



mein **müNden**

Das Gesellschaftsmagazin für Hann. Münden und Umgebung



„Kaufhaus“ Hann. Münden

Das Einkaufserlebnis in unserer historischen Stadt

Foto: Mundus



Persönliches

Die Geschichte von Berhan Aman



Künstlerisches

Krummes Gemüse im Stadtcafé



Glückliches

Podcast gegen Corona-Blues

Wir feiern Geburtstag. 10 Jahre DIT Göttingen.
Jetzt bis zu 5.980 €³ sparen!



SPECIAL DEALS



MTL. ANSTATT 19,90€

AB 4,99 €⁵



PREISVORTEIL³ 5.900 €

MTL. LEASINGRATE

UNSER HAUSPREIS

26.290 €

159 €¹

TOYOTA C-HR HYBRID TEAM DEUTSCHLAND

1,8-l-VVT-i, Benzin, Hybrid (Elektro- und Verbrennungsmotor), Systemleistung 90 kW (122 PS), stufenloses Automatikgetriebe, Kurzzulassung 08/2021 (10 km).

2-Zonen Klimaautomatik, Abblendlichtautomatik, MyT Connected Services, Einparkassistent, Rückfahrkamera, beheizbare und elektrisch einstellbare Außenspiegel, Smartphone-Integration, Bluetooth-Freisprecheinrichtung, Sprachsteuerung, uvm.

¹Ein Leasing-Angebot* für den Toyota C-HR Hybrid Team Deutschland. Leasingsonderzahlung: 5.100,00 €, **Gesamtkreditbetrag/Fahrzeugpreis: 32.190,00 €**, Preisvorteil: 5.900,00 €, voraussichtlicher Gesamtbetrag: 10.824,00 €, 36 Raten à 159,00 €.

²Ein Leasing-Angebot* für den Corolla Touring Sports Hybrid Team Deutschland. Leasingsonderzahlung: 5.400,00 €, **Gesamtkreditbetrag/Fahrzeugpreis: 32.770,00 €**, Preisvorteil: 5.980,00 €, voraussichtlicher Gesamtbetrag: 11.484,00 €, 36 Raten à 169,00 €.

Kraftstoffverbrauch der beworbenen Modelle kombiniert 5,6-3,8 l/100 km, CO₂-Emissionen kombiniert 125-86 g/km. Energieeffizienzklassen A+. Gesetzl. vorgeschriebene Angaben gem. Pkw-EnVKV, basierend auf NEFZ-Werten. Die Kfz-Steuer richtet sich nach den häufig höheren WLTP-Werten.

* Ein Angebot in Zusammenarbeit mit der Toyota Leasing GmbH, Toyota-Allee 5, 50858 Köln für die der Angebotsleistende als ungebundener Vertreter tätig ist. Laufzeit 36 Monate, Laufleistung 10.000 km/Jahr. Voraussichtlicher Gesamtbetrag = Summe aller Leasingraten zzgl. einmalige Leasingsonderzahlung. **Sollzins geb. p.a. 3,45 %, eff. Jahreszins 3,49 %**, zzgl. 890,- € Fracht-/Bereitstellungskosten. **Angebote gültig bei Anfrage und Genehmigung bis 28.02.2021. Die beworbenen Leasingangebote entsprechen dem repräsentativen Beispiel gemäß § 6a Abs. 4 PAngV. Als Verbraucher haben Sie nach Vertragsschluss ein Widerrufsrecht (nach §495 BGB).** (3) Preisvorteil ggü. der unverbindl. Preisempfehlung des Herstellers/Importeurs, bei bereits zugelassenen Fahrzeugen zum Zeitpunkt der Erstzulassung. (4) 7 Jahre Garantie geschenkt. Händlereigene Garantie auf 10 wichtige Baugruppen. Der Erstattungsatz für Lohn- und Material richtet sich nach der Gesamtfahrleistung bei Schadenseintritt. Einzelheiten unter www.dia-garantie.eu oder bei uns.

(5) SGF-Technik & Service beinhaltet die nach Herstellervorgaben vorgeschriebenen Inspektionsarbeiten einschließlich hierzu notwendiger Materialien sowie die Kosten verschleißbedingter Reparaturen im Rahmen des normalen Verschleißes entsprechend der Kilometerleistung und des Alters des Fahrzeuges für die Laufzeit des Leasingvertrages. Ein Angebot der **Sorglos günstig fahren GmbH, Hans-Bunte-Straße 5, 80992 München**. Abbildungen enthalten zum Teil aufpreispflichtige Sonderausstattungen. Nur solange der Vorrat reicht.

DIT
Göttingen GmbH

Unternehmenssitz
Hans- Böckler-Str. 26
37079 Göttingen
Tel.: 05 51 / 30 54 07-0

Hauptstraße 151-153
37520 Osterode
Tel.: 0 55 22 / 50 27 80

Bornhardtstraße 2
38644 Goslar
Tel.: 0 53 21 / 37 43-0

Grabenweg 4
06526 Sangerhausen
Tel.: 0 34 64 / 5 81 30

www.dit-goettingen.de

Liebe Leserinnen und Leser,

das Fest ist vorbei, der Jahreswechsel vollzogen und schwups ist sie da: Die „Frühjahrsmüdigkeit“. Manchmal scheint der Wecker frühmorgens noch schriller zu klingeln als sonst und die Berge auf dem Schreibtisch in rasender Geschwindigkeit anzuwachsen. Selbst das Wetter hat keine Lust: graue Nebelschwaden und kleine Regentränen lassen uns trüben Blickes aus den Fenstern sehen. Lethargie im Fernsehen, Lustlosigkeit im Alltag. Sie merken schon: Ich stecke im Winterblues und sehne mich nach einem „Motivations-BOOSTER“.

Ich glaube, hier hilft nur der Kampf gegen den „inneren Schweinehund“. Das heißt vor allem, sich jeden Tag neu zu fokussieren und kleine Ziele zu stecken, die man erreichen kann. Viel Bewegung an der frischen Luft und die Wertschätzung von gesundem Essen. Und manchmal hilft es auch, einfach mal ein gutes Buch oder ein schönes Magazin zur Hand zu nehmen und zu entspannen.

In unserer aktuellen Ausgabe haben wir wieder eine schöne Vielfalt regionaler Themen zusammengetragen, um Ihnen, liebe Leser*innen, die grauen Stunden bunt zu färben. Mit einer Tasse Tee und einem Stück Sahnetorte sollte das Balsam für Ihre Seele sein. Wir werden uns auch in diesem neuen Jahr für Sie bemühen und Ihnen Monat für Monat eine breite Palette interessanter Berichte liefern. Für Ihre Wünsche und Themen sind wir offen und freuen uns, wenn Sie uns zu Geschichten und Ideen anregen, die wir für Sie recherchieren und aufbereiten. Kein Thema ist zu bunt, um nicht darüber zu schreiben. Sie erreichen unsere Redaktion per Mail unter: redaktion@mundus-online.de

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen und denken Sie immer daran: Jeden Morgen geht die Sonne auf – auch wenn wir sie manchmal den ganzen Tag über nicht sehen können.

Herzliche Grüße
Ihr Jörg-Christian Bornhoff



Jörg Christian
Bornhoff,
geschäftsführender
Herausgeber



**Ihre kompetente
Hausverwaltung**
in Hann. Münden
und Umgebung



Web: www.bauverein-muenden.de
Mail: info@bauverein-muenden.de
Tel.: 05541 956080



Gemeinnütziger Bauverein
Hann. Münden



KANZLEI KRONE
RECHTSANWÄLTE

**Wir unterstützen Sie u. a. bei folgenden
Rechtsangelegenheiten:**

- Arbeitsrecht
- Baurecht
- Datenschutzrecht
- Erbrecht
- Familienrecht
- Gesellschaftsrecht
- Grundstücksrecht
- Internetrecht
- Mietrecht
- Strafrecht
- Verkehrsrecht
- Verwaltungsrecht

Gerne beraten und vertreten wir Sie auch auf Englisch, Französisch und Russisch.
Weitere Informationen finden Sie unter www.kanzlei-krone.de

KANZLEI KRONE - Rechtsanwälte
Inh. Rechtsanwalt Wilbrand Krone
Bahnhofstraße 20, 34346 Hann. Münden
Tel.: 05541 - 90 983 99, Fax: 05541 - 90 983 98
E-Mail: info@kanzlei-krone.de, www.kanzlei-krone.de


LOKAL KAUFEN
REGION STÄRKEN

Zusammenhalt statt Spaltung

Unser Statement zur gesellschaftlichen Lage

Wir wollen und müssen ein Zeichen setzen: Als Mündener Gilde stehen wir für den Zusammenhalt der heimischen Wirtschaft und für die Bündelung unserer Aktivitäten. Wir stehen seit nunmehr zwei Jahren auch zusammen, wenn es darum geht, den Einzelhandel in unserer schönen Stadt zu erhalten, denn die Pandemie hat für uns alle gravierende Folgen. Wir haben mit Umsatzrückgängen und verunsicherter Kundschaft zu kämpfen. Wir haben Maßnahmen umgesetzt und uns aktualisierten Vorschriften angepasst. Wir stehen für Sie jeden Morgen auf und halten die Stellung in der Stadt, denn wir wissen, dass unsere Gilde mit ihren vielen angeschlossenen Händlern, Dienstleistern und Gastronomen die Basis für die Bevölkerung und für die Urlaubsgäste unserer Stadt ist.

Dabei ist es für uns unabdingbar, die von staatlicher Seite auferlegten Maßnahmen umzusetzen und unsere Kunden und Gäste zu schützen. Abstand, Hygiene und Maskenpflicht sind längst Routine geworden und bilden die Grundlage in unserem täglichen Miteinander. Wir stehen hinter diesen Maßnahmen, denn wir möchten, dass Sie und wir bestmöglich geschützt sind und wir die Pandemie gemeinsam besiegen können. Dabei ist auch eine Impfung aus unserer Sicht ein effizientes Mittel.

Wir werden es nur gemeinsam schaffen, aus der pandemischen Lage zu kommen, wenn wir denen vertrauen, die unser Wohl und unsere Gesundheit im Blick haben und die erforderlichen Einschränkungen in Kauf nehmen. Wir sollten uns in diesen Tagen in Toleranz und Respekt üben. Wir akzeptieren die Vorschriften und akzeptieren gleichzeitig, dass es Menschen gibt, die anders denken. Wir verstehen, dass Nerven blank liegen, dass ein Ende der Pandemie ersehnt und erwünscht wird: Aber wir sollten auch erkennen, dass jeglicher Protest, der unangemeldet und verfassungswidrig ausgeübt wird, mehr schadet als nützt.

Das Recht auf freie Meinungsäußerung ist grundgesetzlich genauso verankert wie auch das Versammlungsrecht. Im Namen des Vorstands und un-



serer Mitglieder befürworten und unterstützen wir Rechtsstaatlichkeit, Weltoffenheit und Toleranz.

Auch wir wollen ein Ende der Pandemie. Auch wir wollen ein Ende der Maßnahmen. Aber es geht um unsere Gesundheit! Es geht um den Schutz derer, die wir lieben! Alles, was spaltet, schadet uns in diesen Tagen. Wir freuen uns auf den Tag, an dem wir uns wieder umarmen und Hände schütteln, an dem wir ohne Maske durch unsere Läden schlendern und im Restaurant sitzen können. Und bis dahin wünschen wir uns, dass es keine Spaltung gibt. Lasst uns zusammenstehen und alles dafür tun, dass wir die Pandemie besiegen können.

52 Geschmackvolle Kräuter	11 Bewerbungen für DKKD	12 Tscha Tscha-Events in 2022
47 Autotrends der Saison		16 Geschichte einer Flucht
41 Bildung & Beruf		21 Aquaponic-Projekt geht weiter
32 Kinderkirche Reinhardshagen	26 Azubi-Check in Hann. Münden	24 Im Winter dranbleiben

Wir sind die Mediaberater von *meinMünden*



Nadine Rohpeter
rohpete@mundus-online.de
Tel. 05541 95799-15



Sinja Nordhausen
nordhausen@mundus-online.de
Tel. 05541 95799-18



Heidrun Wegener-Kerff
wegener-kerff@mundus-online.de
Tel. 05541 95799-14



Inga Bach
bach@mundus-online.de
Tel. 0171 4958738



Jörg C. Bornhoff
bornhoff@mundus-online.de
Tel. 05541 95799-0

Sie wollen **meinMünden** als Werbefläche nutzen?
Wir beraten Sie gern und freuen uns auf Ihren Anruf.

Dem Rosenhof wird neues Leben eingehaucht und erstrahlt bald im neuen Glanz



Tobias Vogeley, Wirtschaftsförderer

Wie uns Tobias Vogeley, Wirtschaftsförderer der Stadt, mitgeteilt hat, liegt die Baugenehmigung für den Rosenhof jetzt vor und die Bauarbeiten können im Frühjahr dieses Jahres beginnen. Lange hat das Gebäude einen traurigen Anblick geboten. Nun soll es die längste Zeit gedauert haben.

Viele Mündener kennen das große Gebäude noch gut aus Zeiten von ALDI und Schlecker im Kellergeschoss, zuletzt durch die Zweitverkaufsfläche von Schuh Rösel. Nun soll im Erdgeschoss auf ca. 650 qm eine neue Verkaufsfläche entstehen. Sie soll ebenerdig und barrierefrei werden, die Rollsteigen entfallen. Auch die Fassade und die Schaufensterfront sollen ansprechend saniert werden. Grundlage der Fortschritte waren enge Abstimmungsgespräche zwischen dem Ei-

gentümer, der Stadtverwaltung und dem neuen, langfristigen Mieter.

„Auf dieses Ergebnis haben wir über zwei Jahre lang hingearbeitet, freut sich Tobias Vogeley. Umso erfreulicher ist es, dass die Bauarbeiten nun endlich beginnen können“.

Durch die kostenintensive und umfangreiche Sanierung dieses stadtbildprägenden Gebäudes sollen in der Altstadt neue Gewerbeflächen geschaffen werden. Der sanierte Rosenhof wird sich so harmonisch in das Erscheinungsbild unserer Stadt einfügen und die Charakteristika für die nachfolgenden Generationen wird erhalten.

Wir freuen uns auf ein neues Einkaufserlebnis in unserer schönen Stadt.



Was Müнден bewegt...



HMÜ KAUFHAUS

Support your local...



**Stadtbackerei
Mengel**
Burgstr. 51



Genuss & köstlich
Katrin's Feinkost



Ella & Bo
Ritterstr. 6-8



PROMEDICA PLUS
Am Festplatz 8



Die Pompomfee
Untere Weserstraße 3



MS Weserstein
Schiffsanleger Weserstein



Atelier AF
Sydekumstr. 2



Icke's Plattenladen
Marktstr. 13

**Tee- und
Weinhandlung
Beurmann**
Lange Str. 35



Cafe Zimt & Zucker
Lange Str. 1



Sternewerk
Vorm Berge 6



Betten Schnell
Lange Str. 36



Phan Mode
Lange Str. 25



**Schönheitswerk
im Engel**
Lange Str. 17



Handarbeiten Schmeck
Lange Str. 17

Döner am Rathaus
Lohstraße 1



Tuatara
Burgstr. 40



Pizza Casa
Unterm Königshof 43



Eyecatcher
Lange Str. 67

Ritter der Rotwurst
Lange Str. 29



Impressio & E.K.
Fotografie & Filmproduktion
Lange Str. 94



Cafe am Sandmarkt
Lange Str. 4



Zum braunen Hirschen
Laubacher Str. 39

Zeit für Dich
Am Feuerteich 11



Entspannung durch das Jahr!

Brauhaus Hann. Münden
Markt 3

Flux Biohotel
Buschweg 40



Cosmetique by Beauty and Soul
Friedrichstr. 1



MC Moden
Lange Str. 33

Kleine Galerie
Lange Str. 2



Männermode Radziwinski
Lange Str. 71



Sport-Treff
Burgstr. 32

Sie finden uns auch hier!



HMÜ Kaufhaus

KAUFHAUS HMÜ

GEMEINSAM

REGIONAL

Alles richtig gemacht!

Elli Denker
aus Hann. Münden



[spk-goettingen.de](https://www.spk-goettingen.de)

Ja, ich hab´s getan.

„Mein Wechsel zur Sparkasse Göttingen war genau richtig.“

Mit dem kostenlosen Wechselservice bin ich sehr zufrieden. Ich schätze die Nähe der Sparkasse und die gute Erreichbarkeit meines Beraters.

Mit meinen finanziellen Angelegenheiten fühle ich mich jetzt wieder gut und sicher aufgehoben.“

Weil's um mehr als Geld geht

 **Sparkasse
Göttingen**
SEIT 1801



Vom 1.-9. Oktober findet das weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannte Festival „DenkmalKunst“ in Hann. Münden statt.

Bewerbungszeitraum für Bildende Künstler*innen startet

Festival DenkmalKunst – KunstDenkmal 2022

Seit vielen Monaten arbeiten acht Arbeitsgruppen innerhalb des DenkmalKunst e.V. an der Vorbereitung des Festivals DenkmalKunst – KunstDenkmal, das vom 1.-9. Oktober 2022 schon zum 7. Mal in der Altstadt von Hann. Münden stattfinden wird. Zunächst ging es vorwiegend um Weichenstellungen und die Recherche nach geeigneten Gebäuden, nun wird es auch inhaltlich immer konkreter.

Ab sofort können sich Bildende Künstlerinnen und Künstler aktiv für eine Teilnahme am Festival 2022 bewerben. 2019 nahmen rund 150 Bildende Künstler*innen an Einzel- und Gruppenausstellungen teil.

„Schon im Vorfeld gingen zahlreiche Anfragen zu Teilnahmemöglichkeiten ein. Jetzt sind wir so weit, dass sich Interessierte offiziell bewerben können“, sagt Lore Puntigam, Sprecherin der AG Bildende Kunst. „Um einerseits das erreichte hohe Niveau zu halten und zu stärken, andererseits aber Kunstschaffenden aus unserer Stadt und unserer (länderübergreifenden) Nachbarschaft breitere Teilhabemöglichkeiten zu sichern, haben wir die Zugangsbedingungen für das kommende Festival verändert“.

2022 gibt es drei Möglichkeiten, dabei zu sein. Erstens als Einzelkünstler*in, zweitens als regionale Gruppe und drittens mit einem einzelnen Exponat bei einer großen Gemeinschaftsausstellung unter dem Thema „Heute Morgen Übermut“. Details zu den einzelnen Teilnahmemöglichkeiten und die zugehörigen Bewerbungsformu-

lare finden interessierte Bildende Künstler*innen ab sofort auf der Website des DenkmalKunst e.V. unter: www.denkmalkunst-kunstdenkmal.de/hann-muenden/kunst-2022

Um eine rasche Bearbeitung zu gewährleisten, ist die Bewerbung ausschließlich über das offizielle Bewerbungsformular möglich. Zudem bitten die Verantwortlichen um aussagekräftiges Text- und Bildmaterial, so wie im Bewerbungsformular definiert. Bewerbungsschluss ist der 28. Februar 2022. Danach wird eine Fachjury die Bewerbungen sichten und bearbeiten.

Kontakt für Rückfragen:

Lore Puntigam, Sprecherin der AG Bildenden Kunst, für den DenkmalKunst e.V.

Telefon: 05541 - 777 95 61 (bitte nur für Presse-Rückfragen) per **Email:** lore.puntigam@denkmalkunst-kunstdenkmal.de (für Rückfragen der Künstler*innen) Mehr Informationen zum Festival unter: www.denkmalkunst-kunstdenkmal.de

Die „Weg-Geh-Kultur“ und das Miteinander haben sich stark verändert

Im Gespräch mit Britta Barth: Kultkneipe Tscha Tscha schloss im letzten Jahr

Nach zwölf Jahren ging in 2021 eine Ära zu Ende. Die Kultkneipe Tscha Tscha in der Mündener Marktstraße schloss ihre Pforten. Wir trafen die ehemalige Betreiberin Britta Barth und sprachen mit ihr über die Gründe. Und über ihre neuen Ideen zur Außen- und Eventgastronomie.

Britta Barth
bei der
Eröffnung
eines Festi-
valabends
in 2021.



Nach vielen Monaten der Pandemie feierten die Gäste im Sommer 2021 ausgelassen auf dem Doktorwerder.

meinMÜNDEn: Frau Barth, im vergangenen Jahr haben Sie die Türen der Kultkneipe „Tscha Tscha“ geschlossen. Wie lange haben Sie die Bar betrieben und wie kam es zur Schließung?

Britta Barth: Ich habe die Bar seit 2009 betrieben. Das Betreiben einer Bar hat immer zwei Seiten. Einerseits lernt man viele großartige Menschen kennen und man ist stetig im Kontakt. Andererseits bleibt das Privatleben auf der Strecke, gerade wenn Veränderungen eintreten.

meinMÜNDEn: Welche Emotionen waren mit der Schließung verbunden?

Britta Barth: Ein lachendes und ein weinendes Auge. Ich erinnere mich gerne an die schöne Zeit. Ich habe meine Entscheidung, das Tscha Tscha zu übernehmen, nie bereut und würde es jederzeit wieder tun. Allerdings freue

ich mich auch auf alles, was noch kommt mit Tscha Tscha Events. Wir haben viele Pläne und hoffen, dass wir die Mündener Bürger begeistern und wir alle bei vielen Veranstaltungen gemeinsam feiern können.

meinMÜNDEn: Wie haben sich Gastronomie und Kneipenlandschaft aus Ihrer Sicht während Corona verändert?

