



mein **müNDEn**

Das Gesellschaftsmagazin für Hann. Münden und Umgebung



10. Mündener Seniorentag

Mundus Marketing präsentiert:

Infos und Unterhaltung am Samstag, 13. Mai auf dem Kirchplatz

Weitere Informationen ab Seite 10



Atelier AF feiert
10. Jubiläum



Faszination des
Mündener Boxsports



Tannenkamp-Bühne
im Wald lebt

KURZFRISTIG VERFÜGBAR!



BEST DEAL



MONATLICHE LEASINGRATE

AB **199 €¹**

COROLLA HYBRID COMFORT

1,8-l-VVT-i, Benzinmotor 72 kW (98 PS) und Elektromotor 53 kW (72 PS), Systemleistung 90 kW (122 PS), stufenloses Automatikgetriebe. TAGESZULASSUNG 12/2022.

Klimaautomatik, Leichtmetallfelgen, Tempomat, Notbremsassistentz, Fernlichtassistentz, Apple Carplay/Android Auto, Rückfahrkamera, LED-Scheinwerfer, uvm.

¹Ein **unverbindliches** Toyota Easy Leasing-Angebot* für den für den Corolla Hybrid Comfort. Leasingsonderzahlung: 4.627,15 €, **Anschaffungspreis zzgl. Überführung: 29.750,00 €**, Gesamtbetrag **zzgl. Überführung: 11.791,15 €**, 36 Raten à 199,00 €.

²Ein **unverbindliches** Toyota Easy Leasing-Angebot* für den Toyota C-HR Hybrid Team Deutschland. Leasingsonderzahlung: 4.823,28 €, **Anschaffungspreis zzgl. Überführung: 31.990,00 €**, Gesamtbetrag **zzgl. Überführung: 11.987,28 €**, 36 Raten à 199,00 €.

*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. Fracht-/Bereitstellungskosten 990,00 €. **Angebote gültig bei Anfrage und Genehmigung bis 31.05.2023. Abbildungen enthalten zum Teil aufpreispflichtige Sonderausstattungen. Nur solange der Vorrat reicht.**

Kraftstoffverbrauch der abgebildeten Modelle: Kurzstrecke (niedrig): 4,2-3,8 l/100 km; Stadtrand (mittel): 4,0-3,4 l/100 km; Landstraße (hoch): 4,4-3,9 l/100 km; Autobahn (Höchstwert): 6,2-5,7 l/100 km; kombiniert: 4,9-4,4 l/100 km; CO₂-Emission kombiniert: 111-100 g/km. Werte gemäß WLTP-Prüfverfahren.

MONATLICHE LEASINGRATE

AB **199 €²**

TOYOTA C-HR HYBRID TEAM DEUTSCHLAND

1,8-l-VVT-i, Benzinmotor 72 kW (98 PS) und Elektromotor 53 kW (72 PS), Systemleistung 90 kW (122 PS), stufenloses Automatikgetriebe. TAGESZULASSUNG 01/2023.

Klimaautomatik, Leichtmetallfelgen, Tempomat, Notbremsassistentz, Fernlichtassistentz, Apple Carplay/Android Auto, Rückfahrkamera, LED-Scheinwerfer, Regensensor, uvm.

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,

es ist wieder soweit – der 10. Seniorentag in Hann. Münden steht vor der Tür und wir möchten Sie herzlich dazu einladen! Nach der langen Coronapandemie bietet der Seniorentag endlich wieder eine Gelegenheit für ältere Menschen, sich zu treffen und miteinander in Kontakt zu treten.

Am 13. Mai erwartet Sie auf dem Kirchplatz ein buntes Programm mit zahlreichen Ständen, die speziell auf die Bedürfnisse und Interessen der Generation 60plus abgestimmt sind. Ob Sie neugierig auf neue Technologien sind oder sich über Gesundheitsthemen informieren möchten – hier finden Sie sicherlich das passende Angebot für sich. Aber auch für alle, die gerne gemütlich bummeln und schlendern, ist der Seniorentag eine ideale Gelegenheit. Hier können Sie sich in netter Gesellschaft austauschen und entspannen, während Sie das bunte Treiben auf dem Kirchplatz genießen.

Wir, die Organisatoren der Werbeagentur Mundus Marketing haben es uns zum Ziel gesetzt, an diesem Tag eine Plattform für Dienstleistungen und Produkte zu bieten, die speziell auf ältere Menschen abgestimmt sind. So können Sie sicher sein, dass Sie hier genau das finden, was Sie suchen.

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt, sodass Sie sich gemütlich niederlassen und den Tag genießen können. Wir freuen uns darauf, Sie auf dem Seniorentag begrüßen zu dürfen.

Viele weitere Infos zum Seniorentag und wer alles dabei sein wird, finden Sie im Innenteil dieser Ausgabe des Magazins „Mein Münden“ ab Seite 10.

Kommen Sie vorbei - wir freuen uns auf Sie!

Ihre Heidrun Wegener-Kerff

Sie erreichen unsere Redaktion

und unseren Verkauf unter: **05541 95799-0**



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



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



Jörg Christian Bornhoff,
geschäftsführender
Herausgeber
bornhoff@mundus-online.de



**SIE BRAUCHEN RECHTLICHE
UNTERSTÜTZUNG?**

WIR HELFEN IHNEN DABEI!

Arbeitsrecht | Baurecht | Datenschutzrecht | Erbrecht | Familienrecht
| Gesellschaftsrecht | Grundstücksrecht | Internetrecht | Mietrecht |
Verwaltungsrecht

**KANZLEI KRONE
- Rechtsanwälte -**



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

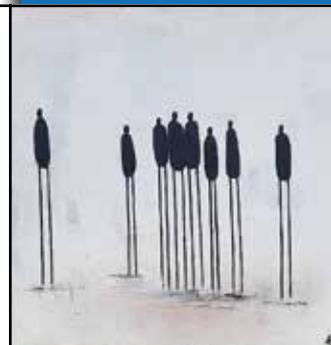
**Atelier AF
Kunst & Wohnen**

Ein Ort für schöne Dinge
und Schuhe!

10 Jahre!!

Wir feiern, feiern Sie
mit uns:

**10% auf
Möbel & Schuhe** (im Mai)



Öffnungszeiten:

Mi 10 bis 15 Uhr Atelier AF Kunst & Wohnen
Do 10 bis 18 Uhr Sydekumstraße 2 / Ecke Lange Straße
Fr 10 bis 18 Uhr 34346 Hann. Münden
Sa 10 bis 14 Uhr www.atelier-af.de; info@atelier-af.de,
So 14 bis 17 Uhr Facebook/Instagram: atelier-af-kunstundwohnen

kassel airport



8

Tage Flugreise

08.11.–15.11.23
ab/an Kassel

EXKLUSIVE LESERREISE

Jordanien

Rundreise zwischen Wüste und Meer im

Land der Kontraste

IHR LEISTUNGS KOMPLETTPAKET

- Flüge Kassel – Aquaba/Amman – Kassel mit renommierter Airline
- alle Flughafengebühren
- Ausflüge & Transfers im landestypischen Reisebus
- 7x Ü / Frühstücksbüfett in genannter Hotelkategorie
- 6x Abendessen im Hotel
- 1x Abschiedsabendessen in einem Restaurant
- Wasserflaschen im Bus während der ges. Rundreise
- Trinkgelder für Guide, Busfahrer und Hotel
- Kopfhörersystem für alle Reisetage
- **vianova-Reisebegleitung (ab 25 Pers.)**

ab 1.898,-€



AUSFÜHRLICHE INFORMATIONEN UNTER:

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





Jahreshauptversammlung der Mündener Gilde

Rückblicke, Ausblicke und Vorstandswahlen

In diesen Tagen trafen sich die Mitglieder der Mündener Gilde zur Jahreshauptversammlung. Ein Rückblick auf das erfolgreiche Jahr 2022 wurde präsentiert und Ausblicke auf das Jahr 2023 gegeben, die von Hoffnung und Optimismus geprägt waren.

Für die kommenden Monate sind vier verkaufsoffene Sonntage geplant. Der erste, welcher am 25. Juni stattfindet, wird mit einem Kunsthandwerkermarkt, organisiert von der HMM, verbunden sein. Ein weiterer am 17. September wird durch den Bauernmarkt, der ebenfalls von der HMM initiiert wird, bereichert werden. Der dritte verkaufsoffene Sonntag soll am 29. Oktober stattfinden. Am 17. Dezember läuten die Mündener

Geschäftsleute dann das Adventsshopping ein - dieser Sonntag findet nach Erholungsortregelung statt. Die Mitglieder der Gilde sind voller Vorfreude auf die bevorstehende Saison in der Innenstadt und rufen alle dazu auf, regional einzukaufen und somit den lokalen Handel zu stärken und zu unterstützen.

Am Abend fanden auch die Wahlen des neuen Vereinsvorstandes statt. Die Mitglieder des alten Vorstandes wurden einstimmig entlastet und in gleicher Besetzung neu gewählt.

„Das ist für uns ein großer Vertrauensbeweis und auch ein Zeichen dafür, dass unsere Mitglieder mit der Arbeit des Vorstandes im vergangenen Jahr zufrieden waren“, betont Andreas Sadowsky, Vorsitzender der Gilde.

UNSERE NEUEN MITGLIEDER

Dürfen wir vorstellen?



Reitsport Jules



Jagdhaus Heede

LOKAL EINKAUFEN. REGION STÄRKEN.

Kinder-Action zugunsten des Hospizes war voller Erfolg

Am vergangenen Wochenende fand im Balance Gesundheitspark Hann Münden ein Frühlingsfest statt, dessen Erlöse zugunsten des Hospizes gespendet wurden



Inhaber Sören Heß bedankt sich bei allen Mitarbeitern, die an diesem Tag ehrenamtlich gearbeitet haben, sowie bei allen Besuchern, die dazu beigetragen haben, dass die Veranstaltung ein voller Erfolg war.

Mehr als 500 Besucher kamen zu dem Fest, um den guten Zweck zu unterstützen und einen schönen Tag im Balance Gesundheitspark zu verbringen. Insgesamt konnten mehr als 1000 Euro an Spenden eingenommen werden. Die Gäste konnten sich an zahlreichen kulinarischen Angeboten wie Brezeln, Bratwürsten, Kuchen und vielem mehr erfreuen. Auch für die kleinen Besucher gab es eine Menge zu erleben, wie zum Beispiel Kinderbespaßung und verschiedene Spiel-Attraktionen.

Inhaber Sören Heß selbst ist Physiotherapeut: „Ich weiß, wie wertvoll die Arbeit des Hospizes ist.“ Deshalb war es ihm ein besonderes Anliegen, „sich für diese Einrichtung zu engagieren“ und ein Fest, das seine Mitarbeitenden initiiert hatten, zu veranstalten, das dazu beiträgt, die wichtige Arbeit des Hospizes zu unterstützen. Die Vorsitzende des Hospizes, Jutta Nickel, äußerte sich ebenfalls zu dem



Frühlingsfest und zeigte sich begeistert von der Unterstützung, die das Hospiz erfahren hat. Sie freut sich riesig, dass Sören Heß und sein Team an das Hospiz gedacht hätten, insbesondere da es sich um ein so schweres Thema handele. Sie bedankte sich bei allen Mitarbeitenden, die ihre Zeit gespendet und ehrenamtlich gearbeitet haben.

Des Weiteren hob sie die Bedeutung der Location hervor und bedankte sich bei Sören und Sandra Heß für die Bereitstellung. Auch Guido Einecke, der Suppe gesponsert hatte, und das Trainer-Team vom Tuspo Weser Gimte, das Kindertanz organisiert hatte, wurden von ihr besonders erwähnt.

Jutta Nickel betonte, wie glücklich sie darüber sei, wenn sich Menschen an das Hospiz wenden und ihre Unterstützung anbieten. Die Leute wüssten, dass das Hospiz auf Spenden angewiesen sei, und sie sei dankbar für jede Unterstützung, die das Hospiz erfahren könne. Besonders dankte sie auch den Wollmäusen, die einen Stand aufgebaut und den gesamten Erlös dem Hospiz gespendet haben, sowie für das gesponserte Kinderschminken.



Richtfest im Bergschlösschen

Die Eigentumswohnungen auf dem ehemaligen Bergschlösschen-Areal in Hann. Münden nehmen weiter Gestalt an

In diesen Tagen konnte für die sechs komfortablen und modernen Wohnungen samt Fahrstuhl und Tiefgarage, Richtfest gefeiert werden. Zahlreiche Gäste überzeugten sich vom Fortschritt der Arbeiten in und an dem mehrgeschossigen Gebäude. Unter denen, die einen Blick auf die Baustelle warfen, gehörten auch das Ehepaar Demircan und Tim Salzwedel. Die Familien Demircan und Salzwedel gehören zu den vier Familien, die bereits eine der ca. 100 Quadratmeter Wohnungen gekauft haben. „Für mich waren in erster Linie die wunderbare Lage, die nachhaltige Bauweise und der Fahrstuhl ein Kaufkriterium“, so der Mündener Salzwedel. Die Eigentumswohnungen sollen im ersten Quartal 2024 bezugsfertig sein. Die Wärme für Heizung und Warmwasser erfolgt über die hauseigene umweltfreundliche Wasser-Wärmepumpe, die in Kombination mit einer Photovoltaik Anlage mit modernster Technologie nicht nur die Umwelt schont, sondern auch für geringe Energiekosten sorgt. Die durchdachte Planung des Wohnhauses erfüllt also alle Kriterien für eine moderne, nachhaltige Bauweise. Partner für das Projekt von Bauträger und Bauherr Bayram Er ist die Sparkasse Göttingen, die auch die Wohnungen vermarktet. Immobilienberaterin Sonja Schafflik von der Sparkasse lobte ausdrücklich die Zusammenarbeit mit dem Bauherr Bayram Er. „Herr Er ist immer offen für die Ideen der Käufer, ist jederzeit als Ansprechpartner für alle Beteiligten da und arbeitet mit so viel Leidenschaft und Hingabe an dem Projekt, das es seinesgleichen sucht“, erzählt uns Schafflik. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an das Immobilienzentrum der Sparkasse Göttingen, Tel. 0551 – 4054710.



EINZIGARTIGES KUNST- & WOHNPARADIES



Individuelle Einrichtungsstile und hochwertige Schuhe: Atelier AF feiert 10. Jubiläum

Das Atelier AF Kunst & Wohnen ist ein wahres Paradies für kunst- und designaffine Naturen, welche fernab von gängigen Trends einen individuellen Einrichtungsstil bevorzugen. An diesem edlen Ort entdeckt man sorgsam zusammengestellte Interieur-Schätze, einzigartige Objekte von fernöstlichen Gefilden wie

Indien oder Indonesien, Möbel und Wohnaccessoires aus nachhaltigem, wiederverwertetem Holz, sowie besondere Wohntextilien und abstrakte Gemälde. Seit mehr als einem Jahr hat Anja Fehrensens ihr Konzept erweitert und offeriert nunmehr exklusive Damenschuhe von bester Qualität.

GESCHICHTE DES ATELIER AF



Angefangen hat alles in der Sydekumstraße 15. Hier eröffnete Anja Fehrensens im Jahr 2013 ihr Atelier. Damals verkaufte sie neben Kleinmöbeln und eigenen Bildern auch hochwertige, handgearbeitete Lampen aus Seide, die sie in einem kleinen Studio in Shanghai fertigen ließ. Fünf Jahre später zog das Atelier in die untere Lange Straße um. Das Konzept mit Kleinmöbeln und Wohnaccessoires, Kunst und Besonderem blieb bestehen. Im Herbst 2021 wurde das Sortiment um Damenschuhe erweitert. Ihrer Liebe für Lampen und Leuchten ist Anja Fehrensens treu geblieben. Heute gibt es im Atelier Qualitätsleuchten für innen und außen der Düsseldorfer Firma Sompex.

Mit einem Dankeschön von 10 % Rabatt auf alle Möbel und Schuhe bedankt sich Anja Fehrensens im Mai bei ihren Kunden.

Im Atelier AF Kunst und Wohnen spürt man Persönlichkeit. Anja Fehrensens beschreibt sich selbst als fröhlichen, positiv denkenden Menschen. „Ich habe viel Energie und Lebensfreude“ und diese spürt man auch in ihren Bildern, die sie im Atelier verkauft.

Ob es sich um die einzigartigen Möbel aus Indien oder China handelt, die bereits ein Alter von bis zu hundert Jahren erreicht haben, oder um ihre eigenen Bilder - Anja Fehrensens nimmt sich stets die Zeit, jedes einzelne Stück genauestens zu betrachten, bevor es in den Verkauf gelangt. Sie arbeitet ausschließlich mit einer handverlesenen Auswahl von Lieferanten zusammen, wobei ihr Qualität, Herkunft, Produktionsablauf und

Nachhaltigkeit besonders am Herzen liegen. Entgegen dem Trend hat sie während der Corona-Zeit entschieden, Schuhe in ihr Sortiment aufzunehmen. Die Schuhlieferanten haben sie zunächst skeptisch angeschaut, denn der Einzelhandel befand sich in einer schwierigen Lage. Doch Anja Fehrensens hat auf ihr Gespür vertraut und bei der Auswahl der Lieferanten streng auf Nachhaltigkeit geachtet, insbesondere darauf, wo und unter welchen Bedingungen die Schuhe produziert werden. Es ist ihr ein Anliegen, zu überprüfen, woher das Leder stammt, wie es gegerbt wurde und wie der Schuh gefertigt ist, denn dies bestimmt die Qualität und Langlebigkeit, die wiederum der Nachhaltigkeit zugutekommen.




10 Jahre
Atelier AF
Kunst & Wohnen

Feiern Sie mit uns !!
Wir laden Sie herzlich ein zu Sekt und kleinen Häppchen am Samstag 13.05 von 10 bis 14 Uhr und Sonntag 14.05.2023 von 14 bis 17 Uhr.

Und das Beste ist: Es gibt den ganzen lieben Monat Mai **10%** auf Möbel und Schuhe ☺

Sydkameralle 2/ Ede Longo Straße, 34346 HAVL
www.atelier-af.de, facebook: atelier-af-kunst-und-wohnen
instagram: atelier_af_kunstundwohnen, 01724052018

”

Alles in meinem Geschäft erzählt eine
Geschichte.

Danach suche ich die Dinge aus, die ich in meinem Laden verkaufen möchte. Ich freue mich jedes Mal, wenn ich die Geschichte auch an meine Kunden weitergeben kann und spüre, dass sich die Freude am Besonderen überträgt.



Senioren aufgepasst! Am 13. Mai wird es auf dem Kirchplatz in Hann. Münden bunt und spannend, denn es ist wieder Seniorentag!

Der erste Seniorentag nach der Coronapandemie bietet wieder Stände mit zahlreichen Angeboten und Dienstleistungen für die Generation 60plus. Ein unvergesslicher Tag voller Freude und Entdeckungen wartet auf Sie! Die Veranstaltung ist perfekt für Silver Surfer, die neugierig sind, aber auch für alle, die gerne bummeln und schlendern, Leute treffen und Informationen sammeln. Es gibt zahlreiche Infostände, an denen sich Besucher über verschiedene Themen wie Gesundheit, Freizeitaktivitäten, Reisen und Finanzen informieren können.

Viele ältere Menschen haben sich in den letzten Monaten sehr isoliert gefühlt und hatten nur begrenzten Zugang zu Produkten und Dienstleistungen. Jetzt ist die Zeit gekommen, um die Generation 60plus wieder zu unterstützen. Als Organisator zeichnet sich die Hann. Mündener Agentur Mundus Marketing verantwortlich, die es sich zum Ziel gesetzt hat, an diesem Tag eine Plattform für Dienstleistungen und Produkten zu bieten, die speziell auf die Bedürfnisse und Interessen von Senioren abgestimmt sind.

Der Seniorentag auf dem Kirchplatz in Hann. Münden ist auch eine Gelegenheit, die Zeit mit Gleichgesinnten zu verbringen. Für Essen und Getränke ist ebenfalls gesorgt, so dass die Besucher sich gemütlich niederlassen und entspannen können. Lassen Sie sich inspirieren oder lehnen Sie sich zurück und genießen Sie das bunte Treiben auf dem Kirchplatz.

