

# Wir

*im besten Alter*

für Menschen in der schönsten Lebenszeit

BITTE  
MITNEHMEN

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



Aktuelles auf Seite 7 bis 9.

## Titelthema

Eine Auszeit für die Gesellschaft

Corona und Impfen

## Gesundes Leben

Weltkrebstag am 4. Februar

Bleiben Sie gesund und glücklich

## Wohnen & Leben

Quartiersarbeit Weststadt

Verein Stadtteilentwicklung

## Verlässliche Partner

Digitalkompetenz älterer Menschen

Rentenversicherung beantwortet Fragen



# ViBa-Clear® aus Wolfenbüttel sagt den Coronaviren den Kampf an.



Die gängigen Hygieneregeln gegen die Verbreitung des Coronavirus sind den meisten Menschen längst in Fleisch und Blut übergegangen. Abstand halten, Maske tragen, Hände waschen: Das ist der Dreiklang, den wir seit Monaten beherzigen.

Das aktuell wichtigste Thema in der Corona-Situation ist der Umgang mit der Raumluft. Das Stichwort Aerosole zieht sich durch die Diskussionen. Auf der Suche nach effizienten Reinhaltungsmaßnahmen der Luft, stieß Bernd Janke, Geschäftsführer der Fa. Falk & Janke aus Wolfenbüttel, auf eine seit den 50ziger Jahren bewährte Technik. Die Desinfektion der Raumluft mit UV-C Strahlung, die die Raumluft desinfiziert, entkeimt und Viren und Bakterien inaktiviert. Dieses Verfahren wird seit Jahrzehnten beispielsweise erfolgreich in der Luftdesinfektion von sensiblen Laboren, Operationssälen und in der Lebensmittelindustrie erfolgreich eingesetzt. Das Wissen um diese Eigenschaft macht sich Bernd Janke mit seinem Raumluft-Desinfizierer ViBa-Clear zunutze. „Unsere Aufgabe bestand darin, die bislang eher großdimensionierte Technik, in eine kompakte Bauweise zu bringen, die dazu auch noch leise genug ist, dass ich sie etwa in einem Büro einsetzen kann“



ViBa-Clear Maxx.

Fotos: Falk & Janke

## Wie funktioniert der ViBa-Clear?

Das Desinfektionsgerät hat die Aufgabe, die Ansteckung durch

Viren, die sich als Aerosole in der Luft befinden, zu verhindern. ViBa-Clear Geräte sind kompakte geschlossene Systeme, die im unteren Bereich die Raumluft einsaugen und diese direkt an zwei UV-C-Röhren vorbeiführen. Das ultraviolette Licht im Kurzwellenbereich (254 Nanometer) greift die DNA der Viren und Bakterien an und inaktiviert sie. „Das unabhängige Hygieneinstitut Biotec hat unsere Geräte in einem sechswöchigen Forschungsprojekt geprüft und bescheinigt eine Wirksamkeit von 99,993 % bereits bei Einmalpassage durch das ViBa-Clear-System“ Für Menschen hat dies übrigens keine schädlichen Nebenwirkungen: Die Konstruktion eines sicheren Gehäuses verhindert nachweislich, dass die UV-C-Strahlung nach außen gelangt.

## Die aktuelle Problematik in Klassenräumen

„Aerosol-Wolken können, wenn sich die Raumluft nicht bewegt, bis zu drei Stunden in geschlossenen Räumen stehen bleiben“, schildert Janke die Problematik. Regelmäßiger Luftaustausch durch Lüften hilft die Viruslast zu verringern. Das Umweltbundesamt empfiehlt beispielsweise den Schulen während des Unterrichts, alle 20 Minuten mit weit geöffneten Fenstern für 5 Minuten zu lüften. Jedoch führt häufiges Lüften bei Minusgraden zu temporären Temperaturabsenkungen in den Klassenräumen. Das Resultat daraus, sind einerseits frierende Schüler und andererseits zeigten Laborversuche mit Coronaviren, dass Coronaviren bei kälteren Temperaturen länger überleben als bei Raumtemperatur.

Beispielsweise zeigte die Studie (Chin et. al.), dass die SARS-CoV-2 Viren bei 4 °C bis zu 14 Tage überleben können und bei 22°C lediglich 7 Tage. Ebenso zeigte (Ma et. al.), dass niedrigere Lufttemperatur und trockene Luft eine hohe Reproduktionszahl von Coronaviren begünstigen. Daher ist regelmäßiges Lüften allein nicht ausreichend, um das Risiko einer Infektion zu minimieren. Alternativen wären beispielsweise eine Luftdesinfektion zur Reduzierung der Virenlast im Klassenraum.

## Praktisch und überall einsetzbar

UV-C-Geräte können dank ihres geringen Platzbedarfs und der geringen Geräusentwicklung praktisch überall eingesetzt werden. Natürlich bieten sich hochfrequentierte Bereiche wie Besprechungsräume in Büros oder Wartezimmer und Behandlungsräume in Arztpraxen an. Aber können alle durch wechselnde Personengruppen regelmäßig besuchte Orte wie Seniorenheime, Schulen und Kitas größere Sicherheit im alltäglichen Umgang mit der Pandemiesituation gewinnen.

Für verschiedene Raumgrößen und Volumina bieten wir Gerätegrößen von 38 m³/h bis 800 m³/h an. Der ViBa-Clear Basic eignet sich für Raumvolumina bis 38 m³/h und ist mit 32 dB flüsterleise. Der ViBa-Clear-MAXX schafft Raumvolumina bis 300 m³/h mit einer Lautstärke von nur max. 42 dB. Die Geräte sind bei einer Lebensdauer der UV-C-Röhren von 9000 und 12.000 Stunden besonders wartungsarm.

## Die Nachfrage ist groß

„Wir liefern unsere Geräte nach ganz Europa. Aus

dem skandinavischen Raum ist die Nachfrage besonders hoch. Bundesweit haben wir rund 600 Praxen damit ausstatten dürfen. Außerdem Büro und Verwaltungsgebäude, aktuell läuft ein Pilotprojekt in einer KiTa und auch die Großindustrie stattet ihre Leitstände mit ViBa-Clear aus.“



Standardgerät.

## Zusammengefasste Vorteile

Die Vorteile von Luft-UV-C Anlagen zusammengefasst:

- schnelle und wirkungsvolle Entkeimung ohne Chemie
- keine Geruchs- und Geschmacksveränderungen der Luft
- keine Umweltbelastung, da rein physikalisch
- auch Entkeimung bei chemieresistenten Krankheitserregern
- keine Gefahr einer Über- oder Unterdosierung
- geringer Wartungsaufwand und Platzbedarf
- niedrige Betriebskosten
- einfache Handhabung
- kein UV-C Austritt
- keine Ozonproduktion

Interesse an einer UV-C Lösung für Gewerbe- oder Privatimmobilien? Das Wolfenbütteler Unternehmen Falk & Janke hat mit der eingetragenen Marke ViBa-Clear eine einfache Komplettlösung geschaffen, die es Nutzern leicht macht, ihre Raumluft sicher zu desinfizieren. Informationen unter [www.viba-clear.de](http://www.viba-clear.de).



Telefon 05331 - 94 99 33 · Fax 05331 - 94 99 35  
viba-clear@falk-janke.de

Weitere Informationen unter [www.viba-clear.de](http://www.viba-clear.de)



# Editorial

## Liebe Leserinnen und Leser,

Februar ist wie November, sagte jemand mit Blick in den Kalender – es sind Monate mit grauem Image. Im September denkt man an den schönen Herbst, im März wartet alles auf den Frühling.

Aber jetzt sind wir jeden Tag aufs Neue überrascht: An einem Tag sieht's aus wie Weihnachten – tiefverschneit und vereist sind Fußwege und Fahrbahnen, dann regnet es tagelang und stürmt, oder plötzlich ist es wieder warm. Man sitzt im Stimmungstief, steht jeden Tag erneut vor dem Kleiderschrank und fragt sich, was man der Witterung entsprechend anziehen soll. Auf jeden Fall dürfen Handschuhe, Schal und Mütze, Regenschirm nicht fehlen. Passend dazu gibt es am 10. Februar den Tag des Regenschirms.

Darüber hinaus beherzigt man am besten die alte Bauernregel unserer Großmütter mit dem Zwiebellook, der vor Kälte und Nässe schützt. Damit ist man für alle Eventualitäten gerüstet und fängt sich keine Erkältung ein, dafür sorgt schon die Maske. Das ist ja alles noch zu ertragen, wogegen sich immer mehr Frust breit macht und immer weniger Menschen Verständnis aufbringen für die verschärften Corona-Bestimmungen.

Dabei hätten wir unsere älteren Bewohner im letzten Jahr längst schützen müssen durch flächendeckende Tests, schnelleres Impfen und Kontrollen an den Grenzen. Lesen Sie dazu unseren Beitrag zu den neuen Corona-Bestimmungen, die noch bis Mitte Februar auch in Niedersachsen gelten. Nutzen Sie die Bestell-Hotline, die viele Apotheken und Einzelhandelsbetriebe anbieten und die Bring- und Lieferdienste.

„Bleiben Sie gesund und glücklich“ rufen wir Ihnen zu – was sicherlich nicht einfach ist in diesen besonderen Zeiten. Wenn Sie einsam sind, rufen Sie Verwandte oder Bekannte an oder die Telefonseelsorge. Die Telefonnummer finden Sie auf unseren Serviceseiten.

Am 14. Februar ist der Valentinstag – denken Sie mal an sich und andere liebe Menschen.

In dieser Ausgabe berichten wir zudem über die Stadtteilentwicklung in der Weststadt, haben Tipps zur Rentenversicherung und zu aktuellen Themen. Wir stellen Ihnen neue Bücher vor, lassen Sie sich unterhalten und lösen Sie unsere Rätsel.

Was uns fehlt in diesem Jahr sind sicherlich die vielfältigen Veranstaltungen und der Frohsinn des Karnevals. Auch der beliebte Umzug mußte leider abgesagt werden.

Wir wünschen Ihnen trotz allem einen schönen Februar, nutzen Sie die länger werdenden Tage für Spaziergänge – vielleicht auch mit den ersten Sonnenstrahlen, und bleiben Sie gesund –

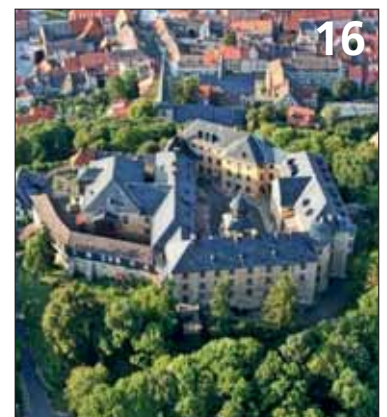
Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!

**Ihr Redaktionsteam von  
WIR im besten Alter**

Titelthema . . . . .	<b>Seite 4 - 5</b>
Valentinstag . . . . .	<b>Seite 6</b>
Aktuelles . . . . .	<b>Seite 7 - 9</b>
Gesundes Leben . . . . .	<b>Seite 10 - 11</b>
Verlässliche Partner . . . . .	<b>Seite 12 - 13</b>
Wohnen & Leben . . . . .	<b>Seite 14 - 15</b>
Ausflugsziele . . . . .	<b>Seite 16</b>
Reise & Erholung . . . . .	<b>Seite 17</b>
Kultur . . . . .	<b>Seite 18 - 19</b>
Promiklatsch . . . . .	<b>Seite 20</b>
Unterhaltung / Rätsel . . . . .	<b>Seite 21</b>
Horoskop / Buchtipps . . . . .	<b>Seite 22</b>
Service / Veranstalteradressen . . . . .	<b>Seite 23</b>
Wichtige Telefonnummern	

Titelfoto: Wärmendes Feuer spielt in der kalten Jahreszeit an der Ostseeküste Schleswig-Holsteins eine entscheidende Rolle. Mehr dazu finden Sie auf Seite 17.

Foto: [djd/www.ostsee-schleswig-holstein.de/Oliver Franke](http://djd/www.ostsee-schleswig-holstein.de/Oliver_Franke)



# Eine Auszeit für die Gesellschaft

## Niedersachsen im Corona-Winter

Besonders schwierige Zeiten verlangen besondere Entscheidungen. Die Regierungschef\*innen der Länder und die Bundeskanzlerin haben sich auf noch einmal einschneidendere Maßnahmen bis zum 14. Februar 2021 geeinigt.