Britta Barth: Das Leben hat sich für alle verändert. Die „Weg-Geh-Kultur“, die Kommunikation und das Miteinander haben sich stark verändert. Die Prioritäten haben sich verschoben. Jeder Mensch, egal ob Gastronom oder nicht, hat Einbußen. Finanziell und menschlich. Man kann nur hoffen, dass alle gesund bleiben und die Zeit mit viel Menschlichkeit überstanden wird.

meinMÜNDEn: Nach dem Motto „Raus ins Freie“ ha-

ben Sie in den vergangenen Monaten einige Veranstaltungen, Feste auf dem Tanzwerder und Doktorwerder organisiert. Wie kam es zur Gründung von „Tscha Tscha Events“?

Britta Barth: Bereits im Laufe der letzten Jahre hat sich die Außengastronomie entwickelt. Angefangen hat alles mit dem Dielengrabenfest im Jahr 2015 unter der Kooperation mit der Hann. Münden Marketing. Die Resonanz der Mündener Bürger war sehr gut und somit war das der Anfang unserer Außengastronomie. Auch jetzt sieht man immer wieder, wie z.B. bei der Inselwoche oder MündenFeiert, dass es gut angenommen wird. Auch unter erschwerten Bedingungen. Wir sind froh, dass wir das "Beats for Hospiz" ins Leben gerufen haben und es mittlerweile in Hann. Münden etabliert ist. An dieser Stelle möchte ich anmerken, dass es ohne meine Familie und jedes einzelne Mitglied meines Teams nicht möglich gewesen wäre. Das bedingungslose Zusammenspiel aller zeichnet das Tscha Tscha Events Team aus, auch wenn beispielsweise der Doktorwerder vom Regen überflutet ist. Ich bin froh und vor allem auch stolz, Teil dieser großen Tscha Tscha Familie zu sein. Ich bin zwar das Zugpferd, aber ohne meine Leute im Hintergrund wäre nichts möglich.

meinMÜNDEn: Welche Planungen und Wünsche haben Sie für 2022? Gibt es schon konkrete Veranstaltungen?

Britta Barth: Anfangen wird alles mit unserem MündenFeiert auf dem Tanzwerder vom 26.05.2022 bis zum 28.05.2022. Hier können sich alle auf ein spannendes Programm gefasst machen. Weiter geht es mit dem altbekannten Dielengrabenfest vom 16.06.2022 bis 18.06.2022. Hier wird es Livemusik geben. Auch dies findet wieder in Kooperation mit der Hann. Münden Marketing statt.

Vom 15.07.2022 bis 16.07.2022 findet das "Beats for Hospiz" auf dem Doktorwerder statt. Hier hoffen wir natürlich wieder auf jede helfende und unterstützende Hand. Egal ob es in Form von Spenden oder Helfern vor Ort ist. Das Hospiz ist eine sehr wichtige Institution unserer Stadt. Auch hier ist wie immer Jutta Nickel als Ansprechpartnerin vom Hospiz dabei. Was das Programm angeht werden keine Wünsche offenbleiben. Direkt im Anschluss geht es weiter mit der Inselwoche. Diese geht dann bis zum 30.07.2022.

Auch hier wird es einen krönenden Abschluss unserer Inselwoche auf dem Doktorwerder geben. Bis dahin besteht jeden Abend die Möglichkeit, sich bei guter Musik zu verköstigen und dass ein oder andere Getränk zu sich zu nehmen. Ich freue mich auf das Jahr 2022 und vor allem freue ich mich auf mein Team, wenn wir die Werder gemeinsam zum Beben bringen.

Das Jahr werden wir mit dem Weinfest an der Wanfrieder Schlagd abschließen. Stattfinden wird das Fest vom 09.09.2022 bis zum 10.09.2022. Hier wird es die Mög-



„Die Weg-Geh-Kultur hat sich verändert“, erklärt Britta Barth. Event- und Außengastronomie haben sich in Corona-Zeiten bewährt.

lichkeit geben, sich bei entspannter Livemusik und einzigartiger Atmosphäre durch die Weinkarte zu probieren. Bei jedem Event wird ein Teil des Eintrittsgeldes an das Hospiz Hann. Münden gespendet, da mir diese Institution sehr am Herzen liegt.

meinMÜNDEn: Was liegt Ihnen bei der Organisation von Festen besonders am Herzen?

Britta Barth: Besonders am Herzen liegt mir, dass wir den Mündener Bürgern, gerade im Hinblick auf das vergangene Jahr 2021, die Möglichkeit geben konnten, mit Rücksicht und der gebotenen Vorsicht die Abende zu genießen. Die Leute waren sehr dankbar für die Realisierung und Durchführung der Veranstaltungen.

meinMÜNDEn: Was macht Hann. Münden als Festival-Stadt besonders attraktiv?

Britta Barth: Hann. Münden ist eine Kleinstadt, die an jeder Ecke und bei jeder Gelegenheit Charme ausstrahlt. Auch die Menschen in der Stadt tragen ihren positiven Teil zur Gemeinschaft bei. Es ist stets ein gutes Miteinander mit vielen freundschaftlichen Verhältnissen. Auch die Zusammenarbeit unter anderem mit der Stadt Hann. Münden als zuständige Behörde oder den Versorgungsbetrieben Hann. Münden funktionieren stets reibungslos und kompetent.

Neue Eigentumswohnungen unter energetischen Aspekten



Carsten Lehne

In der Hermann-Löns-Straße, auf der Sonnenseite Hann. Mündens, entstehen in drei Bauabschnitten insgesamt 23 neue Wohneinheiten mit je 2 Tiefgaragenplätzen (incl. Ladestation für E-Autos) pro Wohnung. Bauträger der Eigentumswohnungen mit modernen Grundrisslösungen ist die Fa. PEAK-Bau GbR, die damit auch dem steigenden Bedarf an Wohnraum Rechnung trägt. Die Vermarktung erfolgt exklusiv durch die VR-Bank in Südniedersachsen eG.

Beim Bau standen Klimaschutz und Barrierefreiheit im Fokus für die Bauherren und so erfolgt die Erstellung unter Berücksichtigung der aktuellen Energieein-

sparverordnung. Die energieeffiziente Bauweise wird ergänzt durch moderne Heiztechnik mittels Wärmepumpen in Kombination mit Fußbodenheizung sowie Photovoltaikanlagen auf den Dächern zur eigenen Stromversorgung. Alle Wohnungen sind seniorengerecht gestaltet, mit barrierefreien Bädern ausgestattet und in den Gebäuden sind Fahrstühle eingebaut. Die nach Süden ausgerichteten Gebäude haben bodentiefe Fenster für viel Tageslicht und für jede Wohneinheit Balkone bzw. Terrassen.

Weitere Informationen gibt es unter:
www.vrbanksn.de/sonnenseite

Ihr Platz
an der Sonne

Dort, wo Hann. Münden von den meisten Sonnenstrahlen erhellt wird, kann Ihr neues Zuhause sein.



Am Südhang entstehen hochwertige und energieeffiziente Eigentumswohnungen mit toller Raumaufteilung & barrierefreier Ausstattung: Fahrstuhl, Wärmepumpe & Fußbodenheizung, Wallbox für Elektroautos, u.v.m.

Von den geräumigen Terrassen und großzügigen Balkonen genießen Sie einen Blick, der seinesgleichen sucht. Hann. Münden liegt Ihnen sozusagen zu Füßen.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

vrbanksn.de/immobilien

Vertrieb &
Exposé:

VR-Bank in Südniedersachsen eG
Carsten Lehne Tel.: 0170 2746 777
carsten.lehne@vrbanksn.de

Bauherr:



VR-Bank
in Südniedersachsen eG

Gemüse-Persönlichkeiten im Stadtcafé

Foto-Ausstellung von Esther Niederhammer

Eine ursprünglich schon für 2020 mit Susan Kuke, der Inhaberin des Stadtcafés, vereinbarte Foto-Ausstellung von Esther Niederhammer wird nun endlich nachgeholt. Dabei dreht sich alles um Obst und Gemüse, genauer gesagt, um besonders krumm gewachsene oder „mit der Fotografin sprechende“ Exemplare.



Die Ausstellung ist ab sofort geöffnet und dauert bis Ende April 2022. Insgesamt sind 26 Bilder in zwei Formaten ausgestellt. Die kleineren Bilder sind 45 x 45 Zentimeter groß, die größeren Bilder 70 x 45 cm. Es gibt reine Fotos, verfremdete Bilder und Foto-Collagen, die besondere Wurzeln oder Gemüse in ein neues Licht setzen und einfach durch ihre Skurrilität und farbigen Hintergründe eine neue Perspektive eröffnen. Die Bilder können während der Öffnungszeiten des Stadtcafés in beiden Stockwerken betrachtet werden. Auf eine ursprünglich geplante Vernissage wird aufgrund der steigenden Corona-Zahlen verzichtet. Stattdessen soll es eine Finissage zum Ende der Ausstellung geben.

Auftakt für dieses Fotoprojekt mit dem Titel „Gemüse-Persönlichkeiten“ war eine persönliche und wiederkehrende Freude an krumm gewachsenen Kartoffeln und Wurzelgemüsen. Schließlich sammelte und fotografierte Esther Niederhammer alles, was normalerweise nicht im Supermarkt und auch nur selten auf dem Markt landet. Weil es zu krumm ist und dadurch schlecht zu schälen oder zu schneiden. Oder weil es eine sichtbare Macke hat und dadurch als Tierfutter aussortiert oder schlichtweg weggeworfen wird.

„Ein besonderer Dank geht an die Gärtnerei Ullrich aus Fuldata, die zweimal pro Woche auf dem Hann. Mündener

Wochenmarkt mit einem Stand vertreten ist. Ihre Mitarbeiter*innen haben sich für das Projekt begeistern lassen und die Augen nach auffällig gewachsenen Wurzeln, Früchten und Gemüseexemplaren offengehalten und diese in einer extra Kiste gesammelt. Von Woche zu Woche wurden es mehr Fotomotive und oft wurde schon aus der Ferne signalisiert, ob es tolle Fundstücke gab“, so Niederhammer.

Das Ergebnis ist nicht nur eine Dokumentation besonderer Wurzeln, Knollen und Früchte, sondern es ergaben sich auch lustige Wortwechsel mit den Marktleuten und gemeinsame Interpretationen der besonderen Formen. Schließlich gab es auch sehr viel Gemüsesuppe und unzählige Aufläufe für die Fotografin, ein gesunder Nebeneffekt dieses lang angelegten Fotoprojekts.

Esther Niederhammer ist freie Journalistin und Fotografin und lebt seit rund acht Jahren in Hann. Münden. Die Bilder der aktuellen Ausstellung entstanden im Zeitraum von etwa anderthalb Jahren.

Ausstellungsdauer: Januar bis Ende April 2022
Ausstellungsort: Stadtcafé Hann. Münden, Lange Straße 61

Öffnungszeiten:
Mo-Sa: 9:30-18:00 Uhr, So 13:00-18:00 Uhr



Berhan Aman

„Wenn man geht, verabschiedet man sich nicht“

Die Geschichte einer Flucht und wie Hann. Münden ein Zuhause wurde

Berhan Aman kam im Mai 2015 nach Deutschland. Geboren wurde der heute 23-Jährige in einem kleinen Dorf in Eritrea. Als er sein Zuhause verließ, war er gerade einmal 16 Jahre. Er kam allein. Seine Eltern, eine Schwester und zwei Brüder hat er zurückgelassen.

„Es war frühmorgens. Wir sind von unserem Haus zum Garten gegangen, um die Felder zu bestellen. Und auf dem Weg zum Garten bin ich abgebogen. Ich bin in die andere Richtung gegangen“, erklärt Berhan Aman. Geplant hat er seine Flucht schon viele Wochen im Vorfeld. Er wollte seine Heimat verlassen, weil er dort, nach eigener Aussage, keine Zukunft hatte. Das Land ist geprägt von Armut und Hunger. Immer wieder schwelen Kriege, es kommt zu Auseinandersetzungen und Gewalt.

„Wenn man geht, verabschiedet man sich nicht.“ Der damals 16-Jährige hat seine Familie zurückgelassen, ohne sie ein letztes Mal in den Arm zu nehmen. „Meine Eltern hätten mich nie gehen lassen. Sie haben Angst. Immer. Man geht heimlich.“

Von Eritrea aus ging er nach Äthiopien. Er lief zu Fuß sieben Stunden und passierte die Grenze. Dort wurde er vom Militär aufgegriffen. Zusammen mit anderen Flüchtlingen brachte man ihn zu verschiedenen Sammelpunkten des Landes. „Von dort musste ich wieder heimlich fliehen.“ Andernfalls wäre er zurückgebracht worden.

Weiter ging es mit so genannten „Schleppern“. „Man schafft es nicht allein aus dem Land heraus. Aber ich wollte und konnte nicht zurück. Ich habe dafür bezahlt, dass man mich außer Landes gebracht hat.“ Seine weitere Reise dauerte eine lange Woche, bis er den Sudan erreichte. Die Strecke wurde über große Teile des Weges mit einem Transporter zurückgelegt. „Im Sudan habe ich dann zwei Monate gewohnt.“ Doch auch aus dem Sudan floh der 16-Jährige - „Wieder heimlich“, wie er erzählt und erreichte unter körperlichen Strapazen Libyen.

„Der Teil des Weges war richtig schlimm.“ Unterwegs gibt es nach seiner Aussage, keine Möglichkeit an lebensretzendes Wasser zu gelangen. „Wer nicht genug Flüssigkeit bei sich hatte, ist verdurstet.“ Viele Menschen habe er leiden und sterben sehen. Die Reise schien unendlich lang: Mehr als eine Woche war er unterwegs, um das europäische Festland zu erreichen. Er kam in Italien an und blieb in einem Heim für minderjährige Flüchtlinge.

Und wieder ergriff er die Flucht. „Es war gut in Italien, aber es gab dort keine Perspektive für mich.“ Schnell habe er gemerkt, dass er dort keine neue Heimat, keine Zuflucht finden würde. Über Österreich kam er nach Deutschland. Vom bayerischen Trier aus, in dem Berhan Aman für zwei Monate verweilte, schickten ihn die deutschen Behörden nach Hamburg. „In einer großen Halle lebte ich einen Monat lang.“ Dann wurde er nach Friedland und nach Göttingen geschickt. Hier meldete er seinen Flüchtlingsstatus an. Er kam nach Hann. Münden in die Kurhessenkaserne. Die Jugendhilfe Südniedersachsen (JSN) nahm ihn dort als unbegleiteten minderjährigen Flüchtling auf. Zum ersten Mal fand er ein Zuhause auf Zeit. Bis Ende 2017 blieb er dort, wechselte dann in eine Unterkunft an der Kasseler Schlagd bevor er seine eigene Wohnung in der Zimmerbreite bezog.

In Eritrea war Berhan Aman nie in der Schule. „Meine Eltern sind Bauern. Wir hatten einen Garten und meine Kindheit habe ich dort verbracht. Wir haben Obst und Gemüse angebaut.“ Pfeffer, Tomaten, Mango, Orangen und



Papaya waren dabei, erinnert er sich. Die Ernte wurde verkauft und sicherte so das geringe Einkommen der Familie.

Als er in Hann. Münden ankam, nahm er an einem Deutschkurs teil. Zum ersten Mal in seinem Leben saß er an einem Schultisch. „Es funktionierte gut, obwohl ich das nicht erwartet hatte. Man könnte denken, dass ich hier gar nicht zurechtkommen würde – aber es hat geklappt.“ Und der Jugendliche kämpfte weiter für seinen Erfolg, belegte Kurse, besuchte die Schule. Derzeit macht er, nur sechs Jahre nach seiner Ankunft in Deutschland, sein Fachabitur an der Hann. Mündener BBS. Den praktischen Teil des Schulabschlusses absolviert er bei dem Gemeinnützigen Bauverein eG. Hier ist er für die Rechnungseingangskontrolle und die Digitalisierung der Akten zuständig.

Sein größter Wunsch ist es, „weiterzukommen“. „Ich überlege, ob ich es schaffe, an der Universität zu studieren.“ Ein Studium im Bereich der „Öffentlichen Verwaltung“ interessiert ihn. Oder Architektur. „Darüber habe ich viel gelesen. Das ist sehr schwer und ich habe Sorgen, ob ich das schaffen kann, aber ich werde alles dafür tun.“

Mit seiner Familie hat er regelmäßig Kontakt. In den ersten Jahren hat er sie nach eigenen Angaben „sehr vermisst“. Seine Eltern machen sich Sorgen: „Sie wissen nicht, wie gut ich es hier habe. Auch wenn ich sage, mir geht’s bestens, glauben sie mir das nicht.“

Seit 2015 hat er seine Eltern nicht mehr gesehen. „Im Moment kann man das auch nicht so einfach organisieren.“ Seine zwei ebenfalls geflüchteten Brüder sind nicht in Deutschland. Ein Bruder ist in Norwegen, der andere ist zurück nach Äthiopien gegangen. In Hann. Münden fühlt sich Berhan Aman inzwischen heimisch. Er würde gern hierbleiben, wenn er wegen des Studiums nicht umziehen muss. Auf unsere Frage, ob er stolz sei auf sein Erreichtes, antwortet er: „Ich bin nicht stolz auf mich. Ich stehe noch ganz am Anfang und ich werde das Gefühl nicht los, dass ich noch mehr erreichen will und muss.“ Rechnen und Schreiben will er noch verbessern. „Ich muss mich sehr bemühen. Vieles fällt mir nicht einfach so zu, sondern ich muss viel üben und lernen.“



Reopening – Black Pearls erstrahlt im neuen Look

Foto: Fabio Oehlbrecht und Michael Rybarczyk

Wir kreieren neue Stylings und maßgeschneiderte Frisuren und Farben für jede Persönlichkeit, die Ihre Schönheit unterstreicht und nicht verändert.

Wir bieten erstklassiges handwerkliches Können und ein kreatives Team, das all deine persönlichen Wünsche und Vorstellungen erstklassig umsetzt.

Ob Schnitt, Farbe oder Styling, die Haar- und Farb Experten von BLACK PEARLS – Pulse of Beauty finden garantiert auch für Dich den perfekten und abgestimmten Look!

Friseur sein ist mehr als nur ein Beruf! Handwerkliches Geschick, verfeinert mit dem gewissen Know-how und

persönliche Leidenschaft sind die besten Schlüssel für einen beruflichen Erfolg.

Wir sind ein junges und kreatives, verrücktes Team, das jeden Tag Spaß an der Arbeit hat. Wir überzeugen nicht nur mit Qualität, sondern auch mit Menschlichkeit. Ich bin stolz darauf, zu sehen, was ich in den letzten 5 Jahren erschaffen habe und wie viele Schönheiten ich unterstreichen durfte.

Selbstverständlich sind wir auf den sozialen Netzwerken genauso Aktiv vertreten, dort verwöhnen wir euch mit aktuellen Trends, Informationen und nehmen euch ein wenig in unseren Salon Alltag mit. Überzeugt euch selbst und folgt uns.

REOPENING

MICHAEL RYBARCZYK

BLACK PEARLS

PULSE OF BEAUTY

ÖFFNUNGSZEITEN
Mo. - Mi. und Fr. 9.00 - 18.00 Uhr
Do. 9.00 - 20.00 Uhr

MICHAEL RYBARCZYK
Burgstraße 29 | 34346 Hann. Münden
Tel. 05541 90 34 999
www.blackpearls-pulseofbeauty.de

blackpearlpulseofbeauty  

 **Betten Schnell**
Wäschefachgeschäft

AB FEBRUAR sind wir zurück in der Lange Straße 36!

Das Wäschefachgeschäft für Nachteulen und Tagträumer

Das lange Warten hat ein Ende.
Die Renovierung unserer Räumlichkeiten sind abgeschlossen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Betten Schnell
Lange Straße 36
34346 Hann. Münden
Tel. 05541 4782

„Die Brille“ feiert 32. Geburtstag des Meistertitels von Birgit Hagen

Ortsansässiger Meisterbetrieb

Hann. Münden. Seit über 45 Jahren gibt es Die Brille in Hann. Münden. Das Optikergeschäft wurde im Oktober 1974 in der Ziegelstrasse gegründet. Die Brille ist unter den Augenoptikern in Hann. Münden das einzige inhaber- und meistergeführte Geschäft.

Inhaberin Birgit Hagen begann ihre Karriere 1981 in Duderstadt, wo sie eine Lehre zur Augenoptikerin anfing und in 1984 erfolgreich als Jahrgangsbeste abschloss. Nach der Lehre arbeitete Birgit Hagen bis 1987 in ihrem Ausbildungsbetrieb, um anschließend die höhere Fachschule für Augenoptik in Köln zu besuchen. Dort erhielt sie im Jahr 1990 den Titel „Staatlich geprüfte Augenoptikerin und Augenoptikermeisterin“. Anschließend arbeitete sie als technische Betriebsleiterin in Seesen und Clausthal-Zellerfeld, wo Sie unter anderem auch für die Lehrlingsausbildung zuständig war. Im Januar 1999 zog sie nach Hann. Münden, um das Geschäft Ihres Vaters zu übernehmen. Bis heute führt sie das Familiengeschäft zusammen mit ihrem Mann.

Außergewöhnlicher Service

Und das zahlt sich aus: Die Brille wurde mehrfach als 1 A Augenoptiker ausgezeichnet, unter anderem wegen der außergewöhnlichen Serviceleistung, Beratungskompetenz und Kundenfreundlichkeit. Die Geschäftsräume befinden sich seit 2010 in der Schmiedestraße 6, und sind barrierefrei gestaltet.