13. Mai von 9 bis 13 Uhr
Kirchplatz Hann. Münden



Infos, Genuss und Inspiration:

Seniorentag in Hann. Münden lädt ein



SEDELMAYR

sehen und hören

**Mündener Seniorentag am
13. Mai 2023, 9.00 bis 13.00 Uhr**
Besuchen Sie unseren Stand!

- ✓ **KOSTENLOSE HÖRTESTS**
& Beratung zu versch. Hörsystemen
- ✓ **VERGRÖßERENDE SEHHILFEN**
Wir geben Ihnen Überblick
- ✓ **UMFASSENDE BERATUNG**
zu Optik und Akustik



Sedelmayr Optik & Akustik GmbH
Burgstraße 43-45, 34346 Hann. Münden, 05541-4133

... weil soziale Interaktion in jede

Das Mehrgenerationenhaus: Anlaufpunkt für SeniorInnen und pflegende Angehörige

Das Mehrgenerationenhaus in Hann. Münden ist ein wichtiger Anlaufpunkt und ein Ort, an dem Menschen unterschiedlicher Generationen und Hintergründe zusammenkommen. Die Einrichtung fördert die Integration und den Zusammenhalt zwischen Jung und Alt und trägt dazu bei, die soziale Isolation und Einsamkeit in der Gesellschaft zu reduzieren.

Während der Corona-Pandemie haben gerade ältere Menschen unter Isolation und Einsamkeit gelitten. Viele mussten aufgrund von Sicherheitsvorkehrungen ihre sozialen Kontakte reduzieren oder ganz aufgeben. Umso wichtiger ist es jetzt, älteren SeniorInnen wieder ein unterstützendes Netzwerk zu bieten und ihre soziale Integration zu fördern.

Das Mehrgenerationenhaus in Hann. Münden hält dafür einige Angebote parat: So ist beispielsweise der Mittagstisch ein wichtiger Anlaufpunkt, wie Martina Görtler im Gespräch mit unserem Magazin berichtet. An Werktagen können ältere Menschen hier eine warme Mahlzeit genießen und sich gleichzeitig mit anderen Menschen austauschen und soziale Kontakte pflegen. Diese gemeinsamen Mittagessen fördern das Gemeinschaftsgefühl und können dazu beitragen, Einsamkeit und soziale Isolation im Alter zu reduzieren. Zudem ermöglicht das Angebot auch älteren Menschen, die alleine leben oder Schwierigkeiten beim Kochen haben, eine ausgewogene und

gesunde Ernährung kostengünstig zu erwerben. Täglich gehen zwischen 70 und 90 warme Mahlzeiten über den Tisch, es gibt immer auch eine vegetarische Variante sowie einen Salat. Eine Anmeldung ist nicht nötig, aber empfehlenswert: „So können wir besser kalkulieren, denn wir wollen, dass nichts übrig bleibt“, so Görtler.

Im November 2022 hat die Diakonie in Kooperation mit dem Team des Mehrgenerationenhauses den „Wärmewinterort“ ins Leben gerufen. Im Mehrgenerationenhaus/Geschwister-Scholl-Haus wurde einmal wöchentlich eine warme Mahlzeit angeboten, verbunden mit der Möglichkeit, sich dort mehrere Stunden aufzuhalten. Dieses Angebot wird nun außerhalb des Hauses, bei der Fleischerei Schumann, fortgesetzt. Regelmäßig ermöglicht auch die Tafel bedürftigen SeniorInnen die Ausgabe von guten Lebensmitteln. Im Eingang des Geschwister-Scholl-Hauses wurde zudem ein FAIRteiler errichtet. Hier werden gerettete Lebensmittel zur kostenlosen Mitnahme abgelegt.

Eine Selbsthilfegruppe für Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen trifft sich einmal im Monat im Mehrgenerationenhaus. Die Gruppe bietet den Teilnehmern eine Möglichkeit, sich mit anderen in ähnlichen Situationen zu vernetzen und Erfahrungen auszutauschen. Durch die emotionale Unterstützung können Angehörige von Demenzpatienten besser mit den Herausforderungen umgehen, die



best.zeit
Mein Leben. Meine Themen.

BestZeit - einzigartig!

Die Themen für Sie ab 50+.
Gemeinsam definieren wir Ihre Wünsche - für die beste Zeit Ihres Lebens.
Besuchen Sie uns gern an unserem Stand!

BestZeit-Beratung
Groner-Tor-Str. 32a
37073 Göttingen
Telefon 0551 405-1860
www.spk-goettingen.de/bestzeit



Sparkasse
Göttingen



balance
Fitness- & Wellness-Club

**Besuchen Sie uns
auf dem Seniorentag**

Vor der Bahn 61 • 34346 Hann. Münden
Tel. 05541 42 86 • www.balance-club.org

er Lebensphase wichtig ist

die Erkrankung mit sich bringt. Das Angebot ist für Jede/n offen und kostenfrei. „Man darf einfach kommen.“ Gleiches gilt für die Selbsthilfegruppe zur Trauerbegleitung. Hier finden Betroffene, die einen geliebten Menschen verloren haben, Unterstützung und Trost. In der Gruppe treffen sich Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Sie können über ihre Gefühle sprechen, Erfahrungen austauschen und lernen, wie sie mit ihrer Trauer umgehen können.

Die Selbsthilfegruppe zur Trauerbegleitung bietet auch einen Raum, in dem sich Trauernde mit anderen Menschen verbinden können, die sie verstehen und unterstützen, was zu einem verbesserten psychischen Wohlbefinden führen kann.

Wenn du dich für ein sinnvolles Engagement in deiner Gemeinde interessierst und dich für den Austausch zwischen den Generationen einsetzen möchtest, dann ist der Bundesfreiwilligendienst im Mehrgenerationenhaus vielleicht genau das Richtige für dich! Mehrgenerationenhäuser sind wichtige Anlaufstellen für Menschen aller Altersgruppen und bieten eine Vielzahl von Angeboten und Projekten an, die dazu beitragen, das Gemeinschaftsgefühl zu stärken und soziale Isolation zu bekämpfen. Als Bundesfreiwilliger hast du die Möglichkeit, dich in verschiedenen Bereichen zu engagieren, wie beispielsweise bei der Betreuung älterer Menschen, bei der Organisation von Veranstaltungen oder bei der Durchführung von Bildungsangeboten für Kinder und Jugendliche. Durch dein Engagement trägst du aktiv zur Verbesserung der Lebensqualität in deiner Gemeinde bei und sammelst wertvolle Erfahrungen für deine persönliche und berufliche Weiterentwicklung. Wenn du dich für eine spannende und abwechslungsreiche Aufgabe im Mehrgenerationenhaus interessierst, bewirb dich jetzt im Mehrgenerationenhaus in Hann. Münden und werde Teil einer tollen Gemeinschaft!



Wildemannschlucht 2-8
34346 Hann Münden
Tel.: 05541 - 7789478

**WIR SIND DABEI
& FREUEN UNS AUF SIE**

Ihr Wohlbefinden -
unsere Kompetenz.

Deppe GmbH

Sanitätshaus • Reha-technik • Orthopädietechnik • Orthopädieschuhtechnik

www.sanitaetshaus-deppe.de

Fassade · Wand · Boden · Decke

Malerfachbetrieb
KLINGLER

Ihr Ansprechpartner für

Maler-Tapezier-Verlegearbeiten	Fassaden-Fachwerkrenovierung	Fassadengestaltung	Kork, Parkett, Teppich, Laminat und Designbelag
Schleifarbeiten	Ökologische Materialien	Gerüst	Sonnen- / Insektenschutz

Investieren Sie schon jetzt in Ihre Zukunft!

Wir beraten Sie in Sachen barrierefreier Umbau und energieeffizientes Sanieren

Besuchen Sie uns gerne an unserem Stand auf dem Seniorentag oder in unserem Ladengeschäft

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

Mobilitätstraining beugt Stürzen im Alter vor

Die Sturzgefahr ist im Alter nachweislich erhöht. Wenn Seh- und Muskelkraft nachlassen und man leichter aus dem Gleichgewicht gerät, können selbst kleine Stolperfallen in der Wohnung zur Gefahr werden.

Stürze und deren Folgen führen nicht selten zur Pflegebedürftigkeit. Umso wichtiger ist es, durch vorbeugende Maßnahmen Stürze zu vermeiden. Die meisten Unfälle ereignen sich ausgerechnet dort, wo man sich eigentlich sicher und geborgen fühlt, im häuslichen Umfeld. Oft sind es ganz banale Gründe, die zu einem Sturz führen, beispielsweise hochstehende Teppichkanten, lose und umherliegende Kabel oder schlechte Beleuchtung. Alle Stolperfal-

len gilt es zu beseitigen. So sollten rutschende Teppiche entweder entfernt oder zumindest durch Anti-Rutsch-Matten sicherer gemacht werden. Ein wichtiges Thema sind Lichtquellen. In der gesamten Wohnung sollte man für ausreichende Beleuchtung sorgen. Sinnvoll ist auch ein Nachtlicht mit Bewegungsmelder, damit man sich nachts nicht im Dunkeln zur Toilette vortasten muss.

Gesundheitstipps zur Sturzprävention

Mit zunehmendem Alter nehmen einige körperliche Fähigkeiten und Sinnesleistungen ab. Dazu gehören die Muskelkraft und oft auch das Seh- und Hörvermögen. Zudem lassen Reaktionsgeschwindigkeit und Koordinationsfähigkeit nach. „Vor diesem Hintergrund sind viele Stürze im Alter vermeidbar, wenn man beispielsweise mit Krankengymnastik oder speziellem Körpertraining seine körperlichen Defizite ausgleicht“, rät Erhard Hackler, geschäftsführender Vorstand der Deutschen Seniorenliga. Er empfiehlt älteren Menschen, ihr Sturzrisiko frühzeitig vom Arzt überprüfen zu lassen und Möglichkeiten der gesundheitlichen Sturzprävention zu besprechen. So lässt sich durch regelmäßiges Fitnesstraining die Körperstabilität stärken und die Koordinations- und Balancefähigkeit trainieren. Dies sollte man am besten unter Anleitung und Kontrolle eines professionellen Trainers machen. (Quelle: Deutsche Seniorenliga)



ST. MATTHÄUS
ALTENWOHNHEIM HERMANNSHAGEN
Hann. Münden

St. Matthäus Altenwohnheim
Herrmannshagen
Wiershäuser Weg 69
34346 Hann. Münden
Tel. 05541/999012

Liebevoll
unterstützt
jeden Tag
genießen –
mitten
im Grünen
oder
im Herzen
der Stadt
Hann. Münden!





HERZOGIN-ELISABETH-STIFT
Hann. Münden

Herzogin-Elisabeth-Stift
Am Plan 5-7 und
Vor der Burg 15
34346 Hann. Münden
Tel. 05541/703710

Diakonische
Alteneinrichtungen
Hann. Münden e.V.



SIE FINDEN UNS AN UNSEREM STAND!



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

**BESTATTUNGEN
Schellenberger**

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

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

wickert Bestattungen

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

**Wir sind dabei und
freuen uns auf Ihren Besuch!**

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



Moderne Inkontinenzprodukte geben Sicherheit

Tabuthema Inkontinenz: Ungewollter Harnverlust - rund zehn Millionen Menschen in Deutschland kennen dies aus eigener Erfahrung. Obwohl der Leidensdruck, selbst bei einer leichten Blasen-schwäche, oft hoch ist, sprechen viele Betroffene das Problem nicht an.

Sie schämen sich – oft sogar zu sehr, um zum Arzt zu gehen. Dabei gibt es vielfältige Behandlungsmöglichkeiten und moderne Hilfsmittel, die dabei helfen, den Alltag zu meistern. Die Prognose, wieder ein unbeschwertes Leben zu führen, ist sehr gut. Die Ursachen für Blasen-schwäche sind vielfältig. Entsprechend viele therapeutische Möglichkeiten gibt es, um eine Linderung oder Heilung von Inkontinenz herbeizuführen. Wie immer gilt: Je früher mit einer Therapie begonnen wird, umso größer sind die Chancen auf Besserung.

Auch mit Inkontinenz den Alltag aktiv gestalten

Blasen-schwäche ist insbesondere unter älteren Menschen weit verbreitet. Zu Beginn der Beschwerden oder wenn eine Behandlung nicht mehr ausreicht, behelfen sich viele mit Hygieneprodukten aus der Drogerie. Dieses Provisorium ist keine gute Lösung. Es gibt individuell angepasste Inkontinenzprodukte, die sehr viel besser geeignet sind. Betroffene können sich im Fachhandel zu den verschiedenen Inkontinenzprodukten wie etwa Einlagen, Vorlagen oder Pants beraten lassen. Dabei sollte man auf verschiedene Aspekte achten. Zunächst ist ein optimaler und verlässlicher Auslaufschutz wichtig. Darüber hinaus beraten Fachhändler, welche Produkte für welche Hauttypen gut verträglich sind. Bei Hautirritationen können zusätzlich auch Hautpflegeprodukte helfen. Und schließlich geht es darum, dass Inkontinenzprodukte möglichst diskret, sprich unauffällig, im Alltag genutzt werden können. Denn Betroffene sollen sich in jeder Situation frei und sicher bewegen können. Gut zu wissen: Jeder, der Inkontinenzprodukte in Deutschland auf Rezept bezieht, hat einen

Anspruch auf eine kostenlose Fachberatung. Diese wird auch telefonisch angeboten. Die Kontaktdaten inklusive Telefonnummer findet man auf den Webseiten der örtlichen Apotheken bzw. Fachhändler.

Informativen Ratgeber kostenlos bestellen

Die kostenlose Broschüre der Seniorenliga erklärt umfassend und leicht verständlich alles rund um das Thema Inkontinenz. Sie beantwortet häufige Fragen wie: Was bedeuten die Bezeichnungen Pants, Inkontinenzvorlagen und -einlagen? Bis zu welcher Höhe übernimmt die Krankenkasse die Kosten? Wie funktioniert die Anlieferung nach Hause? Eine Fülle praktischer Hinweise für den Alltag mit Blasen-schwäche sowie Tipps für Angehörige runden das Informationsangebot ab.

Die Broschüre ist kostenfrei bei der Deutschen Seniorenliga erhältlich oder kann im Internet heruntergeladen werden: Deutsche Seniorenliga e.V., Heilsbachstraße 32, 53123 Bonn, www.dsl-blasenschwaechte.de



DRK-Kreisverband
Göttingen-Northeim e.V.

Familienunterstützender Dienst (FUD) und Hausnotruf

- Häusliche Entlastungsangebote
- Verhinderungspflege
- Demenzbetreuung
- Freizeitgestaltung
- Sicherheit rund um die Uhr



Immer das richtige Angebot für jedes Alter!

DRK-Kreisverband Göttingen-Northeim e. V.
Markt 8 | 34346 Hann. Münden | 05541 90960-10
www.drk-goe-nom.de

Ambulante Pflege MSP Swetlana Paswerg GmbH

**Beratung | Pflege
Betreuung | Hausnotruf**

Unterm Königshof 47
34346 Hann. Münden
Tel.: 05541 / 77 88 550
Mobil: 0152 / 54 75 70 36
mSP-pflege@gmx.de



10. Mündener SENIORENTAG

**Samstag,
13. Mai 2023**

9.00 – 13.00 Uhr auf dem
Kirchplatz in Hann. Münden

Der Lageplan

Ziegelstraße

Lange Straße



Kirchplatz

Wir sind dabei!

Seinem Spiegelbild wieder zulächeln können

Zweithaarstudio Fissmann macht Sie wieder glücklich

Wie fühlt man sich, wenn man in den Spiegel schaut? Möglicherweise entdeckt man kahle Stellen oder Geheimrats-ecken. Der Inhaber eines Zweithaarstudios, Udo Fissmann, erklärt, dass viele unzufriedene Kunden zu ihm kommen. Haarprobleme oder -verlust können eine psychische Belastung darstellen, aber viele Betroffene trauen sich nicht,

darüber zu sprechen. Udo Fissmann und sein Team bieten daher eine diskrete und persönliche Beratung in einer vertrauensvollen Atmosphäre an. Gemeinsam mit dem Kunden werden mögliche Lösungen besprochen, wie Problemstellen durch natürlichen Haarerersatz kaschiert oder sogar unsichtbar gemacht werden können.

Wir sind der Spezialist für IHR Haarproblem!

... wieder lächelnd in den Spiegel schauen.

Perücken-Studio für SIE & IHN

- separates Zweithaarstudio
- Zweithaar-Beratung und -Betreuung
- Perücken, Toupets und Haarsysteme
- Haarverdichtung
- Pflege und Aufbereitung
- mit Haardiagnosezentrum



Tel. 0565 | 60232
www.studio-fissmann.de

FISSMANN
ZweithaarStudio

... ich fühl mich gut.

Entspannen für mehr Spucke

Weniger Stress hält die Zähne gesund

Wer sehr angespannt ist und unter Stress steht, produziert weniger Speichel. Das wiederum schadet der Mundgesundheit. Denn der Speichel hat viele wertvolle Bestandteile. Mineralien etwa schützen den Zahnschmelz, Immunglobuline töten Krankheitserreger ab und Eiweiße schützen die Zähne vor Abrieb durch Säuren.

Risiko für Zahnfleischentzündungen steigt

Stress schwächt auf Dauer auch das Immunsystem. Damit wird auch das Mundinnere anfälliger zum Beispiel für Zahnfleischentzündungen, die schwerwiegendere Erkrankungen nach sich ziehen können. Wer Stress abbaut und Entspannung sucht, tut somit auch seinen Zähnen etwas Gutes. Stress führt bei manchen Menschen zudem zum Zähneknirschen, meist in der Nacht. Der Druck schadet den Zähnen selbst, aber auch Muskeln und Gelenke können schmerzen. Neben einer Kunststoffschiene für die Nacht können Entspannungsübungen sowie eine Physio- oder auch Psychotherapie helfen. Eine Möglichkeit, um die Gesichtsmuskeln zu entspannen, ist regelmäßiges bewusstes Ausatmen durch den Mund. Eine weitere Methode ist eine sanfte Gesichtsmassage mit den Fingern oder einem Massagegerät, um Verspannungen zu lösen.



GESUNDHEIT

Noch ein Grund mehr, sein Stresslevel im Blick zu behalten und Entspannung zu suchen - es tut auch den Zähnen gut. Foto: Christin Klose/dpa-mag

EIN LÄCHELN WIE EIN EISHOCKEY-NATIONALSPIELER

CLAAR
ZAHNÄRZTE

UNSERE LEISTUNGEN

- Individuelle Mundhygieneunterweisung
- Prophylaxe & professionelle Zahnreinigung mit Airflow
- Schonende Zahnfleisch- & Parodontosebehandlung
- Funktionsdiagnostik & -therapie der Kaumuskulatur
- Komplettanierung unter Sedierung/Narkose
- Festsitzender Zahnersatz auf Implantaten
- Spezielle Kinderzahnheilkunde
- Funktioneller Zahnersatz
- Zahnaufhellung (Bleaching)
- Hochwertige Füllungen
- Sportmundschutz
- Schienentherapie
- Veneers

und vieles mehr!



Praxis Bad Wilhelmshöhe
Praxis Leipziger Platz

Druseltalstraße 178 | 34131 Kassel | 0561 5743260 | info@dr-claar.de
Leipziger Str. 164 | 34123 Kassel | 0561 2108800



Im Boxclub Münden e.V. trainieren Kinder und Jugendliche Ausdauer, Kraft und Technik.



DIE FASZINATION DES BOXSPORTS

Der Boxsport ist eine der ältesten und beliebtesten Kampfsportarten der Welt. Er ist eine Mischung aus Kraft, Ausdauer, Technik und Taktik, die körperliche und mentale Stärke erfordert. Der Sport ist nicht nur ein effektives Mittel zur Selbstverteidigung, sondern kann auch zu einem gesunden und aktiven Lebensstil beitragen. Der Boxsport erfordert bestimmte Voraussetzungen wie Kraft, Ausdauer, Geschwindigkeit und Koordination, um erfolgreich zu sein. Die Gewichtsklassen sind ein wichtiges Merkmal im Boxsport, die sicherstellen, dass Kämpfe fair und ausgeglichen sind. Darüber hinaus hat der Boxsport auch psychische Auswirkungen, insbesondere bei Jugendlichen, die den Sport ausüben.

