



# mein **müNDEN**

Das Gesellschaftsmagazin für Hann. Münden und Umgebung

Kaum zu glauben  
aber wahr, das

## Ratsbrauhaus wird 20 Jahr!

mehr ab Seite 5

**VERKAUFSOFFENER  
SONNTAG**



**29.10.23**  
von 12 - 17 Uhr



**Gesundheit: Sören  
Heß im Gespräch**

mehr auf Seite 32



**Praktische Hilfe  
nach der Geburt**

mehr auf Seite 18



**Gemeinschaftsgarten  
fördert Integration**

mehr auf Seite 8

# Flic Flac

## 14. Festival der Artisten

### 21. DEZ – 14. JAN FRIEDRICHSPLATZ KASSEL

TICKET-HOTLINE: 0203 97519967  
FLICFLAC-KASSEL.DE



### JETZT TICKETS SICHERN!

Kassel Marketing

Glinicke  
einfach mobil

reservix  
die ticketexperten

HNA



## Ein neuer Morgen in Nahost – Ruf nach Frieden inmitten des Chaos

Der Kriegsausbruch in Nahost hat die Welt erneut in Schock versetzt. Die Bilder von zerstörten Städten, fliehenden Familien und dem unermesslichen menschlichen Leid, das sich vor unseren Augen entfaltet, sind herzerreißend. Es ist ein trauriges Déjà-vu, ein weiteres Kapitel in einer Geschichte, die von Konflikten, Missverständnissen und verpassten Chancen geprägt ist. Doch inmitten dieser Dunkelheit gibt es auch Lichtblicke. Mutige Stimmen erheben sich gegen den Krieg und rufen nach Frieden. Sie sind es, die uns daran erinnern, dass hinter den Schlagzeilen echte Menschen stehen – Menschen mit Träumen, Hoffnungen und Ängsten. Menschen, die dasselbe wollen wie wir alle: ein Leben in Frieden und Sicherheit.

Doch gerade jetzt ist es wichtiger denn je, nicht wegzusehen. Wir müssen uns fragen: Wie konnte es so weit kommen? Und vor allem: Wie können wir dazu beitragen, dass sich die Geschichte nicht wiederholt? Die Antwort ist komplex, aber ein erster Schritt ist, sich zu informieren und zu verstehen. Nur durch Dialog und Verständnis können wir tiefsitzenden Vorurteile und Missverständnisse überwinden, die diesen Konflikt so lange genährt haben. Es ist an der Zeit, dass wir als globale Gemeinschaft zusammenstehen und unsere Stimmen erheben – für Frieden, Gerechtigkeit und eine bessere Zukunft für alle Menschen in Nahost.

Der Krieg in Nahost ist nicht nur ein regionaler Konflikt. Er betrifft uns alle. Denn in einer globalisierten Welt sind die Auswirkungen eines Krieges nie auf eine Region beschränkt. Flüchtlingsströme, wirtschaftliche Verwerfungen und geopolitische Verschiebungen haben globale Auswirkungen. In diesen Zeiten der Unsicherheit und des Wandels dürfen wir nicht vergessen, innezuhalten und zuzuhören. Es ist wichtig, den Dialog zu suchen und gemeinsam nach Lösungen zu streben. Wir alle tragen die Hoffnung auf eine friedlichere Zukunft in unseren Herzen – eine Zukunft, in der Krieg und Konflikt nur noch Erinnerungen sind und in der jeder Mensch in Frieden und Würde leben kann. Es beginnt mit einem ersten Schritt, den jeder von uns gehen kann.



**Susanne Wesche,**  
Redakteurin  
wesche@mundus-online.de  
0171 68259 95

Sie erreichen unsere  
Redaktion und unseren  
Verkauf unter: **05541 95799-0**



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



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



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



**Silke Thorhauer,**  
Mediaberaterin  
thorhauer@mundus-online.de  
05541 95799-16



**Jörg Christian Bornhoff,**  
Geschäftsführender Herausgeber  
bornhoff@mundus-online.de  
05541 95799-19

# STADTGEFLÜSTER

## Nortrud Riemann und Uwe Zindel neue Stadtratsmitglieder

Nachbesetzungen für die zurückgetretenen Jennifer Treichel (SPD) und Marco Hepe (BürgerForum)



Nach den beiden Rücktritten von Jennifer Treichel (SPD) und Marco Hepe (BürgerForum) aus dem Rat der Stadt Hann. Münden wurden am vergangenen Donnerstag ihre Nachbesetzungen in das Gremium aufgenommen. Nortrud Riemann (72 Jahre) rückt für die Sozialdemokraten auf, während Uwe Zindel (66 Jahre) ab sofort Entscheidungen für das Bürgerforum trifft. Nortrud Riemann war zwischen 2016 und 2021 bereits im Stadtrat aktiv, für Uwe Zindel ist es eine ganz neue Aufgabe.

Während Nortrud Riemann die SPD-Fraktion zukünftig im Gesellschaftsausschuss sowie im Ausschuss für Klima und Umwelt vertritt, wird Uwe Zindel die Interessen der Gruppe Bürgerforum und FDP im Betriebsausschuss und ebenfalls im Ausschuss für Klima und Umwelt wahren. Bürgermeister Tobias Dannenberg begrüßte die beiden nachgerückten Mitglieder im Kreise des Hann. Mündener Stadtrates und wünschte ihnen bei den ab sofort zu treffenden, politischen Entscheidungen ein glückliches Händchen zum Wohle der Stadt.

(Quelle: Pressestelle Stadt HMÜ)

## Weihnachtsbaum für den Rathausvorplatz gesucht

Sechs bis zehn Meter hohes Exemplar soll Besucher\*innen in der Vorweihnachtszeit erfreuen

Auch in diesem Jahr soll wieder ein prächtiger Weihnachtsbaum vor dem Rathaus aufgestellt werden. Nach einer kurzen Unterbrechung im Jahr 2022 wird so diese langjährige Tradition fortgeführt. Um dies zu ermöglichen, startet die Hann. Münden Marketing GmbH einen Spendenaufruf. Bürgerinnen und Bürger, die einen sechs bis zehn Meter hohen Tannenbaum in ihrem Garten haben und diesen nicht mehr benötigen, sind herzlich eingeladen, sich an [veranstaltung@hann.muenden-marketing.de](mailto:veranstaltung@hann.muenden-marketing.de) zu wenden.