Zum Service zählen zum Beispiel der 3 D-Sehtest, die Augeninnendruckmessung (die Messung ersetzt nicht den Besuch beim Augenarzt), die Virtual Reality Brillenglas-Simulation, das Gleitsichtglasdemosystem für das Ausprobieren von Gleitsichtgläsern, Kontaktlinsenprobetragen, Computersehtest und vieles mehr. Hinzu kommt die moderne Technik zum Zentrieren von Gleitsichtgläsern.

Schauen Sie gerne vorbei und lassen Sie sich von einem kompetenten Augenoptiker beraten.



Ihre Birgit Hagen

32 JAHRE
Augenoptik-Meisterin



Ich bin mit viel Herzblut, Kompetenz & Fachwissen in unserem Meisterbetrieb für Sie und Ihre Augen da!

» Virtuelle Brillenglasberatung	» Augeninnendruck-Messung*
» Qualität, aber günstig	» Gleitsicht-Zentrierung
» 3D-Sehtest	» Kodak Lens Experte

* Die Messung ersetzt keinen Augenarztbesuch. Bei Auffälligkeiten empfehlen wir einen Augenarzttermin.

Danke für Ihre Treue!

20%

»

auf ALLE Brillengläser

auf ALLE Brillenfassungen

«

12%

AKTION GÜLTIG BIS 19. MÄRZ 2022

* Rabatt bezieht sich auf unsere regulären Verkaufspreise und gilt nur für Neuaufrage. Nicht mit anderen Aktionen, Gutscheinen & Komplettpreisangeboten kombinierbar. Gilt nicht beim Kauf einer Sonnen- oder Sportbrille.

Inh. Birgit Hagen e.K. » Schmiedestraße 6 » 34346 Hann. Münden
Tel. 0 55 41 - 7 12 17 » info@diebrille-hannmuenden.de » www.DieBrille-HannMuenden.de



Der neue Vorstand der Sparkasse Göttingen (v.l.): Stellvertretender Vorstandsvorsitzende Michael Birlin, neue Vorstandsvorsitzende Ines Dietze und Vorstandsmitglied Thomas Scheffler.

Wechsel an der Spitze:

Ines Dietze ist die neue Vorstandsvorsitzende der Sparkasse Göttingen

Seit dem 01. Januar hat die Sparkasse mit Ines Dietze eine neue Vorsitzende des Vorstandes. Sie tritt die Nachfolge von Rainer Hald an, der nach 29 Jahren im Vorstand der Sparkasse Göttingen, davon 18 Jahre als Vorstandsvorsitzender, zum Ende des vergangenen Jahres in den Ruhestand eingetreten ist.

Der Verwaltungsrat der Sparkasse Göttingen hatte Frau Dietze bereits am 29. April einstimmig zur neuen Vorstandsvorsitzenden gewählt. Mit ihr gewinnt das regionale Kreditinstitut eine in der Sparkassenlandschaft bekannte und fest verwurzelte Persönlichkeit, die sich bereits auf verschiedenen verantwortungsvollen Leitungspositionen behauptet hat. Frau Dietze wechselt von der Kreissparkasse Waiblingen, deren Vorstandsvorsitzende sie seit Juli 2017 war, nach Göttingen.

Ihre berufliche Laufbahn startete die heute 55-Jährige bei der Kreissparkasse Bad Doberan, bei der sie von 1983 bis 1985 ihre Ausbildung zur Bankkauffrau absolvierte. 1989 beendete Frau Dietze ihr Studium als Diplom-Betriebswirtin (FH) an der Fachschule für Finanz-

wirtschaft in Gotha. Die nächsten Schritte auf ihrem Berufsweg bildeten verschiedene Stationen im Privatkundengeschäft sowie die Leitung mehrerer Marktbereiche und Beratungszentren bei der Ostseesparkasse Rostock. Daran schlossen verschiedene Leitungsfunktionen bei öffentlichen und privaten Instituten an. Von 2006 bis 2013 war Ines Dietze als Regionsleiterin bei der Norddeutschen Landesbank und anschließend in gleicher Position bei der Braunschweigischen Landesbank tätig. Ende 2015 wechselte sie in den Vorstand der Kreissparkasse Waiblingen.

Die gebürtige Norddeutsche freut sich auf ihre neuen Aufgaben in Südniedersachsen. „Sparkasse bedeutet für mich: In der Region, für die Region. Deswegen ist es mir wichtig, die Nähe zu unseren Kundinnen und Kunden sowie das Leben in den Regionen Göttingen und Hann. Münden mit unserer Sparkasse aktiv zu gestalten“, so Dietze. Dabei werden sie zukünftig der stellvertretende Vorstandsvorsitzende Michael Birlin und Vorstandsmitglied Thomas Scheffler sowie die über 700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sparkasse Göttingen unterstützen.

Die Reise des jungen Visionärs geht weiter..

MdL Hujahn begleitet Wiershäuser Jungunternehmer zu Umweltminister Olaf Lies

Im vergangenen Herbst stellten wir Ihnen in unserem Bericht „Startup für nachhaltige Fischwirtschaft in Wiershausen“ den 15-Jährigen Johannes Ring vor. Der Schüler bekam zu seinem 12. Geburtstag eine eigene Teichanlage geschenkt, denn Angeln war schon seit frühester Kindheit seine Leidenschaft. Sein Vater erwarb eine 2.500 Quadratmeter umfassende Anlage am Rand des Dorfes.

Nach der Ertüchtigung der Anlage und dem Besatz mit jungen Forellen verbringt Johannes hier täglich mindestens anderthalb Stunden, um seine Fische zu versorgen. Einmal im Monat werden die schlachtreifen Forellen geangelt, zerlegt und geräuchert. Längst hat sich Johannes, der die achte Klasse in Witzehausen besucht, mit der Frische und herausragenden Qualität seiner Forellen einen Namen in der Region gemacht.

Und für den ambitionierten 15-Jährigen geht die Reise weiter. Gegenüber unserer Zeitung erklärte er im Herbst: „Das Hauptproblem in der Fischwirtschaft ist die kontinuierliche Wasserversorgung der Fische.“ Um dieses Problem zu lösen, will Johannes eine eigene Aquaponic-Anlage errichten. Dabei soll ein 8 mal 40 Meter großes Gewächshaus entstehen, in dem Pflanzen ausschließlich mit dem Fisch-Ablaufwasser versorgt werden. Dieses Wasser wird den Teichen dann wieder zugeführt.

„Ich bin fasziniert von dem Elan und dem Ideenreichtum des Jungunternehmers. Außerdem vereint er in seiner Vision eine hervorragende Lösung für Nachhaltigkeit und regionalem Absatzmarkt“, erklärt der hiesige Landtagsabgeordnete Gerd Hujahn und vereinbarte einen Termin beim Niedersächsischen Minister für Landwirtschaft, Olaf Lies. Gemeinsam mit seinem Vater reiste Johannes Ende des vergangenen Jahres nach Hannover und stellte sein Projekt vor.

„Ich war sehr aufgeregt“, erzählt Johannes. Aber er war bestens vorbereitet und erläuterte sein Vorhaben. „Johannes hat ausführlich erklärt, wie er sich die Baumaßnahme vorstellt und welche Wasserkreisläufe damit in Gang gesetzt werden. Er erklärte auch, dass es Pflanzen gibt, die sich für den Anbau in einem mit Fisch-Ablaufwasser gespeisten



Wir berichteten im Herbst über die Idee von Johannes Ring.

Gewächshaus besonders eignen“, so Hujahn. Dabei wären nicht nur Kräuter und Wasabi denkbar. „Johannes erwägt auch den Anbau von Nutzhanf für medizinische Zwecke“, so Hujahn weiter.

Der Minister für Landwirtschaft erklärte Johannes, dass es für Aquaponic noch keine Zuordnung gibt: Sie sei weder Landwirtschaft noch Gartenbau. Nach dem Besuch in Hannover wird das Vorhaben nun hinsichtlich Umsetzbarkeit und Fördermöglichkeit geprüft. Wir halten Sie auf dem Laufenden.

Aquaponic setzt sich aus den Begriffen Aquakultur (kontrollierte Aufzucht von Wasserbewohnern wie Fischen, Krebsen etc.) und Hydroponic (Kultivierung von Pflanzen ohne Erde in Hydrokultur) zusammen.

Liebe sagt man mit Blumen!

Blumencenter Blum
Hedemündener Str. 32 | 34346 Hann. Münden

BLUMEN
CENTER

"Wunderschön" im Capitol HMÜ

Die Schönheit ist das beherrschende Thema in Karoline Herfurths Kinofilm „Wunderschön“. Die Schauspielerin versammelt in ihrer dritten Regiearbeit treffliche Alltagsbeobachtungen im Leben unterschiedlicher Generatio-

nen und ein vergnügliches Ensemble großartiger Schauspieler*Innen. Neben Herfurth spielen Nora Tschirner, Emilia Schüle, Martina Gedeck, Joachim Krol. „Wunderschön“ ist die „Komödie des Monats Februar“ im Capitol Kino Hann. Münden.



GEWINNSPIEL

WIR VERLOSEN
2x SING DVD
2x SING 2 CD

Koalabär Buster Moon ist der stolze Leiter eines Theaters, das allerdings schon seit längerem rote Zahlen schreibt. Um Publikum anzulocken und das traditionsreiche Theaterhaus zu retten, plant Buster den weltweit größten tierischen Gesangswettbewerb. Viele stimmungswichtige Talente nehmen daran teil, so wie der rappende Gorilla Johnny, die begabte Schweinemama Rosita, die nervöse Elefantenteenagerin Meena und die Stachelschweindame Ash. Jedes der Tiere träumt von einer großen Karriere.

Senden Sie uns bis zum 13. Februar eine E-Mail mit dem **Stichwort „Sing“**, ihrer Adresse und Telefonnummer an gewinnspiel@mundus-online.de.

Das Los entscheidet über den Gewinner, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Wir wünschen
viel Glück!

Sport trainiert auch das Immunsystem

„Sporttreiben im Winter ist wie ein Booster für unser Immunsystem, denn von der ersten Sekunde der körperlichen Aktivität wird dieses stimuliert und aktiviert und damit nachhaltig auch trainiert, so dass wir eine deutlich stärkere Abwehr bekommen“.

Prof. Ingo Froböse, Sportwissenschaftler

A woman with dark hair, wearing a white long-sleeved top, black leggings with pink side stripes, pink gloves, and white sneakers, is captured mid-jump on a paved road. Her arms are raised high in a 'V' shape, and her mouth is open in a shout or cheer. The background features snow-covered mountains under a clear blue sky. The word 'Gesundheit' is written in large, pink, outlined letters at the bottom of the image.

Gesundheit

Im Winter dranbleiben

Sport trainiert auch das Immunsystem



Nasskaltes Wetter sollte uns nicht von unserer Trainingsroutine abhalten. Gerade in der dunklen Jahreszeit kann Bewegung helfen, gesund und mit Energie durch den Winter zu kommen.

„Sporttreiben im Winter ist wie ein Booster für unser Immunsystem“, sagt Sportwissenschaftler Prof. Ingo Froböse. „Denn von der ersten Sekunde der körperlichen Aktivität wird dieses stimuliert und aktiviert und damit nachhaltig auch trainiert, so dass wir eine deutlich stärkere Abwehr bekommen“, erläutert der Leiter des Instituts für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation der Deutschen Sporthochschule Köln.

Muskeln als körpereigene Heizung

Dabei geht es nicht nur um Ausdauer, die man etwa auf Joggingrunden bolzt. Muskeltraining wiederum könne in den Wintermonaten eine Waffe gegen die Kälte sein. Denn Muskeln wärmen uns von innen, wie eine „körpereigene Heizung“, so der Fachmann. Das sei auch eine Erklärung dafür, warum Männer im Winter oft weniger frieren als Frauen - weil sie im Schnitt 20 bis 30 Prozent mehr Muskelmasse haben.

Muskeln haben noch einen zweiten willkommenen Effekt: Sie verbrennen über den Tag verteilt Energie. Das helfe etwa dabei Pfunde loszuwerden. Das sei quasi ein „natürlicher Kalorienausgleich“.

Neue Reize für Körper und Geist

Ein weiterer Rat des Experten: Lässt die Witterung wirklich kein Training vor der Haustür zu - etwa weil es glatt ist -, sollte man das zum Anlass für Neues nehmen. Beispielsweise den Gang ins Schwimmbad oder in die Squash-Halle. Das sei nicht nur gut für den Körper, auch der Geist profitiere, so Froböse. Neue Sportarten und Bewegungen sorgen dafür, dass die Nerven im Gehirn besser miteinander kommunizieren.

Sanitätshaus Mielke 

Für Rücken-/Seiten- & Bauchschläfer, mit kühlenden Gel Trigger Spots.

TMX TRIGGER PILLOW 

149,-
14 Tage-Geld-zurück-Garantie

ZUR LINDERUNG FOLGENDER BESCHWERDEN:

- » Schlafstörungen
- » Nacken- und Schulterschmerzen
- » Schluckbeschwerden
- » Halswirbelsäulen Syndrom/-Überstreckung
- » Kopfschmerz
- » Kieferbeschwerden
- » Rückenschmerzen
- » Rundrücken

Witzenhausen · Ermschwerder Str. 23
Tel. 05542 / 91 01 12

Großalmerode · Marktplatz 15
Tel. 0 56 04 / 63 92

Hess. Lichtenau · Landgrafenstr. 7
Tel. 0 56 02 / 91 47 72

Kaufungen · Leipziger Str. 277
Tel. 05605 / 92 72 700

Werra-Reha-Klinik BSA · Berliner Str. 3
Tel. 0 56 52 / 951-555



WIR für SIE

- | Pflege in Ihrer gewohnten Umgebung
- | Hauswirtschaft
- | Betreuung und Begleitung
- | Hausnotruf
- | Entlastung pflegender Angehöriger

amedes Pflegedienst
Waldweg 29 | 37127 Dransfeld
Tel. 05541 31495 / 05502 2023
www.amedes.pflegedienst.de



Raus aus dem Winterblues

Sport erzeugt Glückshormone gegen Wintertief

Winterzeit ist Kuschelzeit. Die Arbeit an der Bikinifigur verschieben wir auf das nächste Frühjahr. Dabei ist ausdauernder Sport gerade in der kalten Jahreszeit besonders effektiv, baut Stress ab und stärkt unser Immunsystem.

Da durch Sport das Stresshormon Cortisol abgebaut und Wohlfühlhormone wie Dopamin und Serotonin ausgeschüttet werden, entgehen wir durch regelmäßiges Training dem Wintertief und sorgen stattdessen für gute Stimmung. Der leidige Winterblues kann durch Bewegung und Sport gelindert werden. Gleichzeitig regen Sonnenstrahlen die Vitamin-D-Produktion an. Alles zusammen sorgt dafür, dass man insgesamt leistungsstärker und fitter ist und über mehr Energie verfügt.

Ausdauer und geringe Belastung

Damit Sport im Winter auch gesunde Effekte bringt, sollte man Folgendes wissen: "Die Luftfeuchtigkeit ist bei Kälte meist gering. Atmen wir bei hoher Belastung zu stark durch den Mund, trocknen unsere Schleimhäute aus und wir werden anfälliger für Viren", so Matthias Habel, Pressesprecher und Meteorologe bei

WetterOnline. Beim Sport im Winter sollte man es also nicht übertreiben: "Zum Training eignen sich besonders ausdauernde Sportarten mit geringerer Belastung wie beispielsweise Fahrradfahren, Wandern oder moderates Joggen. Wenn es besonders kalt ist, hilft das Atmen durch die Nase. Dann kommt die Luft warm in der Lunge an", so Habel.

Tageslicht: Power für die Muskeln

Mit durchschnittlich zwei Sonnenstunden täglich ist Tageslicht in der dunklen Jahreszeit nur spärlich vorhanden. Trotzdem sollte man nach Möglichkeit im HelLEN trainieren. Studien zeigten, dass Licht sich begünstigend auf die Leistungsfähigkeit und den Stoffwechsel der Muskeln auswirkt. Für ein gesundes Training im Winter ist also der Sport-Biorhythmus entscheidend. Besonders gut eignet sich der Nachmittag, da ist es am wärmsten.

Die Temperaturen spielen jedoch für das Training nur eine untergeordnete Rolle: Bei regelmäßigem Outdoor-Training im Winter sind auch niedrige Temperaturen unter dem Gefrierpunkt unproblematisch.

(Quelle: wetter-online.de)



Z17 SCHEDEN
Zahnarztpraxis
DENT & ORTHOPÄDIE KLINIK

Wir suchen Dich!
Zahnmedizinische Fachangestellte (w/m/d)
für unseren Prophylaxebereich
in Vollzeit oder Teilzeit, ab sofort
bei attraktivem Gehalt und
Arbeitsbedingungen.

Bei Interesse freuen wir uns über eine kurze Bewerbung an:
info@z17.de oder rufen Sie an unter:
0 55 46 / 13 10

Podologie
Hann. Münden med. Fußpflege



Podologische Praxis mit Kassenzulassung

Bine Grünekleee | Podologin
Beethovenstraße 11 | 34346 Hann. Münden | ☎ 05541 9568005

WIR SUCHEN:

zur Erweiterung unseres motivierten Teams:

- ✓ **Zahnmedizinische/r Verwaltungsassistent/in (m/w/d)**
- ✓ **Zahnmedizinische/r Fachangestellte/r (m/w/d)**
zur Assistenz am Behandlungsstuhl

Alle Stellen in Teilzeit (min. 20 Std)
oder Vollzeit möglich.

- ✓ **Auszubildende/r (m/w/d)**
zur/m Zahnmedizinischen Fachangestellten



BEWIRB DICH!



erratalpraxis Stryga und Kollegen
Zahnmedizinisches Versorgungszentrum

Mündener Straße 21 | 34346 Hann. Münden
Telefon: 05545301 | E-Mail: kontakt@stryga.de
www.zahnzentrum-hannmuenden.de



DREI FLÜSSE PRAXIS

Zahnmedizinisches
Versorgungszentrum
Hann. Münden

Traumjob in einer modernen Zahnarztpraxis

Ausbildungs-Check

„Nicht verzagen – Janne fragen“

Für diese Ausgabe unseres Magazins besuchte Janne die **DREI FLÜSSE PRAXIS in Hann. Münden**, um sich über den Beruf der Zahnmedizinischen Fachangestellten zu informieren. Dr. Gustav Gerstenkamp und sein Team bieten in ihrer Zahnarztpraxis das gesamte Spektrum der zahnmedizinischen Versorgung an. Und das am „Puls der Zeit“ mit innovativer Dentaltechnik, digitaler Ausstattung und modernsten Therapiemethoden.

Wer Freude im Umgang mit Menschen hat und zudem in einem großartigen Team arbeiten möchte, ist in der Drei Flüsse Praxis bestens aufgehoben.

meinMÜNDEn : Wie sieht der typische Tagesablauf eines Azubis in der Praxis aus?

Um 7.30 beginnt der Arbeitstag, nach dem Umziehen beginnt man mit den letzten Vorbereitungen für das Behandlungszimmer zusammen mit einer bereits ausgelernen ZFA (Zahnmedizinisch Fachangestellten). Bei dieser Gelegenheit können Fragen zu Behandlungsabläufen oder generelle Fragen gestellt werden. Ab 8 Uhr beginnen die Behandlungen, nachdem der Patient in das Behandlungszimmer gebracht wurde, unterstützt man den Arzt/Ärztin bei der Behandlung. Teilweise ist auch selbstständiges Arbeiten gefragt, wie Röntgenbilder machen, den Patient vorbereiten oder auch mal Fragen zum Ablauf der Behandlung beantworten. Nach jeder Behandlung werden die benutzten Instrumente weggeräumt und das Zimmer für den nächsten Patienten vorbereitet. Vor der Mittagspause um 13 Uhr ist regelmäßig Team-Besprechung. Gerade zu den Corona Zeiten werden hier wichtige Informationen miteinander geteilt und somit jeder informiert.

Ab 14 Uhr sind dann wieder Behandlungen, zwischendurch werden immer wieder Fälle besprochen und offene Fragen geklärt. Sobald der letzte Patient verabschiedet wurde und gegangen ist wird das



Janne assistiert Dr. Marten Schumacher bei einer Behandlung (Szene nachgestellt).

Zimmer noch für den nächsten Tag vorbereitet und danach ist Feierabend.

meinMÜNDEn : Welche Qualifikationen/ Schulabschlüsse benötigt man für den Beruf der Zahnmedizinischen Fachangestellten?

Der Hauptschulabschluss ist eine gute Voraussetzung. Wichtiger sind uns jedoch eine gute und freundliche Kommunikation und Interesse für den Beruf.

meinMÜNDEn : Welche persönlichen Skills muss ein Bewerber mitbringen?

Lernfähig und kommunikationsfreudig, gerne Kontakt zu Menschen, Empathie, Teamfähigkeit.

meinMÜNDEn : Wie lange dauert die Ausbildung?

In der Regel 3 Jahre. Bei sehr guten Noten lässt es sich um ein halbes Jahr auf 2,5 Jahre verkürzen.

meinMÜNDEn : Wechseln sich schulischer und praktischer Teil der Ausbildung ab? Wie oft ist man in der Praxis und wie oft in der Schule?

- | | |
|--------------------|-----------------------------|
| 1. Ausbildungsjahr | 3 Tage Praxis 2 Tage Schule |
| 2. Ausbildungsjahr | 4 Tage Praxis 1 Tag Schule |
| 3. Ausbildungsjahr | 4 Tage Praxis 1 Tag Schule |

DREI FLÜSSE PRAXIS zMVZ

Dr. Anja Albrecht MSc | Dr. Gustav Gerstenkamp | Dr. Marten Schumacher

meinMÜNDEn : Welche Fächer hat man im Berufsschulunterricht?