Das Training findet in der Turnhalle auf dem Schulgelände der Hauptschule statt.

Die Trainingszeiten: Jugendliche
Sommer: montags und donnerstags 18:30 Uhr
Winter: montags 19:00 Uhr, donnerstags 18:30 Uhr

Die Trainingszeiten: Kinder
Immer donnerstags 17:30 Uhr

„Jugendliche, die boxen, können ein gesteigertes Selbstvertrauen und eine erhöhte Selbstachtung erfahren. Sie entwickeln auch eine verbesserte Fähigkeit zur Selbstbeherrschung und Konzentration“, erklärt Bernd Kulle, Trainer und Erster Vorsitzender des Müндener Boxclub e.V. „Mein Ziel ist es, die Jugendlichen von der Straße zu holen, ihnen eine Perspektive und Aufgabe zu geben und ihre Energie auf den Sport zu lenken!“

Kulle ist ehemaliger Profiboxer und hat während seiner Karriere gegen zahlreiche hochkarätige Gegner gekämpft. „Boxen hat mich mein ganzes Leben lang begleitet“, erklärt er. Seine Karriere begann mit 15 als ihn sein damaliger Müндener Sportlehrer mit zum ersten Schnuppertraining nach Kassel nahm. „Dann bin ich für immer beim Boxen geblieben.“ 2007 machte er sich selbständig und gründete den Müндener Boxclub. Seither trainieren dort Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren. Sein ältester Schüler ist 23. Geübt wird in allen Gewichtsklassen – vom Papiergewicht bis zum Superschwergewicht. Insgesamt hat der Verein 55 Mitglieder.

Ein besonderer Dank geht an dieser Stelle an alle Sponsoren, Unterstützer und Helfer. „Ohne meine Leute im Hintergrund wäre es nicht möglich, den Wettkampfbetrieb aufrecht zu erhalten“, betont Kulle. Besonders hervorheben möchte er seinen jahrelangen Hauptsponsor, der ihn seit Vereinsgründung begleitete: Egon Ackermann von Edeka Neukauf in Ahnatal. Auch allen anderen Sponsoren sei er überaus dankbar. Ein großes Dankeschön geht auch an den Müндener Arzt, Dr. Fieseler, der bei jedem Wettkampf kostenlos als Ringarzt fungiert.



Bernd Kulle

Großer Wettkampftag am 24. Juni: Der Müндener Boxclub e.V. empfängt den TSV-Bad-Kissingen/Unterfranken. Insgesamt sind 15 Wettkämpfe geplant. Der Boxclub Münden schickt sieben Boxer ins Rennen.

24.06.2023

Kirchplatz Hann. Münden



VS.



TSV Bad Kissingen 1876 e.V.



www.balance-club.org



ICH MACH DAS JETZT

✓ **SCHLANKER** ✓ **FITTER** ✓ **GESÜNDER**
MIT DER T.I.F-FORMEL!



Das Gesundheitsstudio Balance startet das 6-Wochen-Figur-Express-Programm für alle mit wenig Zeit! In sechs Wochen schlanker, fitter und gesünder werden mit minimalem Zeitaufwand und intensiver Begleitung von namenhaften Experten? Das alles bietet das landesweite Programm „Ich mach das jetzt!“, das nun endlich auch im Balance angeboten wird.

Die drei Erfolgsbausteine: Training, Ernährung und Mindset! Denn inzwischen weiß jeder: Nachhaltiger Figur-Erfolg ist nur möglich, wenn das Bewegungs- und Essverhalten optimiert wird. Und wissenschaftlich ist längst bewiesen, dass auch das richtige Mindset entscheidend ist. Denn oft stehen negative Überzeugungen oder innerer Druck und Stress im Weg. „Deshalb sind in dem 6-Wochen-Programm nicht nur effektive Trainingspläne und wirksame Ernährungstipps integriert, sondern auch wissenschaftlich bestätigte Tools und Techniken, um den eigenen Kopf auf Erfolg zu programmieren“, erklärt Sören Heß Geschäftsführer des Balance.

Motivierend präsentiert werden die Themen Ernährung und Mindset in einem Coaching-Portal von Hochkarättern der Szene: Patric Heizmann, Bestsellerautor und Gesundheitsexperte, und Nina Beste, Expertin für Meditation und Energiearbeit. Zusätzlich zu zahlreichen Videos, Audio-Dateien und Rezepten warten auch Live-Webinare mit Patric und Nina auf die Teilnehmer.

„Abnehmen ist ein sehr individueller Prozess“, weiß Carina Cantzler Managerin des Studios. Deshalb verfolgt die T.I.F-Formel einen ganzheitlichen Ansatz: „Wir testen zuerst, welcher Figur- und Motivationstyp du bist. Danach wird dein Erfolgsplan erstellt, der dich schnell und besonders nachhaltig ans Ziel bringt. Vom Test über die Intervention zur Festigung! Dabei steht 6 Wochen lang nur eine Sache im Fokus: deine persönliche Wohlfühlfigur! Und zwar ohne Hungern, Frust und Stress“, versprechen Carina und Sören den Teilnehmern.

Wer jetzt auch ein paar Kilos verlieren will, der sollte sich direkt zum 6-Wochen-Programm des Balance anmelden. Für nur 59 Euro statt 99 € (kein Abo und limitiert bis Ende Mai 23) bietet das Programm ein effektives, individuelles Training, ein abwechslungsreiches Kursprogramm, Ernährungstipps von Patric Heizmann, Meditationen von Nina Beste, Live Webinare sowie Zugang zum Online Coaching-Portal.

Das Angebot gilt nur bis zum 31. Mai 2023 und ist auch online buchbar unter www.balance-club.org. Mehr Infos bekommt ihr per Mail info@balance-club.org oder 05541 4286.

Vor der Bahn 61 • 34346 Hann. Münden
 Tel. 05541 42 86 • www.balance-club.org



„Ich mach Das jetzt.“

Schlanker, fitter und gesünder
 mit dem neuen 6 Wochen FIGUR-EXPRESS-Programm

Ideal für untrainierte Personen mit wenig Zeit. Bereits 2 x 20 Minuten pro Woche können genügen.

- Mit der T.I.F.-Formel zur persönlichen Wohlfühlfigur
- Hoch effektives Training inkl. individuellem Trainingsplan
- Alle Kurse & Wellnessbereich GRATIS!
- GRATIS-Zugangscodes zum Coaching-Portal
- www.mach-das.jetzt mit Videos, Live-Webinaren und den besten Tipps von **Patrick Heizmann und Nina Beste** u.v.m.

6 Wochen nur 59 Euro
 statt 99 Euro bei Anmeldung bis 31. Mai 2023
www.balance-club.org/machdasjetzt



Vor der Bahn 61 • 34346 Hann. Münden
 Tel. 05541 / 42 86 • www.balance-club.org

www.mach-das.jetzt

Mit Ausbildung zur Professionalität der Pflege beitragen

Klinikum Hann. Münden bietet Ausbildungsplätze für Pflegefachmänner und -frauen an

meinMÜNDEn: Welche Ausbildungsberufe werden an der Pflegefachschule des Klinikums Hann. Münden angeboten und was zeichnet diese Berufe aus?

An der BFS werden Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner ausgebildet: Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner leisten einen unverzichtbaren Beitrag zur gesundheitlichen und pflegerischen Versorgung. Sie übernehmen insbesondere selbstständig und umfassend die prozessorientierte Pflege von Menschen aller Altersstufen in akut und dauerhaft stationären sowie ambulanten Pflegesituationen. Sie erheben dabei den individuellen Pflegebedarf, organisieren, gestalten und steuern den Pflegeprozess und analysieren, evaluieren und sichern die Entwicklung der Qualität der Pflege.

meinMÜNDEn: Welche Anforderungen muss man erfüllen, um eine Ausbildung in der Pflege an Ihrer Pflegefachschule beginnen zu können?

Einen Zugang zur Pflegeausbildung haben alle Schülerinnen und Schüler mit einem mittleren Schulabschluss oder einer anderen erfolgreich abgeschlossenen zehnjährigen allgemeinen Schulbildung.

Für Schülerinnen und Schüler mit einem 9-jährigen Hauptschulabschluss bietet eine Pflegehelferinnen- und Pflegehelferausbildung bzw. Pflegeassistentenausbildung, die bestimmten Anforderungen genügen muss, einen Einstieg. Bei einer Entscheidung nach erfolgreichem Abschluss für eine weitergehende Ausbildung zur Pflegefachkraft erfolgt auf Antrag der Auszubildenden bzw. des Auszubildenden eine Verkürzung der Ausbildungszeit um ein Drittel.

Anstelle der Pflegehelfer- oder Pflegeassistentenausbildung eröffnet auch die Kombination aus Hauptschulabschluss und einer erfolgreich abgeschlossenen Berufsausbildung mit einer Mindestdauer von 2 Jahren den Zugang zur Pflegeausbildung.

Darüber hinaus muss neben der gesundheitlichen Eignung die persönliche Eignung (mittels polizeilichem Führungszeugnis) nachgewiesen werden.

meinMÜNDEn: Wie sind die Aufstiegschancen nach einer Ausbildung und welche Weiterbildungsmöglichkeiten gibt es?

Die Aufstiegschancen nach der Ausbildung zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann sind vielfältig und bieten verschiedene Möglichkeiten zur beruflichen Weiterentwicklung. Dazu zählen zahlreiche Spezialisierungsmöglichkeiten, z. B. zum Praxisanleitenden, Wundexperten, im Bereich Palliative Care u.v.m. Je nach Interesse können auch spezialisierende (Fach-)Weiterbildungen in den Bereichen Intensiv und Anästhesie, Notfallpflege, Nephrologie u.a. absolviert werden. Mit der Ausbildung zur Pflegefachkraft ist gleichzeitig der Grundstein für bachelorqualifizierende Studienmöglichkeiten, beispielsweise in der Pflegepädagogik, Pflegewissenschaft oder Pflegemanagement gelegt.

meinMÜNDEn: Warum sollte man sich für eine Ausbildung in der Pflege entscheiden und welche besonderen Fähigkeiten sind in diesem Berufsfeld besonders gefragt?

Pflegeberufe sind krisensichere Jobs und Pflegekräfte werden immer gesucht. Das Arbeitsfeld ist breit gefächert und man hat die Möglichkeit sich den künftigen Arbeitsbereich nach eigenen Interessen zu wählen. Aber man kann auch immer wieder wechseln – was den Beruf so interessant macht. Es gibt Möglichkeiten im ambulanten Bereich, an Kliniken in Pflegeheimen aber auch in anderen Bereichen wie z.B. Rehabilitationskliniken, Beratungsstellen, Krankenkassen usw. zu arbeiten. Auch die Aufstiegsmöglichkeiten sind vielfältig. Durch den Kontakt mit vielen unterschiedlichen Menschen und Altersstufen ist Abwechslung gewährleistet. Um in der Pflege zu arbeiten sollte man kommunikativ, aufgeschlossen und empathisch sein.

meinMÜNDEn: Wie unterscheidet sich die Ausbildung in der Pflege an der Pflegefachschule des Klinikums Hann. Münden von anderen Ausbildungsstätten in der Region?

Die Berufsfachschule ist dem Klinikum Hann. Münden direkt angegliedert und befindet sich in der vierten Etage des Krankenhauses. Die Berufsfachschule am Klinikum hat eine große räumliche Nähe der Lernorte Theorie und Praxis. Daraus ergibt sich ein ständiger und aktueller Austausch zwischen allen Akteuren. Die Berufsfachschule arbeitet mit modernen und abwechslungsreichen Methoden, die unterstützt werden durch E-Learning mit Tablet und damit verbundenem Zugriff auf Online Bibliotheken. Die Exkursionen ermöglichen einen fachlichen Austausch und Klassenfahrten dienen der Erweiterung sich als Klasse im Team zu finden. Weiterhin werden Kinaesthetik - Grundkurse zu Beginn der Berufsausbildung durchgeführt, um die Auszubildenden im Berufsleben von Anfang an gesundheitlich zu unterstützen. Die Praxisanleitenden sind dem Team angegliedert. Die Schwerpunkte der Praxisanleitenden liegen in der Betreuung und Anleitung der Auszubildenden, der Organisation der verschiedenen Praxiseinsätze, Praxisbegleitungen und der gemeinsamen Abnahme mit den Lehrenden der praktischen Probezeit-, Zwischen- und Abschlussprüfungen.

meinMÜNDEn: Wie wichtig ist die Kooperation zwischen Ihrer Pflegefachschule und anderen Einrichtungen im Gesundheitswesen und wie profitieren die Auszubildenden davon?

Durch die Kooperationen mit den verschiedenen Ausbildungseinrichtungen und dem Klinikum Hann. Münden entsteht ein dauerhafter und zielorientierter Austausch zwischen Theorie und Praxis. Die theoretischen Ausbildungsinhalte aus der Berufsfachschule werden in den praktischen Einsätzen mit Unterstützung der Praxisanleitenden umgesetzt. Durch Praxisbesuche der Lehrenden in den Kooperationsbetrieben besteht ein persönlicher Kontakt. Fragen können direkt gestellt werden und auch für Anregungen sind kurze Wege



Alexander Kröning

zwischen allen Akteuren möglich, um den Auszubildenden zu helfen und sie in der praktischen Ausbildungszeit zu unterstützen. Die Auszubildenden zur Pflegefachfrau/ zum Pflegefachmann, haben durch die verschiedenen Einsätze in den Kooperationsunternehmen die Möglichkeiten unterschiedliche Settings der Pflegeberufes kennen zu lernen. Ebenfalls besteht bei den Einsätzen eine Option oder eine berufliche Möglichkeit zu entdecken, in der sich die Auszubildenden nach erfolgreich abgeschlossener staatlicher Prüfung, hier als Pflegefachkräfte sehen, um ihre berufliche Rolle finden zu können.

meiMÜNDEn: Welche besonderen Angebote bietet Ihre Schule für Auszubildende und wie unterstützt die Schule ihre Schüler*innen während der Ausbildung?

Die Schule bietet eine individuelle Unterstützung des Lernenden durch Lerncoachings, Sprachförderunterricht für unsere nicht Muttersprachler und Individualberatungen zum Lernverlauf an. Zusätzlich genießen die beim khm angestellten Auszubildenden alle Vorteile, die das khm seinen Mitarbeitern im Rahmen seiner Benefitregelung bietet. Hierzu zählen u.A. Bikeleasing, vergünstigte Nutzung des hauseigenen Fitnessstudios, eine bezuschusste private Zusatzkrankenversicherung, ein muslimischer Gebetsraum für Mitarbeiter:innen und Patient:innen u.v.m..

meiMÜNDEn: Wie sieht die praktische Ausbildung an der Pflegefachschule des Klinikums aus und wie werden die Auszubildenden auf die Arbeit im Krankenhaus oder in anderen Pflegeeinrichtungen vorbereitet?

Am Klinikum Hann. Münden erhalten die Schüler:innen die Möglichkeit auf unserer Modellstation ihre fachpraktischen Kompetenzen stufenweise zu entwickeln. Auf dieser versorgen bis zu vier Schü-

ler:innen maximal 20 Patient:innen in einer Schicht. Hierbei steht ihnen der verantwortliche Praxisanleiter der Station zur Seite, der ihnen die Vermittlung und Umsetzung der vorbehaltenen Tätigkeiten ermöglicht, sowie eine weitere examinierte Pflegefachkraft zu Übernahme weiterer pflegerischer Tätigkeiten. Durch eine theoriegeleitete Herangehensweise und praxisorientiertes Denken, wird der Widerspruch zwischen Theorie und Praxis reduziert. Gleichzeitig werden gezielt exemplarisch, berufliche Handlungskompetenzen gefördert und selbstständige Problemlösungsstrategien entwickelt, die in allen pflegerischen Bereichen Anwendung finden. Die Lernenden werden mindestens einmal in ihrem Orientierungseinsatz und wiederkehrend im Verlauf der Ausbildung dort eingesetzt. So können die angehenden Pflegefachpersonen in einer geschützten Lernumgebung, ihre ersten Schritte im Pflegeberuf begehen und sich optimal auf den Einstieg ins Berufsleben als examinierte Pflegefachkraft vorbereiten.

meiMÜNDEn: Welche Pläne haben Sie für die Zukunft und wie wollen Sie dazu beitragen, dass der Pflegeberuf auch in Zukunft attraktiv und zukunftssicher bleibt?

Wir planen eine Erweiterung der Ausbildungsplätze auf bis zu 45 pro Ausbildungsjahr. Wir arbeiten kontinuierlich an einer Ausweitung der Kooperationen sowohl bezogen auf Schulplätze für externe Träger der praktischen Ausbildung als auch Kooperationen in Bezug auf die praktischen Einsatzorte für unsere Auszubildenden.

Die Schule soll zu einem noch gesünderen Leben der Auszubildenden beitragen zu diesem Zweck werden schrittweise Angebote und Regelungen geschaffen. Zudem wollen wir durch unsere Ausbildung zu einer Professionalisierung der Pflege und zu einer Stärkung der Innerprofessionellen Identität beitragen.

Patientenforum im 1. Halbjahr 2023

Mittwoch, 17. Mai, 18:00 Uhr

„Phytotherapie: Geschichte, Gegenwart und Zukunft“

Referenten: **PD Dr. med. Silke Cameron** (Chefärztin der Abteilung für Allgemeine Innere Medizin & Gastroenterologie) & **Dr. Kenny Kutcha**

Mittwoch, 31. Mai, 18:00 Uhr

Aktionsabend rund um die Wiederbelebung

Referenten: **Kerstin Wielsch** (Chefärztin der ZNA) & **Dr. med. Jens Nefflen** (Chefarzt der Abteilung für Intensiv- & Notfallmedizin sowie Schmerztherapie)

Mittwoch, 7. Juni, 18:00 Uhr

Hernien

Referenten: **Prof. Dr. med. Christian Eckmann** (Chefarzt der Abteilung für Allgemein-, Viszeral- & Thoraxchirurgie)

Die Patientenvorträge finden alle in den Besprechungsräumen 1+2 im Erdgeschoss des Klinikums statt.

khm
Klinikum Hann. Münden

Vogelsang 105, 34346 Hann. Münden

Tel. 05541 996-0 | www.khmue.de



ENDLICH GENÜGEND BEWERBUNGEN!

Mitarbeitersuche schnell, effektiv & zeitgemäß.

Als Social Recruiting Agentur suchen wir Ihre zukünftigen Mitarbeiter dort, wo sie sich täglich aufhalten – in den sozialen Netzwerken. Lassen Sie sich von uns beraten!

WARUM SOCIAL RECRUITING?

Der Arbeitsmarkt wandelt sich rasant. Fachkräfte und andere Arbeitnehmer sind heute schwer zu finden, weil es immer weniger "aktiv Suchende" gibt. Ein Großteil der potenziellen Mitarbeitenden sind allerdings "passiv Suchende" oder auch latent suchend. Diese sind oft noch besser ausgebildet und sehr interessant für die meisten Unternehmen.

Aber wie erreichen wir diese Zielgruppe?

SCHRITT 1

Ausarbeitung eines Kandidatenprofils & Erstellung der Werbemittel

Gemeinsam mit Ihnen erarbeiten wir in einem gemeinsamen Kick-Off-Call die Bausteine für die Zusammenarbeit und erstellen im Nachgang Ihre individuelle Kampagne.

SCHRITT 3

Vorqualifizierung der Kandidaten

Qualität steht bei uns an oberster Stelle. Daher bieten wir Ihnen ausschließlich qualifizierte Bewerber. Das Vorselektieren der Bewerber spart Ihnen viel Zeit bei der Mitarbeiterauswahl.

SCHRITT 2

Anzeigenschaltung Social Media & Kampagnenoptimierung

Nach Kampagnenstart garantiert unser qualifiziertes Performance Team durch regelmäßige Analysen und Optimierungen bestmögliche Ergebnisse für Ihr Unternehmen.

