SPEZIAL
Frohe Weihnachten 2017

braunschweig report

Ausgabe Weihnachten 2017 Januar 2018

Telefon 05 31/38 00 0-0 • Fax 05 31/38 00 0-20 • www.braunschweigreport.de • 22. Dezember 2017

Der Weihnachtsmarkt ist noch bis zum 29. Dezember geöffnet (außer 24./25.12.). Foto: Siegfried Nickel

Echte Unikate

Schmuck gehört zu den ganz klassischen Weihnachtsgeschenken und zugleich zu den schönsten. Personalisierte Ketten oder Armreife sind absolute Unikate und liegen voll im Trend. Eine große Auswahl an Gravurschmuck, der ganz einfach online mit Wunschnamen und anderen Daten gestaltet werden kann, gibt es zum Beispiel bei www.gravado.de.

Zum Wohle

Für Weinliebhaber mit hohen Ansprüchen an den Genuss gibt es vom Schweizer Messer-Spezialisten Victorinox den „Wine Master". Neu am speziellen Weinmesser ist der extralange Korkenzieher mit fünf Rillen, konstruiert ist er wie ein Sommelier-Werkzeug.

Es weihnachtet sehr

Schenken macht glücklich, es bereitet dem Schenkenden und dem Beschenkten Freude. Doch häufig ist man kurz vor Weihnachten noch auf der Suche nach dem passenden Präsent - vor allem für Menschen, die vermeintlich alles haben. Dekorative Geschenke kommen immer gut an, denn sie sorgen für eine wohnliche und moderne Atmosphäre.

Große Emotionen

Emotionen lassen sich verschenken, indem man einen Spielschein für einen lieben Bekannten oder Verwandten ausfüllt. Bei einem Tipp für die europaweite Lotterie Eurojackpot kann derjenige, der das Geschenk kauft, die Laufzeit flexibel festlegen. Der Beschenkte kann so über mehrere Wochen bei jeder Ziehung mitfiebern: www.europackpot.de

Für Pflanzenfreunde

Pflanzenfreunde freuen sich über die dekorativen Yula-Pflanzgefäße von Lechuza, die individuell bestückt und gestaltet werden können. Dank des integrierten Docht-Bewässerungssystems mit Wasserreservoir werden die Pflanzen zuverlässig und individuell mit Feuchtigkeit versorgt.

Mehr Licht

Seit einigen Jahren bringt „SOL" nicht nur Licht in dunkle Taschen, sondern sorgt auch auf Nachttischen, in Kinderzimmern und im Kofferraum für gute Sicht. Wie von Zauberhand wird die Leuchte hell, wenn man mit der Hand in ihre Nähe kommt. Erhältlich in Kaufhäusern oder online unter brainstream.de

Liebe Braunschweigerinnen, liebe Braunschweiger,

Foto: Stadt BS/Nielsen

hinter uns liegt wieder ein ereignis- und arbeitsreiches Jahr. 2017 haben wir viele wichtige Projekte anstoßen und weiterverfolgen können.

Die erste Öffentlichkeitsbeteiligung im Stadtbahnausbau liegt gerade hinter uns, in den nächsten Monaten geht es schon in die Planung für die ersten Strecken. Wir wollen Mobilität ganzheitlicher und stärker regional betrachten, den öffentlichen Nahverkehr verbessern, Radschnellwege in die Region planen und Mobilitätszentren schaffen. Hier denke ich – neben dem Hauptbahnhof – insbesondere an den Bahnhof Gliesmarode, dieser soll zukünftig zu einem Knotenpunkt lokaler wie regionaler Mobilität werden.

Für die Zukunft gut aufstellen wollen wir unsere Stadtwerke. Der Grundsatzbeschluss des Rates für das weitere Vorgehen bei der Neuvergabe der Energienetzkonzessionen und die Entwicklung von BS|Energy war sehr wichtig; ab dem Sommer 2018 soll das Unternehmen einen neuen kommunalen Partner an seiner Seite haben, um Zukunftsthemen wie Digitalisierung und Elektromobilität mit noch mehr Know-how für die Braunschweigerinnen und Braunschweiger meistern zu können.

Auch für den Wohnungsbau tun wir viel. In den kommenden Monaten ziehen die ersten Bewohnerinnen und Bewohner in der neuen Nordstadt ein, derzeit bereiten wir den zweiten Bauabschnitt vor. Gut voran gehen auch die Baugebiete Alsterplatz, Langer Kamp und Heinrich-der-Löwe-Kaserne. Bis 2020 wollen wir Baurecht für insgesamt 5.000 Wohneinheiten schaffen.

Bessere Arbeitsbedingungen erhält unsere Feuerwehr: In diesem Jahr konnten wir den Startschuss für Planungen und Bau des neuen Führungs- und Lagezentrums gegenüber der Hauptfeuerwache geben, dessen Umsetzung 2018 beginnt. Für Ihre Sicherheit nehmen wir in den nächsten Jahren viel Geld in die Hand.

Ebenfalls zu erwähnen ist die Fertigstellung der Wohnstandorte für Geflüchtete im Jahr 2017. Mit den neuen Gebäuden geben wir den hier ankommenden Personen schnellstmöglich nicht nur ein Dach über dem Kopf, sondern ein Zuhause auf Zeit. Nach und nach werden weitere Gebäude fertig, die auch für Entlastung auf dem Wohnungsmarkt sorgen, da sie teilweise von Studierenden oder Menschen mit geringem Einkommen genutzt werden können, weil die Zuweisungsquoten geringer sind als erwartet. Sechs Gebäude haben wir in nur zwei Jahren seit Planungsbeginn fertiggestellt, zwei werden in Kürze fertig.

Wichtige Tiefbauarbeiten wie am Messeweg und auf der Helmstedter Straße wurden 2017 abgeschlossen beziehungsweise sind in Arbeit. Die Brücken Leiferde, Hoheworth und Grund in Melverode sind geplant und außerdem haben wir eine Prioritätenliste für Ganztagsgrundschulen erarbeitet und Planungen dafür auf den Weg gebracht.

Zwei ganz wichtige Ratsentscheidungen warten im kommenden Jahr: Wir erhalten 2018 ein Gutachten über ein interkommunales Gewerbegebiet mit der Stadt Salzgitter. Nach der Auswertung entscheidet der Rat, ob und wie wir das Thema angehen. Außerdem bringen wir das Integrierte Stadtentwicklungskonzept „Braunschweig 2030“ zum Abschluss und legen es dem Rat vor. Ich bin gespannt, wie dieser Masterplan für unsere Stadt in den kommenden Jahren am Ende dann aussieht.

Ein sehr wichtiges Thema für 2018 wird außerdem die hochkomplexe Sanierung der Stadthalle. Weitere große Themen, an denen die Stadtverwaltung arbeitet, sind die Schulentwicklungsplanung, der weitere Ausbau der Kinderbetreuung – von den ganz Kleinen bis zu den Schulkindern – und: die Digitalisierung! Außerdem gibt es noch eine Vielzahl laufender Projekte, die wir im kommenden Jahr weiterverfolgen.

Sie sehen: Es gibt derzeit viele große Zukunftsthemen, die uns alle zur gleichen Zeit beschäftigen. Das verlangt der Verwaltung viel ab, ich bin mir aber sicher, dass wir sie bewältigen werden. Auch unserem Haushalt – den wir weiterhin ausgeglichen gestalten können – verlangen wir viel ab, dürfen allerdings nicht vergessen: Mit all den Investitionen, die wir anschieben, gestalten wir die Zukunft unserer Stadt!

Nun wünsche ich Ihnen aber erst einmal eine besinnliche Weihnachtszeit und schöne Festtage im Kreise Ihrer Liebsten. Kommen Sie gut ins neue Jahr – in unserer Stadt wird es sicherlich ein spannendes!

Ihr
Ulrich Markurth
Oberbürgermeister

Wir bedanken uns bei unseren Kunden für ihre Treue im Jahr 2017.

Gasthaus Michels

Wir wünschen allen ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein gesundes Jahr 2018!

Gasthaus Michels · 38528 Adenbüttel · Neue Schulstraße 1 · Telefon 05304 7611

Inhalt

Frohe Weihnachten	3-7
Veranstaltungen im Dezember	8-10
Reise & Erholung	11
Aktuelles	12-13
Bauen & Wohnen	15
Kleinanzeigen/Stellenmarkt	16
Rätsel	17

Merry X-mas oder Frohe Weihnachten?

Eine kleine (Auf)klärungsgeschichte

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

Es ist wieder die Zeit, daß man auf Plakaten, Anzeigen und ersten Weihnachtsgrüßen den Wunsch lesen kann: Merry X-mas. Aber auch X-mas-shopping und X-mas-partys oder X-mas-dates finden statt. Mit X-mas sei der »Inbegriff des Technischen und Seelenlosen« erreicht, wie der »Verein Deutsche Sprache« vor einigen Jahren verkündete, der seit einigen Jahren das »Denglisch« im Alltag bekämpft. Damit befindet er sich in einer kulturgeschichtlich bedeutsamen Tradition, hatten doch schon so bedeutende Persönlichkeiten wie Joachim-Heinrich Campe (1746-1818) oder Herman Riegel (1834-1900) von Braunschweig und Niedersachsen aus für gutes Deutsch ohne Fremdwörter gekämpft. Woher aber stammt die Wortschöpfung »Xmas« tatsächlich?

Ein wunderschöner Weihnachtsbaum lässt den Schlossplatz in Braunschweig in weihnachtlichem Glanz erstrahlen. ***Foto:S. Nickel***

Rasch ist man mit der Erklärung bei der Hand, dass hier wieder einmal das *»kulturferne«* amerikanische Brauchtum, das uns schon 1931 den rot-weiß gekleideten Coca-Cola-Weihnachtsmann beschert habe, Einzug in die deutsche Kultur gehalten hat. Aber dies ist ebenfalls ein weit verbreiteter Irrtum. Coca-Cola hatte schon den rot-weiß gekleideten Weihnachtsmann nicht für seine Werbung erfunden (nur genutzt), auch wenn diese Legende regelmäßig verbreitet wird. Die klassische Darstellung geht auf ein Bild von Moritz von Schwind aus dem 19. Jahrhundert zurück, das durch seine Verwendung in den Münchner Bilderbögen populär wurde. Ebenso hat die X-Abkürzung eine historische Tradition. Schon im Griechischen stand das große X für »chi« und damit zugleich als Anfangsbuchstabe des Wortes Christus. Im Mittelalter nutzten aus ökonomischen Gründen viele Schreiber im Lateinischen sowie in verschiedenen Nationalsprachen praktische Abkürzungen. X-tus als verkürzte Schreibform von Christus war durchaus üblich geworden. Noch im 19. Jahrhundert lässt sich diese Abkürzungsform bei X-tus oder X-tina (= Christina) in deutschsprachigen Quellen nachweisen. Als diese praktische mittelalterliche Kurzschrift im 19. Jahrhundert aber in den Ruf des Altmodischen geriet, wurde sie in den meisten Nationalsprachen aufgegeben. Nur im Englischen blieb bei manchen Wörtern die alte Tradition der abgekürzten Schreibweise erhalten, wie etwa bei *»X-mas«*. Dieser Brauch ist inzwischen durch die Werbestrategen und ihre eigene Sprache, die aber eben *»nur Plagiat«* nicht eine neue Sprachschöpfung ist, reimportiert worden.

Die puristischen Sprachschützer mögen daher im Interesse der Sprache – wie einst Joachim Heinrich Campe – gegen das *»merry X-mas«* im Deutschen zu Recht angehen und eine Verhunzung der deutschen Sprache darin erkennen. Für den Kulturhistoriker verbindet sich damit allerdings eine alte Schreibtradition, die im Deutschen erst allmählich im 19. Jahrhundert ausgestorben war. Vielleicht hatte der niedersächsische Sprachschützer Joachim Heinrich Campe *»X-tus«* und *»X-fest«* in seinen Weihnachtsnotizen abgekürzt, als er sich zu diesem wichtigen Fest den Wunsch notierte, die Deutschen möchten selbstbewusster, aber auch sorgfältiger mit ihrer eigenen Sprache umgehen. Ein Wunsch, der sich aus der Sicht des Kulturhistorikers durchaus für das Jahr 2017 zu wiederholen eignet.

Die „biblische Weihnachtsgeschichte“

„Es begab sich aber zu der Zeit, dass ein Gebot von dem Kaiser Augustus ausging, dass alle Welt geschätzt würde. Und diese Schätzung war die allererste und geschah zur Zeit, da Quirinius Statthalter in Syrien war. Und jedermann ging, dass er sich schätzen ließ, ein jeder in seine Stadt. Da machte sich auf auch Josef aus Galiläa, aus der Stadt Nazareth, in das jüdische Land zur Stadt Davids, die da heißt Bethlehem, weil er aus dem Hause und Geschlecht Davids war, damit er sich schätzen ließe mit Maria, seinem vertrauten Weibe, die war schwanger. Und als sie dort waren, kam die Zeit, dass sie gebären sollte. Und sie gebar ihren ersten Sohn und wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe; denn sie hatten sonst keinen Raum in der Herberge. Und es waren Hirten in derselben Gegend auf dem Felde bei den Hürden, die hüteten des Nachts ihre Herde. Und der Engel des Herrn trat zu ihnen, und die Klarheit des Herrn leuchtete um sie; und sie fürchteten sich sehr. Und der Engel sprach zu ihnen: Fürchtet euch nicht! Siehe, ich verkündige euch große Freude, die allem Volk widerfahren wird; denn euch ist heute der Heiland geboren, welcher ist Christus, der Herr, in der Stadt Davids. Und das habt zum Zeichen: Ihr werdet finden das Kind in Windeln gewickelt und in einer Krippe liegen. Und alsbald war da bei dem Engel die Menge der himmlischen Heerscharen, die lobten Gott und sprachen: *»Ehre sei Gott in der Höhe und Friede auf Erden bei den Menschen seines Wohlgefallens.«*

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Grund zum Jubeln haben wir gerne und Gründe zu großer Freude gibt es viele: Ein besonderes Projekt ist erfolgreich gelaufen, die Lieblingsmannschaft hat ein wichtiges Spiel gewonnen, die Freundin hat bei einer Verlosung Tickets für den unerreichbar gehaltenen Konzertbesuch der Lieblingsband erhalten. Darüber und über noch viel mehr können Menschen sich sehr freuen. Dabei heißt es nach Sprichwörtern sowohl über die Vorfreude, wie auch über die Schadenfreude, dass sie die schönste Freude sei.

„Siehe, ich verkündige Euch große Freude!" Die Hirten, zu denen der Engel in der Weihnachtsgeschichte diese Worte spricht, erschrecken zuerst. Der Engel führt aus: „Euch ist heute der Heiland geboren, welcher ist Christus, der Herr in der Stadt Davids. Und das habt zum Zeichen: Ihr werdet finden das Kind in Windeln gewickelt und in einer Krippe liegen."

Die Hirten erkennen den Grund zur Freude aus dem zweiten Teil der Engelsbotschaft. Laut der Erzählung aus dem Lukas-Evangelium brechen sie auch gleich auf, neugierig und mit einer Portion Vorfreude. Als sie das Kind gesehen haben, sind sie beglückt und wissen sich reich beschenkt: „Sie priesen und lobten Gott für alles, was sie gehört und gesehen hatten, wie denn zu ihnen gesagt war."

Materiell haben sie nichts gewonnen, aber sie haben Gottes Liebe und Nähe erfahren, Zuversicht und Hoffnung für ihr Leben mitgenommen. Solchen guten Grund zum Jubeln wünsche ich Ihnen zu Weihnachten 2017.

Uta Hirschler, Pröpstin

Weihnachts-Gottesdienste 2017

St. Andreas (Wollmarkt)

Heiligabend

15:30 Christvesper mit Krippenspiel der Mit-Uns-Gemeinde (Pfarrer Fay-Fürst)

17:00 Christvesper mit Musik (Pfarrer Kapp)

23:00 Christnacht (Pfarrer Kapp)

1. Weihnachtstag

17:00 Gottesdienst mit Turmbesteigung und Flötenmusik (Pfarrer Kapp)

2. Weihnachtstag

10:00 Gottesdienst mit Abendmahl (Pfarrer Fay-Fürst)

17:00 Gottesdienst (Pfarrer Kapp)

Dom St. Blasii (Burgplatz)

Heiligabend

10:00 Gottesdienst (Dompr. i. R. Hempel)

15:00 Gottesdienst mit Krippenspiel (Dompfarrerin Witte-Knoblauch)

16:30 Christvesper (Landesbischof Dr. Meyns, Domprn. Götz)

18:15 Christvesper mit Jugendkantorei (Domprn. Götz)

23:00 Christnacht (Dompfarrerin Götz, Prä. Frubrich)

1. Weihnachtstag

10:00 Festgottesdienst mit Abendmahl (Landesbischof Dr. Meyns/ Dompredigerin Götz)

17:00 Lichterkirche (Dompfarrerin Witte-Knoblauch)

2. Weihnachtstag

11:00 Familiengottesdienst mit allen Kinderchören (Dompfarrerin Witte-Knoblauch)

17:00 Weihnachtlicher Kehraus (Dompredigerin Götz/Dompfarrerin Witte-Knoblauch)

17:00 Gottesdienst (Landesbischof Dr. Meyns/Dompredigerin Götz)

St. Katharinen (Hagenmarkt)

Heiligabend

10:30 Gottesdienst (Pfarrer Busch)

18:00 Gottesdienst mit Musik (Pfarrer Busch)

23:00 Gottesdienst mit Musik (Pfarrer Busch)

1. Weihnachtstag

10:30 Festgottesdienst (Pfarrer Busch)

2. Weihnachtstag

10:30 Gottesdienst (Pfarrer Busch)

Klosterkirche (Riddagshausen)

Heiligabend

11:00 Gottesdienst (Pfarrer Knoblauch)

15:00 Familiengottesdienst (Pfarrer Knoblauch)

16:30 & 18:00 Christvesper mit Musik (Pfarrer Knoblauch)

23:00 Gottesdienst (Pfarrer Knoblauch)

1. Weihnachtstag

17:00 Lichterkette (P. Knoblauch)

2. Weihnachtstag

17:00 Lichterkette (P. Knoblauch)

„Wir wünschen unseren Kunden ein ruhiges und gesegnetes Weihnachtsfest sowie ein gesundes und erfolgreiches neues Jahr. Für das entgegengebrachte Vertrauen bedanken wir uns recht herzlich."

