

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

„Die beste Bildung findet ein gescheiter Mensch auf Reisen“ aus Wilhelm Meisters Lehrjahren eine stets aktuelle Erkenntnis, gerade in Ferienzeiten. An diese Worte Goethes wurde ich bei einem Gang durch Stades Altstadt erinnert. An einem Haus fand ich eine Tafel mit dem Hinweis auf die „herrliche Burg der Grafen von Stade und Heinrichs des Löwen“, in der auch dessen Sohn Heinrich residiert habe und in dem Heinrichs Ehefrau „die Hohenstaufin Agnes“ 1204 verstorben war. Mehr Spuren vor Ort waren nicht zu finden, denn längst ist die Burg zerstört, also war eine kleine Spurensuche bei den Chronisten gefordert.

Tatsächlich war die spätere Hansestadt Stade von 1145 bis 1236 ein welfischer Besitz. Sie spielte nicht nur in der Territorialpolitik der Welfen eine große Rolle, sie hatte zwischen 1150 und 1170 sogar die besondere Förderung Heinrichs des Löwen erfahren, auch wenn unklar bleibt, ob damit auch die Verleihung des Stadtrechts für Stade verbunden war. Zumindest war die Verbundenheit groß, denn die Stader Bürger hielten selbst im Schlusskampf zwischen Kaiser und Herzog loyal zum Welfen. Für den Sohn des Löwen, Heinrich von Braunschweig, war der Ort an der Unterelbe ebenfalls mehrfach von großer Bedeutung und wurde schließlich zu einem familiären Erinnerungsort. Damit verbunden ist eine Geschichte, deren Spuren zugleich zu einem außergewöhnlich romantischen Liebesabenteuer im Hochmittelalter führen. Schon in jungen Jahren war der jüngere Welfe mit Agnes von Staufen verlobt, der Tochter des rheinischen Pfalzgrafen Konrad, eines Halbbruders von Friedrich Barbarossa. Diese Verbindung war wohl bereits im Kindesalter der Agnes zwischen den Müttern des Paares, der braunschweigischen Herzogin Mathilde und der Pfalzgräfin Irmingard verabredet worden. Agnes galt in den 90er Jahren des 12. Jahrhunderts als eine der attraktivsten Partien auf dem Heiratsmarkt im Reich. Sie war schließlich das einzige Kind des Pfalzgrafenpaares.

Im Zuge der anfänglich einvernehmlichen staufisch-welfischen Politik war dies eine politische Familienplanung zur engeren Verbindung der beiden Familien, die allerdings mit dem Sturz Heinrichs des Löwen 1180 obsolet wurde. Als schließlich der Pfalzgraf in Abstimmung mit Kaiser Heinrich VI. für seine Tochter Agnes ein Heiratsprojekt mit dem französischen Königshaus plante, ließ die Mutter 1194 den früheren Verlobten nach Bacharach rufen und heimlich fand ohne Wissen und in Abwesenheit des Pfalzgrafen Konrad auf Burg Stahleck die Hochzeit statt. Darüber berichtet der Chronist Gerhard von Steterburg recht ausführlich und macht die selbstbewusste Tatkraft beider Frauen sehr deutlich: „Aber obwohl jene von vielen, vom Kaiser dazu bestimmten Freiern begehrt wurde, verharrete sie doch unbeweglich in der Liebe zum Herzoge, den sie selbst erwählt hatte. Endlich wird er (Heinrich) auf Betrieb ihrer Mutter ohne Wissen des Pfalzgrafen gerufen und mitten durch das Gebiet seiner Feinde und durch mannigfache Nachstellungen wunderbar durchschlüpfend, da Gott ihn schützte, kam er im Abenddunkel an, während sogar sie, welche seine Gattin werden sollte, nicht wusste was geschehen sollte, und in derselben Nacht wurden ohne Hochzeitsgäste, doch nicht ohne priesterlichen Segen, die Hochzeitsbetten aufgeschlagen und die glückliche Ehe geschlossen“.



Gedenktafel in Stade.



Heinrich von Braunschweig.

Fotos (2): Archiv IBRG

Das Geschehen war sensationell und bewegte nicht nur die Gemüter in dieser Zeit sondern bekam zugleich eine hochpolitische Note, denn damit scheiterte ganz unerwartet und abrupt ein europäischer Bündnisplan der Staufer. Nach anfänglichen Schwierigkeiten führte dieser Coup der Brautmutter sogar zur Aussöhnung zwischen dem Staufer Kaiser Heinrich VI. und dem Welfen Heinrich

dem Löwen 1194 in der Pfalz Tilleda. Für Heinrich von Braunschweig öffneten sich schließlich weitere politische Perspektiven, denn er folgte nach dem Tod Konrads am 8. November 1195, diesem als rheinischer Pfalzgraf nach.