SCHRITT 4

Sie erhalten mehr qualifizierte Kandidaten

Im Durchschnitt erhalten unsere Kunden zwischen 30 - 100 Bewerber nach einer erfolgreichen Stellenausschreibung.

- ✓ Einschätzung ob sich unsere Methodik für Sie eignet
- ✓ Einblick in unser innovatives Vorgehen
- ✓ Welche Ergebnisse können Sie erwarten?
- ✓ Angebot und mögliche nächste Schritte



SPRECHEN SIE MIT UNSEREN EXPERTEN KOSTENFREI



Michel Beckmann
05541 95799 -13
beckmann@mundus-online.de



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

Erwachen im Freien – Mit allen Sinnen den Sommer erleben

Der Sommer ist da, und mit ihm beginnt die Zeit des Aufbruchs in die Natur. Die Sonne lockt uns nach draußen, in den Garten, auf den Balkon oder in den Park. Der Duft von Blumen und frischem Gras umhüllt uns und weckt die Sinne. Es ist Zeit, die Freiluftsaison zu eröffnen und die Natur in all ihrer Schönheit zu genießen.

In der Region gibt es viele Veranstaltungen und Events, die uns nach draußen locken. Von kleinen Dorffesten bis hin zu großen Open-Air-Konzerten ist für jeden Geschmack etwas dabei. Aber auch abseits der Events gibt es viel zu entdecken: Spaziergänge am See oder Ausflüge in die umliegenden Wälder. Die Natur hält unzählige Abenteuer bereit, die nur darauf warten, entdeckt zu werden.

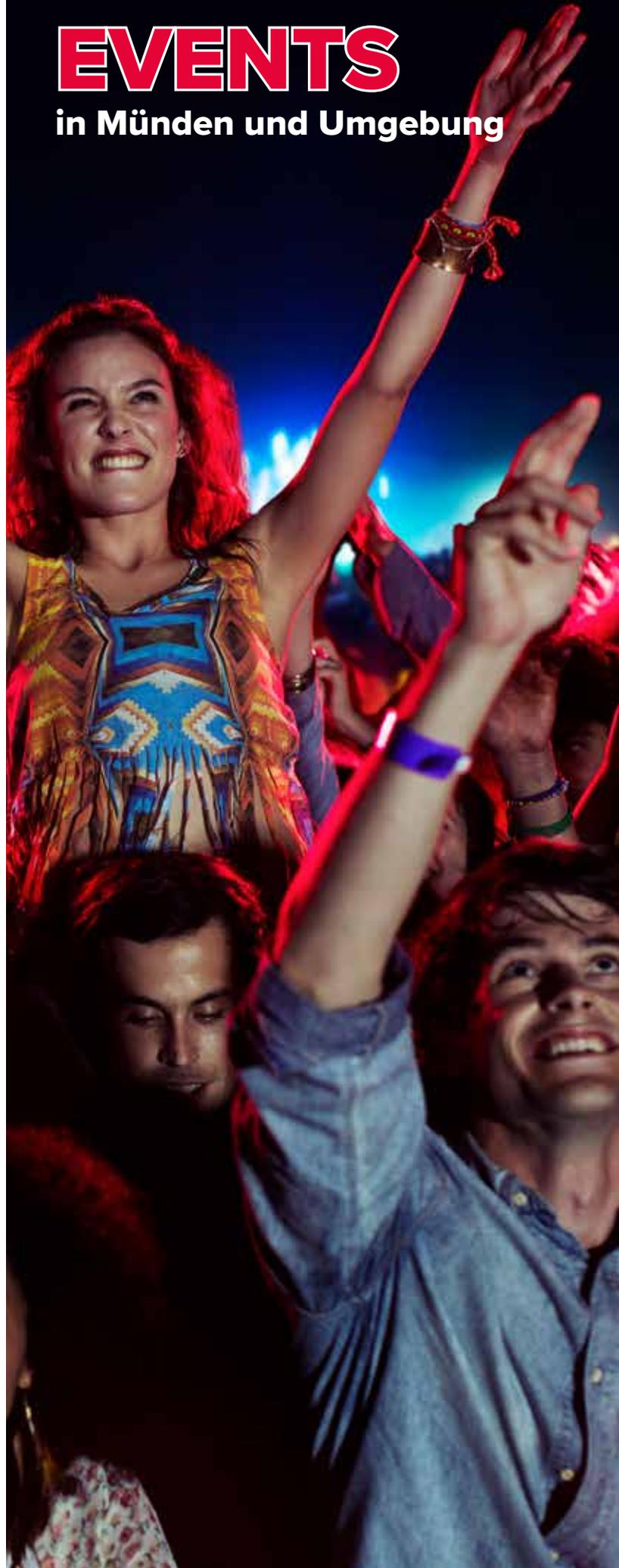
Auch in unseren eigenen Gärten gibt es viel zu tun. Die Gartenzeit ist in vollem Gange und wir können uns an der Vielfalt und Schönheit unserer Pflanzen erfreuen. Ob Blumenbeet, Gemüsegarten oder Kräuterbeet - hier können wir unsere Hände in die Erde stecken und die Natur hautnah erleben.

Aber auch die Zeit mit der Familie darf nicht zu kurz kommen. Gemeinsame Ausflüge in den Freizeitpark, zum Badensee oder zum Picknick im Grünen schweißen uns zusammen und schaffen unvergessliche Erinnerungen. Die warme Jahreszeit bietet uns die Möglichkeit, gemeinsam Zeit in der Natur zu verbringen und die Welt mit anderen Augen zu sehen.

Es ist Zeit, runter vom Sofa zu kommen und den Sommer in all seinen Facetten zu genießen. Die Natur hält so viel für uns bereit - wir müssen nur hinausgehen und es entdecken. Lassen wir uns von der Wärme der Sonne auf der Haut und dem Wind in den Haaren beflügeln und genießen wir den Sommer in vollen Zügen.

EVENTS

in Münden und Umgebung



Eventkalender Mai 2023



10. Mai

Tag der offenen Tür beim FUD 10:00 bis 12:00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr. Am Markt 8

Am 10. Mai findet ein Tag der offenen Tür des Familienunterstützenden Dienstes und der Frühförderung des DRK Kreisverbands Göttingen-Northeim e.V. in den Räumen am Markt 8 statt. Die Veranstalter laden Sie ein, die Einrichtung und das Team kennenzulernen. Mit kreativen und informativen Angeboten für Kinder und Erwachsene wird die pädagogische Arbeit vorgestellt.

14. Mai

Bursfelder Sommerkonzert - Trance & Rhythm
16.00 – 18.00 Uhr, Kloster Bursfelde

Anna Carewe und Oli Bott spielen Musik ohne Grenzen: Ernste Musik, Unterhaltende Musik, Alte Musik, Neue Musik, Kompositionen & Improvisationen. Sie lassen die Grenzen zwischen den Genres und Epochen verschwinden und verführen das Publikum, neue Klänge zu genießen und bekannte Klänge neu zu erfahren. Das Duo spielte schon auf Festivals wie Beethovenfest Bonn und Musikfest Stuttgart und in Konzerthäusern wie Philharmonie Berlin und Concertgebouw Amsterdam.

„Der Kontrast zwischen dem sonoren Ton des Cellos und der perlenden Leichtigkeit des Vibrafons ist äußerst reizvoll. Mal kommen die Harmonien vom Cello und die Melodien vom Vibrafon, mal läuft's genau andersherum - nie fehlt etwas. Die zwölf Songs dieses Mini-Orchesters verwischen Grenzen zwischen Genres und Epochen und überzeugen ausnahmslos.

17. / 18. Mai

Inselfest auf dem Doktorwerder
Doktorwerder Hann. Münden

Es darf gefeiert werden: Zwei Tage lang präsentiert das Team rund um Britta Barth und TschaTscha-Events das Inselfest in Hann. Münden. Auf dem Doktorwerder, einer besonderen Event-Location sind alle Feierfreudigen und Party-people herzlichst eingeladen, Himmelfahrt zu feiern.

Am Mittwoch, 17. Mai findet ab 18:00 Uhr die große 90er-Party mit DJ Mus-T statt. Dann kommen heiße Beats und coole Rhythmen eines besonderen Jahrzehnts zu Gehör. Einlass ist ab 18 Uhr – gefeiert wird bis Mitternacht.

Am darauffolgenden Donnerstag, 18. Mai, gibt's schon ab 12 Uhr mittags Musik und Gaudi auf die Ohren. Zu jeder Zeit ist für das leibliche Wohl bestens gesorgt. Es gibt eine große Auswahl an Getränken wie unter anderem Cocktails, Longdrinks, Wein und Bier sowie alkoholfreien Getränke. „Der Kontrast zwischen dem sonoren Ton des Cellos und der perlenden Leichtigkeit des Vibrafons ist äußerst reizvoll. Mal kommen die Harmonien vom Cello und die Melodien vom Vibrafon, mal läuft's genau andersherum - nie fehlt etwas. Die zwölf Songs dieses Mini-Orchesters verwischen Grenzen zwischen Genres und Epochen und überzeugen ausnahmslos.

Inselfest

2023

Doktorwerder - Hann. Münden

Feiert Himmelfahrt mit uns!

17.05.2023-18.05.2023

<p>Mittwoch, 17.05.2023 5€ VVK 6€ AK</p>	<p style="text-align: center;">Einlass ab 18:00 Uhr bis 24:00 Uhr</p>	<p style="text-align: center;">90er Party mit DJ Mus-T</p>
<p>Donnerstag, 18.05.2023 Eintritt frei</p>	<p style="text-align: center;">ab 12:00 Uhr bis 22:00 Uhr</p>	

Vorverkauf über
www.tickets.tscha-tscha.de



 tschatscha14
 tschatschaevents

20. Mai

„Liebe, Politik und andere Katastrophen“
19.30 Uhr, Rittersaal Welfenschloss

Die Lieder Georg Kreislers, angereichert mit einer gehörigen Portion schwarzen Humors, stellen eine Symbiose von Musik und Wort dar. Das Duo Zahltag nimmt sich dieser Symbiose auf der Bühne an. Der Musiker, Schauspieler und Kabarettist (u.a. Stachelschweine Berlin, Herkuleskeule Dresden) Alexander Pluquett fischt aus dem riesigen Fundus an Kreisler-Liedern eine sowohl zeitlos kritische als auch unterhaltsam humorvolle Mischung heraus. Die aus Japan stammende, vielfach preisgekrönte Pianistin Ayako Ito hat diese musikalisch bearbeitet und arrangiert.

Das ungleiche Duo präsentiert die bekannten Lieder mit unnachahmlicher Komik, musikalischer Verve und schauspielerischer Leidenschaft. Kabarettistische Eigenkreationen aus der Feder von Pluquett würzen das Programm, so dass neben den zeitlosen Liedern auch tagespolitische Brisanz sowohl Denk- als auch Lachmuskeln anspricht.



21. Mai

14.00 – 17.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz unterhalb vom Jagdhaus Heede

Förster und Waldpädagoge Philipp Gruß lädt euch dazu ein, ihn auf der aufregenden Suche nach versteckten Tierspuren zu begleiten. Ein spannender Nachmittag mit vielen Entdeckungen und Erkenntnissen erwartet euch! Wo leben die Waldtiere, was fressen sie? Findet ihr die geheimen Zeichen und Hinweise? Wenn vorhanden, bringt bitte eine Lupe mit. Dieses Angebot richtet sich vor allem an Kinder von 6 – 12 Jahren. Um Teilnahme einer erwachsenen Begleitperson wird gebeten.



10. Juni

Pro-City Nacht der Kultur
Musik, Tanz, Theater, Kunst: die Göttinger Kulturszene zeigt ihr ganzes Spektrum

Seit rund 20 Jahren lockt die Pro-City Nacht der Kultur im Juni Zehntausende Besucher in die Göttinger Innenstadt. Für alle Altersklassen und Geschmäcker bietet das Event ein riesiges Programm von Klassik über Kunsthandwerk bis Kult-Hits. Zahlreiche, über das gesamte Innenstadtgebiet verteilte Open-Air-Bühnen und Veranstaltungsorte sorgen für einmalige, fröhliche Atmosphäre. Darüber hinaus haben Museen, Kirchen und Ateliers ebenso wie manches Geschäft die Türen geöffnet für Ausstellungen, Lesungen, Auftritte und vieles mehr. Vielfalt ist und bleibt das Motto des Abends.

PRO-CITY
GÖTTINGEN

Samstag
10. JUNI

PRO-CITY
NACHT
DER
KULTUR

Die Gesellschafter der Pro-City GmbH

GÖTTINGEN
STADT DER WISSENSCHAFT

Sparkasse
Göttingen

VGH
fair versichert

GEORG-AUGUST-UNIVERSITÄT
GÖTTINGEN

www.einkaufen-in-goettingen.de



BERUFSBEGLEITEND STUDIERN

MASTER OF BUSINESS ADMINISTRATION (MBA)

General Management

Lebenslanges Lernen ist eine notwendige Voraussetzung, um beruflich erfolgreich zu bleiben und voranzukommen. Qualifizieren Sie sich jetzt berufsbegleitend für eine Karriere in Führungspositionen.

STUDIENZIELE

- + Wissenschaftliche Methoden zur Analyse und Lösung von Managementproblemen effektiv einsetzen
- + Managementkonzepte integrierend anwenden
- + Strategische Entscheidungen richtig treffen
- + Projekte strukturiert und effizient umsetzen und steuern
- + Maßnahmen und ihre Wirkung sicher beurteilen
- + internationale/globale Rahmenbedingungen, technologische & marktbezogene Veränderungen/Trends zutreffend erfassen und analysieren
- + Kommunikations- und Präsentationsfähigkeiten, Teamkompetenzen sowie Überzeugungs- und Anleitungsfähigkeiten gezielt weiter ausbauen
- + Kreatives Potenzial wecken und fördern
- + Persönliches Netzwerk erweitern

Informationsveranstaltungen am 03.05. und 10.05.2023 um 17 Uhr

JETZT ANMELDEN UNTER WWW.UNIKIMS.DE/MBA



Seit über 400 Jahren feiern die Menschen in Bad Sooden-Allendorf das Brunnenfest

Nach drei Jahren findet das beliebte Fest endlich wieder statt

ADVERTORIAL

Dank des ehrenamtlichen Einsatzes des Trägervereins Brunnenfestausschuss Bad Sooden-Allendorf e.V., der sich im vergangenen Jahr neu aufgestellt und sich zum Ziel gemacht hat, das kulturell, touristisch als auch wirtschaftliche sehr wertvolle Brunnenfest zu erhalten, kann Pflingsten endlich wieder in der sympathischen Fachwerkstadt gefeiert werden. Das Brunnenfest ist nach dem Lullusfest in Bad Hersfeld das zweitälteste in Nordhessen.

„Seit über 400 Jahren feiern die Menschen in Sooden das Brunnenfest...“ So beginnt die Einleitung zur Festproklamation, die alljährlich am Pflingstmontag zu Beginn des Festgottesdienstes in der alten Salzkirche St. Marien verkündet wird.

Die Proklamation, die Ordnung des Gottesdienstes, und das Datum des Festes gehen zurück auf den Salzgreben und Pfarrer Rhenanus, der von 1555 bis zu seinem Tode 1589 in Bad Sooden-Allendorf wirkte. In seiner Eigenschaft als Pfarrer verlegte Rhenanus das Brunnenfest vom Bonifatiusstag auf den Dienstag nach Pflingsten. Dies wohl, weil die Verehrung der Heiligen bei den Protestanten keinen

so großen Stellenwert mehr hatte, aber wohl auch deshalb, weil an Pflingsten die Arbeit in den Siedehäusern sowieso ruhte und damit der Arbeitsausfall durch das Söder Dankfest geringgehalten werden konnte. In der von ihm verfassten „Salzbibel“ bestimmte Rhenanus dass und in welcher Form zu Pflingsten ein Dankgottesdienstes gehalten werden sollte.

Im Mittelalter und der frühen Neuzeit war das Salz das weiße Gold von Bad Sooden-Allendorf. Doch es musste hart erarbeitet werden. 88 Siedehütten standen damals auf dem Platz, der heute der Kurpark im Mittelpunkt von Sooden ist.

Neben dem Schwerpunkt Salz und Sole soll das Brunnenfest als eine zentrale Veranstaltung im Kurpark stattfinden, wodurch ein deutlicher Mehrwert für die angrenzenden Gastronomie und Gewerbebetriebe zu erwarten ist.

Vom 26. bis 29. Mai in Bad Sooden-Allendorf
Alle Infos zum Fest unter: www.brunnenfest-in-bsa.de



Trendelburg Burghotel

Märchenfest im verwunschenen Burghof

Nach der Pandemiepause ist es endlich wieder soweit, das Märchenfest findet in diesem Jahr nach dreijähriger Pause am Pflingstamstag im verwunschenen Burghof der Trendelburg statt.

Rapunzel begrüßt die Gäste von ihrem Turm und lädt zum Turmbesichtigung ein (Eintritt gegen Gebühr).

Der Künstler Albert Völkl begeistert mit seinem anspruchsvollen Figurentheater und der Puppenspieler Castello erzählt märchenhafte Geschichten, nicht nur für die Kinder.

Ebenso ist Ritter Dietrich vor Ort und führt durch die 800 jährige Geschichte der Burg.

Die Ritter der Freyschar zu Bokenrode zeigen ihr mittelalterliches Lagerleben und begeistern die Besucher mit authentischen Schaukämpfen und im Burggraben können sich die Besucher im Bogenschießen üben. Sabine Lansing bietet ihren selbstgemachten Märchenschmuck an und Spartacus lässt mit seiner großen Auswahl an Ritterspielzeug aus Holz die Kinderherzen höher schlagen. Für das leibliche Wohl wird ebenfalls gesorgt sein. *Text Michael Schuhmacher*



Hotel Burg Trendelburg Dr. Lohbeck GmbH & Co. KG | Steinweg 1, 34388 Trendelburg
Tel.: 05675 9090 | Fax.: 05675 9362 | www.burg-hotel-trendelburg.com

TOURIST-INFO
ESCHWEGE

Kirschen- und Universitätsstadt
WITZENHAUSEN
Wissen liegt in unserer Natur

BAD SOODEN-ALLENDDORF

ÜBER DIE HECKE GESCHAUT - AUF TOUR DURCH DIE GÄRTEN

GartenTour durchs Werratal

PLANWAGEN MUSIK

RADTOUR ÜBERRASCHUNGEN

11. JUNI 2023

www.kirschenland.de | www.werratal-tourismus.de
www.bad-sooden-allendorf.de

GartenTour durchs Werratal

Gartenbesitzer:innen öffnen wieder ihre Pforten

Am 11. Juni 2023 laden Sie Witzzenhausen, Bad Sooden-Allendorf und Eschwege herzlich zur alljährlichen GartenTour durchs Werratal ein. Erleben Sie eine unvergessliche Reise durch blühende Gärten und idyllische Landschaften, begleitet von einer geführten Radtour und einer entspannten Planwagenfahrt. Die GartenTour führt durch das malerische Werratal, das mit seiner idyllischen Landschaft und seinen pittoresken Fachwerkstädten zu den schönsten Regionen Deutschlands zählt. Entdecken Sie mit uns von 11 bis 18 Uhr die schönsten Gärten der Region und lassen Sie sich von den vielfältigen Pflanzen und Blumen verzaubern.

Erfahren Sie dabei auch Wissenswertes über die Pflege und Gestaltung der Gärten von unseren Experten. Musikbegeisterte kommen bei uns auch voll auf ihre Kosten. In den grünen Oasen werden abwechslungsreiche Musikveranstaltungen stattfinden, die das Flair der Landschaft noch verstärken. Freuen Sie sich auf die Möglichkeit, eine Vielzahl an unterschiedlichen Gartenstilen und -themen zu erleben und sich von der Vielfalt und Schönheit der Natur inspirieren zu lassen. Sie erwartet ein Tag voller Farben, Musik und Freude!