☎ 05 31 / 33 30 71

Autohaus Gunther GmbH

Bültenweg 27E - Ecke Nordstraße

Wir wünschen Ihnen ein besinnliches Weihnachtsfest und ein frohes neues Jahr!

Südstraße 14 - 15
38100 Braunschweig
Telefon (05 31) 4 63 81
Telefax (05 31) 141 65

Dental-Labor Riefenstahl

Wegen Geschäftsaufgabe 10 % / 20 % auf alles

MODELLBAU TIBURZY RACING

WELFENHOF-PASSAGE
38100 BRAUNSCHWEIG
Telefon 05 31 / 12 67 00
www.tiburzy-racing.de

WELFENHOF
Meine LebensArt

Frohe Weihnachten 2017

St. Magni (Ölschlägern)

Heiligabend

15:30 Familiengottesdienst mit Krippenspiel (Pfarrer Böger)

17:00 Christvesper (Pfarrer Böger)

23:00 Christnacht (Pfarrer Böger)

2. Weihnachtstag

17:00 Weihnachtsspezial (Pfarrer Böger)

St. Martini (Altstadtmarkt)

Heiligabend

13:00 Andacht für Nichtsesshafte (Pfarrer Meiners)

14:30 Gottesdienst im Hospiz (Pfarrer Meiners)

16:00 Familiengottesdienst mit Krippenspiel Pfarrer Meiners)

18:00 Festgottesdienst mit Musik (Pfarrer Meiners)

23:00 Christmette (Pröpstin Hirschler)

1. Weihnachtstag

11:00 Festgottesdienst in St. Michaelis

2. Weihnachtstag

17:00 Lichterkirche (Pfarrer Meiners)

St. Michaelis (Echternstraße)

Heiligabend

16:30 Festgottesdienst mit Krippenspiel (Pfarrer Berger)

18:00 Christvesper (Pfarrer Berger)

23:00 Christmette (Pfarrer Berger)

1. Weihnachtstag

11:00 Festgottesdienst mit Musik (Pfarrer Berger)

2. Weihnachtstag

17:00 Gottesdienst in St. Martini (Pfarrer Meiners)

St. Petri (Radeklint)

Heiligabend

17:00 Christvesper (Pfarrerin Geyer-Knüppel)

1. Weihnachtstag

17:00 Gottesdienst mit Turmbesteigung in St. Andreas

St. Ulrici-Brüdern (Schützenstr.)

Heiligabend

16:30 Christvesper (Pfarrer Gozdek)

23:00 Christnacht (Pfarrer Gozdek)

1. Weihnachtstag

10:00 Gottesdienst (Pfarrer Gozdek)

2. Weihnachtstag

10:00 Gottesdienst (Pfarrer Gozdek)

Ev. ref. Bartholomäuskirche (Schützenstraße)

Heiligabend

17:00 Gottesdienst (P. Kuhlmann)

1. Weihnachtstag

10:00 Gottesdienst (P. Kuhlmann)

Ev. Kirche Mascherode

Heiligabend

14.00 Familiengottesdienst für Kleinkinder (Diakn. Kempe)

Weihnachten ins Magniviertel

„Rund ums Fest“: Los geht es in der Magni-Kirche am Heiligabend um 15:30 Uhr. Im Gottesdienst für Kleine und Große erzählen 30 Kinder die Weihnachtsgeschichte. Um 17 Uhr findet die Christvesper bei „Krippe und Kreuz“ statt, musikalisch gestaltet vom Cellisten Christian Bussmann. „Magni für Nachtschwärmer“ heißt es um 23 Uhr, wenn der Heiligabend mit festlicher Orgelmusik von Hans-Dieter Meyer Moortgat, biblischen Texten und Gedanken ausklingt. Am 2. Weihnachtsfeiertag lädt um 17 Uhr ein Weihnachtsspezial der Gottesdienstreihe „Magni punkt 5“ zur Rückkehr an Krippe und Kreuz ein. Auf dem Programm steht dann Heiteres und Nachdenkliches zum Festausklang, dazu traditionelle Weihnachtslieder in modernen Arragements für Akkordeon, Piano und Gitarre. Alle Magni-Termine auf www.magni-kirche.de.

Frohe Weihnachten 2017

16.00 Christvesper mit Konfis (P. Kopkow)

18.00 Christvesper (P. Kopkow)

22.00 Heilig-Abend-Ausklang

1. Weihnachtstag

10.00 Gottesdienst (P. Kopkow)

Ev. Kirche Broitzem

Heiligabend

14.30 Gottesdienst mit Konfis (Pn. Mensen-Etzold)

16.00 Gottesdienst mit Konfis (Pn. Mensen-Etzold)

17.30 Christvesper (Pn. Mensen-Etzold)

23.00 Christvesper (Pn. Mensen-Etzold)

2. Weihnachtstag

17.00 Meditativer Gottesdienst (Pn. Mensen-Etzold)

Weihnachts-Gottesdienste 2017

St. Aegidien

Heiliger Abend

16:15 Krippenfeier für Kinder

23:00 Christmette

1. Weihnachtstag

9:30, 11:30 & 18:00 Heilige Messe

2. Weihnachtstag

9:30, 11:30 & 18:00 Heilige Messe

St. Joseph

Heiliger Abend

15:00 Kinder-Krippenfeier

1. Weihnachtstag

10:00 Heilige Messe

2. Weihnachtstag

10:00 Heilige Messe

St. Christophorus

Heiliger Abend

15:30 Kinder-Krippenfeier

17:00 Christmette (kroatisch)

22:00 Christmette

1. Weihnachtstag

11:30 Heilige Messe (kroatisch)

2. Weihnachtstag

9:30 Heilige Messe

11:30 Heilige Messe (kroatisch)

St. Albertus Magnus

Heiliger Abend

16:00 Kinder-Krippenfeier

23:00 Christmette

1. Weihnachtstag

10:00 Hochamt

18:00 Heilige Messe

2. Weihnachtstag

9:30, 11:00 & 18:00 Heilige Messe

St. Cyriakus

Heiliger Abend

10:00 Heilige Messe

12:00 Heilige Messe (polnisch)

16:00 Kinder-Krippenfeier

22:00 Christmette

23:59 Christmette (polnisch)

1. Weihnachtstag

10:00 Heilige Messe

12:00 Heilige Messe (polnisch)

2. Weihnachtstag

10:00 Heilige Messe

12:00 Heilige Messe (polnisch)

17:30 Rosenkranz

Veranstaltungen Dezember 2017

Freitag, 22.12.2017

18:30 Uhr Posaunenchor der Probstei Braunschweig, Braunschweiger Landesmuseum

19:30 Uhr Werther, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)

20:00 Uhr Uli Beckerhoff Quartett plus special guest: Otto Wolters, Roter Saal im Residenzschloss

20:30 Uhr Jubiläumsball 30 Jahre Tangofatal, Brunsviga

22:00 Uhr DomNacht zur Weihnachtszeit „Es begab sich aber zu der Zeit…", Dom St. Blasii

Samstag, 23.12.2017

15:00 Uhr Die Weihnachtsgans Auguste, Theater Fadenschein

19:30 Uhr Novecento. Die Legende vom Ozeanpianisten, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

Sonntag, 24.12.2017

15:00 Uhr "Das Braunschweiger Krippenspiel", Dom St. Blasii

16:30 Uhr und 18:15 Uhr Christvesper, Dom St. Blasii

23:00 Uhr Christnacht, Dom St. Blasii

23:00 Uhr Musik und Meditation über das Lied „O du fröhliche", St. Katharinen-Kirche

23:00 Uhr Mitternachtsgottesdienst zur Heiligen Nacht, Dom St. Blasii

Montag, 25.12.2017

10:00 Uhr Festgottesdienst mit Abendmahl, St. Blasii

10:00 Uhr Weihnachtsbrunch 'n' Sound, Steigenberger Parkhotel Braunschweig

10:30 Uhr Festgottesdienst zum 1. Weihnachtstag, St. Katharinen-Kirche

11:30 Uhr Mozart: Missa brevis in F KV 192, St. Aegidien-Kirche

15:00 Uhr Vlady Bystrov und Karsten Wenzig am Klavier, Wohnpark am Wall (Musik-Cafe)

17:00 Uhr Lichterkirche, Dom St. Blasii

23:00 Uhr Party: Pleasure Park, Nexus

Dienstag, 26.12.2017

11:00 Uhr Familiengottesdienst, Dom St. Blasii

15:00 Uhr BBL / Basketball Löwen Braunschweig vs. medi bayreuth, Volkswagen Halle Braunschweig

17:00 Uhr Tanztee, Waldhaus Oelper

17:00 Uhr Weihnachtlicher Kehraus - Chormusik und Texte, Dom St. Blasii

20:30 Uhr Lake, Barnaby's Blues Bar

Mittwoch, 27.12.2017

14:30 Uhr Wintertheater 2017 Der Nussknacker - Klassik trifft auf Breakdance, Platz an der Martinikirche

19:30 Uhr Aufguss, Komödie am Altstadtmarkt

19:30 Uhr Haus der gebrochenen Herzen, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)

Donnerstag, 28.12.2017

15:00 Uhr Sterntaler, Theater Fadenschein

Anzeige

Willkommen im Yuuka Sushi Restaurant

Die moderne Interpretation der japanischen Gastronomie, kombiniert mit den Handfertigkeiten der Vergangenheit um Sushi für heute neu zu Kreieren. Im Japanischen Grill-Restaurant Yuuka-Sushi bieten wir nicht nur klassische Gerichte wie Sushi und Tempura, sondern auch schmackhafte Variationen neuer Richtungen, um japanischen Geschmack und Aromen unseren Gästen näher zu bringen. Größten Wert legen wir auf Hochwertigkeit und Qualität der Gerichte. Frische Zutaten und sorgfältige Zubereitung sind bei uns obligatorisch. Wir freuen uns demnächst auf Ihren Besuch im Yuuka-Sushi Restaurant.

Wir haben Montag bis Sonntag von 11 bis 15 Uhr und von 17:30 bis 23 Uhr geöffnet.

Reservierungen unter reservierung @yuukasushi.de, Internetadresse http://yuuka-sushi.restaurant.de, Yuka-Sushi, Sonnenstraße 13, 38100 Braunschweig.

Gastronomie mit moderner Interpretation und elegantem Ambiente. Eine Atmosphäre zum Wohlfühlen. Foto: o.H.

19:30 Uhr Wenn die Gondeln Trauer tragen (Don't Look Now), Staatstheater Braunschweig
20:00 Uhr Die Vier Jahreszeiten - Antonio Vivaldi, St. Jakobi-Kirche

Freitag, 29.12.2017

14:30 Uhr Wintertheater 2017 Hänsel, Gretel, Frosch & Wolf, Platz an der Martinikirche
18:30 Uhr Weihnachtliches Singen zum Abschluss des Weihnachtsmarktes, Dom St. Blasii, An der Burgplatztreppe
19:30 Uhr Europeras 1&2, Staatstheater Braunschweig
20:00 Uhr Direktmusik, Staatstheater Braunschweig

Samstag, 30.12.2017

12:00 Uhr 20 Minuten Orgelmusik im "Mittagsgebet", Dom St. Blasii
17:00 Uhr Benefizkonzert für "Ärzte ohne Grenzen", St. Magni-Kirche
19:30 Uhr Peer Gynt, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)

Sonntag, 31.12.2017

16:00 Uhr Operetten-Gala, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)
17:00 Uhr Gottesdienst zum Altjahrsabend, Dom St. Blasii
19:30 Uhr Alex-Silvesterparty, Alex
19:30 Uhr Silvester am Wall "Lord Helmchen"
20:00 Uhr Back to the Future of the Past, Brunsviga
20:00 Uhr Silvester Party mit DJ Stefan mit grossem kalten Büffet, KuBa-Kulturhalle
20:00 Uhr Silvester in Braunschweig, Lokpark Braunschweig
21:00 Uhr Silvesterkonzert bei Kerzenschein - Festliche Musik zum Altjahrsabend, Dom St. Blasii
23:30 Uhr Brunsviga-Silvesterparty

Anzeige

Bummeln, suchen, finden!

Am Sonntag, 31. Dezember, findet von 11 bis 16 Uhr, der größte Modell-Spielzeug- und Sammlermarkt in Hannover im Großmarkt Am Tönniesberg, statt.
Sie alle haben Gelegenheit, schöne Stunden im Reich des Spielzeugs zu verbringen.
Der Eintritt beträgt fünf Euro, Ehepaare acht Euro, Kinder bis 12 Jahren frei.
Markt-Telefon 0172 9544 662 - Großmarkt Hannover!

Anzeige

Das Phantom der Oper

23. Januar 2018 - Stadthalle Braunschweig - 20 Uhr

Die schaurig-schöne Geschichte über „Das Phantom der Oper" gehört zu den Klassikern der Weltliteratur. Das Musical über die fesselnde Geschichte des entstellten Mannes mit der Maske ist ab Januar 2018 auf Jubiläumstournee. Merkwürdige Dinge geschehen im altehrwürdigen Opernhaus zu Paris. Ein grausam entstelltes Wesen haust in den düsteren Katakomben der Oper. Von der Welt unverstanden, vermag einzig die junge Sängerin Christine Daaé das Herz der Bestie zu erweichen. Durch die Bekanntgabe der Verlobung von Christine und dem Grafen Raoul de Chagny entbrennt am Ende in den Katakomben der Oper ein unerbittlicher Kampf der beiden Männer um das Herz und das Leben der schönen Opernsängerin.
Zeitgenössische Kostüme und Frisuren, modernste Licht-und Tontechnik sowie einprägsame Melodien versetzen das Publikum über ein Jahrhundert zurück in den Tempel der Musik in Paris. Ein Highlight für jede Altersstufe.
Tickets an allen bekannten Vorverkaufsstellen, ASA-Ticket-Hotline 01806-570 066 oder unter www.dasphantomderoper.com.

Anzeige

APASSIONATA - Gefährten des Lichts

am 20./21. Januar in Hannover

Ungarische Post der Hasta Luego Academy. *Foto: Veranstalter*

Zum 15. Mal gastiert Europas beliebteste Familien-Entertainment-Show mit Pferden am 20. und 21. Januar 2018 in Hannover und ist ein einmaliges Erlebnis für die ganze Familie. Mit konstant hoher Qualität und 14 erfolgreichen Tourneen avanciert APASSIONATA somit zu einem Aushängeschild der Entertainment-Branche. Die einzigartige Symbiose aus melancholisch-schönen Momenten, rasanter Action, witzigen Comedy-Nummern und eleganten Dressurdarbietungen ist ein Highlight für alle Besucher.
Die insgesamt 60 Pferde, ihre Reiter und ein internationales Team von Tänzern begeistern das Publikum gemeinsam mit einer inspirierenden Geschichte. Die Erinnerungen einer alten Frau an die unglaublichen Begebenheiten ihrer Jugend verleihen der Show ihren Rahmen: Alana wird als junges Mädchen auserwählt, Menschen mit leuchtenden Herzen zu finden – die Gefährten des Lichts – und sie auf der ganzen Welt und in verschiedenen Epochen zu suchen. Alles, um die Erde vor Kälte und der ewigen Dunkelheit zu bewahren.
Mehr denn je überzeugt „Gefährten des Lichts" mit beeindruckenden Szenerien und der perfekten Verschmelzung der Protagonisten und der Show-Elemente zu einem ebenso spannenden wie berührenden Gesamterlebnis. Mit dem neuen APASSIONATA-Kreativteam wird die Inszenierung nochmals auf ein neues Niveau gehoben. Mit einem mitreißenden Soundtrack, aufwendig gestalteten Kostümen und perfekt auf die Szenen abgestimmte Lichtkompositionen werden die Zuschauer Teil einer unvergesslichen Show-Sensation. Die APASSIONATA-Show gibt es nur in Hannover!
Infos und Tickets zur Show finden Sie unter www.apassionata.com. Tickethotline: 01806 - 73 33 33.
Wir verlosen 2 x 2 Eintrittskarten für den 21.1.2018. Wenn Sie gewinnen möchten schicken Sie eine Mail mit Ihrer Telefonnummer bis zum 10.01.2018 an gewinnspiel @braunschweigreport.de. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Anzeige

Hoch- und Deutschmeister

Erleben Sie am Samstag, 24. März 2018, ab 17 Uhr (Einlass 16 Uhr), in der Harzlandhalle in Ilsenburg die älteste Militärkapelle der Welt! Die Original Hoch- und Deutschmeister werden im Rahmen ihrer großen Jubiläumstour ihre traditionsreiche, und vor allem aus den Sissi-Filmen bekannte, kaiserliche Militärmusik in Originaltrachten zum Besten geben.

Neben den Militärmärschen der kaiserlichen österreichischen Armee kommen auch klassische Stücke von Johann Strauß, Carl Michael Zieher, Franz Lehár, Franz von Suppé, Robert Stolz und anderer bedeutender Österreichischer Komponisten zum Tragen.

Wie in den Sissi- Filmen vor 60 Jahren wird auch bei den Auftritten der Original Hoch- und Deutschmeister auf historische Authentizität Wert gelegt. So treten die Musiker in historischen Trachten aus der Kaiserzeit auf. Abgerundet wird das Gesamtbild durch einen Fahnenträger mit der altösterreichischen Fahne, sowie einen „Wachmann", ebenfalls in einer passenden Uniform der Jahrhundertwende. Die junge Sopranistin „Anja Markwart", bekannt als „Gräfin Mariza", die auch die Johannespassion von Bach in Berlin sang, ist die famose Sängerin der „Original Hoch- und Deutschmeister.

Ein unvergessliches Musikerlebnis für alle Liebhaber von Militär- und Blasmusik!