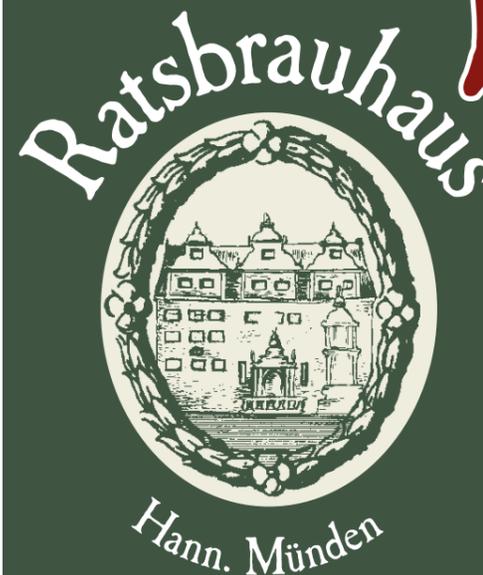
„Wir bitten dabei um die Zusendung eines Bildes des Baumes, um eine bessere Einschätzung vornehmen zu können“, erklärt Matthias Biroth, Geschäftsführer der Hann. Münden Marketing GmbH.

Der gespendete Baum wird von der Stadt abgeholt und in der Vorweihnachtszeit auf dem Rathausvorplatz aufgebaut.

(Quelle: Pressestelle Stadt HMÜ)



Kaum zu glauben aber wahr,  
das Ratsbrauhaus wird 20 Jahre!



# Ratsbrauhaus

SONNTAG / 12. NOV. / AB 11 UHR

MARKT 3, 34346 HANN. MÜNDEN

Tel. 05541 957107

[www.ratsbrauhaus.de](http://www.ratsbrauhaus.de)



# Ein Garten der Vielfalt

Gemeinschaftsprojekt in Hann. Münden fördert Integration und Nachhaltigkeit



Seit einem Jahr gibt es ihn – den internationalen Gemeinschaftsgarten in Hann. Münden. Hier kommen Menschen aus verschiedenen Kulturen zusammen, um gemeinsam zu arbeiten, zu wachsen und zu ernten. Mit 35 Mitgliedern aus 14 verschiedenen Nationen ist dieser Garten ein wahrhaft internationales Gemeinschaftsprojekt. Vor einigen Jahren begann die Reise dieses Gartens. „Die Suche nach einem geeigneten Stück Land war herausfordernd“, erinnert sich Mitbegründer Karl-Heinz Duddek. Dieses Stück Land musste nicht nur möglichst kostenfrei sein, sondern auch familienfreundlich und fernab vom Flussufer. Nach über zwei Jahren erfolgreicher Suche stellte die Stadt schließlich ein Grundstück zur Verfügung.

Es gab weder Wasser- noch Stromanschlüsse. Ein Hindernis, das die Mitglieder des Gemeinschaftsgartens jedoch nicht abschreckte. Wasser wurde großzügig in 1000-Liter-Tanks vom benachbarten Grundstücksanrainer bereitgestellt, und die Parzellen wurden sorgfältig abgesteckt. Ein Brunnen wurde gegraben, und ein langer Schlauch erstreckte sich vom Nachbarn bis in den Garten, um die Bewässerung zu gewährleisten. Ein 1.600 Meter langer Zaun, der vom Verein „Rock for Tolerance“ finanziert wurde, umschließt das gesamte Grundstück. Eine kleine Gartenlaube wurde durch das Mündener Spendenparlament finanziert. Der örtliche Hagebaumarkt wurde zu einem wertvollen Partner und stellte Werkzeuge, Schubkarren und sogar einen Sandkasten für die jüngsten Gärtner zur Verfügung.

Karl-Heinz Duddek spielte eine Schlüsselrolle bei der Beschaffung dieser Ressourcen. Er war unermüdlich in seinen Bemühungen, Werkzeuge und Ausstattung zu organisieren, um den Traum vom Gemeinschaftsgarten Wirklichkeit werden zu lassen. Heute erstrahlt der Internationale Gemeinschaftsgarten in Hann. Münden in üppigem Grün und bunten Blüten. Er ist zu einem Ort der Gemeinschaft und des Miteinanders geworden, an dem Menschen unterschiedlichen Alters und verschiedener Herkunft willkommen sind, um ihre eigenen kleinen Parzellen zu pflegen. Ob Rentner mit gerade mal zwei Quadratmetern oder Großfamilien mit großzügigen 200 Quadratmetern – im Garten findet jeder sein Plätzchen. Die Mitglieder des Gartens widmen sich einer breiten Palette von Pflanzen, von Zucchini bis zu exotischem Gemüse aus fernen Ländern.



Die Mitglieder teilen die Verantwortung für die Pflege des Geländes, mähen den Rasen und schneiden die Hecken. In Zeiten von Urlaub oder Krankheit springt man füreinander ein. Der Internationale Gemeinschaftsgarten fördert nicht nur das gemeinsame Gärtnern, sondern auch den Austausch von Wissen und Erfahrungen. Die Garten-AG, bestehend aus Grundschulkindern, kümmert sich einmal wöchentlich um ihr eigenes Beet und lernt dabei viel über die Natur und die Bedeutung des ökologischen Anbaus.

Der Garten steht jedem offen, der ihn besichtigen oder Teil dieser Gemeinschaft werden möchte.



*Tischlermeister*  
**Carsten Döring**

Treppen  
Fenster  
Türen  
u.v.m.

Mündener Str. 1a  
34359 Reinhardshagen  
E-Mail: cdoering@freenet.de  
Tel. 05544/999595

**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 Fährle 6 | 34359 Reinhardshagen | Tel.: 05544-386 | Fax: -8234 | www.tischlerei-oehl.de

**Blumen-Stube Triest**

**Herbstblumen in allen Varianten!**

Kostenloser Lieferservice!