Hierzu Ministerpräsident Stephan Weil: „Das Coronavirus bereitet vielen Menschen Sorgen. Gemeinsames Ziel ist es weiterhin, die Zahl der Neuinfektionen deutlich zu senken. Dieser Winter ist eine ganz besonderer Herausforderung in unserem Kampf gegen das Coronavirus, darin haben uns die letzten Wochen bestätigt. Und es ist noch ein langer Weg, bis wir das Coronavirus hinter uns lassen und wieder normal leben können. Gegen eine Pandemie gibt es kein Patentrezept, aber viele gute Ansätze, die wir in

Niedersachsen gezielt, abgestimmt und konsequent verfolgen. Impfen, Schutzkonzepte und Hilfsprogramme – das sind die vier Bausteine der Strategie der Landesregierung.“

„Die getroffenen Maßnahmen, aber vor allem die Umsicht und der verantwortungsvolle Umgang der Menschen in Niedersachsen haben dazu geführt, daß der befürchtete weitere Anstieg der Infizierten bei uns gestoppt werden konnte und die Fallzahlen gesunken sind. Der Bund wird bis Anfang Februar eine erste Auswertung der bis dahin vorliegenden Ergebnisse vorlegen.“

### Der Shutdown wird verlängert und ergänzt:

„Die vergleichsweise gute Ausgangslage muss jetzt genutzt werden, um die Fallzahlen weiter zu senken. Es gibt eine realistische Chance, die Infektionen im Februar deutlich zu reduzieren. Das wird jedoch nur gelingen, wenn im Privatwies im Arbeitsleben noch konsequenter nicht notwendige direkte Kontakte reduziert, überall die Abstände eingehalten und Masken getragen werden.“

Private Zusammenkünfte sind nur noch im Kreis der Angehörigen des eigenen Haushalts mit maximal einer weiteren nicht im Haushalt lebenden Person erlaubt, ein Kind bis drei Jahre darf dabei sein. Für Beerdigungen soll die verschärfte Kontaktregelung nicht greifen.

Betriebe, die körperbezogene Dienstleistungen anbieten, sind weiterhin geschlossen. Das betrifft Friseure, Kosmetikstudios, Massagepraxen. Notwendige Behandlungen wie Physio- und Ergotherapie, Logopädie und Fußpflege dürfen angeboten werden.

Im gesamten ÖPNV (Bus, Bahn oder Zug) und im Einzelhandel sowie überall dort im öffentlichen Raum und in Gebäuden, in denen Menschen aus unterschiedlichen Haushalten enger und länger zusammenkommen, sollen zudem durchgehend medizinische Masken getragen werden.

Für das Personal in Alten- und Pflegeeinrichtungen wird eine FFP2-Maskenpflicht vorgeschrieben und verpflichtende Testungen für alle Bediensteten mehrmals pro Woche angeordnet.

Für Sitzungen von Parteien und Vereinen, wie auch Gottesdienste und andere religiöse Feiern gelten besondere Regeln.

**Logisch ... Zeitschriften clever mieten - statt kaufen!**

- bequem
- preiswert
- zuverlässig

Tel.: 0531/38012-0  
Fax: 0531/38012-22

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

## Verteilung von Mund- und Nasenschutzmasken mit Berechtigungsschein durch Apotheken

Bis zum 15. April 2021 können Risikogruppen mit zwei Berechtigungsscheinen mit unterschiedlicher Gültigkeitsdauer und jeweils zwei Euro Eigenbeteiligung sich zwölf FFP2- bzw. Masken in vergleichbarer Qualität in der Apotheke ihrer Wahl abholen.

Die Masken stehen ihnen nach der Corona-Schutzmasken-Verordnung zu. Die Berechtigungsscheine bekommen die Anspruchsberechtigten von ihrer Krankenkasse. Den ersten Berechtigungsschein für sechs Masken können die Patienten bis zum 28. Februar 2021 in der Apotheke einlösen. Die restlichen sechs Masken gibt es ab dem 16. Februar 2021 mit dem zweiten Berechtigungsschein bis zum 15. April 2021 in der Apotheke.

„Die Verteilung der FFP2- bzw. Masken in vergleichbarer Qualität durch die Apotheken vor Ort ist ein sinnvoller und guter Beitrag, um Risikogruppen vor dem Coronavirus zu schützen“, sagt Berend Groeneveld, Vorstandsvorsitzender des Landesapothekerverbandes Niedersachsen e.V. (LAV). „Gerade im Hinblick auf die Verschärfung der Maskenpflicht im öffent-

lichen Nahverkehr (ÖVP) und Geschäften sollten die Anspruchsberechtigten das Angebot nutzen und sich die ihnen zustehenden Masken in der Apotheke ihrer Wahl abholen.“

Die fälschungssicheren Berechtigungsscheine wurden bereits von der Bundesdruckerei gedruckt, der Versand erfolgt über die Krankenkassen. Auf die Dauer des Versandes haben die Apotheken keinen Einfluss. „Die Berechtigungsscheine sind nur in den entsprechenden Zeiträumen in der Apotheke einzulösen, die auf den jeweiligen Scheinen auch vermerkt sind“, erklärt Groeneveld. „Die Eigenbeteiligung von je zwei Euro pro Berechtigungsschein sind gesetzlich vorgeschrieben und auf den jeweiligen Scheinen vermerkt. Die Masken ohne Berechtigungsschein oder Eigenbeteiligung von den Apotheken einzufordern oder beide Scheine zum jetzigen Zeitpunkt gleichzeitig einzulösen, ist nicht möglich.“ FFP2-Masken schützen die Umgebung und den Maskenträger vor Tröpfchen sowie durch ihre Filterfunktion vor Aerosolen. Deshalb bieten FFP2-Masken insbesondere den Risikogruppen einen guten Schutz vor Ansteckung mit dem Coronavirus.

## Corona-Impfung für Ältere einfach gemacht

Die Liberalen Senioren Niedersachsen befürchten, dass die gegenwärtig geplanten Vorgehensweisen zur Impfung betagter Menschen, die nicht in Alten- oder Pflegeheimen leben, zu hohe Hürden aufbauen. Sie fordern von Land und Kommunen bessere Lösungen als nur eine Telefon-Hotline, eine digitale Anmeldung und zentrale, oftmals weit entfernte Impfzentren.



Nicole Bracht-Bendt, Landesvorsitzende der Liberalen Senioren Niedersachsen. Foto: Nicole Bracht-Bendt

Nicole Bracht-Bendt, die Landesvorsitzende der Liberalen Senioren Niedersachsen formuliert die Bedenken und den Appell wie folgt:

Die hoch gefährdete Gruppe der älteren Senioren, die noch in den eigenen vier Wänden lebt, wird zum weit überwiegenden Teil große Probleme damit bekommen, Impf-Termine zu vereinbaren oder zentralisierte Impfzentren zu erreichen. Die Betagten werden schlichtweg überfordert und allein gelassen. Im Ergebnis werden sie notgedrungen auf die Impfung verzichten, was

sowohl für die Betroffenen selbst als auch für unser Gesundheitssystem von Nachteil ist.

Gerade im ländlichen Raum sind vielerorts größere Entfernungen zu einem Impfzentrum zu bewältigen. Hilfreich wäre ein Schritt in Richtung Dezentralisierung, in dem z. B. wohnortnahe Kliniken oder große Arztpraxen als impfende Anlaufstellen mit einbezogen werden. Darüber hinaus bedarf

es eines altengerechten Transportangebots. Pflegebedürftige Senioren, die zuhause betreut werden und nicht mehr mobil sind, sollten durch mobile Impfteams besucht werden.

Bei der Terminvereinbarung und der Organisation der Fahrten sind ältere Seniorinnen und Senioren auf Hilfe angewiesen. Dieses Leistungsangebot kann zügig durch die Wohlfahrtsverbände, Kirchengemeinden und ein Netz Ehrenamtlicher aufgebaut werden, wenn ein öffentlicher Auftrag erteilt und eine öffentliche Finanzierung garantiert wird.

Erst der zügige und umfassende Schutz der vulnerablen Gruppen gibt unserer Gesellschaft ein Stück Freiheit zurück. Die Liberalen Senioren Niedersachsen appellieren deshalb an die Verantwortlichen: Sorgen Sie für Unterstützung und bessere Lösungen, damit jeder ältere Mensch auf möglichst einfache Art und Weise die benötigten Corona-Impfungen erhalten kann.“

**FFP2-MASKENLIEFERUNG**  
Kostenlose Lieferung bei Vorlage Ihrer Berechtigungsscheine

Bitte bleiben Sie zu Hause, wir kommen zu Ihnen. Ihre Gesundheit steht an oberster Stelle. Wir liefern Ihre FFP2-Masken kontaktarm und kostenlos zu Ihnen nach Hause. Fordern Sie die Maskenlieferung telefonisch oder online an. Die **Berechtigungsscheine** Ihrer Krankenkasse übergeben Sie dem Apothekenboten an der Haustür.

**HOTLINE: 0531 48 11 900** Sprechen Sie einen Termin ab.

**APOTHECASHOP.DE** Bestellen Sie den Artikel "Maskenlieferung".

**Blieben Sie gesund.**

Ihre apotheca Hagenmarkt, Altstadtmarkt und Hutfiltern





Foto: did-mk/mydays.de

Inspirationen für individuelle Valentinstageschenke gibt der Erlebnisanbieter mydays. Womit die bessere Hälfte garantiert nicht rechnet, ist eine Husky-Schlittenfahrt. Hier kommen alle Tierliebhaber voll auf ihre Kosten, können mit den süßen Vierbeinern kuscheln und anschließend eng mit dem Partner an der Seite eine Schlittenfahrt durch das Winterwunderland erleben: [www.mydays.de](http://www.mydays.de).



Foto: did-mk/Confiserie Burg Lauenstein/Major Tania

Für Schokoladen-Gourmets sind edle Pralinen genau das Richtige, die schon optisch ein Kunstwerk sind. Passend zum Valentinstag gibt es von der Confiserie Burg Lauenstein die pinke Herzdose „Glamour“. In der romantischen Verpackung befinden sich achtfach sortierte und liebevoll gefertigte Trüffel- und Pralinenspezialitäten wie Marc de Champagne-, Cointreau- oder Espresso-Trüffel. Erhältlich sind die Schokoträumchen online unter [www.lauensteiner.de](http://www.lauensteiner.de).



Foto: did-mk/www.cointreau.de

Die Margarita ist seit Jahrzehnten einer der weltweit beliebtesten Cocktails. Der Mix aus lediglich vier Zutaten gilt als unbeschwert-luxuriöser Drink – auch für romantische Stunden zu zweit. Für eine perfekte Margarita sind nur vier Zutaten nötig: 30 ml Cointreau, 50 ml Tequila blanco, 20 ml frischer Limettensaft und ein Salzrand. Das Resultat ist ein ausgewogenes Säure-Süße-Gleichgewicht.

# HAPPY Valentine's DAY

Graphik: Getty Images



Fotos: did-mk/POINTtec Electronic GmbH

Edle Uhren können am 14. Februar ein exklusives Geschenk für „sie“ und für „ihn“ sein. Die stylischen Zeitmesser der Pointtec-Marke Bauhaus aus München etwa entsprechen in Gestaltung und Design konsequent den strengen Vorgaben der legendären Bauhaus-Bewegung. Es werden authentische Materialien verwendet, der Stil ist minimalistisch und schnörkellos: [www.bauhaus-uhr.de](http://www.bauhaus-uhr.de).



Foto: did-mk/Remisens/goodluz-Fotolia

Zu einer glücklichen Partnerschaft gehört für die meisten Menschen ein erfülltes Liebesleben. Leidet die Frau oder das Paar unter Lustlosigkeit, können Gynäkologen oder Sexualtherapeuten helfen. Zudem kann das pflanzliche Arzneimittel Remisens aus der Apotheke dabei unterstützen, das Verlangen auf natürliche Weise nach und nach zu steigern und die sexuelle Zufriedenheit zu erhöhen.

## DRK-inkluzivo stellt buntes Programm vor

Der neue Jahreskalender 2021 erscheint fast schon traditionell im A3-Format. Er gibt einen guten Überblick über das Freizeitjahr, auch Ferienzeiten und Feiertage sind eingezeichnet. Nähere Informationen und einen Download des Anmeldebogens finden Sie unter [www.itz-drk.de](http://www.itz-drk.de).