Sichern Sie sich jetzt schon Ihre Karte im Vorverkauf. Tickets gibt es ab 29,80 Euro bei Tourist-Info Tel. 039452-19433, biber ticket-Hotline 0391-5999700, Hotline Tel. 01806-994407 und an allen

Die Hoch- und Deutschmeister der Wiener Hofburg. *Foto: o.H.*

Anzeige

Dinosaurier-Ausstellung

Dinosaurier-Erlebnisausstellung auf dem Schützenplatz.
Foto: Veranstalter

Nach riesigem Erfolg und großer Nachfrage ist die Live-Erlebnisausstellung vom 25. bis 31. Dezember in Braunschweig auf dem Schützenplatz, Hamburger Straße, täglich von 11 bis 18 Uhr zu bestaunen.

Dinosaurier im Reich der Urzeit ist Europas spektakulärste mobile Dino-Erlebnis-Ausstellung. Alle ausgestellten Dinosaurier sind Nachbildungen auf wissenschaftlicher Basis, welche die Besucher hautnah sehen können.

Auf einer Ausstellungsfläche von bis zu 5.000 Quadratmetern kann man über 50 verschiedenen Dinosauriern begegnen, die bis vor rund 250 Millionen Jahren auf der Welt gelebt haben. Das größte Modell der Ausstellung ist acht Meter hoch und 32 Meter lang. Erleben Sie dabei alles Wissenswerte über die Urgiganten und die Geschichte ihrer Entdeckung. Ein unvergessliches und zugleich lehrreiches Erlebnis für Groß und Klein erwartet die Besucher in der faszinierenden und vielfältigen großen Welt der Dinosaurier.

"Zwei dieser gigantischen Show-Dinos waren bereits beim Hollywood-Blockbuster Jurassic Park zu sehen", berichtet Pressesprecher Michael Wagner.

Gehen Sie auf eine Reise in die Urzeit und erleben Sie Dinos hautnah. Im Dino-Kindergarten gibt es für die ganz kleinen Besucher Minidinos zum Klettern und Streicheln und einen Dinosaurier-Fotokopf, in dem man sich fotografieren kann.

Eintrittskarten gibt es an der Tageskasse. Weitere Informationen unter www.dinoinfo.de.

Wir verlosen 10 x 2 Eintrittskarten. Wenn Sie gewinnen möchten rufen Sie heute bis 16 Uhr an unter 0531 / 38 000 0.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

SPEZIAL braunschweig report

Anzeigenschluss

für die Februar-Ausgabe
am 26.1.2018,
ist Mittwoch,
der 24.1.2018, 18 Uhr.

Telefon 0531 / 380000
info@braunschweigreport.de

Reise & Erholung

Anzeige

Solebad wieder geöffnet

Über dem Außenbecken dampft es wieder

Das Sole-Frei- und Hallenbad in Bad Salzdetfurth freut sich wieder auf zahlreiche schwimmbegeisterte Besucher. Foto: o.H.

Solebad ist nach fünfmonatiger Sanierung wieder geöffnet. In nächster Zeit gibt es besondere Angebote.

„Der Dampf über dem Außenbekken ist ein herrlicher Anblick", meinte der Aufsichtsratsvorsitzende der Bad Salzdetfurther Kurbetriebsgesellschaft, Bernhard Brinkmann. Damit sprach er vielen Gästen, die zur Wiedereröffnung des Solebades nach Detfurth gekommen waren, aus der Seele. Fast fünf Monate ging im Bad gar nichts mehr, nach dem das Hochwasser Ende Juli die komplette Technik zerstört hatte. Alle Beteiligten sind hoch erfreut, dass es in dem kurzen Zeitfenster gelungen ist, die Hochwasserschäden zu beseitigen. Es ist das schönste Weihnachtsgeschenk, dass die Gäste im Solebad bei 32 Grad Wassertemperatur wieder Ruhe und Entspannung finden können. Große Freude löste die Wiedereröffnung auch bei zahlreichen Betrieben in Hotellerie und Gastronomie aus, die von den Gästen des Bades besucht werden.

Zur Wiedereröffnung musste niemand Eintritt bezahlen. Dazu lud die Kurbetriebsgesellschaft zu Punsch und Würstchen ein.

In nächster Zeit warten noch besondere Angebote auf die Besucher. Wer zum Beispiel bis zum 23. Dezember eine 10er-Karte für das Solebad kauft, bekommt zwei Gutscheine für freien Eintritt dazu.

Kurz mal weg

Ostsee

Ostseebad Rerik - immer ein Erlebnis!
Tolle Fewos, wunderschöne Natur, super Erholung!
www.Reisecenter-Rerik.de
Tel. 03 82 96 - 7 47 60

Bunter Cluburlaub an der Ostsee - Happy Days am Timmendorfer Strand. Reisetermine von Januar bis März 2018

Eingeschlossene Leistungen:

2 Übernachtungen im Maritim ClubHotel Timmendorfer Strand im Zimmer zur Seeseite · Reichhaltiges Maritim-Frühstücksbuffet mit Sekt · 1 x Abendessen im Ostsee-Restaurant inklusive begleitender Getränke am Anreisetag

Reisepreis: **159 €** p. P. im DZ
Einzelzimmer-Zuschlag 30 €.

Auszeit an der schönen Ostsee - Kurztrip nach Travemünde · Reisetermine im Januar und März 2018

Eingeschlossene Leistungen:

1 x Übernachtung im Maritim Strandhotel Travemünde · Reichhaltiges Maritim Frühstücksbuffet mit Sekt · Nutzung des Schwimmbads im Hotel · 50% Greenfee-Ermäßigung für den Maritim Golfpark

Reisetermine: 19.01. – 20.01.2018 | 03.03. – 04.03.2018

Reisepreis: **66 €** p. P. im DZ
Einzelzimmer-Zuschlag 20 €.

Strandgeflüster am Timmendorfer Strand - Auszeit zum Sonderpreis · Reisetermine von Januar bis März 2018

Eingeschlossene Leistungen:

2 Übernachtungen im Maritim Seehotel Timmendorfer Strand im Zimmer zur Kurparkseite oder zur Seeseite · Reichhaltiges Maritim Frühstücksbuffet mit Sekt · Begrüßungscocktail · 2 x Abendessen im Rahmen der Halbpension · 1 x Kaffeegedeck im Seeterrassen-Restaurant

Reisepreis: **248 €** p. P. im DZ
Einzelzimmer-Zuschlag 28 €.

Winterwellness am Timmendorfer Strand - Zeitlos am verschneiten Ostseestrand · Reisetermine von Januar bis März 2018

Eingeschlossene Leistungen:

2 Übernachtungen im Maritim Seehotel Timmendorfer Strand im **Zimmer zur Seeseite** · Reichhaltiges Maritim-Frühstücksbuffet mit Sekt · Leihbademantel und Schlappen auf dem Zimmer · 1 x Rückenmassage (25 Min.) · 1 x Gesichtsbehandlung „Kleiner Frischmacher" mit Reinigung, Peeling, Gesichtsmassage (25 Min.)

Reisepreis: **285 €** p. P. im DZ
Einzelzimmer-Zuschlag 40 €.

Ostseevergnügen - Kurztrip ins Seebad Travemünde. Reisetermine von Januar bis März 2018

Eingeschlossene Leistungen:

2 Übernachtungen im Maritim Strandhotel Travemünde im Zimmer der Comfort-Kategorie ab der 7. Etage · Reichhaltiges Maritim-Frühstücksbuffet mit Sekt · 2 x Abendessen im Rahmen der Halbpension im Ostsee-Restaurant · Freier Zugang zum exklusiven maritim spa & beauty care-Bereich mit Schwimmbad.

Reisezeiträume (sonntags bis freitags): 07.01. – 03.03.2018 | 04. – 22.03.2018

Reisepreis: **145 €** p. P. im DZ
Einzelzimmer-Zuschlag 40 €.

Veranstalter: HKR GmbH, Erich-Maria-Remarque-Ring 14, 49074 Osnabrück. Eigene Anreise. Preis zzgl. Kurtaxe, zahlbar vor Ort.

Buchung + Informationen unter Telefon 0531 38 000 0 · braunschweigreport Spezial · Hagenbrücke 1-2 · 38100 Braunschweig

Niederlande

CHALET am Niederrhein / Niederlande mit Schwimmbadnutzung, kleine Hunde erlaubt.
Infos unter: 01709520076

Aktuelles

Anzeigen

REWE-Kunden spenden

Spendenaktion „Pfandtastisch".

Aus der REWE Aktion Pfandtastisch, die die Kunden durch Pfandbons spendeten, wurden jetzt im Rewe-Markt am Schwarzen Berg 5000 Euro an Kristina Schmitz von pro familia übergeben. Die Beratungsstelle ist seit über zehn Jahren Treffpunkt für junge Schangere und Mütter mit ihren Babys.
Unter dem Motto „Gemeinsam Teller füllen. Wir helfen vor Ort" hat die Lebensmittelkette REWE bundesweit die Kunden aufgerufen, in ihren Märkten Spendentüten für je 5 Euro für die Tafel zu kaufen. Lang haltbare Lebensmittel im Gesamtwert von über zwei Millionen Euro sind insgesamt zusammengekommen. Davon profitieren mehr als 930 Tafeliniativen.
In den Braunschweiger REWE-Märkten haben die Kunden 1061 Lebensmitteltüten mit Nudeln, Reis, Knödeln, Tomatensuppe, einem Spaghettigericht, Konfitüre, Schokolade und Kekse im Wert von 5305 Euro gespendet, die jetzt übergeben werden.
„Die Tafeln sind Orte der Begegnung für viele Menschen, die am Rande unserer Gesellschaft stehen: Geringverdiener, Rentnerinnen und Rentner, Alleinerziehende und Menschen, die auf Leistungen vom Staat angewiesen sind. Mittlerweile sind zudem 24 Prozent der Tafel-Kunden Kinder und Jugendliche.
REWE gibt bereits seit 1996 täglich Lebensmittel an die Tafeln ab. Dabei handelt es sich hauptsächlich um Frischeprodukte, die zwar nicht mehr verkauft, aber dennoch bedenkenlos verzehrt werden können.
Gespendet von Kunden REWE BS: **Tafeltüten** 2015: 716 Tüten, 2016: 938 Tüten, 2017: 1061 Tüten = 5305 Euro.
An der Veranstaltung nahmen teil Kristina Schmitz pro familia, Herr Ulrich Römer, Frau Friederike Harlfinger, Herr Ralf Keffel, REWE Herr Michael Bösche REWE, die Marktchefs der Braunschweiger REWE Märkte und der Vorstand der BS Tafel Karin Gerecke.

Spendenaktion „Gemeinsam Teller füllen. Wir helfen vor Ort". *Fotos: Siegfried Nickel*

„Ärzte ohne Grenzen" - Benefizkonzert

Foto: J.Salomon-Christ

Am Samstag, 30. Dezember 2017, um 17 Uhr findet in der Magnikirche Braunschweig das Benefizkonzert „Ärzte ohne Grenzen" statt.
So unterschiedlich einzelne Mosaiksteine (=„Tessera") aussehen und sich dennoch zu einem Gesamtbild zusammenfügen, so möchte das Ensemble Tessera mit seiner multinationalen Besetzung auch ein Mosaikstein sein, um notleidenden Menschen in der Welt zu helfen. Erleben Sie Musik verschiedenster Kulturen: neben bekannten Werken des Barock (Bach, Händel, Telemann u.a.) spielen die fünf Musiker des Braunschweiger Staatsorchesters auch Klänge aus der Schweiz, aus Korea, Japan, Amerika, und Musik des syrischen Komponisten Nuri El Ruheibany.
Seien auch Sie ein Mosaikstein und helfen Sie mit!
Denn der Erlös des Konzertes am Samstag nach Weihnachten in der Magnikirche Braunschweig geht zu 100% an die internationale Hilfsorganisation „Ärzte ohne Grenzen".
Der Eintritt ist frei.

Nikolaus besucht Tauben-Apotheke

Der Nikolaus kam in die Tauben-Apotheke.

Auch in diesem Jahr war der Nikolaus wieder sehr fleißig und machte viele Kinder in der Tauben-Apotheke am Altewiekring glücklich.
Viele leere Stiefel waren bis zum 5. Dezember abgegeben worden und warteten darauf, liebevoll bestückt zu werden.
" So eine tolle Resonanz wie in diesem Jahr hatten wir noch gar nicht", schwärmte Isabell Müller-Duve, Inhaberin der Tauben-Apotheke." Der Nikolaus hatte richtig viel zu tun." Am Nikolaus Nachmittag war es dann soweit. Nach und nach wurden unter großer Aufregung die reich bepackten Stiefel abgeholt und der Nikolaus wurde mit strahlenden Gesichtern belohnt. Danke und bis zum nächsten Jahr lieber Nikolaus.

Tauben Apotheke

Alles Gute für Sie!

Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten und ein gesundes Jahr 2018.

Altewiekring 30 · 38102 Braunschweig · Telefon 05 31/33 40 60 · Fax 33 74 71
eMail: info@tauben-apotheke.de · www.tauben-apotheke.de

Aktuelles

„Braunschweig zeigt Herz“

Spendenbereitschaft dabei war hoch

Rote Herzluftballons und Lebkuchenherzen bestimmten am ersten Adventssamstag das Bild der Innenstadt. Zahlreich beteiligten sich die Braunschweigerinnen und Braunschweiger an der Spendeninitiative „Braunschweig zeigt Herz“, sangen und spendeten 13.769,71 Euro für den guten Zweck.

„Als Spendenempfänger sind wir über dieses beeindruckende Ergebnis sehr glücklich. Das Geld wird in vielfältige soziale Maßnahmen fließen, von Integrations- bis zu Inklusionsprojekten. Dank der großen Beteiligung der Spenderinnen und Spender kann somit vielen benachteiligten Menschen geholfen werden“, sagt Norbert Velten, Sprecher der Arbeitsgemeinschaft der Braunschweiger Wohlfahrtsverbände.

Den vorweihnachtlichen Stadtbummel mit einer guten Tat verbinden – das haben sich viele Besucherinnen und Besucher am ersten Adventssamstag zu Herzen genommen.

Informationen sind auch unter www.braunschweig.de/zeigtherz zu finden.

Die Spenden der Initiative „Braunschweig zeigt Herz“ vom 2. Dezember kommen in diesem Jahr den Braunschweiger Wohlfahrtsverbänden zugute. Darunter ist auch die Lebenshilfe Braunschweig, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, Menschen mit Beeinträchtigung in die Gesellschaft zu integrieren. Mit den Kindern des Kindergartens Hasenwinkel der Lebenshilfe freuen sich die Beteiligten: Olaf Jaeschke (Arbeitsausschuss Innenstadt Braunschweig e. V.), Norbert Velten (Arbeitsgemeinschaft der Wohlfahrtsverbände), Claus Dannehl (Schaustellerverband Braunschweig e. V.), Björn Nattermüller (Braunschweig Stadtmarketing GmbH) und Silvester Plotka (Braunschweigische Landessparkasse) (v.l.n.r.). *Foto: Braunschweig Stadtmarketing GmbH/Sascha Gramann*

2000 Euro Spende für Neuerkeroder Kunstwerkstatt

Mit einer Spendenübergabe fand kürzlich ein soziales Gemeinschaftsprojekt von Kunstschaffenden, Kunsthandelnden und Kunstinteressierten sein vorläufiges Ende. Unter dem Titel „Vielfalt leben – Vielfalt gestalten“ hatten der Lions Club Braunschweig-Eulenspiegel und die Galerie Jaeschke zu einer Vernissage mit anschließender Auktion eingeladen. Im Mittelpunkt der Schau standen Werke von Künstlerinnen und Künstlern der Kunstwerkstatt „Villa Luise“, einer Tagesförderstätte für Menschen mit Behinderung im Inklusiven Dorf Neuerkerode. Der Erlös von 4.000 Euro erhielten jeweils zur Hälfte Villa Luise sowie das Projekt „Eine Region für Kinder e.V.“

Die Übergabe der Spende durch Lions-Präsidentin Antje Schomäker (rechts) an die Neuerkeröder Künstler Thomas Hoops (2. v. r.), Holger Denecke (2. v. l.) und Marcus Eckhoff (links), den Geschäftsführer der Neuerkeröder Wohnen und Betreuen GmbH. *Foto: o.H.*

Neuer Kulturkalender Schloss

Die aktuelle Ausgabe des Kulturkalenders Schloss für den Zeitraum Dezember 2017 bis März 2018 ist erschienen.

Er liegt ab sofort im Roten Saal, in der Stadtbibliothek, im Stadtarchiv, in der Touristinfo und in den Vorverkaufsstellen in der Stadt und der Region aus und kann auf der Homepage der Stadt Braunschweig unter www.braunschweig.de/kultur-im-schloss heruntergeladen werden.

Besondere Programmhöhepunkte sind die dritte Ausgabe der Reihe „Okerperlen im Roten Saal“ am 31. Januar, bei der der deutsche Fernsehjournalist Rolf-Dieter Krause über seine Zeit in Braunschweig und seinen weiteren Lebensweg spricht und das „Kinderfilmfest Sehpferdchen“ vom 3. bis 11. März, das für engagiertes Kino und die Vermittlung von Medienkompetenz steht.

Das Stadtarchiv stellt am 11. Januar seine neue und umfassende Übersicht über die Bestände des Archivs im Roten Saal vor.

Zum Gedenken an den Holocaust inszeniert das Seifenblasen-Figurentheater am 26. Januar eine traurige Liebeskomödie für Jugendliche ab 16 Jahren, frei nach „Pyramus und Thisbe“ von Ovid.

In der Stadtbibliothek findet eine ganz besondere Veranstaltung am 21. Februar statt. Patricia Prawit liest, singt und spielt „Ritter Rost und das Haustier“ und entführt alle Zuhörer ab sechs Jahren in den Fabelwesen-Wald.

IHRE AUSZEIT

Busreisen Eigenanreisen Hotelgutscheine

BAD SALZUFLEN
GRÜNKOHLESSEN

Gönnen Sie sich nach den Feiertagen und Feierlichkeiten eine Auszeit im Teutoburger Wald und haben Sie einen geruhsamen Start ins neue Jahr.