Gaußstr. 8  
37127 Scheden

05546 - 999 730  
0170 - 62 83 41 5  
info@galabau-triest.de

- Blumen- und Pflanzenverkauf
- Bepflanzungen aller Art
- Deko und Geschenkartikel
- Blumen- und Planzerde
- Rindenmulch und Pflanzendeko
- Grabbepflanzung und Pflege

www.galabau-triest.de

**GROTE Container** Container von 1 – 40 m² ab 30,- €

Unsere Leistungen:

- Containerdienst
- Baggerbetrieb
- Fuhrunternehmen
- Reststoffentsorgung

Wir liefern Ihnen:

- Kies und Schotter
- Komposterde

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

www.grote-container.de

**NATURHAUS SPARBIER**

WIR SIND IHR PARTNER VOR ORT VON:

Aufmaß | Lieferung & Montage von Garagentoren | Markisen | Plissees | Insektenschutz | Vorbaulläden

JÖRG SPARBIER | Danziger Str.1 | 34346 Hann. Münden (Hedemünden)  
Mobil: 0172 - 56 15 032 | Fax: 05545 16 55 | naturhaus.sparbier@gmx.de

**HOLZABTEILUNG im Drive-In!** **NEU**

- Hobelware
- Sägerauer Ware
- Rauhpund
- Profilholz
- OSB Verlegeplatten
- Brettschichtholz
- Konstruktionsvollholz

**hagebaumarkt DREYER gartencenter**

Göttinger Str. 56  
34346 Hann. Münden  
Tel. 05541 9840-0

Überzeugen Sie sich selbst von der großen Auswahl!

# Jugendwettbewerb „Umbruchszeiten“

Jugendliche sind eingeladen, sich mit der Geschichte der deutschen Einheit und deren Folgen seit 1989/1990 zu beschäftigen und ihre Beiträge bis zum 1. Februar 2024 einzureichen.

Der bundesweite Jugendwettbewerb „Umbruchszeiten. Deutschland im Wandel seit der Einheit“ startete am 1. September in seine dritte Runde. Jugendliche zwischen 13 und 19 Jahren können Beiträge für den Wettbewerb einreichen und einen von 30 Preisen gewinnen. Die Gewinnergruppen erhalten ein Preisgeld zwischen 500 und 3.000 Euro und werden zur Preisverleihung im Juni 2024 nach Berlin eingeladen. Der Wettbewerb regt Jugendliche dazu an, die spannende Zeit der Transformation seit der Friedlichen Revolution und deutschen Einheit in den Blick zu nehmen. Das Schwerpunktthema der aktuellen Runde lautet „Gesellschaft in Bewegung“.

Mit welcher Art von Bewegung sich die Jugendlichen befassen, entscheiden sie selbst: etwa mit einem Umzug zwischen Ost und West, den neuen Reisefreiheiten oder mit politischen Bewegungen wie der Frauen- oder Umweltbewegung. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt: Jugendliche können etwa Bekannte und Verwandte zu ihren Erfahrungen nach der Wiedervereinigung befragen. Wie erlebten diese die Zeit nach 1989/90? Und was hat das alles heute noch mit uns zu tun?

Von Filmen über Podcasts bis zu Social-Media-Projekten sind alle Formate willkommen. Der Beauftragte der Bundesregierung für Ostdeutschland, Staatsminister Carsten Schneider, und die Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur richten den Wettbewerb bereits zum dritten Mal gemeinsam aus. Bisher nahmen bereits über 2.000 Jugendliche am Wettbewerb teil und begeisterten die Jury mit vielen spannenden Projekten. Staatsminister Carsten Schneider sagt zu dem Ziel des Wettbewerbs: „Menschen, die während der Wende in der Mitte ihres Lebens standen, haben durch den Zusammenbruch des alten Systems oftmals tiefe Einschnitte und Brüche in

ihren Biografien erlebt. Verheißungen haben sich für sie nicht immer erfüllt und viele haben die Umbruchszeiten als verunsichernd oder bedrohlich empfunden. Meine Generation hat den Zusammenbruch der DDR erlebt, aber auch die Freiheit des neuen Systems.“

Die „Umbruchszeiten“ habe ich persönlich als großen Aufbruch und Zeit der Chancen erlebt. Die Erfahrungen aus diesen Zeiten prägen die Menschen und unsere Gesellschaft bis heute auf ganz unterschiedliche Weise. Der Jugendwettbewerb richtet den Fokus auf die gesellschaftlichen Entwicklungen von damals und schafft ein Bewusstsein bei Jugendlichen für die Teilungs- und Transformationsgeschichte.“

Informationen zum Wettbewerb „Umbruchszeiten. Deutschland im Wandel seit der Einheit“ und zu den Teilnahmebedingungen finden Sie unter: [www.umbruchszeiten.de](http://www.umbruchszeiten.de).

Kontakt: Projektbüro Jugendwettbewerb Umbruchszeiten  
[umbruchszeiten@bundesstiftung-aufarbeitung.de](mailto:umbruchszeiten@bundesstiftung-aufarbeitung.de)




## KI – einfach umgesetzt mit DOS

Die DOS Software-Systeme GmbH ist ein branchenunabhängiger Beratungs- und Softwaredienstleister, dessen Fokus die transparente und ganzheitliche Entwicklung von Geschäftsprozessen inklusive der Implementierung von individuellen Softwarelösungen ist. Von den Standorten Wolfsburg, Braunschweig und Hann. Münden bedienen wir unsere Kunden mit Leistungen aus den Bereichen Consulting, digitale Lösungen, Informationssicherheit, Qualitätsmanagement und modernen Softwarelösungen sowie KI.

Wir haben den Fokus, das Beste aus den Prozessen unserer Kunden zu holen und echten Mehrwert für Ihren Unternehmensalltag zu schaffen. Dabei sind wir in der Lage, mit unserem Portfolio vom Großrechner bis zur modernen Cloud oder KI-Applikation die Bedürfnisse unserer Konzernkunden genauso effizient zu bedienen wie unsere Kunden aus dem Mittelstand. Über 35 Jahre Erfahrung in der Beratung und IT machen die DOS zum perfekten Umsetzungspartner für Ihre Prozesse. Wir verbinden die Gegenwart mit der Zukunft.

### Wieso sollte ich mich mit dem Thema KI auseinandersetzen?

Weil die Möglichkeiten von KI vielfältig sind und KI eine der am schnellsten wachsenden Technologien unserer Zeit ist. Sie wird nahezu alle Bereiche unseres Lebens beeinflussen, privat wie auch beruflich. Nur wer damit vertraut ist kann besser verstehen, wie diese Technologie funktioniert und wie sie sich auf seine Welt auswirken kann.

KI-Technologie ist schon jetzt in vielen Bereichen in unserer Arbeitswelt präsent. Repetitive und zeitaufwändige Aufgaben können automatisiert werden, damit Mitarbeitende mehr Zeit für die anspruchsvollen Tätigkeiten haben.

Mittels KI-Techniken können neue Potentiale in Geschäftsprozessen erreicht werden, die allein für Menschen nicht möglich gewesen wären. Darüber hinaus bietet KI das Potenzial, den Büroalltag effizienter und produktiver zu gestalten, indem sie Kommunikation und Zusammenarbeit unterstützt.

