

Extra TIP

TelefonSeelsorge®

0800-1110111
0800-1110222

www.telefonseelsorge.de

WIR
HÖREN ZU



**NEUES ZUM ALDI PREIS:
ENTDECKEN SIE
VIELE ANGEBOTE
IN UNSEREM MAGAZIN
UND AUF ALDI-NORD.DE**



Jeden Tag besonders – einfach ALDI.

36. Jahrgang • Nr. 31 • Samstag • 30. Juli 2022
Extra Tip Werbungs- und Vertriebsgesellschaft mbH
Wiesenstraße 1 • 37073 Göttingen
www.extratip-goettingen.de



GEWINNSPIEL

Sommer-Preise

Das große Sommerrätsel geht in die dritte Runde – heute heißt es wieder Buchstaben suchen, Lösungswort finden und mit ein bisschen Glück tolle Preise gewinnen.

SEITE 10



VERLOSUNG

Malspaß

Mit lustigen Malgeschichten ist Langeweile für die Kleinen kein Thema mehr – egal, ob draußen im Sonnenschein oder im Zimmer. Wir verlosen das passende Buch!

SEITE 3



SPRECHSTUNDE

Bänderriss

Schnell ist beim Sport oder einfach im Alltag ein Bänderriss passiert. Zwei Experten der Universitätsmedizin beantworten in der ExtraTIP-Sprechstunde Leserfragen zu diesem Thema.

SEITE 7

Der ExtraTIP präsentiert Jan Delay live beim Open Air auf dem Messegelände in Kassel. Als Vorgeschmack wird sein aktuelles Live-Album als LP verlost – in einer aufwändigen Special-Edition. Zwei Tickets gibt es gratis dazu.
Foto: Thomas Leidig

Platte zu verschenken



REGION. Der Konzertsommer läuft auf Hochtouren! Denn an der frischen Luft feiert es sich sicherer. Deshalb ist auch Jan Delay aus der Lokhalle hinaus aufs Messegelände Kassel gezogen. Am Sonntag, 21. August, um 19.30 Uhr geht's los – präsentiert vom ExtraTIP! Vorab verlosen wir Delays brandneues Live-Album auf Doppel-LP in farbigem Heavy-Weight-Vinyl inklusive zwei neuer Tracks auf farbiger 7-Inch. Plus zwei Freikarten fürs Konzert.

Tickets im Vorverkauf gibt es unter anderem in der Geschäftsstelle des Göttinger Tageblatts in der Wiesenstraße 1 und online bei www.gt-tickets.de.

Jan Delay hat im letzten Sommer zusammen mit der Disko No. 1 sein Album „Earth, Wind & Feiern“ live auf die Bühnen des Landes gebracht und die Show in Hamburg gleich mitaufgezeichnet. Daraus sind 18 dynamische Live-Tracks voller Bass und Bumms entstanden,

die zusammen mit den zwei neuen Studio-Songs „Der Bass & die Gang“ und „Alles gut“ die positiven Vibes zurück in unsere Herzen tragen. Wie immer bei Jan Delay schöpft „Earth, Wind & Feiern“ aus fünf Jahrzehnten Popgeschichte. Vor allem aber spielt die Platte im Hier und Jetzt. In ihr stecken Burna Boy und Stefflon Don, Daft Punk und Drake, Sly & Robbie und Meek Mill. Es gibt Afrobeats, Disco, Trap und Ska, sogar Stadiotechno und LatinX-Riddims.

Der Mitschnitt „Earth, Wind & Feiern – Live aus dem Hamburger Hafen“ ist voll Seele und Bounce und positiver Energie. Denn so bedrückend und komplex die Welt manchmal auch scheinen mag: Ein paar simple Wahrheiten werden nie von ihrer Gültigkeit verlieren. Wenn Hass herrscht, hilft Liebe ganz bestimmt. Und das Wichtigste ist, dass das Feuer nicht aufhört zu brennen. Jan Delay ist wieder zurück, um es am Lodern zu halten.

VERLOSUNG

Wer „Live aus dem Hamburger Hafen“ plus zwei Gratis-Tickets gewinnen möchte, mailt mit Betreff „Feiern“ an extratip-goettingen.de, Einsendeschluss ist am kommenden Dienstag, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Bitte den Absender nicht vergessen und beachten: Gewinner-Namen werden an den Veranstalter weitergegeben.

STAR

OTZIPKA'S

Fleisch- und Wurstwaren aus eigener Schlachtung und Herstellung
Partyservice

Angebot vom 02.08.-06.08.2022

Grillsteaks durchwachsen 1 kg verschieden mariniert **7,99€**

Grillsteaks mager 1 kg verschieden mariniert **8,99€**

Grillrippen 1 kg verschieden mariniert **6,99€**

Bratwurst 100g **0,80€**

Jeden Donnerstag in Krebeck warmes Mett und Kesselfleisch!

www.wurstauskrebeck.de

Rote Str. 7 • 37434 Krebeck

Tel. 05507-7988

Do.+Fr. 8.00-13.00 u. 15.00-18.00 Uhr

Sa. 8.00 - 12.00 Uhr

Hauptstraße 21 • 37434 Bilshausen

Tel. 05528-982589

Di., Do.+Fr. 7.00-13.00 u. 15.00-18.00 Uhr

Mi. 7.00 - 13.00 Uhr; Sa. 7.00 - 12.00 Uhr

SCHADI

Polsterarbeiten aller Art
Schaumstoff-SOFORT-Zuschnitt



0% Finanzierung nur im August

Posthof 10 • 37081 Göttingen - Grono

Tel. 33300 • www.schadi-polstererei.de

0163 1515733 • Mail: schadi@mail.de

VITA NOVA Reformhaus

Beauty-Tage

Vom 3. bis 05. August erhalten Sie ab dem Kauf von 3 Kosmetik-Artikeln 20 % Rabatt auf Ihren Kosmetik-Einkauf.*

20 %

* Gilt nicht für reduzierte Ware und ist nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen.

GÖTTINGER REFORMHAUS

Lange Geismar Str. 44
Tel. 05 51 / 5 60 58
mit Naturkosmetikstudio und Fußpflege
Tel. 05 51 / 48 41 92
Im Kauf Park Göttingen
Am Kauf Park 2
Tel. 05 51 / 9 89 99 60

Reformhaus in Geismar
Hauptstr. 54
Tel. 05 51 / 7 90 60 08

Reformhaus am Rathaus
Markt 4, Hann. Münden
Tel. 0 55 41 / 23 10

Eschweger Reformhaus
Obermarkt 11 / 13
Tel. 0 56 51 / 31 696

Northeimer Reformhaus
Breite Str. 55/56
Tel. 0 55 51 / 22 30

Einbecker Reformhaus
Marktplatz 10
Tel. 0 55 61 / 50 97

www.goettinger-reformhaus.de
www.vita-nova.de

DER KLEINE HORRORLADEN

63. GANDERSHEIMER DOMFESTSPIELE
19. JUNI – 21. AUGUST 2022

TEL. 05382 9553311
WWW.GANDERSHEIMER-DOMFESTSPIELE.DE

Fachmarkt mit Tischlerei

Hiltehaus

VERLÄNGERN SIE DEN SOMMER

Durch den Sommergarten TerraFax Express

tebau
Main Liebingerstr.

An der Rampe 2 • 37139 Adelebsen
Tel. 055 06 - 99 95 00

www.tischlerei-hiltehaus.de

inkl. Lieferung!
inkl. Montage!
0% Finanzierung

IDEEN FÜR IHRE KÜCHE

Küche Aktiv
Auswahl. Planung. Markenküche.

Günther's Küche Aktiv
Groner Landstr. 23
37081 Göttingen
Tel. 05 51 / 4 88 39 49
info@kueche-aktiv.com

FRESH & CLEAN
GERÄUDEREINIGUNG

Saubere Preise
Saubere Arbeit

- Glasreinigung
- Unterhaltsreinigung
- Grundreinigung
- Büroreinigung
- Treppenhausreinigung
- Praxisreinigung
- Bauendreinigung
- Privathaushaltsreinigung

Fresh&Clean
Am Geismar Thie 1
37083 Göttingen
0551 7089 3045
0152 1934 4814
info@reinigung-freshclean.de
www.reinigung-feshclean.de

Kostenloser Hörtest

Jetzt Termin vereinbaren!

Hörgeräte Akustik Carsten Lange
Burgstraße 20 | 37073 Göttingen
Tel. 0551-7977771

Obrikat Hörgeräteakustik
Lange Straße 12 | 37176 Nörten-Hardenberg
Tel. 05503 - 91 50 05

Obrikat Hörgeräteakustik
Lange Straße 36 | 37127 Dransfeld
Tel. 05502 - 4 79 17 91

OBRIKAT
HÖRGERÄTEAKUSTIK

Notdienste

Notruf Polizei	110	Kinder- und Jugendtelefon	08 00 / 111 0 333
Feuerwehr/Rettungsdienst	112	Frauenhaus Göttingen e.V.	05 51 / 5 21 18 00
Allgemeinärztl. Bereitschaftsdienst	116 117	Elterntelefon	08 00 / 111 0 550
Krankentransport-Leitstelle	05 51 / 1 92 22	Privatärztlicher Notdienst	05 51 / 1 92 57
Gift-Informations-Zentrum	05 51 / 1 92 40	Zahnärztlicher Notdienst	05 51 / 3 07 14 44
Telefon-Seelsorge	08 00 / 111 0 111	Tierarzt-Notdienst:	www.tierarzt-notdienst-goettingen.de

Ärztlicher Notdienst Göttingen & Umland
Göttinger Notdienst-Ambulanz im Universitätsklinikum (Montag, Dienstag, Donnerstag 19-22 Uhr, Mittwoch und Freitag 15-23 Uhr sowie Samstag, Sonntag und Feiertage 8.30-23 Uhr)

Kinder- und jugendärztlicher Bereitschaftsdienst
Notdienst im Universitätsklinikum 05 51 / 70 70 92 45

Apotheken-Notdienst am Sonntag

Göttingen & Umland
Dr. Eckart's Universitäts Apotheke, Markt 6 (8-8 Uhr) 05 51 / 5 88 49
Adler-Apotheke, Königsallee 66 (8-20 Uhr) 05 51 / 6 50 21
Apotheke dr. anschütz in Geismar, Hauptstraße 23a (10-16 Uhr) 05 51 / 500 780

Adelebsen/Dransfeld
Rats-Apotheke in Dransfeld, Lange Str. 55 (8-8 Uhr) 0 55 02 / 9 15 00

Radolfshausen
Scharfenberg-Apotheke am Kloster in Katlenburg-Lindau, Herzberger Str. 1 14 (9-9 Uhr) 0 55 52 / 22 2
Corona-Pandemie:
Wer befürchtet, sich mit Corona infiziert zu haben, wendet sich telefonisch an seine Hausarztpraxis oder ruft den Bereitschaftsdienst an: 116 117

Wirksamkeit nicht belegt

Landkreis untersagt Verkauf von CBD-Produkten

LANDKREIS. Zum Schutz von Verbrauchern vor nicht zugelassenen Lebensmitteln und irreführender Werbung hat der Landkreis Göttingen den Verkauf von Produkten mit den Inhaltsstoffen oder der Zutat Cannabidiol (CBD) untersagt. Konkret geht es um CBD-haltige Lebensmittel sowie Lebensmittel, die Bestandteile der Nutzhanfplanze Cannabis sativa L. enthalten. Ausgenommen sind Hanfsamen und daraus hergestellte Produkte. CBD-haltige Mundsprays, Mundpflegesprays sowie CBD-haltige Aromaele und Tropfen. Davon sind auch nicht registrierte Kosmetika und nicht zugelassene neuartige Lebensmittel betroffen. Kosmetische Produkte und Lebensmittel mit Registrierung oder Zulassung können weiterverkauft werden. Zwei entsprechende Allgemeinverfügungen der Verbraucher-

schutzbehörde des Landkreises wurden im Amtsblatt für den Landkreis Göttingen sowie auf der Webseite des Landkreises veröffentlicht; sie sind bereits in Kraft getreten. Auf diesem Weg stelle der Landkreis Rechtssicherheit für die Verkaufsstellen her, setzt den Verbraucherschutz im Sinne der Menschen um und stellt die Grundlagen des Verwaltungshandelns transparent und nachvollziehbar dar. Die Allgemeinverfügungen erfolgen vor dem Hintergrund gerichtlicher Entscheidungen, die eine Untersagung zum Schutz der Gesundheit von Verbrauchern bestätigen. Notwendig, angemessen und verhältnismäßig seien die Allgemeinverfügungen unter anderem, weil der wissenschaftliche Beleg für die CBD zugeschriebenen Eigenschaften (schmerzlindernd, beruhigend, entzündungshemmend) derzeit nicht abschließend erbracht sei.