Ihre Inklusivleistungen
- 2 Nächte im Maritim Hotel Bad Salzuflen
- Reichhaltiges Maritim Frühstücksbuffet mit Sekt
- 1 x traditionelles Grünkohlessen "satt" am Samstagabend
- Nutzung des Schwimmbads
- Kostenfreies Internet via WLAN und Kabel

TERMINE 12.01. – 14.01.2018 26.01. – 28.01.2018
02.02. – 04.02.2018 Kurtaxe vor Ort zahlbar.

DRESDEN
GALAKONZERTE

Erleben Sie in einzigartiger Kulisse Hits der Klassik, Walzer-Träume und schönste Opern-Arien, präsentiert vom fantastischen DRESDNER RESIDENZ ORCHESTER.

Ihre Inklusivleistungen
- 2 Übernachtungen im Maritim Hotel Dresden
- Reichhaltiges Maritim-Frühstücksbuffet mit Sekt
- 3-Gänge-Abendessen am Anreisetag im Wintergarten Restaurant des Hotels
- Ticket für das Galakonzert im Dresdner Zwinger am Samstag um 17.00 Uhr
- Kostenloses WLAN
- Freie Nutzung des Hotelschwimmbads

TERMINE 02.03. – 04.03.2018 06.04. – 08.04.2018
27.04. – 29.04.2018

Ihre Inklusivleistungen
- 2 oder 3 Nächte im Galerie Design Hotel managed by Maritim in Bonn inkl. Frühstücksbuffet mit Sekt
- Early Check-In ab 12.00 Uhr am Anreisetag
- Begrüßungskölsch
- Katerpaket für den Morgen danach
- Nutzung des Hotelschwimmbads
  Reisezeitraum: 07.02. – 14.02.2018

Ihre Inklusivleitungen
- 2 Nächte im Days Inn Leipzig Messe
- 2 x Frühstücksbuffet
- 1 Ticket für die Aufzeichnung der TV Show „Riverboat" am Anreisetag um 18.00 Uhr am Anreisetag in der media city leipzig
- 1 Ticket für den ÖPNV Leipzig
- Kostenfreies Parken am Hotel
  Reisetermine: 02. – 04.02.18, 23. – 25.02.18, 09. – 11.03.18 u.v.m.

SPEZIAL braunschweig report

Informationen und Bestellungen: Hagenbrücke 1-2 · 38100 Braunschweig
E-Mail: info@braunschweigreport.de · Telefon: 05 31/38 000-10

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Alle Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. Vertragspartner ist die HKR Hotel und Kurzreisen Vertriebsservice GmbH, Erich-Maria-Remarque-Ring 14, 49074 Osnabrück.

Öffnungszeiten von Montag bis Freitag von 9.00 bis 17.00 Uhr

Bauen & Wohnen

Anzeigen

Wasserschäden

können für Hausbesitzer teuer werden

Volker Strughold vom Verband der Privaten Bausparkassen und Florian Lörincz von der Verbraucherzentrale Niedersachsen beantworteten am 1. Dezember zahlreiche Fragen rund ums wetterfeste Bauwerk:

Was kostet eine Trockensanierung?

Das lässt sich von hier aus nicht beantworten. Dies hängt von den Schäden und dem Umfang der Arbeiten ab. Betrifft es Innen- und Außenmaßnahmen gleichzeitig, müssen Sie mit deutlich mehr rechnen als mit einer einseitigen Sanierung.

Kann ich die Trockensanierung über einen Bausparvertrag finanzieren?

Ja, das ist möglich. Bedenken Sie, dass eine angedachte Kellermodernisierung, wie z.B. mit neuen Räumen und Fenstern, am besten gleich in den Finanzierungsantrag aufgenommen wird. So erledigen sie alles in einem Rutsch.

Dies gilt auch für Dach oder Fassade?

Ja, ein Bausparvertrag eignet sich für fast jede Form der Modernisierung oder Sanierung.

Unser Dach scheint undicht zu sein, da wir innen Wasserflecken entdeckt haben. Was kann die Ursache sein?

Es ist denkbar, dass sich Dachziegel verschoben haben oder dass sich Wasser unbemerkt staut. Sicher kann dies Ihr örtlicher Dachdecker beurteilen. Von eigenen Exkursionen auf dem Dach raten wir ab.

Beim letzten starken Regen ist Wasser in den Keller eingedrungen. Wie ist das möglich?

Die Abdichtung Ihres Hauses wird vermutlich schadhaft sein oder nicht ausreichen, falls kein Oberflächenwasser durch z. B. einen Lichtschacht eingedrungen ist. Es empfiehlt sich die Erneuerung der Außenabdichtung. Eine Innenabdichtung, in Verbindung mit Wärmedämmung, ist aufwändiger.

Hauseigentümer fürchten Hagelschläge und ihre Folgen zu Recht. *Foto: djd/Nürnberger Versicherung/panthermedia*

Kleinanzeigen

Auto/Verkauf

Renault Kango RAPID, PKW, geschl. Kasten, weiß, 60 PS, Diesel, von Privat zu verkaufen. Telefon 0171-7721861

VW Bora V5, Heckklappe, in silber, zu verkaufen, VB 45,- Euro, Telefon 0176 30690364

Ankauf

Zahle +– 150,- € für altes Album mit Kriegsfotos. Zahle +– 1000,- für altes Album mit SS-Kriegsfotos. Zahle +– 2000,- für alten Fallschirmjägerhelm. Kaufe Uniformen/-teile, Orden, Urkunden vom Krieg. Tel. 0170 22 77 661

Bekanntschaften

Er, 48, ohne fin. Int., will 10 x am Tag mit ält. Sie o. Paar. Mo.-Mi. ab 20.30 Uhr, anr.: 0174 5322846

Camping/Wohnwagen

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen 03944-36160 · www.wm-aw.de Fa

Familie sucht Wohnwagen oder Wohnmobil, Telefon 0171/4948116.

Suche

Sportschütze sucht Luftgewehr, LP + freie Vorderlader, Tel. 0172-7576570

Geschäftl. Empfehlungen

ADN Schuldnerberatung - kostenlose Beratung und kurzfristige Termine. Telefon 0531/4811471

Immobilien

Renditestarke Kapitalanlage in Pflegeimmobilien sicher und wertstabil, bis zu 5,50% Mietzins p.a., garantierte Miete und indexierte Mietverträge, kein Verwaltungsaufwand, Top-Lage. Infos unter www.deutschland.immobilien

Immobilien/Vermietung

Diverse Hallen in Staßfurt zu vermieten, von 200-500 qm pro Halle. Telefon 05 31/38 000-19/MARAG GmbH

Ladengeschäft in Radegast/Südliches Anhalt, 145 qm sofort zur Vermietung frei. Tel. 05 31/38 000-19/MARAG GmbH

Immobilien/Verkauf

Autoschrotthandel, 3.000,00 qm freitragende Halle, ca. 10.000,00 qm Grundstück, in der Magdeburger Börde nach Gebot zu verkaufen. Preis nach Gebot/Zahlung nach Vereinbarung möglich. Tel. 05 31/38 000-19/ ABF GmbH

Verkäufe

Büroauflösung: Büromöbel/Schreibtische/Schränke/ Stühle ab 10 € + EDV-Anlagen kpl. gegen Gebot abzugeben. Terminvereinbarung unter 0157/57400355

Designer Mantel, schwarz, kurz, Gr. 42, neuwertig hochwertige Wollmischung m. Kaschmir, Lederapplikation, NP 179 Euro für 79 Euro VB, 0171 5293330.

Daumen-Stabilbandage, Größe 1, neuwertig, Bauerfeind Rhizoloc, NP 84 Euro, 30 Euro VB, 0171 5293330

Karneval-Löwenkostüme für Erwachsene, Stück 30 Euro, Tel. 05306 8395774

Pelzjacke und **Geschirr** zu verkaufen. Telefon 0160 376816

Abendkleider lang, 1x getragen, Gr. 38/40, Tel. 05306 8395774

Unterricht

Mathe, Deutsch, Englisch, Französisch 7,90 Euro / 45 Min Kl. 4 - Abitur, Telefon 015792341969

Verschiedenes

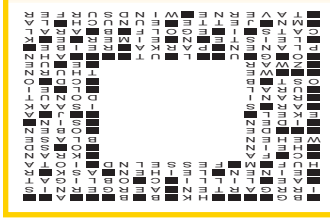
Probleme mit Baumstümpfen??

Wir fräsen bis 2,15 m unter Boden!

Pro Baum GmbH Tel.: 481 14 95

Lösung des Schweden-Rätsels

braunschweig report Spezial Weihnachten · Seite 17



Lösung des Silben-Rätsels

braunschweig report Spezial Januar · Seite 14

1. DIRIGIEREN, 2. SEEANEMONE, 3. STEWARDESS, 4. BLINDLINGS, 5. FORMENTERA, 6. LAUFVOEGEL, 7. KARTOFFELN, 8. FUTUROLOGE, 9. ALLERGISCH, 10. WASSERHOSE, 11. ABLICHTUNG, 12. TASCHENUHR, 13. ROLLTREPPE

Gnade vor Recht ergehen lassen

Impressum

SPEZIAL braunschweig report

Herausgeber und Verleger:

SKD Systemhaus für Kommunikation und Datentechnik Verlag GmbH

Niederlassung:
Hagenbrücke 1-2, 38100 Braunschweig
Verlag: Tel.: 05 31/3 80 00-0
Anzeigen: Tel.: 05 31/3 80 00-10
Fax: 05 31/3 80 00-20
E-mail: info@braunschweigreport.de
Redaktion: Felix Runder VisdP (1)
Anzeigenleitung: Hans-Joachim Kröber (2)
Gestaltung, Satz + Druck (3):
1, 2, 3: SKD GmbH
Hagenbrücke 1-2, 38100 Braunschweig
www.braunschweigreport.de

Stellenmarkt

Aus- und Weiterbildungen im Sicherheitsgewerbe

Jetzt schon für 2018 anmelden!

Umschulungen:
IHK Fachkraft für Schutz und Sicherheit Start: 01.05.18
IHK Servicekraft für Schutz und Sicherheit Start: 01.05.18
Weiterbildungen:
Vorbereitung auf die IHK Sachkundeprüfung gemäß §34a GewO: 29.01. - 23.03.2018

ACHTUNG! Wir sind umgezogen siehe Anschrift!
Förderung durch: Agentur für Arbeit, Jobcenter, DRV, BFD usw. möglich

IQI Fragen? Wir helfen gerne! - Spichernstraße 11a, 30161 Hannover
☎ 0511.844 31 37 / 0170.58600 22, www.i-q-i.de
Institut für Qualifikation und Integration IQI

SCHULDEN? Wir helfen sofort!
Anerkannte Schuldner-/Sozial- und Insolvenzberatungsstelle des Landes Niedersachsen – info@bss-beratung.de
ERSTBERATUNG KOSTENLOS
KOSTENÜBERNAHME MÖGLICH
Psychologische Hilfe durch Psychologin
BSS e.V. gemeinnütziger Verein
Tel. (0531) 2876431

Mitarbeiter (m/w) für die Reinigung von Hotelzimmern gesucht. Beschäftigung sozialversicherungspflichtig oder auf 450 € Basis möglich.
DHD GmbH · Tel.: 0511 - 3530912

KLEINANZEIGEN-ANNAHME
☎ 05 31 / 38 000 10
info@braunschweigreport.de

Zusteller m/w

Neue Zusteller

für einige Gebiete in Braunschweig gesucht!

Für weitere Infos:
Telefon: 0531 / 38 000 0
info@braunschweigreport.de

SKD Verlag GmbH
Hagenbrücke 1-2
38100 Braunschweig

Du bist Student und möchtest Erfahrungen im Medien-Bereich sammeln? Dann bewirb dich auf einen

Praktikumsplatz in der Print-Redaktion

ab sofort!

Wir suchen Dich!

Bewerbungen mit Lebenslauf und Zeugnis bitte an: info@braunschweigreport.de

SKD Verlag GmbH
Hagenbrücke 1-2, 38100 Braunschweig
Tel.: 0531 38000-10, Fax: 0531 38000-20,
info@braunschweigreport.de

Weihnachtsrätsel

Wir wünschen unseren Leserinnen und Lesern ein friedvolles Weihnachtsfest und entspannte Feiertage!

Traditionen, Sitten
geflügeltes Fabeltier
altgermanischer Stamm
ehemal. japanische Münze
gewitzt (ugs.)
Uneinigkeit (ugs.)
weibliches Wildschwein
poetisch: Brunnen
biblischer König
ungefährlich
Ruinenstätte in Kambodscha
Auflaufen eines Schiffes
Unerfreulichkeit
Labyrinth
Frauenkurzname
englisch: ist
erforderlich
unbestimmter Artikel (4. Fall)
borgen
germanische Sagengestalt
Trinkgefäße
ein Streichinstrument
spannend
griechischer Buchstabe
Hornschuh vieler Tiere
italienische Tonsilbe
Lastenheber
Männerkurzname
inneres Hohlorgan
Metropole von Côte d'Ivoire
Geburtsschmerz
griech. Sagengestalt
auf diese Weise
nicht unten
altröm. Kalendertage
babylonischer Mondgott
Maßnahmen
ein Edelmetall
Abrahams Sohn im A.T.
derartige
poetisch: flaches Wiesengelände
Abscheugefühl
Abk.: Nebenausgabe
Fürstin in Indien
Gebirge zwischen Europa u. Asien
Schmalzkringel
Keimzelle
riskantes Abenteuer
Musikträger (Abk.)
Stille
Windrichtung
eine Grenzbehörde
englisch: wir
obwohl
dt. Adelshaus (... und Taxis)
Einwand
beabsichtigen, vorhaben
tätiger Vulkan auf Sizilien
sächliches Fürwort
Monster
von großer Dauer (ugs.)
Weißfisch, Karpfen
tropischer Wirbelsturm
Bilderrätsel
deutsche Vorsilbe
Stammvater
knielanger Anorak
Küchengerät
durchsichtig
geschnittenes Holz
französisch: Sommer
großes Gefäß mit Henkel
Nebenfluss des Rheins
englische Biersorte
pro Einheit
Männername
Abk.: norddeutsch
großer kasachischer See
berühmtes Musical
Rufname der Designerin Joop
Haremswächter
spanischer Artikel
italienisches Gasthaus
Wassersportler

SPEZIAL
Start ins Jahr 2018

braunschweig report

Ausgabe Januar 2018

Telefon 05 31/38 00 0-0 • Fax 05 31/38 00 0-20 • www.braunschweigreport.de • 22. Dezember 2017

Bezaubernde Winterlandschaft lädt zum Wandern ein. *Foto: Christine Braune_pixelio.de*

immo, wenn du schnell
mehr Platz brauchst.
Finde dein perfektes Zuhause
immo erst zu immowelt.de

Jahreswechsel und Silvesterbräuche

in Braunschweig und Niedersachsen

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

Vor allem laut, bunt und fröhlich, gelegentlich nachdenklich, besinnlich und ein wenig abergläubisch – so werden auch in diesem Jahr die Menschen Silvester feiern.

Wie mit allen Festtagen, so verbinden sich auch mit dem Jahreswechsel diverses Brauchtum und allerlei Aberglaube. Das Abendessen zu Silvester sollte mit der Familie oder mit Freunden erfolgen, denn das Essen „im Kreise" seiner Nächsten symbolisiert den Schutz vor Dämonen, die diesen Kreis nicht zerstören können. In der Nacht zum Jahreswechsel geht es schon seit Urzeiten um die Abwehr von bösen Geistern. Geknalle, lärmende Umzüge mit vermummten Gestalten bei denen Trommeln, Schellen und Peitschenknallen für den nötigen Krach sorgten, sollten diese fernhalten. In unserer Zeit wird dieses Brauchtum weltweit durch gigantische Feuerwerke ersetzt. Dabei geht es heutzutage nicht mehr um die Vertreibung von Dämonen. Trotz aller staatlichen oder polizeilichen Verbote ist diese Nacht erfüllt von Schießen und Knallen, dessen Ursprünge neben der oft erwähnten Dämonenabwehr schlichtweg ein Ausdruck der Ausgelassenheit der Freude über das bevorstehende neue Jahr war und ist. Alt und jung erfreuen sich an dem bunten Himmelsspektakel.

War schon immer der 1. Januar der Jahresanfang und wo kommt der Name Silvester her?

Im alten Rom, also in den vorchristlichen Jahrhunderten, begann das Jahr mit dem 1. März, dem Tag des Amtsantritt der höchsten Beamten, der Konsuln. Damit begann sozusagen das „Geschäftsjahr".

Aber schon im zweiten Jahrhundert vor Christus, etwa um 153, feierte man zum ersten Mal den Jahresbeginn am 1. Januar, und die „Calendae Januariae" wurden dann seit Caesar zur großen Festzeit, während bis zur Kaiserzeit die „Saturnalien" dafür gegolten hatten.

Ihr Höhepunkt war der 17. Dezember gewesen, und ihre ausgelassenen und ausgeprägten Festformen haben wahrscheinlich die Kalenderbräuche wesentlich mitgestaltet und beeinflußt.

Der 31. Dezember ist erst seit der Einführung des Gregorianischen Kalenders im Jahr 1582 der letzte Tag des Jahres.

Kaum einmal erfährt man, wer dem letzten Tag im Jahr den so bedeutenden Namen gab: Es war Papst Silvester I., Oberhaupt der Kirche von 314 bis 335. Dieser Tag ist ihm geweiht.

Zum Jahreswechsel haben Glücksbringer Hochkonjunktur

Eine ganze Reihe an Deutungen und Glücksbringern beeinflussen die Feiern zum Jahreswechsel bis heute.

Diese Bräuche gehörten schon seit ewigen Zeiten zum magischen Denken und Handeln der traditionellen Gesellschaften. Dabei dreht sich alles um die Verabschiedung des alten Jahres und die Begrüßung des neuen.

Hintergrund des ausgelassenen, manchmal ausschweifenden Feierns ist die Hoffnung auf Fruchtbarkeit und Wohlstand im neuen Jahr.

Beliebt sind „Glückspfennige", die gemäß der alten Volksweisheit „wer den Pfennig nicht ehrt, ist des Talers nicht wert", ihre glücksbringende Bedeutung bis heute aufrechterhalten konnten.