Und auch in kreativen/gestaltenden Prozessen, wie beispielsweise bei der Softwareentwicklung, bietet KI zahlreiche Möglichkeiten. Durch die Generierung von Codezeilen können Menschen von Standardaufgaben entlastet werden und erhalten mehr Zeit für die schwierigen Herausforderungen.

Wir werden merken, dass die Technologie KI uns Menschen helfen wird, die Lücken zu schließen, die Fachkräftemangel und Effizienzdruck verursachen und damit einen Beitrag für ein weiteres Wachstum liefern. Voraussetzung ist, dass wir die Technologie verstehen und entsprechend einsetzen.

### Welche Anforderungen muss ich erfüllen, um KI zu nutzen?

Zunächst muss die Idee für das KI Projekt konkretisiert werden. Dafür ist es besonders wichtig, herauszufinden, ob das vorliegende Problem wirklich durch eine KI abgebildet werden kann und muss.

KI-Modelle werden nicht programmiert, sie werden trainiert. Und das Training erfolgt mit Daten. Diese müssen in ausreichender Menge und Qualität vorhanden sein und die Informationen enthalten, die zur Lösung der Aufgabe notwendig sind. Daher ist der Anteil an Datenanalyse und -vorbereitung in KI Projekten sehr hoch.

Ein häufiger Trugschluss ist die Annahme, dass es die „eine“ KI gibt, jedoch sind in Unternehmen oft individuelle Anwendungen gefragt. Benötigt werden dazu Experten, die über Erfahrungen in der Datenanalyse

**Kostenloser Kick-Off-Workshop**  
Vereinbaren Sie jetzt einen Termin!

und -management, in der Modellauswahl sowie im maschinellen Lernen verfügen, um die passende Lösung zu implementieren. Eine wichtige Rolle spielt auch der (Fach-)Experte innerhalb des Unternehmens, denn sein Wissen macht aus Daten Informationen.

### Unser individuelles Angebot für Ihre KI-Lösung

Bei uns können Sie sich dem Einsatz von KI kompromisslos nähern. Unser Ansatz ist modular und sehr transparent: Dabei folgt jedes KI Projekt der DOS folgenden Schritten:

- KI-Readiness Check (Formulierung der Zieldefinition, Definition der Anforderungen)
- Explorative Datenanalyse (Beurteilung der Qualität und Quantität der Daten)
- Proof of Concept (Entwicklung eines lauffähigen Prototyps)
- Realisierung der KI-Lösung inkl. Integration in bestehende Geschäftsprozesse

### Unser modularer Aufbau – Ihre klaren Vorteile

- Einfacher und unkomplizierter Prozess, um den Einstieg in die KI-Welt zu erhalten
- Starke Prozess-Involvement des Kunden und Entscheidungsoption an jedem Modul
- Schnelle Aussage zur Machbarkeit der Projektvision
- Keine hohen Kosten, um die Machbarkeit einer KI-Idee zu erproben
- Kein eigenes KI-Know How des Kunden notwendig



DOS  
SOFTWARE-SYSTEME GMBH

Unser Kollege freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme.

**Ansprechpartner:** Jörg Janisch  
**DOS Abteilung:** Consulting, Integrationstechnologie & KI-Entwicklung  
**Tel.:** (+49) 152 – 08997891  
**Mail:** [joerg.janisch@dos-online.de](mailto:joerg.janisch@dos-online.de)  
[www.ki-machine-learning.de](http://www.ki-machine-learning.de)



# BAUEN & WOHNEN

## Feuchteschutz beim Bau schont den Geldbeutel

Um Feuchte- und Wassereintritt in Holzbauteilen rechtzeitig zu bemerken, hat Sihga ein innovatives Frühwarnsystem entwickelt. Es benachrichtigt, sobald Wasser im Bauteil gemessen

wird, sodass bei Bedarf unverzüglich Gegenmaßnahmen ergriffen werden können. Damit lassen sich kostspielige Schäden vermeiden und die Verhandlungsposition gegenüber der Versicherung verbessern. Feuchtigkeit in Holzbauteilen wird oft zu spät erkannt – erst dann, wenn das Bauteil massive Schäden aufweist. Eine teure Erneuerung ist dann vonnöten. Feuchte Holzbauteile können verschiedene Ursachen haben: So lassen beispielsweise Kondenswasser, Staunässe oder Leckagen Wasser ins Bauteil eintreten. Meist passiert dies über einen längeren Zeitraum, ohne dass Bewohner etwas bemerken. Das Überwachungssystem Monitorix von Sihga schafft hier Abhilfe. Es überwacht selbstständig und unauffällig mit Sensoren und Feuchte- sowie Temperatursensoren die Feuchtigkeit im Bauteil. Über ein beigefügtes Ampelsystem oder aber jederzeit online können die Messwerte dann regelmäßig eingesehen werden. Das Sihga-Expertenteam übernimmt dabei kostenfrei die Planung, Bemessung und die Inbetriebnahme. (spp-o)

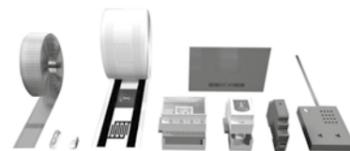


Foto: SIHGA GmbH/spp-o

### Entdecken Sie die Zukunft der Energie!

Mit dem myzun Batteriespeicher können Sie Ihre bestehende oder ausgeführte Photovoltaikanlage auf das nächste Level bringen.

- 📍 Warum myzun?
- ✔ Hohe Kapazität und Effizienz
- ✔ Einfache Nachrüstung in bestehende Anlagen
- ✔ Unabhängigkeit von steigenden Strompreisen
- ✔ Umweltfreundlich und nachhaltig

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Zögern Sie nicht uns zu kontaktieren! Machen Sie den ersten Schritt in eine nachhaltige Zukunft mit myzun! ☀

Meyer&Meyer  
Elektrotechnik GmbH  
Elektro-Heizung-Sanitär

Bebelstr. 18  
34346 Hann. Münden  
Tel.: 0 55 41 | 7 01 91 30  
info@meyer-elektro-technik.de



myZUN



Jetzt informieren! Telefon: 0551-5053000

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

## Ökologie rauf, Kosten runter

### Ratgeber zu Pelletöfen und wasserführenden Kaminöfen

Die Energiewende, die CO<sub>2</sub>-Steuer und weltpolitische Ereignisse verunsichern die Verbraucher – die Anschaffung eines wasserführenden Kamin- oder Pelletofens ist hier eine bewusste Entscheidung für mehr Sicherheit und Unabhängigkeit. Denn die Wärme aus Scheitholz oder Pellets ist wirtschaftlich, nachhaltig und macht unabhängig von fossilen Energieträgern. Ein weiterer Pluspunkt: Dank moderner Technik ist die Nutzung von Holz als Brennstoff sehr effizient. So liegt es nahe, das Kaminfeuer in das bestehende Heizungssystem einzubinden oder bei einem Neubau mit einer Solaranlage oder Wärmepumpe zu kombinieren. So sorgen erneuerbare Energien das ganze Jahr für wohlige Wärme und warmes Wasser.