CBD-haltige Lebensmittel sind gegebenenfalls neuartige Lebensmittel gemäß EU-Recht und unterliegen damit der Novel-Food-Verordnung. Das gilt auch für vermeintliche Kosmetika. Das Niedersächsische Landesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit stuft diese überwiegend als neuartige Lebensmittel ein, auch wenn sie als kosmetische Produkte beworben und in den Verkehr gebracht werden. „Eine erforderliche Zulassung nach der Novel-Food-Verordnung ist für CBD-haltige Produkte nicht erfolgt. Zum Schutz der Gesundheit von Verbraucherinnen und Verbrauchern erfolgt die Untersagung des Inverkehrbringens. Im Falle der vermeintlichen Kosmetika kommt der Schutz vor Irreführung hinzu. Das machen die Allgemeinverfügungen der Verbraucherschutzbehörde deutlich“, so die Info des Landkreises.

Symbolfoto: pixabay



Thema Herzklappen

„Herztöne“-Patienteninfos aus der UMG am 2. August

GÖTTINGEN. Die öffentliche Vortragsreihe „Herztöne“ des Herzzentrums Göttingen für Patienten, Angehörige und Interessierte geht in die nächste Runde – und zwar am Dienstag, 2. August, ab 18 Uhr im StartRaum in der Friedrichstraße 3-4. Das Thema lautet „Herzklappen: Wenn es nicht mehr klappt mit der Klappe“. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher ist eine Anmeldung erforderlich: E-Mail herzzentrum@med.uni-goettingen.de oder Telefon 0551 / 39 653 49. Es gilt eine Pflicht zum Tragen einer FFP2-Maske im Gebäude.

Herzklappenfehler gehören zu den häufigsten Herzkrankheiten. Unbehandelt können sie nicht nur die Lebensqualität vermindern, sondern

auch die Lebenszeit verkürzen. Je nachdem, welche der vier Herzklappen betroffen ist, fallen die Symptome unterschiedlich aus. Alle Herzklappenfehler können aber zu Luftnot, eingeschränkter Belastbarkeit und Wasseransammlungen in der Lunge und in den Beinen führen. „Gefährlich ist, dass erworbene Herzklappenfehler bei vielen Betroffenen über lange Zeit beschwerdefrei bleiben. Warnsignale, wie verminderte Leistungsfähigkeit oder Atemnot bei Belastungen, sollten daher nicht als körperliche Alterserscheinungen abgetan werden, sondern ärztlich überprüft werden“, sagt Prof. Dr. Tim Seidler, Stellvertreter des Direktors der Klinik für Kardiologie und Pneumologie der Universitätsmedizin

Göttingen (UMG). In seinem Vortrag „Herzklappen: Wenn es nicht mehr klappt mit der Klappe“ erläutert er mögliche Symptome, diagnostische sowie therapeutische Möglichkeiten und die häufigsten Herzklappenerkrankungen.



Prof. Dr. Tim Seidler, Stellvertreter des Direktors der Klinik für Kardiologie und Pneumologie, UMG.
Foto: umg/hzg



10 Fragen zur Person

Stephan Luethy

An dieser Stelle stellen sich in diesem Jahr auch Akteure der Gandersheimer Domfestspiele vor: Stephan Luethy ist vielen Zuschauern schon aus mehreren Rollen vor der Stiftskirche gut bekannt. In diesem Sommer verkörpert er den Malachias von Hildesheim in „Der Name der Rose“ und Patsy in Monty Python's „Spamalot – Die Ritter der Kokosnuss“. Im vergangenen Jahr spielte er die Hauptrolle des Mogli in „Das Dschungelbuch“ und war der Andy im Musical „Flashdance“. Seit 2017 stand der gebürtige Schweizer jeden Sommer auf der Bühne der Gandersheimer Domfestspiele.
Foto: Julia Lormis / Gandersheimer Domfestspiele gGmbH

- 1. Meine erste LP/CD/Download war...**
... eine CD mit den bekanntesten Songs von Disney auf Französisch, die ich in einem Wettbewerb gewann. Aber viel früher schon hatte ich zahlreiche Hörspiel-Kassetten – am liebsten die schweizerdeutschen Geschichten von Kasperle und Seppi (Chasperli und Seppi).
- 2. Mein erstes Geld habe ich verdient...**
... indem ich mit meinem älteren Bruder auf dem Bauernhof meiner Großeltern Feldmäuse gefangen habe. Ausgegeben habe ich das Geld mit großer Sicherheit für Abenteuerromane.
- 3. Die größte Erfindung der Menschheit ist für mich...**
... das Erzählen von Geschichten!!!
- 4. Erfunden werden müssten unbedingt noch...**
... Teleportation – die beruflich bedingte Trennung von Familie und Lebenspartner ist manchmal ganz schön ätzend...
- 5. Ich kann auf alles verzichten, nur nicht auf...**
... Lachen und Umarmungen.
- 6. Wenn ich nur 15 Euro für den Wochenend-Einkauf habe, dann besorge ich davon...**
... Kartoffeln und (Schweizer) Käse.
- 7. Meine Lieblingsrolle in einem Film oder Bühnenstück wäre...**
Da kann ich mich nicht auf eine konkrete Rolle festlegen. Ich liebe es, wenn ich möglichst unterschiedliche Charaktere spielen darf und damit immer neue Facetten ausloten kann.
- 8. Wenn ich König wäre, dann...**
... würde ich mich dafür einsetzen, dass die Gier nach Macht und Geld endlich weicht und einem Verständnis für einen respektvollen Umgang mit Mitmenschen und Umwelt Platz macht. Damit würde ich natürlich am eigenen Thron sägen – schätze, deswegen bin ich nie König geworden...
- 9. In 2022 freue ich mich besonders auf...**
... das herzliche und unbeschwertere Lachen unseres Publikums.
- 10. In meinem Leben möchte ich unbedingt noch...**
... das Steuersystem verstehen. Und die Polarlichter sehen.

Abenteuer-Endspurt

Die beliebte **GEOCACHING**-Aktion der GEB läuft bis Ende August

GÖTTINGEN. Auch in diesem Jahr bieten die Göttinger Entsorgungsbetriebe (GEB) ihr beliebtes Geocaching-Abenteuer an, inzwischen bereits zum achten Mal. Die Aktion läuft noch bis zum 31. August und ist damit ein Ferienspaß an der frischen Luft, bei dem man tolle Preise gewinnen kann. Seit April haben sich schon jede Menge abenteuerlustige Rätselfans beteiligt, die Gewinner werden aber erst am Ende des Aktionszeitraums ermittelt... es ist also ausreichend Zeit, noch einzusteigen!

Man braucht für die Teilnahme kein GPS-Gerät, es geht ganz einfach mit den Rätsellösungen von Station zu Station. Die Startpunkte und Routen sowie alle benötigten Details sind einfach zu finden – entweder online über www.geocaching.com oder www.ein-sauberer-ERGEB.de und die entsprechende App oder auch den Flyer, der im kooperierenden Göttinger Einzelhandel ausliegt. Wer also Lust auf ein kleines Abenteuer hat und sich ganz nebenbei um die Sauberkeit kümmern möchte, sollte die Gelegenheit nutzen, Göttingen von ganz neuen Seiten zu erkunden. Die drei Touren in der Göttinger Innenstadt, im Ostviertel und in Geismar sind für Klein und Groß bestens geeignet. Egal ob mit Freunden, Familie, Kollegen oder Geocaching-Fans aus ganz Deutschland – bei dieser Aktion haben jedes Jahr viele Menschen Spaß, weil sie Neues entdecken und Rätsel lösen müssen. „Wir freuen uns, dass die Aktion auch in diesem Jahr wieder so hohen Zuspruch erfährt. Gerade in Zeiten, in denen Corona nach wie vor ein wichtiges Thema ist, sind Draußen-Angebote eine tolle Sache. Dass damit

auch noch Müll umweltgerecht entsorgt werden kann, der sonst im öffentlichen Raum liegenbliebe, ist ein positiver Nebeneffekt“, erklärt Maja Heindorf von den GEB und dem Verlauf des Geocaching-Abenteuers sehr zufrieden. Wie auch in den letzten Jahren wurden die drei Touren schon von vielen, ganz unterschiedlichen Teilnehmenden besucht. Kommentare in der Geocaching-Community, wie beispielsweise „Danke fürs Ausarbeiten, Herlocken, Legen,



Hege und Pflegen“ oder „Schön, dass diese Aktion immer wieder stattfindet“ bestätigen, dass die Touren eine „schöne Runde für die Kinder“ sind, die „professionell und toll gemacht“ sind. Neben dem Spaß, der für alle im Vordergrund steht, gibt es auch wieder attraktive Gewinnmöglichkeiten. Wer alle drei Touren erfolgreich abschließt, entdeckt an jedem Ziel einen Teil des Codeworts. Und allen, die das richtige Lösungswort auf www.ein-sauberer-ERGEB.de eingeben, winken schöne Preise von den vielen lokalen Kooperationspartnern. **STAR**

KOMMENTAR

Gefährliche Hinterlassenschaften

Dieses Wochenende steht in Göttingen (einmal mehr) im Zeichen von Bombenentschärfungen. Auch wenn das schon fast Routine ist für die Stadt: Angst macht es doch. Wenn etwas schief geht, sind nicht nur Wohnungen und Häuser, sondern auch Menschenleben in Gefahr. Das weiß man in Göttingen nur zu gut.

Wer weiß, wie viele Bomben noch unter der Erde liegen und jederzeit Schaden anrichten können? Nicht nur in Göttingen. Es sind Bomben, die vor fast 80 Jahren gefallen sind. Meist handelt es sich um Bomben mit Zeitzündern, die entwickelt wurden, um Menschen zu treffen, die

sich erst eine ganze Zeit nach dem Abwurf in der Nähe der Bombe aufhalten. Wenn es vermeintlich sicher war, sich wieder draußen aufzuhalten. Das gilt also auch noch Jahrzehnte nach Kriegsende.

In anderen Ländern ist das Problem viel schlimmer. Wo vor noch gar nicht langer Zeit Kriege tobten, sind ganze Landstriche vermint, nicht nur auf anderen Kontinenten. In Kroatien und Serbien etwa liegen immer noch tausende Landminen aus dem Jugoslawienkrieg. Diese werden immer wieder Einheimischen und zuletzt auch Flüchtlingen, die in die EU wollten, zum Verhängnis.

Diese tödlichen Hinterlassenschaften sind Mahnungen daran, dass Kriege katastrophale Folgen haben – für sehr viele Menschen und für sehr lange Zeit. Vor diesem Hintergrund finde ich, dass in Sachen Ukraine-Krieg aktuell viel zu wenig darüber diskutiert wird, wie man diesen Krieg schnell beenden kann. Es geht in den Nachrichten um Erdgas und um Waffen. Geheimdienstexperten geben ihre Einschätzungen ab, welche vermeldeten Erfolge echt sind und wie welche Seite gewinnen könnte. Aber solange geschossen und gebombt wird, sterben Menschen. Es sind Menschen, die leiden, weil Machthaber ihre

Interessen durchsetzen wollen. Dass in Kriegen immer auf beiden Seiten viel Leid angerichtet wird, das mit keinem Kampferfolg gerechtfertigt werden kann und das unabsehbare Langzeitfolgen nach sich zieht, ist doch etwas, das man spätestens aus den zwei Weltkriegen gelernt hatte. Eigentlich. Richtig Angst macht die Tatsache, dass diese Erkenntnis offensichtlich nichts wert ist. An diesem Wochenende werden erst einmal fest die Daumen gedrückt, dass der Bombeneinsatz in der Weststadt ein glückliches Ende nimmt. Gerne dürfen sich alle Verdachtspunkte als harmlos erweisen!
STEFANIE ARNDT

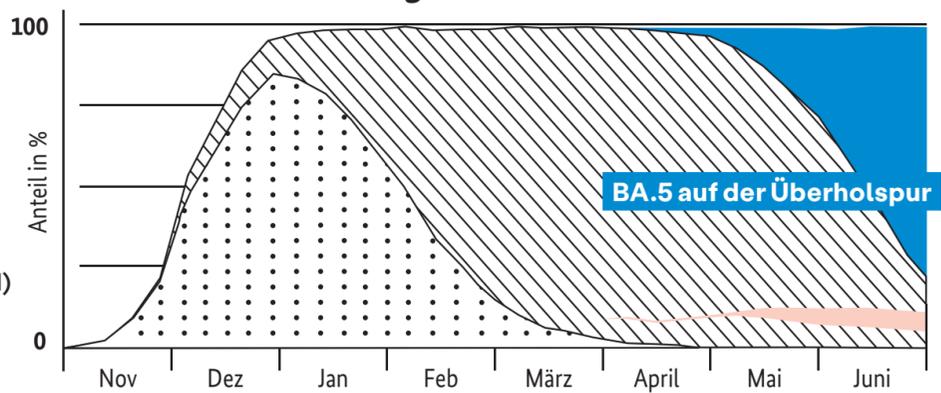


Was wir wissen

Omikron war schon immer ansteckender als frühere Virusvarianten. Die Sublinie BA.5 (inkl. BE.1) von Omikron macht einen großen Teil der Sommerwelle aus und verbreitet sich rasant, auch weil persönliche Schutzmaßnahmen abgenommen haben und weniger Menschen Maske tragen. Auch wer 3-fach geimpft oder genesen ist, kann sich mit BA.5 (inkl. BE.1) anstecken.