Der Glückspfennig, in Zeiten des Euros eigentlich Glückscent, aber das sagt kaum einer, ist ein Symbol für Reichtum. Indem man ihn symbolisch verschenkt, wünscht man dem Empfänger, dass diesem niemals das Geld ausgehen möge.

Des Hufeisens Aufgabe dagegen ist es, als Talisman Haus und Hof zu schützen und Fremden den Eingang zu verwehren.

In früheren Zeiten wurde es auch an Schiffsmasten genagelt - selbst Admiral Nelson sorgte dafür, daß die „Victory" nicht ohne diesen Glücksbringer in See stach.

Inhalt

Jahreswechsel/ Silvesterbräuche	3
Veranstaltungen im Januar	4-5
Aktuelles	6
Gute Vorsätze	7
Jahreshoroskop	8-9
Gesund ins neue Jahr	10
Feiern & Heiraten	11
Eintracht	12-13
Rätsel / Horoskop	14
Rezepte	15

Veranstaltungen Januar 2018

Montag, 01.01.2018

17:00 Uhr Feuerwerk der Orgelmusik, Dom St. Blasii

17:00 Uhr Neujahrspredigt im Konzert, mit Pauken und Trompeten, Klosterkirche Riddagshausen

Dienstag, 02.01.2018

19:30 Uhr Aufguss, Komödie am Altstadtmarkt

Mittwoch, 03.01.2018

18:30 Vollmond-Nacht in der Buchhorst, Waldparkplatz Höseweg (gegenüber Ebertallee 45 a)

Donnerstag, 04.01.2018

20:00 Uhr Das Russische Nationalballett aus Moskau: Schwanensee, Stadthalle Braunschweig

20:00 Uhr Hommage an Heinz Erhardt, Das KULT

20:00 Uhr Spiel mir das Lied vom Tod, Staatstheater Braunschweig

Freitag, 05.01.2018

19:00 Uhr Jagd.Kampf.Rausch, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

20:00 Uhr Joachim Król & und L'Orchestre du Soleil: Der erste Mensch, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)

20:00 Uhr Poetry Slam, Roter Saal im Schloss

Samstag, 06.01.2018

15:00 Uhr Weihnachten im Tal der Trolle, Gastspiel: Figurentheater Miriam Paul, Braunschweig, Theater Fadenschein, Bültenweg

16:00 Uhr "Religion neu sehen lernen" St. Martini-Kirche

17:00 Uhr Weihnachtsgeschichte von Andreas Frey, Alphorngruppe des Posaunenchors der Propstei Braunschweig, Klosterkirche Riddagshausen

Sonntag, 07.01.2018

09:00 – 14:00 Uhr Neujahrslauf Naturfreundeheim Braunschweig

Eine schaurig-schöne Geschichte über „Das Phantom der Oper" ist am 23. Januar 2018 ab 20 Uhr in der Stadthalle Braunschweig zu sehen. *Foto: Veranstalter*

19:00 – 22:00 Uhr Feuerwerk der Turnkunst, AURA Tournee 2018, Volkswagen Halle Braunschweig

18:00 Uhr Die Frau vom Meer, Staatstheater Braunschweig, (Kleines Haus)

Montag, 08.01.2018

18:00 Uhr "Was war, das ist vorbei – was jetzt beginnt, das wird noch besser", Jakob Kemenate

Dienstag, 09.01.2018

19:00 Uhr Begabt - die Gleichung eines Lebens, Roter Saal im Residenzschloss

20:00 Uhr 4gewinnt, Improtheater, Das KULT

Mittwoch, 10.01.2018

12:30 Uhr Dr. Peter Joch „Symbole für Amerika", Haus am Löwenwall

19:30 Uhr Flamenco Nuevo, Lessingtheater

Donnerstag, 11.01.2018

15:30 Uhr Molly Monster, Roter Saal im Residenzschloss

20:00 Uhr Jochen Prang, Comedy, Das KULT

Freitag, 12.01.2018

14:30 – 15:30 Uhr Kinder experimentieren (III), Staatliches Naturhistorisches Museum

19:30 Uhr La porta della legge / Die sieben Todsünden, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)

19:30 Uhr Staatliches Russisches Ballett Moskau: "Der Nussknacker" Stadthalle Braunschweig

20:00 Uhr Heinz Klever, Politisches Kabarett, Das KULT

Samstag, 13.01.2018

19:30 Uhr Moby Dick, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

20:00 Uhr Duo Royal „100 Jahre Piaf", Das Kult

20:00 Uhr Theater Fanferlüsch: „Kunst", Roter Saal im Residenzschloss

Sonntag, 14.01.2018

11:00 Uhr Einführungsmatinee Le Havre, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

13:00 Uhr „Kleine Hände im Großen Krieg", Altstadtrathaus

15:00 Uhr Tango-Café im KULT

16:30 Uhr „Es muss nicht immer Goethe sein", Kulturpunkt West

19:30 Uhr Tanz & Tee, Phils Event, Löwenwall 9

Montag, 15.01.2018

11:00 Uhr B-Boys Don't Cry, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

19:30 Uhr Liederabend, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)

Dienstag, 16.01.2018

19:00 Uhr Das Wunderkind Tate, Roter Saal im Residenzschloss

Mittwoch, 17.01.2018

18:00 - 19:00 Uhr "Happy Birthday" – Wir feiern den Geburtstag von Anton Tschechow, Jakob-Kemenate

18:30 Uhr Buchvorstellung „ Der Deutsche Adel im 20. und 21. Jahrhundert", Roter Saal im Residenzschloss

19:00 - 20:00 Uhr Haie – Faszinierende Raubfische in Vergangenheit und Gegenwart, Staatliches Naturhistorisches Museum

Donnerstag, 18.01.2018

16:00 Uhr Zweisprachiges Bilderbuchkino, Stadtbibliothek Braunschweig

19:30 Uhr DOKfilm im Roten Saal, Roter Saal im Residenzschloss

19:30 Uhr Tierschutz in Braunschweig, Augustinus-Saal

20:00 Uhr Play it Again Sam, KuBa Kulturhalle

Freitag, 19.01.2018

18:00 Uhr Djihad, Staatstheater Braunschweig (Haus Drei)

19:30 Uhr Blau-Gelb-Sucht, Die Lesung, Helmstedter Str. 135

19:30 Uhr Moderner und zeitgenössischer Tanz mit »DantzaZ«, Lessingtheater

20:30 Uhr Witze vom Olli, KuBa Kulturhalle

Samstag, 20.01.2018

19:00 Uhr Autoren-Lesung mit Axel Klingenberg, Pfarrscheune St. Jürgen

20:00 Uhr Jazz-Session, Das Kult

20:00 Uhr Mr. Rod, KuBa Kulturhalle

Sonntag, 21.01.2018

11:00 Uhr Writers Ink, Raabe-Haus (Literaturzentrum Braunschweig)

14:00 – 15:00 Uhr Auf den Spuren von Charles Darwin, Staatliches Naturhistorisches Museum

15:00 Uhr Der Vogel im Schnee, Theater Fadenschein

17:00 Uhr Kult-Lese-Café: Hardy Crueger

19:30 Uhr Lebende Legende, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

Montag, 22.01.2018

16:00 Uhr Treffpunkt Bücherwurm, im Bücherwurm, Schloßstraße 8

17:00 Uhr Die 60er-Jahre-Revue, Augustinus-Saal im Augustinum Braunschweig

Dienstag, 23.01.2018

19:30 Uhr Manfred Zieger stellt vor - Honoré de Balzac, Raabe-Haus, Literaturzentrum Braunschweig

19:30 Uhr Die lange Nacht der Kurzfilme, Roter Saal im Schloss

20:00 Uhr Das Phantom der Oper - Central Musical Company, Stadthalle Braunschweig (Großer Saal)

Mittwoch, 24.01.2018

11:00 Uhr How to Kill Your Mother: Projekt Elektra, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

19:30 Uhr Le Havre, Staatstheater Braunschweig (Kleines Haus)

Donnerstag, 25.01.2018

15:30 Uhr Pommes Essen, Roter Saal im Schloss

19:30 Uhr John leCarré, Augustinus-Saal, Augustinum Braunschweig

20:00 Uhr Schweine im Weltraum, KuBa Kulturhalle

Freitag, 26.01.2018

09:30 Uhr Hannes und Paul, Roter Saal im Schloss

20:00 Uhr Zoran Terzi'c: Movie Music, Roter Saal im Schloss

20:00 Uhr Das KULT in Concert: Ulf Hartmann

14:00 Uhr & 19:00 Uhr Ehrlich Brothers, Volkswagen Halle Braunschweig

Samstag, 27.01.2018

14:00 Uhr „Kohlrübensuppe und Lieder der Zeit", Altstadtrathaus

19:00 Uhr Live aus der Metropolitan Opera New York, C1 CINEMA Braunschweig

19:30 Uhr Was ihr wollt, Staatstheater Braunschweig (Großes Haus)

19:30 Uhr Die Netzwelt, Lessingtheater

20:00 Uhr Arne Klang und Freunde, Das KULT

20:00 Uhr Rockabilly Night No. 12, Kuba Kulturhalle

Sonntag, 28.01.2018

11:00 Uhr Drei Schweine, Theater Fadenschein

16:00 Uhr Theater Fanferlüsch: „Kunst", Roter Saal im Residenzschloss

19:00 Uhr Mifrás Konzert, Das KULT

Montag, 29.01.2018

19:30 Uhr Junge Talente musizieren Augustinus-Saal, Augustinum Braunschweig

20:00 Uhr Sinfoniekonzert des Staatsorchesters Braunschweig, Stadthalle Braunschweig (Großer Saal)

Dienstag, 30.01.2018

20:00 Uhr DESiMOs spezial Club: Die MIX-SHOW mit Überraschungsgästen, Brunsviga

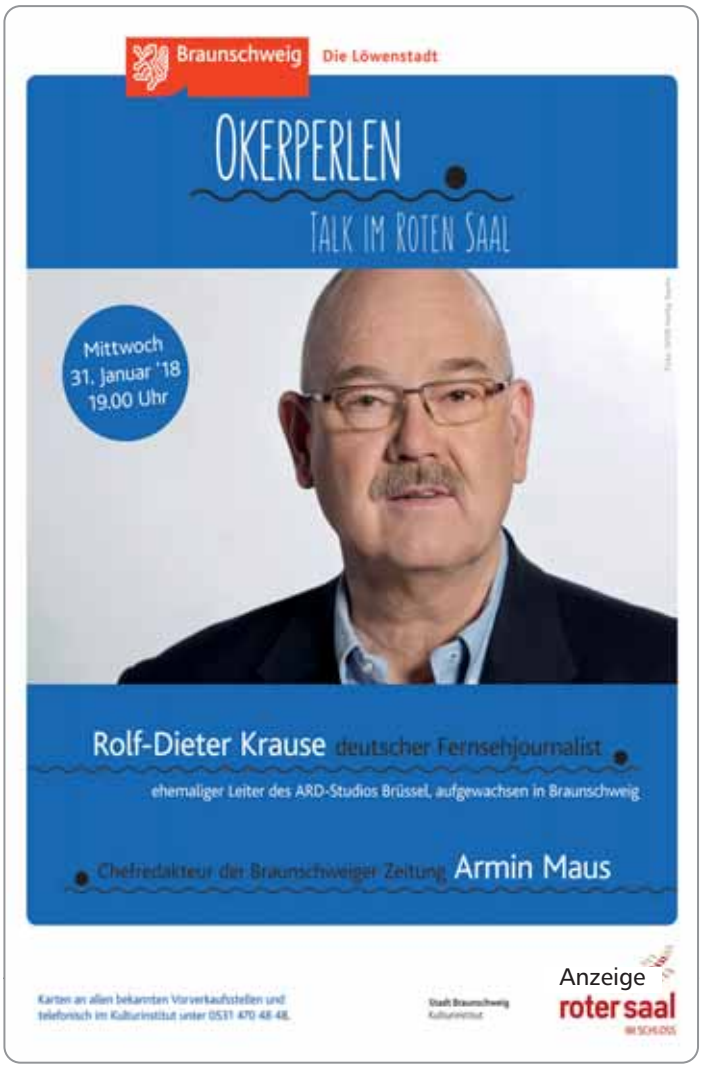
Mittwoch, 31.01.2018

19:00 Uhr Okerperlen, Roter Saal im Schloss

20:00 Uhr Der große Loriot Abend, Stadthalle Braunschweig (Großer Saal)

20:00 Uhr Freddy Farzadi - der Anwalt "Ich bieg mir das zu Recht", Brunsviga

20:00 Uhr Mensch – Maschinen – Körper, LOT-Theater



Aktuelles

10.000 Euro für Mütterzentrum

Spende der Richard Borek Unternehmensgruppe

Scheckübergabe mit Monika Döhrmann (4.v.l.), Leiterin des Mütterzentrums, und Richard Borek jr. (Mitte mit Scheck). *Foto: borek.digital*

Die Richard Borek Unternehmensgruppe hat beim 9. HYGIA-Firmenlauf zum dritten Mal in Folge großes soziales Engagement bewiesen.
Das Ziel, 100 Läufer und Unterstützer an den Start zu bringen, wurde erneut erreicht.
Für jeden Beteiligten spendete das Unternehmen wieder 100 Euro zugunsten eines wohltätigen Zwecks.
Die 10.000 Euro kommen diesmal dem Mütterzentrum Braunschweig zugute. Der Scheck wurde von den Auszubildenden der Richard Borek Unternehmensgruppe überreicht.

Advents-Backaktion

5000 Brote in St. Magni = 600 Euro Spenden

Konfirmanden und Konfirmandinnen der Braunschweiger Magni-Gemeinde beteiligten sich am ersten Adventswochenende an der bundesweiten Aktion „5000 Brote", welche die evangelische Hilfsaktion „Brot für die Welt" in Kooperation mit dem deutschen Bäckerhandwerk initiiert hat. Wie bereits im vergangenen Jahr hatte dazu die Magni-Bäckerei Fucke ihr Backhaus für die Magni-Konfirmanden geöffnet. Gemeinsam mit Bäckermeister Karsten Fucke und Magni-Pastor Henning Böger buken die Jugendlichen vier große Körbe voll schmackhafter Brote, die in der Familienkirche zum ersten Advent reißenden Absatz fanden. Die Brote wurden gegen Spende für drei Jugendbildungsprojekte in Ghana, El Salvador und Albanien abgegeben. So kamen in kürzester Zeit rund 300 Euro zusammen. Die Gemeindepflegestiftung St. Magni hatte zugesagt, die eingenommenen Spenden zu verdoppeln, so dass nun 600 Euro für die Aktion „5000 Brote" überwiesen werden können. Eine Wiederholung der tollen Aktion mit dem neuen Magni-Konfi-Jahrgang im kommenden Jahr ist bereits in Planung.

Die fleißigen Bäcker bei der Arbeit. *Foto: o.H.*

Zehn Jahre Ehrenamt-Förderprogramm

Viertel-Million Euro für Vereine in der Region

Die diesjährigen Gewinner mit Paul Anfang, stellvertretender Vorstandsvorsitzender von BS Energy (ganz links). *Foto: BS Energy*

Mit dem betrieblichen Förderprogramm „50x500 für Ehrenämter" unterstützt BS Energy seit zehn Jahren das ehrenamtliche Engagement seiner Mitarbeiter.
Wer mindestens 100 Stunden im Jahr für einen Verein ehrenamtlich tätig ist, kann sich um eine 500-Euro-Spende bewerben – 50 Vereine werden ausgelost. „Dass sich das Programm so lange bewährt, liegt am großen Engagement unserer Mitarbeiter.
Sie leisten einen wertvollen Beitrag für die Gesellschaft, für unsere Region", so Paul Anfang, stellvertretender Vorstandsvorsitzender von BS Energy, bei der feierlichen Bekanntgabe der diesjährigen Gewinner.
Die Spenden werden jedes Jahr zum Tag des Ehrenamtes am 5. Dezember überreicht.

GUTE VORSÄTZE FÜRS NEUE JAHR

Raus aus dem Gewohnheitstrott

Mit einfachen Tipps aktiver durchs Leben gehen

In der kalten Jahreszeit verlegen viele Menschen ihre Aktivitäten eher nach drinnen und werden gemütlich, gehen ins Kino oder shoppen im Kaufhaus, bleiben zu Hause mit einem Buch und süßen und warmen Leckereien und nehmen selbst für kurze Wege das Auto. „Wenn es früh dunkel wird und die Temperaturen sinken, fällt es schwerer, den inneren Schweinehund zu überwinden und sich aktiv zu betätigen", weiß Jürgen Höller, Europas führender Erfolgs- und Motivationstrainer, und merkt an: „Wer erst einmal nachgegeben hat, tut sich oft schwer, die bequemen Gewohnheiten wieder abzulegen. Dabei ist es einfach, sich zu mehr Sport und Aktivität zu motivieren – egal zu welcher Jahreszeit." Mit 4 Tipps zeigt er, wie es geht.

Im Gesundheitsurlaub in Bad Pyrmont kann man den Alltagsstress vergessen und neue Kraft tanken. Wassergymnastik ist eine attraktive Sportart, die die Gelenke schont und sicher auch in Ihrer Nähe angeboten wird.

Foto: djd/Bad Pyrmont Tourismus GmbH/Christian Wyrwa

1. Gewohnheiten aktiv umpolen

Bequeme und angenehme Dinge werden schnell zur Gewohnheit. Aus diesem Dilemma scheint der Weg oft sehr schwer. „Gewohnheiten entwickeln sich langsam durch Wiederholungen. Wer sich also zu mehr Bewegung und Sport motivieren möchte, muss diese Routineabläufe umpolen", erklärt Höller. Verhaltensforscher haben herausgefunden, dass es sechs Monate oder 10.000 Wiederholungen braucht, um einen Habitus zu festigen. Höller rät: „Nehmen Sie kleine Etappen und planen drei Tage und danach die nächsten 30 Tage oder 30 Wiederholungen. In diesem Zeitraum beginnen die Aufgaben Spaß zu machen und nach einen halben Jahr ist der Ablauf fest im Alltag integriert." Diese Umpolung kann nicht nur bei der Motivation zu mehr Bewegung eingesetzt werden, sondern auch, um andere Gewohnheiten zu ändern, beispielsweise um weniger Schokolade zu essen oder um weniger zu rauchen.