#### Ratgeber im Doppelpack

„Die Investition in moderne, unabhängige Heiztechnik ist eine Investition in eine sichere Zukunft. Daher informieren sich immer mehr Endverbraucher umfassend, bevor sie sich für einen modernen Ofen entscheiden. Sie suchen nach Expertenwissen“, so Nikolaus Fleischhacker, Geschäftsführer der Oranier Heiztechnik, einer der führenden Spezialisten für Festbrennstoffgeräte in Deutschland. „Daher haben wir zwei Ratgeber veröffentlicht, die sich mit der Thematik auf jeweils über 200 Seiten befassen. Echte Bestseller mit einer Auflage von über 50.000 Exemplaren.“

#### Einfach mehr Wissen

Mit vielen Bildern illustriert, sind die Ratgeber gut und verständlich geschrieben, sodass sich jeder Interessierte anhand der ausführlichen Darstellung umfassend über sein neues bzw. zukünftiges Heizungssystem informieren kann. Die Bücher, die mittlerweile Standardwerke sind, wurden von den Fachbuchautoren Grotjan und Schmidt verfasst. Als Mitarbeiter von Oranier verfügen sie über langjährige Erfahrung in den Bereichen der Verbrennungstechnik und Geräteentwicklung. Der „Ratgeber für wasserführende Kamin- und Pelletöfen“ bietet umfangreiche Informationen zu Aufbau und Funktion. Nach einer kurzen Einführung wird die Installation erläutert. Detaillierte Skizzen und Schaltungsbeispiele helfen bei der Planung

sowie Musterformeln bei der Berechnung des Raumwärmebedarfes. Ausführlich erklärt wird auch die Auslegung des Speichers, der Hydraulik und des Schornsteins.

Der zweite Titel ist der „Ratgeber für Pelletöfen“. Dieses Buch gibt Ratschläge und Anleitungen zur Auswahl des optimalen Gerätes – natürlich neben einer ausführlichen Beschreibung der Technik und Funktionsweise von Pelletöfen. Der korrekte Anschluss und die Wartung werden ausführlich beschrieben. Viele Bilder und ein leicht verständlicher Text helfen, die Themen zu verstehen. Beide Ratgeber sind im Buchhandel oder direkt über [www.oranier.com](http://www.oranier.com) erhältlich. (akz-o)



Mit Sicherheit in die Zukunft: Heizen mit Pellets schafft mehr Unabhängigkeit von Öl und Gas. Foto: Oranier Küchentechnik/akz-o

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

**HEIZUNGSBAU**  
**SOLARTECHNIK**



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

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

Wir präsentieren **NEUheiten**



40 JAHRE KÜCHEN  
**Studio GERHOLD**

Küchen und Bäder Studio Gerhold GmbH  
Immenhausen/Holzhausen | Kasselweg 1 | Tel. 0 56 73 / 38 28  
www.kuechen-gerhold.de

# Garten im Winter

## Frostsichere Außenwandarmaturen

Wer das nächste Gartenjahr ganz entspannt einläuten möchte, setzt in den kalten Monaten auf spezielle frostsichere Armaturen und beugt so gegen Frostschäden vor. Für Besitzer nicht gesicherter Außenwandarmaturen kann das Frühlingserwachen schnell zum Albtraum werden, denn Schäden durch Kälte und Frost zeigen sich oft erst bei Tauwetter und können verheerende Folgen für Mauerwerk, Dämmung und Fassade haben. Bleibt der Wasserschaden längere Zeit unentdeckt, droht im schlimmsten Fall eine kostenintensive Sanierung. Gut gerüstet fürs Gartenjahr sind Bauherren und Hausbesitzer mit der Armatur „Polar II“ (Schell): Die hochwertige Außenwandarmatur des Herstellers schützt sicher vor Frostschäden und ermöglicht so einen sorglosen Start in den Frühling.



Für die kalte Jahreszeit vorbeugen: Die frostsichere Außenwandarmatur bereitet kostenintensiven Schäden durch Frost ein Ende, denn die gesamte Armatur entleert sich automatisch und vollständig nach jedem Schließen. Foto: Schell GmbH & Co. KG/akz-o

### Kein gefrierendes Wasser

Ein raffinierter Clou sorgt bei der Außenwandarmatur aus robustem Ganzmetall dafür, dass kein Wasser in Armatur und Zuleitung gefrieren kann. Nach jeder Nutzung öffnet sich das innenliegende Belüftungsventil und entleert die gesamte Armatur automatisch, während Luft nachströmt. Potenzielle Schäden durch geplatzte Leitungen werden so effektiv verhindert. Wichtig ist, dass vorher der Gartenschlauch abgenommen wird, damit das Wasser abfließen kann. Laub, Staub oder Pollen können der innovativen „Polar II“ konstruktionsbedingt nichts anhaben und beeinträchtigen das automatische Leerlaufen nicht. Übrigens: Wer das Wasser der Außenarmatur komplett für den Garten nutzt, kann sich die Abwassergebühr sparen. Voraussetzung ist, dass man keinen Wasserabfluss in die Kanalisation unter dem Auslauf hat und ein SHK-Installateur einen verplombten Wasserzähler anbringt.

### Langlebig und praktisch

Die hochwertige Verarbeitung mit matt verchromter Oberfläche der Wanddurchführung und einer Schutzmantelung, die den Kontakt zum Mauerwerk verhindert, schützt „Schell Polar II“ optimal vor Korrosion. Erhältlich ist die frostsichere Außenwandarmatur (www.schell.eu) als Installationsbausatz für den Neubau oder als Komplettarmatur zur nachträglichen Montage an einer bestehenden Außenwand mit einer Mauerstärke von mindestens 20 bis maximal 50 Zentimetern. Der ergonomische „Comfort“-Bediengriff ermöglicht eine besonders leichtgängige und komfortable Nutzung. (akz-o)

# Jetzt Fensterglas tauschen und weniger heizen

Technisch veraltete Fensterverglasungen lassen viel kostbare Heizwärme entweichen und verschwenden damit Energie und Geld.