Doch nach dem Tod des Pfalzgrafen und Heinrichs des Löwen brach kurze Zeit später der staufisch-welfische Konflikt erneut mit großer Heftigkeit aus, als am 9. Juni 1198 Otto von Braunschweig in einer umstrittenen Königswahl zum römisch-deutschen König eine gewählt wurde, zeitgleich mit dem Staufer Philipp von Schwaben. Das Doppelkönigtum fachte entschieden den seit der Heirat Heinrichs mit Agnes von Staufen ruhenden Konflikt zwischen Welfen und Staufern erneut an. Heinrich sicherte zunächst seine Besitzungen in Sachsen und am Rhein, unterstützte aber seinen Bruder im Kampf gegen den Staufer, der auf einem Vorstoß ins Rheingebiet die pfalzgräflichen Besitzungen verwüstete. Zwischen 1201 und 1203 agierte Philipp überwiegend in Süddeutschland, während Otto IV. und Heinrich hauptsächlich in den welfischen Kernlanden im Norden unterwegs waren. Heinrichs Hauptziel waren dabei Grafschaft und Stadt Stade, wo er zunächst residierte. Um sein Stader Erbe zu sichern, wechselte er 1204 sogar auf die Seite des Staufers.

In dieser unruhigen Phase starb unerwartet Heinrichs junge Ehefrau Agnes von Staufen und wurde nicht in der pfalzgräflichen Familiengrablege in Schönau bei Heidelberg, sondern im Chor der Kirche des Marienklosters in Stade beigesetzt.

Damit endete die hochpolitische und dramatische Liebesgeschichte der Stauferin und des Welfen, die nicht nur die zeitgenössischen Chronisten faszinierte, sondern bis in die Neuzeit in zahlreichen Dichtungen, Romanen und Opern ihren Niederschlag gefunden hat. Nach dem Tod seiner Frau aber kehrte Heinrich nach Braunschweig zurück, wo er 1227 starb und im Dom Sankt Blasii beigesetzt wurde. An seine Frau Agnes von Staufen erinnert noch eine Gedenktafel an einer Hauswand in Stade, das daher für mich auch ein braunschweigischer Erinnerungsort ist. Diese historische Verbundenheit spiegelt sich in der Gestaltung der Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade mit ihrem territorialen Zusammenschluss, der zugleich den historischen welfischen Raum des Hochmittelalters umfasst, eine Brücke zwischen Geschichte und Gegenwart zwischen Politik und Liebe.



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

-Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel

Es darf gelacht werden

Werbung, Witz und ein Wunder mit Überraschungspotential

Boris Becker



Eine Partnerschaft auf Augenhöhe – so beschreibt er seine Liebe zu Ehefrau Lilian. Foto: highgloss.de

Wenn Boris Becker eines kann, dann ist es über sich selbst lachen. Und das neuerdings sogar im Doppelpack – gemeinsam mit Ehefrau Lilian! Das Power-Paar sorgt jetzt mit einer lustigen Werbekampagne für Fenster bundesweit für Lacher, die beide gerade in Berlin vorstellten. „Es war etwas Besonderes, mit meiner Frau gemeinsam beruflich aufzuschlagen“, sagte die Wimbledon-Legende auf der Pressekonferenz stolz. Humor ist bei den Beckers Pflichtprogramm: „Ich bin bekannt für meinen Humor. Das kann nicht jeder Deutsche von sich behaupten“, so Boris leicht süffisant. Man müsse manchmal wirklich ankündigen, „dass jetzt gelacht werden darf und es nicht ernst zu nehmen ist“. Auch privat bleibt's spannend: Lilian präsentierte rundum happy ihren kleinen Babybauch, nachdem sie noch am Anfang der Schwangerschaft mit Übelkeit zu kämpfen hatte. Der neueste Becker-Nachwuchs wird im Dezember erwartet. Junge oder Mädchen? Da wollen sich die beiden überraschen lassen. Und in puncto Erziehung setzt der 57-Jährige auf seine Erfahrung, wie er „Bild“ verriet: „Tischmanieren, Kultur, Sprache, in die Augen schauen, Hand geben. Da bin ich alte Schule. Ich will auch nicht der beste Freund meiner Kinder sein. Ich bin ihr Vater und ihre Respektsperson.“ Na, dann ...