„Natürlich geben wir Hilfestellung, wenn jemand bei der Auswahl oder bei der Anmeldung Unterstützung braucht. Gerade in der aktuellen Zeit während der Corona-Pandemie stehen wir in engem Austausch mit allen“, erklärt Kaharina Schulz (Familienentlastender Dienst im ITZ) die besondere Zeit voller

Einschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie. „Wir haben schon im letzten Jahr unsere Angebote angepasst. Vieles findet draußen, in kleineren Gruppen und mit Abständen statt. Auch haben wir Übung darin die Abläufe immer neu anpassen, je nachdem welche Auflagen und Empfehlungen in der jeweiligen Zeit gelten.“ Das Team in der DRK-inkluzivo gehe aber optimistisch und voller Tatendrang in das neue Jahr.“

Weitere Informationen auf [www.itz-drk.de](http://www.itz-drk.de). Hier steht auch der neue Jahreskalender zum Anklicken bereit, kann auch telefonisch unter 05331 9278470 oder [info@inkluzivo.de](mailto:info@inkluzivo.de) angefordert werden.

### Veranstaltungen rund um Braunschweig

#### Staatstheater Braunschweig

NDR Kultur zeichnet das Sinfoniekonzert des Staatsorchesters unter der Leitung von Generalmusikdirektor Srba Dinić auf, welches am Sonntag, dem 21. Februar von 11 bis 13 Uhr in der Reihe »Das Sonntagskonzert« gesendet wird. Auf dem Programm stehen die Suite aus dem Ballett »Triumph der Zeit« von Alexander von Zemlinsky, Konzert für Oboe und kleines Orchester D-Dur von Richard Strauss (Oboe: Salomo Schweizer) sowie die Sinfonie Nr. 2 d-Moll op. 49 von Louis Spohr.

Es sind noch letzte Plätze frei für alle Interessierten zwischen 14 und 18 Jahren in der digitalen Theaterwerkstatt, die am 16. Januar gestartet ist für das Online-Jugendprojekt des JUNGEN! Staatstheaters. In einer digitalen Workshopreihe wird in regelmäßigen Proben musiziert, getanzt, getextet, gestaltet, fotografiert und gefilmt. Am Ende der Spielzeit soll es dann eine Live-Präsentation des Projektes im Lokpark geben. Informationen und Anmeldung unter [www.junges-netzwerk-bs.de](http://www.junges-netzwerk-bs.de).

Die »Hänsel und Gretel«-CD mit Auszügen aus Engelbert Humperdincks gleichnamiger Oper, unter Beteiligung des Staatsorchesters unter der Leitung von Generalmusikdirektor Srba Dinić, dem Musiktheater-Ensemble und des Schauspielers Tobias Beyer gibt es bereits in zweiter Auflage – über den Webshop des Staatstheaters oder über die Ticket-Hotline 0531 1234 567.

#### Haus der Wissenschaften

Dienstag, 16. Februar 2021, 18-19.30 Uhr, Netzwerken, Online-Veranstaltung, Digital Dienstag, Autonomes Fahren. Infos unter: <https://www.hausderwissenschaft.org/projektvielfalt/digital-dienstag.html>.

Dienstag, 23. Februar 2021, 18-19.15Uhr, Diskussion, Live-stream, AGIMUS Nachhaltigkeits-Talks, Klimaneutralitätsstrategien von Unternehmen - wissenschaftlich fundiert oder Greenwashing? Infos unter <https://www.hausderwissenschaft.org/projektvielfalt/agimus-nachhaltigkeits-talks.html>.

#### Lessingtheater Wolfenbüttel

„Transatlantische Geschichten“ am 20. Februar 2021, 19.30 Uhr und Sven Ratzke – »Where are we now« am 27. Februar 2021, 19.30 Uhr.

Vorverkauf und Infos: derzeit nur telefonischer Service von Montag bis Freitag, 10 bis 14 Uhr. Telefon 05331 86-501 und 86-502, Telefax 05331 86-507 und unter [www.lessingtheater.de](http://www.lessingtheater.de) | [karten@lessingtheater.de](mailto:karten@lessingtheater.de).

#### LOT-Theater

Wir starten ins Jahr 2021 mit digitalen Veranstaltungen. Aktuelle finden Sie unter [www.lot-theater.de](http://www.lot-theater.de). Natürlich sind auch Sie herzlich eingeladen, uns auf unserem Youtube-Kanal zu besuchen (<https://www.youtube.com/user/lottheaterbs>).

– Änderungen vorbehalten –

## Kontaktlose Ausleihe in der Stadtbibliothek

Aufgrund der aktuellen Corona-Verordnung des Landes Niedersachsen muss die Stadtbibliothek Braunschweig weiterhin geschlossen bleiben. Um den Leserinnen und Lesern trotzdem die Möglichkeit zu geben, Medien auszuliehen, richtet die Stadtbibliothek ab sofort eine kontaktlose Ausleihe mit Terminvergabe ein.

**So geht's:** Die Nutzer\*innen recherchieren im Onlinekatalog Titel und Signatur der gewünschten Medien und überprüfen, ob sie ausleihbar sind. Unter der E-Mail-Adresse [medienbestellung@braunschweig.de](mailto:medienbestellung@braunschweig.de) oder telefonisch unter 0531 470-6835 richten sie Ihre Medienwünsche an die Stadtbibliothek.

Es können bis zu zehn Medien pro Woche und Bibliotheksaus-

weis bestellt werden. Telefonisch oder per Mail wird von der Stadtbibliothek ein Abholtermin vereinbart (montags bis donnerstags von 9 bis 17 Uhr, freitags von 9 bis 15 Uhr). Bestellungen, die bis 16 Uhr eingehen, können bereits am nächsten Tag abgeholt werden. Zur Abholung der Medien muss der Bibliotheksausweis mitgebracht werden.

Auch die Zweigstellen in Heidberg und in der Weststadt bieten diesen Service an. Hier ist die kontaktlose Ausleihe per telefonischer Bestellung an den üblichen Öffnungstagen (Heidberg dienstags und freitags, Tel. 0531 26309473, Weststadt montags und donnerstags, Tel. 0531 470-6857) in der Zeit von 9 bis 16 Uhr möglich.

## Fotowettbewerb zum Grünen Laserstrahl

Ein grüner Laserstrahl als Zeichen der Verbundenheit in schwierigen Zeiten strahlte vom 20. November 2020 bis zum 3. Januar 2021 zwischen dem Wolfsburger Nordkopf und dem Klieversberg. Er entwickelte sich schnell zu einem beliebten Fotomotiv, wie insbesondere Posts in den sozialen Medien zeigten. Deswegen startete das phaeno zu dem Laserstrahlprojekt einen Fotowettbewerb. Gestern tagte die Jury und war überwältigt von der Anzahl, Qualität und Unterschiedlichkeit der Einsendungen. Insgesamt sandten 36 Teilnehmer 140 Bilder ein. Gewonnen hat Jens L. Heinrich. Die Plätze 2 bis 6 belegen Andreas Felske, Günter Seifert, Dirk Lamken, Bernd Wewior und Lutz Dornblut.

Die Partner designer outlets Wolfsburg, Planetarium Wolfsburg, Scharoun Theater Wolfsburg; Sparkasse Celle-Gifhorn-Wolfsburg sowie die WMG Wolfsburg Wirtschaft und Marketing GmbH unterstützten die Aktion: Als ersten und zweiten Preis gab es eine WeCard im Wert von 150 der Sparkasse-Celle-Gifhorn-Wolfsburg und im Wert von 125 Euro der WMG Wolfsburg Wirtschaft und Marketing GmbH. Es folgen ein Einkaufsgutschein des Outlets und Eintrittskarten vom Planetarium, vom Theater und phaeno.

Alle Fotos auf [www.phaeno.de](http://www.phaeno.de).



Das Siegerfoto von Jens L. Heinrich.

Foto: Jens L. Heinrich

## Eenterbung muss kein Schicksal sein

Die Summe ist gewaltig: In Deutschland werden bis zu 400 Milliarden Euro pro Jahr vererbt. Dieser Betrag verteilt sich auf über 900.000 Erbschaften. Dahinter steht stets ein Trauerfall, der bei den Angehörigen Emotionen auslöst. Einen zusätzlichen Schock erleiden Menschen, wenn sich im Testament herausstellt, dass sie enterbt wurden.

Eine Enterbung muss aber nichts Endgültiges und Unabänderliches sein, wenn Anspruch auf den sogenannten Pflichtteil besteht.

Die Plattform [www.dieerbschützer.de](http://www.dieerbschützer.de) bietet Enterbten eine einfache und



*Einen Schock erleiden Menschen dann, wenn sich im Testament herausstellt, dass man nicht am Nachlass der oder des Verstorbenen partizipieren soll.*

Foto: [djd-mk/dieerbschützer.de](http://djd-mk/dieerbschützer.de)

qualitativ hochwertige Möglichkeit, ihre Rechte durchzusetzen. Auf der Seite kann man mit wenigen Klicks ermitteln, ob und in welcher Höhe Anspruch auf den Pflichtteil besteht. Die Plattform sorgt dann für eine vollständige Durchsetzung der Ansprüche. Anwaltliche oder gerichtliche Streitigkeiten werden komplett übernommen. Die enterbte Person muss nicht selbst in den häufig zermürenden Streit mit den bessergestellten Erben, Anwälten oder Behörden eintreten. Eine Provision für die Serviceleistungen fällt nur im Falle einer erfolgreichen Durchsetzung des Pflichtteils an.

## IKK classic: Kostenlose Beratung zu medizinischen Fragen zur Corona-Impfung

Versicherte der IKK classic, die medizinische Fragen zur Corona-Impfung haben, können Antworten bei der IKK Med-Hotline erhalten.

„Die Experten bei der medizinischen Hotline beraten unsere Kunden kostenlos zu allgemeinen und speziellen Fragen aller medizinischen Fachgebiete – auch zur Corona-Schutzimpfung“, sagt Andreas Schönhalz, Landesgeschäftsführer der IKK classic in Niedersachsen und Hamburg. „Unsere Fachleute

bei IKK Med sind zum Thema COVID-19 inklusive der Fragen rund um die Impfung tagesaktuell informiert und geschult. Dies betrifft auch die Beratung zum Ablauf der Impfung und zu möglichen Nebenwirkungen.“

Versicherte der IKK classic erreichen die medizinische Hotline an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr unter der kostenfreien Telefonnummer 0800 455 1000.

# Hausverwaltung 2.0 - der überfällige Umbruch für analoge Verwaltungen

Liebe Leserinnen und Leser,

es freut mich, Ihnen heute ein weiteres spannendes Thema aus der Immobilienwirtschaft näher bringen zu dürfen.

Viele Hausverwaltungen führen ihr Unternehmen noch auf rein analoger bzw. einfachster technischer Verwaltungsbasis. Händische Listen und verschiedenste fehleranfällige Exeltabellen werden geführt. Im Einzelnen soll der heutige Artikel einige immer noch währende Missstände aufdecken und Lösungswege durch eine digitale Struktur skizzieren.

Gerade bei kleineren Immobilienverwaltungen, ob externe Dienstleister oder „in-house“-Verwaltungen des Eigenbestandes, bestehen erhebliche Organisationsprobleme.

So sind solche Hausverwaltungen regelmäßig rein bzw. fast rein analog im Geschäft. Das analoge Arbeiten ohne automatische Datenerfassungen führt notgedrungen zu einem zu großen Personalaufwand, um die händischen Listen aufzuarbeiten und dem Management zur Ausrichtung des Betriebes Klarheit zu verschaffen. Auch die Kommunikation mit Lieferanten der Immobilien, Mietern und Handwerkern sind zeitraubend. Daten werden doppelt bis statistisch ermittelt zehnfach erhoben und verarbeitet. Diese verlorenen Zeiten sind jedoch nicht selten ein erheblicher Teil des Unternehmensgewinns.

Die zukünftig am Markt bestehende Hausverwaltung ist diejenige, die zum Einen den digitalen Wandel durch Automatisierung der regelmäßigen Abläufe bewältigt und zum Anderen die zu verwaltenden Mieter möglichst ruhig führt, um unnötigen Ressourcenverbrauch zu vermeiden.