Der Austausch kompletter Fenster zur energetischen Sanierung ist baulich jedoch sehr aufwendig und oft auch gar nicht notwendig, wenn Rahmen und Profile des Fensters noch gut erhalten sind. Eine elegante Lösung für eine zeitgemäße Wärmedämmung bietet der europäische Hersteller „Fineo“ (www.fineoglass.eu) mit seinen zertifizierten Montagepartnern: Als Erstes werden die alten Fenster begutachtet und ausgemessen. Im zweiten Termin wird dann sauber und zeitsparend das alte Isolierglas ausgeglast und durch die neuen Vakuum-Isoliergläser ersetzt. Die gut erhaltenen Rahmen bleiben erhalten – denn warum wegwerfen, was noch gut funktioniert? Der besonders nachhaltige Tausch verursacht keinerlei Verschmutzungen oder Folgearbeiten an der Fassade und kann in allen herkömmlichen Fensterprofilen vorgenommen werden. Das monolithische „Fineo“ ist so dünn wie ein Smartphone (ab 7 Millimeter) und ersetzt Einfachverglasungen historischer Gebäude beim vollen Erhalt der historischen Ästhetik. Im Rahmen der Bundesförderung für effiziente Gebäude wird der Glastausch vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) mit einem Fördersatz von 15 Prozent unterstützt (inkl. Energieberatung für Wohngebäude).

Die genauen Förderbedingungen unter [www.bafa.de/beg](http://www.bafa.de/beg).



BU: Mit Vakuumglas erzielen auch historische Fenster energetische Spitzenwerte. Foto: Fineo/akz-o



# Zeit für einen Reifenwechsel

Wer hat das nicht schon einmal selber erlebt. Auf nasser Straße bricht plötzlich der Wagen aus. Schrecksekunden sind dann angesagt und fast jeder weiß, dass er diesen „Höllentritt“, der leicht zu Unfällen führen kann, den nicht mehr verkehrsgerechten Reifen an seinem Fahrzeug zu verdanken hat. Das muss nicht sein und die schlechte Bereifung auf höhere Kosten zu schieben wäre leichtsinnig. Außerdem, so der Automobilclub von Deutschland e. V. (AvD), riskiert jeder mit einer nicht den Straßenverhältnissen angepassten Bereifung ein saftiges Bußgeld. Wer mit Profiltiefen unter drei bis vier Millimetern fährt, sollte an einen Reifenwechsel denken, denn mit diesen Werten nimmt die Griffbarkeit und damit die Fahrsicherheit spürbar ab, rät der AvD. Und die Kosten? Diese können mit dem richtigen Reifen-Händler in Grenzen gehalten werden. Es gibt günstige Markenreifen zum Selberwechseln auch für den kleinen Geldbeutel (www.autodoc.de). Selbst das passende Werkzeug, z. B. Wagenheber, Drehmomentschlüssel bzw. Radkreuz, gibt es im Programm dieses Autoteile-Onlinehändlers mit den erschwinglichen Preisen. Im Internet oder direkt bei Autodoc gibt es

auch die passenden Anleitungen zum Reifenwechsel, egal ob Sommer-, Winter- oder Allwetterreifen. (spp-o)



Foto: tkyszk/stock.adobe.com/Autodoc/spp-o

**Räderwechsel Aktion**  
inklusive Einlagerung & Wäsche

- bis 19 Zoll für 59,90€ anstatt 79,90€
- ab 19 Zoll für 69,90€ anstatt 89,90€

**Wechsel ohne Einlagerung**  
• 24,90€ anstatt 34,90€

Aktionszeitraum:  
15.10.2023-30.11.2023

sternewerk Dienstleistungen GmbH  
Vorm Berge 6 | 34346 Hann. Münden  
05541/98680 | [info@sternewerk.com](mailto:info@sternewerk.com)  
Alle Preise verstehen sich inkl. MwSt.

**Reinigung des**  
**Ansaug- und Kraftstoffsystems**  
**für Diesel & Benzin**

- 139,00€ anstatt 189,00€

sternewerk  
ZEITLOSE. ELEGANZ. ERLEBEN.

**LIQUI MOLY**

# Reifenwechsel: Mehr als nur ein saisonales Ritual

Von der Profiltiefe bis zum richtigen Werkzeug: Ein umfassender Leitfaden für sicheres Fahren



Eine gängige Faustregel besagt, dass Sommerreifen von Ostern bis Oktober und Winterreifen im restlichen Zeitraum des Jahres montiert werden sollten. Dies dient nicht nur der Sicherheit, sondern auch der optimalen Performance des Fahrzeugs unter verschiedenen Wetterbedingungen.

## Vor dem Wechsel

Bevor Sie den Reifenwechsel durchführen, sollten Sie sicherstellen, dass Sie das richtige Werkzeug zur Hand haben. Dazu gehören ein stabiler Wagenheber, ein Unterstellbock, ein Radkreuz, eine Drahtbürste und ein Drehmomentschlüssel. Es ist auch wichtig, die Rad-schrauben und die Profiltiefe zu überprüfen. Beschädigte Schrauben oder Muttern sollten ersetzt werden, und die Gewinde sollten sauber und rostfrei sein.

Synthesekautschuk, verstärkt durch Materialien wie Stahl und Polyester. Die spezifische Mischung und Konstruktion beeinflussen die Performance des Reifens bei verschiedenen Temperaturen und Straßenbedingungen.

## Laufrichtungsgebundene Reifen

Einige Reifen sind so konstruiert, dass sie nur in einer bestimmten Laufrichtung montiert werden sollten. Dies kann an einem Pfeil auf der Reifenflanke erkannt werden, der die korrekte Rollrichtung anzeigt.

## Nach dem Wechsel

Nach dem Reifenwechsel ist es wichtig, den Luftdruck zu überprüfen und nach etwa 50 km die Verschraubung erneut zu überprüfen.

## Ganzjahresreifen

Eine Alternative zu saisonalen Reifenwechseln sind Ganzjahresreifen. Diese bieten einen Kompromiss zwischen Sommer- und Winterreifen und können das ganze Jahr über gefahren werden. Allerdings bieten sie nicht immer die optimale Performance von spezialisierten Sommer- oder Winterreifen.