Clemens Schick

Zwischen Bühne und Babyglück

Der Sänger genießt seine Doppelrolle gerade sehr

Sommer, Sonne, Showtime – und daheim wartet ein kleines Wunder. Seit Juli 2024 sind Sänger Álvaro Soler und seine Frau, Model Melanie Kroll, Eltern einer Tochter. Die Kleine ist „sehr unabhängig“ und geht vormittags schon in die Kita, wie die stolze Mama ihrer Instagram-Community erzählte. In Spanien, wo das Paar seit einiger Zeit lebt, ist das ganz normal. „Man darf's nicht so laut sagen, aber ich glaube, es ist ein sehr, sehr tolles Baby“, schwärmte Alvaro im Interview mit „Gala“. Für den frischgebackenen Papa ist das pflegeleichte Wesen seiner Kleinen sicher eine große Erleichterung – immerhin steht er seit Juni wieder auf der Bühne. Seine „La Gira“-Tour ist bereits halb geschafft, im Oktober erscheint außerdem sein neues Album „El Camino“ mit vielen frischen Songs. Es ist also viel los! Und das Herz des 34-Jährigen schlägt nicht nur für Familie und Musik. Aktuell engagiert er sich auch für PETA, wirbt für die Adoption von Tieren statt Käufen. Mit Baby Nummer zwei lassen sich der Deutsch-Spanier und seine Liebste darum noch etwas Zeit: „Wir sind erst beim ersten“, stellt Álvaro im weiteren Gespräch klar, und die ebenfalls berufstätige Melanie ergänzt, dass sie ihre kostbare Zeit vorerst ganz ihrer Tochter widmen wollen. Verständlich!



Bei ihm läuft es privat und beruflich rund – aktuell ist der Sänger noch auf Sommer-Tournee. Foto: highgloss.de

Liebes-Frühling

Bei der Schauspielerin läuft es gerade doppelt gut

Simone Thomalla



Mit dem Karriereberater René Merten hat Sie ein neues Glück gefunden. Foto: highgloss.de

„Ich wurde belogen und betrogen wie noch nie in meinem Leben“, so packte Simone Thomalla kürzlich im Podcast von Moderatorin Marlene Lufen über die Beziehung zu ihrem verstorbenen Ex-Partner aus. Bitter. Umso glücklicher ist die 60-Jährige, bei Karriereberater René Merten, mit dem seit Ende 2024 liiert ist, nun ein neues Glück gefunden zu haben. „Wir haben uns über gemeinsame Bekannte kennengelernt“, erzählte sie „Bunte“. Und inzwischen zeigen sich beide auch auf dem roten Teppich – händchenhaltend, verknuschelt, strahlend. Über ihre gemeinsamen Sommerpläne sagte die Schauspielerin auf dem AEDT-Sommerfest zu „TIKonline.de“ mit einem vielsagenden Lächeln: „Den Alltag genießen ...“ Klingt ganz danach, als erlebe Simone gerade ihren perfektem zweiten Liebes-Frühling – wie schön! Apropos Frühling: Im ZDF laufen gerade Wiederholungen ihrer Erfolgsreihe „Frühling“. Auf neue Folgen müssen Fans zwar noch ein wenig warten, aber der Sender hat die 15. Staffel bereits bestätigt. Eindeutig Erfolg auf ganzer Linie.

Buchvorstellungen

„Mord im Belvedere“

Authentischer Alpenkrimi aus der Feder einer Staatsanwältin



Mord im Belvedere
von Gabriela Bürgi
Riverfield,
Softcover
Preis: 16,90 €
ISBN: 978-3-907459-31-7

echt, ihre Dialoge tragen die Spannung leise, aber unerbittlich voran. „Mord im Belvedere“ ist weit mehr als ein Alpenkrimi: Es ist ein kluger, atmosphärischer Blick in die Abgründe menschlicher Beziehungen – und ein Versprechen, dass von dieser Autorin noch Großes zu erwarten ist.

„Mara und Aram“

Ein Bewegender Roman über das Älterwerden



Mara und Aram
von Ursula Arn
Riverfield,
Hardcover
Preis: 22,00 €
ISBN: 978-3-907459-29-4

te, sondern ein literarisches Kleinod über Frausein, Älterwerden und Neubeginn – ein Werk, das berührt, inspiriert und den Wunsch weckt, selbst mutig aufzubrechen.