Programmhefte erhalten Sie bei den Tourist-Informationen Witzzenhausen, Bad Sooden-Allendorf und Eschwege sowie online unter www.kirschenland.de

Gartenfestival LebensLust

Haus und Garten stilvoll gestalten

Im einmaligen Ambiente des Kurparks und vor der historischen Kulisse der Burg Hardeg erwartet Sie vom 23. bis zum 25. Juni 2023 das Gartenfestival „LebensLust“ in Hardeg. Täglich zwischen 10 und 18 Uhr findet ein buntes Angebot rund um Haus und Garten statt. Mehr als 100 Aussteller bieten mit frischen Blumen, Stauden und Gehölzen sowie stilvollen Deko-Elementen und Gartenmöbeln unzählige Gestaltungsideen für das eigene Heim. Gartengeräte, Kunsthandwerk, Schmuck sowie Lifestyle- und Wellnessprodukte runden das Angebot ab.

Für das leibliche Wohl ist mit allerhand regionalen, nationalen und internationalen Köstlichkeiten ebenfalls gesorgt. Ein kostenfreier Parkplatz steht Ihnen ebenso zur Verfügung. Von hier aus bringt Sie ein kostenloser Shuttlebus direkt zum Festivalgelände und nach Ihrem Besuch wieder zu Ihrem Auto zurück. Als zusätzlicher Service wird ein Depot eingerichtet. Hier können Sie Ihre gekauften Pflanzen am Eingang lagern und diese am Ende des Besuchs in der speziell ausgewiesenen Parkzone mit dem eigenen Auto abholen und stressfrei verladen.

Die Eintrittspreise liegen in diesem Jahr bei 9 Euro für eine Tageskarte, 14 Euro für eine Zwei-Tages-Karte und 19 Euro für eine Dauerkarte. Wie üblich ist das gesamte Festivalgelände barrierefrei und Hunde dürfen an der kurzen Leine mitgeführt werden. Tickets gibt es bereits jetzt online auf www.lebenslust-hardeg.de

Das LebensLust-Team freut sich auf Ihren Besuch!

Gartenfestival
„LebensLust“
- Schönes für Haus und Garten -

Fr. 23.06. - So. 25.06.

im Kurpark Hardeg
10.00 - 18.00 Uhr
Mobil: 0175 77 66 724
www.lebenslust-hardeg.de

Hermannshäger Braukunst weiter ausgebaut

Trotz großer Beliebtheit: Das Selbstgebraute gibt es nicht im Handel.

Ein Braukur als Geburtstagsgeschenk für einen Freund: Daraus wurde in Hermannshagen mehr als ein gemeinsames Hobby. Seit einigen Jahren füllen Torben Bode und sieben weitere Hermannshäger mehrere hundert Flaschen pro Jahr ab. „Wir sind längst über das Brauen „in unserer Garage“ hinausgewachsen und haben ein eigenes kleines Brauhaus“, erklärt Torben Bode. Hier treffen sich die Freunde fast wöchentlich, um neue Rezepte auszuprobieren, regionales Bier herzustellen und gemeinsam zu probieren.

Und seit diesem Jahr sind sie weiter auf Expansionskurs: „Seit Ende 2022 bis in den März dieses Jahres haben wir kein Bier mehr gebraut“, erklärt Bode im Gespräch mit unserem Magazin. Die Hermannshäger Brauer haben die 12,5 Quadratmeter große Braustube um einen Lageraum und einen Aufenthaltsraum erweitert. „Jetzt haben wir fast 35 Quadratmeter für unser gesamtes Equipment und auch zum gemütlichen Beisammensein zur Verfügung.“

Tausende Euros wurden dabei in Baumaterialien und Technik investiert, um das alte Brauhaus herzurichten. Wasserleitung, Strom, TV und Internet, Heizung, Beleuchtung, eine Solaranlage, ein Aufzug und vieles mehr wurden aufwendig installiert. Auch eine neue Brauanlage wurde angeschafft. „Damit haben wir unsere Braukapazität verdoppeln können. Ein befreundeter Brauer hat uns kostengünstig noch eine Gärwanne

abgetreten, sodass wir an guten Tagen theoretisch 250 Liter Bier brauen könnten.“ Neben einem mobilen Zapftisch für kleine Feste und dem großen Bierwagen haben sie jetzt auch einen eigenen Toilettenwagen. Dieser kann für Feiern gemietet werden.

Die Hermannshäger brauen für den Eigenverbrauch. Die Hälfte der Mitstreiter sind ehemalige Hermannshäger Kirmesburschen und so liegt es nahe, dass sie sich auch an der traditionellen Stadtteilkirmes im Mai beteiligen. „Wir stellen am Freitag ein 30-Liter-Fass für den Anstich zur Verfügung“, so Bode. Das lokale Getränk läutet damit das berühmte Kirmeswochenende in Hermannshagen ein.



Kirmes Hermannshagen 19.05.23-21.05.23

Freitag 19.05.

16:00 Kinderfest

19:00 Flasche ausgraben

21:00 Disko mit  DJ Kajo

Samstag 20.05.

15:00 Festumzug

21:00 Partyabend mit

REINER IRRSINN mit Irrsinn
Reloaded Liveband



Sonntag 21.05.

10:30 Mallorca-Frühschoppen

mit "Mike dem Bademeister"

und den "Spaßrebellen"

19:00 großer Tombola- und
Tanzabend

**MÄRCHENPRINZ
TOUR 2023**



**REINER IRRSINN
SHOW**
www.irsinn-show.de
„mit deutschland's härtester tanzkapelle
„Irrsinn reloaded““



DIE TANNENKAMP-B

Vielfältiges Programm zur Freilichtbühnen-Saison 2023

Liebe Freunde der Freilichtbühne in Hann. Münden, freut Euch mit uns auf die neue Freilichtbühnen-Saison 2023. Es warten viele musikalische Highlights auf Euch. Unter dem Motto „Die Bühne lebt“ haben wir für Euch ein diverses Programm 2023 zusammengestellt.

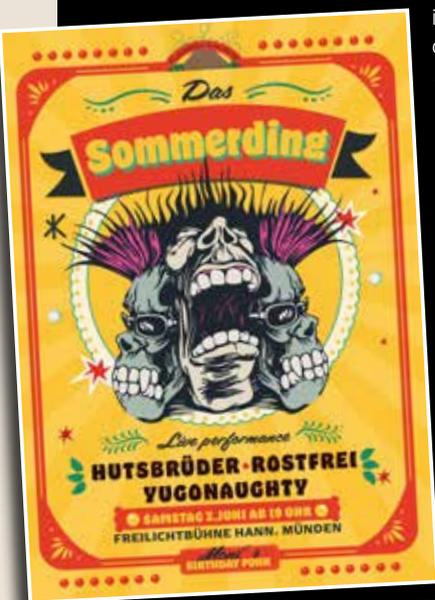
Als ein erstes Highlight möchten wir Euch folgendes anbieten und somit auch ans Herz legen: 60 Jahre nach Beginn einer der größten Euphorien der Musikgeschichte lassen wir diese bei uns auf der Bühne erneut aufflackern.

DAS SOMMERDING-Moni's Birthday-Punk-Party

Samstag, **03. Juni** ab **19.00 Uhr**.

„Das etwas andere 3 Mann Orchester«, die Street-Combo **„Die Hutsbrüder“** starten mit Vollgas und abwechslungsreichem Mix aus Coversongs und Eigenkompositionen von Ballade bis Boogie und Rumba bis Reggae in den Abend. Dabei klingt es so lange nach Sonne, Strand und Meer bis die Punkband **„Rostfrei“** die Bühne übernimmt. Mit einer Mischung aus Punk und Rock wollen sie ihr Publikum begeistern, nehmen sich selbst dabei nicht

erwarten das auch nicht von ihren Fans. Zum Höhepunkt des Abends betreten dann **„YugonaughtY“** die Bühne, das bekannte Balkan-Trash-Punk-Rock-Orchester aus Hann. Münden bieten Musik härter als wir glauben und tanzbarer als wir denken! Und so kommen sie daher die elektrisierenden Balkan-Trash-Punk-Rocker. mit einer Prise jugoslawischer Gelassenheit, gemischt mit der Geradlinigkeit einer deutschen DIN-Salatgurke. Oft melodios verspielt und doch auf den Punkt gezoomt. Der Norm entfliehend und sich ihren Wurzeln bewusst sein.



Die „Beatlemania“ am Samstag, den **13. Mai** um **20.00 Uhr** präsentieren sich **„ABBEY LANE“** aus Kassel auf der Freilichtbühne am Tannenkamp in Hann. Münden. Unter dem Motto **„A TRIBUTE TO THE BEATLES“** spielen sie die beliebten Songs der legendären „Pilzköpfe“

Für Samstag, den **17. Juni** konnten wir das Interesse vom The Voice of Germany Teilnehmer **„André Deininger“** an unserer Bühne wecken. Nachdem er es leider nur bis in die SingOffs der TV Show geschafft hatte ist er natürlich weiterhin als Vollblutmusiker unterwegs, und singt sich dabei, auf kleinen oder großen Bühnen, in Pubs oder auch in der Fußgängerzone, in die Herzen der Menschen, denen er musikalisch noch viel zu erzählen hat. Wir freuen uns auf eine außergewöhnliche Stimme ab **20.00 Uhr**.

Am Samstag, den **24. Juni um 20.00 Uhr** kommt dann die Abriss Birne über uns...aber macht euch keine Sorgen, sie nennen sich nur so, sie machen nichts kaputt. **„Wrecking Ball“** das ist eine Cover Rock Band aus Kassel, eine Live Combo mit vielen Erfahrungen, die sie auf diversen Festivals und Kneipen Gigs sammeln konnten. Sie spielen alles rund um den Rock Olymp! Egal ob Classic Rock, Punk oder Hard n Heavy, von Foo Fighters bis Judas Priest, von Green Day bis AC/DC. Das alles live bei uns auf der Bühne.

„Hier hab' ich so manches liebe Mal...“ Eine Hommage an den Weser-Fluss ist Thema der Lesung des **„Leseduos Wilder Mohn“**, Carmen Barann und Marie Anne Langefeld. Die beiden Künstlerinnen nehmen Sie mit auf eine imaginäre Schiffsreise von Hann. Münden bis Bodenwerder. Seien Sie dabei bei dieser morgendlichen Lesung auf der Freilichtbühne am Kattenbühl am Sonntag, den **02. Juli um 11.00 Uhr**.

Ein Zufall, aber auch die Zeitplanung der Musiker haben ergeben, dass wir in diesem Jahr ein „Stresswochenende“ für uns Aktiven des Fördervereins durchstehen müssen. Zwei Tage am Stück harte Musik vom Feinsten erwarten uns.

Am Freitag, den 07. Juli erwarten wir ab **20.00 Uhr** zwei Generationen zum **„Punk im Wald II“**. Die jungen Wilden aus Witzenhausen Jonas, Tommy, Mhedi, Lenny und Fiu von der Band **„Lés Pünks“** treffen auf die „älteste noch bestehende Punkband Deutschlands“





ÜHNE IM WALD LEBT

meinMÜNDEn

ADVERTORIAL

aus Frankfurt am Main, **Allgemeines Chaos Kommando** (kurz A.C.K.) A.C.K. bestehen seit 1985. Am Anfang spielte die Band deutschen Streetpunk mit starken Einflüssen aus der britischen Punk-Rock-Szene, ihre Texte umfassten politische Statements gegen Rassismus, das politische System und soziale Probleme in Deutschland. Die Band erreicht bis heute einen hohen Bekanntheitsgrad und ihre Live-Auftritte expandieren europaweit.

Unter dem Motto „Die Zeit des Wartens ist vorbei“ präsentieren sich **„Die Legende von Nord“** und melden sich mit „Wir sind wieder da“ eindrucksvoll „Zurück“ auf unserer Bühne am Samstag, den **08. Juli** ab **20.00 Uhr**. Sie kommen mit der Maske auf und manches im Gepäck, mit Ketten, Messer und mit medizinischem Besteck und bringen uns dabei explizites Liedgut mit. Damit ist sicher nicht nur ihr neues Album „Lang lebe der König“ gemeint. Die unheimlich anmutende Atmosphäre ihres ersten Auftritts bei uns im Jahr 2021 werden sie sicher auch wieder mit ihren alten Songs zum Besten geben.

Sie wollen mit Leidenschaft ihren Beitrag dafür leisten um die Musik der Band um den exaltierten, charismatische Sänger „Zimbi“, The Bates auch noch nach über 30 Jahren zu feiern. Die nordhessische Band **„THE PSYCHO JUNIORS“** gastiert bei uns am Samstag, den **15. Juli** ab **20.00 Uhr** um an die grandiose Zeit der vollen Hallen in den 90er Jahren mit den aus den einstigen Dorfpunks aufgestiegenen Rockstars „The Bates“ zu erinnern. Das wird ganz bestimmt laut an dem Abend! Wir zählen auf euch, seid dabei wenn wir die Kultband aus Eschwege wieder aufleben lassen. Wir erwarten neben den Psycho Juniors natürlich auch ein textsicheres Publikum!

Am **Samstag, den 22. Juli** möchte der australische Singer-Songwriter und Loop-Artist **„Jai Larkan“** bereits zum dritten Mal das Mündener Publikum mit seiner grandiosen Vielfalt und Unvorhersehbarkeit auf der Freilichtbühne tief in seinen Bann ziehen. Wir freuen uns auf einen schönen Abend bei guter Musik ab **20.00 Uhr**.

2010 hatte er seinen Auftritt bei der RTL Show „Das Supertalent“ und schaffte es bis ins Finale, später tourte er als Joe Cocker mit der Show „Spirit of Woodstock“ und auch bei uns stand er schon 4 mal auf der Bühne und begeisterte mit seiner rauchigen Stimme das Publikum. Die Rede ist von **„Michael Holderbusch“** In diesem Jahr ist er am Samstag, den **26. August** ab **20.00 Uhr** bei uns und bringt zur Unterstützung das Duo „Happy Ukuleles“ mit, die bereits im letzten Jahr mit ihren „Gute Laune Songs“ der letzten 40 Jahre auf unserer Bühne überzeugen konnten.

Am Sonntag, den **27. August** um **15.00 Uhr** dreht sich auf der Freilichtbühne alles um Hexen, Zauberer und andere Waldbewohner. Auf einer Lesereise ins Land der Phantasie für Kinder und große Leute erzählt das Leseduo **„Wilder Mohn“** Carmen Barann und Marie Anne Langefeld wundersame Geschichten und Gedichte aus dem Märchenland. Die Musikerin **Bettina Kallausch** zaubert dazu an der Harfe und mit anderen Instrumenten einen sphärischen Klangschleier.

„Back to the Roots“ heißt es erneut am Freitag, den **1. September** wenn **„Mortal Terror“** das „unkaputtbare Szeneurgestein“ ab **20.00 Uhr** nach über 35 Jahren seit ihrer Gründung in Hann. Münden wieder unsere Bühne betreten. Wie schon im letzten Jahr kommen sie mit einer befreundeten Band und bringen mit **Victim** aus Weimer die Waldbühne zum Beben.

Wer die Jungs von **„Decent Romantics“** live erlebt, der merkt sofort: Sie sind mit viel Herz am Werk. Mit energiegeladener Rockmusik und aufrichtigen Texten erschaffen sie einen mitreißenden Sound. Am Samstag, den **16. September** sind sie ab **20.00 Uhr** wieder einmal zu Gast auf der Freilichtbühne am Kattenbühl. Unterstützt werden sie an diesem Abend von der Göttinger Band **„Feivel's Five“**. Beeinflusst von deutschem Punkrock und Collegerock entwickeln sie ihren eigenen durchschlagenden Sound und präsentieren ihre deutschsprachigen Songtexte über Freundschaft, Liebe und alles was das Leben mit sich bringt.

Zum musikalischen Saisonausklang unterhalten uns am **30. September** ab **20.00 Uhr** die nordhessischen Hardrocker **„AMPYRED“**. Sie haben ihre musikalischen Wurzeln hauptsächlich im Rock, Hardrock, Blues und Metal der 70er und 80er Jahre gebildet, sehen ihre 100% handgemachte Mucke aber als zeitlos an und nicht einem festgelegten Stil oder einer Schublade verpflichtet. AMPYRED rocken gern auch mal einen Coversong, Schwerpunkt bleibt aber immer das Potential und die Energie eigenen Materials.

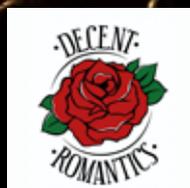
Bei uns gibt es die regionale
Bratwurst von der
Feinkostfleischerei Schumann
in Hann. Münden.



RITTER DER ROTWURST



DIE LEGENDE VON
NORD



JAI LARKAN



AMPYRED

THE PSYCHO JUNIORS
"THE BATES TRIBUTE PROJECT"



Upgrade der Kulturreihe „Bei uns zu Gast“

Die OXlocation in der Sydekumstraße startet im Juni ein professionelles Upgrade ihrer bisher erfolgreichsten Kulturangebote



„Bei uns zu Gast 2023“ bietet ein gastliches Haus für Menschen und Kunst, Konzertabende mit Musik, Galerie, Gastronomie und schafft so eine Atmosphäre des Wohlfühlens und der Begegnung.

Nach drei PRE-Openings im April und Mai findet am 3. Juni von 11.00 – 13.00 Uhr die offizielle Eröffnung mit Hausbesichtigung Musik und Videoperformance sowie Galerie-Rundgang statt. Die Künstlerin V. Sorochinski und die Galeristin C. Marang ART EAST, Berlin - Kiew werden anwesend sein.

Am 10. Juni laden die Organisatoren um 19:00 Uhr zum Konzert Wapani - Rendezvous mit Burkina Faso ein. Hier kommen traditionelle Rhythmen, Afrobeat, Reggae und Eigenkompositionen der vier professionellen Musiker auf zahlreichen selbstgebauten Instrumenten zu Gehör.

Am 17. Juni gibt es internationale berührende Songs beim Konzert mit Peter Kerlin. Eine Woche später, am 24. Juni gastiert Mario Becker, ein Liedermacher mit Gitarre, Looper, Tiefsinn und Witz in der OXlocation. Weitere Infos: www.ox.party-couture.com

Perfekt, aber nicht makellos

Diana Schimek und ihre Künstler-Kollegen zeigen die Ausstellung „Else trifft Kunst“

In diesen Tagen wurde im Künstlerhaus in der Speckstraße die Ausstellung „Else trifft Kunst“ gezeigt. Die Ausstellung präsentierte 15 Werke unterschiedlicher „Elsen“ – allesamt Frauen, die nicht makellos sind. 12 verschiedene Künstler haben eine Else von Diana Schimek als Grundlage genutzt und in ihrem jeweiligen Metier, mit unterschiedlichsten Stilmitteln das Kunstwerk komplettiert. Das Ergebnis sind sehr unterschiedliche Werke, die allesamt eine tiefe Auseinandersetzung mit dem Thema „Makellosigkeit“ aufweisen.

Die Eröffnung der Ausstellung war ein voller Erfolg. Das Künstlerhaus war bis auf den letzten Platz gefüllt, und die Besucher waren begeistert von der Vielfalt und Kreativität der gezeigten Werke. Insbesondere die Tatsache, dass die „Elsen“ allesamt starke, selbstbe-

wusste Frauen darstellen, die nicht den gängigen Schönheitsidealen entsprechen, beeindruckte die Besucher. Die Künstler haben es geschafft, diese Frauen auf ihre ganz eigene Art und Weise in Szene zu setzen und ihre Schönheit und Individualität zum Ausdruck zu bringen. In all diesen Werken wird deutlich, dass Perfektion nicht aus makellosen Körpern und schönen Gesichtern besteht, sondern vor allem in der Einzigartigkeit zu finden ist.

Die Ausstellung „Else trifft Kunst“ war ein beeindruckendes Beispiel für die Kraft der Kunst, gesellschaftliche Themen aufzugreifen und in einer ästhetischen Form zu präsentieren. Die gezeigten Werke eröffneten eine Perspektive auf die wirkliche Schönheit, und setzten sich kritisch mit den gängigen Schönheitsidealen auseinander.