Behandlungsassistenz mit zahnmedizinischen und allgemeinmedizinischen Grundlagen, Abrechnung, Praxisorganisation und -verwaltung. Deutsch, Englisch, Sozialkunde und Religionslehre/Ethik.

meinMÜNDEn : Welche Weiterbildungsmöglichkeiten/Aufstiegschancen hat man im Beruf?

Die Fortbildungsmöglichkeiten in unserem Beruf sind groß. Zunächst sollte die Person ein Gefühl dafür bekommen, was ihm/ihr Spaß bereitet und wo Interesse besteht sich weiterzubilden. Ist es beispielsweise der Kontakt mit Patienten, oder es besteht ein Wunsch nach mehr Verantwortung so kann man sich zur Prophylaxe Assistenz fortbilden.

Hat man Spaß an der Abrechnung so gibt es beispielsweise eine Fortbildung zur Abrechnungsmanager/in. Interessiert man sich insgesamt für die Praxis gibt es den/die Praxismanager/in oder den/die Dentalbetriebswirt/in. Die Weiterbildungsmöglichkeiten sind sehr groß und dementsprechend auch die Aufstiegschancen.

Wir unterstützen jeden Mitarbeiter bei der persönlichen und auch beruflichen Weiterbildung.

meinMÜNDEn : Wie viele Azubis stellen Sie jedes Jahr ein?

In der Regel ein Azubi, jedoch machen wir Ausnahmen sollte/n die Bewerber/innen besonderes Interesse zeigen und uns von sich überzeugen.

meinMÜNDEn : Wie viele Mitarbeiter beschäftigen Sie?

Im Moment sind wir ca. 30 Mitarbeiter/innen in Voll- und Teilzeit.

meinMÜNDEn : Seit wann gibt es Ihre Praxis?

Die Praxis wurde im April 2010 gegründet und hat sich seitdem stetig vergrößert.

meinMÜNDEn : Was ist das Schönste an Ihrem Beruf?

Der Kontakt zu den Menschen, aber auch zu den Mitarbeitern ist ein sehr großes Asset in unserem Beruf. Die Zeit, die jeder bei der Arbeit verbringt soll eine gute Zeit sein und nicht als Last angesehen werden.

Wenn dich der Beruf als ZFA neugierig gemacht hast, du dir aber noch ein eigenes Bild machen möchtest, bist du herzlich eingeladen ein Praktikum bei uns zu machen. Schreib uns einfach diesbezüglich kurz eine E-Mail an personal@drei-fluesse-praxis.de. Wir freuen uns auf Dich!

WERDEN SIE TEIL UNSERES TEAMS!

Mit einer Ausbildung als Zahnmedizinische Fachangestellte (m/w/d)

Start 01.08.2022

Wir sind ein junges, engagiertes Team in einer modernen Zahnarztpraxis in Hann. Münden.

Wir bieten eine abwechslungsreiche Ausbildung, ein sympathisches Kollegenteam, in angenehmer Arbeitsatmosphäre und Förderungen auch nach der Ausbildung.

Bewerben Sie sich jetzt schriftlich per Post oder per E-Mail bei uns:

DREI FLÜSSE PRAXIS | z.H. Frau Stefan
Markt 8 | 34346 Hann. Münden
personal@drei-fluesse-praxis.de



DREI FLÜSSE PRAXIS
Zahnmedizinisches
Versorgungszentrum
Hann. Münden



Sprechzeiten: Montag – Donnerstag: 8 – 13 und 14 – 18 Uhr | Freitag: 8 – 12 Uhr

Markt 8 | 34346 Hann. Münden | Tel. 05541 8616

E-Mail: anmeldung@drei-fluesse-praxis.de | www.drei-fluesse-praxis.de



Logistik für den Mittelstand

Unternehmensgruppe Orth



Immer mehr Firmen stehen vor riesigen Herausforderungen – so ist die eigene Logistik zu managen, eine echte Herkulesaufgabe. Gerade für kleinere Fuhrparks ist dies kostenintensiv. Die Gründe dafür sind einfach: Die Anschaffung und die Unterhaltung weniger – und oftmals spezieller – Fahrzeuge bindet zu viel Kapital und Personalressourcen. Hinzu kommt, dass Personalplanung, sowie die Weiterbildung von Fahrpersonal, ebenfalls erheblichen Aufwand erfordert. Für kleine und mittelständische Unternehmen einfach zu viel. Was aber tun? Antworten auf diese Fragen geben Dienstleister wie die Firma Orth aus Schauenburg.

„Wir organisieren für unsere Kunden die gesamte Logistik“, erläutert Sascha Orth, Geschäftsführer der Orth Unternehmensgruppe. Dabei reicht der Service des Unternehmens mit seinen 80 Mitarbeitern von der Nutzfahrzeugvermietung über die Transportorganisation bis hin zur kompletten Versandabwicklung. „Wir stellen genau die Services zur Verfügung, welche unsere Kunden auch benötigen – vom Sprinter

bis zum 40-Tonner. Dabei sind die Angebote maßgeschneidert. So können Fahrzeuge für drei oder neun Stunden genutzt werden und niemand muss sich mehr Gedanken über mögliche Defekte machen oder kommt bei Krankmeldungen in Verzug“, so Orth. Was aber ist an der Befürchtung dran, dass solche Dienstleistungen grundsätzlich zu teuer sind? „Das Gegenteil ist der Fall“, so Geschäftsführer Orth. „Erst trauen sich viele nicht uns anzusprechen, wer es dann aber doch tut, der ist schnell überzeugt. Unser erstes Gespräch ist immer unverbindlich und zeigt die Chancen auf. Wenn dann am Ende nur eine Kostensenkung von 30 Euro pro Tag erreicht wird, so summiert sich dies am Jahresende schon auf 7.500 Euro. Alles andere als Kleingeld für jedes Unternehmen, das effizienter und effektiver werden möchte.“ Der Zukunft schaut Orth in Schauenburg entspannt entgegen. „Wir sind gut ausgelastet und müssen nicht mit der Brechstange neue Aufträge generieren. Viel wichtiger ist uns, dass sowohl wir, wie auch unsere Kunden von den Leistungen profitieren.“

Wer sich nun fragt, wie Orth selbst mit der angespannten Lage in der Logistik umgeht, der erfährt von Sascha Orth: Corona hat auch unsere Branche extrem durchgeschüttelt, absolut richtig! Für uns jetzt noch ein Grund mehr, um unseren Mitarbeitern auf Augenhöhe zu begegnen. Uns ist klar, dass kompetentes Fahrpersonal nur mit attraktiven Angeboten zu gewinnen ist. Hier greift etwa unser spezielles Arbeitszeitmodell. Arbeitszeiten von 50 % oder 70 % für eine Zielgruppe, die sozialversicherungspflichtig beschäftigt sein möchte, aber nicht die vollen 8 Stunden arbeiten kann. Damit bekommt man beispielsweise die Kinderbetreuung oder andere private Aufgaben besser unter einen Hut. Die soziale Komponente wird immer mehr ein Erfolgsfaktor.

Orth ist ein junges Unternehmen in einer familiären Atmosphäre. 60 Mitarbeiter kümmern sich um die Warenversorgung der Region Südniedersachsen und Nordhessen. Unser Fuhrpark umfasst Fahrzeuge vom Sprinter bis zur Sattelzugmaschine.

Im Zuge des kontinuierlichen Wachstums suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

Kraftfahrer (m/w/d) Führerschein CE + C1E

mit sämtlichen Modulen (Schlüsselzahl 95)

Kraftfahrer (m/w/d) Transporter (Sprinter)

Deine Qualifikationen:

- Du hast eine sorgfältige Arbeitseinstellung
- Du bist zuverlässig
- Du kannst dich mit deinen Kollegen auf Deutsch verständigen
- Du gehst pfleglich mit den Fahrzeugen um
- Du brennst für Teamgeist

Bei Fragen oder Bewerbung stehen wir unter 05601-307533-0 auch (WhatsApp) zur Verfügung. Oder per E-Mail: d.auerbach@orth-transporte.de

Arbeitsorte Göttingen, Kassel
Sie haben keine Module? Sprechen Sie uns an. Wir finden eine Lösung !!!

Unsere Arbeitszeitmodelle

Das Smarte 50 %

Hoher Freizeitwert
12 Tage Urlaub +
115 Tage frei

Das Ausgewogene 70 %

Work Life Balance
18 Tage Urlaub +
68 Tage Frei

Der Klassiker 100 %

25 Tage Urlaub
Attraktive Vergütung



Landhof Kaufmann: Täglich frische Freiland Eier

Legehennenhaltung im hochmodernen Mobilstall

Frische Landeier gehören auf jeden Frühstückstisch! Sie sind nicht nur lecker, sondern enthalten viele wichtige Vitamine, darunter Vitamin A, D, und E sowie verschiedene B-Vitamine. Zusätzlich finden sich im Ei die Spurenelemente Zink, Eisen und Selen.

Beim Landhof Kaufmann hat man sich auf die Haltung von Legehennen in hochmodernen Mobilställen spezialisiert. Mehr als 600 Hühner leben hier unter Einhaltung höchster Tierwohlstandards. Die Eier werden direkt vermarktet und können in Mielenhausen am Dorfplatz in einem kameraüberwachten Selbstbedienungshaus erworben werden. Darüber hinaus sind sie auch in der Mühlenstraße 38 in Reinhardshagen sowie im Mündener HIT Supermarkt erhältlich. Den Mielenhäuser Familienbetrieb führt der 29-jährige Philipp Kaufmann. Er ist gelernter Landwirt und hat Landwirtschaft studiert. Seine Leidenschaft für die Landwirtschaft war schon früh erkennbar. „Ich habe meine halbe Kindheit bei meinen Großeltern auf dem Hof verbracht“, berichtet Kaufmann. „Meinen Mittagsschlaf habe ich auf dem Traktor gehalten“, fügt er hinzu.

Und aus der kindlichen Begeisterung wurde seine berufliche Passion: „Mit der Freilandhaltung stellen wir das Tierwohl auf höchste Stufe.“ Wichtig sei ihm besonders, dass seine Legehennen Auslauf und täglich frisches Grün bekommen. Für diese gewissenhafte Tierhaltung sei ein Mobilstall vorteilhaft. „Die Ställe können regelmäßig versetzt werden und ermöglichen es uns so, den Tieren immer frisches Futter anbieten zu können.“ Bei Einbruch der Dunkelheit ziehen sich die Legehennen dann wieder in ihr Mobilheim zurück und sind so wind- und wettergeschützt.

Neben der Vermarktung täglich frischer Eier wird auf dem Landhof Kaufmann auch Eierlikör angeboten. Für die Hauptspeise sind die leckeren Landnudeln zu empfehlen - als Spirelli, Bandnudeln oder Spaghetti sind diese erhältlich. Alle Produkte enthalten die Freiland Eier vom „Landhof Kaufmann“ und werden in zertifizierten Betrieben hergestellt.

Für die Zukunft hat Kaufmann Pläne: Er möchte seinen Betrieb um die Haltung von Masthähnchen erweitern. Wichtig ist ihm dabei, dass er seine eigenen hohen Tierwohlansprüchen umsetzen kann. Er bekennt sich klar gegen das Töten männlicher Küken und versorgt seine Tiere ausschließlich mit gentechnikfreiem Futter.



FRISCHE FREILANDEIER

EIERLIKÖR | LANDNUDELN

SELBST PRODUZIERT!

LANDHOF KAUFMANN

Philipp Kaufmann

Zum Schorfhagen 32
34346 Hann. Münden

0151 10641641

Landhof-Kaufmann@gmx.de



Tee- und Weinhandel
Beuermann

Lange Str. 35 | 34346 Hann. Münden

Tel. 05541 / 22 88

- reichhaltiges Teeangebot
- Essig und Öl
- Liköre und Spirituosen vom Fass
- Whiskys und Weine
- ausgewählte Pralinen

Tolle Geschenkideen
zum Valentinstag!



Rücknahmepflicht wird ausgeweitet

Elektroschrott im Supermarkt entsorgen

Wer Toaster und Handys, Mikrowellen und Waschmaschinen im Supermarkt kauft, hat seit diesem Jahr mehr Rechte beim Entsorgen der alten Geräte. Denn die Rücknahmepflicht wird 2022 ausgeweitet. Supermärkte ab 800 Quadratmetern Verkaufsfläche aufwärts müssen dann Rücknahmestellen einrichten, wenn sie mehrmals im Kalenderjahr oder sogar dauerhaft Elektro- und Elektronikgeräte im Sortiment anbieten. Dafür

gilt bis zum 30. Juni 2022 eine Übergangsfrist. Elektrogeräte lassen sich auch im Fachgeschäft zurückgeben, wenn es sich um große Händler handelt. Der Vorteil bei dieser Form der Rückgabe: Wer dort ein Gerät kauft und sich nach Hause liefern lässt, kann das Altgerät meist abholen lassen. Fahrtwege und die eigene Schlepperei fallen also weg. Schon jetzt sind Fachhändler im Bereich Elektrogeräte zur Rücknahme verpflichtet, wenn sie eine Verkaufsfläche von mehr als 400 Quadratmetern haben.

Auch im Onlinehandel gibt es ab dem 1. Juli 2022 eine Verbesserung für Käufer: Auch kleine Händler müssen dann bei jedem Kauf von Neugeräten die kostenlose Abholung und Entsorgung anbieten. Für große Online-Händler mit einer Versand- und Lagerfläche von mehr als 400 Quadratmetern gilt die Rücknahmepflicht schon jetzt.

 **wickert**
Bestattungen

DIE LETZTE REISE SELBST BESTIMMEN.
Bestattungsvorsorge. Eine gute Entscheidung.

VORSORGE

Tag & Nacht: 05541 – 4273
34346 Hann. Münden, Judenstraße 6

www.wickert-bestattungen.de
info@wickert-bestattungen.de

Fassade · Wand · Boden · Decke

 **KLINGLER**
Malerfachbetrieb

WIR VERLEIHEN DEN

Sprüh Boy!

Geeignet für Polster,
Teppichböden, Autositze.

Außerdem bieten
wir **professionelle**
Reinigung von
Glattböden an!



Tanzwerderstraße 5 | 34346 Hann. Münden
Tel. 05541 4595 | Mobil 0152 293 689 32
maler.klingler@t-online.de | www.maler-klingler.de

GROTE
Container

Container
von 1 – 40 m³ ab
30,- €

Unsere Leistungen:

- Containerdienst
- Baggerbetrieb
- Fuhrunternehmen
- Reststoffentsorgung

Wir liefern Ihnen:

- Kies und Schotter
- Komposterde

Sie finden unseren Recyclinghof in Neu-Eichenberg (BHF) in der Ladestr. 1
Öffnungszeiten: Mo. – Fr. von 8.00 – 16.30 Uhr • Sa. 10.00 – 12.00 Uhr
Tel.: 05542 2130 o. 0171 4635536 • Fax: 507909 info@grote-container.de

GaLa-Bau
Triest

Garten- und Landschaftsbau

Gaußstr. 8
37127 Scheden

05546 - 999 730
0170 - 62 83 41 5

info@galabau-triest.de

- Gartenneugestaltung
- Terrassenbau
- Pflasterarbeiten
- Natursteinmauern
- Zaunbau
- Objektpflege
- Mäharbeiten, Vertikutieren
- Rasensaat, Rollrasen
- Hecken- / Gehölzschnitt
- Baumschnitt, Fällarbeiten
- Grabpflege
- Bepflanzungen aller Art
- Blumen- & Pflanzenverkauf
- Winterdienst

www.galabau-triest.de

Verkehr

Verkehrsverbund Süd-Niedersachsen 0551 998099

Abfall

Abfallzweckverband Südniedersachsen 05504 93793-0

Abfall-Beratung 0551 525-2473 oder 525-2474

Kultur + Tourismus

Städtisches Museum 05541 75-348

Erlebnisregion Hann. Münden 05541 75-313

Stadtbücherei 05541 75-210

Notrufnummern

Rettungsdienst 112

Feuerwehr 112

Polizei 110

Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117

Giftnotruf 0551 19240

Gasnotruf 0180 270750

Krankentransport 0551 19222

Zahnärztlicher Notdienst 05541 8030

Ihr Partner in allen Fragen
rund um **BÄDER**



**HEIZUNGSBAU
SOLARTECHNIK**

Leineweberstraße 2
34346 Hann. Münden
OT Volkmarshausaen
Tel. 05541 989880

info@harnisch-baeder.de
www.harnisch-baeder.de

**Bagger- und
Fuhrbetrieb
Containerdienst
Kaminholz
Waldwegebau**

BBV



www.bbv-gottschalk.de

**Peter Gottschalk
Tel. 05545 6438**

Graseweg 12a • 34346 Hann. Münden / Hedemünden

✓ KFZ-Aufbereitung
✓ Trockeneisstrahlen
✓ Dellen-/ Beulendoktor

**BRIGHT
VEHICLES**

Bright Vehicles UG | Hedemündener Str. 1 | Hann. Münden | Mobil: 015 78/1972770
E-Mail: schnelle@brightvehicles.de | www.brightvehicles.de

Für Ihr Dach der Meister vom Fach

**DACHDECKERMEISTER
TORBEN RICHTER**

Einen guten Start ins neue
Jahr 2022 wünscht Ihnen das
gesamte Team.

Wir freuen uns auf neue
Bauprojekte, bei denen wir
Ihnen stets zur Seite
stehen.

Telefon: 05502 - 999 81 84 • Mobil: 0172 - 816 84 74 • Fax: 05502 - 999 57 17
Homepage: www.dach-goettingen.de • E-Mail: info@dach-goettingen.de

Impressum

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff | Mundus Marketing & Interactive GmbH, Sichelsteiner Weg 2, 34346 Hann. Münden, Tel. 05541 95799-0, info@mundus-online.de, www.mundus-online.de | Kaufmännische Leitung: Claudia Tarsa | Verkauf: Nadine Rohpeter (Ltg.), Heidrun Wegener-Kerff, Sinja Nordhausen, Inga Bach | Redaktion: Martina Stöneberg, Noah Wesche, redaktion@mundus-online.de | Grafik & Layout: Ahmed Granica (Ltg.), Alice Walter, Hannah Marten | Social Media: Viktoria Kuke, Janne

Amend, socialmedia@mundus-online.de | Vertrieb: Jan Kerff | Erscheint monatlich, haus-
haltsdeckende Verteilung in und um Hann. Münden sowie Auslage an ausgewählten Ab-
gestellen | Druck: DDM GmbH & Co. KG, Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel | Auflage:
18.000 Stk. | Bild- und Textnachweis – soweit nicht anders angegeben – Mundus Marketing
& Interactive GmbH, Adobe Stock, Shutterstock, Fotolia, Pixabay, bei Gewinnspielen ist der
Rechtsweg ausgeschlossen. www.meinregion365.de oder www.meinmunden.de

Kinderkirche im Schatten der Pandemie

Ökumenische Kinderaktionen in Reinhardshagen

Seit einigen Jahren gibt es in Reinhardshagen eine gut funktionierende Ökumene. Nicht nur im Bereich der Erwachsenen Christen finden immer wieder Aktionen, wie Friedensgebet, Bibelabend, Sommerfest und Weltgebetstag der evangelischen, katholischen und freien Kirchengemeinde statt.

Im Bereich der Kinderarbeit hat sich eine feste Gruppe aus allen Konfessionen zusammengetan, um ein gemeinsames Angebot für Kinder zu gestalten. „Gerade in den Zeiten von Corona war das sehr wichtig. Ständig wechselnde Vorgaben machten die Planung nicht immer einfach und viele Aktionen mussten sich dann auf einen „Liefer- und Abholservice“ beschränken.“, erzählt Kerstin Schellenberger. Gestartet hat das gemeinsame Jahr mit dem Weltgebetstag im 5. März. Thema war das Land Vanuatu. Da gemeinsames Basteln nicht möglich war, wurden im Vorfeld gepackte Basteltüten zu den Kindern gebracht und durch Videos und Bastelanleitungen per Internet begleitet. So konnte jedes

Kind zu Hause basteln und dann zur „offenen Kirche“ das große Bodenbild in der Ev. Kirche Veckerhagen mitgestalten. Seesterne, Boote und Vögel machten das Bild perfekt. Zu Ostern gab es einen Osterspaziergang. An verschiedenen Stationen konnten sowohl Kinder, als auch Erwachsene viele Beispiele erfahren, gestalten und sammeln. Die Osterkreuze in den Kirchen waren reich mit Blumen geschmückt und die Kreuze zum Basteln schmückten das Weserufer: Die Kinder konnten „Ostereier“ im Pfarrgarten suchen und erhielten in den Kirchen kleine Geschenke. Dann folgte eine Sommerpause. Der nächste Termin folgte dann am St. Martinstag. „Die geplante gemeinsame Bastel- und Backaktion fiel leider wieder den Coronaauflagen zum Opfer. Aber schnell wurde reagiert. Es wurde ein BackTeam für die Weckmänner und eines für das Packen der Bastelsets für die Gänselaternen gegründet.“, so Schellenberger. Die Tüten holten sich ca. 40 Kinder an der Wesertalhalle ab. Am Abend starteten dann die Martinsumzüge in Vaake und Veckerhagen.

Am 6. Dezember folgte der Nikolaustag. Die Kirchen in Reinhardshagen waren am Nachmittag geöffnet und sowohl Kinder als auch Erwachsene konnten sich kleine



Verlust Glaube Erlösung Liebe Hoffnung Wut
Erinnerung Dankbarkeit Abschied Trauer Tod Leben



Wir begleiten Sie auf dem Weg eines würdevollen Abschieds.
Kompetente und individuelle Unterstützung im Trauerfall und bei Vorsorgen.
Persönlich gestaltete Trauerreden (ROMPC®-zertifiziert).