So sind beispielsweise Hausverwaltungen eingerichtet und am Markt tätig, welche von dem Scannen des ersten Briefes sämtliche Daten der Verwaltung cloudbasiert speichern und somit ohne Bürobindung agieren können. Zugriff von überall führt zu weniger Bürokosten und verlorenen Fahrtzeiten. Auch die örtlichen Reichweiten der regionalen Verwaltungen erhöhen sich erheblich. Der Steuerberater sowie das Hausverwaltungsprogramm können die Kontodaten der Immobilien direkt einlesen, und zugrundeliegende Hauswirtschaft- und steuerliche Auswertungen werden nach KI-Anpassungszeit im Handumdrehen eingelesen und erfasst. Was ein entsprechendes Verwaltungsprogramm veranlagt, wird durch den digitalisierten Steuerberater in der Regel bei weitem abgefangen.

Die so geschätzten Übersichten und Listen ergeben sich nach Datenaufnahme per Klick. Mit den neueren coronabedingten Änderungen sind auch Eigentümerversammlungen über online Video- bzw. Telefonkonferenz keine Seltenheit mehr und möglich. Entsprechende Räumlichkeiten müssten nicht mehr vorgehalten werden, Versammlungszeiten verkürzen sich. Sie sehen, dass viel geschieht. Hausverwaltungen, die den Wandel nicht schaffen, werden durch andere abgelöst. Erste bundesweite online Hausverwaltungen beginnen derzeit ihre Tätigkeit. Es bleibt abzuwarten wie sich der Markt entwickeln wird.

Ihr Peter Müller, Real Estate Manager

Anzeige

## Mobil im Alter -

### Durch die Region mit der KVG

Ob Führerschein abgeben oder nicht: Sich gegen das Auto zu entscheiden bedeutet auch, eine bequeme, sichere und umweltfreundliche Alternative nutzen zu können – den öffentlichen Personennahverkehr mit den Omnibussen der KVG Braunschweig.

Wählen Sie bequem, indem Sie einfach Platz nehmen und in Zeitschrift oder Lieblingsbuch schmökern. Wählen Sie sicher, da Busfahren laut Unfallstatistik wesentlich weniger gefährlich ist als Autofahren. Wählen Sie umweltfreundlich, da ein Linienbus pro Person und Kilometer wesentlich weniger klimaschädliches CO<sub>2</sub> ausstößt wie ein Auto. Fahren Sie mit unseren Linien auch weiterhin an Ihre Ziele in der Region, sei es zum notwendigen Einkauf, zum Besuch beim Arzt oder zur Behörde.



Mit dem Linienbus der KVG Braunschweig unterwegs.

Foto: KVG intern

Wir bringen Sie hin, ganz einfach mit der Seniorenkarte ab 65, gültig im gesamten Verkehrsverbund Braunschweig.

In Zeiten von Corona legen wir selbstverständlich besonderen Wert auf Hygiene und Sicherheit, mit erhöhten Reinigungsintervallen und Maskenpflicht im Bus und an den Haltestellen. Weitere Infos auf [www.kvg-braunschweig.de](http://www.kvg-braunschweig.de).

## Seniorenkarte

### Sicher und günstig unterwegs



- für alle Preisstufen in der Region Braunschweig
- im Abo noch günstiger
- erweiterbar: günstig mal woanders hin

Infos zu Fahrplan und Tarif: [www.kvg-braunschweig.de](http://www.kvg-braunschweig.de)

persönliche Beratung + Fahrkartenverkauf  
 KVG mbH Braunschweig  
 KVG-Mobilitätszentrale Salzgitter  
 Konrad-Adenauer-Str. 8, 38226 Salzgitter  
 Telefon: 0 53 41/ 84 84 28



# Bleiben Sie gesund und glücklich!

Bestens informiert sein - schnell und richtig handeln

Menschen mit Diabetes sollten ihre Blutzuckerwerte regelmäßig messen. „Dadurch bekommen Patienten ein Gespür dafür, wie erfolgreich sie ihre Therapie im Alltag umsetzen, wie verschiedene Situationen ihre Blutzuckerwerte beeinflussen und wann sie reagieren müssen“, so Diabetesberaterin Carolin Bergmann. Entscheidend ist, dass die Werte möglichst innerhalb des gemeinsam mit dem Arzt festgelegten Zielbereichs bleiben. Den Blutzucker nicht zu messen, sei ein bisschen wie Fahrradfahren mit geschlossenen Augen: „Das kann auf Dauer nicht gut gehen“, so Bergmann. Mit modernen Blutzuckermessgeräten wie Accu-Chek Guide funktioniert das schnell und unkompliziert. Mehr Infos unter [www.accu-chek.de](http://www.accu-chek.de).

Gesundheit  
& Wellness



Sie brennt, sie juckt und fühlt sich wund an: Trockene Haut im Intimbereich kann einem den schönsten Tag - und die romantischste Nacht - verderben. Eine aktuelle Umfrage zeigt, was Frauen über geeignete Selbsthilfemaßnahmen wissen. So ist immerhin 80 Prozent der Befragten bewusst, dass übertriebene Hygiene in der Intimregion ungünstig ist. Nur 40 Prozent kennen dagegen die Vorzüge von Hyaluronsäure. Bei der Beseitigung von schmerzhafter und unangenehmer Scheidentrockenheit kann sie beispielsweise in KadeFungin Befeuchtungsgel einen effektiven Beitrag leisten. Darüber hinaus sind luftige Unterwäsche, gezielte Entspannung und Bewegung meist hilfreich. [www.kadefungin.de](http://www.kadefungin.de)



Einer Ipsos-Umfrage zufolge sagt nur jeder Zweite von sich, dass er genügend schläft. Eine andere Umfrage ergab, dass weniger als jeder Zweite seinen Schlaf als gut empfindet. Schlafcoaches gehen den individuellen Ursachen für schlechten Schlaf auf den Grund, diese sind von Fall zu Fall verschieden. Markus Kamps etwa legt in seinen Workshops und in der Beratung den Fokus auf die Schlaf- und Rückengesundheit gleichermaßen, mehr unter [www.markus-kamps.de](http://www.markus-kamps.de). Dazu wird ein Online-Schlafkurs unter [www.kompetenz-zentrum-gesunder-schlaf.de](http://www.kompetenz-zentrum-gesunder-schlaf.de) angeboten. Im Kompetenzzentrum haben sich Bettengeschäfte zertifizieren lassen, die auch zum Thema Schlaf ganzheitlich beraten können.

## Feelgood-Manager am Handgelenk



Moderne Smartwatches verfügen über eine Vielzahl an Fitness- und Gesundheitsfunktionen. Foto: djd-k/Garmin Deutschland GmbH

Immer mehr Menschen ersetzen ihre klassische Armbanduhr durch eine stylische Smartwatch. Diese Uhren bieten zahlreiche Fitness-, Gesundheits- und Alltagsfunktionen, mit denen man das eigene Wohlbefinden stets im Blick hat. Sie lassen sich deshalb am besten als Feelgood-Manager am Handgelenk charakterisieren. Die neue Smartwatch Venu Sq von Garmin etwa verfügt über Fitnesstracking-Features wie die Herzfrequenzmessung am Handgelenk, einen Sensor zur Messung der Sauerstoffsättigung im Blutkreislauf, einen Schritt- und Kalorienzähler sowie eine erweiterte Schlafanalyse. Mit über 20 vorinstallierten Sportprofilen macht die Smartwatch Lust auf Bewegung. Das Modell Venu Sq Music bietet zusätzlich einen integrierten Musikspeicher mit Platz für bis zu 500 Titel. (djd-k)

## Infektionssensible Pflege (ISP) Senioren- und Pflegezentrum Bethanien

Einen mutigen und zukunftsweisenden Weg geht das Senioren- und Pflegezentrum Bethanien mit der Einrichtung eines Pflegefachbereichs für Infektionssensible Pflege (ISP).

Diese besondere Form der Pflege ermöglicht Senioren künftig die Aufnahme in das Pflegezentrum, auch wenn eine Infektionskrankheit vorliegt. Der neu geschaffene Pflegefachbereich verfügt zunächst über zehn Plätze und ist strikt von den anderen Wohnbereichen getrennt. Perspektivisch sollen 20 Plätze dieser Art eingerichtet werden.

Bereits seit Dezember stehen die ersten fünf Betten im ISP-Bereich zur Verfügung. Diese werden belegt von ehemals an Covid-19 erkrankten Senioren, die zuvor im Städtischen Klinikum Braunschweig behandelt wurden. Dort warten über 20 dieser pflegebedürftigen Menschen auf einen Heimplatz.



Ulrich Zerreßen, Geschäftsführer Senioren- und Pflegezentrum Bethanien, und Dr. med. Thomas Bartkiewicz, Ärztlicher Direktor des Städtischen Klinikums, vor dem Eingang Bethanien (v.l.).

Foto: Evangelische Stiftung Neuerkerode

## Weltkrebstag 2021

Wie in jedem Jahr am 4. Februar soll mit dem Weltkrebstag eine der häufigsten Todesursachen in das Bewusstsein der Bevölkerung rücken.

An diesem Tag stehen die Vorbeugung, Erforschung und Behandlung von Krebserkrankungen im Mittelpunkt.

Ausgerufen wurde der Aktionstag 2007 von der Welt-Krebsorganisation UICC. Jährlich beteiligen sich die Mitgliedsorganisationen an verschiedenen Aktionen, um über Themen rund um die Krankheit zu informieren.

Am Weltkrebstag geht es in erster Linie um die Aufklärung und Beseitigung von Halbwissen. So erkranken jährlich weltweit über 12 Millionen Menschen an Krebs und etwa 8 Millionen sterben an den Folgen. In Deutschland erkranken etwa 2000 Kinder im Jahr an Krebs, Leukämie zählt hierbei zu den häufigsten Krebsarten.

Deshalb ist regelmäßige Krebsvorsorge wichtig, denn je früher eine Erkrankung diagnostiziert werden kann, desto besser sind die Aussichten auf eine Heilung.

GESUNDER DARM - GESUNDER MENSCH

### Gestörte Darmflora – Ursache vieler Krankheiten!



Seit 24 Jahren verbindet Eva Baars als Heilpraktikerin traditionelle Naturheilverfahren mit wissenschaftlichen Methoden, um das Leiden kranker Menschen zu lindern und heilen zu können.

In neuesten Studien vermuten Forscher, dass schlechte Bakterien und Pilze, die sich im Darm ansiedeln, viele verschiedene Krankheiten verursachen können. Bei einer gestörten Darmflora leiden die Betroffenen z.B. unter Durchfall,

Bauchschmerzen, Blähungen und Müdigkeit. In Folge einer durchlässigen Darmschleimhaut können auch Nahrungsmittelunverträglichkeiten entstehen.

Eine Darmflora-Analyse kann Auskunft darüber geben, wie viele gute bzw. schlechte Bakterien und Pilze sich im Darm befinden. Darmflora-Präparate mit lebenden Bakterien können Ihnen allerdings auch schaden. Deshalb ist es ratsam, diese nur nach einer Darmflora-Untersuchung gezielt einzusetzen.

rubera

Praxis für naturmedizinische Therapien  
Wendendorwall 22  
38100 Braunschweig

Eva Baars | Heilpraktikerin  
Tel. 0531 - 48 112 881  
www.rubera.de



### MEHR LEBENSQUALITÄT DURCH „OTT“ INJOY

– Sport beeinflusst den Krankheitsverlauf positiv – wissenschaftlich und medizinisch erwiesen.

Die „OTT“ - Onkologische Trainingstherapie – entspricht dem neuesten Stand der Krebstherapie (Universität Köln), in der man vom INJOY Braunschweig Trainer- & Physio-Team perfekt betreut wird und in Kooperation mit Dr. med. Oliver Marschal den medizinischen Krankheitsverlauf überwindet. Nach dem Krebsbefund ist es wichtig, dass man seinen Körper fordert – professionell und individuell – sodass die Muskulatur und das Immunsystem gestärkt werden. Das erhöht die Wahrscheinlichkeit, eine Chemotherapie und den Krankheitsverlauf erträglicher zu machen. Hierfür zeichnete die niedersächsische Krebsgesellschaft im Juni 2019 das INJOY Braunschweig mit dem Förderpreis 2018 aus.