- BA.1
- BA.2
- BA.4
- BA.5 (inkl. BE.1)

Entwicklung der Omikron-Varianten



Quelle: RKI

Was wir tun

Vollständig Geimpfte (mind. 3 Impfungen) und Genesene (mit mind. 1 Impfung) sind weiterhin gut gegen einen schweren oder gar tödlichen Verlauf geschützt. Lassen Sie sich ärztlich beraten, ob Sie bestmöglich vorbereitet sind und welche Maßnahmen Sie noch vor Ihrer Sommerreise ergreifen können.



Es ist ausreichend Impfstoff vorhanden, um uns alle auch in den kommenden Monaten bestmöglich vor einem schweren Verlauf zu schützen.



Maske einpacken

Mit einer FFP2-Maske kann das Risiko, sich zu infizieren, bis auf 1% gesenkt werden.



Impfschutz checken

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt. Mehr Infos auf www.corona-schutzimpfung.de



Checkliste weiterer Schutzmaßnahmen herunterladen.



„Wir müssen wegen der Sommerwelle nicht in Panik geraten, aber wachsam sein. Das Virus bleibt, auch im Sommer. Mein Rat an alle: Im Zweifel auch in Innenräumen freiwillig Maske tragen.“

Bundesgesundheitsminister
Prof. Dr. Karl Lauterbach



STELLENANGEBOTE

Für die ZVG Göttingen-Eichsfeld GmbH suchen wir zu sofort

ZVG
Göttingen-Eichsfeld

Postzusteller (d/m/w)

für die Region Duderstadt und Umgebung

Jetzt bewerben!

Von montags bis samstags verantworten Sie die zuverlässige Zustellung unserer Briefsendungen. Die wöchentliche Arbeitszeit beträgt etwa 10 Stunden.

Das zeichnet Sie aus:

- Selbstständiges Arbeiten und Qualitätsbewusstsein
- Zuverlässige und eigenständige Arbeitsweise
- Deutschkenntnisse in Wort und Schrift
- Besitz eines PKW-Führerscheins

Ihr Interesse wurde geweckt?
Dann bewerben Sie sich gerne telefonisch oder per Mail

ZVG Göttingen-Eichsfeld GmbH
E-Mail: j.volkmann@jv-vertrieb.de
Tel.-Nr.: 05507 / 979679

CITIPOST Göttinger Tageblatt Eichsfelder Tageblatt

Medienbote (d/m/w) in Voll- oder Teilzeit

Von montags bis samstags verantworten Sie morgens zwischen 01:30 und 08:00 Uhr die Zustellung von verschiedenen Druck-erzeugnissen. Die wöchentliche Arbeitszeit beträgt bis zu 40 Stunden.

Das bieten wir:

- Attraktive Vergütung
- Dienst-PKW
- GVH-Jobticket
- Arbeitskleidung
- Bewegung an der frischen Luft
- Persönliche Einarbeitung
- Eigenverantwortliches Arbeiten

Das zeichnet Sie aus:

- Qualitätsbewusstsein
- Flexibilität
- Belastbarkeit
- Besitz eines PKW-Führerscheins

Gleich bewerben unter **0511 / 1212 3285** oder jetzt.bewerben@lokalboten.de

lokalboten.de

ASKLEPIOS

GESUNDHEIT HAT VIELE GESICHTER.

Herzlich willkommen in unserem Team!

Wir suchen für den Standort Göttingen einen

Koch (w/m/d) in Vollzeit

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Asklepios Service Hotellerie GmbH
Herr Mike Klöppner
Junior Bereichsleiter Catering
Rosdorfer Weg 70
37081 Göttingen
Tel: (0 5 51) 4 02 25 50
m.kloppner@asklepios.com

ASKLEPIOS

GESUNDHEIT HAT VIELE GESICHTER.

Herzlich willkommen in unserem Team!

Wir suchen für unseren Standort Göttingen eine

Küchenhilfe (w/m/d) in Teil-/Vollzeit

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Asklepios Service Hotellerie GmbH
Herr Mike Klöppner
Tel.: (05 51) 4 02 25 50
Rosdorfer Weg 70
37081 Göttingen
m.kloppner@asklepios.com

Wir suchen ab sofort **eine Aushilfskraft** gelernt oder ungelern für unser Praxislabor

Gemeinschaftspraxis
Dr. Dr. Andreas Matthaei,
Dr. Johanna Nordbeck
Fachärzte für Kieferorthopädie
Goetheallee 13 - 37073 Göttingen
Tel. 0551-41934 - info@kfo-goe.de

STELLENGESUCHE

Fließiger Monteur sucht Arbeit im Bereich Heizung/Sanitär/Haupt- und Nebenbeschäftigung. ☎ Z 218 052

VERKAUF / ANKAUF

VERKAUF ALLGEMEIN

Haushaltsauflösung Samstag, 6.8., 11-16 Uhr. Reinhardtshagen: kompl. Mobiliar/Inventar (Wohn-/Schlaf-/Ess-/Gästezi.), antike Kommode und Schrank, Teppiche, Geschirre, Besteck, Deko-Gegenstände. Interesse? ☎ (01 73) 2 79 38 70

Zu verschenken: 80 m² Waschbetonplatten gegen eig. Aufnahme u. Abholung. ☎ (05 51) 60 09 54

MÖBEL,TEPPICHE VERKAUF

Verk. Bett (Bettgestell, Lattenrost, Matratze, 80x190) für 120,- €, neuw. Zustand, an Selbstabh. Bilder unter https://abload.de/img/img_04814gke8.jpg
☎ 0 17 12 63 89 78

ALLGEMEIN ANKAUF

Sammler sucht alte Tonbandgeräte, Fotoapparate, Objektive, Ferngläser, Armband- und Taschenuhren sowie Münzen und Militaria, Zinn, Oma's Möbel. ☎ (01 71) 4 68 27 32

FAHRRÄDER ANKAUF

Damenfahrrad GESUCHT

suche gut erhaltenes Trekking- oder City-Bike, Tel.: (05 51) 507 80 47 oder ☎ (01 71) 6 98 12 98

BASTELN, HEIMWERKER, MODELLBAU ANKAUF

Modelleisenbahn gesucht: Anlagen, Sammlungen, Zubehör. 0170/2229810

COMPUTER VERKAUF

Haben Sie PC-Probleme?

Ich helfe Ihnen gerne vor Ort fachmännisch und schnell bei der Lösung ☎ 0551-381 9350

VERANSTALTUNGEN

Antik 31.07. Flohmarkt Hann. Münden
Weserpark, ohne Anmeldung ab 7 Uhr
Standaufbau auch Samstag ab 8 Uhr

STELLENMARKT im ExtraTIP:
ANZEIGEN-ANNAHME
☎ 0800 / 1 23 44 05
info@extratip-goettingen.de

IMMOBILIENMARKT GESUCHE

ANLAGEOBJEKTE

Suche kleine Wohnungen zum Kauf
05657-509 99 83

MEHRFAMILIENHÄUSER

SUCHE MFH v. Privat
☎ 0551-28878667

EIN- & ZWEI-FAMILIENHÄUSER

Haus v. Privat gesucht
☎ 0551-28878667

EIGENTUMSWOHNUNGEN

PRIVAT: Suche ETW
☎ 0551-28878667

VERMIETUNGEN

2-ZIMMER-WOHNUNGEN

Schicke 2-Zi.-Whg., EG, 70 m², ab 01.09.22 frei, Bad Grund OT Windhausen, Umzugshilfe gratis, ca. 45 km von GÖ, 350 € + 140 € NK, E-Tankstelle vorh., Mobil: 0177/3166479

3-ZIMMER-WOHNUNGEN

Ruh. renovierte 3-Zi-DG-Whg 13 km von GÖ, 3 Zi., gr. EBK, Bad mit Dusche u. Wanne u. Badmöbeln, gr. Süd-West-Balkon, Dachgeschoss, Wfl. 113 m² in gepflegtem, ruhigen 3-Fam-Haus, KM 750,- € + NK + Kauti-on. Wegen der Raumaufteilung ist diese Whg. für max. 3 Personen geeignet. Tel. 05502/833 notfalls bitte auf AB sprechen, ich rufe Sie gerne zurück.

GARAGE

Garage und Stellpl. in GÖ zu verm. Tel. 5474547

1-ZIMMER-WOHNUNG

Suche Altbauwohnung für kleines Geld in der Südstadt von Göttingen "Forever" zu sofort. Emphatische 69erIn möchte in Ruhe ankommen. Mindestens 1,5 Zimmer, Autonomer Freisitz direkt am Wohnungsbereich & ein Fenster zum Lüften im Bad. Ich freu mich auf das angenehme Kennenlernen meiner zukünftigen Wohnungsgesgeber*innen. ☎ 0179/6043299 Rufe bei Interesse zeitnah zurück.

Umgänglicher BWL-Student, 22 Jahre, sucht unbefristete unmobilierte 1 ZW in Göttinger Südstadt oder Ostviertel zum 1.9.22, bitte kein Souter-rain, max. 400€ WM. Bei Interesse gerne per E-Mail unter wohnen12345@gmx.net melden

ZIMMER

WG-Zimmer gesucht in Göttingen für eine Ausbildung ab Ende August, spätestens zum 1. September 2022. Keine Zweck-WG. Ich bin 23, mache eine Ausbildung als Klavierbauer und suche ein WG-Zimmer. Bei interesse an einem rücksichtsvollen, engagierten und handwerklich geschickten WG-Bewohner oder wenn Sie jemanden kennen, würde ich mich um einen Anruf freuen. ☎ +4 91 51 11 08 04 99

BRÄUCHEN SIE EINEN HANDWERKER?

"GRÜN-SCHICK"
Ihr zuverlässiger Grundstückspfleger mit Fachwissen, mäht Ihren Rasen, schneidet die Hecke und pflegt die Beete wie Sie es wünschen!
☎ 0551-500 885 99 FREIE TERMINE!

Bräuchen Sie Hilfe im Garten?

Übernehme fachgerecht alle Garten- u. Grabpflegearbeiten.
Firma Bierwirth, Göttingen
☎ 0172-6 47 91 12 Mo.-Fr.

Moderne Heiztechnik • Schöne Bäder

Grimmig, Barterode, ☎ 0 55 06 / 454

Garten & Grundstückspflege

• Pflasterarbeiten • Hausanstrich
• Hausreinigung
☎ 0177 - 56 38 241

Treppen-, Balkone- und Terrassenverlegung

☎ 01 60-97 73 96 54

VERSCHIEDENES

HAUSHALTAUFLÖSUNG:
Sa.30.07.+06.08. 10:30 - 14:00 Uhr im Rhumeweg 13, 37081 GÖ.
☎ 05 51 78 25 16

Sanierung Umbau Pflaster Kellerabdichtung Kanaltrennung Baugeschäft W. SEITZ

☎ 05 51 / 78 13 53 • 01 70/3418167

Entrümpfung & Haushaltsauflösung

☎0551/5046903 ☎ 0176/74579412 W. V. Transporte

>>> Shanty-Chor sucht Sänger und Instrumentalisten, Raum Duderstadt.

☎ (01 70) 4 48 26 25

Malerei, Putzer und Laminatverleger sucht Arbeit.

☎ (01 78) 9 38 68 06

Biete Ihnen Hilfe bei Gartenarbeiten jeglicher Art.

☎ (01 72) 3 66 01 07

Suche für Auftrag einen Fliesenleger

056 57-50 99 98 3

Wenden Sie sich im Trauerfall an uns

Pietät
BESTATTUNGEN

SERIÖS
WÜRDEVOLL
PREISWERT

Hilfe zu jeder Zeit
☎ 0551 - 5312315

Weender Landstr. 68 • 37075 Göttingen
www.pietaet-bestattungen.com

AUTOMARKT

MERCEDES ALLGEMEIN

Mercedes-Benz, C 180 CGI EZ 11/Bj.2010, 172.800 km, ABS, ZV, Li-mousine, HU 2023/04, 7.990,- € FP
☎ (01 76) 45 11 91 82

SKODA

Skoda, Roomster TDI EZ 03/Bj.2008, 59 kW, 220.000 km, grün, AHK, ZV, HU 2023/06, 2.800,- € VB
☎ 0 16 01 56 20 06

ANKAUF PKW

Thomas Mühlhaus Fahrzeug-Ankauf
PKW-LKW-Transporter-Unfall
☎ 0 55 27 / 99 64 200

Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen!
☎ 0800-1860000 (kostenlos)
www.ankaufwohnmobile.de

CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

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

BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

SIE (64, 1,60m) sucht Partner bis 70 J. Ich bin vielseitig interessiert und humorvoll. ☎ (01 62) 6 75 59 38

EROTISCHE KONTAKTE

Polin macht alles! 01520-780 56 18

Extra TIP
erscheint jeden Samstag

Impressum

Verlag:
Extra Tip Werbe- und Vertriebsgesellschaft mbH
Wiesenstr. 1 • 37073 Göttingen
info@extratip-goettingen.de

Preisliste Nr. 15 vom 01.01.2022
Verbreitete Auflage 78.365

Anzeigenschluss für gestaltete Anzeigen:
Mittwoch 14.00 Uhr

Kundenservice:
☎ 05 51 / 901-1
info@extratip-goettingen.de

Beilagedisposition:
beilagen.wochenblatt@madsack.de

Redaktion:
Stefanie Arndt
arndt@extratip-goettingen.de
Isabell-Carolyn Schulz
schulz@extratip-goettingen.de

Verantwortlich für den Anzeigentel:
Lars Barnstorf

Geschäftsführer und V.i.S.d.P.:
Günter Evert

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1 • 31552 Rodenberg

Verteilung:
Zeitungsvertriebsgesellschaft
Göttingen-West GmbH

Leserbriefe
Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor.