2. Ziele festlegen

Wer nicht klar definiert, was er erreichen möchte, kann sich selbst belügen und besser schummeln. „Eindeutige Ziele, die klar messbar sind, helfen sich selbst zu reflektieren und unterstützen, die Gewohnheiten zu ändern. ‚Ich nehme diese Woche dreimal das Fahrrad, um zur Arbeit zu fahren' – diese Aufgabe kann genau auf ihren Erfolg analysiert werden. Hat es nicht geklappt, muss ermittelt werden, wo die Probleme lagen", erklärt Jürgen Höller. Ebenfalls ist wichtig einen genauen

Aktiv und gut gelaunt durch die dunkle Jahreszeit.

Foto: Kzenon/shutterstock.com/akz-o

Startpunkt zu definieren und die neue Aufgabe nicht ständig vor sich herzuschieben. Zusammen mit den zeitlichen Etappenzielen ergibt sich hier schon ein richtiger Maßnahmenplan.

3. Hauptsache, es motiviert

„Die Motivation steigt natürlich auch mit der Aktivität, die man sich vornimmt. Das kann alles sein: Tanzen, Fahrradfahren, Badminton, Yoga, Bouldern, eine Aufgabe drinnen oder draußen – wählen Sie von Beginn an etwas aus, worauf Sie Lust haben", rät Jürgen Höller. Ebenfalls positiv unterstützend wirken hier Aktivitäten mit Freunden oder Gruppenkurse. Feste Termine schaffen Verbindlichkeiten, die es erleichtern, den inneren Schweinehund zu überwinden, und passen gut in die Gewohnheitsumpolung.

4. Schmerz und Freude disziplinieren

Klingt komisch, ergibt aber Sinn, denn aus der Motivationsforschung weiß man, dass Schmerz und Freude Hauptantriebsfedern sind. Bequemlichkeit ist eine Form der Freude, die es gilt zu überwinden, wenn es darum geht, mehr Sport zu treiben. Sport ist folglich die Schmerz-Komponente. „Für den Erfolg muss man sich Folgendes vor Augen halten: Nehme ich einen kurzfristigen Schmerz oder eine Anstrengung auf mich, kann daraus langfristig eine Belohnung, wie die Wohlfühlfigur oder ein fitter Organismus, folgen und damit Freude entstehen. Vermeide ich diesen Schmerz jedoch dauerhaft, muss ich langfristig auf die Freude in Form der Belohnung verzichten", verdeutlicht Jürgen Höller.

Ebenfalls nach dem Schmerz-Freude-Prinzip ist es möglich, bei Erreichen eines Etappenziels sich mit etwas zu belohnen und bei Nichterreichen des Vorhabens einen „Preis" festzulegen, sei es eine Runde Kaffee ausgeben für die Kollegen, den Rest der Woche den Abwasch der Familie erledigen oder Ähnliches. Entscheidend ist dabei, dass dieser Preis dazu bewegt, lieber die vorgenommenen Aktivitäten einzuhalten.

Weitere Informationen unter www.juergenhoeller.com.

Beste Beratung. Umfassende Pflege.

Sie haben Fragen zu den Pflegeleistungen der DAK-Gesundheit?

- häusliche Pflegehilfe durch Pflegedienste
- Pflegegeld bei Pflege durch Privatpersonen
- voll- und teilstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Hospizpflege
- Pflegehilfsmittel
- individuelle Pflegeberatung

Wir beraten Sie gern.

Ihre DAK-Gesundheit
Pflegekasse Braunschweig
Neue Str. 20, 38100 Braunschweig
Telefon: 0531 801 13 50
E-Mail: service713000@dak.de

Jetzt kostenlos beraten lassen!

DAK Gesundheit

Jahreshoroskop 2018

Widder

21. März - 20. April

Partnerschaft:
In diesem Jahr möchten Sie um jeden Preis aus dem alten Trott ausbrechen, denn Sie haben Lust auf Veränderungen. Vertrauen Sie auf Ihre Gefühle und lassen Sie sich überraschen. Das Leben hält noch einige schöne Dinge für Sie bereit. Sie sind auf dem richtigen Weg. Erzwingen Sie aber nichts sondern warten Sie lieber, bis Sie sich Ihrer Sache ganz sicher sind.

Beruf:
Mit Ihren Ansichten können Sie jetzt viel bewegen und auf sich aufmerksam machen. Es könnten sich interessante berufliche Chancen ergeben. Sie müssen nur noch etwas an Ihrer Durchsetzungskraft arbeiten, dann läuft alles wie am Schnürchen. Ein wenig mehr Selbstbewusstsein wird Ihnen dabei helfen. Bescheidenheit ist zwar manchmal gut, jetzt aber fehl am Platz.

Gesundheit:
Was kann ich mir zumuten? Diese Frage sollten Sie sich in Zukunft öfter stellen, denn in letzter Zeit haben Sie Ihre Gesundheit manchmal ziemlich vernachlässigt. Sie sollten nicht ständig glauben, dass Sie immer funktionieren müssen. Folgen Sie einfach Ihren Gefühlen und stehen Sie zu Ihren Wünschen und Bedürfnissen, das steigert Ihr Wohlbefinden.

Stier

21. April - 20. Mai

Partnerschaft:
Die Zeichen stehen in diesem Jahr ganz eindeutig auf Liebe! Wenn auch zunächst noch nicht so viel in Bewegung kommt, lassen Sie sich nicht entmutigen. Viele schöne Stunden der Zweisamkeit und prickelnde Momente stehen Ihnen bevor. Hören Sie auf Ihre inneren Impulse, dann könnte alles, wovon Sie schon lange geträumt haben, in Erfüllung gehen.

Beruf:
Für dieses Jahr dürfen Sie die Messlatte ruhig etwas höher legen, denn Sie entwickeln eine enorme Kraft. Nehmen Sie eventuelle Kritik nicht persönlich sondern legen Sie ein klar strukturiertes Konzept vor. Konzentrieren Sie sich auf Ihr Vorhaben, dann kann nichts schief gehen und Sie können allen zeigen, was in Ihnen steckt. Ohne Mut kommen Sie allerdings nicht voran.

Gesundheit:
Was kann ich mir zumuten? Diese Frage sollten Sie sich in Zukunft öfter stellen, denn in letzter Zeit haben Sie Ihre Gesundheit manchmal ziemlich vernachlässigt. Sie sollten nicht ständig glauben, dass Sie immer funktionieren müssen. Folgen Sie einfach Ihren Gefühlen und stehen Sie zu Ihren Wünschen und Bedürfnissen, das steigert Ihr Wohlbefinden.

Zwilling

21. Mai - 21. Juni

Partnerschaft:
Wenn demnächst eine neue Beziehung in Ihr Leben tritt, sollten Sie das zunächst lieber für sich behalten und nicht gleich allen davon erzählen. Bewahren Sie sich das kleine Geheimnis noch eine Weile und genießen Sie die Zweisamkeit. Erst, wenn Sie sich ganz sicher sind, sollten Sie Ihre Freunde einweihen. Manchmal gibt es Neider, denen man das gar nicht zugetraut hätte.

Beruf:
Unerwartete Ereignisse sollten Sie jetzt als Herausforderung sehen. Nutzen Sie alle Gelegenheiten konsequent, um Ihr Vorhaben auf ein stabiles Fundament zu stellen. Jetzt zählt nicht nur der kurzfristige Erfolg, sondern das große Ganze. Auch wenn Sie die Zusammenhänge im Moment noch nicht ganz genau erkennen, wird sich Ihr Engagement auf jeden Fall lohnen.

Gesundheit:
Auch wenn Sie glauben, dass Sie unter Druck am besten funktionieren, sollten Sie etwas mehr auf sich aufpassen. Versuchen Sie, nicht über das Ziel hinauszuschießen und gönnen Sie sich ab und zu auch wieder Pausen, um Ihren Körper zur Ruhe zu bringen. Vielleicht finden Sie sogar Spaß an Meditationsübungen, um den Geist für neue Aufgaben frei zu bekommen.

Krebs

22. Juni - 22. Juli

Partnerschaft:
Versuchen Sie künftig, mit jemandem, dem Sie vertrauen, über Ihre Gefühle zu sprechen. Manchmal kann ein Gespräch helfen, Dinge von einer anderen Seite zu betrachten, die einem selbst noch gar nicht in den Sinn gekommen sind. Denken Sie auch noch einmal darüber nach, ob Sie wirklich bereit sind, sich auf Dauer zu binden.

Beruf:
Das neue Jahr bietet Ihnen die Möglichkeit, vieles zu verändern. Wenn sich Hindernisse in den Weg stellen, dürfen Sie jedoch nicht gleich aufgeben. Sie haben genug Energie, um die Projekte, die Sie bereits begonnen haben, jetzt auch zu Ende zu bringen. Allerdings kann es sein, dass Sie sich in der nächsten Zeit auf einige Überstunden einstellen müssen.

Gesundheit:
Gesunde Ernährung und das Reduzieren von Genussgiften sind jetzt das A und O. Damit sich keine Aggressionen aufstauen, ist Sport oft die beste Medizin. Wenn Sie alleine keine Motivation haben, suchen Sie sich einen Verein oder eine Sportgruppe, wo Sie gefordert sind. Der Erfolg wird sich schnell einstellen und nebenbei verlieren Sie auch noch ein paar Pfunde.

Löwe

23. Juli - 23. August

Partnerschaft:
An heißen Flirts wird es in der Jahresmitte nicht mangeln. Das bedeutet nicht immer, die große Liebe zu finden – auf Ihre Kosten kommen Sie aber allemal. Stürzen Sie sich jedoch nicht in jedes Abenteuer, das kann auch fatale Folgen haben. Bleiben Sie ganz natürlich und genießen Sie auch mal den Augenblick und schwanken Sie nicht immer hin und her.

Beruf:
Achten Sie bei Verhandlungen auf Ihre Wortwahl, sonst kann es gleich zu Beginn des Jahres zu unerwünschten Situationen kommen. Zeigen Sie Ihrem Gegenüber Respekt und Aufrichtigkeit, dann kommen Sie dahin, wo Sie hin wollen. Ihre Fähigkeit, auch die Kollegen zu begeistern und zu motivieren, kann Ihnen einen weiteren Pluspunkt bei Ihrem Vorgesetzten bringen.

Gesundheit:
Sie haben in letzter Zeit viel Kraft verbraucht, um für andere da zu sein. Jetzt müssen Sie auch einmal an sich denken, sonst leidet Ihre Gesundheit unter diesem Ungleichgewicht. Widmen Sie sich mehr den schönen Dingen des Lebens, es ist höchste Zeit für eine Erholungspause. Bevor Sie ernsthaften Schaden erleiden, müssen Sie bei allem etwas kürzer treten.

Jungfrau

24. August - 23. September

Partnerschaft:
Alles ist möglich – so könnte das Motto für dieses Jahr lauten. Seien Sie darauf gefasst, dass Sie vielleicht der „Liebe auf den ersten Blick" begegnen, aus der sich dann eine dauerhafte Beziehung entwickeln könnte. Wichtig ist aber, dass Sie nicht die Hände in den Schoß legen und darauf warten, man muss auch selbst etwas für sein Glück tun.

Beruf:
Eine kreative Pause wird Ihnen gut bekommen, denn Sie haben sich in der letzten Zeit einfach über einen langen Zeitraum zu viel abverlangt. Sie sind mit Ihren Gedanken nicht ganz bei der Sache und dadurch am Arbeitsplatz manchmal unkonzentriert. Ihre optimistische Grundstimmung wird Ihnen aber helfen, bis zur Jahresmitte Ihre alte Form wieder zu finden.

Gesundheit:
Sie sollten auch mal den Rat anderer Menschen annehmen und sich Ihre Kräfte besser einteilen. Man erwartet gar nicht von Ihnen, dass Sie immer hundert Prozent geben. Lernen Sie Ihre Grenzen kennen, damit Sie wissen, wie weit Sie gehen können. Im Moment sollten Sie aber Ihre Aufmerksamkeit lieber auf Dinge richten, die Ihnen Spaß bereiten. Passen Sie mehr auf sich auf!

Jahreshoroskop 2018

Waage

24. September - 23. Oktober

Partnerschaft:
Für die nächste Zeit sollten Sie die Beziehungsarbeit wieder etwas mehr in den Focus stellen. Wenn es in letzter Zeit zwischen Ihnen und Ihrem Partner nicht so gut läuft, kann das auch an Ihnen liegen. Hören Sie sich die Kritik an, sagen Sie aber auch selbst, was Sie stört. Nur so lassen sich konkrete Zukunftspläne schmieden, mit denen Sie beide glücklich sind.

Beruf:
Wenn Sie sich jetzt richtig positionieren, steht Ihnen auf dem Weg zum Erfolg nichts mehr im Weg und es könnte ein Aufstieg der Extraklasse werden. Verlassen Sie sich bei Verhandlungen auf Ihr kommunikatives Geschick. Reagieren Sie flexibel auf ein Angebot, das man Ihnen macht, wägen Sie aber anstehende Entscheidungen gründlich ab, bevor Sie eine Zusage machen.

Gesundheit:
Nachdem Sie im letzten Jahr viel gefordert wurden, wird sich in den ersten Monaten des neuen Jahres alles zum Guten wenden. Sie werden Ihre innere Zufriedenheit wiederfinden und das wird sich auch auf Ihre Gesundheit auswirken. Auch wenn es in den Sommermonaten noch einmal Unannehmlichkeiten geben kann, werden Sie später dafür wieder entschädigt.

Skorpion

24. Oktober - 22. November

Partnerschaft:
Wichtig ist, dass Sie sich jetzt nicht zurückziehen. Sie wollen nicht enttäuscht werden, deshalb fällt es Ihnen so schwer, offen mit Ihrem Partner über Ihre Gefühle zu sprechen. Haben Sie Vertrauen aber auch Selbstbewusstsein, dann können Sie Ihre Beziehung wieder auf eine solide Basis stellen. Das Auf und Ab der letzten Zeit wird sich bald legen.

Beruf:
Bringen Sie Ihre beruflichen Vorhaben jetzt unter Dach und Fach. Ihre Zurückhaltung in allen Ehren aber jetzt müssen Sie die Initiative ergreifen, sonst kommen Sie nicht an Ihr Ziel. Sagen Sie klar und deutlich Ihre Meinung, nur so lassen sich offene Fragen lösen. Beweisen Sie Engagement und Disziplin und vertrauen Sie auf Ihre Fähigkeiten.

Gesundheit:
In Zukunft sollten Sie Ihre Termine besser planen und vor allem den Stress der letzten Zeit vermeiden. Ziehen Sie sich einfach öfter mal zurück und machen es sich alleine gemütlich. Ihre Freunde werden sich zwar wundern aber Sie auch verstehen. Machen Sie sich den Spruch „Nichtstun ist auch eine Tätigkeit" zum Motto, dann werden Sie wieder neue Kraft tanken.

Schütze

23. November - 21. Dezember

Partnerschaft:
Die kommende Zeit eignet sich hervorragend, um Zukunftspläne zu schmieden und diese dann auch in die Tat umzusetzen. Die Sterne stehen günstig, um neue Bekanntschaften zu schließen. Schon bald könnten Sie jemand treffen, der Ihrem Ideal ganz nahe kommt. Erwarten Sie aber nicht, dass der andere ahnt, was Sie gerne möchten und bringen Sie niemand in Bedrängnis.

Beruf:
Nutzen Sie die kommende Zeit sinnvoll, um berufliche Veränderungen vorzubereiten und haben Sie auch Mut für eine Investition. Eine Existenzgründung bringt zwar meist auch Risiken mit sich, wenn Sie sich aber fachlichen Rat holen, können Sie schon bald zufriedener in die Zukunft schauen. Die Chancen auf einen Erfolg stehen ausgezeichnet.

Gesundheit:
Das Stichwort für dieses Jahr lautet „Entschleunigung". Gönnen Sie sich öfter mal eine Atempause, dann wird sich Ihr Organismus auch schnell wieder erholen. Schon in der Jahresmitte werden Sie sich wieder so fühlen, dass Sie Bäume ausreißen könnten. Denken Sie aber immer daran, dass die Gesundheit das höchste Gut ist und übertreiben Sie nicht gleich wieder.

Steinbock

22. Dezember - 20. Januar

Partnerschaft:
Die kommende Zeit ist von großer Emotionalität geprägt. Öffnen Sie Ihr Herz und denken Sie nicht zu viel nach, sondern folgen Sie besser Ihrem Gefühl als Ihrer Vernunft. Verplanen Sie nicht jetzt schon die Zukunft, sondern genießen Sie die schönen Momente, die sich Ihnen jetzt bieten. Nutzen Sie Ihre Chancen, es liegt ganz allein an Ihnen, was Sie jetzt daraus machen.

Beruf:
Ihr Tempo und Ihr souveränes Auftreten werden bewundert. Zeigen Sie zwar, dass Sie ein Profi sind aber tun Sie nicht so, als ob Sie alles mit links schaffen. Wichtig ist, dass Sie weiter im Team arbeiten, dann werden Sie auch die Unterstützung erhalten, die Sie benötigen. Haben Sie dabei keine Hemmungen, die Kollegen um Hilfe zu bitten, denn das ist kein Zeichen von Schwäche.

Gesundheit:
Gesundheitliche Beeinträchtigungen sind in der nächsten Zeit nicht zu erwarten und dank Ihrer positiven Einstellung wird sich daran auch nichts ändern. Voraussetzung ist allerdings, dass Sie weiterhin sorgfältig alle Kontrolluntersuchungen vornehmen lassen. Achten Sie auch in Zukunft auf die Signale Ihres Körpers, dann bleiben Sie weiterhin so fit.