Weitere Informationen zur OTT unter 0531 - 35 47 95 0 oder unter info@injoy-braunschweig.de  
INJOY Braunschweig · Daimlerstraße 6 · 38112 Braunschweig · www.injoy-braunschweig.de

## Stellenanzeige

**Mitarbeiter** mit polnischen Sprachkenntnissen - Praktiker - (Quereinsteiger möglich) mit Kenntnissen für LKW's für unsere polnischen Kunden in Vollzeit sucht ab sofort

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

**ONLINE**  
lesen Sie die  
aktuelle Ausgabe Ihrer

**Wir** *im besten  
Alter*

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

## Computerhilfe für Familie und Freunde

Gerade in der dunklen Jahreszeit kommen Menschen mit dem Alleinsein schlechter zurecht und sehnen sich nach Gesellschaft.

Durch die Corona-Pandemie ist das aktuell aber nur eingeschränkt möglich. Das sorgt für Enttäuschung: Gemeinsame Erlebnisse und der persönliche Austausch fehlen. Als Ersatz für solche Treffen werden daher immer häufiger Videokonferenzen genutzt.

Doch oft kommt der ein oder andere mit der digitalen Technik nicht zurecht. Hier hilft zum Beispiel die Fernwartungssoftware von AnyDesk: Mit ihr können sich Vertraute direkt auf den Rechner schalten und die Videokonferenz für entfernte Familienmitglieder oder Freunde starten. Und auch für die Hilfe bei anderen IT-Problemen ist sie eine nützliche Software.

Mehr Informationen unter [www.anydesk.com](http://www.anydesk.com). (djd-mk)

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



**HAUSNOTRUF**

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

ANMELDUNG UND INFO:

**PARITÄTISCHE DIENSTE**  
BRAUNSCHWEIG

Saarbrückener Straße 50  
38116 Braunschweig  
Tel.: 0531 - 4 80 79 10  
E-Mail: [info@paritaetischer-bs.de](mailto:info@paritaetischer-bs.de)  
[www.paritaetischer-bs.de](http://www.paritaetischer-bs.de)

**ambet**  
Am Grasplatz 5c  
38112 Braunschweig  
Tel.: 0531 256 57 314  
E-Mail: [hausnotruf@ambet.de](mailto:hausnotruf@ambet.de)  
[www.ambet.de](http://www.ambet.de)

**JETZT EINEN MONAT KOSTENLOS TESTEN!**

## Neue Klinik für Geriatrie am Herzogin Elisabeth Hospital

Lebensqualität bis ins hohe Alter.

Die Stiftung Herzogin Elisabeth Hospital hat das medizinische Leistungsspektrum um die Klinik für Geriatrie erweitert. Grund dafür ist das steigende Wachstum in der Bevölkerungsgruppe über 65 Jahre, welches eine fachgerechte ganzheitliche Versorgung älterer Menschen notwendig macht. Durch die Verzahnung der Klinik für



Prof. Dr. med. Karl-Dieter Heller (ärztl. Direktor), Dr. med. Natalia Bliner (Chefärztin Klinik für Geriatrie), Monika Skiba (Geschäftsführerin) (v.l.).  
Foto: HEH

Geriatrie mit den bereits bestehenden Fachabteilungen für Orthopädie, Chirurgie, Gefäßchirurgie und Innere Medizin wird es im HEH zukünftig noch besser möglich sein, den Patienten neben einer rein „organ-orientierten“ Behandlung eine umfassende Wiederherstellung der Lebensqualität zu bieten.

„Wir glauben daran, mit unserem hochspezialisierten Team Maßstäbe in der interdisziplinären Versorgung hochbetagter Menschen mit zahlreichen alterstypischen Erscheinungen setzen zu können“, so Prof. Dr. med. Karl-Dieter Heller, ärztlicher Direktor des HEH. „Gleichzeitig sehen wir mit dem Aufbau einer Geriatrie eine optimale Nutzung der entstehenden Synergien - unabhängig davon, in welcher unserer Fachabteilungen und Zentren die Primärbehandlung des Patienten erfolgt.“



## Schloß Schliestedt

- Seniorenbetreuung mit Kompetenz -

Wir sind auch in ungewöhnlichen Zeiten  
im Rahmen der Möglichkeiten für Sie da!

Individuelle Pflege und Betreuung mit umfassendem Angebot:



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

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

# Rentenversicherung

beantwortet alle Fragen, auch jetzt!

Wie wirkt sich eigentlich das Kurzarbeitergeld auf meine Rente aus? Kann ich zusätzliche Beiträge in die Rentenversicherung einzahlen? Und kann ich bei Bedarf auch jetzt zur Reha fahren? Wer diese oder andere Fragen rund um Rente, Reha oder Altersvorsorge hat, bekommt die Antworten dazu bei der Deutschen Rentenversicherung Braunschweig-Hannover.

Am kostenfreien Servicetelefon werden alle allgemeinen Fragen sofort beantwortet. Wenn es komplizierter wird oder ein Antrag gestellt werden soll, kann ein telefonischer Termin vereinbart werden. Und wenn nötig, ist auch eine persönliche Beratung in einem der Beratungszentren möglich.

Erste Anlaufstelle ist immer das Servicetelefon: Unter 0800 1000 480 10 ist es montags bis donnerstags von 7.30 bis 19.30 Uhr und freitags bis 15.30 Uhr erreichbar.

Weitere Informationen im Internet unter [www.deutsche-rentenversicherung-braunschweig-hannover.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-braunschweig-hannover.de).

# Mehr hinzuverdienen

trotz Frührente

Wer eine vorgezogene Altersrente erhält, darf im neuen Jahr höhere Einnahmen erzielen. Die Hinzuverdienstgrenze steigt auf 46.060 Euro.

Jahreseinkünfte bis zu dieser Höhe führen nicht zur Kürzung einer Altersrente, die vor dem regulären Rentenalter in Anspruch genommen wird. Ab 2022 gilt voraussichtlich wieder die frühere Hinzuverdienstgrenze von 6.300 Euro pro Kalenderjahr. Hierauf hat jetzt die Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover hingewiesen.

Für 2020 war die Hinzuverdienstgrenze bereits deutlich auf 44.590 Euro angehoben worden. Der Gesetzgeber hat damit auf den durch die Pandemie gestiegenen Bedarf an medizinischem Personal sowie auf Personalengpässe in anderen Wirtschaftsbereichen reagiert. Mit der Regelung wurde ein Anreiz für das Weiterarbeiten oder für das Wiederaufnehmen einer Beschäftigung nach einem früheren Renteneintritt geschaffen. Die Anhebung der Hinzuverdienstgrenze gilt sowohl für Neu- als auch Bestandsrentner. Die Hinzuverdienstregelungen für Renten wegen verminderter Erwerbsfähigkeit oder Hinterbliebenenrenten bleiben dagegen unverändert.

Mehr Informationen unter [www.deutsche-rentenversicherung-braunschweig-hannover.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-braunschweig-hannover.de)

**Wir** *im besten* **monatlich**  
**Alter** *Alter* **und**  
**gratis**

Anzeigenschluss ist der 20. des Vormonats.  
**Telefon 0531 / 38 000 10 · [info@comet-verlag.de](mailto:info@comet-verlag.de)**

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

**Hausmeister und Gärtner** als Aushilfe in Festanstellung. Pauschalist ab März für meinen privaten Garten am Haus gesucht. Tel. 015757400355

**Braunschweiger**  
**Rollstuhl - Shuttle**

Stadt- und Landfahrten  
Krankentransporte



[www.rolli-shuttle.de](http://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](http://www.rudolfstift.de)

**Das Heim in dem man Zuhause ist!**

**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**

**Hageroth Bestattungen**

Wir sind an Ihrer Seite.  
Würdevoll und zeitgemäß.



Tag & Nacht **05304 / 5214**  
**0157 / 71521214**

## Erfolgreiche Quartiersarbeit in der Weststadt wird fortgeführt

Bei den turnusgemäßen Neuwahlen des Vereinsvorstandes auf der diesjährigen Mitgliederversammlung des Vereins Stadtteilentwicklung Weststadt e.V. wurden Ulrich Markurth, Oberbürgermeister der Stadt Braunschweig, Karin Stemmer, Vorständin der Braunschweiger Bau-genossenschaft und Torsten Voß, Geschäftsführer der Nibelungen-Wohnbau-GmbH, in ihrem Amt bestätigt.

Komplettiert wird das Vorstandsteam zukünftig durch Neumitglied und ›Wiederaufbau‹-Vorstand Heinz-Joachim Westphal. Im Rahmen der Mitgliederversammlung wurden langjährige Vereinsmitglieder verabschiedet, darunter auch zwei Gründungsmitglieder: Gudrun Schweimler-Löffler und Dr. Katharina Schulze. Aus dem bisherigen Vereinsvorstand ist Herr Joachim Blätz turnusgemäß ausgeschieden. Zwar mussten im vergangenen Jahr die gewohnten Begegnungen, kulturellen Aktivitäten und Veranstaltungen immer wieder angepasst werden und vieles konnte überhaupt nicht stattfinden, so ist es dem Verein dennoch gelungen, auch weiterhin ansprechbar und sichtbar für die Bewohner\*innen im Stadtbezirk zu bleiben und Kontakt zu halten. Dabei haben die Begleitung der Senior\*innen Vorrang. Die allgemeine soziale Beratung wurde von wöchentlich drei Terminen auf tägliche Angebote erweitert. Sie erfolgt ausschließlich in Form von Einzelberatungen nach Terminvereinbarung, unter Beachtung der Hygienevorgaben. Zusätzlich sollen Online-Angebote geschaffen bzw. weiter aus-



Bei der Verabschiedung: Gudrun Schweimler-Löffner, Vorständin Karin Stemmer (BBG), Oberbürgermeister der Stadt Braunschweig Ulrich Markurth, Vorstand Joachim Blätz (›Wiederaufbau‹) und Frau Dr. Katharina Schulze (v.l.).

gebaut werden. Die Angebote „Gedächtnistraining“, „English Kids“ und „Mathe-Nachhilfe“ laufen bereits erfolgreich online. Auch wurde beschlossen, für die bereits aussichtsreich ange-laufene Quartiersarbeit im Emsviertel Mittel zur Fortführung mindestens in 2021 bereit zu stellen. Die erfolgreiche Bewohneraktivierung, insbesondere auch im Hinblick auf die vom Verein beabsichtigte Begleitung der Erstellung eines Freiraumentwicklungskonzeptes für das gesamte Emsviertel, soll so ermöglicht werden.

Zentrale Maßnahme des Kooperationsvertrages ist die Träger-schaft und der gemeinsame Betrieb der Nachbarschafts-treffpunkte Am Queckenberg 1a, Pregelstraße 11 und des Nachbarschaftszentrums/Haus der Talente in der Elbestraße 45. Der Verein Stadtteilentwicklung Weststadt e.V. wirkt mit diesen Einrichtungen und durch die Vernetzung mit lokalen Akteuren sowie einer breiten Angebotspalette maßgebend auf den Aufbau eines nachhaltigen Stadtteilmanagements im gesam-ten Stadtbezirk Weststadt hin.



Die Mitgliederversammlung fand erstmals im Kulturpunkt West statt.

Fotos (2): Wiederaufbau

# Braunschweigs Weststadt - größtes Wohnbauprojekt in der Region

Im Südwesten Braunschweigs entstand ab 1960/61 eine neue Stadtrandsiedlung in fünf sogen. „Nachbarschaften“, die für 30.000 Menschen ein neues Zuhause bieten sollte.

In den ersten Bauphasen schlossen sich mehrere Baugesellschaften zusammen, um für die nächsten drei Jahrzehnte dieses umfangreiche Vorhaben zu verwirklichen. Nach etwa drei Jahrzehnten wurde dieses größte Neubaugebiet zwischen Harz und Heide weitgehend abgeschlossen. Mit jetzt 24.000 Bewohnern hat genau 10 % der gesamtstädtischen Bevölkerung hier eine neue Heimat gefunden. Heute haben eine ganze Reihe von Einrichtungen wie das Gemeinschaftshaus, die Fachhochschule, die Freie Waldorfschule, das Technische Hilfswerk u. a. hier ihr Domizil. Verkehrsberuhigte Zonen, wohnnahe Erholungsräume, Grünstreifen mit Fuß- und Radwegen sorgen insgesamt für eine gute Wohnqualität. Verkehrsachsen sind neben der zur City führenden Münchenstraße die Elbe- und Donaustraße.



Edmund Heide, Heimatpfleger in der Weststadt. Foto: privat

Für die weitaus meisten Straßen wurden deutsche Flussnamen gewählt. Seit 2010 erhielten die einzelnen Stadtviertel nach einem Namenswettbewerb neue Bezeichnungen: Isar-, Elbe-, Rhein-, Ems- und Donauviertel.