Alle vom Verlag gefertigten Entwürfe und Anzeigen sowie alle redaktionellen Texte und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

GPZ
Geprüfte Prospektzustellung
BVDA

BVDA
Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis - bitte keine kostenlosen Zeitungen - an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

Jetzt Ihren Azubi finden mit Azubiyou

Azubi-Mangel ist ein weit verbreitetes Problem: Jedes Jahr bleiben Stellen in der Ausbildung frei. Hier setzt Azubiyou an - mit einer klar definierten Zielgruppe sowie Informations- und Orientierungshilfen für BewerberInnen.

Ihre Vorteile:

- Hohe Reichweite und optimale Performance durch crossmediale Kanäle
- Direkt an der Zielgruppe: Der Blätterkatalog steht jahrgangsrelevanten Klassen zur Verfügung
- Umfangreiche flankierende Marketingmaßnahmen über alle digitalen und Print-Medienkanäle des Verlags

Erscheinungstermin: Montag, 12. September 2022

Christiane Nolte 0551/901-265
Alena Hofmann 0551/901-464
Marco Garro 0551/901-233
job@goettinger-tageblatt.de

Mega in Form? Frühsport Gefällig? Keine Kohle?

Wir suchen für unser Anzeigenblatt, „Extra Tip“ in Göttingen und Umgebung

Zusteller m/w/d

- Benniehausen
- Gronne
- Mengershausen
- Reiffenhausen
- Roringen
- Diemarden
- Lenglern
- Obernjesa
- Reinhausen
- Weende

Interessenten melden sich bitte Montag-Freitag zwischen 8.00 und 15 Uhr unter 0551/901-553 oder am besten per Email!
Einfach Name, Geburtstag, komplette Wohnadresse und Telefonnummer mit dem Hinweis „Zustellerbewerbung“ an s.lechte-kranz@zustell-logistik.de senden.

- Mindestalter 14 -

ZVG Göttingen-Eichsfeld GmbH
Dransfelder Straße 1
37079 Göttingen
0551/901-553
s.lechte-kranz@zustell-logistik.de

Für die Zeitungs-Vertriebs-GmbH suchen wir in der Region Göttingen kurzfristig in Voll- oder Teilzeit (teils Homeoffice) einen

Vertriebsmitarbeiter (d/m/w) mit Personaldisposition

Als Dienstleister für Verlage organisiert die Zeitungs-Vertriebs-Gesellschaft die Zustellung von Tageszeitungen und Briefsendungen der CITIPOST in der Stadt & Region Göttingen.

Ihre Aufgaben:

- Einstellungsgespräche für die betreffenden Zustellgebiete
- Besetzung von Urlaubs- und Krankheitsvertretungen
- Lohnabrechnung und Meldewesen
- Unterstützung im Tagesgeschäft wie z. B. Reklamationsbearbeitung

Das zeichnet Sie aus:

- Gute PC-Kenntnisse (MS-Office)
- Die Fähigkeit auf Menschen zuzugehen
- Zuverlässige und eigenständige Arbeitsweise
- Engagement und Teamfähigkeit

Bewerben Sie sich jetzt (inkl. Gehaltsvorstellung und frühestmöglichem Eintrittstermin) unter:
E-Mail: bewerbungen@zustell-logistik.de
Tel.-Nr.: 0511 1212 3258

Göttinger Tageblatt Eichsfelder Tageblatt
ExtraTIP
CITIPOST

Wir haben da eine Baustelle und müssen Löcher stopfen!!!

Zeitungszusteller für zahlreiche Gebiete

in den Gemeinden/GÖ-Stadt:

- Bovenden
- Friedland
- Gleichen
- Rosdorf
- Stadt Göttingen

GESUCHT !!!

Das zeichnet Sie aus:

- Selbstständiges Arbeiten und Qualitätsbewusstsein
- Zuverlässigkeit, Flexibilität und Belastbarkeit

Wir bieten:

- Bezahlt Urlaub, Lohnfortzahlung bei Krankheit, steuerfreier Nachtzuschlag, Arbeitsmaterial

Die Tätigkeit ist sowohl in Voll- / Teilzeitzeit, sowie als geringfügige Beschäftigung möglich.

Wurde Ihr Interesse geweckt? Dann richten Sie Ihre Bewerbung an:

Zeitungsvertriebsgesellschaft Göttingen - West GmbH
Dransfelder Str. 1 • 37079 Göttingen
☎ 0551 - 901 551/552/553/554/563
info-goe@zustell-logistik.de

Suche Alten- o. Krankenpflegerin für Std.-weise Unterstützung zur Pflege meines Mannes. ☎ 0162/8752333

WIR suchen SIE!
Sekretariatsmitarbeiter/in auf Teilzeitbasis (20 Std.)
EULER & KÜHL KG WPG | StBG
Silvia Kuhl | silvia.kuhl@wp-euler.de

Was bleibt? Ihr Erbe.
Für unsere Natur.
Heinz Sielmann Stiftung
Tel 05527 914 419 | sielmann-stiftung.de

WWF
Jetzt schützen: wwf.de/protector

STELLENMARKT im ExtraTIP:
ANZEIGEN-ANNAHME
☎ 0800 / 1 23 44 05
info@extratip-goettingen.de

Ihr Testament für den Tierschutz - hinterlassen Sie bleibende Spuren.
VIER PFOTEN rettet Tiere in Not und beschützt sie.
Wir sind gerne persönlich für Sie da!
Sabine Cordes: 040 399 249-76
Olaf Höwner: 040 399 249-36
E-Mail: testamente@vier-pfoten.de

2282701_001822



Gerissen oder nur verstaucht?

Dr. Ronny Perthel und PD Dr. Daniel Hoffmann beantworten Leserfragen zum Thema **BÄNDERRISSE**

Im Sommer kommt Bewegung in die Bevölkerung. Das schöne Wetter lockt auch so einige Couch-Potatoes an die frische Luft. Dann wird gelaufen, gewandert, Fußball gespielt, ... ein unachtsamer Moment genügt und man verletzt sich dabei. Besonders häufig betrifft das die Bänder.

Bänder sind die elastische Verbindung zwischen Knochen, vor allem im Bereich von Gelenken. Sie bilden dabei komplexe Bandapparate. Da sie vor allem die Aufgabe haben, die Gelenke zu stabilisieren, ist ihre Elastizität begrenzt. Kommt es zu einer übermäßigen Belastung – etwa durch das bekannte „Umknicken“ des Sprunggelenks – können die Bänder verletzt werden. Im schlimmsten Fall ist das ein vollständiger Bänderriss. Solche Verletzungen sind meist sehr schmerzhaft, führen zum Anschwellen des Gelenks und können auch schwerwiegende Langzeitfolgen haben, wenn die Verletzung nicht richtig behandelt wird. Die gute Nachricht: Oft können diese Verletzungen ohne Operation gut ausheilen, auch so, dass die Funktion des Gelenks danach nicht beeinträchtigt ist.

Bänderrisse sind die häufigste Sportverletzung und es sind auch zahlreiche Nichtsportler betroffen. Deshalb haben auch viele Menschen Fragen zu diesem Thema. Unsere Leser konnten ihre zwei Experten der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) stellen. Die Fragen, die die Füße betreffen, hat Dr. med. Ronny Perthel beantwortet. Er ist Facharzt an der Klinik für Unfallchirurgie, Orthopädie und Plastische Chirurgie mit Expertise für Fußchirurgie. Die weiteren Antworten hat Priv.-Doz. Dr. med. Daniel Hoffmann übernommen. Er ist Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie, Orthopädie und Plastische Chirurgie werden verschiedene Spezialprechstunden angeboten, in denen man sich mit seinen Problemen vorstellen kann – egal, ob Fuß, Knie, Schulter, Hand oder Wirbelsäule. Alle näheren Informationen gibt es online bei cuop-umg.de oder unter Telefon 0551 / 39 224 62.

ZU DEN LESER-FRAGEN:

Ich hatte mit 25 einen doppelten Bänderriss im Sprunggelenk, damals hieß es, eine OP sei nicht nötig. Ich habe von der Physiotherapie seinerzeit einige Übungen zur Stabilisierung des Fußes auf

den Weg bekommen und diese tatsächlich auch die ganzen Jahre über ins Sportprogramm eingebaut. Nun bin ich 52 und es zeigt sich: Durch den Bänderriss habe ich eine Fehlstellung im Fuß und als Folge dessen eine heftige Arthrose in mehreren Fußgelenken, die meine sportlichen Aktivitäten nun sehr einschränkt. Hätte man doch operieren müssen? Wie kann man nach einem nicht-operierten Bänderriss solche Folgen vermeiden?

Der Begriff „Bänderriss“ am Sprunggelenk ist leider recht unscharf und viele verschiedene Pathologien werden darunter zusammengefasst. Da eine komplette Aufschlüsselung aller Bandverletzungen am Sprunggelenk den Rahmen sprengen würde, soll hier auf die häufigsten, isolierten Verletzungen des Außenbandapparates eingegangen werden.

Auch heute werden die Außenbandverletzungen am oberen Sprunggelenk zunächst konservativ, also ohne Operation, behandelt. Wichtig ist hier ein konsequentes Nachbehandlungsschema.

In der ersten Phase nach Verletzung greift die sogenannte PECH-Regel (Pause, Eis, Compression, Hochlagern). Es folgt eine Entlastung des betroffenen Beins für etwa zwei Wochen. In den anschließenden vier Wochen sollte eine Behandlung in einer semirigidem Sprunggelenkorthese erfolgen. Diese wird konsequent Tag und Nacht getragen, um den Bändern die Möglichkeit zu geben, wieder

fest zu vernarben. Im Anschluss hat sich die Durchführung einer physiotherapeutischen Übungsbehandlung mit Schwerpunkt auf propriozeptivem Training bewährt, um die muskuläre Stabilität zu verbessern. Propriozeptiv bedeutet, dass die Wahrnehmung der Körperlage und -bewegung im Raum verbessert wird, zum Beispiel mit Balanceübungen.

Leider kann es nach Bandverletzungen am oberen Sprunggelenk zu einer bleibenden Instabilität kommen. Diese Instabilität begünstigt die Entstehung einer Arthrose. Nach gesicherter Außenbandruptur sollte, im späteren Verlauf, eine Kontrolluntersuchung mit Stabilitätstestung erfolgen. Eine chronische Instabilität kann dann frühzeitig erkannt und operativ versorgt werden.

Ich habe Probleme beim „kräftigen Zupacken“, nun vermutet mein Arzt, dass bei einem Sturz mit Handverletzung vor ein paar Monaten ein Band in meinem Daumen gerissen ist. Die ganze Hand hatte danach wochenlang weh getan. Die Schmerzen waren aber irgendwann komplett weg. Da der Sturz schon länger her ist, sei eine Behandlung nicht mehr möglich. Was kann man jetzt noch tun? Woran hätte ich nach dem Sturz erkennen können, dass ein Band gerissen ist?

Wenn Sie aktuell immer noch Beschwerden haben, empfehle ich eine Vorstellung bei einem Unfallchirurgen zur weiteren

Abklärung. Durch eine genaue körperliche Untersuchung der Hand sollte zunächst einmal eingegrenzt werden, wo genau die Beschwerden lokalisiert sind. Anschließend sollte eine Bildgebung durchgeführt werden, zum Beispiel zunächst eine Röntgen-Bildgebung. Ob und welche weitere Bildgebung (CT oder MRT) und eine Behandlung notwendig ist, hängt dann von den Befunden ab. Neben einer direkten Verletzung der Hand durch den Unfall wäre auch eine Aktivierung eines Gelenkverschleißes („Arthrose“) möglich. Aber dies sollte fachärztlich abgeklärt werden.

Wenn Sie nach einer Verletzung und/oder einem Unfall deutliche Schmerzen oder Schwellung und Funktionseinschränkungen haben, ist grundsätzlich eine unverzügliche ärztliche Vorstellung empfohlen.

Ich knicke relativ häufig um. Was kann man dagegen tun und in welchen Fällen sollte man ein Röntgenbild oder MRT machen lassen? Was genau versteht man unter einer Verstauchung?

Das häufige Umknicken kann Ausdruck einer chronischen, also dauerhaften, Instabilität des Sprunggelenks sein. Wenn die Bänder nach einem Riss nicht ausreichend stabil vernarben, kann es dazu kommen. Eine MRT-Untersuchung ist sehr gut geeignet, um die Bänder darzustellen. Allerdings ist dies eine statische Untersuchung, über die Stabilität können also nur bedingt Aussagen getroffen werden. Eine gute klinische Un-

tersuchung ist zur Testung der Stabilität essenziell.