Mündener Straße 38 · 34359 Reinhardshagen · Telefon 0 55 44 / 4 88



Erd-, Feuer-, See- und Friedwaldbestattungen,
Überführung und sämtliche Formalitäten

Wolfskaute 43
34359 Reinhardshagen
Wir sind für Sie da unter:
Tel. 05544 8256, 0171 3703488
oder 0151 25367138

Bestattungsinstitut
Frank Gerth
Inh. Christian Gerth

Claus Schellenberger
Begeisterter Tischlermeister

WALLBACH Massivholztreppe
Mündener Str. 38 | 34359 Reinhardshagen
www.tischlerei-schellenberger.de



0 55 44 / 488

Treppen • Fenster • Türen • Möbel • Schlafsysteme

Geschenke abholen. Für Kinder gab es gehäkelte Tassen, gefüllt mit einer Geschichte und kleinen Überraschungen. Die Erwachsenen bekamen einen gehäkelten, beleuchteten Engel. „Hier hatte das Häkelteam im Vorfeld viel Zeit investiert und sowohl 60 Tassen, als auch Engel hergestellt.“, resümiert Schellenberger.

Die Entscheidung, keinen Krippenspielgottesdienst stattfinden zu lassen, forderte wieder viel Kreativität. Von einem Team wurde der „Krippenspielfilm mit den Kindern aufgenommen und Heiligabend online gestellt.“, erinnert sich Schellenberger. Ein anderes Team setzte die Idee des Weihnachtsspaziergangs zum „Lüften der Kinder“ in die Tat um. Lebensgroße Krippenfiguren wurden hergestellt, bemalt und dann am Heiligabend an der Spinnstubenhütte am Weserufer aufgebaut. Zusätzlich gab es einen Stall mit lebenden Tieren. Der Spaziergang fand in Form einer Art Schnitzeljagd unter dem Motto „Auf den Spuren der Sterndeuter“ statt. Wer trotz des schlechten Wetters alle Stationen abgelaufen war, konnte am Ende viele gute Sachen und Wünsche an der Krippe abgeben. „Wir waren überwältigt von der Resonanz“

All diese Aktionen waren nur möglich, weil sich viele Ehrenamtliche mit Ideen, Taten und vor allem viel Zeit eingebracht haben, Firmen Material spendeten und sich alle an die vorgeschriebenen Regeln hielten. „Ein Dank an alle Beteiligten! Und wir werden uns auch für das Jahr 2022 wieder viele Aktionen einfallen lassen! Wir freuen uns auf euch!“



Damit was passiert, wenn was passiert.

Egal was kommt, wir sind für Sie da!
Generalagentur Wolfgang Bertelmann
 Mühlenstraße 4 · 34359 Reinhardshagen
 Tel. 05544 912044
www.sv.de/wolfgang.bertelmann



ELEKTROJATHO

EIN TEAM MIT ENERGIE. Marius Weddig

- Elektroinstallation
- E-Check
- Elektro-Fach Hausger
- E-Mobilität
- Wir stellen ein!**
- Netzwerktechnik

Mühlenstraße 20–26 | 34359 Reinhardshagen | Tel.: 05544 285
 E-Mail: info@elektro-jatho.de | www.elektro-jatho.de

Tischlermeister

Frank Gerth

Bau- u. Möbelschreinerei
Inh. Christian Gerth

Fenster u. Türen aus Holz u. Kunststoff
 Treppenbau • Verglasungen
 Innenausbau • Akustikdecken
 Fertigparkett • Kundendienst

Wolfskaute 43 Fon 05544 82 56, Fax 18 92
 34359 Reinhardshagen Mobil 0171 370 34 88
 Werkstatt im Vaaker Weg 1 oder 0151 25 36 71 38

TISCHLEREIOEHL

BAU FENSTER, TÜREN, TREPPEN	MÖBEL EINZELMÖBEL FÜR WOHNEN, KÜCHE+BAD	RAUM PRAXEN, BÜROS, GASTRONOMIE	ENTWURF ENTWERFEN, PLANEN, GESTALTEN
--------------------------------------	--	--	---

TISCHLERMEISTER DIPL.-ING. INNENARCHITEKTUR CHRISTIAN OEHL
 Zur Föhre 6 | 34359 Reinhardshagen | Tel.: 05544-386 | Fax: -8234 | www.tischlerei-oehl.de

Reinhardshagen
Lange Str. 27
Tel. 05544 601

*Fachgeschäft
seit über 175 Jahren*

Eigene Haus-schlachtung
Wir verwenden nur Tiere von heimischen Bauern

Party Service
Wählen Sie aus unserem reichhaltigen Angebot für Ihr individuelles Bufett

Spezialitäten
Wir sind bekannt für unsere Fleisch- und Wurstspezialitäten in bester Qualität.

Verschiedene Convenience nach Art des Hauses!

- ✓ hausgemachte Rouladen
- ✓ hausgemachte Suppen und Eintöpfe, etc.

Ahle Worscht

Hausgemachte Salatspezialitäten

Käsespezialitäten

Beste Qualität aus dem Weserbergland

DIE FILMECKE
Projekte aus der Region

EIN SPIELFILM AUS DER REGION



Ausgabe Dezember 2021

IN KOOPERATION MIT
MUNDUS MARKETING
BLACKBOX.EQUIPMENT
YOU & MEDIA

KRIMI HANN. MÜNDE

DIE HANDLUNG

Im malerischen Hann. Münden wird eine Leiche in der Nähe des Wesersteins aus dem Wasser gefischt. Der erfahrene Hauptkommissar Thomas Winkler und die junge Kommissarin Elena Kappstett werden auf den Fall angesetzt. Ein Augenzeuge sah eine Person im Doktor Eisenbarth Kostüm vom Fundort flüchten. Dieser mysteriöse Fall verlangt den Ermittlern alles ab und führt sie auf eine Spur ins 18. Jahrhundert zu den Lebzeiten des historischen Mediziners Johann Andreas Eisenbarth.

PROJEKTSTATUS

Wie bereits berichtet plant der in Reinhardshagen ansässige Regisseur und Produzent Jakob Gisik die Umsetzung eines Spielfilms in der Region Hann. Münden. Erste Gespräche mit namhaften Produktionsfirmen finden bereits statt und stoßen auf positives Feedback. Ein offizieller Titel wurde noch nicht festgelegt, daher der vorläufige Arbeitstitel "Krimi Hann. Münden".

Aufgrund des großen Interesses der Bürger und der Stadt Hann. Münden wird bereits ein visuelles Konzept für den geplanten Spielfilm ausgearbeitet. Hierfür sollen in naher Zukunft erste Aufnahmen mit den Hauptdarstellern gedreht werden. Daher ist das Team bereits auf der Suche nach interessanten Kulissen in der Stadt und Umgebung. Einer der besonderen Orte soll die Tillyschanze sein. Hier treffen sich die Kommissare und blicken dabei auf die Dächer der Stadt.

Alle Filmbegeisterten sollten Augen und Ohren offen halten. Künftig werden weitere Ankündigungen folgen, wie Projektfortschritte, Cast- und Crewaufrufe, sowie diverse Aktionen. Besucht die offizielle Homepage www.krimi-hmü.de und von da aus geht es zu den Social Media Kanälen.

IDEEN FÜR

Glücksmomente

KINDER, ELTERN UND FAMILIEN



Podcast gegen
Corona-Blues

Glücksmomente aktiv suchen

Neue Webseite im Landkreis Göttingen hilft gegen Corona-Blues

Erneut gestaltet sich der Winter unter Corona-Bedingungen für Kinder, Jugendliche und Eltern mit vielen Belastungen. Gegen schlechte Stimmung und regelrechten Corona-Blues sollen nun auch „Glücksmomente“ wirken, die durch die Familienzentren im Landkreis Göttingen und die Erziehungsberatungsstellen von AWO, Caritas und Landkreis verbreitet werden. Ihre Vorschläge veröffentlichen sie auf www.gluecksmomente-landkreisgoettingen.de gemeinsam. Wie es dazu kam, berichten im Interview Psychologin Dr. Rebekka Martínez Méndez und die beiden Sozialpädagogen Markus Piorunek und Michael Schiwon aus dem Team der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Caritas Südniedersachsen.



Dr. Rebekka Martínez Méndez, Markus Piorunek und Michael Schiwon (v.l.) aus dem Team der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Caritas Südniedersachsen haben gemeinsam eine Podcastreihe entwickelt. Foto: Michael Schiwon / Caritas Südniedersachsen

meine^{region}: Wie ist die Idee zur Glücksmomente-Aktion entstanden?

Martínez Méndez: Unsere präventiven Angebote für Schüler und mit Elternkursen sowie Vorträgen fielen aufgrund der Kontaktbeschränkungen aus. Wir haben eine keimfreie, kontaktlose Alternative gesucht. So kamen wir auf die Idee, Podcasts zu pro-

duzieren, um Familien mit positiven Impulsen zu erreichen.

Piorunek: Wir geben kleine Anregungen, die sich mit einfachen Mitteln im Alltag umsetzen lassen. Bei allen Herausforderungen durch die Pandemie sollten auch die positiven Dinge des Alltags in den Blick genommen werden. Wir wollen den Familien das Gefühl der Selbst-

wirksamkeit ermöglichen, sodass ein Gegenpol entsteht zum Gefühl, dem Pandemie-Geschehen ausgeliefert zu sein. Unser aktueller Podcast regt über einen kleinen Kniff mit Murmeln an, die schönen Momente des Tages zu sammeln und die eigenen Sinne für die alltäglichen Geschehnisse und Begegnungen zu öffnen.

meinerregion: Wie gestaltet sich die Situation aktuell, auch im Vergleich zum Winter 2020/21?

Schiwon: In unserer Beratungsstelle gibt es weiter eine hohe Nachfrage wegen psychischer Probleme, vor allem von Mädchen ab 12 Jahren und jungen Frauen. Verschärft hat sich im Vergleich zum vergangenen Jahr, dass es viel schwieriger geworden ist, bei Bedarf Therapeuten zu finden. Es gibt kaum freie Termine.

Martínez Méndez: Depressionen entwickeln sich schleichend. Die wechselnden Corona-Bestimmungen scheinen nochmal mehr Jugendliche in ihren psychischen Bewältigungs- und Anpassungsmöglichkeiten zu überfordern. Wir sehen eine Zuspitzung der Symptome. Unter den depressiven Verstimmungen und Ängsten, die wir begleiten, kommt vermehrt selbstverletzendes Verhalten, lebensmüde Gedanken, schwere soziale Ängste und auch ein gestörtes Schlaf- und Essverhalten vor.

Piorunek: Die Stressbewältigungsmöglichkeiten vieler Schülerinnen sind erschöpft. Und der Bildungsauftrag, den die Schulen gerade wegen der Sorge vor Bildungslücken aufgrund vergangener Schulschließungen sehr ernst nehmen, kommt bei Schülern als erhöhter Leistungsdruck an. Hier braucht es dringend Lösungen und einen Austausch über geeignete Nachteilsausgleiche aufgrund psychischer Erkrankungen.

meinerregion: Woran denken Sie dabei?

Schiwon: Etwa das vermehrte Gewähren von Ersatzleistungen, Verlängerungen von Pausen-, Arbeits- und Vorbereitungszeiten. Und wir brauchen an den Schulen möglichst schnell wieder Präventionsprojekte zu psychischen Krisen. Selbst an Grundschulen würden präventive Projekte zu seelischer Gesundheit weiteren krisenhaften Zuspitzungen vorbeugen. Auch ein flächendeckender Einsatz von Schulsozialarbeitern würde wirken. Sie sind wichtige Netzwerkpartner für die Beratungsstellen.

meinerregion: Gibt es typische Anzeichen für eine psychische Erkrankung, auf die Lehrkräfte achten können?

Martínez Méndez: Ein Großteil der weit verbreiteten psychischen Erkrankungen hat unter anderem massive Auswirkungen auf die Konzentrationsleistung und damit auf die Leistungsfähigkeit. Nur ein glückliches Kind kann lernen! Und an der Glücksfront gibt es gerade im Erleben von Jugendlichen Einbußen. Es fehlen viele Bonbons des Lebens. Das jugendliche Selbstbild ist zerbrechlich und im stetigen Wandel. Um zu wachsen, braucht es die Bestärkung von außen. In der Psychologie beschreiben wir das Phänomen mit der „Verstärkerverlusttheorie nach Lewinson“. Normalerweise regnet es jeden Tag Bonbons.

Manche können die Bonbons des Lebens am Ende des Tages kaum nach Hause schleppen, bei manchen ist die Beute übersichtlicher. Doch die meisten sammeln wie beim Karnevalsumzug täglich ein paar Bonbons des Lebens ein. Nun regnet es seit zwei Jahren diese wichtigen Bonbons nur selten.

meinerregion: Was genau meint die Verstärkerverlusttheorie?

Martínez Méndez: Wenn sich etwas Wichtiges im Leben verändert und andere, bisher wichtige Dinge verloren gehen, dann herrscht ein Mangel an positiven Erfahrungen und schwierige, anstrengende Erfahrungen überwiegen. In der Folge werden Menschen immer inaktiver, da die eigene Aktivität nicht belohnt wird. Die Belohnung, das sind die Rückmeldungen unserer Mitmenschen und das sind unsere persönlichen Erfolgserlebnisse. Wenn das eigene Verhalten in diesem Sinn kaum belohnt wird, wird die Aktivität immer mehr unterlassen. Der Rückzug in das eigene Zimmer verstärkt den Verlust an positivem Erleben. Es kommt zu depressiven Verstimmungen. Mit unserem Podcast und den anderen Vorschlägen für Glücksmomente wollen wir genau dort neue Perspektiven eröffnen, aktiv gegen den Corona-Blues.

Unter 08 00 / 1110 333 ist das Kummertelefon für Kinder und Jugendliche rund um die Uhr erreichbar. Dort gibt es auch Auskunft über die nächstgelegene Beratungsstelle.



Ihre kompetente Hausverwaltung in Göttingen



Web: www.bauverein-muenden.de
Mail: info@bauverein-muenden.de
Tel.: 05541 956080


 Gemeinnütziger Bauverein
 Hann. Münden



Das mittelalterliche Dorf in Steinrode ist ein beliebtes Ausflugsziel für Familien und für Klassenfahrten.

„Langfristige Planungen waren praktisch nicht möglich“

Messe für den Berufsstart wird in den Mai verschoben

Die Corona-Pandemie hat auch in der zurückliegenden Saison den Betrieb im Mittelalterdorf Steinrode stark geprägt: Schulklassen- und andere Kindergruppenangebote waren über einen langen Zeitraum gar nicht möglich. Eine Anmeldung mit Terminvergabe war wochenlang genau vorgeschrieben, auch nach der ersten Lockerung durften nicht ungebremst viele Gäste gleichzeitig das Gelände betreten. Über zwei Monate lang war es nicht gestattet, Speisen und Getränke anzubieten. Alles das bedeutete für das Team vom Verein für Umweltbildung und Waldpädagogik an Schulen, Libellula, mehr Arbeit hinter den Kulissen und stets eine große Unsicherheit, wie welches Angebot angenommen werden würde.

Langfristige Planungen waren praktisch nicht möglich, weswegen auf größer angelegte „Feste“ verzichtet wur-

*Steinrode hat von Mitte Oktober bis etwa zur 2. Märzhälfte für den sonntäglichen Besucher*Innenverkehr geschlossen. In diesen Monaten werden, solange das Wetter es zulässt, Instandhaltungs- und Reparaturarbeiten ausgeführt. Buchungs- und andere Anfragen können auch in dieser Zeit per E-Mail an info@steinrode.de gestellt werden.*

de. „Stattdessen ist bei uns jeder Sonntag ein „Familienfest“, ab und zu mit einem kleinen Extra obendrauf: Neben Führungen und persönlicher Besucher*Innen-

Das mittelalterliche Dorf Steinrode befindet sich auf dem Grundstück des Waldpädagogikzentrums auf dem Steinberg über Hann. Münden, Kohlenstraße 101, 34346 Hann. Münden.

betreuung bieten wir immer auch mindestens eine kostenlose Bastel- oder Mitmachaktion an. Diese Angebote variieren und hängen unter anderem davon ab, welche Ehrenamtlichen an welchem Sonntag mitwirken können“, erklärt Bettina Sangerhausen, Koordinatorin vom Team Mittelalterliches Dorf Steinrode.

Für Spielstationen, die mit Abstand auf dem weitläufigen Gelände verteilt sind, kann man kostenlos Spieleutensilien ausleihen, die nach Gebrauch desinfiziert oder ausgetauscht werden. Mal zeigte der Schmied sein Können und lud Neugierige einzeln in die Schmiede zum Mitmachen ein, mal bauten Ehrenamtliche ihre Lederwerkstatt auf, in der man sich Beutel oder Armbänder gegen geringes Entgelt (Materialkostenbeitrag) herstellen konnte. „Unser Ziel bei allem: Familien einen abwechslungsreichen, aktiven Aufenthalt in unserem Dorf bieten, auch und vor allem für den schmalen Geldbeutel. So wurden Freundschaftsbändchen gewebt oder kleine Woll-Marionetten gebastelt. Blumenvasen entstanden aus Holz und Eierschalen, Quirle oder kleine Monster wurden aus Christbaumschmück geschnitzt. An kalten Tagen waren Holz sägen und Lagerfeuer machen der Hit“, so Sangerhausen.

Do more of what makes you happy!

Adrenalin, Kalorien & Koffein im Südharz

Was tun bei kaltem und regnerischem Wetter?

In Bad Sachsa gibt's ein Ausflugsziel was alle glücklich macht: Unter einem Dach gibt's dort eine moderne Fun-Kletterhalle „Clip 'n Climb Harz“.

Schon Kinder ab 4 Jahren können sich dort gefahrlos auf die 5m hohen Säulen des „Stairway to Heaven“ Kletterelementes wagen und schweben dann am Abseilautomaten wieder sanft und sicher zu Boden. Speedclimbing oder der Sprungturm versprechen Adrenalin und ausgepowerte Kids.

Durch den Outdoorshop Ravensberg Basecamp nebenan könnt ihr ganz ohne Klettergurt und Höhenluft stöbern. Ihr findet dort alles, was ihr für einen Tag in der Harzer Natur so braucht: Funktionsjacken, Wanderhosen, Outdoorschuhe, Tagesrucksäcke, uvm.

Und da Shoppen wie Klettern hungrig macht, gibt's gleich zwei Möglichkeiten eure Energien wieder aufzufüllen. Süß und mit warmen Getränken im Backwood Coffee, bei Softeis, frischen Waffeln oder hausgemachten Kuchen. Oder lieber herzlich im Backwood Burger, wo mit viel Liebe zur Handarbeit umwerfend leckere Burger gezaubert werden. Ob Loaded Fries mit Spare Ribs oder eine knackige Salat-Bowl, ob Milchshake oder Craft Beer: "Was der beste Abschluss für deinen Ausflug ist, entscheidest du!"

Mehr Infos, Reservierungen und Tickets gibt's online: reservierung.backwoodburger.de // tickets.clipnclimbharz.de



SURFER GIRL

TUI Kinderfestpreis ab 99 €

Entfliehen Sie gedanklich den trüben Wintermonaten und buchen Sie jetzt Ihren nächsten Sommerurlaub!

Fuerteventura, Corralejo

Tui Kids Club Riu Oliva Beach **** 

2 Erw. und 2 Kinder

1 Woche inkl. Flug ab Kassel
vom 20.07.-27.07.22

Familienpreis im Fam. Zimmer

All inclusiv

ab 3.054,-

Ihren Traumurlaub finden Sie bei uns im:

Reisebüro Ideal, Inh. Elisabeth Burghardt-Heyerhoff e.K.

Quedlinburgerstr. 8, 34346 Hann. Münden

Tel.: 05541- 4456 | Whatsapp: 0157- 50396614

reisebueroideal@t-online.de | www.reisebueroideal.de

Immer wieder sonntags im Steinbrücken-Quartier

Einkaufen mit Lifestylecharakter und hohem Entspannungsfaktor

In Münden ist eine Entwicklung in Gang gekommen, die Fachwerkidylle und Kleinstadtlebensgefühl mit Lifestyle, Kunst und Kultur und gemütlichem Einkaufsbummel verbindet. Das selbst ernannte Steinbrücken-Quartier, rund um die alte Werrabrücke am nördlichen Ende der Mündener Altstadt mausert sich zum Szene-Viertel von Hann. Münden. Vor allem an Sonntagnachmittagen, wenn die kleinen Inhaber geführten Geschäfte, Cafés und Restaurants aufgrund der Erholungsortregelung geöffnet haben, kann man im Fachwerkambiente wunderbar old-school einkaufen und das Viertel erleben.

In den stimmungsvollen Gassen und Straßen rund um die historische Werrabrücke findet man moderne Konzepte hinter mittelalterlichen Fassaden. Dabei kann der Besucher die gute Stimmung und das Wir-Gefühl im Quartier spüren. Selbst in Corona Zeiten versuchen die Händler, Kunsthandwerker und Gastronomen ihre positive Energie nicht zu verlieren. 'Unser Quartier lebt von dem gemeinschaftlichen Engagement, von den individu-



ellen und besonderen Geschäften und von den kleinen und gemütlichen Cafés und Restaurants. 'Mainstream findet man hier nicht' erklärt Lutz Wehrum, Inhaber des 'Café am Sandmarkt'.