LEHRREINSACHSE

FREIWILLIGE FEUERWEHREN DER STADT HANN. MÜNDE



Fotos: © Feuerwehr Hann. Münden

APR

PKW-Brand auf dem Tanzwerder

14

Am 14. April kam es nachts gegen 2 Uhr auf dem Parkplatz Tanzwerder zu einem PKW-Brand. Bei Ankunft der Feuerwehr stand der PKW bereits in Vollbrand und das Feuer hatte auf ein weiteres Auto übergegriffen.

Ein Trupp der Feuerwehr ging mit dem Schnellangriff des Löschfahrzeugs unter schwerem Atemschutz gegen die Flammen vor und konnte ein Ausbreiten des Feuers auf weitere Fahrzeuge verhindern.

Damit die Wasserversorgung gewährleistet war, befand sich ein Wechseladerfahrzeug der Feuerwehr mit einem 5000 Liter fassenden Tank ebenfalls an der Einsatzstelle. Auch die Polizei war im Einsatz.



APR

Übung Vegetationsbrandbekämpfung

17

Am Montag, den 17. April, drehte sich beim Ausbildungsdienst der Feuerwehr Hann. Münden alles um das Thema der Vegetationsbrandbekämpfung. Dieses Thema ist für die Feuerwehr Hann. Münden von großer Bedeutung, denn

jedes Jahr kommt es im Wald, auf Freiflächen und auf Feldern zu Bränden, besonders im Sommer. In der Nähe des Grillplatzes von Bonaforth galt es einen angenommenen Flächenbrand zu löschen, der sich durch Funkenflug entlang eines Waldweges ausgebreitet hatte. Dabei sollten die speziellen Mittel der Feuerwehr zur Vegetationsbrandbekämpfung verwendet werden. Zudem wurde der Pump-and-Roll Betrieb des neuen Löschfahrzeugs getestet, bei dem während der Fahrt gelöscht werden kann.



APR

Tour D'Energie

23

Auch bei der diesjährigen Tour D'Energie unterstützte die Feuerwehr Hann. Münden mit mehreren Fahrzeugen die Polizei bei den Absicherungsmaßnahmen des Radrennens und sorgte dafür, dass die Radsportler sicher durch Hann. Münden fahren konnten.

APR

Feuer Altglascontainer

25

Am 25. April kam es am frühen Nachmittag (ca. 15 Uhr) zu einem Brand an einem Altglascontainer in der Wilhelmshäuser Straße. Die Feuerwehr konnte den Brand mit dem Schnellangriff des Löschfahrzeugs schnell ablöschen.



Ein besonderes Ehrenamt, auf das wir uns verlassen können

Freiwillige Feuerwehr Hedemünden: im Jahr 2022 so viele Einsätze, wie noch nie

Die Freiwillige Feuerwehr - ein Symbol für Mut, Engagement und Selbstlosigkeit. Die Kameradinnen und Kameraden stellen sich den Gefahren, die von Bränden, Hilfeleistungen und anderen Notfällen ausgehen. Sie gehen, ohne zu zögern, aber mit Bedacht, in brennende Gebäude, überschwemmte Straßen oder andere Gefahrenzonen, um Menschenleben zu retten und Schaden abzuwenden. Sie geben einen großen Teil ihrer Freizeit und setzen ihr Leben aufs Spiel, um anderen Menschen in Not zu helfen. Sie sind diejenigen, die als Erste vor Ort sind, wenn es brennt oder wenn ein Unfall passiert. Sie sind die Macher, auf die wir uns verlassen können, wenn es darauf ankommt.

Auch die Freiwillige Feuerwehr in Hedemünden ist eine Gemeinschaft, die auf gegenseitigem Vertrauen, Respekt und einem starken Zusammenhalt beruht. Zu 83 Einsätzen rückten sie im vergangenen Jahr. „Das war ein absolutes „Rekordjahr“. So viele Einsätze hatten wir noch nie“, erklärt Lutz Hannemann, Ortsbrandmeister in Hedemünden und gleichzeitig stellvertretender Stadtbrandmeister in Hann. Münden. Eine deutliche Zunahme registrierte die Wehr in dem Bereich der Alarmierung durch Brandmeldeanlagen. Die steigenden Anforderungen an den vorbeugenden Brandschutz erfordern eine bessere Ausstattung der ortsansässigen Industrieunternehmen. Daher wurde man häufig

zum Stichwort „BMA“ alarmiert, es sind oftmals aber nur technische Defekte, Auslösung der BMA durch Staubaufwirbelungen oder Wasserdampf in der Teeküche und ähnlichem gerufen, da die Technik sehr sensibel reagiert. Einen Einsatzrückgang verzeichneten die Kameradinnen und Kameraden in Hedemünden seit längerem hingegen bei der Alarmierung zu schweren Verkehrsunfällen auf der Autobahn. Hier rückten sie dennoch häufig aus, um ausgelaufene Betriebsstoffe zu beseitigen oder Unfallstellen auszuleuchten. „Die Geschwindigkeitsbegrenzung auf 120 km/h in unserem Streckenabschnitt trägt jedoch Früchte“, so Hannemann. Man wurde wesentlich weniger zu schweren Unfällen mit Personenschäden alarmiert, aber es gibt die Unfälle weiterhin, wie Mitte März 2023 auf der Nordspur der BAB7, die Kameradinnen und Kameraden der Wehren der Gemeinde Staufenberg erleben mussten.

Insgesamt 43 Feuerwehrmänner und -frauen sind in der Hedemündener Wehr aktiv. Besonderen Wert legen sie auf die gute

Zusammenarbeit mit der Nachbarwehr befreundeten Wehr aus Oberode. „Wir ergänzen uns, wo es nur geht“, erklärt Hannemann. Viele Kameradinnen und Kameraden aus beiden Orten sind tagsüber in den angrenzenden Großstädten, um zu arbeiten. Im Alarmfall werden die Kräfte aus Oberode und Hedemünden gemeinsam alarmiert. Auch im Bereich der Ausbildung und Jugendförderungen arbeiten die Wehren eng



zusammen. Knapp 20 Jugendliche im Alter zwischen 10 und 16 Jahren werden derzeit von einem Team beider Wehren betreut und erlangen die wichtigen Grundkenntnisse, um später bei Einsätzen helfen zu können.

Im Januar 2021 bezog die Hedemündener Wehr ihr neues Domizil. Hier befinden sich die Schulungs- und Trainingsräume. Und auch die „Einsatzflotte“ der Feuerwehrkräfte ist hier stationiert. Dazu zählt neben dem Einsatzleitwagen, der als Führungsmittel der Einsatzleitung dient und mit PCs, Internet und Telefon ausgestattet ist, auch ein Hilfeleistungs-Löschgruppenfahrzeug (HLF). Dieses „Erstangriffsfahrzeug“ führt für die Brandbekämpfung 2.500 Liter Wasser und 200 Liter Schaummittel. Es ist mit einer leistungsfähigen Pumpe ausgestattet, die im Ernstfall 3.500 Liter Wasser pro Minute pumpen kann. „Gerade wenn ein Ernstfall in einem der Industrieunternehmen hier in Hedemünden eintritt, brauchen wir diese leistungsfähige Ausstattung.“ Ein Tanklöschfahrzeug mit einem Fassungsvermögen von ebenfalls 2.500 Liter Wasser und ein Mannschaftstransportwagen runden den Einsatzfuhrpark ab. Die Alarmierung der Kameraden und Kameradinnen erfolgt „still“,



das bedeutet, dass alle mit einem Pieper ausgestattet sind und im Einsatzfall „angefunkt“ werden. „Nur in äußersten Extremsituationen erfolgt zusätzlich ein Sirenenalarm“, so Hannemann, der seit 1998 aktiv in der Hedemündener Wehr arbeitet. „Angeheuert“ wurde er nach eigenen Angaben vom damaligen Ortsbrandmeister Spangenberg auf dem Osterfeuer. „Wir waren acht Leute, die damals eingewilligt haben und zeitgleich bei der Feuerwehr eingestiegen sind.“ Seither hat er viel gesehen, war bei Bränden und Unglücken vor Ort. Die Einsätze mit verletzten oder getöteten Personen sind belastend und bedürfen einer Nachsorge für jeden Einzelnen, aber auch immer im Gespräch mit der Kameradschaft. „Ich kann dann aber im Kopf abschalten. Ich lasse nicht zu, dass mich die Bilder einholen, sondern ich setze mich im Nachhinein bewusst mit den Bildern auseinander und kann sie so verarbeiten.“

Inspektion durch Drohnentechnik

Auch den letzten großen Brand in Hann. Münden beim Baustoffhandel BHG hat Hannemann miterlebt. Hier wurden er und sein Team mit einer speziellen Aufgabe betraut: der Inspektion und Überwachung der brennenden Gebäude mittels Drohnentechnik. Dafür wurden in den vergangenen Jahren zehn Kameraden der Drohneneinheit der Feuerwehr der Stadt Hann. Münden – fünf aus Hedemünden und fünf aus Oberode – ausgebildet. Sie haben gelernt, sich mit der speziellen Technik der Drohne auseinander zu setzen, sie zu lenken, auf Kurs zu halten und die gelieferten Bilder auszulesen. Und das ist anspruchsvoller als man denkt. Die Droh-

ne ist mit zwei speziellen Kameras ausgestattet. Die eine liefert Echtzeitbilder, die andere – eine Wärmebildkamera – sendet Aufnahmen, die unterschiedliche Temperaturen anzeigen. Um exakte Werte zu erhalten, muss die Drohne in der gleichen Höhe gehalten und behutsam gelenkt werden. Zum Einsatz kam die Technik inzwischen bei zahlreichen Einsätzen, egal ob bei der Suche nach Glutnestern in brennenden Gebäuden, Vegetationsbränden oder bei der Zuarbeit für die Polizei bei der Aufnahme großflächiger Unfallorte oder der Suche nach vermissten Personen. Theoretisch kann sie auch für den Erkundungseinsatz bei Chemieunfällen genutzt werden, da auslaufende Flüssigkeiten oder Gefahrenstoffe eine andere Wärmeabstrahlung haben als die natürliche Umgebung. Die Technik bietet hier viele Möglichkeiten.

In einer Welt, in der der Fokus oft auf persönlichem Gewinn und Eigeninteresse liegt, ist die Freiwillige Feuerwehr ein leuchtendes Beispiel für Gemeinschaftssinn und Solidarität. Sie verkörpert die Werte, die unsere Gesellschaft zusammenhalten und stark machen. Die Freiwillige Feuerwehr ist ein leuchtendes Beispiel dafür, wie



man durch Engagement und Gemeinschaftssinn dazu beitragen kann, unsere Welt ein Stück sicherer und lebenswerter zu machen.



erratalpraxis Stryga und Kollegen

Zahnmedizinisches Versorgungszentrum

IHR WEG ZU EINEM STRAHLENDEN LÄCHELN

Vorsorge | Zahnerhaltung | Implantate | Ästhetischer Zahnersatz

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

ALT GEGEN NEU



Möbel Jaeger



moebeljaeger



guels-wohngefluester

37213 Witzenhausen
Mündener Straße 19e
Tel.: 05542 603-25

Montag geschlossen
Green Monday
Di. - Fr. 09:30 - 19:00 Uhr
Sa. 09:30 - 16:00 Uhr

Montag ist
Klimatag!

111
Jahre

POLSTER-/ BETTENTAUSCH

Räumen Sie bis zu

1.000,-*

für Ihre Garnitur oder Bett ab!



WIR KÜMMERN UNS UM ALLES!

* Sie geben uns Ihr Bett oder Garnitur, wir geben Ihnen einen Rabatt von **zehn Prozent** (auf unseren Hauspreis), maximal jedoch **Tausend Euro** beim Kauf eines neuen Bettes oder einer Garnitur. Gültig bis 31.05.2023. Ausgenommen sind Werbepreise, bereits reduzierte Ware und die Marken Svane, Hülsta, Rolf Benz und Freistil, Brühl, COR, DeSede, Leolux, Stressless und Interlübke.

www.moebel-jaeger.de

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

Bei allen Preisen in diesem Prospekt handelt es sich um Abholpreise ohne Zubehör, Dekoration

– wenn nicht anders ausgezeichnet. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung.

MÖBEL
JAEGER
macht glücklich

FAMILIE
& DAHEIM

BÜRO &
BETRIEB

Mittagessen

täglich frisch gekocht

Meyer Menü
LIEFERT LECKER

vom 15.05. – 21.05.2023 / 20. Woche

Montag – 15.05.2023

Menü 1

1 **5 Königsberger Klöße**
in feiner Kapensauce mit Salzkarotten und Gurkenhappen

2 **2 Rindfleisch-Gemüsefrikadellen**
auf einer Karottensauce, dazu Broccoli-Blumenkohl-gemüse und Kartoffelpüree

Menü 2

2 **Bunte Tortellini "alla panna"**
mit Schinken in Kasesaucesauce

3 **Bunte Tortellini "alla panna"**
mit Schinken in Kasesaucesauce

Menü 3

3 **Bunte Tortellini "alla panna"**
mit Schinken in Kasesaucesauce

4 **Schnitzbohnen-Eintopf**
mit Fleischinlage

Menü 4

4 **Schnitzbohnen-Eintopf**
mit Fleischinlage

5 **vegetarisch Blumenkohl-Käse-Medallion**
mit Röhren und Kräuterpüree

Vegetarisch

5 **vegetarisch Blumenkohl-Käse-Medallion**
mit Röhren und Kräuterpüree

6 **2 Hacksteaks**
mit Senf und Kartoffelsalat

Kaltes Menü

6 **2 Hacksteaks**
mit Senf und Kartoffelsalat

7 **Sportler Salat**
bunter Blattsalat mit Pute, Walnüssen, Kürbis- und Pinienkernen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen

Salat

7 **Sportler Salat**
bunter Blattsalat mit Pute, Walnüssen, Kürbis- und Pinienkernen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen

Dienstag – 16.05.2023

Menü 1

1 **Deftige Bauernplatte**
Kaseler, Bräurüschchen "Thüringer Art" und Bauchfleisch auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln

2 **Sahnegeschmaltz vom Schwein**
mit Champignons, Erbsen und Fingerringen, dazu Bauernspätzle

Menü 2

2 **Sahnegeschmaltz vom Schwein**
mit Champignons, Erbsen und Fingerringen, dazu Bauernspätzle

3 **Chickens Crossies**
in knuspriger Parade mit Barbecoesauce und Broccoli-Tomaten Nudeln

Menü 3

3 **Chickens Crossies**
in knuspriger Parade mit Barbecoesauce und Broccoli-Tomaten Nudeln

4 **vegetarisch Frisches Fischfilet**
gedünstet in Gemüserahmsauce und Petersilienkartoffeln

Menü 4

4 **vegetarisch Frisches Fischfilet**
gedünstet in Gemüserahmsauce und Petersilienkartoffeln

5 **vegetarisch Rahm-Wirsing**
mit einem Gemüseswürstchen und Sesamkartoffeln

Vegetarisch

5 **vegetarisch Rahm-Wirsing**
mit einem Gemüseswürstchen und Sesamkartoffeln

6 **Farfalle Pestosalat**
mit Geflügelstücken, Tomaten, Parmesankäse und Olivenöl

Kaltes Menü

6 **Farfalle Pestosalat**
mit Geflügelstücken, Tomaten, Parmesankäse und Olivenöl

7 **Salat Provencale**
frischer Blattsalat mit Tomaten, Kucola, in Speck gebratenen Champignons, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen

Salat

7 **Salat Provencale**
frischer Blattsalat mit Tomaten, Kucola, in Speck gebratenen Champignons, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen

Mittwoch – 17.05.2023

Menü 1

1 **Frische Gulaschsuppe**
mit Champignons und Paprika, dazu 1 Brötchen

2 **Schweineschnitzel Art "Cordon bleu"**
in Sauce mit Leipziger Alefeln und Salzkarotten

Menü 2

2 **Schweineschnitzel Art "Cordon bleu"**
in Sauce mit Leipziger Alefeln und Salzkarotten

3 **5 Reibekuchen**
mit warmem Apfelmus

Menü 3

3 **5 Reibekuchen**
mit warmem Apfelmus

4 **Schweine-Geschmaltztes "Zürcher Art"**
mit Champignons und Salzkarotten

Menü 4

4 **Schweine-Geschmaltztes "Zürcher Art"**
mit Champignons und Salzkarotten

5 **vegetarisch Frischkäse-Spinatmaulaschen**
in einer Spinat-Sahnesauce

Vegetarisch

5 **vegetarisch Frischkäse-Spinatmaulaschen**
in einer Spinat-Sahnesauce

6 **Meiers Milchreis**
mit etwas Zucker und Zimt, feinsten Sauerkirschen und Apfelmus

Kaltes Menü

6 **Meiers Milchreis**
mit etwas Zucker und Zimt, feinsten Sauerkirschen und Apfelmus

7 **Caesar-Salat**
Römersalat mit Cocktailtomaten, Gurke, Croutons und gehobelnem Grana Padano, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen

Salat

7 **Caesar-Salat**
Römersalat mit Cocktailtomaten, Gurke, Croutons und gehobelnem Grana Padano, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen

Donnerstag – 18.05.2023

Menü 1

1 **Kräftige Kartoffelsuppe**
mit Porree und Möhren, dazu Bockwürstchen

2 **vegetarisch Rinderbraten "Esterhazy"**
in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln

Menü 2

2 **vegetarisch Rinderbraten "Esterhazy"**
in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln

Menü 3

3 **Thailändisches Rindfleisch**
in Kokossauce mit frischen Gewürzen, dazu Basmatireis (extra scharf)

4 **vegetarisch Griefhammeri**
mit eingelegeten Sauerkirschen

Menü 4

4 **vegetarisch Griefhammeri**
mit eingelegeten Sauerkirschen

5 **vegetarisch Gemüseschnitzel**
mit Erbsen und Möhren in Saure Hollandaise mit Kräuterpüree

Vegetarisch

5 **vegetarisch Gemüseschnitzel**
mit Erbsen und Möhren in Saure Hollandaise mit Kräuterpüree

6 **vegetarisch Griechischer Bauernsalat**
Tomaten, Gurken, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Korinkrustenbröt

Kaltes Menü

6 **vegetarisch Griechischer Bauernsalat**
Tomaten, Gurken, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Korinkrustenbröt

7 **vegetarisch Knuspersalat**
bunter Salat mit Erbsen, Croutons und Koriandersamen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

Salat

7 **vegetarisch Knuspersalat**
bunter Salat mit Erbsen, Croutons und Koriandersamen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

Freitag – 19.05.2023

Menü 1

1 **vegetarisch Gebratenes Fischfilet**
in Senfsauce, dazu Petersilienkartoffeln und Salat

2 **Gefüllte Paprikaschote**
mit Hackfleisch, dazu Tomatensauce und Reis

Menü 2

2 **Gefüllte Paprikaschote**
mit Hackfleisch, dazu Tomatensauce und Reis

3 **Thailändisches Rindfleisch**
in Kokossauce mit frischen Gewürzen, dazu Basmatireis (extra scharf)

Menü 3

3 **Thailändisches Rindfleisch**
in Kokossauce mit frischen Gewürzen, dazu Basmatireis (extra scharf)

4 **vegetarisch Griefhammeri**
mit eingelegeten Sauerkirschen

Menü 4

4 **vegetarisch Griefhammeri**
mit eingelegeten Sauerkirschen

5 **vegetarisch Gemüseschnitzel**
mit Erbsen und Möhren in Saure Hollandaise mit Kräuterpüree

Vegetarisch

5 **vegetarisch Gemüseschnitzel**
mit Erbsen und Möhren in Saure Hollandaise mit Kräuterpüree

6 **vegetarisch Griechischer Bauernsalat**
Tomaten, Gurken, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Korinkrustenbröt

Kaltes Menü

6 **vegetarisch Griechischer Bauernsalat**
Tomaten, Gurken, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Korinkrustenbröt

7 **vegetarisch Knuspersalat**
bunter Salat mit Erbsen, Croutons und Koriandersamen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

Salat

7 **vegetarisch Knuspersalat**
bunter Salat mit Erbsen, Croutons und Koriandersamen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

Samstag – 20.05.2023

Menü 1

1 **Karlsbader Raimingulasch**
mit Spätzle

2 **Knusper Hähnchenschnitzel**
in Geflügelrahmsauce mit Erbsen, Möhren-Blumenkohl-gemüse und Kartoffelpüree

Menü 2

2 **Knusper Hähnchenschnitzel**
in Geflügelrahmsauce mit Erbsen, Möhren-Blumenkohl-gemüse und Kartoffelpüree

Menü 3

3 **Thailändisches Rindfleisch**
in Kokossauce mit frischen Gewürzen, dazu Basmatireis (extra scharf)

Menü 4

4 **vegetarisch Griefhammeri**
mit eingelegeten Sauerkirschen

Vegetarisch

5 **vegetarisch Gemüseschnitzel**
mit Erbsen und Möhren in Saure Hollandaise mit Kräuterpüree

Kaltes Menü

6 **vegetarisch Griechischer Bauernsalat**
Tomaten, Gurken, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Korinkrustenbröt

Salat

7 **vegetarisch Knuspersalat**
bunter Salat mit Erbsen, Croutons und Koriandersamen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

Dienstag
Salme geschmaltztes vom Schwein
mit Champignons, Erbsen und Fingerringen, dazu Bauernspätzle



Menüpreis 8,50€
inkl. Lieferung und Dessert

Samstags-Menü (gekühlt) – Lieferung am Freitag

Sonntags-Menü (tiefgekühlt) – Lieferung am Freitag

Sonntag – 21.05.2023

1 **Knusper Hähnchenschnitzel**
in Geflügelrahmsauce mit Erbsen, Möhren-Blumenkohl-gemüse und Kartoffelpüree

2 **Hühnerfricassee**
mit Gemüseris

3 **Hubertusbraten**
mit einer Waldpilzsauce, dazu Pariser Karotten und 5 Kartoffelklößchen

Einfach bestellen: Tel. 0800-150 150 5 nur Festnetz • lokale Tel. 0561-500 494 50 • www.meyer-menu.de

Hauch von Zedern: Grillst du noch oder smokst du schon?