Das Röntgenbild hat vor allem in der Akut-Diagnostik einen hohen Stellenwert, da dadurch ein Bruch ausgeschlossen werden kann.

Wenn eine Instabilität vorhanden ist, wird zunächst ohne Operation therapiert. Physiotherapie mit propriozeptivem Training kann die Stabilität deutlich verbessern. Falls konservative Maßnahmen nicht ausreichen, sollte eine operative Versorgung durchgeführt werden. Hier kommen rekonstruktive Bandplastiken zum Einsatz, ergänzt durch eine Spiegelung des Sprunggelenks.

Eine Verstauchung stellt die Vorstufe des Risses dar. Ein Gelenk wird über sein eigentliches Bewegungsausmaß gedehnt und es kommt zu Einblutungen, Schwellungen und kleinen Einrissen. Die Verstauchung heilt in der Regel ohne Folgen aus.

Ich hatte bereits zweimal einen Bänderriss in den Sprunggelenken und es stellte sich immer die Frage: Orthese oder nicht? Und wenn Orthese, wie lange? Wie sehr bauen sich Muskeln ab, wenn man nach einem Bänderriss eine Orthese trägt? Ist Bandagieren oder Tapen die bessere Methode? Gibt es Kräftigungs-Übungen, die man mit Orthese machen kann?

Die Orthese ist unbedingt notwendig, wenn ein Bänderriss ohne eine Operation behandelt werden soll. Nur wenn gewährleistet ist, dass in der Heilungs-



Priv.-Doz. Dr. med. Daniel Hoffmann ist Oberarzt der UMG-Klinik für Unfallchirurgie, Orthopädie und Plastische Chirurgie.
Foto: Arndt



Dr. med. Ronny Perthel ist Facharzt der UMG-Klinik für Unfallchirurgie, Orthopädie und Plastische Chirurgie.
Foto: UMG

phase Kippbewegungen nach Innen und nach Außen vermieden werden, können die Bänder stabil vernarben.

Die Orthese sollte über sechs Wochen getragen werden, am besten Tag und Nacht. Wenn kurz nach dem Umknicken die Schwellung zu stark ist, wird zunächst ein Gipsverband angelegt. Die ersten zwei Wochen wird das betroffene Sprunggelenk entlastet, anschließend kann der Fuß in der Orthese voll belastet werden. Dadurch hält sich der „Muskelschwund“ in Grenzen.

Das Bandagieren/Tapen ist in der Akutphase nicht ausreichend, da gerade die Kippbewegungen dadurch nicht vermieden werden. Nach abgeschlossener Behandlung ist das Tapen eine gute Möglichkeit, das Sprunggelenk während des Sports zusätzlich zu stabilisieren.

Ich hatte vor zwei bis drei Jahren einen Sehnenriss in der Schulter (Sportunfall beim Handball), der ohne Operation ausheilte. Seitdem spiele ich nicht mehr, habe mir aber schon zweimal die Schulter ausgekugelt, was sehr schmerzhaft ist. Besteht da ein Zusammenhang? Was kann man vorbeugend gegen das Schulterauskugeln tun?

Bei dem Sehnenriss in der Schulter handelte es sich vermutlich um eine Verletzung der so genannten Rotatorenmanschette. Ohne Vorbefunde und Untersuchung ist dies jedoch nicht eindeutig zu sagen. Grundsätzlich führen Verletzungen der Rotatorenmanschette nicht direkt zu einem Auskugeln der Schulter („Schulterluxation“). Es kann aber sein, dass es durch die damalige Verletzung ebenfalls zu einem unerkannten Einriss der vorderen Pfannenlippe des Schultergelenks (Labrum-Läsion) kam, die ein Auskugeln der Schulter begünstigt.

Unabhängig von einem möglichen Zusammenhang empfeh-

le ich Ihnen nach zweimaliger Schulterluxation jedoch unbedingt eine fachärztliche Vorstellung zur weiteren Abklärung und Behandlung. Zum einen sind Schulterluxationen sehr schmerzhaft (wie Sie bereits gemerkt haben), zum anderen steigt mit jeder weiteren Luxation das Risiko für einen vorzeitigen Verschleiß (Arthrose) der Schulter.

Was kann man gegen Achillessehnen-Schmerzen machen, insbesondere wenn die Achillessehne geschwollen oder verdickt ist?

Es gibt verschiedene Ursachen, warum die Achillessehne schmerzhaft und verdickt sein kann. Häufig führt eine Überlastung im Ansatzbereich der Sehne zu einer solchen Symptomatik. Diese Überlastung resultiert aus einer „zu kurzen“ Achillessehne. Durch den starken Zug kommt es zu einer entzündlichen Reaktion in diesem Bereich. Hier kann Physiotherapie mit Augenmerk auf Dehnungsübungen der Wadenmuskulatur sowie Friktionsmassage der Achillessehne zu einer deutlichen Verbesserung führen. Die Übungen sollten, am besten täglich, daheim durchgeführt werden. Auch durch eine Stoßwellentherapie könne gute Erfolge erzielt werden. Eine Orthese mit integrierter Massagepolstern verschafft ebenfalls Linderung.

Bei manchen Patienten kann im Röntgen ein knöcherner Anbau am oberen Teil des Fersenbeins gefunden werden. Die sogenannte Haglund-Exostose reizt die Achillessehne mechanisch und führt zu der schmerzhaften Symptomatik. Eine chirurgische Abtragung kann die Beschwerden deutlich verbessern.

In akuten, sehr schmerzhaften Fällen sollte eine kurzfristige Entlastung stattfinden. Auch können hier ergänzend Schmerzmittel aus der Gruppe der NSAR eingenommen werden (Ibuprofen, Diclofenac).



Bänderrisse sind die häufigste Sportverletzung und es sind auch zahlreiche Nichtsportler betroffen.
Foto: comzeal-stock.adobe.com

Bombensuche in Göttingen:

Alle Infos zur Evakuierung am 30. und 31. Juli gibt es auf gturl.de/bombe

Wir haben für Sie einen exklusiven Rabattcode für den vollen Zugriff auf alle Artikel auf Goettinger-Tageblatt.de

3 Monate zum Preis von 3 € lesen (statt 29,97€)*

auf Goettinger-Tageblatt.de/bombenraeumung mit dem Rabattcode

GTET8BPSV6

* Gilt nur für Neukunden

Göttinger Tageblatt Eichsfelder Tageblatt



Jetzt QR-Code scannen & abonnieren



LIVEBLOG

Liveblog zur Bombensuche in Göttingen: Alle Infos zur Evakuierung am 30. und 31. Juli





Sie haben Probleme im Erbrecht?

Jan Thomas Ockershausen

Fachanwalt für Erbrecht und Notar



- ✔ Pflichtteil
- ✔ Erbauseinandersetzung
- ✔ Testament

Nutzen Sie meine Kompetenz!



Götzenbreite 4 · 37124 Rosdorf
Telefon 0551-900 33 515
ockershausen@ra-kleinjohann.de
www.ra-ockershausen.de

Das Ehegattentestament – Auf ewig gebunden?

Wie an den Erben vorbei Vermögenswerte verschoben werden können

Das gemeinschaftliche Testament zweier Ehegatten ist immer auch in gewisser Weise ein Vertrag. Man setzt sich wechselseitig zum Erben ein, jedoch mit dem Zusatz, dass nach dem Längerlebenden bestimmte Personen, regelmäßig die Kinder, als Schlusserben berufen sind. „Du kannst alles erben, wenn nach Dir unsere (meine) Kinder dran sind“, so der Tenor solcher Verfügungen. Nicht selten jedoch keimt nach dem Tod des Erstverstorbenen der Wunsch auf, von diesen starren Prämissen abzuweichen. Die Möglichkeiten hierzu sind weitaus großzügiger, als allgemein bekannt.

Zwar ist grundsätzlich vorgegeben, dass die Berufung anderer als den im Testament vorgegebenen Schlusserben unwirksam ist. Allerdings kann sich der

längerlebende Ehegatte durch eine Testamentsanfechtung, die freilich der notariellen Beurkundung bedarf, von dieser Bindungswirkung lösen, wenn nach dem Tod des erstverstorbenen Ehegatten weitere pflichtteilsberechtigte Personen hinzugekommen sind. Dies kann ein neuer Ehegatte sein oder aber ein (gegebenenfalls adoptiertes) Kind. Auf diesem Wege kann der längerlebende Ehegatte unter Lebenden und von Todes wegen frei verfügen.

Doch selbst wenn das Testament nicht angefochten wird, ist der längerlebende Ehegatte zu Lebzeiten frei, das eigene und ererbte Vermögen nach seinem Wunsch zu verwenden. Niemand wird ihn daran hindern können, auch einen neuen Gatten beziehungsweise dessen Kinder zu unterhalten.

Wenn der längerlebende Ehegatte aber Schenkungen ausreichen will, gilt die Grenze des §2287 BGB. Danach dürfen die Schlusserben nach dem Tod des Längerlebenden das Geschenk von der beschenkten Person herausverlangen. Doch auch hier gibt es die Möglichkeit, diesen Schutz zu umgehen: Die beschenkte Person muss lediglich schlüssig vortragen, dass die Schenkung im Eigeninteresse des längerlebenden Ehegatten erfolgte. Dies ist zum Beispiel dann der Fall, wenn sich dieser durch das Geschenk der weiteren Zuwendungen und Bekümmern durch die beschenkte Person versichern will. Dabei muss dieses lebzeitige Eigeninteresse noch nicht einmal nachgewiesen werden, es reicht, wenn er der Beschenkte hierzu schlüssig vorträgt. Es ist dann an dem Schlusserben, zu

beweisen, dass ein lebzeitiges Eigeninteresse nicht bestand. Dies ist grundsätzlich schwer möglich, daher läuft der Schutz des §2287 BGB meist leer.



Jan Thomas Ockershausen, Rechtsanwalt und Notar. Fotos: privat/BilderBox



Foto: EKW/Rampfel

„Wir sind stolz“

Evangelisches Krankenhaus Weende unter Deutschlands besten Krankenhäusern

GÖTTINGEN. Bereits zum vierten Mal in Folge zählt das Evangelische Krankenhaus Göttingen-Weende (EKW) zu Deutschlands besten Krankenhäusern. Dies wurde durch das F.A.Z.-Institut und das Institut für Management- und Wirtschaftsforschung (IMWF) recherchiert. Das EKW landete auf dem vierten Platz der Kliniken in Niedersachsen, die in der Kategorie „300 bis 500 Betten“ bewertet wurden. Als Einzelabteilungen wurden zudem die

Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie sowie die Orthopädie ausgezeichnet.

Von den insgesamt rund 1.900 Krankenhäusern in Deutschland kommt das EKW auf Platz 119 in seiner Kategorie. „Wir freuen uns, im Bewertungsbereich ‚Bestes Krankenhaus‘ deutschlandweit zu den ersten 100 Häusern in unserer Kategorie zu zählen. Wir sind auch stolz darauf, dass darüber hinaus die Abteilung Orthopädie an

unserem Krankenhausstandort Neu-Mariahilf im Waldweg und die Abteilung Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie am Standort Weende ausgezeichnet wurden“, sagt Prof. Dr. Michael Karas, der Medizinische Geschäftsführer des EKW.

METHODE & AUSWERTUNG

Für das Zertifikat „Deutschlands beste Krankenhäuser“ greift das IMWF auf eine Vielzahl von Daten von über 2.400 Krankenhaus-Standorten in Deutschland zurück und wertet diese systematisch aus. Datenbasis für die Bewertung sind eine Auswertung der aktuellsten verfügbaren Qualitätsberichte der Krankenhäuser mit Datenbestand 2020 sowie ein Social Listening und gezieltes Monitoring von Bewertungsportalen. So bietet sie einen einzigartigen Überblick der deutschen Krankenhäuser.

Bei der Untersuchung wurde ein Mittelwert aus emotionaler und sachlicher Bewertung berechnet. Für eine bessere Vergleichbarkeit wurden die Krankenhäuser zudem nach ihrer Bettenzahl eingestuft.

Ausschlaggebend bei den Bewertungsportalen waren weise-liste.de und klinikbewertungen.de. Die Daten aus den Bewertungsportalen wurden den vier Hauptkriterien „Gesamtzufriedenheit / Weiterempfehlung“, „Medizinische Versorgung“, „Organisation und Service“ und „Sonstige Kriterien“ zugeordnet und zu dem Einflussfaktor „Emotionale Bewertung“ verdichtet. Aus den veröffentlichten Qualitätsberichten der Krankenhäuser mit Datenstand 2020 wurden die vier Kennzahlen „Medizinische Versorgung“ (35 Prozent), „Pflegerische Versorgung“ (35 Prozent), Kontrolle (20 Prozent) und „Service“ (10 Prozent) ermittelt.