Wassermann

21. Januar - 19. Februar

Partnerschaft:
Sie haben aus Ihren Erfahrungen in der letzten Zeit gelernt. Lassen Sie sich nicht entmutigen – nach der langen Talfahrt wird es auch bergauf gehen. Sicher werden Sie bald einen Partner finden, der voll und ganz für Sie da ist und an dessen Schulter Sie sich anlehnen können. Lassen Sie ruhig mal Ihren Charme spielen und haben Sie Vertrauen in die Zukunft.

Beruf:
Mit Ausdauer und Disziplin werden Sie schon bald an Ihr Ziel kommen. Zeigen Sie bei Verhandlungen aber mehr Fingerspitzengefühl, dann könnte sich eine Option auftun, die Sie auf der Karriereleiter ein ganzes Stück weiter bringt. Zum Jahresende könnten Sie ein Angebot erhalten, dass Sie kaum ausschlagen können. Trotzdem sollten Sie keine schnelle Entscheidung treffen.

Gesundheit:
Sie können sich sportlich ruhig etwas mehr fordern und Ihre Leistungsgrenzen ausloten. Das wird Ihre Kondition steigern und Sie bekommen wieder mehr Energie. Für Ihre Ernährung sollten Sie mehr frisches Obst und Gemüse einplanen, dann werden Sie insgesamt wieder leistungsfähiger und das wird sich auf Ihr Gesamtbefinden positiv auswirken.

Fische

20. Februar - 20. März

Partnerschaft:
Die Chancen auf eine neue Liebe stehen gut! Bevor Sie jedoch eine Entscheidung fällen überlegen Sie, für wen Ihr Herz wirklich schlägt. Haben Sie noch etwas Geduld, spätestens Mitte des Jahres werden Sie wissen, ob Sie wirklich bereit sind, sich neu zu binden. Folgen Sie dabei Ihrer inneren Stimme aber bedenken Sie auch: Erzwingen kann man nichts.

Beruf:
Lassen Sie sich durch Rückschläge nicht frustrieren, überlegen Sie jedoch auch einmal, ob ein anderer Weg für Sie die bessere Wahl wäre. Dafür müssten Sie sich aber mehr engagieren. Den Rat von anderen sollten Sie annehmen, die Entscheidung dagegen müssen Sie ganz alleine für Ihre Zukunft fällen. Scheuen Sie sich nicht vor Veränderungen, wer nicht wagt, der nicht gewinnt.

Gesundheit:
Für Ihre innere Ausgeglichenheit ist eine aktive Entspannung wichtig. Versuchen Sie es mit Yoga oder Pilates. Es dauert gar nicht lange und Sie werden die ersten Erfolge bemerken. Sie werden ruhiger und sehen vieles mit Gelassenheit, worüber Sie sich vorher mächtig aufgeregt haben. Ihren täglichen Pflichten nachzukommen wird Ihnen dann auch viel leichter fallen.

Gesund ins neue Jahr

Farbenfroh den Beinen Gutes tun

Das Tragen von Kompressionsstrümpfen fällt angesichts der inzwischen erhältlichen Modefarben deutlich leichter. Foto: rgz/medi

Medizinische, flachgestrickte Kompressionsstrümpfe sind die Basistherapie für Lymphödem-Patientinnen. Die Strümpfe aktivieren die Lymphtätigkeit und können Schwellungen und Verhärtungen des Bindegewebes abbauen. Die Beine entspannen, Spannungsgefühle und Schmerzen können abklingen. Die Strümpfe mit Naht werden aus festerem, kompressivem Material gefertigt und halten Arm- und Beinödeme durch ihren flächigen Druck konstant. Sie bewahren auch das Ergebnis der Lymphdrainage und sollten direkt danach angelegt werden. Das Tragen von Kompressionsstrümpfen fällt angesichts der mittlerweile erhältlichen Modefarben deutlich leichter. Die Farbpalette bei mediven Kompressionsstrümpfen beispielsweise wurde nun um Mintgrün, Koralle und Jeansblau erweitert. Informationsmaterial zu den neuen Trendfarben sowie die DVD "Leben mit Lymphödem" und den Ratgeber "Stau im Gewebe" können unter der Telefonnummer 0921-912750 sowie per E-Mail unter verbraucherservice @medi.de angefordert werden. (rgz/ho)

Anzeige

Fit in den Alltag mit Let's Bands

Mit den praktischen powerbands können Sie einfach und überall trainieren.

Ob Kochen, Staubsaugen oder Rechnungen begleichen – kaum von der Arbeit zuhause, warten dort schon die nächsten Aufgaben. Für Sport bleibt oft keine Zeit. Doch warum nicht einfach die Hausarbeit mit dem Workout verbinden?

Durch die praktischen powerbands von Let's Bands können verschiedene Übungen ganz einfach auch beim Kochen, Aufräumen oder am Schreibtisch durchgeführt werden. Langweilige Bügelabende und nervige Wartepausen (z.B. am Herd oder Computer) werden somit spielend leicht überbrückt und effektiv genutzt – nebenbei werden Muskeln gestärkt und der Kreislauf in Schwung gebracht.

Egal ob Anfänger oder Profi, die powerbands eignen sich für jedes Trainingslevel, ohne dabei viel Platz oder Zeit zu beanspruchen.

Dank der powerbands wird der gesamte Körper schon mit wenigen, gezielten Übungen effizient trainiert. Ein weiterer Vorteil der powerbands: Sie passen in jede Tasche und können überall mit hingenommen werden. Das powerbands Set MAX besteht aus vier unterschiedlich starken Widerstandsbändern, die während der Übungen nicht nur die großen Muskelgruppen, sondern auch die tiefliegenden Rumpfmuskeln, welche willentlich nicht angesteuert werden können, beanspruchen.

Let's Bands sorgt neben dem richtigen Trainingsequipment auch für das nötige Trainings-Know-how, um seinen Kunden maximalen Erfolg zu ermöglichen. Deshalb stehen mit der Let's Bands Trainingsplattform über 650 Übungen sowie mehr als 100 Workouts mit variierenden Schwerpunkten jederzeit und auf jedem Endgerät zur Verfügung.

Weitere Informationen dazu unter www.letsbands.com.

Raus in die Natur -

dem allgemeinen Wohlbefinden zuliebe

Schon für die Dichter der Romantik war die Beziehung zwischen Mensch und Natur das zentrale Thema. Sie idealisierten das Sehnen nach einer paradiesischen Vollkommenheit im Einklang mit der Natur. Neuere wissenschaftliche Untersuchungen belegen inzwischen, dass die Natur nachweisbar einen erheblichen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden des Menschen ausübt. Natur tut uns allen einfach nur gut, so die simple Erkenntnis der Forscher.

Die Wissenschaftler heute können die vorteilhafte Wirkung von Bäumen und Pflanzen, Meer und Gewässern auf die Psyche des Menschen nun messen – mit dem Ergebnis: In der Natur kommen wir zur Ruhe, Herzschlag und Blutdruck sinken deutlich, Stress wird gelindert, wir entspannen. Gleichzeitig werden das Immunsystem und das Selbstbewusstsein durch einen Aufenthalt in der Natur spürbar gestärkt. Und all diese gesundheitlich und psychisch positiven Effekte setzen bereits nach kurzer Zeit ein.

nach den Erkenntnissen der Umweltpsychologin Renate Cervinka von der Universität Wien nur der Anteil der Natur an dem jeweiligen Ort. Dabei sind vor allem Wasser und viel Grün Labsal für die menschliche Gesundheit und Psyche, so die Wissenschaftlerin.

Wer in welcher Umgebung am besten entspannt, halten die Wissenschaftler für typabhängig. Sei es, wie es sei, eins steht für die Wissenschaft unterdessen fest: Schon ein nur kurzer Ausflug in die Natur fördert das Wohlbefinden eines jeden. Und hilft besonders all jenen, die beständig unter Druck stehen, Stress abzubauen.

Deshalb kann schon ein kleiner mittäglicher Spaziergang durch eine Grünfläche für ein spürbares „Loslassen" von der Arbeit und Entspannung sorgen. Wer abends „after job" noch eine kurze Runde durch die Natur drehen kann, tut viel für sein Wohlbefinden und sein inneres Gleichgewicht. Jede Unterbrechung des Alltags im

Der Wunsch nach einem flexiblen Gesundheitsurlaub wird im traditionsreichen Kurort Bad Pyrmont im Weserbergland wahr. Foto: djd/Bad Pyrmont Tourismus GmbH/Christian Wyrwa

Dabei können die persönlichen Wohlfühlorte und -betätigungen von Person zu Person durchaus unterschiedlich sein. Die einen lieben das Gebirge, die anderen das Meer, manche bevorzugen Gartenarbeit, andere Wandern oder Angeln, um ihren „Akku wieder aufzuladen". Ausschlaggebend für den Erholungswert ist

Grünen fördert die Ausgeglichenheit und damit Gesundheit des Menschen. Denn das Eine ist in der Wissenschaft unterdessen unumstritten: Wer eine positive Stimmungslage und ein gutes Selbstwertgefühl hat, kann mit der Anspannung und den Belastungen des Alltags besser umgehen. Also: Raus in die Natur!

RATGEBER

Basiskonto: Kreditinstitute wollen Kunden abschrecken

Stichprobe der Verbraucherzentrale Niedersachsen zeigt hohe Kosten und mangelnde Transparenz

Das Basiskonto soll auch finanzschwachen Verbrauchern ermöglichen, am bargeldlosen Zahlungsverkehr teilzunehmen. Daher sind alle kontoführenden Institute in Deutschland verpflichtet, jedem kontolosen Verbraucher dieses Girokonto auf Guthabenbasis anzubieten. Bei der Umsetzung hapert es jedoch, wie eine aktuelle Stichprobe der Verbraucherzentrale Niedersachsen zeigt: Einzelne Kreditinstitute kassieren höhere Preise als bei anderen Kontomodellen. Viele Sparkassen und Volksbanken informieren nicht transparent und machen es Verbrauchern damit unnötig schwer, Konditionen zu vergleichen.

Das Team der Verbraucherzentrale Braunschweig. *Foto: o.H.*

„Die Ergebnisse unserer Stichprobe legen den Schluss nahe, dass noch immer viele Kreditinstitute Verbraucher beim Thema Basiskonto abschrecken wollen", erklärt Andreas Gernt, Finanzexperte der Verbraucherzentrale Niedersachsen. „Anders sind die mangelnde Auskunftsbereitschaft, fehlenden Informationen und teils hohen Preise nicht zu erklären." Allerdings sind die Ergebnisse sehr unterschiedlich. Schon der Grundpreis der betrachteten Basiskonten variiert stark: zwischen null und 9,90 Euro müssen Verbraucher dafür monatlich zahlen. „Erfreulich ist, dass einzelne Direktbanken das Basiskonto weiterhin kostenlos, also ohne Berechnung von monatlichen Kontoführungsgebühren anbieten", so Gernt. Wer sein Girokonto online führen kann, findet dieses Angebot etwa bei: Comdirekt, Deutsche Skatbank, Deutsche Kreditbank, ING-DiBa und Wüstenrot Bank.

Bei den Banken und Sparkassen vor Ort sieht es anders aus: Spitzenreiter in der kleinen Stichprobe ist die Raiffeisen-Volksbank Aurich mit einem Grundpreis von 9,90 Euro (Rabatt von 3,00 Euro bei einer Online-Freischaltung). „Auffällig ist, dass einige Kreditinstitute finanzschwache Verbraucher mit höheren Preisen bestrafen", sagt Gernt. So kostet ein Basiskonto bei der Commerzbank monatlich 6,90 Euro, wohingegen das „Klassik-Konto" bereits für 4,90 Euro zu haben ist. Ähnlich ist es bei der Deutschen Bank: Für das Basiskonto werden 8,99 Euro berechnet, für das „db Aktiv-Konto" nur 4,99 Euro (beleghafte Überweisungen jeweils zusätzlich 1,50 Euro). Noch deutlicher ist der Unterschied bei der Direktbank N26: Das Basiskonto kostet 6,00 Euro zuzüglich 2,00 Euro je Geldabhebung am Automaten. Das N26 Girokonto ist hingegen inklusive fünf Abhebungen kostenlos. „Bei so einer Preisgestaltung kann nicht mehr von ‚angemessenen Gebühren' die Rede sein, wie es das Zahlungskontengesetz vorsieht", sagt der Experte. „Für Basiskonten höhere Entgelte zu verlangen als für herkömmliche Girokonten, ist nicht akzeptabel."

Ein weiterer Kritikpunkt ist die fehlende Auskunftsbereitschaft: Viele Kreditinstitute machen es Verbrauchern schwer, Preise und Konditionen zu vergleichen. Negativ fallen hier vor allem einige Sparkassen sowie Volks- und Raiffeisenbanken auf – etwa die Sparkasse Aurich-Norden, Volksbank Braunschweig Wolfsburg, Hannoversche Volksbank, Volksbank Jever, Volksbank Südheide, Sparkasse Göttingen, Volksbank Göttingen und die Volksbank Osnabrück. Informationen zu den konkreten Kosten des Basiskontos sind hier online nicht zu finden. Kunden müssen vor Ort nachfragen oder Preisaushänge beziehungsweise Preis- und Leistungsverzeichnisse in den Filialen suchen. Selbst auf Anfrage der Verbraucherzentrale waren einige dieser Institute nicht bereit, über ihre Preise zu informieren: Von zehn per Mail im Servicedialog angeschriebenen Anbietern hat lediglich die Volksbank Göttingen die gewünschten Informationen zum Basiskonto übermittelt. Fünf Anbieter haben gar nicht, zwei unzureichend geantwortet (PSD Bank Nord, Sparda-Bank Hamburg). Die Sparkasse Göttingen hat lediglich darauf verwiesen, dass die Preise und Kontomodelle der geltenden Rechtslage entsprechen und die Volksbank Jever eG hat sich darauf berufen, der Verbraucherzentrale als Nicht-Kunden keine Preisauskunft geben zu müssen. „Hier drängt sich die Frage auf, was die Anbieter zu verbergen haben", so der Finanzexperte.

Dass es auch anders geht, zeigen beispielsweise die Sparkasse Hannover und die Sparkasse Lüneburg. Sie informieren schon im Internet transparent über ihre Gebühren und behandeln alle Verbraucher gleich: Kunden können auch beim Basiskonto zwischen verschiedenen Modellen wählen. Die Entgelte unterscheiden sich nicht von denen normaler Girokonten, wie schon der Preisaushang deutlich macht.

„Insgesamt unterstreichen die Ergebnisse, dass noch immer viele Kreditinstitute Kunden mit hohen Preisen und undurchsichtigen Informationen abschrecken wollen", resümiert Gernt.

Die Verbraucherzentrale Niedersachsen fordert die Anbieter auf, hier nachzubessern und faire Preise für das Basiskonto anzubieten. „Nur so wird einkommensschwachen Verbrauchern tatsächlich Zugang zum bargeldlosen Zahlungsverkehr ermöglicht."

Verbraucher, die überzogenen Entgeltforderungen oder Problemen bei der Eröffnung eines Basiskontos begegnen, können sich postalisch oder per Mail an die Verbraucherzentrale wenden: info@vz niedersachsen.de.

Eintracht Braunschweig

Mit Abstiegsangst in die Winterpause

Nur 3 Punkte Vorsprung vor dem Abgrund

Vom trügerischen Tabellenplatz zwölf ging es für die Braunschweiger Eintracht im Dezember runter auf Platz 14, allerdings konnte der knappe Vorsprung von nur einem Zähler auf den 16. Tabellenplatz, den Relegationsrang, auf drei Punkte ausgebaut werden. Trotzdem konnte das Abstiegsgespenst nicht von der Hamburger Strasse vertrieben werden. Zwar gelang den Löwen mit einem 2:0-Erfolg am 16. Spieltag in Ingolstadt endlich der erste Auswärtssieg dieser Saison, aus den folgenden letzten beiden Spielen vor der Winterpause verbuchten die Blau-Gelben aber nur ein mickriges Pünktchen auf der Habenseite. Ein Klassenunterschied zwischen Aufstiegs-aspirant und Kellerkind war in den Heimspielen gegen Kiel und Düsseldorf nicht festzustellen. Und so haderte Trainer Torsten Lieberknecht auch mit der fehlenden Portion Fortune nach der 0:1 Heimschlappe gegen Düsseldorf; „Im vergangenen Jahr ist so ein Pfostentreffer halt rein gegangen, diese Jahr springt er wieder heraus.

Traurig nach der Niederlage gegen Düsseldorf.

Fotos (2): Matthias Schumacher

Es war ein bitterer Tag für uns."

Die Spiele im Dezember:

FC Ingolstadt – Eintracht 0:2

Nach einer torlosen ersten Halbzeit, in der Khelifi bereits in den Anfangsminuten die beste Eintracht Möglichkeit vergeben hatte, setzten die Bayern weiter die Akzente. Aber auch die besten Chancen liessen die Schanzer ungenutzt, und so traf Abdullahi auf der Gegenseite nach einem Freistoss von Jan Hochscheidt aus kurzer Distanz zur 1:0 Führung für die Eintracht. (65. Minute) Gegen die nun verunsicherten Ingolstädter legte Zuck mit einem akrobatischen Einsatz zwölf Minuten später zum 2:0 nach. Diesen Vorsprung brachten die Löwen routiniert über die Zeit – die weite Reise am späten Montagabend hatte sich für die Eintracht Anhänger gelohnt.

Eintracht – Holstein Kiel 0:0

Spannung bis zur letzten Sekunde wurde den über 21.000 Besuchern im Eintracht Stadion geboten, doch es gelang keiner der beiden Mannschaften der Lucky Punch. Kiel als Aufsteiger und Überraschungstabellenführer angereist, setzte in der Schlussphase noch einmal alles auf die Karte ‚Offensive' aber die Löwen verteidigten mit Glück und Geschick den Punktgewinn. Sieben Ecken, 15 Torschüsse überstanden die Blau-Gelben unbeschadet bei nur 35% eigenem Ballbesitz. Die Eintracht hat den Abstiegskampf angenommen.