Welche Räucherchips aus welcher Holzart können für welches Grillgut verwendet werden?

Und auf welchen Grills räuchert es sich am besten? Diese Fragen bekommt Bart Mus in letzter Zeit häufiger zu hören. Und das hat einen Grund: Dem Koch und Grillmeister der Grill Academy Ingelheim zufolge erfreut sich das Smoken immer größerer Beliebtheit. „Wir merken das in unseren Grillkursen“, so Mus. „Die Leute stellen Fragen, die sie bis vor einigen Jahren noch nicht gestellt haben.“

Ohne Deckel kein Räuchern

Aber wie funktioniert das Räuchern eigentlich genau? Beim Smoken liegen die Speisen nicht direkt über dem Feuer, sondern werden in Heißluft oder Rauch über längere Zeit gegart. „Bei einem herkömmlichen Kugelgrill können die Räucherholzchips direkt auf das glühende Kohlebett gelegt werden“, erklärt Bart Mus, der für einen großen Grillhersteller Grillkurse gibt. Das Grillgut werde auf den Rost darübergelegt und nimmt so den Rauchgeschmack an.

Wichtig sei, dass man die Chips eine Stunde vor Grillbeginn in Wasser einlegt und dann abtropfen lässt. Das verzögert zwar das Anqualmen, intensiviert aber den Geschmack der Speisen. Und: Der Grill braucht einen Deckel. Ohne verfliegt der Rauch in alle Himmelsrichtungen, statt ins Grillgut zu gehen. Bei einem Gasgrill kann zum Smoken eine Räucherbox verwendet werden. Diese kann mit den Räucherchips gefüllt und direkt in den Grill gelegt werden. Der Grillrost wird entfernt und die Räucherbox auf die Abdeckung der Brenner gestellt. Wo genau im Grill die Box steht, sei eigentlich egal, sagt Bart Mus. „Hauptsache, der Deckel ist zu.“

Räucherboxen-DIY

Im Fachhandel sind Einweg-Räucherboxen aus Alu erhältlich. Wer das Smoken erstmal ausprobieren möchte, kann den „Sizzlebrothers“-Youtubern zufolge die gewässerten, abgetropften Holzpellets oder Räucherchips einfach in Alufolie einpacken, ein paar Löcher in die Folie stechen und das Räucherpäckchen so in den Grill legen. Für Pulled Pork nach dieser Methode braucht es dann gleichzeitig etwa zehn solcher Päckchen. Da die Chips schnell verqualmen, muss man sie im Smoke-Prozess immer wieder auffüllen.

Das Holz macht den Geschmack

Die nächste Entscheidung betrifft die Holzart. „Räucherholz vom Apfel-, Kirsch- oder Pflaumenbaum bildet einen fruchtigen, milden Rauch“, erklärt Maximilian Böhm von der Webseite „Raeucherchips.de“. Das Holz dieser Obstbäume eignet sich für alle Fleischsorten und Geflügel sowie für Gemüse und Obst. Das Grillgut erhält eine tief gelbliche, leicht braune Färbung. Tipp des Räucher-Experten: Das Obst selbst kann als gegrillter Nachtisch verwendet werden. „Buchen- und Erlenholzchips sind etwas stärker im Geschmack“, sagt Böhm. „Sie eignen sich besonders für Fisch, Seafood und

veganes Grillgut.“ Die markantesten, stärksten Holzsorten sind Mesquite und Hickory. Sie würden verwendet, um dem Fleisch eine ordentliche BBQ-Note zu verleihen. Die Pellets kommen oft aus den USA, wo der Hickorybaum heimisch ist. (dpa)



ihre Landfleischerei an der Weser

Spielmann

Ahle Worscht Party Service - Eigene Schlachtung

Reinhardshagen
Lange Str. 27
Tel. 05544 601

ERWÄHNT IN DER ZEITUNG

*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 Buffet

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

Ahle Worscht ggA.

Grillspezialitäten
vom Schwein und Rind

Verschiedene selbstgemachte Salate

Selbstgemachter Grillkäse

Grillspezialitäten
vom Lamm

Beste Qualität aus dem

Weserbergland

Weserblut - Projektstatus

Seit Ende des Jahres 2021 arbeitet Regisseur Jakob Gisk mit seinem Team bereits an der Idee, einen Spielfilm in Hann. Münden umzusetzen. Es ist bereits sehr viel Energie in dieses Projekt geflossen und jetzt geht es in die entscheidende Phase. Der Film soll finanziert werden und benötigt die Unterstützung der Bürger aus der Region.

Es fanden bereits Gespräche über mögliche Investitionen mit regionalen Unternehmern statt, die positive Ergebnisse erzielen konnten. Trotzdem ist aktuell noch nicht sicher, ob die Umsetzung des Films tatsächlich stattfinden kann. Sollte ein bestimmter Anteil des benötigten Budgets bis Juni nicht vorhanden oder zugesichert worden sein, droht das Projekt aus Hann. Münden leider eingestellt zu werden. Bei Interesse an einer Kooperationen können Sie sich gerne per E-Mail an die Produktion wenden: info@weserblut.de

Was kann man jetzt tun, um das Projekt möglich zu machen?

Zunächst kann man sich weiterhin über die Crowdfunding-Kampagne auf der Projekt-Webseite beteiligen. Dafür erhält man im Gegenzug diverse Gegenleistungen. Unter anderem hat man hier die Möglichkeit, einen Tag am Set der Dreharbeiten mit Cast und Crew zu verbringen oder sogar selber eine Rolle im Film zu übernehmen. Sollte das Projekt nicht umgesetzt werden, erhalten alle Unterstützer ihr Geld zurück.

Außerdem gibt es seit Kurzem die Möglichkeit, sich die Blu-ray zum 30-minütigen "Krimi Hann. Münden" Teaser ins Heimkino zu holen. Mit dem Kauf der Disc erhält man nicht nur viele Extras mit Einblicken hinter die Kulissen, sondern unterstützt auch die Umsetzung des Spielfilms "Weserblut".

Zu guter Letzt sind natürlich auch Mund-zu-Mund-Propaganda und Aktivität in den Sozialen Medien wichtige Bestandteile, die helfen, auf das Projekt aufmerksam zu machen.



Exklusive Blu-ray

Für 35,- Euro erwerben und so den Film unterstützen!
Mehr Info auf www.weserblut.de

Jetzt mehr entdecken unter:
www.weserblut.de/crowdfunding

Mähen, säen, gießen: Den Rasen im Frühling reparieren

Nach dem Winter steht beim Rasen eine Bestandsaufnahme an: Ist er noch am Leben und hat nur an einigen Stellen Schäden, stehen die Chancen gut

„Normalerweise sollte er im Herbst ausgetrieben sein, wenn er im Sommer vertrocknet war“, sagt Jörg Korfhage, Gärtner und Trainer bei der DIY Academy. Das ist ein Zeichen, dass er lebt und jetzt wieder aktiviert werden kann. „Zeigen sich jedoch nach dem Winter überhaupt keine grünen Gräser mehr, ist der Rasen tot“, erklärt Harald Nonn, Vorsitzender der Deutschen Rasengesellschaft. „Aber selbst dann ist nicht alles verloren. Die Fläche kann wieder in neuem Grün erstrahlen, allerdings muss komplett neu ausgesät werden.“ Und so geht man vor:

1. Tief mähen

Treibt neues Grün aus, muss im Frühjahr erst einmal gemäht werden. „Auf zwei bis drei Zentimeter sollte man schon herunterschneiden“, rät Jörg Korfhage. Dazu kann die niedrigste Schnitteinstellung des Rasenmähers genutzt werden. „Das Mähen schwächt den Altbestand und gibt den neuen Rasengräsern bessere Startchancen“, sagt Harald Nonn. Das abgemähte Gras muss restlos entfernt werden.

2. Gründlich vertikutieren

Im zweiten Arbeitsgang wird die Rasenfläche gründlich vertikutiert. Auch hier möglichst tief arbeiten. „Wird normalerweise fünf Millimeter tief vertikutiert“, sagt Korfhage, „sollten es bei problematischen Rasenflächen ein bis zwei Zentimeter sein.“ Falls das eigene Vertikutiergerät, das nicht hergibt, kann man sich etwa im Baumarkt ein entsprechendes Modell ausleihen. Gründliches Vertikutieren im Kreuzgang ist deshalb notwendig, weil der neue Rasensamen dadurch überall Bodenkontakt bekommt und so gute Keim- und Entwicklungsbedingungen hat. Wichtig: Das Vertikutiergut anschließend vollständig entfernen.

3. Düngen und säen

Nun werden der phosphorbetonte Starterdünger und das Rasensaatgut aufgebracht. Schon bei der Auswahl der Rasensaat an den Standort denken: „Ist der besonders trocken und sonnig, müssen robuste Sorten ausgewählt werden“, sagt Michael Henze vom Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau. Strapazierfähige Rasensorten sind zum Beispiel Deutsches Weidelgras, Rotschwengel, Lägerrispe und Wiesenrispe.

„Für die Neusaat sollte man sogenannte Regel-Saatgut-Mischungen, also RSM Rasen, verwenden“, rät Henze. Diese Mischungen gewährleisten eine gute Qualität des Saatgutes und basieren auf erprobten Gräserarten und speziellen Rasengräser-Sorten.

4. Die Fläche abdecken

Nach dem Düngen und Säen muss die Fläche dünn abgedeckt werden. Torf, Sand, Mutterboden oder Rasenerde werden mit dem Rechen verteilt und anschließend mit einer Walze oder einem Holzbrett festgedrückt. Damit ist das Saatgut geschützt.

5. Feucht halten

Die Saat braucht nun ausreichend und regelmäßig Wasser. „20 Liter pro Quadratmeter müssen es schon sein“, erklärt Michael Henze. „Das Wasser sollte etwa fünf Zentimeter tief in den Boden einsickern, damit die Wurzeln der Gräser in die Tiefe gelockt werden.“ Am besten wird frühmorgens vor Sonnenaufgang gewässert. Dann ist der Rasen über den Tag mit Wasser versorgt.



Sie wollen auch so sattes Grün im Garten? Dann ist im Frühling die richtige Zeit, den vertrockneten alten Rasen zu erneuern. Foto: Christin Klose/dpa-mag

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

Der Trend zur Outdoor-Wohnung

Sitzen Sie im Sommer nur draußen? Oder wohnen Sie schon auf Balkon, Terrasse und im Garten? Denn es gibt den Trend, aus der gemütlichen Sitzecke eine ganze Outdoor-Wohnung zu machen.

„Immer häufiger werden – sofern der Platz vorhanden ist – zwei Bereiche gestaltet: Der Esstisch mit bequemen Stühlen zur Bewirtung von Familie und Gästen sowie ein Loungebereich mit komfortablen Sofas oder breiten Sesseln als gemütlicher Rückzugsort“, sagt Christine Scharrenbroch, Sprecherin des Verbands der Deutschen Möbelindustrie. Und dann wäre da noch die Gartenküche. „Stark im Kommen befindet sich das Outdoor-Cooking an wetterfesten Küchen aus Stein und Edelstahl mit Gas- oder Holzkohlegrill und Kühlschrank, vorzugsweise mit Überdachung“, berichtet die Möbelexpertin. „Dies wird unterstützt durch mobile Rollwagen, die das Zubehör nach draußen bringen.“ Die Küche im Freien wird dazu gerne garniert mit dem, was im Garten ohnehin schon zu Hause ist: Hochbeete und Töpfe mit Kräutern und anderen Pflanzen, die man abernten kann.

Ruhen auf dem Daybed

Wer noch mehr Raum zum Einrichten zur Verfügung hat, ermöglicht sich eine Sommer-Siesta auf dem Bett. Genauer gesagt: einem Daybed. Das sind „bequeme, extra breite Outdoor-Betten, häufig mit fester Überdachung oder in Muschelform mit ausklappbarem Sonnensegel“, so Scharrenbroch. Im Trend seien zudem Hängesessel. Ganz klar, das ist alles eine Platzfrage. Viele haben nicht den Raum für die große zusätzliche Draußen-Wohnung. Aber ein Mini-Sofa oder ein gemütlicher Sessel, ein kleiner getrennter Essplatz und dazu ein Grill - das ist schon ein Anfang, um im Sommer draußen faulenzen, kochen und essen zu können. Und selbst für ein Homeoffice an der frischen Luft braucht es nur den Balkontisch.

Es kommt letztlich auch darauf an, wie dieser Bereich auf Balkon und Terrasse gestaltet wird, um ihn „Wohnung“ nennen zu können. In den vergangenen Jahren hat sich viel getan. Die Zeit der unförmigen Plastikstühle und unbequemen Liegen ist vorbei. Stattdessen kann man bequeme und schicke Outdoor-Sofas kaufen. Und man findet, ohne groß su-



Alle Arbeiten rund ums Haus

- Gartenlandschaftsbau
- Kellerisolierung
- Pflasterverlegung
- in Natur- und Betonwerkstein
- Barrierefreie Zugänge
- Garageneinfahrten
- Terrassenbau
- Bagger- und Kanalarbeiten
- Meisterbetrieb für Straßenbau

MITARBEITER GESUCHT, gerne auch als Aushilfe

Bewerbungen per Post oder per E-Mail bitte an:

Ilona Hasselberg | Schulstr. 25 | 34346 Hann. Münden
Tel.: 05541 73480 | ilona.hasselberg@web.de

Viele Geschenkideen | Professionelle Beratung | Selbstgebackener Kuchen

Alles rund um die Blume, Obst, Beeren- und Blühsträucher, Hecken, Rosen, Hausbäume, u.v.m.

VERKAUFSOFFENER LANGER SAMSTAG AM 13. MAI VON 9-17 UHR



SPIESS
Baumschule &
Gartengestaltung

Weidenstrasse 22 | 34399 Wesertal – OT Lippoldsberg
Tel: 05572 9374 - 0
info@baumschule-spiess.de | www.baumschule-spiess.de



Besuchen Sie uns. Wir beraten Sie gerne!



chen zu müssen, witterungsfeste Sideboards, Beistelltische sowie Teppiche und Leuchten speziell fürs Freie. Die Stoffe und Materialien sind viel robuster und können zum Beispiel Regen und UV-Strahlung widerstehen.

Outdoor-Möbel sehen aus wie die Einrichtung fürs Haus

Das Wichtigste: „Die Einrichtung für die Innenräume und den Außenbereich gleichen sich immer stärker an“, so Möbelexpertin Christine Scharrenbroch. „Vielen Möbeln sieht man gar nicht mehr an, ob sie für innen oder außen produziert sind.“ Denn beide - Indoor- und Outdoormöbel - haben aktuell häufig ein reduziertes, schlichtes Design.

Die Sofas stehen auf filigranen Beinen, ihre oft sichtbaren Gestelle sind zierlich. Genau wie die Indoor-Möbel sind die Gartenmöbel aktuell in einer weicheren Formensprache gehalten und haben mehr Rundungen als Kanten und Ecken.

Überhaupt geht es ums Wohlfühlen draußen. „Zum Relaxen gibt es heute Polstersessel in üppigen Formen, gemütliche Lounge-Betten in XXL oder Sitzinseln, die ihre Nutzer wie Nester umschließen“, heißt es in der Trendanalyse der Garten-Messe Spoga+Gafa für die Saison 2023. Die Sitzcken

hingegen sind oft minimalistisch gehalten. „Schnörkellose Tische und Stühle aus Aluminium oder verchromtem Metall verbinden Funktionalität mit geradlinigem Design und hoher Beständigkeit“, so die Trend-Analysten der Messe.

Sumpf- und Wasserpflanzen frisch eingetroffen

MS

Gärten...
einfach schön

Gartengestaltung

Teiche

Schwimmteiche

Pflaster- und Steinarbeiten

Gestaltung – Pflanzung – Pflege

Hofverkauf

Stauden – Kräuter – Wasserpflanzen

Wassertechnik – OASE Kompetenz-Partner

Untere Trift 1
34346 Hann. Münden / Hedemünden
Tel. 05545 1053 / 6544
E-Mail: info@ms-gartengestaltung.de
www.ms-gartengestaltung.de

Öffnungszeiten:

	Mi. - Fr.	9.00 – 17.00 Uhr
	Sa.	10.00 – 13.00 Uhr

Raus aus
der Miete!

Jetzt informieren! Telefon: 0551-5053000

Borchard Massivhaus GmbH & Co. KG
37079 Göttingen - Gerhard-Zillich-Str. 8
www.borchardmassivhaus.de

MAI AKTIONEN TAGE



Samstag

Mai

Pflanzaktion von 9-16 Uhr

20

Wir bepflanzen Ihren Balkonkasten mit Compo Kübelpflanzen- und Balkonkastenerde. Sie kaufen bei uns die Pflanzen und wir schenken Ihnen die Erde (pro Kunde max. 60 l). Kommen Sie mit Ihrem Gefäß zu uns, suchen sich Pflanzen aus lassen es bepflanzen und nehmen es fertig mit nach Hause.



Freitag

Mai

Beratung von 10-15 Uhr

26

-  **GARDENA Micro-Drip** – Wassersparende Bewässerung für alle Bereiche des Gartens.
-  **Mähroboter** – ein Mähroboter spart Zeit und führt bequem zu einem beständig schönen Rasen.
-  **Biologische Produkte** zum Nutzen Ihres Gartens (Pflanzenstärkungsmittel)
-  **THERMACELL** – Einen mückenfreien Sommer genießen.
-  **BOSCH** – Anwendungs- und Produktberatung, sichern Sie sich beim Kauf eines 18V Geräts Ihren gratis 3AH Akku.

Samstag

Mai

Beratung von 9-16 Uhr

27



- Gartenbodenanalyse** – Bodenprobe von vier verschiedenen Stellen im Garten aus 10 cm Tiefe entnehmen (Gesamtmenge 0,5l) und mitbringen.
- Diagnose von Pflanzenkrankheiten** – Ausreichende Menge Blätter und/oder Stängel der befallenen Pflanze mitbringen.