Lauf-Event am Kieselsee

- Anzeige -

beckers bester und die Pacer laden ein / jetzt anmelden

GÖTTINGEN. Am Sonntag, 14. August, laden die elfköpfige Lauf-Crew „Die Pacer“ aus Nordrhein-Westfalen und der südniedersächsische Fruchtsafthersteller beckers bester zum gemeinsamen Laufen ein. Treffpunkt ist der Parkplatz 2 am Sandweg in Göttingen am Kieselsee. Die Veranstaltung beginnt um 10 Uhr.

In verschiedenen Tempogruppen von 4:30 min/km bis 7:30 min/km wird der Kieselsee umrundet. Angepeilt werden zwischen 10 und 15 Kilometer. Anmeldungen mit Namen und Wunschtempo sind bis zum 13. August an folgende E-Mail-Adresse möglich: info@die-pacer.com.

Jedes Tempo ist herzlich willkommen und im Ziel warten neben kühlen Erfrischungen von beckers bester auch leckere Snacks. Zusammen mit „Laufline“ Göttingen wird es zudem eine Testschuhaktion mit Brooks und

New Balance geben. Die Läufer und Läuferinnen können sich auf die neuesten Schuh-Trends freuen.

DIE PACER: WIE ALLES BEGANN

Alles begann im Spätsommer 2020, als sich elf Lauf-Buddys aus Nordrhein-Westfalen zusammenfanden, um gemeinsam ihrer Leidenschaft nachzugehen: Dem Laufen.

„Wir waren uns schnell einig: Wir sind ab jetzt eine gemeinsame Gruppe“, sagt Ulrich Schulze-Bergkamen (21), einer der Initiatoren. Nur Stunden nachdem der Name feststand, war die Gruppe auf Instagram vertreten. „Nach nur einem Monat hatten wir über 500 Abonnenten auf unserem Account. Der Zuspruch und die Motivation sind riesig. Das Abenteuer begann“, berichtet Schulze-Bergkamen. Weitere Infos unter: www.die-pacer.com

DAS IST BECKERS BESTER

beckers bester ist ein niedersächsisches Familienunternehmen, das seit seiner Gründung durch Bertha Becker vor 90 Jahren mit Leidenschaft Fruchtsäfte herstellt und vertreibt. Seit 2010 wird das Unternehmen von Berthas Urenkel, Sebastian Koepfel, wertorientiert geleitet. Zu den Werten des Unternehmens zählen Wertschätzung, Offenheit und Nachhaltigkeit. beckers bester engagiert sich intensiv für nachhaltiges Wirtschaften und Umweltschutz. Das Unternehmen ist seit 2015 klimaneutral, seit Anfang 2020 sind es auch alle Produkte. Zudem ist es Gründungsmitglied von PANAO, der Partnerschaft für nachhaltigen Orangensaft. „Wir wollen unsere Werte leben und erlebbar machen“, betont Koepfel. Der Firmensitz ist in Lütjenrode. Weitere Informationen unter: www.beckers-bester.de



Spaß am Laufen: beckers bester holt „Die Pacer“ an den Göttinger Kieselsee. Foto: die-pacer

Schneemann
Recycling GmbH
#bockaufcontainer

www.schneemann-recycling.de
Tel. 05527 / 98 55 0

Schöneberger
Straße 12-16
37115 Duderstadt

2167701_001822

Schritt für Schritt ins Internet

Unsere Trainer helfen Ihnen dabei und zeigen Ihnen kostenlos die Möglichkeiten eines Tablets.

- Für Aufgeschlossene, die sich weiterbilden möchten
- Wir nehmen uns für Sie in **persönlichen Einzelterminen** die Zeit, all Ihre Fragen zu beantworten
- Probieren Sie vor Ort unsere Tablets aus mit der Option, ein **Rundum-Sorglos-Paket** zu erwerben

Jetzt anmelden
unter der Telefonnummer:
0551 / 901-365
von Mo-Fr von 9-14 Uhr
oder unter
gturl.de/schulungen



Jetzt **kostenlos** Ihren **persönlichen Schnupperkurs** sichern!

2167701_001822



Hin & Weg

Veranstaltungen in und um Göttingen

SONDERVERÖFFENTLICHUNG

Das Finale mit den besten Läufern der Welt

Worldcup im Rollkunstlauf findet in der Göttinger S-Arena statt

GÖTTINGEN. Das Finale des diesjährigen Worldcups im Rollkunstlauf findet in Göttingen statt! Die punktbesten Teilnehmer der drei Halbfinals, welche in Triest (Italien), Paredes (Portugal) und Asuncion (Paraguay) stattfanden, sind für das Finale in Göttingen qualifiziert.

In den Kategorien Kürlaufen (Senioren, Junioren, Jugend, Schüler A) und Solotanz (Senioren und Junioren) qualifizieren sich die jeweils zehn punktbesten Läuferinnen und Läufer. Im Paarlaufen und Rolltanzen (jeweils Senioren und Junioren)

dürfen die besten acht punktbesten Paare in Göttingen an den Start gehen. Komplettiert wird das Finale von Quartetten, kleinen Gruppen aus sechs bis zwölf Läuferinnen und Läufern, großen Gruppen aus 16 bis 30 Läuferinnen und Läufern sowie Formationen.

Die Zuschauer dürfen sich auf die besten Läufer aus aller Welt freuen. Mindestens 14 Nationen werden vertreten sein. Neben sportlichen Höchstleistungen wie zahlreichen Dreifachsprüngen, die man sonst vom Eiskunstlauf kennt, verleihen insbesondere die Showgruppen

und Formationen der Veranstaltung ein besonderes Flair. Aus Niedersachsen sind Tim Schubert (Meisterklasse Herren Kür), Anne Sophie Schiefer (Junioren Damen Kür), Max Grünschow (Schüler A Jungen Kür) und das Dream Team (Formationen) am Start. Die Deutsche Mannschaft wird von Emilia Zimmermann (Meisterklasse Solotanz Damen), Luisa Kristina Scherf (Junioren Damen Solotanz), Maximilian Noack (Jugend Herren Kür), Tiziano Martino (Schüler A Jungen Kür), Michael Seeger-Suarez/ Lisa Welik (Rolltanz Meisterklasse) und dem Kieler Quartett „The Gorgeous“ komplettiert.

GÖTTINGER DREAM TEAM

Bereits am Montag, 8. August, wird es für die Göttinger Läuferinnen und Läufer mit dem Dream Team ernst. Dann steht zum Start des Worldcups der Wettbewerb der Formationen auf dem Programm.

Am Samstag, 13. August, findet ab 20.30 Uhr eine Schaulauf-Gala statt. An allen Tagen wird es in der Sparkassen-Arena natürlich auch ein Verpflegungsangebot des 1. RC Göttingen geben.

Tickets gibt es in den bekannten Vorverkaufsstellen und über die Homepage awc2022finals.de.



Mindestens 14 Nationen werden vertreten sein: Die Zuschauer dürfen sich in der Sparkassen-Arena auf die besten Läufer aus aller Welt freuen.

Symbolfoto: stock.adobe.com/ Fabian Ponce Garcia

Kreis 34 Göttingen lädt vom 5. bis 14. August ins Künstlerhaus ein

GÖTTINGEN. Wie entsteht Kunst? Wann wird aus Farbe, Papier, Leinwand oder Stein ein Kunstwerk? Die Künstlergruppe Kreis 34 Göttingen möchte Besuchern die seltene Möglichkeit anbieten, bei der Entstehung von Kunstwerken live dabei zu sein und einen Einblick in künstlerische Prozesse zu nehmen. Dazu laden die Mit-

glieder des Kreis 34 alle Kunstneugierigen vom 5. bis 14. August ein, einen Blick in den Hof des Künstlerhauses Göttingen und den Ausstellungsräume zu nehmen, ihnen beim Arbeiten zuzuschauen, Fragen zu stellen und mitzumachen. Die feierliche Eröffnung des Projekts findet am Freitag, 5. August, um 18 Uhr im Hof des

Künstlerhauses zusammen mit einer Ausstellungseröffnung im Gewölbekeller statt. Flyer mit den Öffnungszeiten und den verschiedenen Aktivitäten sind im Künstlerhaus erhältlich. Zudem ist eine Programmübersicht auf der Webseite des Kreis 34 Göttingen unter www.kreis34.de abrufbar.

Die teilnehmenden Kunstschaffenden sind: Martina Böminghaus, Christiane Christen, Mina Farjadi, Ingrid Rosine Floerke, Gudrun Friedrich-Kopp, Birte Körbel, Peter Malcher, Greta Mindermann-Lynen, Sabine Lösing, Daniela Renneberg, Frank-Helge Steuer, Anna Tarach, Andreas Tichy und Maria Truskolawska.

Ein achtsamer Tiger

Stadtbibliothek Göttingen mit **VORLESEAKTIONEN** auf Spielplätzen

GÖTTINGEN. In den Sommerferien geht die Stadtbibliothek in Kooperation mit der evangelischen Familienbildungsstätte nach draußen: An jedem zweiten Mittwochnachmittag wird auf einem anderen Spielplatz vorgelesen. Wer an den Mitmach-Aktionen teilnehmen möchte, bringt bitte eine Sitzunterlage mit. Eingeladen sind Kinder ab vier Jahren in Begleitung ihrer Erziehungsberechtigten. Die Teilnahme ist kostenlos.

DIE NÄCHSTEN TERMINE:

Am Mittwoch, 10. August, um 16 Uhr wird auf dem Spielplatz im Levin'schen Park aus „Der achtsame Tiger“ von Przemyslaw Wechterowicz gelesen. Inhalt: Im Dschungel erzählt man sich, der Tiger sei wild, gefährlich und verschlinge seine Beute genüsslich mit einem Happs. Doch so ganz stimmt das nicht! Denn nachts zeigt der Tiger sein

wahres Ich. Er wird zum achtsamen Tiger, den nichts davon abhält, etwas aufzuschlitzen: beispielsweise Obst, damit der kleine Elefant Salat bekommt. Außerdem schleicht er herum, um Orang-Utans zu frisieren, Ameisen zum perfekten Bau zu verhelfen, mit Tapiren zu tanzen oder um Papageien-Eier behutsam auszubrüten. So viele gute Taten machen dann sogar einen achtsamen Tiger sehr müde.

Am Mittwoch, 24. August, bekommen die Kinder ab 16 Uhr auf dem Leuchtturmspielplatz an der Danziger Straße aus „Ich bin ein Kind und ich habe Rechte“ von Alain Serres vorgelesen. – Kinder haben Rechte. Und es ist wichtig, dass darüber gesprochen wird. Nur so kann ihre Einhaltung selbstverständlich werden. Farbenfroh und poetisch, aber dennoch unmissverständlich werden die wichtigsten der insgesamt 54 Kinderrechte vorgestellt. **PDG**



Symbolfoto: pixabay

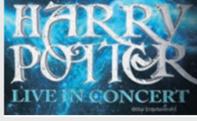


Ticket Service

Veranstaltungen in unserer Region und bundesweit

Jetzt Tickets sichern!

gt-tickets.de

Martin Rütter  29.1.2023 18:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Sasha  11.10.2022 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Giora Feidman  30.11.2022 20:00 Uhr St. Sixti-Kirche Northeim	Chris Tall  8.12.2022 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Punkrock-Fest  2.9.–3.9.2022 GoldGrube Kassel
Lea – Open Air 2022  11.8.2022 20:00 Uhr Messengelände Kassel	Wrestling  11.11.2022 20:00 Uhr Stadthalle Holzminden	Inka & Freunde  5.11.2022 16:00 Uhr Eichsfelder Kulturhaus Heilbad Heiligenstadt	Ina Müller & Band  17.3.2023 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Andreas Kümmert  27.8.2022 17:00 Uhr Parkplatz Burg Hardege Hardegsen
Roland Kaiser  12.8.2022 20:00 Uhr Messe Kassel	Nabucco - Klassik Open Air  31.8.2022 20:00 Uhr Graf Isang Seeburg	Maybebop Best off  5.5.2023 20:00 Uhr Stadthalle Northeim	Feuerwerk der Turnkunst Spirit  24.1.–26.1.2023 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen	The Music of Hans Zimmer  07.08.2022 16:00 Uhr Waldbühne Northeim
Helene Fischer - Rausch live  13.–18.6.2023 20:00 Uhr ZAG Arena Hannover	Rock the Opera  12.8.2022 20:00 Uhr Waldbühne Northeim	Thomas Rühmann & Band  23.10.2022 16:00 Uhr Eichsfelder Kulturhaus Heilbad Heiligenstadt	Riverdance  11.3.2023 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Bernd Stelter - Hurra ab Montag...  8.12.2022 20:00 Uhr Stadthalle Northeim
Die AMIGOS  Mega Schlager Party 27.5.2023 19:00 Uhr Stadthalle Osterode	Mario Barth  Männer sind Frauen manchmal aber auch vielleicht 27.11.2022 19:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Oldienacht Dransfeld  OLDIENACHT DRANSFELD! RUBETTES THE TREMS 7.10.2022 19:30 Uhr Stadthalle Dransfeld	Dschungelbuch - Das Musical  25.3.2023 15:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Scorpions  19.5.2023 20:00 Uhr ZAG Arena Hannover
Der kleine Prinz  1.1.2023 18:00 Uhr W.-Bendow-Theater Einbeck	Kastelruther Spatzen  Weihnachtskonzert 26.11.2022 19:30 Uhr Obereichsfeldhalle Leinefelde	ERLEBNIS Sommer 2022  50% RABATT verschiedene Freizeitangebote	The Magical Music of Harry Potter  HARRY POTTER LIVE IN CONCERT 22.3.2023 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen	Santiano  29.9.2022 20:00 Uhr Erfurt Messehalle

Dies ist nur eine kleine Auswahl der buchbaren Veranstaltungen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch:



Ticket Service

Wiesenstraße 1, Göttingen, Telefon (0551) 901-213
Mo. und Fr. 9:00–14:00 Uhr
Do. 13:00–18:00 Uhr (Di./Mi./Sa. geschlossen)



Ticket Service

Marktstraße 9, Duderstadt, Telefon (05527) 94997-70
Mo.–Fr. 9:00 bis 15:00 Uhr,
Do. 9:00 bis 18:00 Uhr

Hin & Weg

SONDERVERÖFFENTLICHUNG

Veranstaltungen in und um Göttingen



Tipps & Termine vom 30. Juli bis 6. August

Samstag, 30.07.