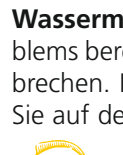
Mit „Mord im Belvedere“ betritt die Autorin Gabriela Bürgi, erfahrene Staatsanwältin aus dem Kanton Uri, die literarische Bühne – und das mit einem Debüt, das gleichermaßen fesselt wie unter die Haut geht. Vor der eindrucksvollen Kulisse der Schweizer Alpen entfaltet sich ein Mordfall, der mehr Rätsel schafft als löst. Zwischen verschlungenen Lügen, persönlichen Verstrickungen und dem Druck der Ermittlungen steht eine Ermittlerin, die um ihre Integrität kämpft. Bürgi nutzt ihr juristisches Fachwissen meisterhaft, um präzise Ermittlungsarbeit mit psychologischer Tiefe zu verbinden. Dabei lotet sie nicht nur die Grauzonen der Moral aus, sondern wirft auch einen unerschrockenen Blick auf das Böse im Menschen – jenes dunkle Potenzial, das hinter jeder Fassade lauern kann. Ihre Figuren wirken

Mit „Mara und Aram“ vollendet die Autorin Ursula Arn ihren literarischen Zweiteiler und liefert einen Roman, der leise beginnt und lange nachhallt. Nach „So nah und fern zugleich“ (2023) entführt uns die Schweizer Autorin erneut in eine Welt, in der Erinnerung und Gegenwart ineinanderfließen. Im Mittelpunkt steht Mara, eine Frau, die sich spät im Leben aus alten Fesseln befreit und den Mut findet, einen neuen Weg zu gehen. Liebe, Verlust, Sehnsucht nach Heimat und die heilende Kraft der Erinnerung verweben sich zu einer vielschichtigen Erzählung, die von der eigenen Biografie der Autorin inspiriert ist. Arn schreibt mit poetischer Klarheit und einer feinen, aber eindringlichen Sprache, die den Leser sanft, doch bestimmt in die Tiefe zieht. „Mara und Aram“ ist keine einfache Liebesgeschichte,

Die Sterne für September 2025



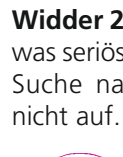
Steinbock 22.12.-20.1. Ihr Erfolg hat Sie viel Mühe und Kraft gekostet. Da ist die Frage schon berechtigt, ob Aufwand und Ertrag in einem sinnvollen Verhältnis stehen.



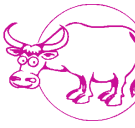
Wassermann 21.1.-19.2. Die Lösung eines Problems bereitet auch Ihnen eine Menge Kopfzerbrechen. In dieser Woche zeigt sich aber, dass Sie auf dem richtigen Weg sind.



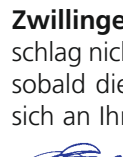
Fische 20.2.-20.3. Geben Sie einen Fehler offen zu und geloben Sie Besserung. Dann haben Sie keine Probleme, demnächst auch die Fehlleistungen anderer zu benennen.



Widder 21.3.-20.4. Eigentlich hatten Sie auf etwas seriösere Mitstreiter gehofft. Geben Sie die Suche nach den geeigneten Partnern noch nicht auf.



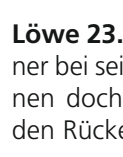
Stier 21.4.-21.5. Sie haben gute Erfolgsaussichten, wenn Sie bereit sind, etwas Neues in Angriff zu nehmen. Sie wollten doch ohnehin die alten Pfade verlassen.



Zwillinge 22.5.-21.6. Wenn man auf Ihren Vorschlag nicht eingehen will, dann ist das so: Doch sobald die anderen gescheitert sind, wird man sich an Ihre Idee erinnern.



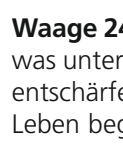
Krebs 22.6.-22.7. Hören Sie nicht auf die Bedenkenträger, die nur Ängste schüren: Das neue Projekt bietet Chancen, die Sie so bislang noch nie gehabt haben.



Löwe 23.7.-23.8. Tun Sie genug, um Ihren Partner bei seiner Karriere zu unterstützen? Er hat Ihnen doch mehr als einmal bei Ihren Aufgaben den Rücken gestärkt!



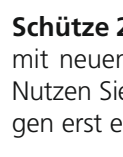
Jungfrau 24.8.-23.9. Prima, dass Sie so gut vernetzt sind: In dieser Woche trägt man Ihnen eine Information zu, die Sie in dem, was Sie tun, noch einmal bestärkt.



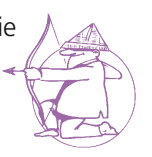
Waage 24.9.-23.10. Wenn Sie nicht umgehend etwas unternehmen, um eine peinliche Situation zu entschärfen, wird dadurch eine Feindschaft fürs Leben begründet!



Skorpion 24.10.-22.11. Mit falscher Bescheidenheit werden Sie kaum den Weg zum Siegtreppchen finden. Sie sollten gute Leistungen ruhig offensiv zur Schau stellen.