Auf den Betrachter wirkt der neue Stadtteil eher als reiner Wohnbereich mit wenig städtebaulichen Akzenten.

Eher ins Auge fallen die katholische Kirche St. Cyriakus mit der Zelt-dachkonstruktion sowie

die evangelische Emmauskirche in der Nähe des Einkaufszentrums Elbestraße, aber auch die große Wilhelm-Bracke-Gesamtschule, die Rotation, der Kulturpunkt West und das Kinderheim St. Nikolaus.

**Lagune**  
Pflegedienst  
Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt!

**Lagune Ambulante Pflege GmbH**  
Elbestraße 21, 38120 Braunschweig

Tel.: 0531 - 87 89 62 87  
Fax: 0531 - 87 89 62 84  
info-bs@pflegedienst-lagune.de

**Unsere Leistungen:**

- Grundpflege
- Palliativversorgung
- Haushaltshilfe
- Verhinderungspflege
- Behandlungspflege
- Entlastungsangebote

[www.pflegedienst-lagune.de](http://www.pflegedienst-lagune.de)

## Über 130 Jahre Bäckerei & Konditorei Kretzschmar

Anzeige

Die Handwerksbäckerei und Konditorei Stefan Kretzschmar ist seit 1890 im Familienbesitz und damit auch die älteste Bäckerei Braunschweigs. Auch unter Corona-Zeiten steht das Backstubenteam für seine Kunden bereit. Mit leckerem Kuchen, frischem Brot und knusprigen Brötchen möchte das Team die Kunden etwas verwöhnen.

In der Backstube in der Weststadt werden noch alle Backwaren mit hochwertigen Zutaten nach hauseigenen Rezepten hergestellt. Bis zum Ende der Faschingszeit gibt es noch selbstgebackene Berliner, Spritzen und Apfelkrapfen.

Die Familie Kretzschmar freut sich täglich auf Ihren Besuch im Hauptgeschäft, in den Filialen bei Netto in BS-Timmerlah und SZ-Thiede und im Carree Cafe im Gesundheitszentrum Schlosscarree. Lohnenswerte Informationen und tolle Fotos gibt es auch jederzeit auf der Internetseite: [www.baeckerei-kretzschmar.de](http://www.baeckerei-kretzschmar.de).

UNSERE **Besten** GEFÜLLT MIT WALDBEERMARMELADE oder PFLAUMENMUS

**5+1 GRATIS**

**Kretzschmar**  
Bäckerei & Konditorei  
Brot & Gourmet & Co.

WWW.BAECKEREI-KRETZSCHMAR.DE  
ÄLTESTE BÄCKEREI BRAUNSCHWEIGS: BACKHAUS WESTSTADT, ILLERSTR. 61 & BEI NETTO IN BS-TIMMERLAH

# Rettung von Schloß Blankenburg als Baudenkmal

## Spenden- und Förderaufruf

Der Verein Rettung Schloss Blankenburg e.V. bittet um Ihre Unterstützung bei der Rettung des Großen Schlosses als Baudenkmal von nationaler und europäischer Bedeutung. Der Verein führt systematisch sorgfältig geplante Sicherungs- und Sanierungsmaßnahmen zum Erhalt und zur schrittweisen Sanierung des Kulturdenkmales Großes Schloss durch. Um den angestrebten langfristigen Erhalt des Großen Schlosses zu gewährleisten, muss neben den Sicherungsmaßnahmen unbedingt die Sanierung intensiviert werden.

Seit 2006 wurde mit dem ersten Bauabschnitt begonnen. Ziel ist es, nicht nur den bereits stark fortgeschrittenen Verfall weiter zu stoppen, sondern in einem überschaubaren Teilbereich des Schlosses mit der Wiederherstellung und Nutzbarmachung der Räumlichkeiten fortzufahren.

Durch das Land Sachsen-Anhalt wurde es ermöglicht, dass der Verein und seine eigens gegründete Schloss GmbH Eigentümer des Großen Schlosses wurden. Aufgrund der bis dahin erfolgreichen Vereinsarbeit im Sinne der Denkmalrettung erhielt der Verein am 27. Oktober 2014 im Krönungssaal des Aachener Rathauses die Silberne Halbkugel, den führenden Preis für Denkmalschutz des Deutschen Nationalkomitees für Denkmalschutz, der die höchste Auszeichnung auf diesem Gebiet in der Bundesrepublik ist. Eine großartige Würdigung der ehrenamtlichen Tätigkeiten der Mitglieder des Vereins und seiner Gremien.

Alle Fördermaßnahmen, die vielfältig regional und überregional gewährt werden, vor allem diejenigen von Bund und Land, bedürfen einer anteiligen Finanzierung durch den Verein. Dazu tragen die Aktivitäten der Mitglieder und die Veranstaltungen erheblich bei. Aufgrund der Corona-Ausfälle bei den Veranstaltungen 2020 reichen die Mittel nicht aus, um wieder größere Fördermaßnahmen zu beantragen. Daher benötigt der Verein Unterstützung, um die Rettung und Bewahrung eines bedeutenden Denkmals der welfischen

Geschichte zu einem guten Ende zu führen. Das Große Schloss Blankenburg ist ein braunschweigisches Geschichtszeugnis von europäischem Rang und Blankenburg ein Geschichtsort von nationaler Bedeutung. Diese Quelle der Geschichte gilt es weiter zu sanieren und zu bewahren, damit sie Geschichte erinnert und erzählt, denn wie meinte schon Wilhelm von Humboldt: »Nur wer die Vergangenheit kennt, hat eine Zukunft«!



Schloss Blankenburg.

Foto: o.H.

**Das Große Schloss Blankenburg zu retten, kann nur mit tatkräftiger Unterstützung durch Freunde, Förderer und Spender gelingen.**

Jeder über den Verein in den Erhalt des Schlosses investierte Euro ist eine Investition in die Zukunft.

Prof. Dr. h.c. Gerd Biegel, Präsident

Spendenkonto: Harzsparkasse, Bankleitzahl: 810 520 00, Konto-Nr: 300 094 302, IBAN: DE71 8105 2000 0300 0943 02, BIC-/SWIFT-Code: NOLADE21HRZ.



Die Bautätigkeiten gingen auch 2020 weiter voran.

Bild oben: Das Gerüst vom Verwalterhaus ist entfernt. Der Blick auf die restaurierte Fassade ist nun freigegeben. Auch das Dach wurde neu gedeckt.

Bild rechts: Begutachtung der Sanierungsarbeiten am Jägerhaus durch Mark Günther, Christin Sonnek von der Unteren Denkmalschutzbehörde des Landkreises Harz, André Gast, Sven Ungethüm und Benedikt Pröpper (v.r.n.l.)



## Winterauszeit am Meer - ausreichend Platz für alle

Das Jahr 2020 hat viele Menschen gestresst.

Umso wichtiger ist es deshalb, sich im kommenden Frühjahr eine entspannende Auszeit zu gönnen, etwa an der Ostseeküste Schleswig-Holsteins und in der Holsteinischen Schweiz. Die Strände sind nun weit und leer, der Wind pustet den Kopf durch. Die Gedanken werden frei, und es gibt genügend Platz für alle. Der Strand und stille Wege laden zu einem Spaziergang mit Mütze und Schal, Gummistiefeln und Handschuhen ein, während sich die Ostseewellen auf türmen. Die kalte Jahreszeit ist auch die beste Gelegenheit, sich auf einer der vielen Seebrücken den Wind um die Ohren pfeifen zu lassen: Das Meer wird dort besonders intensiv erlebbar.

Inspirationen für den Winterurlaub bietet die Broschüre „Winterschöne Ostsee-Schleswig-Holstein“, bestellbar unter [www.winterschon.de](http://www.winterschon.de), auch als Download. Die Buchungsaktion „Glücksmomente“ bietet dazu passende Angebote, zu finden unter [www.ostsee-gluucksmomente.de](http://www.ostsee-gluucksmomente.de). (djd)

### Kaffeefahrten - Neue Regeln

Die Bundesregierung hat jetzt ein Gesetz zur Stärkung des Verbraucherschutzes bei missbräuchlichen Praktiken auf sogenannten „Kaffeefahrten“ beschlossen.

Unter anderem wird konkret der Vertrieb von Nahrungsergänzungsmitteln verboten und der Bußgeldrahmen von 1.000 auf 10.000 Euro erhöht. Auf „Kaffeefahrten“ werden vor allem älteren Menschen mit teilweise irreführenden und aggressiven Verkaufsmethoden vielfach überbewertete Produkte angeboten. Verkauft werden hier auch Nahrungsergänzungsmittel. Ein übermäßiger Verzehr solcher Präparate kann sich nachteilig auf die Gesundheit auswirken.

Bundesernährungsministerin Julia Klöckner betont: „Der Geschäftemacherei mit Nahrungsergänzungsmitteln auf ‚Kaffeefahrten‘ schieben wir einen Riegel vor. Es ist verantwortungslos, die Sorge um die Gesundheit gerade älterer Menschen auszunutzen. Dieses Modell darf keinen Erfolg mehr haben – vor allem, um gesundheitliche Risiken für die Verbraucher zu minimieren.“

#### Travemünde



ab **178,- €**  
p.P. im DZ

#### Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im Maritim Strandhotel Travemünde im Zimmer der Comfort Kategorie ab der 7. Etage inkl. Frühstück
- 1x Begrüßungssekt in der Night Sailer Bar, 1 Fl. Wasser
- 1x Teilnahme an der Halbpension am Anreisetag
- 50% Greenfee-Ermäßigung für den Maritim Golfpark Ostsee
- Buchen ohne Risiko: Für Reiset termine bis Ende 2021 ist eine kostenlose Stornierung oder Umbuchung bis 14 Tage vor Anreise möglich.

**Termine:** Februar – Mai 2021, Anreise: Fr.  
Preis variiert saisonabhängig.  
Sperrdaten vorhanden.

**Preise:** ab 178,- Euro pro Person im Doppelzimmer  
ab 222,- Euro im Einzelzimmer

#### Dresden



**165,- €**  
p.P. im DZ

#### Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im Maritim Hotel Dresden inkl. Maritim-Frühstück
- 1x winterliches Abendessen am Anreisetag im Hotelrestaurant als Buffet oder 3 Gang-Menü, nach Wahl des Küchenchefs
- Dresden Museums Card für 2 Tage (Freier Eintritt in die bekanntesten Museen und Ausstellungen Dresdens)
- Buchen ohne Risiko: Eine kostenlose Stornierung oder Umbuchung ist bis 7 Tage vor Anreise möglich.

**Zeitraum:** 01.03. – 30.04.21  
Tägliche Anreise möglich.

**Preise:** 165,- Euro pro Person im Doppelzimmer  
215,- Euro im Einzelzimmer

**Wir** im besten  
Alter

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

Reiseinformation und Buchung von Mo. bis Do. von 8 bis 18 Uhr, Fr. von 8 bis 16 Uhr unter  
**Tel.: 05 41 760 52 05 • Buchungscode: V1255**

Vertragspartner ist die HKR Hotel und Kurzreisen Vertriebservice GmbH, Große Straße 17–19, 49074 Osnabrück.

# Liebe Leserinnen und Leser,



über dem Monat Februar steht als Wochenspruch aus dem Lukasevangelium: „*Freut euch darüber, dass eure Namen im Himmel verzeichnet sind!*“ Mmh, möchte man denken. Eigentlich möchte ich mich doch darüber freuen, dass wir endlich diese Talsohle hinter uns haben, dass es Frühling wird, dass die Menschen sich auf den Straßen begegnen und fröhlich um sich schauen, dass die Geschäfte und die Theater öffnen, dass die Menschen wieder draußen sitzen können und miteinander essen und trinken, sich begegnen und um dem Hals fallen, wenn sie sich lange nicht gesehen haben. Eigentlich möchte ich mich darüber freuen, dass Gott unsere Gebete erhört hat, dass in den Krankenhäusern kein Gedränge, keine Not, kein Leid, kein Schmerz, kein Tod mehr ist, dass Kinder endlich wieder zur Schule gehen können und hier im Dom alle wieder zusammen Musik machen.