Kino
Lumiere: 20.00 Der perfekte Chef
Melies: 19.00 Monsieur Claude und sein großes Fest
Open Air Kino im Freibad am Brauweg: 21.45 Sing 2

Theater/Lesung
15.00 Gandersheimer Domfestspiele: Der kleine Horrorladen (Musical)

19.00 Gandersheimer Domfestspiele / Probenzentrum: Frühstück bei Tiffany (Theaterabend mit jeder Menge Humor)
20.00 Gandersheimer Domfestspiele: Monty Python's Ritter der Kokosnuss (Musical)

20.00 Altes Rathaus: Als das Telefon nicht klingelte, wusste ich, dass du es warst – Claudia Michelsen liest Dorothy Parker
Live-Musik/Party
12.00 Clavier Salon: Musik zum Mittag (30 Minuten lang)
19.00 Dorfschänke Herberhausen: Frank Plagge – One Man Band (Blues-Klassiker und -Geheimtipps)
22.00 Savoy: Ladie's Night

Sonstiges
11.00 Kunsthaus Göttingen: Familienzeit – Little Museum, das mobile Ausstellungshaus, Basteln von Familienbüchern (Familienzeit)
11.00-17.00 Auditorium am Weender Tor: Uni-Kunstsammlung geöffnet

11.30 ab Tourist-Info: Rund ums Gänseliesel (Stadtführung)
14.00 ab Tourist Info: Stadtpatrouille mit Wachtmeister und Scharwächter „Ludwich“ Müller – Zeitreise ins 19. Jahrhundert (Stadtführung)
Ausflug
11.00 ab Tourist Info Holzminen: Duftender Stadtrundgang

Sonntag, 31.07.

Kino
Lumiere: 20.00 Der perfekte Chef
Melies: 19.00 Monsieur Claude und sein großes Fest
Capitol Hann. Münden: 15.00 Minions – Auf der Suche nach dem Mini-Boss, 15.15 Bibi und Tina – Einfach anders, 17.15 Rabiye Kurnaz gegen George W. Bush (der besondere Film), 17.30 und 20.00 (3D) Thor – Love and Thunder, 19.30 Monsieur Claude und sein großes Fest

Live-Musik
18.00 Dots, Börnerviertel: Finest Music Summit Vol. 4 feat. Apex (Jazz Session)
Theater
15.00 Gandersheimer Domfestspiele: Monty Python's Ritter der Kokosnuss (Comedy-Musical)
19.00 Gandersheimer Domfestspiele/Probenzentrum: Frühstück bei Tiffany (Theaterabend mit jeder Menge Humor)
20.00 Gandersheimer Domfestspiele: Der kleine Horrorladen (Musical)

Kinder
14.00 Gaußturm Kiosk auf dem Hohen Hagen in Dransfeld: Die drei Schweinchen und der Wolf (Theater Ginggan, ab 4)
14.00 Freibad Duderstadt: Familienaktionssonntag

Ausflug
ab 11.00 Dransfeld: Gaußturm-Kiosk geöffnet, Fahrt auf die Aussichtsplattform möglich

Sonstiges
11.00-16.00 Geomuseum Goldschmidtstraße: Sonderausstellung „Blumenbachs Naturgeschichte“ geöffnet
11.30 ab Tourist-Info: Rund ums Gänseliesel (Stadtführung)

Montag, 01.08.

Kino
Lumiere: 20.00 Der perfekte Chef (Omu)
Melies: 19.00 Monsieur Claude und sein großes Fest
Capitol Hann. Münden: 19.30 Monsieur Claude und sein großes Fest, 20.00 Thor – Love and Thunder (3D)

Live-Musik
21.00 Nörgelbuff: Nörgelbuff Hausband (Funk, Soul, Blues und Jazz)
Kinder/Jugendliche
11.00 Werkraum Stresemannstr. 24c: Sommersause – Film-Club für Kinder und Jugendliche ab 12

Dienstag, 02.08.

Kino
Lumiere: 20.00 Der perfekte Chef
Melies: 19.00 Monsieur Claude und sein großes Fest (OmU)
Cinemaxx: 19.30 Sneak Preview Capitol Hann. Münden: 17.15 Minions – Auf der Suche nach dem Mini-Boss (3D), 17.30 Bibi und Tina – Einfach anders, 19.30 Monsieur Claude und sein großes Fest, 20.00 Thor – Love and Thunder (3D)

Theater
19.00 Gandersheimer Domfestspiele/Probenzentrum: Frühstück bei Tiffany (Theaterabend mit jeder Menge Humor)
20.00 Gandersheimer Domfest-



„Der beste Film aller Zeiten“ läuft ab Donnerstag im MeliesMit dabei sind neben Penélope Cruz Antonio Banderas (l.) und Oscar Martínez. Foto: Studiocanal GmbH

stück bei Tiffany (Theaterabend mit jeder Menge Humor)
20.00 Gandersheimer Domfestspiele: Der kleine Horrorladen (Musical)

Sonstiges
18.00 Startraum, Friedrichstraße 3/4: Herzklappen – wenn es nicht mehr klappt mit der Klappe (Patienten-Info Reihe „Herztöne“ des Herzzentrums)

Mittwoch, 03.08.

Kino
Lumiere: 20.00 Der perfekte Chef
Melies: 19.00 Monsieur Claude und sein großes Fest
Movietown Eichsfeld, Duderstadt: 14.45 Dumbledores Geheimnisse (Sommer-Ferien-Spaß)
Capitol Hann. Münden: 17.15 Minions – Auf der Suche nach dem Mini-Boss (3D), 17.30 Bibi und Tina – Einfach anders, 19.30 Monsieur Claude und sein großes Fest, 20.00 Thor – Love and Thunder (3D)

Theater
19.00 Gandersheimer Domfestspiele/Probenzentrum: Frühstück bei Tiffany (Theaterabend mit jeder Menge Humor)
20.00 Gandersheimer Domfest-

spiele: Monty Python's Ritter der Kokosnuss (Musical)
20.15 ThOP: Sie, Theaterstück über Sexhandel
Live-Musik/Party
20.00 Nörgelbuff: Salsa- und Latin-Party mit DJ Quito
20.00 Kleiner Ratskeller: Offene Folksession, Eintritt frei
Kinder
11.00 Brotmuseum Ebergötzen: Ferien-Backaktion „Back Dir Dein Sommerbrot“
Sonstiges
16.00 - 18.00 Cafeteria des ehemaligen Krankenhaus Worbis: Trauercafé

Donnerstag, 04.08.

Kino
Lumiere: 20.00 Die außergewöhnliche Reise der Celeste Garcia
Melies: 19.00 Der beste Film aller Zeiten (Omu)
Open Air Kino im Freibad am Brauweg: 21.30 Rabiye Kurnaz gegen George W. Bush (ab heute neu in der Movietown Eichsfeld, Duderstadt: Bullet Train, Guglhupfgeschwader)
Theater
20.00 Gandersheimer Domfestspiele: Der Name der Rose (Schauspiel mit Live-Musik nach Umberto Eco)
Sonstiges
15.00 ab Tourist-Info: Rund ums Gänseliesel (Stadtführung)
17.30 Städtisches Museum: Pest, Cholera und Co. (Kurz-Führung zu 600 Jahren Seuchengeschichte in Göttingen)
17.30 Kunsthaus: Art after Work – Faszination Papier
Ausflug
17.00-20.00 Martin-Luther-Platz Osterode: Feierabend mit Live-Musik

Freitag, 05.08.

Kino
Lumiere: 20.00 Die außergewöhnliche Reise der Celeste Garcia
Melies: 19.00 Der beste Film aller Zeiten
Open Air Kino im Freibad am Brauweg: 21.30 Between the Bars
Open Air Kino im Alten Kloster Witzhausen: 21.00 Elvis
Movietown Eichsfeld, Duderstadt: 14.45 Sonic 2 (Sommer-Ferien-Spaß)
Live-Musik/Party
19.45 Clavier Salon: Clavierabend mit Gerrit Zitterbart (Johann Christian Bach, Haydn, Mozart)

Freitag, 05.08.

19.00 Werratal Kultur- und Kongresszentrum, Bad Sooden-Allendorf: Katharina Hack spielt Rameau, Polonaisen von Chopin und Beethoven (Reihe „Weltklasse am Klavier“)
19.45 Clavier Salon: Clavierabend mit Gerrit Zitterbart (Johann Christian Bach, Haydn, Mozart)

Theater
19.00 Gandersheimer Domfestspiele / Probenzentrum: Frühstück bei Tiffany (Theaterabend mit jeder Menge Humor)
20.00 Gandersheimer Domfestspiele: Der kleine Horrorladen (Musical)
20.15 ThOP: Sie, Theaterstück über Sexhandel

Sonstiges
15.00 ab Tourist-Info: Rund ums Gänseliesel (Stadtführung)
18.00 ab Tourist Info: Spaziergang durch das abendliche Göttingen (Stadtführung),

Samstag, 06.08.

Kino
Lumiere: 20.00 Die außergewöhnliche Reise der Celeste Garcia
Melies: 19.00 Der beste Film aller Zeiten
Open Air Kino im Freibad am Brauweg: 21.30 Spider-Man – No Way Home
Open Air Kino im Alten Kloster Witzhausen: 21.00 Guglhupfgeschwader

Theater/Lesung
15.00 Gandersheimer Domfestspiele: Die Schatzinsel (Kinder- und Familienstück)
19.00 Gandersheimer Domfestspiele / Probenzentrum: Frühstück bei Tiffany (Theaterabend mit jeder Menge Humor)
20.00 Gandersheimer Domfestspiele: Der kleine Horrorladen (Musical)

20.15 ThOP: Sie, Theaterstück über Sexhandel
Live-Musik/Party
12.00 Clavier Salon: Musik zum Mittag (30 Minuten lang)
Sonstiges
11.00-17.00 Auditorium am Weender Tor: Uni-Kunstsammlung geöffnet
11.30 ab Tourist-Info: Rund ums Gänseliesel (Stadtführung)
14.00 ab Tourist Info: Graffiti und Skulpturen mit dem Fahrrad entdecken (Stadtführung)

Ausflug
ab 11.00 Brotmuseum Ebergötzen: Backaktion und Museumsrallye, Anmeldung unter Telefon 05507 / 999 498 oder info@brotmuseum.de
11.00 ab Tourist Info Holzminen: Duftender Stadtrundgang, Anmeldung an info@stadtmktg-holzminde.de, Tel. 0 55 31 1 / 99 29 60
11.00 ab Reddersenhaus am Münster 6 in Norheim: Stadt-

führung

Ausstellungen
• Noch bis zum 30. Oktober läuft die Fotoausstellung „Stadt-Mensch-Pandemie“ im Städtischen Museum Göttingen. Geöffnet Dienstag bis Freitag von 10 bis 17 Uhr, Samstag und Sonntag von 11 bis 17 Uhr.
• Im Alten Rathaus zeigt der Kunstverein Göttingen bis 12. August „I don't work on Weekends“, Künstler setzen sich mit ihren Arbeitsbedingungen auseinander.
• Im Kunsthaus läuft bis 25. September die Ausstellung „printing futures – art for tomorrow“, ein Partnerprojekt der documenta. Geöffnet mittwochs sowie freitags bis sonntags von 11 bis 18 Uhr, donnerstags von 11 bis 20 Uhr. Eintritt frei
• Im Museum „Dr. Wolfs Wunderkammer“ in den Denkräumen für Kulturgeschichte(n) in Hann. Münden sind noch bis zum 23. September Werke der Künstlerinnen Joanne Lefson und dem Schwein Picasso aus Südafrika zu sehen. Geöffnet Donnerstag, Freitag und Samstag von 12 bis 18 Uhr.