Auf kleinem Raum finden sich spannende kleine Läden mit vielseitigem und anspruchsvollem Sortiment, in denen sich nach alter Schule einkaufen lässt. Für den sonntäglichen Besucher präsentiert sich eine Mischung aus Ausflugsgefühl und individuellem Einkaufserlebnis, die erkennbar funktioniert.

Atelier AF Kunst & Wohnen entwickelt sich zum Konzept

Das im Steinbrückenquartier ansässige Atelier AF Kunst & Wohnen ist ein Paradies für alle, die beim Einrichten Wert auf Individualität und das Besondere legen, ohne dafür ein Vermögen ausgeben zu müssen. Die Inhaberin Anja Fehrensens, selbst Künstlerin, verbindet moderne Wohntrends mit recycelten und antiken Unikaten aus Indien sowie Indonesien und kombiniert dies mit ihren eigenen, großformatigen abstrakten Bildern. Zum Einrichtungsmix gesellen sich neuerdings auch hochwertige Damenschuhe der Marken Melvin Hamilton, Högl und Unisa. Handel sei Wandel, erklärt die Inhaberin, und versteht ihr Atelier als wachsenden Concept Store. Offen für neue Ideen und Weiterentwicklungen präsentiert sie ihr neues Sortiment auf Tischen aus recyceltem Holz und schafft damit ein Shopping Erlebnis der ganz besonderen Art.



Atelier AF Kunst & Wohnen

Ein Ort für schöne Dinge!

Öffnungszeiten

Mi	10.00 – 12.00 Uhr	Atelier AF Kunst & Wohnen
Do	10.00 – 18.00 Uhr	Sydekumstraße 2 / Ecke untere Lange Straße
Fr	10.00 – 18.00 Uhr	34346 Hann. Münden
Sa	10.00 – 14.00 Uhr	
So	14.00 – 17.00 Uhr	www.atelier-af.de ; info@atelier-af.de , Facebook

und immer nach persönlicher Vereinbarung: 0172 4055268



Bildung & Beruf



Die Stadt Göttingen als attraktive Arbeitgeberin

Die Stadt Göttingen bietet eine Vielfältigkeit, die kaum ein anderer Arbeitgeber hat. Neben den Verwaltungsberufen kann man derzeit zwischen 19 verschiedenen Ausbildungsangeboten den passenden Beruf finden. Wer einen aktiven Job ausüben möchte kann sich z.B. zur Fachkraft für Medien- und Informationsdienste, Fachkraft für Abwassertechnik oder als Straßenbauer*in ausbilden lassen.

Wer lieber in der Verwaltung arbeiten möchte, hat die Auswahl zwischen einer klassischen Ausbildung oder einem dualen Studium. Die Stadt Göttingen besteht aus verschiedenen Fachdiensten und Fachbereichen. Von Finanz- oder Bauverwaltung bis Kultur und Ordnung, von Außendienst bis Kund*innenkontakt - hier wird durch ein breites Spektrum jedes Interessengebiet abgedeckt und der zukünftige Arbeitsplatz kann auf die persönlichen Wünsche angepasst werden. Zusätzlich kann man zwischen vielen weiteren Bereichen und Aufgabengebieten intern wechseln, sodass man immer wieder Abwechslung erfährt.

Warum die Stadt Göttingen?

Neben dem vielfältigen Ausbildungsangebot gewährt die Stadtverwaltung Göttingen Sicherheit. Eine Arbeitgeberin, die auf die individuellen Lebenslagen der Mitarbeiter*innen eingeht und lebensphasenorientierte Lösungen anbietet. Die Gewährleistung von Bildungs- als auch Sonderurlaub sind selbstverständlich. Weiterhin wird ein besonderer Wert auf die Gesundheit und Motivation der Mitarbeiter*innen gelegt. Durch die Kooperation mit Fitnessstudios im Stadtgebiet ist es den Bediensteten der Stadtverwaltung möglich vergünstigt trainieren zu können.

Als zertifizierter TOP-Arbeitgeber Südniedersachsens gibt es weitere Vorteile: Flexible Arbeitszeiten, zahlreiche Teilzeitarbeitsmodelle, Homeoffice und mobiles Arbeiten oder auch Belegplätze in einer Kinderkrippe. Zusätzlich bietet die Kantine im neuen Rathaus nicht nur einen eindrucksvollen Stadtblick, sondern auch köstliche Mittagsmenüs und Snacks. Durch die zentrale Lage des Neuen Rathauses kann man auch die Innenstadt zügig erreichen.

Jede*r ist willkommen

Als Teil unserer Unternehmenskultur heißt die Stadt Göttingen jede*n willkommen, unabhängig von kultureller und sozialer Herkunft, Alter, Religion, Weltanschauung oder sexueller Orientierung und Identität oder Behinderung.

Die Stadt Göttingen als moderne Verwaltung im fortwährenden Wandel begrüßt alle Talente, die sie voranbringen und selber vorankommen wollen. Weitere Informationen und das Bewerberportal zu deinem Karrierestart bei der Stadt Göttingen online unter: **www.goettingen.de/ausbildung**



Deine Zukunft bei der Stadt Göttingen



Ausbildung bei einem der größten Arbeitgeber vor Ort

Wir sind modern, kommunikativ...

... und auf der Suche nach Auszubildenden und dual-Studierenden für eine Vielzahl verschiedenster Berufe. Die Stadt Göttingen bildet in bis zu 20 Berufsfeldern aus – von klassischen Verwaltungsberufen, über Berufe im Handwerk und in der IT-Branche bis zum Studiengang Soziale Arbeit. Wir bieten eine große Aufgabenvielfalt, umfangreiche Fortbildungs- und Karriereöglichkeiten, unterschiedliche Arbeitszeitmodelle und ein engagiertes Gesundheitsmanagement. Die Vielfalt der Bevölkerung auch in der Verwaltung abzubilden, ist ein wichtiger Teil unserer Unternehmenskultur.

Alle Informationen zur Ausbildung und unser Online-Bewerbungsportal findest Du unter

www.goettingen.de/ausbildung.

Deine Ansprechpartner sind:

Frau Bornemann, Tel. 0551 / 400-2329

Herr Weiß, Tel. 0551 / 400-2046

eMail: ausbildung@goettingen.de



Göttinger Berufsinformationstag 2022 verschoben

Erneut hat uns die Pandemie einen Strich durch die Rechnung gemacht: aufgrund der akut wieder steigenden Risiken verschieben wir den GöBit 2022 auf den 21. Mai! Wir hoffen zu diesem Termin auf sicherere Startbedingungen und bessere Chancen, den eigentlichen Messtag dann wirklich auch körperlich und in Präsenz durchführen zu können. Danke für Ihr und Euer Verständnis für die Wartezeit!

Wie auch für den ursprünglichen Februartermin geplant, wird drei Tage vorab vom 18. Mai bis 20. Mai 2022 der digitale GöBit geschaltet. Hier bekommen Sie und Ihr als Teilnehmende bereits einen Überblick über die ausstellenden Unternehmen. Erste Kontakte können vorab geknüpft werden, um einen persönlichen Gesprächstermin für den Samstag zu vereinbaren. Und alle Informationen sind abrufbar, um sich über Firmen und Einrichtungen sowie die von Ihnen angebotenen Ausbildungsmöglichkeiten zu informieren.

Wir freuen uns, bereits jetzt viele regionale Firmen als Aussteller begrüßen zu dürfen.

Wenn Ihr Betrieb auf der Suche nach Nachwuchskräften ist, so haben Sie jetzt noch die Möglichkeit, sich anzumelden. Werden Sie Aussteller und geben jungen Menschen die Möglichkeit, Ihren Betrieb kennenzulernen.

Fordern Sie noch heute Ihr Infopaket an:

Lisa Neukirch
GöBit - Göttinger Berufsinformationstag
Koordination und Veranstaltungsmanagement
VHS Göttingen Osterode gGmbH
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen
Tel: +49 551 4952-129, Fax: +49 551 4952-132
E-Mail: goebit@vhs-goettingen.de

GöBIT 2022
12.02.2022
↓
21.05.2022

Blieben Sie auf dem laufenden:

Die größte Messe der Region für Deinen Start in den Beruf

GöBIT
Göttinger Berufsinformationstag

2022
präsenz & digital

Ausland & Freiwilligendienste
Aktionen
Studium
Ausbildung

21.05.2022, 10:00 bis 15:00 Uhr
Lokhalle Göttingen, Bahnhofsallee 1

Neben Schülerinnen und Schülern sind auch Eltern, Lehrerinnen und Lehrer willkommen!
Der Eintritt ist frei!



BERUFSBEGLEITENDES MANAGEMENTPROGRAMM

PERSONALMANAGEMENT

Das weiterbildende Managementprogramm bietet ambitionierten Nachwuchskräften auch ohne Hochschulausbildung akademische Qualifizierung für die Wahrnehmung von Managementfunktionen im Personalbereich.

Ihr Qualifikationsprofil wird in dreierlei Hinsicht geschärft.

- + **METHODENKOMPETENZ**
Systematisches Analysieren und Strukturieren von komplexen Arbeitsgebieten
- + **FAKTENKOMPETENZ**
Aneignung von unverzichtbarem Faktenwissen
- + **ANWENDUNGSKOMPETENZ**
Stärkung der Fähigkeit, Methoden und Fakten bei der Lösung von Problemen einzusetzen

JETZT ANMELDEN

ONLINE-INFOVERANSTALTUNG

3. Februar 2022, 17.00 Uhr

www.unikims.de/pm

**U N I K A S S E L
V E R S I T Ä T**

UNI<KIMS

Sind Sie bereit für einen Jobwechsel

ArbeitsTrends: Das kommt 2022 auf Bewerber*innen

Jetzt muss was Neues her: Dieser Impuls begleitet derzeit viele Beschäftigte. Vier von zehn Erwerbstätigen denken über einen Jobwechsel nach. 37 Prozent sind 2022 offen für einen neuen Job oder haben sogar bereits konkrete Schritte in die Wege geleitet, so das Ergebnis einer Umfrage, die Forsa im Januar unter gut 1.000 Beschäftigten im Auftrag von Xing E-Recruiting durchgeführt hat.

Die Chancen auf dem Kandidatenmarkt sind gut

Nach der anfänglich großen Unsicherheit nach Beginn der Pandemie seien die meisten Unternehmen wieder aus der „Schockstarre“ geflohen, so Marlene Pöhlmann, Managing Director beim Personalvermittler Robert Half. Gleichzeitig sei die Pandemie für viele eine Zeit gewesen, „wirklich mal alles in ihrem Leben zu überdenken.“ Ist das noch immer ein Job, den ich haben möchte? „Man merkt schon, dass jetzt die Bereitschaft zu wechseln um einiges höher ist“, sagt Pöhlmann.

Bewerbungsprozesse bleiben digital

Die Pandemie hat das Arbeiten stark verändert, das haben die meisten hautnah erlebt. Laut Pöhlmann müssen sich Bewerber*innen auch künftig auf digitale Bewerbungsgespräche einstellen. Das gelte nicht nur für Hochqualifizierte oder Wissensjobs. Über alle Qualifikationsebenen hinweg sei festzustellen, dass das persönliche Vorstellungsgespräch dem digitalen Gespräch nach und nach weicht.

Mobiles Arbeiten wird zum Standard

Regelmäßiges Arbeiten im Homeoffice, damit haben viele in der Pandemie zum ersten Mal Erfahrung gemacht. In „enorm vielen Stellenanzeigen“ werde Remote Work derzeit zum Standard, sagt Marlene Pöhlmann. Arbeitgeber seien vermehrt auch offen dafür, jemanden aus Dresden oder aus Nürnberg einzustellen - selbst wenn das Unternehmen in Berlin sitzt, sagt Pöhlmann. Das ermögliche viel Flexibilität. ▶



Axel Brand

Dipl.-Ing., Dyskalkulietherapeut
nach Iför®

Eckenstraße 13 • 34399 Wesertal
Tel.: 05574 9454248 • uslar@ifoeer.de

Ihr Mathezentrum in Northeim, Uslar und Kassel

RECHNEN IST EINFACH
- ICH ZEIGE ES!



Selbstorganisation ist entscheidend

Künftige Beschäftigte müssten sich mit der digitalen Arbeitswelt arrangieren, sagt Pöhlmann. Dazu gehört eine gewisse Flexibilität, die Fähigkeit, agil zu denken sowie die Kompetenz, sagen zu können: „Ja, ich kann im Homeoffice effizient arbeiten und mit meinen Vorgesetzten oder mit meinem Team kommunizieren.“

Bewerber*innen können Flexibilität fordern

Ein Großteil der Unternehmen müsse sich inzwischen darauf einstellen, dass Mitarbeiter*innen - da wo es möglich ist - flexible Arbeitszeiten fordern. Als Bewerber*in kann man laut Pöhlmann durchaus darauf pochen, dass sich das Unternehmen mehr an die eigenen Lebensumstände anpasst. „Man sitzt nicht mehr unbedingt von 9 bis 17 Uhr am Schreibtisch, sondern nutzt eher die Methode: Das Projekt muss bis zum Zeitpunkt X umgesetzt sein.“

Bundesweiter Studieninfotag der DIPLOMA Hochschule am 03. Februar 2022

Viele junge Menschen beenden in diesem Jahr die Schule und müssen sich bald entscheiden, wie es danach weitergeht. Du bist noch unentschieden, ob du lieber ein Studium oder eine Ausbildung aufneh-

men willst? Dann lerne uns am **Donnerstag, 03. Februar, von 16 bis 19 Uhr beim Bundesweiter Studieninfotag** kennen. Dozierende und Mitarbeitende der DIPLOMA informieren „Am Hegeberg 2“ in Bad Sooden-Allendorf über die Präsenz- und Fernstudiengänge der DIPLOMA Hochschule.

Studium und Ausbildung am Campus in Bad Sooden-Allendorf!

- Soziale Arbeit (B.A.)
- Kindheitspädagogik (B.A.)
- Betriebswirtschaft (B.A.)
- Tourismusmanagement (B.A.)
- Mechatronik (B.Eng.)
- Wirtschaftsingenieurwesen (B.Eng.)
- Physiotherapie (B.Sc.)
ausbildungsbegleitend
- Ausbildung Physiotherapie schulgeldfrei

Bundesweiter
Studieninfotag
03.02.2022
16 - 19 Uhr

Beratungstag
am 11.02.2022,
14 - 17 Uhr!

In Kooperation mit den
BERND BLINDOW
SCHULEN

Schulabgänger/-innen mit Abitur oder Fachhochschulreife können ein **dreijähriges Bachelor-Studium** aus den Bereichen Wirtschaft, Recht, Gesundheit & Soziales, Gestaltung oder Technik aufnehmen.

Die Studiengänge **Soziale Arbeit (B.A.)** und **Kindheitspädagogik (B.A.)** sind immer mehr gefragt, das macht sich auch an den Bewerberzahlen der anderen Universitäten bemerkbar. Auf einen Studienplatz kommen teilweise mehr als fünf Bewerbungen. An der DIPLOMA Hochschule sind alle Studiengänge NC-frei studierbar. Die Studiengänge Soziale Arbeit oder Kindheitspädagogik bereiten die Studierenden auf die speziellen Herausforderungen am Arbeitsmarkt und in diesem sehr abwechslungsreichen Berufsfeld gut vor. Es sind beides sechssemestrige Studiengänge. Im klassischen Vollzeit-Hochschulstudium an der DIPLOMA Hochschule besuchen die Studierenden montags bis freitags Vorlesungen, Seminare und Übungen auf dem Campus in Bad Sooden-Allendorf.

Anmeldungen unter <https://www.diploma.de/studieninfotag>. Infos unter 05652 58777 0

DIPLOMA

DIPLOMA HOCHSCHULE
Private Fachhochschule Nordhessen
University of Applied Sciences

Das komplette
Studienangebot unter:
diploma.de
+49 (0)5652 58777-0



Autotrends



Fahrzeuge für den Moped-Führerschein

Minimale Mobilität für alle



Vier Räder und ein Dach über dem Kopf: Fahrzeuge wie der Twizy von Renault üben sich in Minimalismus.
Foto: Renault/dpa-mag

Mit dem Opel Rocks-e wagt sich zum ersten Mal ein deutscher Volumenhersteller in ein Segment unterhalb des klassischen Pkw und wirft damit ein Schlaglicht auf die Klasse der sogenannten Leichtkraftwagen. Die ist für Opel vor allem deshalb interessant, weil damit eine völlig neue Zielgruppe erreicht werden kann. Der 2,41 Meter kurze Würfel auf Rädern kostet mit einem Startpreis ab 7990 Euro in der Tat weniger als fast jeder konventionelle Kleinwagen.

Fahren darf man solche Modelle oft schon ab 15 Jahren

Ein Autoführerschein ist in der Regel nicht nötig. Es genügt meist ein Führerschein der Klasse AM, so wie man ihn etwa für Mopeds braucht. Diesen können seit Sommer 2021 schon 15-Jährige erwerben. Je nach Ausführung (25 km/h und dreirädrig) reicht sogar eine Mofa-Prüfbescheinigung (Mofa-Führerschein). Dafür macht der Gesetzgeber strenge Vorgaben, teilt der ADAC mit: „Sie haben vier Räder, ein oder zwei Sitzplätze, sind auf vier kW Leistung beschränkt, wiegen höchstens 425 Kilogramm und sind bauartbedingt maximal 45 km/h schnell.“

Im Gegenzug verzichtet er allerdings weitgehend auf Crashtests und macht auch keine Vorgaben zur seriemäßigen Sicherheitsausstattung: Während Pkw ohne Airbags, ABS und ESP heute nicht mehr zugelassen werden dürfen, müssen bei den oft auch als Moped-Autos geführten Minis meist die Gurte und allenfalls noch ein Fahrerairbag reichen. Selbst eine regelmäßige Hauptuntersuchen (HU) bleibt den Fahrzeugen erspart.

Vom Kabinenroller zum kleinen E-Mobil

Das Angebot ist groß und lebt vor allem von Marken aus Italien und Frankreich, wo solche Fahrzeuge sehr gebräuchlich sind. Hersteller wie Ligier, Aixam, Casalini oder Piaggio bieten laut ADAC zwischen etwa 10.000 und 20.000 Euro eine breite Modellpalette an. Vor allem die Elektrifizierung dürfte dieser Klasse noch einen Schub geben.

Ernüchternder Aufprallschutz

Zwar sprechen viele gute Gründe für kleinere Fahrzeuge, vor allem in der Stadt. Doch so viele Probleme diese Minis lösen könnten, schaffen sie auch neue. Denn zumindest die Experten des ADAC lassen kaum ein gutes

Haar an dieser Fahrzeuggattung. Weil es keine offiziellen Crashvorschriften gebe, habe der Test des Aufprallschutzes meist sehr ernüchternde Ergebnisse geliefert, schreibt der Club. Die Fahrstabilität sei bei vielen Modellen fragwürdig. Gerade jüngeren Fahrern mangle es an Erfahrung - zumal die ihren Führerschein in der Regel auf zwei Rädern machen würden und nun auf vier Räder

umsteigen könnten. Der ADAC rät deshalb, dass sich Interessenten vor der Anschaffung über den möglichen Einsatzbereich klar werden sollten: „Und der begrenzt sich sinnvollerweise auf die Stadt. Längere Überlandfahrten sind in Leichtkraftfahrzeugen ein No-Go und Nachtfahrten sowie Touren außerhalb geschlossener Ortschaften nicht zu empfehlen.“

Was beim Kauf gebrauchter E-Autos wichtig ist

Achten Sie auf eine „gesunde Batterie“

Viele Autofahrer schauen sich derzeit bei gebrauchten E-Autos um. Mit ein paar Tipps, die das Magazin «auto motor und sport» (Ausgabe: 2/2022) zusammengetragen hat, senken Interessenten das Risiko, an verschlissene Stromer zu geraten.

Wichtig ist vor allem der „Gesundheitszustand“ der Batterie – State of Health genannt. Ein leistungsschwacher Akku könne den wirtschaftlichen Totalschaden des Autos bedeuten. Ältere Gebrauchte mit sehr geringer Laufleistung bergen laut Magazin Gefahren. Der Grund: Werden E-Autos als Zweitwagen nur wenig bewegt, hängen sie mutmaßlich oft über längere Zeiten selbst in vollgeladenem Zustand an der Wallbox - was dem Akku schadet. Interessenten sollten sich also nach dem Ladeverhalten erkundigen. Auch das komplette Leerfahren des Akkus setze dem Energiespeicher auf Dauer zu.

Von Vorteil ist, wenn die Ladestrombegrenzung im E-Auto aktiviert ist. Mit ihr lässt sich das Nachladen des Akkus deckeln, voreingestellt sind oft 80 Prozent. Ist dies nicht der Fall, sei dies ein Indiz dafür, dass der Wagen oft auf Anschlag geladen wurde: «Dadurch ist der Akku stärker als nötig verschlissen worden», schreibt AMS.

Gerade bei E-Autos, die viel auf der Langstrecke bewegt wurden und oft am Schnelllader waren, spielt das eine Rolle. Sich auch nach dem Fahrprofil des Vorbesitzers zu erkundigen, sei deshalb ratsam. „Langsames Laden schon den Akku“, heißt es in dem Bericht.

Schnäppchen mit Austauschbatterie

Doch auch Schnäppchen sind möglich – immer dann, wenn der Hersteller die Erstbatterie bereits gegen einen neuen Akku getauscht hat. Denn: sinkt der State of Health des Stromspeichers bei der Restkapazität auf einen bestimmten Prozentsatz, sorgen die Hersteller gemäß ihrer Garantieb Bestimmungen für Ersatz.