Aber dann heißt es: „*Freut euch darüber, dass eure Namen im Himmel verzeichnet sind!*“ Es klingt als sollten wir uns mit etwas Abstraktem sehr Jenseitigem zufrieden geben. Aber dann denke ich: Gerade jetzt, wo wir umgeben werden von immer mehr Zahlen, sagt genau dieses Wort, du bist keine Zahl, du bist nicht einer von Zehntausenden, die sich infizieren könnten, einer von Millionen, die geimpft werden müssen, einer von

Hunderttausenden der Corona Hilfe braucht, sondern du bist einzigartig und Gott kennt dich bei deinem Namen. Du verschwindest nicht in Statistik und Zahl unter einem Datum, in einer Kurve oder einem Säulendiagramm, sondern du bist ein einzelner besonderer Mensch.

Dieser Monatsspruch hebt uns auf und so ist er zwischen den kleinen Dingen, die wir uns gegenseitig an Freuden bereiten können und dem vorauf wir hoffen im Tagesgeschäft dieser Welt, der Zuspruch, dass wir in alldem nicht verloren sind, dass Jede und Jeder von uns aufgehoben ist.

In der Hoffnung, dass Sie diesem Wort, das von so weit her zu kommen scheint, eine gute Nachricht, Evangelium, hören können und Sie das durch die nächsten mutmaßlich immer noch winterlich grauen Tage trägt, grüße ich sehr von Herzen

Ihre Dompredigerin  
**Cornelia Götz**

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

## Eine Orgel für den Braunschweiger Dom

Die neue Orgel soll die Chöre angemessen begleiten. Auftrittsort der Chöre sind die Treppenstufen vor dem Siebenarmigen Leuchter. Ihre Position an diesem Ort ermöglicht beste Klang- und Sichterlebnisse. Allerdings fehlt an dieser Stelle das erforderliche Begleitinstrument.

Die vorhandene große Orgel im Westwerk füllt den Dom mit Klang, ist aber nicht geeignet, Kinderstimmen zu begleiten. Daher soll ein dem Dom angemessenes weiteres Orgelwerk gebaut werden, das speziell Chöre begleiten kann und auch den zentralen Bereich des Domes



Der Entwurf.

Foto: Orgelbauverein am Braunschweiger Dom

musikalisch erschließt. Dann wird – wie in allen bedeutenden Kathedralen – die Musik durch mehrere Instrumente zum Klingen gebracht.

Alle Informationen zum Orgelprojekt finden Sie unter [www.orgel-braunschweiger-dom.de](http://www.orgel-braunschweiger-dom.de).

Orgelbauverein am Braunschweiger Dom,  
Volksbank eG Braunschweig/Wolfsburg,  
IBAN: DE12 2699 1066 8769 1500 00;  
Braunschweigische Landessparkasse  
(NORD/LB),

IBAN: DE75 2505 0000 0201 3989 71.

**Wir** *im besten  
Alter*

Region Braunschweig, Wolfsburg, Gifhorn  
Wolfenbüttel, Salzgitter

Verlag + Herausgeber:

CV Comet Verlag GmbH

Im Remenfeld 5

38104 Braunschweig

Telefon 05 31/38 000 10

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

Satz, Druck: CV Comet Verlag GmbH

Anzeigenleitung: H.-J. Kröber

Redaktion: Felix Runder (ViSdP)

Prof. Dr. Gerd Biegel

Peter Müller

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. 17 vom 31.10.2019.

Silvestervortrag am 31.12.2020 zum 300. Geburtstag 2021 (Folge 1)

# Herzog Ferdinand von Braunschweig-Wolfenbüttel

## Gutsherr von Vechelde, Feldherr und Aufklärer

von Prof. Dr.h.c. Gerd Biegel

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

In diesem Jahr blicken wir etwas weiter in die neuzeitliche Welfengeschichte, nämlich in das 18. Jahrhundert und dabei steht eine Persönlichkeit der nicht-regierenden Welfenherzöge im Mittelpunkt.



*Herzog Ferdinand vor seinem Landsitz in Vechelde. Fotos (2): Archiv*

Es geht um Herzog Ferdinand von Braunschweig-Wolfenbüttel, einen Bruder von Herzog Carl I. Geboren wurde Ferdinand am 12. Januar 1721.

An diesen 300. Geburtstag möchte ich erinnern, denn Herzog Ferdinand war als Aufklärer und Militär in preußischen, kurhannoverschen und englischen Diensten eine weit über regionale und europäische Grenzen ausstrahlende

Persönlichkeit. Mit seinen Unternehmungen im sogenannten Siebenjährigen Krieg hatte er nicht nur dem hannoverschen Welfenhaus große Dienste erwiesen, sondern maßgeblich zugunsten Englands in dessen Auseinandersetzungen mit Frankreich in Nordamerika gewirkt.

Diese globale Dimension seiner Aktivitäten bestimmte entscheidend die Wirkungsmächtigkeit der Persönlichkeit Ferdinands, die darüber hinaus in Wissenschaft, Kultur und Freimaurerei seiner Zeit fördernd tätig war, wie die Verbindung zu Lessing ebenso wie zu Joachim Heinrich Campe und dem Philanthropin in Dessau, zum Großen Club in Braunschweig oder der Göttinger Akademie belegen. Betrachten wir heute schwerpunktmäßig sein militärisches Wirken im Siebenjährigen Krieg und die Folgen.

Hastenbeck, Zeven und Minden: mit diesen drei Orten waren im Siebenjährigen Krieg (1756 – 1763) die entscheidenden Wendepunkte auf dem westlichen Kriegsschauplatz verbunden, deren Auswirkungen letztlich nicht nur europäische, sondern sogar weltgeschichtliche Bedeutung gewinnen sollten. Als der englische Premier William Pitt am 13. November 1761 vor dem Parlament in London erklärte »America has been conquered in Germany« – »Amerika wurde in Deutschland erobert«, betraf diese weltpolitische Aussage nicht nur, aber ganz entschieden auch Hastenbeck, Zeven, Minden sowie Hannover und Braunschweig.

Der Erfolg Englands im nordamerikanischen Kolonialkrieg gegen Frankreich war bereits zu diesem Zeitpunkt nicht zu trennen von den Ursachen und Folgen des Siebenjährigen Krieges in Europa, allerdings nicht in Preußens Kampf um Schlesien, sondern in der entscheidenden Auseinander-

setzung um das Kurfürstentum Hannover. Daher brachte das Jahr 1759 die westfälische Stadt Minden in den Fokus der europäischen Politik, als am 1. August 1759 mit der Schlacht bei Minden der Konflikt zwischen Preußen und Frankreich sowie deren Verbündeten weitgehend entschieden wurde. Trotz der tatsächlichen Bedeutung dieses Geschehens und seiner universalen Wirkungsmächtigkeit galt der 1. August 1759 meist als ein Ereignis der lokalen und regionalen Geschichte.

Als beispielsweise 1959 die 200-Jahrfeier vorbereitet wurde, war das Ziel der Veranstaltung, möglichst weite Kreise aus Stadt und Region Minden dafür zu interessieren. Im Geleitwort des damaligen Erinnerungsbuches zur Schlacht bei Minden wurde als eigentlicher Zweck hervorgehoben, es solle »nicht etwa kriegerische Taten und Schlachtenruhm vergangener Tage ins Gedächtnis rufen und verherrlichen, sondern das Geschichtsbewußtsein und Heimatgefühl wecken und fördern«.

Auch im Vorwort wurde auf die »Unterstützung unserer heimatkundlichen Bestrebungen« ausdrücklich hingewiesen. Diese regionale Betrachtung und Bewertung ist in der Forschung längst revidiert. Um dies nachzuvollziehen, bedarf es jedoch der Betrachtung im Zusammenhang mit den Ereignissen des Siebenjährigen Krieges in Norddeutschland und der universalen Strahlkraft in der Folge der Entscheidungen zwischen 1757 und 1759.

*Fortsetzung folgt*



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



# Jan Josef Liefers: Neuer Krimi

Der Schauspieler hat mehrere Projekte in der Pipeline



Jan Josef Liefers mit Ehefrau Anna Loos bei der Berlinale 2020. Foto: highgloss.de

<Berlin> (cat). Von wegen Glanz und Gloria: Auch Promis wie Jan Josef Liefers und Anna Loos sind ganz normale Menschen. Das zeigte das berühmte Ehepaar eindrucksvoll mit einem Foto auf Instagram. Ungeschminkt und ungestylt im Trainingsanzug präsentierten sich die beiden gemeinsam mit ihren Hunden auf dem Sofa vor der Glotze. Anna trägt auf dem Bild eine schwarze Brille, hat zerzauste Haare und gerötete Augen, Liefers daneben sieht aus, wie frisch aus dem Bett gekrochen. Und was sah sich das Traum-Couple im TV an? Natürlich den neusten Münster-„Tatort“ mit dem Titel „Es lebe der König“ in dem Jan-Josef den seriösen Professor Karl-Friedrich Boerne spielt. „So, wir schauen die nächsten 90 Minuten 'Tatort' Münster“, schrieb die 50-Jährige zu dem Foto. „Ein wenig Fernsehen ohne Corona. Ich kann es nicht mehr hören.“ Damit dürfte die Schauspielerin vielen Menschen aus der Seele gesprochen haben. Wahnsinn: Der jüngste Krimi mit Boerne und Thiel (gespielt von Axel Prahl) konnte sich über einen Quotenrekord freuen - über 3 Millionen Zuschauer schalteten ein. Kein Film im Jahr 2020 in der ARD wurde von so vielen Menschen geguckt! Ob Anna Loos auch die neuen Projekte ihres Mannes bewundern wird? Laut „DWDL“ wird der Darsteller bald wieder in einem Krimi zu sehen sein! Anfang Februar laufe laut Informationen des Online-Medienmagazins die erste Folge der achteiligen Serie „Tod von Freunden“ im ZDF. Die neue Produktion, in der Jan-Josef eine Hauptrolle übernimmt, soll Elemente von Krimi, Drama und Thriller enthalten. Im Mittelpunkt stehen die deutsche Familie Küster und die dänische Familie Jensen. Beide Familien wohnen auf einer Insel in der Flensburger Förde und führen ein ruhiges Leben – bis ein Kind verschwindet. Dieser Vorfall wirft das Leben der Menschen auf der Insel völlig aus der Bahn. Bei der Suche nach dem Kind kommen auch andere Geheimnisse ans Licht, heißt es in der Pressemitteilung. Darüber hinaus vermeldet die „Bild“-Zeitung, dass Liefers plant, eine Episode aus dem Leben des DDR-Staatschefs Erich Honecker zu verfilmen. Es soll um die Zeit nach dessen Sturz Anfang 1990 gehen, als der DDR-Staatschef gemeinsam mit Ehefrau Margot Zuflucht in der Gemeinde des Pastors Uwe Holmer im brandenburgischen Lobetal suchte. Holmer ließ die beiden monatelang in seinem Pfarrhaus unterkommen. „Wir können bestätigen, dass wir gemeinsam mit Radio Doria Film solch einen Stoff entwickeln“, teilte das ZDF auf Anfrage mit.

Promiklatsch • Promiklatsch • Promiklatsch

# Sonja Kirchberger: Glücklich als Bio-Bäuerin

Wann läuten endlich die Hochzeitsglocken?