Ausflugs-Tipps

• Das Circus-Land in Einbeck-Volken hat täglich von 10 bis 18 Uhr geöffnet.
• Die Wilhelm-Busch-Mühle in Ebergötzen hat mittwochs bis sonntags von 10.30 bis 16.30 geöffnet
• Noch bis zum 18. August hat der Zoo Hannover donnerstags bis 21 Uhr geöffnet, mit dem Feierabendticket (ab 16.30) sogar mit vergünstigtem Eintrittspreis.
• Das beeindruckende Kyffhäuser-Denkmal bei Kelbra hat täglich von 9.30 bis 18 Uhr geöffnet, noch bis Ende August freitags, samstags und sonntags von 9.30 bis 19 Uhr. Samstags um 18 Uhr findet eine kostenlose Führung statt.



Foto: David Selbert

Ein Tag rund um Bienen

Tierpark Sababurg lädt Sonntag zum Aktionstag ein

REGION. Am Sonntag, 31. Juli, laden der Tierpark Sababurg und der Imkerverein Hofgeismar von 10 bis 17 Uhr zu einem Aktionstag in die BienenWelt des Parks ein.

Honig- und Wildbienen stehen an diesem Aktionstag im Mittelpunkt. Die Bienenzüchter nutzen diesen Aktionstag und informieren die Tierparkbesucher über alle Bereiche der Imkerei. Mit ihrer langjährigen Erfahrung sind sie die Honigbienen-Experten und können beispielsweise erklären, wie ein Volk aus Nektar Königinnen, was Arbeiterinnen und was Drohnen machen und geben Informationen dazu, wie es um die Bienen in unserer Region so steht.

Die Honigbienen können durch eine Glasscheibe direkt im Bienenstock beim Arbeiten beobachtet werden. In welchen Wa-

ben ist Honig? Was ist Propolis? Was ist Gelée royale? Die Imker helfen und beantworten gerne weitere Fragen.

Zwischendurch schleudern die Imker vor Ort immer wieder Honig. Die Besucher dürfen ihn ganz frisch geschleudert probieren oder sich die Waben mit den Honigresten als „Honigkaugummi“ schmecken lassen. Der Imkerverein Hofgeismar verkauft zudem seine Produkte am Aktionstag, darunter auch Honigseife oder Cremes mit Bienenwachs.

Wer Wildbienen unterstützen will, kann sich Tipps und Anleitungen für den Bau eines eigenen Wildbienenhotels für Garten oder Balkon mitnehmen. Dafür notwendige Materialien können gegen einen entsprechenden Materialkostenbeitrag gleich gekauft werden. Wer eine kleine Holzbox, einen alten Blumentopf oder Konservendose mitbringt, baut sein eigenes Wildbienenhaus gleich vor Ort.

Das Gartenfest CORVEY
Kostenlose Parkplätze
Ein Tag wie Urlaub
www.gartenfestivals.de
5. - 7. August 2022
SCHLOSS CORVEY | HÖXTER
WELTKULTURERBE
Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse
Freitag bis Sonntag 10 - 18 Uhr
Evergreen GmbH & Co. KG – Tel. 0561-400 96 160
Veranstaltungsort: Schloss Corvey 1, 37671 Höxter

Präsentiert von: GÖTTINGER SYMPHONIE ORCHESTER, Sparkasse Göttingen, Göttinger Tengelball, Stadtsportbund Göttingen e.V. (ssbgo)
SPORT MEETS MUSIC
So. 04.09.2022 18 Uhr
SPARKASSEN-ARENA GÖTTINGEN
GÖTTINGER SYMPHONIE ORCHESTER
COMEDY COMPANY • MÄNNERCHOR
BASKETBALL • ROLLKUNSTLAUF • KARATE • TANZEN
ROPE SKIPPING • RENNRADFAHREN • KARATE • HEADIS
HIP HOP • BALLETT • SPORTGYMNASTIK
MODERATION: DENNIE KLOSE
TICKETS AN ALLEN BEKANNTEN VORVERKAUFSSTELLEN SOWIE UNTER WWW.RESERVIX.DE
Premiumpartner: NIEDERSACHSEN METALL, light-house, Piepenbrock, stadtworke, GWS

Alle Kindersandalen 20 € pro Paar
20% Gutscheine
Auf alle Sommerschuhe!
Schuhhaus Mielenhausen
Lust auf schöne Schuhe
- Sie parken vor dem Geschäft -
Ara, Camel, adidas, Nike, Clarks, Ecco, Finn-Comfort, Gabor, Joya, Legero, Lowa, Mephisto-Allrounder, Ricosta, Rieker, Skechers, S-Oliver, Superfit, Tamaris, Waldläufer, Wolky u.v.m.
Dransfeld · Lange Straße 28 · Telefon: 05502-3563

Sommerrätsel

Gewinnspiel im Sommer

SONDERVERÖFFENTLICHUNG



Foto: David Franklin/AdobeStocks

Aller guten Dinge sind drei

Das **SOMMERRÄTSEL** von ExtraTiP und Hallo Wochenende Eichsfeld geht in die dritte Runde

REGION. Langeweile in den Sommerferien für die Daheimgebliebenen? Nicht mit dem ExtraTiP und dem Hallo Wochenende Eichsfeld! Heute geht das Sommerrätsel auch schon in die dritte Runde. Und natürlich winken immer noch viele tolle Preise, die den Urlaub daheim versüßen – spendiert von unseren Geschäfts-

partnern, die mit ihren Attraktionen und Sonderaktionen in den Sommerferien zu einem Besuch einladen. Wer gewinnen will, muss auch das neue Lösungswort knacken. Die fehlenden Buchstaben sind in den Anzeigen auf dieser Seite versteckt. Also: Schnell die Anzeigen durchsuchen, Lösungswort

komplettieren und per Mail oder mit dem Coupon am Rätsel teilnehmen. Die Teilnahmebedingungen finden Sie im Coupon.

Mit dem Sommerrästel kommt für die Daheimgebliebenen in den Sommerferien keine Langeweile auf und obendrauf gibt's noch schöne Preise zu gewinnen.

Foto: keglfire - stock.adobe.com



Das alles gibt es zu gewinnen

Von Gutscheinen bis Autowäsche winken tolle Preise, die den Sommer versüßen

- Der **Kauf Park** spendiert 15 Einkaufsgutscheine à 20 Euro.

123 in Bad Lauterberg im Harz.

wäsche im Wert von circa 7 Euro pro Wäsche.

- Das **Schuhhaus Frölich** stiftet zu jedem der insgesamt sechs Verlosungstermine einen Gutschein im Wert von jeweils 25 Euro. Abholen können die Gewinner ihren Preis direkt im Geschäft in Duderstadt, Marktstraße 61, einlösen dann aber auch in der Göttinger Filiale in der Lange-Geismar-Str. 35 sowie im Geschäft in der Hauptstraße

- Auch **Schmalstieg Spielwaren** steuern Gutscheine zur Preisliste bei: drei Einkaufsgutscheine im Wert von je 25 Euro, die in der Duderstädter Filiale, Auf der Spiegelbrücke 8, abgeholt und außerdem im weiteren Geschäft in Gieboldehausen, Oberstorstraße 12, eingelöst werden können.

Die bunte Preisliste wird fortlaufend aktualisiert und von Rätseltermin zu Rästeltermin ergänzt.

Zahlreiche Geschäftspartner aus der Region haben Einkaufsgutscheine für tolle Sachen in die Preiskiste spendiert.

Foto: Viacheslav Yakobchuk/stock.adobe.com



Foto: ivanko80 / stock.adobe.com

Ihr Spielwarenfachgeschäft im Herzen von Duderstadt!

Schmalstieg
SPIELWAREN

Auf der Spiegelbrücke 8
37115 Duderstadt
Telefon: 05527 98880

www.spielwaren-schmalstieg.de

Sommerrätsel 2022

R I L L B E N

Name: _____

Runde **3**

Anschrift: _____

Telefon/E-Mail: _____ Alter: _____

Diesen Coupon ausgefüllt senden an: Extra TiP, Sommerrätsel, Wiesenstraße 1, 37073 Göttingen. Einsendeschluss ist jeweils Dienstag nach Erscheinen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Oder Sie geben das Lösungswort im Online-Coupon immer bis spätestens Dienstag nach Erscheinen ein unter:

gturl.de/sommerrätsel

Kundeninformation □ Ja, ich möchte (jederzeit widerruflich) unverbindlich Informationen zu Angeboten des Göttinger Tageblatts per E-Mail und Telefon erhalten. Ich bestätige, dass die Einwilligung freiwillig erfolgte. Der Nutzung meiner personenbezogenen Daten durch die Göttinger Tageblatt GmbH & Co. KG kann ich jederzeit telefonisch (0800 12 34 301), schriftlich (Göttinger Tageblatt GmbH & Co. KG, Vertrieb, Wiesenstr. 1, 37073 Göttingen) oder per E-Mail (vertrieb@goettinger-tageblatt.de) widersprechen.

Datenschutz-Hinweis: Die Namen der Gewinner werden an die Spender der Preise weitergegeben, mit ihrer Einsendung erklären sich die Teilnehmer damit einverstanden.



leichter & weicher & exklusiver

in großer Auswahl in unseren Markenschuhgeschäften
Duderstadt | Marktstraße 61
Bad Lauterberg | Hauptstraße 123

bernd frölich
schuhe aus leidenschaft

www.schuhhaus-froelich.de



AutoHerold
SKODA

Autohaus Thomas Herold GmbH
Ringstr. 37
99817 Eisenach
☎ 03691 624141
☎ 03691 624143
✉ info-esa@autoherold.de

Autohaus Herold GmbH
Werner-von-Siemens-Str. 3
37308 Heilbad Heiligenstadt
☎ 03606 604595
☎ 03606 604599
✉ info-hig@autoherold.de

Autohaus Herold GmbH
Sommerbergstr. 1 | 37339 Leinefelde-Worbis
☎ 036074 20701
☎ 036074 20703
✉ info-wbs@autoherold.de

37120 Bovenden Sonnenberg 3 am Kreisel (neben Netto)
Tel.: 0 55 1 / 89 80 99 00
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.00-19.00 Sa 8.00-18.00

vollgut
GETRÄNKEMARKT

Herausgeber: Getränke Fachmarkt Waldhoff GmbH
Höxter-Kassel-Erfurt
Lütmarser Str. 102
37671 Höxter

AKTION Maisel's Weisse versch. Sorten; je 20 x 0,5 l + Pfand 3,10 1 L = 1,40 13,99	AKTION Nörten-Hardenberger PILS; je 20 x 0,5 l + Pfand 3,10 1 L = 0,85 8,49	AKTION Bergbräu; je 20 x 0,33 l BV + Pfand 4,50 1 L = 1,82 11,99
AKTION Krombacher; je 20 x 0,5 l + Pfand 3,10/3,42 L = 1,40/1,77 13,99	AKTION Sörstina SPRÜDEL; je 12 x 0,75 l Glas + Pfand 3,30 L = 0,50 4,49	AKTION becker bester; je 6 x 1,0 l + Pfand 2,40 L = 1,75 10,49

Gültig vom 01.08.2022 bis 06.08.2022 Alle Preise in Euro - bei Druckfehlern keine Haftung - solange Vorrat reicht - Angebotspreise sind Abholpreise - Abgabe nur in handelsüblichen Mengen

VERLÄNGERN SIE DEN SOMMER

Die Sommergärten der TerraFlex Epress-Linie bestechen durch Ihre Anpassungsfähigkeit. Jede Terrasse bekommt durch ihren Besitzer eine ganz individuelle Note und ist somit einmalig. Die verschiedenen Ausführungen und Gestaltungsmöglichkeiten lassen keine Wünsche offen und verleihen Ihrer Terrasse einen ganz besonderen und einzigartigen Charme. Wir bieten Ihnen flexible und individuelle Lösungen. Durch die modulare Bauweise lässt sich das Terrassendach durch Ergänzung von Unterbauelementen bis zu einem Sommergarten ausbauen. So beginnen Sie die Terrassensaison bereits mit den ersten Sonnenstrahlen im Frühjahr und können dies bis in den Spätherbst hinein wunderbar verlängern. Für mehr Zeit im Grünen mit Ihrer Familie und Ihren Freunden. **Gemeinsam setzen wir Ihre Ideen in die Tat um!**

Tischlerei Hilterhaus
An der Rampe 2
37139 Adelebsen
Tel.: 0 55 06 / 999 500

Fachmarkt mit Tischlerei
hilterhaus

VERLÄNGERN SIE DEN SOMMER
Durch den Sommergarten TerraFlex Express
tebau
Mein Lieblingsraum.

www.tischlerei-hilterhaus.de

Papendiek gesperrt

GÖTTINGEN. In der Straße Papendiek wird ab Montag, 8. August, die Fahrbahn zwischen Johannisstraße und Paulinerstraße saniert. Im Zuge der Bauarbeiten wird der Abschnitt am Montag und Mittwoch, 15. und 17. August, voll gesperrt. Während der Vollsperrung wird die Einbahnstraßenregelung im Papendiek zwischen Paulinerstraße und Prinzenstraße aufgehoben. Die Bauarbeiten werden bis voraussichtlich Donnerstag, 18. August, abgeschlossen sein. Während der gesamten Bauzeit gelten Halteverbote im betroffenen Bereich. Die Einmündungen in die Paulinerstraße und in die Johannisstraße sind von den Bauarbeiten nicht betroffen.

PDG