## Heiko's Autoservice

Inh. Heiko Wedekind

**Wir bieten auch REIFEN-SERVICE an!**

Veckerhäger Str. 90 • 34346 Hann. Münden  
Tel. 05541 8905 • Fax 05541 9541875  
kundendienst@heikos-autoservice.de  
www.heikos-autoservice.de

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 08.00-18.00 Uhr  
Sa. 08.00-13.00 Uhr

## SICHERN SIE SICH JETZT IHRE WINTERREIFEN.

**Reifen-Center Vogt**  
Kasseler Landstr. 16  
37213 Witzenhausen  
Tel. 05542-911525  
info@reifen-vogt.de

- >> Reifenservice
- >> Felgen
- >> Achsvermessung
- >> Einlagerung
- >> Autoglas
- >> Bremsen
- >> Stoßdämpfer
- >> Ölwechsel
- >> Reifenreparatur

**IN BESTEN HÄNDEN**  
reifen-vogt.de

# Der 30. November: Stichtag in der Kfz-Versicherungsbranche

Herbstliche Überlegungen: Von Reifenwechseln bis hin zur Neubewertung von Versicherungsverträgen

Im Herbst intensivieren nicht nur Autowerkstätten ihre Aktivitäten. Auch die Versicherungsbranche erlebt einen signifikanten Anstieg in der Kundeninteraktion. Während einige Verbraucher den saisonalen Reifenwechsel vornehmen, schauen andere kritisch auf ihre bestehenden Kfz-Versicherungsverträge und ziehen einen Anbieterwechsel in Erwägung.

Dies ist maßgeblich durch den jährlichen Stichtag am 30. November bestimmt. Bis zu diesem Zeitpunkt muss eine Kündigungsmittteilung beim derzeitigen Versicherer vorliegen, um eine ordnungsgemäße Beendigung des Vertrages zu gewährleisten, da ein Großteil der Kfz-Versicherungsverträge mit dem Kalenderjahresende ausläuft. Versäumt ein Versicherungsnehmer diesen kritischen Termin, bindet er sich in der Regel für ein weiteres Jahr an seinen aktuellen Anbieter, es sei denn, es bestehen außergewöhnliche Kündigungsgründe.

Doch während viele Versicherte von den oft beworbenen Rabatten und günstigeren Prämien geführt werden, warnt Verbraucherschüt-

zerin Bianca Boss vom Bund der Versicherten e. V. (BdV) davor, sich nur auf den Preis zu konzentrieren. „Billig ist nicht auch automatisch besser. Nicht nur die Prämie, auch die Leistungen müssen stimmen. Man sollte sich daher beim Vergleichen der Tarife Zeit nehmen“, betont sie. Ein guter Kfz-Haftpflichtvertrag sollte beispielsweise eine Deckungssumme von mindestens 100 Millionen Euro für Personen-, Sach- und Vermögensschäden bieten. Darüber hinaus sollten Schäden durch alle Tierarten, Marderbisse und deren Folgeschäden bis mindestens 3.000 Euro abgedeckt sein.

Ein weiterer wichtiger Punkt, den Versicherte beachten sollten, ist der Rabattschutz. Wer bereits einen Rabattschutz abgeschlossen hat, sollte den Wechsel zu einem neuen Kfz-Versicherer genau prüfen, da der Nachversicherer nur den tatsächlich erworbenen Schadenfreiheitsrabatt ohne Rabattschutz bestätigt.

# Im Kundenurteil schneidet die LVM erneut „sehr gut“ ab

Bestnote im Ranking „Focus Fairster Kfz-Versicherer 2023“

Die LVM-Kraftfahrtversicherung hat im aktuellen Fairness-Ranking der Zeitschrift Focus-Money (Heft 11/2023) die Gesamtnote „sehr gut“ erreicht. Damit sichert sich die LVM zum zwölften Mal in Folge die Bestnote sowie den damit verbundenen Titel als „Fairster Kfz-Versicherer 2023“.

Im Auftrag von Focus-Money hatte das Analyseinstitut ServiceValue rund 3.106 Versicherte zu ihrem aktuellen Autoversicherer befragt. Hierbei beurteilten Kunden die Fairness von insgesamt 37 Gesellschaften (27 Service- und 10 Direktversicherer). Bewertet wurden dabei Teilkategorien wie „Kundenservice“, „Preis-Leistungs-Verhältnis“, „Kundenkommunikation“, „Schadenregulierung“ und „Kundenberatung“. Gemessen wurden unter anderem die Erreichbarkeit von Mitarbeitern, das Eingehen auf Kundenbedürfnisse, Kulanzverhalten oder die Reaktionszeit im Schadenfall. Die LVM – viertgrößter deutscher Kfz-Versicherer – überzeugte die Befragten auf ganzer Linie und erzielte in sämtlichen Kategorien die Note „sehr gut“. Ein „sehr gut“ erhielt die LVM auch für ihren Elektro- und Hybridtarif. Focus Money lobt in diesem Zusammenhang vor allem die faire Schadenregulierung, den Kundenservice und das Preis-Leistungs-Verhältnis.

LVM-Telematiktarif wieder auf dem Spitzenplatz

Bereits im vergangenen Jahr hatte Focus Money den LVM-Telematiktarif „Go4Smile“ das erste Mal unter die Lupe genommen. Damals wie heute erzielte die LVM Versicherung die Bestnote. LVM-Vertrauensmann Max Mustermann aus Musterstadt: „Dass die Kunden uns Jahr für Jahr immer wieder ein so positives Feedback geben, bestätigt uns darin, dass wir mit unserem Konzept aus Top-Service, umfassenden Leistungen, günstigen Preisen und persönlicher Beratung goldrichtig liegen.“



## Elmar Woltmann

Wilhelmshäuser Str. 55  
34346 Hann. Münden  
Telefon 05541 910491  
https://agentur.lvm.de/woltmann



# „Wellcome“: Ein starker Partner für frischgebackene Eltern

Unterstützung, Beratung und praktische Hilfe für Familien nach der Geburt – das wellcome-Team begleitet Sie in dieser besonderen Lebensphase



Ein neues Leben beginnt: Wenn ein Baby das Licht der Welt erblickt, öffnet sich das Tor zu einem Universum voller Wunder, Liebe und unvergesslicher Momente. Jeder Atemzug, jedes Lächeln, jede Berührung ist der Beginn einer Reise in eine neue Welt, in der Zeit und Raum eine ganz neue Bedeutung bekommen. In dieser aufregenden und manchmal herausfordernden Zeit steht „wellcome“ Ihnen zur Seite. Mit unserem Unterstützungsangebot möchten wir frischgebackenen Eltern helfen, den Alltag mit ihrem Neugeborenen so angenehm und stressfrei wie möglich zu gestalten. Egal, ob Sie Fragen haben, praktische Hilfe benötigen oder einfach jemanden zum Reden suchen – wellcome ist für Sie da.