Eintracht – Düsseldorf 0:1

„Wir haben es eigentlich gut gemacht und nur einmal nicht aufgepasst. Wir hatten uns vorgenommen, heute die drei Punkte hier zu behalten." Onel Hernandez brachte es nach dem Abpfiff auf den Punkt. Ein Konter der Düsseldorfer nach einem Freistoss der Löwen brachte die Rheinländer bereits in der 9. Minute auf die Siegesstrasse. Die Eintracht verstand es in der ersten Halbzeit nicht, langfristig Druck auf die gut gestaffelte Abwehr der Fortuna auszuüben, spielte in der Schlussphase schon fast ein Powerplay, aber Düsseldorf konnte das 1:0 mit dem Glück des Tüchtigen über die Zeit retten und überwintert als Tabellenführer, Eintracht belegt Platz 14. (Matthias Schumacher)

Hoffen, Bangen und Zittern - Eintracht im Jahresrückblick 2017

Als Herbstmeister hatte sich die Braunschweiger Eintracht gegen die grossen Favoriten der Liga, Hannover 96 und VFB Stuttgart durchgesetzt, wurde aber schon nach dem ersten Pflichtspiel im Jahr 2017 in Würzburg (1:1) vom Thron gestossen. Platz 2, Platz 3 – am 21. Spieltag durchgereicht auf den 4. Tabellenrang und überholt von Union Berlin, die Eintrachtfans durchlebten ein Wechselbad der Gefühle. Ein 1:1 gegen Tabellenführer Stuttgart half mehr den Gästen, nach der Minikrise punkteten die vor den Löwen liegenden Teams unisono und Eintracht trat auf der Stelle. Nach 25 Spieltagen sprang die Eintracht wieder auf Rang drei vor Erzrivale Hannover, an der Spitze löste Union Berlin Stuttgart ab. Nur eine Woche später schlägt 96 Union und hievt die Löwen auf Platz zwei. Ein irrer Vierkampf um den Aufstieg. Am 29. Spieltag verliert die Eintracht in Hannover und ist wieder hintendran im Aufstiegsrennen.

Am drittletzten Spieltag wird aus einem Vierkampf ein Dreikampf; die Eintracht schlägt Berlin, behauptet den 2. Tabellenplatz und hat nur noch Abstiegskandidat Bielefeld und Absteiger Karlsruhe als Gegner. 5.000 Fans begleiten die Löwen nach Ostwestfalen und erleben die Schmach von Bielefeld: 0:6 nach einem noch aufholbar scheinenden 0:2 Pausenrückstand auf der Alm. Mindestens fünf Tore aufholen gegenüber Hannover am letzten Spieltag, die punktlos in Sandhausen bleiben müssen, werden durch das Zwischenergebnis zunichte gemacht – die eigene 2:1 Führung ist wertlos, da Hannover zum 1:1 trifft.

Kräfte schonen fürs Niedersachsenduell gegen die Wölfe. Deutschlandweit werden die Daumen gedrückt für den Sympathieträger Eintracht aus Braunschweig. Doch durch eine umstrittene Entscheidung des Schiedsrichters, in diesem Jahr durch Videobeweis sicherlich revidiert, verliert die Eintracht 0:1 durch Elfmeter. Rückspiel – ausverkauftes Haus, Flutlicht und die Eintracht ist 49 Minuten nah dran an der Sensation, ehe Vierhinha allen Aufstiegsträumen ein Ende bereitet.

Mit derselben Euphorie startete die Eintracht in die Saison 2017/18, mit der Hoffnung Platz drei zu toppen. Aber jetzt gelingt plötzlich nicht mehr der glückliche Siegtreffer in der letzten Spielminute, wird nach einer 1:0 Führung nicht der 2. Treffer nachgelegt und so geht man fünf Mal mit einem 1:1 vom Platz, fünf von insgesamt zehn Unentschieden. Zwar kassieren die Blau-Gelben erst am 8. Spieltag die Erste Niederlage (1:2 beim Aufsteiger in Regensburg), bis zum Jahresende nur vier (Jahresende 2016: drei), haben aber erst 22 Punkte auf der Habenseite. (34 im Vorjahr). Die Abstiegsangst geht um und auch Trainer Lieberknecht warnt vor dem trügerischen Tabellenplatz.

Doch auf eines können sich die Braunschweiger Fussballer immer verlassen: egal ob Sieg oder Niederlage, die Fans stehen hinter der Mannschaft als 12. Mann. Und so feierten die Anhänger das Team noch lange nach der 0:1 Niederlage gegen Düsseldorf, als hätte es gerade den Europapokal gewonnen. Dankbar und etwas ratlos nahmen die Spieler die Ovationen entgegen, sollten daraus Kraft schöpfen für die anspruchsvollen Aufgaben im Neuen Jahr.

(Matthias Schumacher)

Eintracht Braunschweig

Die Remis-Könige grüßen - Ein Kommentar von Wolfgang Grabbe

Fußball Zweitligist Eintracht Braunschweig kommt nicht so richtig in Tritt, in dieser bisher unter den Erwartungen verlaufenden Saison.

Nach dem unglücklichen Scheitern in den Relegationsspielen - gegen den finanziell übermächtigen Nachbarn aus der Volkswagenstadt - avancierte die Truppe von Trainer Torsten Lieberknecht automatisch zum Mitfavoriten um den Aufstieg in das Bundesligaoberhaus.

Die blau-gelbe Vereinsvorgabe lautete ebenfalls vor Saisonbeginn „um den Aufstieg mitspielen wollen". Den Willen, das in die Tat umzusetzen, ist dem Ballpersonal auch nicht abzusprechen. Doch das dazugehörige „Fleisch" war oftmals nicht willig genug, um diesen höheren, spielerischen und Erfolg verbundenen Ansprüchen auch gerecht zu werden.

So muss der Blick aktuell eher nach unten Richtung Abstiegsplätze gerichtet werden. Den Ernst der Situation scheint von den Verantwortlichen erkannt zu sein. Nehmen es die Spieler auch so an?

Das Glück aus der Vorsaison, wo etliche Begegnungen, trotz schwächerer Leistung als die des jeweiligen Gegners, gewonnen wurden, scheint in der laufenden Saison aufgebraucht zu sein. Das gibt nicht nur dem Fußballlehrer Lieberknecht zu denken.

Die Eintracht steht mit einem ausgeglichenen Punkteverhältnis zwar nicht so abgeschlagen da, doch die bereits neun Remis in 15 Partien bedeuten schließlich immer einen Nichtgewinn von zwei Zählern pro Spiel. Es dürfte auch nicht im Interesse der Eintracht sein, den Remis-Rekord des 1.FC Köln aus der Saison 1991/1992 oder Arminia Bielefeld aus der Saison 2015/2016 von jeweils 18 Unentschieden in einer Serie zu überbieten.

Natürlich ist die Eintracht in dieser Saison verletzungsbedingt einiger wichtiger Akteure vom Pech verfolgt. So konnte das längerfristige Fehlen der leistungsstarken Dreier-Achse Baffo-Boland-Nyman bisher kaum kompensiert werden.

Andere Teams scheinen mit verletzungsbedingten Ausfällen sogenannter Schlüsselspieler besser klar zu kommen. Alles in allem ist die Leistungsdichte unter allen 18 Mannschaften der zweiten Liga äußerst gering sein.

Wie so oft scheinen Kleinigkeiten die Spiele entscheiden zu können. Marc Arnold, als Sportlicher Leiter sowie Trainer Torsten Lieberknecht, dürften sich angesichts der unzufriedenen und nicht zu unterschätzenden Lage Gedanken um die ein oder andere Winterneuverpflichtung machen. Und vielleicht kehrt das fehlende Glück dann doch noch zurück. Und die Eintracht kann das blau-gelbe Schiff wieder zufrieden in ruhige Gewässer manövrieren. So wie es in vergangenen Zeiten immer war.

Kurze Vorbereitung - Rückrundenstart bereits am 24.01. in Heidenheim

Nachdenklich: Torsten Lieberknecht steckt mit der Eintracht im Abstiegskampf.

Nur rund drei Wochen Vorbereitungszeit verbleibt den Kickern der Eintracht, bevor die 2. Liga den Spielbetrieb im Neuen Jahr fortsetzt. Mit zwei schweren Auswärtsspielen - am Mittwoch, dem 24. Januar, um 20.30 Uhr beim 1. FC Heidenheim und nur vier Tage später, am Sonntag, dem 28. Januar, um 13.30 Uhr bei Erzgebirge Aue – beginnt für die Eintracht die Mission Klassenerhalt. Beide Gegner, Heidenheim punktgleich mit den Löwen auf Tabellenplatz 15 und Aue nur 1 Zähler besser, brauchen genau wie die Blau-Gelben jeden Punkt. Kühne Rechner unter den Löwenanhängern werfen schon wieder einen Blick nach oben in der Tabelle, denn es sind auch nur sechs Punkte Rückstand bis zum Tabellenvierten Ingolstadt. Aber in einer so ausgeglichenen Liga gilt es zunächst erst einmal das nötige Punktepolster zur Vermeidung des Abstiegs zu schaffen.

Am 2. Januar 2018 trifft sich der Eintracht Kader zur ersten Trainingseinheit im Stadion. Nur einen Tag später startet der Eintracht Tross nach Benahavis in Spanien. Testspielgegner vor Ort sind dann der holländische Zweitligist und Namensvetter NijmegenEendracht Combinatie NEC Nijmegen und Shanghai Shenhua (1. chinesische Liga). Nach der Rückkehr am 13. Januar spielt die Eintracht vor dem Ligaauftakt noch gegen Hertha BSC II (16. Januar) und Energie Cottbus am 17. Januar.

Trainer Torsten Lieberknecht hofft, dass die in der Vorrunde verletzten Spieler Mirko Boland, Domi Kumbela und Stürmerkollege Nyman die gesamte Vorbereitung mitmachen und ihm als Alternative in Heidenheim wieder zur Verfügung stehen. Mit der Rückkehr von Joseph Baffo ist erst im Frühjahr zu rechnen. Mindestens einen Verteidiger und einen Stürmer wollen die Löwen kurzfristig verpflichten, das Interesse an Rechtsverteiger Georg Teigl, derzeit beim FC Augsburg unter Vertrag, wurde noch nicht bestritten. Bei nur 22 erzielten Toren sollte allerdings das Hauptaugenmerk auf einem treffsicheren Vollstrecker liegen. Für Manager Marc Arnold beginnt das Jahr deshalb mit viel Arbeit, denn auch zahlreiche Verträge laufen im Sommer aus. Und galt es im letzten Jahr zweigleisig zu planen und zu verhandeln – für Liga I und II – muss in diesem Jahr der schlimmste aller Fälle mit eingeplant werden…

(Matthias Schumacher)

	Verein	Spiele	Tore	Punkte
1	Fortuna Düsseldorf	18	27:20	34
2	Holstein Kiel	18	37:23	33
3	1. FC Nürnberg	18	36:23	33
4	FC Ingolstadt 04	18	27:20	28
5	SV Sandhausen	18	24:18	27
6	1. FC Union Berlin	18	33:26	26
7	MSV Duisburg	18	25:26	26
8	SSV Jahn Regensburg	18	27:25	25
9	DSC Arminia Bielefeld	18	30:29	25
10	FC St. Pauli	18	18:29	24
11	SG Dynamo Dresden	18	26:28	23
12	VfL Bochum 1848	18	18:21	23
13	FC Erzgebirge Aue	18	18:25	23
14	Eintracht Braunschweig 1846	18	22:19	22
15	1. FC Heidenheim	18	25:33	22
16	SV Darmstadt 98	18	28:31	19
17	SpVgg Greuther Fürth	18	21:30	18
18	1. FC Kaiserslautern	18	14:30	12

Silbenrätsel

Aus den folgenden Silben sind 13 Wörter mit den unten aufgeführten Bedeutungen zu bilden:

A - AB - AL - BLIND - DESS - DI - FELN - FOR - FU - GE - GEL - GIE - GISCH - HO - KAR - LAUF - LER - LICH - LINGS - LO - MEN - MO - NE - NE - PE - RA - REN - RI - RO - ROLL - SCHEN - SE - SEE - SER - STE - TA - TE - TOF - TREP - TU - TUNG - UHR - VOE - WAR - WAS

Bei richtiger Lösung ergeben die fünften Buchstaben - von oben nach unten gelesen - und die zehnten Buchstaben - von unten nach oben gelesen - eine Redensart.

1 _____
einen Chor leiten

2 _____
Meerestier

3 _____
weibliches Bordpersonal

4 _____
ohne Überlegung

5 _____
Balearen-Insel

6 _____
flugunfähige gefiederte Tiere

7 _____
Gemüseknollen

8 _____
Zukunftsforscher

9 _____
überempfindlich

10 _____
Wirbelsturmerscheinung

11 _____
Foto

12 _____
tragbarer Zeitmesser

13 _____
Beförderungsmittel im Kaufhaus

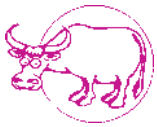
Die Sterne für Januar 2018

Steinbock 22.12.-20.1. Mit Empathie erreichen Sie nun wesentlich mehr, als wenn Sie versuchen, Ihre Vorhaben auf Teufel komm raus durchzuboxen.

Wassermann 21.1.-19.2. Lassen Sie sich von anderen nicht in Ihre Angelegenheiten reinreden. Es gilt, Grenzen zu setzen – mitunter auch ganz direkt!

Fische 20.2.-20.3. Achten Sie jetzt wieder ein wenig mehr auf die eigenen Bedürfnisse anstatt es immer nur allen rechtmachen zu wollen!

Widder 21.3.-20.4. Anstatt Gerüchten zu glauben, sollten Sie den Dingen lieber auf den Grund gehen und direkt nachfragen, was Sache ist.



Stier 21.4.-21.5. Nehmen Sie sich in acht, wenn man Ihnen nun schnelle Erfolge in Aussicht stellt – die Sache hat einen Haken!

Zwillinge 22.5.-21.6. Zwillinge, die auf Partnersuche sind, sollten nun auch mal außerhalb des üblichen Beuteschemas Ausschau halten.

Krebs 22.6.-22.7. Halten Sie sich von fetten Speisen, Alkohol und Kaffee jetzt besser fern, ein empfindlicher Magen macht Ihnen sonst zu schaffen.

Löwe 23.7.-23.8. Nehmen Sie es sich nicht immer so zu Herzen, wenn andere nicht von all Ihren Ideen restlos begeistert sind.

Jungfrau 24.8.-23.9. Gönnen Sie sich im Alltag immer wieder kleine Ruhepausen, so vermeiden Sie, dass Sie abends völlig erschöpft sind.

Waage 24.9.-23.10. Waagen sind derzeit wenig ausgeglichen. Spaziergänge in der Natur können jetzt helfen, den Geist zu beruhigen.

Skorpion 24.10.-22.11. Sie müssen das Rad nicht immer neu erfinden – lassen Sie sich ruhig mal von den Kollegen inspirieren und unter die Arme greifen.

Schütze 23.11.-21.12. Seien Sie nicht zu streng mit sich, wenn Sie sich nun einen Irrtum eingestehen müssen. Irren ist bekanntlich menschlich.

Rezepte zum Sammeln

Gans
Mecklenburger Art
Foto: Maggi Kochstudio

Zutaten
Für 8 Portionen: 1 (3 kg) Gans, Maggi Würzmischung für gebratenes Fleisch, 200 g Backpflaumen, 150 g Rosinen, 125 ml Apfelsaft, 500 g Äpfel, 3 Scheiben Pumpernickel, 1 Zitrone, 4 Äpfel, 1/2 TL Salz, 2 Maggi Saucen zu Geflügel

Zubereitung
Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen. Gans waschen, trocken tupfen. Innen und außen mit Würzmischung würzen. Für die Füllung: Backpflaumen und Rosinen in Apfelsaft einweichen. Kerngehäuse der Äpfel entfernen und in Würfel schneiden. Pumpernickel zerbröckeln, mit Zitronensaft beträufeln. Alles mischen und ca. 30 Min. durchziehen lassen. Gans damit füllen. Die Öffnung zunähen. Gans mit der Brust nach unten in die Fettpfanne legen. Mit 500 ml heißem Wasser übergießen und mit Aluminiumfolie abdecken. Im Backofen ca. 1 Stunde braten und 1 weitere Stunde zugedeckt braten. Ausgetretenes Bratfett abschöpfen. Gans 1 weitere Stunde offen braten, dabei öfters mit der Bratflüssigkeit begießen. Äpfel halbieren, Kerngehäuse entfernen und zur Gans legen. 125 ml Wasser mit Salz verrühren, die Haut der Gans damit bestreichen und in ca. 15 Min. knusprig braten. Gans 10 Min. ruhen lassen, dann tranchieren. Füllung auf den geschmorten Äpfeln anrichten. Für die Soße: 500 ml Bratflüssigkeit abmessen. Maggi Sauce einrühren.

Grünkohl
Norddeutsche Art
Foto: Maggi Kochstudio

Zutaten
2 kg Grünkohl, 2 Zwiebeln, 2 EL Schweineschmalz, 1/2 Würfel Maggi Klare Fleisch Suppe, 2 Kartoffeln, 250 g durchwachsener, geräucherter Speck, 350 g Kasseler, 1 Ring (300 g) Grützwurst, 3 EL Delikatess-Senf mittelscharf, 1 Prise Zucker, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung
Grünkohl putzen, waschen und Blätter von den Stielen streifen. In einem Topf 2 l Wasser zum Kochen bringen. Grünkohl darin 10 Min. kochen. Flüssigkeit weggießen. Kohl nach Belieben grob hacken. Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne Schweineschmalz heiß werden lassen. Zwiebeln darin andünsten. Grünkohl zugeben. 375 ml Wasser zugießen und zum Kochen bringen. Maggi Klare Fleisch Suppe darin auflösen und bei geringer Wärmezufuhr ca. 60 Min. zugedeckt schmoren. Kartoffeln waschen, schälen, in kleine Würfel schneiden und zugeben. Speck und Kasseler zugeben und 30 Min. zugedeckt mitschmoren. Grützwurst zugeben und weitere 30 Min. zugedeckt schmoren. Fleisch- und Wursteinlage herausnehmen und portionieren. Grünkohl mit Delikatess-Senf, Zucker und Pfeffer würzen und abschmecken. Alles auf einer großen Platte servieren.