**SCHÖNER
WOHNEN**

Erfahren Sie mehr zu Anwendungstechniken und Einsatzgebieten unserer Lasuren und Holzöle.

hagebaumarkt **DREYER** gartencenter

DRIVE-IN



Auf uns können Sie bauen: Geballte Baustoffkompetenz für Profis und Selbermacher

Unser Driveln ist natürlich immer Ihr erster Ansprechpartner, wenn es um Aus- und Umbauten, Renovierungen oder den Neubau geht. Das gilt für ambitionierte Selbermacher genau so wie für Profis!

Wir führen alle Baustoffe der bekannten Markenanbieter, die vom Keller bis zum Dach benötigt werden – inklusive Dämmung, trockener Innenausbau, Kleber und Putze, Bau- und Verschalungshölzer oder Anstriche und bauchemische Produkte. Unser riesiges Sortiment schließt auch die kompletten Themen Be- und Entwässerung mit ein.

Das alles ist in unserem modern gestalteten Drive-In schnell und einfach zu finden und - noch wichtiger - aufzuladen. Ob mit dem Kombi oder mit dem LKW - bei uns fahren Sie am Regal vor und haben kürzeste Ladewege. Und selbstverständlich helfen unsere Mitarbeiter auch dabei. Nutzen Sie auch gerne unseren Lieferservice.



Sie brauchen professionelle Hilfe für Ihr Gartenbauprojekt? Dann sind Sie in unserem Driveln genau richtig.

Wir haben das gesamte Sortiment für Ihr grünes Paradies ständig bereit: Ob Sie einen Sichtschutz oder Gartenzaun bauen möchten, einen Teich im eigenen Garten anlegen wollen,

Wege oder Plätze anlegen möchten, Regenwasser nutzen oder eine Entwässerungslösung brauchen – Sie finden alles dazu notwendige bei uns.

Das richtige Gartenhaus dazu? Eher klassisch oder ganz modern? Unsere Muster-Ausstellung gibt Ihnen viele Anregungen. Oder Sie möchten eine Pool-Lösung?

Sie finden unsere sofort verfügbaren Pools ab sofort in der neu gestalteten Freizeitausstellung in unserem Driveln. Welche Ideen Sie auch haben: Unsere Mitarbeiter finden mit Ihnen die richtigen Produkte und Lösungen.

Gemeinsam zum tollen Grill-Erlebnis: Wir sind Weber Partner Store

Grillen ist weit mehr als nur Zubereitung von Essen auf dem Rost: Grillen ist vielmehr in den letzten Jahr echter Lifestyle geworden mit neuen Grillgeräten, einer Riesen-Palette an Zubehör und vielem mehr. Da kann man schon einmal die Übersicht verlieren - aber nicht bei uns!

Sie planen eine hochwertige Außenküche in Ihrem Garten - oder wollen einfach nur mit Freunden gemütlich ein Steak grillen?

Gas oder Holzkohle, klein oder groß – egal was Sie wünschen, als Weber-Partner führen wir ein großes Grill- und Zubehörsortimente in der Region und haben garantiert das passende Produkt für Sie.

Sprechen Sie mit unseren erfahrenen Mitarbeitern. Sie werden Ihnen darüber hinaus sicher auch den einen oder anderen Trick verraten können, mit dem die nächste Grill-party zu einem Mega-Erfolg wird.



Die perfekte Ausstattung für ihr Outdoor-Wohnzimmer - Gartenmöbel

Nicht nur im Sommer findet das Leben für viele Menschen draußen statt – der Garten und Balkon werden mehr und mehr zum „verlängerten Wohnzimmer“ - und da legt man natürlich Wert auf die perfekte Ausstattung.

Mit den richtigen Möbeln und Accessoires aus dem riesigen Dreyer Driveln Sortiment werden die schönen Tage und Abende zum wahren Vergnügen.

Unsere Mitarbeiter helfen Ihnen gerne bei der Auswahl, zeigen die neuesten Trends und mehr.

Maschinenverleih

Wenn bei Ihnen zu Hause das große Bau- oder Renovierungsprojekt ansteht, benötigen Sie natürlich entsprechend robuste Werkzeuge wie beispielsweise einen leistungsstarken Abbruchhammer oder ein anderes echtes Profigerät.

Bei uns finden Sie alle notwendigen Bauwerkzeuge, die Sie brauchen. Natürlich gibt es viele Werkzeuge, die Heimwerker vielleicht nur einmal im Leben benötigen und bei denen sich ein Kauf nicht rentiert. Genau für diese Zweck bietet Ihnen unser Driveln einen Werkzeugverleih an. Wollen Sie sich schon von zu Hause über Geräte und Preise vorinformieren?

Sie erreichen unsere Mitarbeiter unter der Rufnummer 05541-98400.



Am 14. Mai ist Muttertag

Muttertag hat eine lange Geschichte und ist auf verschiedene Ursprünge und Traditionen zurückzuführen

Eine Möglichkeit ist, dass die Idee des Muttertags aus der antiken griechischen und römischen Tradition stammt, in der Muttergöttinnen wie Rhea und Cybele verehrt wurden. Eine andere Möglichkeit ist, dass die Ursprünge des modernen Muttertags in Großbritannien im 17. Jahrhundert liegen, als der vierte Sonntag der Fastenzeit als „Mothering Sunday“ gefeiert wurde, an dem man in die Heimatgemeinde zurückkehrte, um die eigene Mutter zu besuchen und ihr eine kleine Aufmerksamkeit zu schenken.



In Deutschland wird der Muttertag am zweiten Sonntag im Mai gefeiert. Es ist üblich, der Mutter an diesem Tag Blumen, Geschenke oder eine Karte zu schenken und sie auf besondere Weise zu ehren. Einige Familien gehen auch gemeinsam essen oder unternehmen einen Ausflug.

Eine Geste ist das Backen von Kuchen oder Torten für die Mutter. Eine beliebte Kuchenform ist die Herzform, welche gerne mit bunter Glasur, Streuseln oder „Alles Gute zum Muttertag“-Nachrichten dekoriert sind.

In einigen Regionen Deutschlands gibt es auch den Brauch des „Maiherz“, bei dem Herzen aus Weidenzweigen gebunden und mit Blumen geschmückt werden. Diese werden dann am Muttertag aufgehängt oder verschenkt. In Schulen und Kindergärten werden oft Muttertags Bastelarbeiten angefertigt, um den Müttern eine besondere Freude zu machen. Auch in Kirchen wird der Muttertag oft mit speziellen Gottesdiensten gefeiert, um die Rolle der Mutter in der Familie und in der Gesellschaft zu ehren.

Insgesamt gibt es in Deutschland viele verschiedene Muttertags-Traditionen, die jedoch alle das Ziel haben, den Müttern Wertschätzung und Dankbarkeit entgegenzubringen.

Von Hannah Hujahn



In seiner heutigen Form wurde der Muttertag jedoch in den Vereinigten Staaten in den 1910er Jahren von Anna Jarvis ins Leben gerufen. Jarvis war eine Aktivistin, die den Muttertag als Möglichkeit sah, um die Leistungen und den Einsatz von Müttern für ihre Familien anzuerkennen und zu würdigen. Der erste offizielle Muttertag wurde am 10. Mai 1914 in den USA gefeiert, nachdem er von Präsident Woodrow Wilson zum nationalen Feiertag erklärt wurde.

Seitdem wird der Muttertag in vielen Ländern weltweit gefeiert, oft an unterschiedlichen Tagen und mit verschiedenen Traditionen. Der Tag wird als Gelegenheit genutzt, um die Liebe und Dankbarkeit gegenüber Müttern und Mutterfiguren auszudrücken und um ihre Rolle in der Familie und in der Gesellschaft zu ehren.

Alles Liebe zum Muttertag!



Viel Spaß am Vatertag!



DAUBE
Hann. Münden



Wir ♥ Lebensmittel.

„Mein Weg als junge Mutter - Eine ehrliche Perspektive“

Im Gespräch mit Hannah Hujahn, die im jungen Alter von 17 Jahren Mutter geworden ist

Wie hast du deine Rolle als junge Mutter wahrgenommen?

Gab es Erwartungen von außen, denen du gerecht werden wolltest?

Ich war schon als junges Mädchen immer begeistert von Babys und der Mutterrolle, ich weiß nicht ob das dazu beigetragen hat mich so schnell an diese Situation zu gewöhnen. Durch vorherige Erfahrungen mit kleinen Kindern, welche ich mit meinen Nichten und meinem Neffen erleben durfte, wusste ich was auf mich zukommt und war mir in den Sachen, die ich tue, sehr sicher.

Wie hast du dein Kind in den ersten Monaten und Jahren aufgezogen? Gab es Schwierigkeiten oder besondere Momente, an die du dich gerne zurückerinnerst?

Da mein Kind ein sehr selbstbewusstes und fröhliches Mädchen ist, wusste sie wo es lang geht, und hat auf charmante Art und durch ihr neugieriges Wesen, immer mehr gelernt. Wir sind viel draußen und haben einiges erlebt bisher. Ihre ernste Miene und ihr herzhaftes Lachen machen viele Momente zu unvergesslichen und heitern mich jeden Tag auf.

Wie hat sich deine Rolle als Mutter im Laufe der Zeit verändert?

Viele Sorgen und kleine Unsicherheiten haben sich mit der Zeit aufgelöst. Jeden Tag lernt man sein Kind besser kennen und man kann es irgendwann richtig gut einschätzen, das stärkt die Bindung noch mehr und gibt Vertrauen in sich selbst und seine Fähigkeiten

Wie hast du es geschafft, trotz der Herausforderungen als junge Mutter deine eigenen Ziele und Träume zu verfolgen?

Ich bin tatsächlich, seit ich jetzt länger Mutter bin, viel selbstbewusster und zufriedener mit mir selbst, was sich auch in der Schule und meinen Zielen widerspiegelt. Viele Dinge fallen mir leichter, auch wenn ich mit meiner Tochter unterwegs bin, sie gibt mir Vertrauen in mich selbst. Zudem bin ich dadurch in vielerlei Hinsichten viel entspannter geworden und habe genug Energie, Schule und Kind unter einen Hut zu bringen. Diese neuen Eigenschaften haben mir schon viel geholfen und ich bin froh, bisher so viel erreicht zu haben.

Was möchtest du anderen jungen Müttern mit auf den Weg geben?

Geht euren Weg und gebt nicht auf! Der Anfang ist vielleicht etwas schwerer, aber auch das wird besser. Mir hat der Austausch mit anderen jungen Müttern oder meinen Freunden immer sehr geholfen. Man ist nicht allein und man kann alles schaffen, wenn man fest daran glaubt. Zudem erfüllt es einen total einen neuen Menschen in seinem Leben zu haben und dieser kann jeden noch so blöden Tag um einiges bereichern!





Fühlen Sie sich im Caravan wie zuhause

Richten Sie sich beim Camping genau so ein, wie es zu Ihrem Stil passt — ganz ohne Abstriche

Camping im Caravan ist eine tolle Möglichkeit, um dem Alltag zu entfliehen und die Natur zu genießen. Aber manchmal kann es schwierig sein, sich im engen Raum des Caravans gemütlich zu fühlen. Mit wenigen Handgriffen kann der Caravan zu einer gemütlichen Oase werden. Farben und Dekoration bringen Farbe in den Innenraum des Caravans. Mit dekorativen Kissen, Vorhängen, Teppichen oder Wandbildern gestalten Sie kurzerhand

das Interieur und verleihen dem Caravan eine ganz persönliche Note. Eine gute Beleuchtung ist da unerlässlich und kann einen großen Unterschied im Innenraum machen. Verwenden Sie warme Lichtquellen und installieren Sie LED-Leuchten, um eine gemütliche Atmosphäre zu schaffen. Ein Must-Have sind kuschelige Textilien. Ein Wollteppich, flauschige Decken und Kissen können den Innenraum Ihres Caravans gemütlicher und einladender gestalten. Wer liebt sie nicht? Gute Musik und spannende Bücher. Vor allem im Caravan bringen sie eine entspannte Atmosphäre und werden zu dekorativen Accessoires.

Ebenso ein bequemer Sessel oder ein Sofa kann den Innenraum Ihres Caravans gemütlicher machen. Genießen Sie den nächsten Campingurlaub in vollen Zügen!



Für jeden Moment.

Der Volvo XC40 Recharge Pure Electric.

Das vollelektrische, selbstbewusste Kompakt-SUV mit integrierten Google Services¹. Ihr perfekter Begleiter, wo auch immer das Leben Sie hinführt.

¹ Google Services sind nach Auslieferung 4 Jahre gebührenfrei verfügbar. Danach ist die Nutzung der Digital Services inkl. Google Services kostenpflichtig. Google ist eine Marke von Google LLC.



Hetzler-Automobile Vertriebs GmbH & Co. KG
Heiligenröderstr. 27, 34123 Kassel, Tel. 056157009-0

Autohaus Hetzler GmbH & Co. KG
Wolfhager Straße 5, 34560 Fritzlar, Tel. 056229930-0

volvocars-haendler.de/hetzler

JETZT NEU BEI UNS ERHÄLTlich!

Mini-Campinganhänger ES-2

Mini-Campinganhänger ES-3



Gepäckvolumen 900 l, Zugelassenes Gesamtgewicht 750 kg, Aufbauhöhe 2700 mm
Länge inkl. Deichsel: 3700 mm, Breite 1800 mm, Höhe 1770 mm, geländegängig, unter 750 kg: Fahrerlaubnis der Klasse B genügt uvm.

ab **14.900 €**



Gepäckvolumen 900 l, Zugelassenes Gesamtgewicht 750 kg, Aufbauhöhe 2740 mm, Länge inkl. Deichsel: 3930 mm, Breite 2036 mm, Höhe 1872 mm, geländetauglich, leichter Anhänger unter 750 kg: Führerscheinklasse B genügt uvm.

ab **15.900 €**

Vogelei

Tel. 0 55 42 - 93 57 0



RENAULT

Autohaus Heinrich Vogelei Söhne Nachf. KG
Am Eschenbornrasen 16
37213 Witzenhausen
Tel. 0 55 42 - 9 35 70
www.autohaus-vogelei.de



Klare Sicht. Klare Sache.



Vorbereitet für den Ernstfall: Das sollten Sie beachten

Wer auf den nächsten Campingausflug möchte, braucht ein Erste-Hilfe-Set

Zu mystischen Orten, dichten Wäldern oder direkt ans Meer: Das Abenteuer wartet überall. Besonders wenn man mit dem Caravan oder Wohnmobil unterwegs ist, wird die Natur ganz anders wahrgenommen. Doch so idyllisch ein solcher Trip auch sein kann, sollte man auch für den Ernstfall gewappnet sein. Vor jeder Reise sollte sichergestellt werden, dass das Erste-Hilfe-Set überprüft und aufgefüllt wurde. Nur dann kann sichergestellt werden, dass man für alle möglichen Situationen gerüstet ist. Um für den Ernstfall gewappnet zu sein, sollte das Set stets an einem schnell zugänglichen und trockenen Ort aufbewahrt werden. Wenn Sie Medikamente einnehmen, stellen Sie sicher, dass Sie genug davon für Ihre Reise haben und dass Sie sie sicher und kühl aufbewahren. So sind Sie für Ihren nächsten Ausflug bestens vorbereitet.



DAS ERSTE-HILFE-SET

- Desinfektionsmittel
- Pflaster in verschiedenen Größen
- Sterile Gaze & Klebeband
- Verbandskasten
- Schmerzmittel & Antihistaminika
- Thermometer
- Wundsalbe & Jodtinktur
- Zeckenzange
- Einweg-Spritzen
- Erste-Hilfe-Handbuch
- Liste mit Notfallnummern

LMC



Unsere Wohnmobil-Vermietung

LMC 758 „Element“

Unser großes, geräumiges Familien-Reisemobil mit vier Schlafplätzen, Fahrradträger, Dusche und WC separat, uvm.
ab € 109,- / Tag *

LMC 643 „Breezer“

Unser geräumiges Wohnmobil für zwei Personen mit zwei Schlafplätzen, Kühlschrank mit Gefrierfach, Fahrradträger, uvm.
ab € 99,- / Tag *

NEU: LMC 590 „Innovan“

Unser neuer kompakter Camper-Van für die Reise zu Zweit mit zwei Schlafplätzen, Fahrradträger, Küchenzeile m. Kühlschrank u. 2er Kochfeld
ab € 95,- / Tag *

Gottschalk

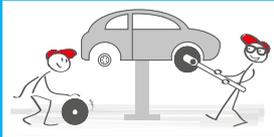
Auto & Garten Gottschalk e.K.

ISUZU STIHL LMC

37213 Witzhausen
Unter den Weinbergen 2
Tel. 05542-507180
www.autogottschalk.de

Sichern Sie sich jetzt Ihren Reisettermin!

* Informationen zur Ausstattung, Grundriss und Kosten unter: www.autogottschalk.de oder direkt bei uns



Kfz-Werkstatt Vietor GmbH

Meisterbetrieb

Kasseler Str. 38 | 34346 Hann. Münden

kfzwerkstattvietor@gmx.de
Tel. 0 55 41 / 88 90

Inh. K. H. Liebe-Hömmen
Alf Ströver



TISCHLEREI OEHL

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

GROTE Container

Container
von 1 - 40 m³ ab
30,- €

www.grote-container.de

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

*Wir verkaufen garantiert
auch Ihre Immobilie!*

In Hann. Münden Staufenberg, Kassel & Umgebung

Verkauf | Vermietung | Wertermittlung
Leistungsgarantie

Immer persönlich vor Ort!



Hauptstraße 21 | 34355 Staufenberg
Telefon: 0 55 43 - 8 19 97 03
Mobil: 01 52 - 28 75 00 17
www.pitsch-immobilien.de



Die nächste Ausgabe
erscheint im Juni 2023

Impressum

Mundus Marketing & Interactive GmbH

Geschäftsleitung:
Jörg Christian Bornhoff

Sichelnsteiner Weg 2, 34346 Hann. Münden,
Tel. 05541 95799-0, info@mundus-online.de,
www.mundus-online.de

Kaufmännische Leitung: Claudia Tarsa

Verkauf: Nadine Rohpeter (Lt.), Heidrun Wegener-
Kerff, Sinja Nordhausen, Inga Bach

Redaktion: Martina Stöneberg
redaktion@mundus-online.de

Grafik & Layout:
Ahmed Granica (Lt.), Alice Walter, Paulina Müller,
Michelle Merk

Social Media:
Viktoria Kuke, Janne Amend

Vertrieb: Jan Kerff

Erscheint monatlich, postalische Verteilung
an alle Haushalte in Hann. Münden
sowie Auslage an ausgewählten Ablagestellen

Druck: DDM GmbH & Co. KG
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel

Auflage: 18.000 Stk.

Bild- und Textnachweis – soweit nicht anders an-
gegeben – Mundus Marketing & Interactive GmbH,
Adobe Stock, Shutterstock, Fotolia, Pixabay, bei Ge-
winnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

www.meineregion365.de

Weitere Titel von Mundus:

meinwmk
meinerregion
Göttingen
meinDUDERSTADT

SCHUTZ UND SICHERHEIT FÜR IHR FAHRZEUG



WERTE ERHALTEN FREIZEIT GENIESSEN

Bei uns bekommen Sie den hochwirksamen und geruchsarmen
Unterbodenschutz für Ihr Reisemobil



Fahrzeuglackierung GmbH

Ihr zertifizierter DINITROL Rostschutz-Service vor Ort

In der Aue 19 | 37213 Witzenhausen | 05542-4519 | info@jg-fahrzeuglackierung.de



ZUR WEBSEITE



Versorgungsbetriebe Hann. Münden GmbH



***Die Hochbadsaison hat begonnen,
wir freuen uns auf Euch.***

Öffnungszeiten 8:00 bis 20:00 Uhr

Kassenschluss ist eine Stunde vor Schließung

Die Badezeit endet immer eine halbe Stunde vor Schließung

Tel. Hochbad-Kasse: 05541 707 241



*Besuchen Sie uns auf Facebook
Hochbad Hann. Münden*

**Werraweg 24 | 34346 Hann Münden
VHM-Kundenservice: 05541 707 888**

**Mail.: info@versorgungsbetriebe.de
www.versorgungsbetriebe.de**