<Palma di Mallorca> (cat). Sonja Kirchberger gilt bis heute als Sex-Symbol. „Schuld“ daran ist ihr fulminantes Schauspiel-Debüt im Jahr 1988 in „Die Venusfalle“. Ohne schauspielerische Ausbildung avancierte die damals 24-Jährige mit ihren stahlblauen Augen und den dunklen Haaren zu einem gefragten Filmstar. Populär ist sie bis heute: Erst im letzten Jahr sorgte die Teilnahme der Österreicherin am Dschungelcamp für Furore. Momentan dreht Kirchberger aber nicht. Die 56-Jährige verbringt lieber Zeit mit ihrem 15 Jahre jüngeren Freund auf ihrem Bio-Bauernhof auf Mallorca. Dort hat Sonja das Traktorfahren für sich entdeckt. „Manchmal knobeln mein Liebster Daniel und ich sogar, wer ans Lenkrad darf. Beim Auflockern der Erde tuckere ich langsam über die Felder, genieße die Natur – und ich liebe es“, berichtete Kirchberger „Bunte“. Die Arbeit habe etwas Meditatives, sei aber auch anstrengend, erzählte der Filmstar. „Ich fühle meinen Körper gern auf diese besondere Art, auch wenn er schmerzt. Daniel und ich sitzen mit roten Wangen beim Abendessen, weil wir den ganzen Tag an der frischen Luft gearbeitet haben. In einer wunderbaren, ausgeglichenen Erschöpftheit lassen wir den Tag Revue passieren und fühlen uns vom Glück geküsst.“ Klingt, als habe die Film-Diva ihr Paradies auf der Baleareninsel gefunden. Mit dem Argentinier lebt die „Venusfalle“ in einer modern eingerichteten Finca mit Pool und Rosengarten inmitten eines riesigen Olivenhains. Es gibt 40 Hühner, Ziegen, Mandelbäume, Weinreben. Das Paar bewirtschaftet seinen Grund und Boden eigenständig, und obwohl sie rund um die Uhr zusammen sind, „herrscht zwischen uns pure Harmonie“, erzählte Sonja. „Wir sind Liebende und beste Freunde. Wir streiten nie, allenfalls wird diskutiert. Aber schon nach Minuten fängt einer an zu lachen. Wir sind nicht nachtragend und setzen den anderen nicht mit eigenen Erwartungen unter Druck. Wir haben denselben Traum vom Leben.“ Seit acht Jahren ist Kirchberger nun mit dem 41-Jährigen liiert. Doch konkrete Hochzeitspläne gibt es wohl auch im neuen Jahr nicht. „Bei uns passiert das spontan oder gar nicht. Würde Daniel um meine Hand anhalten, würde ich laut JA schreien“, so die TV-Ikone dennoch hoffnungsvoll.



Sonja Kirchberger gilt seit ihrem Film-Debüt „Die Venusfalle“ als Sex-Symbol. Foto: highgloss.de



# Buchvorstellungen

## Inseldämmerung - Insel Krimi

Wenn das Böse auf Amrum anklopft.

Drei Männer flüchten nach einem Raubüberfall vom Festland nach Amrum, das von einem heftigen Sturm heimgesucht wird. In der Hoffnung auf Unterschlupf klopfen sie am Heiligen Abend an die Tür einer jungen Familie, die auf der Insel ihre Weihnachtsferien verbringt. Als sie eingelassen werden, nimmt das Schicksal seinen blutigen Lauf – und Inselpolizist Nils Petersen steht vor seinem bislang schwersten Fall.

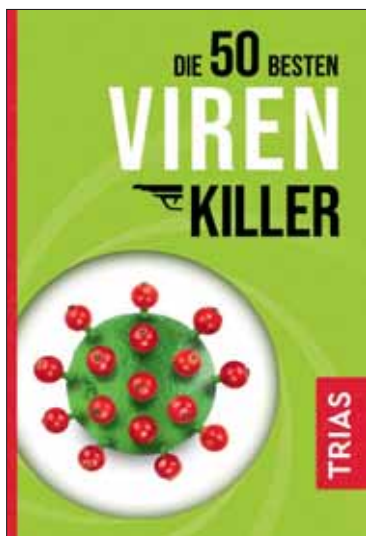
In seinem neuen Kriminalroman „Inseldämmerung“ lässt Autor und Filmdramaturg Bent Ohle die Nordseeinsel Amrum für eine Familie zu einem von Wellen umgebenen Gefängnis werden.

Der Hamburger Martin Trender wollte mit seiner Frau und den drei Kindern winterliche Ferientage auf der sturmumtosten Insel verbringen. Doch als die Familie in die Gewalt dreier Schwerverbrecher gerät, wird das abgeschiedene Ferienhaus zur tödlichen Falle.



*Inseldämmerung  
Inselkrimi von Bent Ohle  
Taschenbuch, 288 Seiten,  
Emons Verlag, Preis: 13 €,  
ISBN: 978-3-7408-0934-8*

## Die 50 besten Virenkiller



*Die 50 besten Virenkiller  
von Sven-David Müller  
Broschur, 108 Seiten,  
Verlag Trias, Preis: 9,99 €,  
ISBN: 9783432113999*

**Sicher, geschützt, stark!** Das neuartige Corona-Virus, Grippeviren, Herpes- und Hepatitis-Viren: um uns herum wimmelt es nur so vor krankmachenden Erregern. Neben Mund-Nasen-Schutz, Abstand halten und kräftigem Händewaschen finden Sie hier 50 einfache und praktische Tipps, die Ihr Immunsystem so richtig auf Vordermann bringen und Sie stark machen gegen die unsichtbaren Angreifer. Lesen Sie, wie Sie unser größtes Immunorgan, den Darm, mit Ernährung stärken, welches die besten Immunbooster für zwischendurch sind und welche Nahrungsergänzungsmittel tatsächlich helfen.

Diese Tipps passen garantiert auch in Ihren Alltag - und geben Ihnen Sicherheit!

## Die Sterne für

# Februar 2021



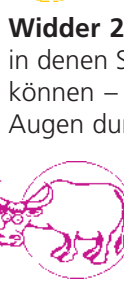
**Steinbock 22.12.-20.1.** Nicht jeder ist so gründlich wie Sie. Schauen Sie also hin und wieder einmal nach, ob wirklich alles so verläuft, wie Sie es angeordnet haben.



**Wassermann 21.1.-19.2.** Sie möchten sich gerne interessanteren Projekten zuwenden – doch zunächst müssen die alten Aufgaben zur Zufriedenheit aller abgeschlossen werden.



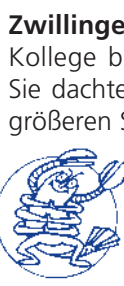
**Fische 20.2.-20.3.** Schwung und Elan sind die idealen Begleiter für die nächsten Tage. Was Sie sonst nur mühsam hinbekommen, erledigt sich jetzt fast von selbst.



**Widder 21.3.-20.4.** Vor Ihnen liegen Wochen, in denen Sie sich so manchen Wunsch erfüllen können – wenn, ja wenn Sie nur mit offenen Augen durch die Welt gehen würden.



**Stier 21.4.-21.5.** Böse Falle: Inzwischen wissen alle, wie leicht man Sie um den Finger wickeln kann, wenn man nur gewisse Schlagworte in die Diskussion einbringt.



**Zwillinge 22.5.-21.6.** Sie erkennen, dass ein Kollege beileibe nicht so zuverlässig ist, wie Sie dachten. Trennen Sie sich von ihm, ehe er größeren Schaden anrichtet.



**Krebs 22.6.-22.7.** Sie sollten nicht schon wieder die Hauptlast tragen. Sie haben diesbezüglich schon viel geleistet. Jetzt ist ruhig mal ein anderer an der Reihe.



**Löwe 23.7.-23.8.** Sie freuen sich über eine Überraschung, sind aber erstaunt über den Aufwand, den man betreibt. Da will sich wohl jemand in Ihr Herz schleichen.



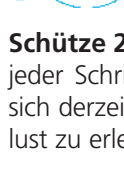
**Jungfrau 24.8.-23.9.** Nicht in der Ferne finden Sie Ihr Glück – sondern ganz in der Nähe. Sie müssen nur die Augen aufmachen und das Offensichtliche mehr beachten.



**Waage 24.9.-23.10.** Ein zweites Mal werden Sie die Streithähne nicht dazu bringen können, Waffenruhe zu schließen. Ziehen Sie sich besser aus der Schusslinie zurück!



**Skorpion 24.10.-22.11.** Der Tipp eines Bekannten hat Sie vor einem unseriösen Angebot bewahrt: Warnen Sie Ihrerseits andere, die ebenfalls diese Offerte erhalten haben.



**Schütze 23.11.-21.12.** Im beruflichen Umfeld will jeder Schritt wohlüberlegt sein. Sie können es sich derzeit nicht leisten, einen finanziellen Verlust zu erleiden.



## TELEFONNUMMERN, DIE SIE IMMER PARAT HABEN SOLLTEN

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

<b>BRAUNSCHWEIG</b>	(0531)
Alzheimer Gesellschaft Braunschweig	8 01 10 70
Ärztlicher Bereitschaftsdienst Braunschweig	116 117
Apotheken-Notdienst, Ärztlicher Notfalldienst	(0800) 00 28 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 <small>gebührenpflichtig</small>	01806996633
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
Kontaktstelle für Selbsthilfe - KIBIS	480-7920
Notruf-Fax für Gehörlose	234 54 44
Rollstuhltaxi	58 08 44 44
Sperrung EC-/Kreditkarte	116 116
Telefonseelsorge	0800 111 01 11
Tierschutz Braunschweig	50 00 07
Touristinfo	470 20 40

<b>WOLFSBURG</b>	(05361)
Ärztendienst	1 92 92
AWO Kreisverband Wolfsburg	05363 / 97 69 19-0
Caritas Wolfsburg	89 00 90
Caritas Seniorenzentrum Detmerode	8 99 77-0
Diakonische Heime in Kästorf e. V.	27 59 26 4
Diakonisches Werk Wolfsburg e. V.	50 10
DRK Kreisverband Wolfsburg e. V.	826 20
DRK-Seniorenzentrum Vorsfelde	05363 / 80 9 90
Gesundheitsamt	28 20 20
Stadtwerke Wolfsburg AG	18 90
Tagesklinik Wolfsburg	29 82-0
Taxiruf	23 0 23
Telefonseelsorge	0800 1 11 01 11
Touristinfo	8 99 9 30
Zentralbibliothek	28 25 46

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

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

Seit 2000 **Wir** im besten  
Alter

## KOSTENLOS ZUM MITNEHMEN

### Über 600 Auslagestellen

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

### Verteilung

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

### Veranstaltungs-Informationen

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

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

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

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

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

**Haus der 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

**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

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



## 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)

# IHRE AUSZEIT

Alle Angebote mit eigener Anreise



## Berlin



**379,- €**  
p.P. im DZ

### Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im 5\* Superior Hotel Adlon Kempinski in Berlin in der im Executive-Kategorie inkl. reichhaltigem Gourmetfrühstück auf der Bel Etage des Adlon Hotels
- 1x ADLON-Currywurst mit Pommes Frites und 1 Glas Sekt in der LOBBY BAR (Tag und Uhrzeit frei wählbar!)
- Freier Zugang zum HEALTH Club, inklusive Hallenbad und Fitnesscenter
- Bettensteuer der Stadt Berlin

**Termine:** 05. – 07.03., 02. – 04.07.,  
16. – 18.07.21, etc.

**Preise:** 379,- Euro p.P. im DZ  
659,- Euro p.P. im EZ

## Ostsee



**ab 174,- €**  
p.P. im DZ

### Ihre Inklusivleistungen:

- 2 Nächte im Maritim ClubHotel Timmendorfer Strand im Superior-Zimmer zur Seeseite inkl. Frühstück
- 1x Abendessen im Ostsee-Restaurant inklusive begleitender Getränke am Anreisetag
- Teilnahme am täglichen Unterhaltungsprogramm
- Buchen ohne Risiko: Für Reiseternine bis Ende 2021 ist eine kostenlose Stornierung oder Umbuchung bis 14 Tage vor Anreise möglich.

**Termine:** Termine von Februar – Mai 2021  
Anreise freitags  
Preis saisonabhängig.

**Preise:** 174,- Euro p.P. im DZ | 219,- Euro p.P. im EZ (Saison A)  
188,- Euro p.P. im DZ | 233,- Euro p.P. im EZ (Saison B)

## Bremen



**ab 165,- €**  
p.P. im DZ

### Ihre Inklusivleistungen:

- 1 oder 2 Nächte im 4\* Superior ACHAT Hotel Bremen City
- Täglich reichhaltiges Frühstück
- Sitzplatzticket (PK4) für das „Große Schlagerfest XXL“, präsentiert von Florian Silbereisen, am Samstag, den 08.05.21, um 19.30 Uhr in der ÖVB-Arena Bremen
- Freie WLAN-Nutzung
- Tourismusabgabe (City Tax) der Stadt Bremen

**Termin:** 08. – 09.05.2021  
Vorübernachtung gegen Aufpreis buchbar.

**Preise:** 165,- Euro p.P. im DZ | 209,- Euro p.P. im EZ  
Vorübernachtung: 65,- Euro p.P. im DZ | 106,- Euro p.P. im EZ

**Wir** im besten  
**Alter**

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

Reiseinformation und Buchung von Mo. bis Do. von 8 bis 18 Uhr, Fr. von 8 bis 16 Uhr unter

**Tel.: 05 41 760 52 05 • Buchungscode: V1255**

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Alle Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben.  
Vertragspartner ist die HKR Hotel und Kurzreisen Vertriebservice GmbH, Große Stralle 17 –19, 49074 Osnabrück.