Schütze 23.11.-21.12. Die letzten Tage haben Sie mit neuen Eindrücken geradezu übersättigt: Nutzen Sie das Wochenende, um alle Neuerungen erst einmal zu verarbeiten.



DIESE NUMMERN 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
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

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

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

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

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

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

Verteilung

in der Region Braunschweig, Wolfsburg, Wolfenbüttel und Salzgitter.
Falls Sie unser Magazin auch auslegen möchten (natürlich kostenlos), senden Sie bitte eine Mail an: info@comet-verlag.de (Mindestabnahme 20 Stück).

Veranstaltungs-Informationen

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

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

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

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

Figurentheater Fadenschein, 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 2025

ist der 12. September 2025.

Telefon 0531 / 38 000-10 · info@comet-verlag.de**WIR im besten Alter abonnieren**

Sie möchten das Magazin „WIR im besten Alter“ direkt ins Haus geliefert bekommen? -

Dann abonnieren Sie es.

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

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

RETTET DIE BURGPASSAGE!

Studentenappartments
für **480,- /Monat**

Marktstände mieten
2,- Euro/qm/Tag

Ateliers zu vermieten
mit Oberlicht



Ein Umbau ist viel günstiger
als ein Neubau.
Michael Drewitz



Bei dem Hotel in den Stiftshöfen gibt es
keinen Bedarf an Stellplätzen! In der Lage,
mit dem Konzept, - da gibt es keine
Stellplätze. (BZ, 1.5.2024)
Natascha Wessling



Wir müssen die Menschen reinholen
in die Stadt.
(BZ, 5.4.2024)
Oberbürgermeister Dr. Thorsten Kornblum



Das Verdrängen der staatlich
organisierten Öffentlichkeit
schadet dem Bürgersinn.
(Buch, Angriff auf die City)
Architekt Holger Pump-Uhlmann



Konzept mit Bürgerbeteiligung
durchsetzen
Stadtplaner Prof. Walter Ackers



Warum sollte man diese beliebte,
lichtdurchflutete, wettergeschützte
und großstädtisch anmutende
Passage verschwinden lassen???

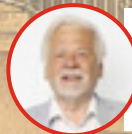
Kolumnist Eckhard Schimpf



Wir bauen nur, wenn wir es
wirtschaftlich darstellen können.
(BZ, 1.5.2024)
Wirtschaftsdezernent Gerold Leppa



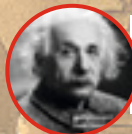
Die Kommunalverwaltung in Hannover sagt
auf Anfrage: „Die Stadt als Hotel- und Immo-
bilien-Spekulant, - das geht gar nicht!“
Aber nach Meinung der Verwaltung war eine
Befassung des Rates nicht erforderlich und
ist somit nicht erfolgt.
Peter Rosenbaum



Die alten historischen Passagen
strahlen ihren Glanz noch nach
200 Jahren aus.
Stadtplaner Wolfgang Wiechers



Die Burgpassage wird mit ihrem
Durchgang eine ganz wichtige
Nord-Süd-Verbindung.
Architekt Reinhold Schadt



Es ist leichter ein Atom zu
zertrümmern als ein Vorurteil.
Physiker Albert Einstein



Nicht nur das demokratische Spiel der
Kräfte, - es bleibt die Stadt auf der
Strecke!
(Vortrag über die Misere der Städte)
Prof. Roland Ostertag



Architektonisch ist alles möglich, -
im Ostteil Schulräume, im EG Mensa
und auf dem Dach ein Schulhof.
(Nachnutzung der Burgpassage 2023)
Architekten Welp-von Klitzing

Unsere Braunschweiger Burgpassage mit ihrer genialen Glaskuppel darf nicht untergehen!

Bitte helfen Sie mit, dieses Architektur - Highlight von 1983 zu erhalten und wieder mit
neuem Leben zu füllen und zu einem lebensfrohen urbanen Zentrum für alle Menschen
in unserer schönen Stadt zu machen. Es lohnt sich !!!

„Braunschweiger Bürgerinitiative kämpft für mehr Lebensqualität in der Innenstadt“
„Näheres lesen Sie in der nächsten Samstag-Ausgabe der Braunschweiger Zeitung!“

EINSTWEILIGE
VERFÜGUNG
GEGEN DEN ABRUCH DER
BURGPASSAGE

Kontakt:

rettetdieburgpassage@outlook.de

info@archipictura.site

michaeldrewitz@gmx.de

PETITION : RETTETDIEBURGPASSAGE.DE