DER MAZDA CX-5 AD'VANTAGE





Monatlich leasen ab
€ 198¹⁾

Ihr Preisvorteil von
€ 2.400²⁾

Sein Name ist Programm. Der Mazda CX-5 Ad'vantage bringt dank durchdachter Hightech Features jede Menge Vorteile in puncto Sicherheit und Komfort in Ihren Alltag und auf Reisen.

Kfz-Meisterbetrieb Matthias Wagner Autotechnik & Tankstelle

- » Reparatur aller Fabrikate nach Herstellervorgaben
- » (kein Verlust der Hersteller garantie) mit Ersatzteilen in Original/ Erstausrüsterqualität
- » TÜV Nord Prüfstation
- » tägliche TÜV-Abnahmen
- » Reifenhandel zu Top-Preisen
- » Tankstelle und Shop
- » Markenkraftstoffe und alles für den kleinen Einkauf
- » Wir bringen Sie weiter
- » sicher-sauber-preiswert

Kasseler Straße 38 · 34346 Hann. Münden · Tel.: 05541-8890

Kraftstoffverbrauch im Testzyklus: innerorts 7,1 l/100 km, außerorts 5,1 l/100 km, kombiniert 5,8 l/100 km. CO₂-Emission kombiniert: 133 g/km. CO₂-Effizienzklasse: B

1) Ein Privat-Leasing-Angebot (Kilometer-Leasing) der Mazda Finance – einem Service-Center der Santander Consumer Leasing GmbH (Leasinggeber), Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach – für einen Mazda CX-5 Ad'vantage Skyactiv-G 165 (2.0l Benziner) FWD, bei € 198 monatlicher Leasingrate, € 4.100,00 Leasing-Sonderzahlung, 36 Monaten Laufzeit und 10.000 km Laufleistung pro Jahr, Bonität vorausgesetzt. Angebot ist gültig für Privatkunden und nicht mit anderen Nachlässen/Aktionen kombinierbar. Preise inkl. Überführungs- und zzgl. Zulassungskosten.

2) Preisvorteil gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der Mazda Motors (Deutschland) für ein vergleichbar ausgestattetes Serienmodell.

Beispielfoto eines Mazda CX-5, die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeuges sind nicht Bestandteil des Angebotes.


Autohaus
Schulz
GmbH

Ihr Mazda Partner
in 37154 Northeim
Robert-Bosch-Straße 8 · ☎ (05551) 6 48 49
www.schulz-mazda-autohaus.de

Gottschalk

Auto & Garten Gottschalk e.K.



Der neue Kia Sportage.

Inspiriert dich immer wieder.



Auto und Garten Gottschalk e.K. berät jeden gern und hält attraktive sowie auf die eigenen Wünsche maßgeschneiderte Angebote bereit.

Die fünfte Generation des Kia Sportage macht Innovation erlebbar

Überzeuge dich selbst bei Auto und Garten Gottschalk e. K.

Ein SUV für Europa. Und für dich.

Das gab es in der Geschichte von Kia bisher noch nicht: Bei der Entwicklung des neuen Kia Sportage haben die Designer und Ingenieure die Ansprüche und Erwartungen europäischer Kunden in einer eigenen Version umgesetzt. Ein Indiz dafür, wie wichtig man Kunden bei Kia nimmt. Wie es sich für die Marke gehört, die sich der Inspiration durch Bewegung verschrieben hat, gibt man dem neuen Kia Sportage ein gehöriges Maß an Inspirationspotenzial mit auf den Weg – von dem sich die Interessenten jetzt bei einer Begegnung mit dem SUV-Newcomer im Auto und Garten Gottschalk e.K. begeistern lassen können. Was dabei auf den ersten Blick deutlich wird: die dynamische Präsenz des neuen Kia Sportage. Basierend auf der Kia Designphilosophie der „vereinten Gegensätze“ gelingt dem SUV ein gleichermaßen markanter wie emotionaler

Auftritt, der für Aufmerksamkeit sorgt. Das beginnt an der Front mit dem groß dimensionierten, hochwertigen schwarzen Kühlergrill sowie weiteren Blickfang-Elementen wie dem LED-Tagfahrlicht in Bumerang-Form und adaptiven LED- Scheinwerfern.

Dass sein Name Programm ist, beweisen auch die sportlich geprägte Silhouette und das kraftvolle Steilheck, das durch die verbindende Leiste zwischen den innovativ gestalteten Rückleuchten noch an optischer Breite und Selbstbewusstsein gewinnt. Ein Look, der Carsten Gottschalk vom Auto und Garten Gottschalk e.K. schwärmen lässt: "Der neue Kia Sportage zeigt für mich, wie man ein bekanntes und beliebtes SUV auf den Weg in die Zukunft bringt – optisch wie technologisch. Hinter seinem unverwechselbaren Design verbirgt sich modernste Antriebstechnik mit verschiedenen nachhaltigen Optionen."

Mit der Kraft zu inspirieren.

Innovation hat seit jeher Tradition beim Kia Sportage – was die neue Generation auch im Hinblick auf die zur Verfügung stehenden Antriebe unter Beweis stellt: Neben Benzin- und Dieselmanifesten mit moderner 48-Volt-Mildhybridtechnologie ist dank der neu entwickelten Plattform nun auch eine Plug-in-Hybridversion verfügbar. Die 132 kW (180 PS) des starken 1,6-Liter-Turbobenziners ermöglichen zusammen mit dem 66,9-kW-Elektromotor eine kraftvolle Systemleistung von 195 kW (265 PS). Effiziente und schadstoffarme Turbobenziner und Turbodiesel, teils mit 48-Volt-Mildhybridtechnologie, komplettieren die Palette und sorgen bei Kunden für eine umfangreiche Auswahl. Mehr Entscheidungsspielraum bieten darüber hinaus Handschalt- und Automatikgetriebe sowie Zwei- oder Vierradantrieb, wobei sich der Allradantrieb dank der neuen „All-Terrain Mode“-Funktion im Plug-in-Hybrid optimal an unterschiedliche Untergründe (Sand, Matsch, Schnee) anpasst.

Freiraum für Ideen.

Wer entspannt unterwegs ist, findet das immer wieder neue Augenblicke der Inspiration – und genau darum geht es im fahrerorientierten Innenraum des neuen Kia Sportage. „Mit ihm erlebt man Komfort und Konnektivität auf einem völlig neuen Niveau“, freut sich Carsten Gottschalk und verweist insbesondere auf das beeindruckende neue Panoramadisplay: Mit zwei 12,3-Zoll-Bildschirmen macht es das Cockpit zur digitalen Kommandozentrale. Ein exklusives Ambiente, in dem auch Ergonomie und Funktionalität großgeschrieben werden – unter anderem durch ein flexibles Laderaumvolumen von bis zu 1.780 Litern¹ (je nach Antriebsvariante). Dass der neue Kia Sportage das gute Gefühl seiner Insassen auch durch eine umfangreiche aktive und passive Sicherheitsausstattung bewirkt, versteht sich bei diesem modernen SUV von selbst.

Bereit für mehr.

Mit neuen und teilweise verbesserten Assistenzsystemen unterstützt der neue Kia Sportage seinen Fahrer in vielen Aspekten des Alltags – und zeigt gleichzeitig, wie mühelos Mobilität sein kann. Ein Plus an Bequemlichkeit und Sicherheit, das den SUV für Carsten Gottschalk vom Gefährt zum Gefährten werden lässt: „Mit intelligenten Helfern wie dem Autobahnassistenten², der navigationsbasierten adaptiven Geschwindigkeitsregelanlage² oder dem Kollisionsvermeidungsassistenten² fürs Ausparken bringt der neue Kia Sportage starke Unterstützung an den Start!“ Und ergänzt: „Es ist schon beeindruckend, wieviel Fortschritt in diesem Fahrzeug steckt. Selbst als Auto-Fachmann ist man immer wieder aufs Neue überrascht.“

Kraftstoffverbrauch Kia Sportage 1.6 T-GDI 2WD (Benzin, Manuell), 110 kW (150 PS), in l/100 km: innerorts 7,6; außerorts 5,5; kombiniert 6,3.

CO₂-Emission: kombiniert 144 g/km. Effizienzklasse: B.3

Kia Sportage Plug-in Hybrid 1.6 T-GDI AWD (Benzin/Strom, Automatik), 195 kW (265 PS), Kraftstoffverbrauch in l/100 km: kombiniert 1,6. Stromverbrauch in kWh/100 km: kombiniert 16,5. CO₂-Emission: kombiniert 36 g/km. Effizienzklasse: A+++³

¹ Nach VDA, bei umgeklappter Rücksitzbank.

² Der Einsatz von Assistenz- und Sicherheitssystemen entbindet nicht von der Pflicht zur ständigen Verkehrsbeobachtung und Fahrzeugkontrolle.

³ Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.

Der neue Kia Sportage.

Inspiriert dich immer wieder.



Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.

Lass aus Inspirationen neue Möglichkeiten werden. Entdecke mit dem neuen Kia Sportage eine vielfältige Auswahl an Motorisierungen - vom effizienten Verbrenner bis hin zum zukunftsweisenden alternativen Antrieb. Erlebe den neuen Kia Sportage jetzt bei einer Probefahrt.

Kraftstoffverbrauch Kia Sportage 1.6 T-GDI AWD DCT Vision (Super, 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe), 132 kW (180 PS), in l/100 km: innerorts 7,0; außerorts 5,4; kombiniert 6,0. CO₂-Emission: kombiniert 137 g/km. Effizienzklasse: A.¹

Auto & Garten Gottschalk e. K.

Unter den Weinbergen 2 | 37213 Witztenhausen
Tel.: 05542 / 507180 | Fax: 05542 / 507189
www.kia-gottschalk-witzenhausen.de

¹ Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.



Kräuter

Geschmackvoll

Gesundes Grünzeug

Was alles in frischen Kräutern steckt

Petersilie, Kresse, Dill & Co. - Kräuter sind mehr als ein Gewürz und ein schönes Topping auf einer Mahlzeit. Sie sind für sich genommen auch noch sehr gesund. „Kräuter punkten mit sekundären Pflanzenstoffen sowie Vitaminen und Mineralstoffen“, sagt Silke Restemeyer von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Sekundäre Pflanzenstoffe können im Körper antibakteriell und entzündungshemmend oder sogar blutdrucksenkend wirken. Nicht zuletzt tun die in Kräutern enthaltenen ätherischen Öle, die zu den sekundären Pflanzenstoffen zählen, dem Organismus gut. „Wenn etwa Basilikum oder Thymian extrem duften, deutet dies auf einen hohen Anteil von ätherischen Ölen hin“, erklärt Daniela Krehl von der Verbraucherzentrale Bayern. Die ätherischen Öle können je nach Kräuterart beispielsweise appetitanregend oder beruhigend wirken, oder Blähungen vorbeugen.

Das sind die sieben gängigsten Kräuter und womit sie punkten:

Petersilie: Enthält neben den Vitaminen C und K auch Mineralstoffe wie Eisen sowie Beta-Karotin. Diesen Pflanzenfarbstoff wandelt der Körper in Vitamin A um. Er wirkt antioxidativ und regt einige Funktionen des Immunsystems an.

Koriander: In Koriander stecken ätherische Öle, die laut DGE appetitanregend sind und gegen Verdauungsbeschwerden wie Völlegefühl, Blähungen und Magen-Darm-Krämpfe helfen. Auch Vitamin C steckt drin.

Basilikum: Beinhaltet neben Beta-Karotin auch Magnesium und Eisen. Basilikum wirkt appetitanregend, entwässernd und blutdrucksenkend. Es hat den Ruf, bei Verdauungsbeschwerden zu helfen.

Liebstöckel: Vitamine der B-Gruppe, Vitamin C sowie Mineralstoffe wie Kalzium, Eisen und Kalium sind hier drin. Die Kräuterart regt den Appetit an und soll der DGE zufolge auch harn-treibend sein.

Salbei: Die darin enthaltenen Gerbstoffe sind verdauungsfördernd und blähungslindernd. Sie können zudem schweißhemmend sein. Salbei wirkt darüber hinaus antibakteriell sowie entzündungshemmend.

Dill: Beta-Karotin, aber auch Vitamin C, Kalzium und Kalium stecken in Dill. Das Gewürzkraut hilft laut DGE als Mittel bei Blähungen. Es unterstützt zudem die Regeneration der Zellen im Körper.

Thymian: Enthält Eisen und Kalzium. Weil Thymian antiviral und schleimlösend wirkt, ist es nicht nur ein beliebtes Gewürz, sondern wird auch vielfach bei Husten und Halskratzen als Tee getrunken.

Kein Snack für zwischendurch

Alles zusammengenommen liefern diese Beispiele also gute Gründe, öfter zu frischen Kräutern zu greifen. Aber taugen Petersilie & Co. auch als gesunder Snack für zwischendurch? Kann man sich ein Schälchen zum Naschen hinstellen? DGE-Expertin Restemeyer ist eher skeptisch. „Wirklich satt machen sie nicht“, sagt sie. Und als Naschwerk bieten sie sich auch nur bedingt an, da es sogar schädlich sein kann, zu viele Kräuter auf einmal zu essen, so Verbraucherschützerin Krehl. „Die in vielen Kräutern steckenden ätherischen Öle können die Magenschleimhaut reizen und damit letztendlich zu Magenbeschwerden führen.“ Wohldosiert können frische Kräuter aber in jedem Fall häufiger begleitend zu anderen gesunden Snacks eingesetzt werden. „Zum Beispiel ein paar Basilikum-Blätter auf ein Käsebrot oder Quark mit frischen Kräutern auf eine Scheibe Vollkornbrot“, so Restemeyer.

So bleiben gekaufte Kräuter frisch

Gut zu wissen: Kräuter sind echte Mimosen, also hochempfindlich. Daher sollten sie nach dem Kauf möglichst schnell verzehrt werden. „Damit sie noch einige Tage frisch bleiben, kann man Kräuter schneiden, sie in ein feuchtes Tuch wickeln und in den Kühlschrank legen“, sagt Daniela Krehl. Eine Alternative: Die Kräuter leicht befeuchtet in einen durchlöchernten Plastikbeutel ebenfalls im Kühlschrank lagern. Wer das Grünkraut länger als ein paar Tage aufbewahren will, kann es trocknen oder einfrieren. So kann man Kräuterzweige bündelweise in kleinen Portionen, wie an einer Wäscheleine aufhängen. „Zum Trocknen eignen sich allerdings längst nicht alle Kräuter“, so Krehl. Bei Kresse oder Schnittlauch zum Beispiel funktioniert es nicht. Beim Einfrieren die Kräuter vorher waschen und klein schneiden. Sie kommen mit ein paar Tropfen Wasser in Eiswürfelschalen und dann ins Gefrierfach. Die Kräuterwürfel werden dann nicht aufgetaut zu Eintöpfen oder Fleischgerichten hinzugefügt. (dpa)



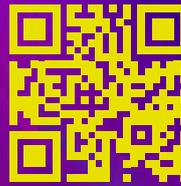
U N D U S

Mundus Marketing & Interactive GmbH · Verlag & Full-Service-Werbeagentur

ALLES AUS EINER HAND.

Wir layouten,
konzipieren, drucken,
fotografieren, erstellen
einfach alles, was ein
Unternehmen zum
Kommunizieren benötigt.

scan me



Die Mundus Marketing & Interactive GmbH ist ein Verlag und Full-Service-Werbeagentur in Hann. Münden. Mit frischen Ideen stehen wir unseren Kunden von der Konzeption bis zur Produktion zur Seite. Der Fokus unserer täglichen Arbeit liegt auf der Entwicklung von Corporate Design, Geschäftsdrucksachen, Prospekten, Anzeigen, Webdesign, Social Media u.v.m. So vielfältig unsere Projekte auch sind, wir begegnen ihnen mit Qualität, Leidenschaft und dem nötigen Know-how.



Sichelnsteiner Weg 2 · 34346 Hann. Münden · Tel. 05541 957990 · info@mundus-online.de

www.mundus-online.de

Ihr Fachbetrieb für schöne Bäder und moderne Heiztechnik

Harnisch Bäder, Sanitär und Heizungsbau GmbH seit 22 Jahren für Sie unterwegs

Es ist eine optimale Kombination an Kompetenz, was Bodo Harnisch und Hans-Joachim Crepon als Fachbetrieb für Sanitär und Heizungsbau in Volkmarshausen praktizieren. Dieser in der Region fest etablierte Handwerksbetrieb wurde von den beiden Geschäftsführern Bodo Harnisch und Hans-Joachim Crepon am 01. Januar 1998 gegründet. Beide Geschäftsführer sind sich dessen bewusst, dass ihr äußerst zuverlässiges Team von neun Mitarbeitern (ein Meister für Anlagenbau, sechs Anlagenmechaniker, ein Auszubildender in der Anlagenmechanik, eine kaufmännische Angestellte) ihr betriebliches Fundament bildet und sie sich auf sie verlassen können.

Während sich Bodo Harnisch um die Akquise und persönliche Beratung vor Ort kümmert, sorgt Hans-Joachim Crepon als technischer Leiter für die reibungslose Auftragsabwicklung.

Wer die beiden kennenlernt, profitiert von der optimalen Verzahnung ihrer fachlichen Kompetenz und dem reibungslos funktionierenden Team, um Projekte zu planen und zu verwirklichen. „Seit 22 Jahren sind wir hier in Hann.Münden und Umgebung tätig. Wir glauben mit Stolz sagen zu dürfen, dass sich die Firma Harnisch

Bäder Sanitär und Heizungsbau GmbH durch qualitativ hochwertige Arbeiten einen guten Namen gemacht hat. Wir haben ein junges, motiviertes und sehr gut geschultes Team von Mitarbeitern und legen größten Wert darauf, dass die Mitarbeiter langfristig bei uns beschäftigt werden. Ohne Sie könnten wir die Qualität nicht gewährleisten. Wir beraten unsere Kunden gerne auch vor Ort rund um die Themen Heizungssanierung (Ölbrennwert/Gasbrennwert/Wärmepumpe) und regenerative Energie sowie die Komplettanierung moderner Bäder, selbstverständlich auch senioren- und behindertengerecht“, so die Geschäftsführer.

Einen Einblick über das komplette Leistungsspektrum bietet die Homepage unter www.harnisch-baeder.de.

Harnisch Bäder
Leineweberstr. 2
34346 Hann. Münden OT Volkmarshausen
Tel. 05541 989880
info@harnisch-baeder.de
www.harnisch-baeder.de
www.harnisch-sachverstaendiger.de

KIENAST[®] WIR ARBEITEN AM TRAUM VOM SCHÖNEN WOHNEN.

Qualität made in Scheden

Einzigartige Qualität von KIENAST

Wir machen Ihr Zuhause schön: MARKISEN von KIENAST.

Wir SUCHEN:

- ▶ Tischler (m/w/d)
- ▶ Bürokraft für nachmittags (auf 450 € Basis)

Unser Leistungsspektrum:
Fenster • Türen • Wintergärten • u. v. m.

Tischlerei KIENAST GmbH
Quantzstr. 15 • 37127 Scheden • 05534 300 28 09
info@tischlerei-kienast.de • www.tischlerei-kienast.de

GA-LA-BAU HASSELBERG
☎ 0171-177 47 19

Alle Arbeiten rund ums Haus

- ☑ GARTENLANDSCHAFTSBAU
- ☑ KELLERISOLIERUNG
- ☑ PFLASTERVERLEGUNG IN NATUR- UND BETONWERKSTEIN
- ☑ BARRIEREFREIE ZUGÄNGE
- ☑ GARAGENEINFARTEN
- ☑ TERRASSENBAU
- ☑ BAGGER- UND KANALARBEITEN
- ☑ EINBAU UND WARTUNG VON RÜCKSTAUKLAPPEN
- ☑ MEISTERBETRIEB FÜR STRASSENBAU

MITARBEITER GESUCHT, gerne auch als Aushilfe

BEWERBUNGEN PER POST ODER PER MAIL BITTE AN:

ILONA HASSELBERG
SCHULSTR. 25 • 34346 HANN. MÜNDEN
TEL.: 05541 73480 • ILONA.HASSELBERG@WEB.DE

Wohn dich glücklich!

1 | Sessel Consul **999,-**



Jetzt **696,-** EUR gespart!

RELAXEN
UND SPAREN.

3 | Sessel Dover **1295,-**

Solange Vorrat reicht!



Stressless®



4 | Sessel Consul Signature **1099,-**

2 | Mayfair M Classic **1398,-**

Solange Vorrat reicht!



Jetzt **596,-** EUR gespart!

- 1 | **Sessel Consul (wie abgebildet)**
M Signature, in Bartick Leder, inklusive Hocker, B x H x T, ca. 78 x 97 x 70 cm.
- 2 | **Sessel Mayfair (wie abgebildet)**
M Classic, in Leder Bartick schwarz, Gestell Eiche.
- 3 | **Sessel Dover (wie abgebildet)** M Classic
in Leder Bartic, inklusive Hocker, B x H x T, ca. 76 x 100 x 73 cm.

4 | **Sessel Consul Signature (wie abgebildet)** M Signature, in Bartick Leder, inklusive Hocker, B x H x T, ca. 78 x 97 x 70 cm.

5 | **Elegante Sitzgruppe (wie abgebildet)** schwungvoll in der Ästhetik, praktisch und gemütlich im Gebrauch, einmalig in der Bewegungstechnik. Wie auf einer mediterranen Terrasse thronen die soft-kubischen Einzelsitze, lassen sich nach links und rechts beweglich verschieben und drehen sich ganz nach Lust und Laune um bis zu 360° dem Gesprächspartner zu – Polsterung besonders leger, Tisch 180 x 90 cm.

6 | **Garnitur Maxwell (wie abgebildet)** funktionales Designer Stoffsofa in vielen verschiedenen Bezügen und Zusammenstellungen bestellbar.

7 | **Zweisitzer Phönix (wie abgebildet)** elegantes Designer Ledersofa in vielen verschiedenen Bezügen und Zusammenstellungen bestellbar.

7 | Zweisitzer Phönix **4798,-**



5 | Elegante Tischgruppe **7777,-**



6 | Garnitur Maxwell **3798,-**



MÖBEL
JAEGER
macht glücklich



www.moebel-jaeger.de

CJ Möbel Jaeger ist ein Unternehmen der CJ Möbel Jaeger GmbH & Co. KG, Mündener Str. 19e, 37213 Witzhausen

1 | Polstergarnitur **2498,-**



1 | Polstergarnitur (wie abgebildet)
in einem elegantem neuen Microfaser Bezug
in Lederoptik.

2 | Zeitlose Polstergarnitur (wie abgebildet)
in einem pflegeleichtem Stoffbezug,
3-Sitzer, B x T x H, ca. 198 cm x 92 cm x 100
cm, 2-Sitzer, B x T x H, ca. 146 cm x 92 cm x
100 cm.

**3 | Elegante Sofa Wohnlandschaft
(wie abgebildet)** Bezug: Leder Rücken
Nessel bestehend aus: Canape X Arm-
teil links, 2,5-Sitzer ohne Armlehne und
1,5-Sitzer-Kombielement Anstellhocker
rechts, Länge Sitzmöbel, Element links: ca.
98 cm, Länge Sitzmöbel Element, Mitte: ca.
134 cm, Länge Sitzmöbel Element rechts:
ca. 100 cm, zugelassenes Belastungsge-
wicht je Sitz: ca. 120 kg, Sitzhöhe: ca. 45 cm
Sitztiefe: ca. 68 cm, Breite Armlehne: ca. 16
cm, Farbe: Rot, Material: Leder, Form Füße,
Beine, Gestell: Winkelfuß, Farbe Füße, Bei-
ne, Gestell: Schwarz, Material Füße, Beine,
Gestell: Metall, Polsterung Sitz: Kaltschaum,
Stahlwellenfedern, Polsterung Rückenleh-
ne: Gummigurte, Kaltschaum, Material Un-
tergestell: Holz, Hinweise: Abweichungen in
Farbe, Form, Abmessungen gegenüber den
Abb. und Angaben vorbehalten, legere Ver-
arbeitung/Polsterung - Faltenbldg. gewollt,
Pflegethinweise: Bitte die Pflegethinweise
der Hersteller beachten.

2 | Zeitlose Polstergarnitur **1299,-**



3 | Sofa Wohnlandschaft **2998,-**



4 | Eckkombination **2998,-** komplett, ohne Dekokissen



KLIMANEUTRAL PRODUZIERT

5 | Polstergarnitur **2998,-** komplett, ohne Dekokissen



**EXKLUSIV
BEI UNS!**

4 | Eckkombination (wie abgebildet)
Element 2-sitzig Armteil links 160 cm, Winkelecke 100 cm, Anbauteil rechts 135 cm, innovative Bezüge aus Recycling-Materialien verfügbar, Metallfuß 4.26, Stellmaß ca. 260 x 235 cm, Kopfteilverstellung und Zierkissen gegen Aufpreis möglich.

6 | Polstergarnitur **2798,-** komplett, ohne Dekokissen



5 | Polstergarnitur (wie abgebildet) Element 2-sitzig, ca. 170 x 81-93 x 97 cm, Sofa 3-sitzig, ca. 81-93 x 97 cm, Bezüge aus Recycling-Materialien verfügbar, Zierkissen gegen Aufpreis möglich, inkl. Kopfteilverstellung.

6 | Eckkombination (wie abgebildet)
Element 2-sitzig, Armteil links 175 cm, Longchair breit, Armteil rechts 115 x 190 cm, Eco-Soft Fb. terra, Echtholzfuß Eiche gegen Mehrpreis erhältlich, Stellmaß ca. 290 x 190 cm, Kopfteilverstellung und Zierkissen gegen Aufpreis möglich. Mehrpreis **Hocker 499,-**

PFLEGE- LEICHTE STOFF- BEZÜGE

1 | Moderne Rundecke **1998,-**



- 1 | Moderne Rundecke (wie abgebildet)** in einem hochwertigen Microfaserstoff, in vielen Variationen, Bezügen und Funktionen planbar, ca. 254 x 170 cm. Mehrpreis **Sessel 1999,-** (manuell verstellbar)

2 | Eckgarnitur **2998,-**



3 | Zeitlose Garnitur **2498,-**



4 | Designer Liege **2598,-**



**STILVOLL UND
HOCHWERTIG!**

- 2 | Eckgarnitur (wie abgebildet)** pflegeleichter Stoffbezug, Qualitätsfederkern, bestehend aus Sofa 2,5-sitzig, Armteil links, Ecksofa 2-sitzig mit Abschlusshocker rechts, ca. 240 x 215 x 85 cm, Sitzhöhe ca. 45 cm, Sessel.

- 3 | Zeitlose Landhaus Garnitur (wie abgebildet)** in einem pflegeleichtem Stoffbezug, bestehend aus Sofa 2,5-Sitzer, ca. 160 x 86 x 84 cm, Recamiere 195 x 86 x 84 cm, Sessel 86 x 96 x 87 cm, inkl. 1 x Kopfstütze.

- 4 | Designer Liege (wie abgebildet)** in einem hochwertigen Stoffbezug, inkl. motorischem Vorzug.

5 | Sideboard **1149,-**

6 | Wohnraumprogramm **3998,-**



5 | Sideboard (wie abgebildet) ca. 161 x 81 x 43 cm.

6 | Wohnraumprogramm (wie abgebildet) in vielen weiteren Variationen planbar, ca. 334 x 222 x 51 cm, inkl. Beleuchtung und Spiegelrückwand.

MODERNE WOHN- PROGRAMME

7 | Wohnraumprogramm **2797,-**



7 | Wohnraumprogramm (wie abgebildet) modernes Wohnraumprogramm individuell planbar.

Mehrpreis **Wohnwand 1799,-**
(B x H x T, ca. 390 x 215 x 53 cm)

Mehrpreis **Sideboard 599,-**
(B x H x T, ca. 150 x 91 x 40 cm)

Mehrpreis **Beleuchtung 399,-**

8 | Wohnwand (wie abgebildet) Lack weiß, Preisgruppe 1.

8 | Wohnwand **3898,-**



1 | Massives Eiche-Programm **10239,-**

1 | Modernes massives Eiche-Programm (wie abgebildet) mit Baumstamm-applikationen, in vielen Möglichkeiten planbar, Wohnwand, Couchtisch, ca. 125 x 75 cm, Highboard, ca. 173 x 125 x 44 cm.



Wohnwand **4444,-**
inkl. Beleuchtung

Couch-
tisch
1099,-

Highboard **2498,-**
inkl. Beleuchtung
und Metallfuß

Vitrine je **2198,-** inkl.
Beleuchtung



2 | Wohnwand **3998,-**



2 | Wohnwand (wie abgebildet) Kerneiche Umato massiv, Oberfläche gebürstet, Glasapplikation in Mattglas weiß, ca. 324 x 223 x 24-49 cm.

3 | Modernes, variables Anbauprogramm (wie abgebildet) in Eiche Massiv mit Applikationen in Anthrazit, in vielen weiteren Möglichkeiten planbar.

4 | Modernes Eiche-Massiv-Programm (wie abgebildet) in vielen Variationen individuell planbar. Wohnwand, ca. 309 x 206 x 54 cm, Couchtisch, Highboard, ca. 107 x 105 x 40 cm.

3 | Anbauprogramm **3998,-**



Sideboard **2499,-**
inkl. Beleuchtung

Wohnwand **4298,-**
inkl. Beleuchtung

4 | Eiche-Massiv-Programm **8394,-**



Wohnwand **4998,-**
inkl. Beleuchtung

Highboard
je **1798,-**
inkl. Beleuchtung
und Ornament

Couchtisch
1598,-

5 | Schlafzimmerprogramm **7998,-**

- 5 | Schlafzimmerprogramm Horizont 110 (wie abgebildet)** in Sonoma Eiche Nachbildung, Absetzungen seidengrau, Griffe Chrom, **Doppelbett** mit Bettkästen und Unterbauverblendungen, Liegefläche ca. 180 x 200 cm, Polsterkopfteil, gerade, abgesteppt mit Doppelbiese, B x H x T ca. 208 x 107/49 x 209 cm, ohne Auflagen, Matratzen, Wäsche, Kissen und Deko, **Nachtkonsole** mit 2 Schubkästen, B x H x T ca. 50 x 47 x 56 cm, inklusive Glasoberplatte und Paneelaufsatz mit Glasboden, **Kommode** mit 3 Schubkästen und Holzoberplatte, B x H x T ca. 160 x 79 x 46 cm (ohne Deko).



- 6 | Eckschränklösung (wie abgebildet)** in Sonoma Eiche Nachbildung, Absetzungen seidengrau, Griffe Chrom, **Doppelbett** mit Bettkästen und Unterbauverblendungen, Liegefläche ca. 180 x 200 cm, Polsterkopfteil, gerade.

6 | Eckschränklösung **5998,-**



MÖBEL
JAEGER
macht glücklich



www.moebel-jaeger.de

Schöne Zähne – Na Claar!

Praxis-Team an zwei Standorten in Kassel
für seine Patienten tätig

Jeden Dienstag
15.30-17.30 Uhr
offene Implantat-
Sprechstunde
in der
Druseltalstraße 178



Das Zahnärzteteam der Praxis Dr. Claar



Dr. Mirjam Mujakovic und Dr. Michael Claar

Feste und schöne Zähne – Na Claar! Unter diesem Motto bietet die Kasseler Zahnarztpraxis Dr. Claar an zwei Praxisstandorten in Kassel modernste Zahnheilkunde an: an der Leipziger Straße 164 in Bettenhausen und an der Druseltalstraße 178 in Bad Wilhelmshöhe, der erst im Jahr 2017 eröffnet wurde. Elf Behandlungsräume, modernste technische Ausstattung und ein zahntechnisches Meisterlabor bieten bestmögliche Voraussetzungen für zahnmedizinische Behandlungen auf höchstem Niveau. Zudem verfügt die verkehrsgünstig gelegene Praxis über kostenfreie Parkplätze und eine hauseigene Tiefgarage.

»Es ist unser Ziel, patientenorientierte Zahnheilkunde anzubieten, die ästhetischen und funktionell höchsten Ansprüchen gerecht wird«, erläutert Dr. Michael Claar, Zahnarzt und Fachzahnarzt für Oralchirurgie. Neben den normalen zahnärztlichen Behandlungen ist das Team auf die Zahnimplantologie spezialisiert – die hochwertigste und optisch ansprechends-

te Form des Zahnersatzes. Selbst wenn der Kieferknochen stark geschädigt sei, könne man dank diverser Möglichkeiten des Knochenaufbaus ein Implantat setzen. »Eine häufig angewandte Methode ist das Auffüllen des Knochendefekts mit Knochenaufbaumaterial biologischen Ursprungs«, sagt Dr. Claar. Innerhalb weniger Monate werde das Material vom Körper in Knochensubstanz umgewandelt, was den Kiefer deutlich stabilisiert.

Das Einsetzen eines Implantats ist ein Routine-Eingriff, der mit einem kleinen Schnitt durch die Schleimhaut einhergeht. Dr. Michael Claar bietet aber auch das schonende Implantieren ohne Skalpell an: »Voraussetzung sind ein intakter Kieferknochen und eine gute Planung des Eingriffs.« Dafür steht in der Praxis ein hochmodernes 3-D-Röntgengerät zur Verfügung. Älteren Patienten, denen es oft an ausreichender Knochensubstanz und mehreren Zähnen fehlt, bietet er sogenannte Mini-Implantate an, auf denen eine Prothese unkompliziert

befestigt wird. Sie sind deutlich schlanker und können meist ohne Schleimhautöffnung eingebracht werden. Eines ist Dr. Michael Claar bei jeder Lösung wichtig: ein Plus an Lebensqualität für seine Patienten. Denn nicht umsonst lautet das Praxiscredo seit 1929: Feste und schöne Zähne – Na Claar!

CLAAR ZAHNÄRZTE

Praxis Bad Wilhelmshöhe

Druseltalstraße 178
34131 Kassel
Tel. 0561-574 32 60

Praxis Leipziger Platz

Leipziger Str. 164
34123 Kassel
Tel. 0561-510 880 00

www.dr-claar.de

A yellow measuring tape is coiled into a bowl-like shape. Inside the bowl, there is a collection of various pills and capsules in different colors (white, green, red, brown, blue) and shapes (round, oval, rectangular). The measuring tape has black markings and numbers, including 147, 146, 145, 144, 143, 142, 141, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, and 124.

*meine*region
Trends

Irrtümer über verlockende Abnehmhelfer

Appetithemmer und Co.

Das Frühjahr rückt in greifbare Nähe und der Wunsch, die Festtagspfunde von den Hüften zu bekommen, wächst. Der Markt verspricht ein leichtes Abnehmen mit diversen Pülverchen und Pillen, die die Fettverbrennung ankurbeln. Doch dauerhaft abnehmen kann man damit alleine nicht.

So versprechen Entwässerungsmittel oder Appetithemmer einen leichten Weg zum Gewichtsverlust. Tatsächlich könne man durch Entwässerung schnell an Gewicht verlieren. Aber das ist kein Fettabbau. Und Appetithemmer mit Quell- und Ballaststoffen, wie Glucomannan aus der Konjak-Wurzel kann zu einem Darmverschluss



führen, wenn man nicht genug trinkt, warnt die Verbraucherzentrale.

Solche Mittel machten zwar tatsächlich satt, aber nach dem Absetzen der Präparate drohe wegen der Gewöhnung ein Hunger auf große Portionen und damit ein Jo-Jo-Effekt. Wichtig wäre, die Mittel langsam auszuschleichen und durch ballaststoffreiche Gemüse und Getreide zu ersetzen.

Auch Diät-Shakes aus Pulvern hören sich einfacher an, als aufwendige Gemüsegerichte zu kochen. Doch der Körper brauche mehr als das, was in solchen Mischungen enthalten ist. Werden alle Mahlzeiten durch sie ersetzt, müssen sie den Warnhinweis „Darf ohne ärztlichen Rat nicht länger als drei Wochen verwendet werden“ tragen. Besser sei es, kurze Zeit nur eine Hauptmahlzeit dadurch zu ersetzen. Der Ersatz liefert dann nur 200-400 kcal statt der normalen 700-800 kcal einer Hauptmahlzeit. Dieser Einstieg in die Gewichtsabnahme funktioniere aber nur, wenn auch sonst kalorienärmer gegessen wird.

Wer glaubt, durch Nahrungsergänzungsmittel in Pulverform Kalorien zu sparen, irrt auch. Sie können viele Kalorien und Zucker liefern. Angaben dazu seien für Nahrungsergänzungsmittel nicht vorgeschrieben, könnten falsche Erwartungen wecken. Erkennbar ist hoher Zuckergehalt, wenn als Zutaten Maltodextrin oder Zucker ganz oben stehen.



Willkommen im Glück

Aldiana ist **Cluburlaub vom Feinsten** mit einer Fülle an Leistungen und Angeboten – alles Premium und das meiste schon im Preis enthalten. Das Beste: Bei Aldiana treffen sich die nettesten Menschen. Wir nennen das „**Urlaub unter Freunden**“. Daher **buche jetzt** deinen nächsten **Cluburlaub** und nutze unsere besten **Frühbucher Angebote** für deinen Sommerurlaub. **Willkommen bei Aldiana.**

Österreich, Ampflwang

Aldiana Club Ampflwang
4 Nächte vom 01.05.-05.05.22
Im Doppelzimmer mit Halbpension Plus
pro Person



ab **390,-**

Ihren Traumurlaub finden Sie bei uns im:

Reisebüro Ideal, Inh. Elisabeth Burghardt-Heyerhoff e.K.
Quedlinburgerstr. 8, 34346 Hann. Münden
Tel.: 05541- 4456 | Whatsapp: 0157- 50396614
reisebueroideal@t-online.de | www.reisebueroideal.de

Wir feiern Geburtstag. 10 Jahre DIT Göttingen.
Jetzt bis zu 6.580 €³ sparen!



SPECIAL DEALS

 **sorglos**⁵
günstig fahren
INKL. 7 JAHRE GARANTIE⁴ | MTL. ANSTATT ~~19,90 €~~
AB **4,99 €**⁵



PREISVORTEIL³ 2.250 €

MTL. LEASINGRATE

UNSER HAUSPREIS

24.490 €

179 €¹

YARIS CROSS HYBRID TEAM DEUTSCHLAND

1,5-l-VVT-iE, Benziner, Hybrid (Elektro- und Verbrennungsmotor), Systemleistung 85 kW (116 PS), stufenloses Automatikgetriebe, Kurzzulassung 12/2021 (10 km).

Beheizbare und elektrisch einstellbare Außenspiegel, Rückfahrkamera, Fernlicht Assistent, Klimaautomatik, Start-Stopp-Knopf, Heckscheibenheizung, elektrische Servolenkung, USB-Schnittstelle, Smartphone Integration, uvm.

¹Ein Leasing-Angebot* für den Yaris Cross Team Deutschland. Leasingsonderzahlung: 5.500,00 €, **Gesamtkreditbetrag/Fahrzeugpreis: 27.040,00 €**, Preisvorteil: 2.550,00 €, voraussichtlicher Gesamtbetrag: 11.944,00 €, 36 Raten à 179,00 €.

²Ein Leasing-Angebot* für den RAV4 Hybrid Team Deutschland. Leasingsonderzahlung: 6.580,00 €, **Gesamtkreditbetrag/Fahrzeugpreis: 44.570,00 €**, Preisvorteil: 6.580,00 €, voraussichtlicher Gesamtbetrag: 15.454,00 €, 36 Raten à 249,00 €.

Kraftstoffverbrauch der beworbenen Modelle kombiniert 5,8-5,0 l/100 km, CO₂-Emissionen kombiniert 134-113 g/km. Energieeffizienzklassen A+. Gesetzl. vorgeschriebene Angaben gem. Pkw-EnVKV, basierend auf NEFZ-Werten. Die Kfz-Steuer richtet sich nach den häufig höheren WLTP-Werten.

* Ein Angebot in Zusammenarbeit mit der Toyota Leasing GmbH, Toyota-Allee 5, 50858 Köln für die der Angebotsleistende als ungebundener Vertreter tätig ist. Laufzeit 36 Monate, Laufleistung 10.000 km/Jahr. Voraussichtlicher Gesamtbetrag = Summe aller Leasingraten zzgl. einmalige Leasingsonderzahlung. **Sollzins geb. p.a. 3,45 %, eff. Jahreszins 3,49 %**, zzgl. 890,- € Fracht-/Bereitstellungskosten. **Angebote gültig bei Anfrage und Genehmigung bis 28.02.2021. Die beworbenen Leasingangebote entsprechen dem repräsentativen Beispiel gemäß § 6a Abs. 4 PAngV. Als Verbraucher haben Sie nach Vertragsschluss ein Widerrufsrecht (nach §495 BGB).** (3) Preisvorteil ggü. der unverbindl. Preisempfehlung des Herstellers/Importeurs, bei bereits zugelassenen Fahrzeugen zum Zeitpunkt der Erstzulassung. (4) 7 Jahre Garantie geschenkt. Händlereigengarantie auf 10 wichtige Baugruppen. Der Erstattungssatz für Lohn- und Material richtet sich nach der Gesamtfahrleistung bei Schadenseintritt. Einzelheiten unter www.dia-garantie.eu oder bei uns.

(5) SGF-Technik & Service beinhaltet die nach Herstellervorgaben vorgeschriebenen Inspektionsarbeiten einschließlich hierzu notwendiger Materialien sowie die Kosten verschleißbedingter Reparaturen im Rahmen des normalen Verschleißes entsprechend der Kilometerleistung und des Alters des Fahrzeuges für die Laufzeit des Leasingvertrages. Ein Angebot der **Sorglos günstig fahren GmbH, Hans-Bunte-Straße 5, 80992 München**. Abbildungen enthalten zum Teil aufpreispflichtige Sonderausstattungen. Nur solange der Vorrat reicht.

DIT
Göttingen GmbH

Unternehmenssitz

Hans-Böckler-Str. 26
37079 Göttingen
Tel.: 05 51 / 30 54 07-0

Hauptstraße 151-153
37520 Osterode
Tel.: 0 55 22 / 50 27 80

Bornhardtstraße 2
38644 Goslar
Tel.: 0 53 21 / 37 43-0

Grabenweg 4
06526 Sangerhausen
Tel.: 0 34 64 / 5 81 30

www.dit-goettingen.de



Versorgungsbetriebe Hann. Münden GmbH



**Strom aus 100%
erneuerbaren Energien**



Gas



Wasser



Wärme

natürlich. regional.



**Mehr Informationen?
Wir beraten Sie gerne.**

**Produzieren Sie Ihren eigenen Strom
mit PV Anlagen der VHM**



MÜNDENsolar – kaufen oder pachten Sie eine PV Anlage von der VHM



MÜNDENmobil – Wir schaffen Ladelösungen für Ihre E-Mobilität

Planung, Finanzierung, Installation und Wartung alles aus einer Hand.



**Werraweg 24
34346 Hann. Münden**



**05541 707 131
05541 707 133**



**vertrieb@versorgungsbetriebe.de
www.versorgungsbetriebe.de**