„wellcome“ wird sein 2015 von der Ev. Familien-Bildungsstätte Göttingen in und um Münden herum angeboten, seit 2021 gibt es das Angebot im gesamten Landkreis. Das wellcome-Team setzt sich aus einer Gruppe engagierter Menschen zusammen, die Familien in ihrer besonderen Lebensphase nach der Geburt eines Kindes unterstützen. Im Mittelpunkt steht die hauptamtliche, fachlich ausgebildete wellcome-Teamkoordination. Sie hat die Aufgabe, Ehrenamtliche in Familien zu vermitteln, diese zu gewinnen, zu begleiten und zu betreuen. Darüber hinaus nutzt sie ihr fachliches Netzwerk und bietet Beratung zu den Angeboten der Frühen Hilfen an. Die Ehrenamtlichen sind das Herzstück des wellcome-Teams. Mit ihrer praktischen Unterstützung in den Familien leisten sie einen unschätzbaren Beitrag. Sie zeichnen sich durch Zuverlässigkeit, Einfühlungsvermögen, Toleranz und Verschwiegenheit aus. Ihre Erfahrung in der Betreuung von Babys und Kleinkindern macht sie zu wertvollen Helfern für die Familien. Für ihre wertvolle Arbeit sind sie unfall- und haftpflichtversichert, erhalten ihre Fahrtkosten erstattet und bekommen regelmäßige Angebote für Austausch, Reflexion und Fortbildung.

Die wellcome-Teamleitung hat eine übergeordnete Rolle und sorgt dafür, dass wellcome nahtlos in die bestehende Angebotsstruktur der jeweiligen Einrichtung integriert wird. Sie ist verantwortlich für die Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit, kümmert sich um die Finanzen und das Fundraising und stellt sicher, dass das wellcome-Team effektiv und effizient arbeiten kann.

**meimÜNDEn**: Welche konkreten Dienstleistungen bietet „wellcome“ im Raum Hann. Münden für frischgebackene Eltern an, und wie unterscheidet sich dieses Angebot von dem in anderen Regionen?

**Frau Laskowski**: „wellcome“ ist eine „moderne Nachbarschaftshilfe“. Alle jungen Eltern, die subjektiv das Gefühl haben, sie könnten Unterstützung gebrauchen, bekommen sie. Eine akute Notsituation muss nicht vorliegen.

**meimÜNDEn**: Für welche Zielgruppen ist das Unterstützungsangebot von wellcome in Hann. Münden besonders gedacht? Gibt es bestimmte Voraussetzungen, um Unterstützung zu erhalten?

**Frau Laskowski**: Jede Familie, die ein Baby im ersten Lebensjahr hat, kann das Angebot von „wellcome“ annehmen. Es gibt keine anderen Voraussetzungen.

**meimÜNDEn**: Wie werden die Ehrenamtlichen von wellcome geschult und vorbereitet, um Familien im ersten Jahr nach der Geburt eines Babys optimal zu unterstützen?

**Frau Laskowski**: Die Ehrenamtlichen weisen alle ein erweitertes Führungszeugnis nach (Bundeskinderschutzgesetz). Die meisten Ehrenamtlichen haben eigene Erfahrungen im Umgang mit Kindern und Elternwerden gemacht und haben einfach „das Herz auf dem rechten Fleck“ und Lust, Familien ihre Zeit zu schenken. Fachliche Begleitung leiste ich, Dipl. Sozialpädagogin, außerdem können alle Angebote der Ev. Familien-Bildungsstätte, die in Zusammenhang mit dem Ehrenamt stehen, wahrgenommen werden. Es finden regelmäßige Treffen mit allen Ehrenamtlichen statt, dort findet ein fachlicher Austausch und gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen statt. 1x jährlich wird eine Fachreferenten zu entwicklungspsychologischen Themen eingeladen.

**Kontakt: wellcome Landkreis Göttingen Süd-West, Iris Laskowski, Tel.: 0163 9642373, hann.muenden@wellcome-online.de**

Wer Lust hat, im Team mitzumachen und als Ehrenamtliche für „wellcome“ zur Verfügung zu stehen, ist herzlich willkommen!



## Verkaufsoffener SONNTAG\*

\*nach Erholungsortregelung

29.10.  
2023  
Hann.  
Münden  
12 - 17  
Uhr



### 7 Gute Gründe für den Vor-Ort Einkauf

#### 1 Es bedeutet, einkaufen bei Nachbarn und Freunden.

Wer kann Sie besser beraten als jemand der weiß, was Sie wünschen, weil er Sie persönlich kennt? Weil er dort lebt, wo Sie leben?

#### 2 Es unterstützt Veranstaltungen, Vereine und Initiativen.

Vereinsleben braucht lokale Unternehmen, denn die Organisatoren brauchen und erhalten oft Sponsoring. Mit jedem Einkauf, Gaststättenbesuch, aber auch jeder Dienstleistung oder Handwerkerauftrag vor Ort unterstützen Sie unser Brauchtum und Bürgerengagement.

#### 3 Es sichert Arbeit und Ausbildung.

Gemeinsam sind lokal wirtschaftende Unternehmen einer der größten Arbeitgeber vor Ort und einer der größten Berufsausbilder. Mit jedem Einkauf und mit jedem Auftrag tragen Sie dazu bei, dass es auch so bleibt und jungen Menschen eine wirtschaftliche Perspektive in der Heimat geboten wird.

#### 4 Es erhält unser historisches Erbe.

Gebäude und Geschichte machen einen großen Teil des Charmes von Hann. Münden aus und sind Anziehungspunkte für Besucher. Eine funktionierende Wirtschaft vor Ort ist immens wichtig, um das zu erhalten - schließlich ist es ja auch erst genau so entstanden.

#### 5 Es erhält die Lebensqualität.

Nicht nur die Geschichte macht einen Ort besonders. Auch die Vielfalt der Einkaufsmöglichkeiten und die Besonderheit der Gastronomie prägen eine Kommune. Je mehr Sie diese Angebote nutzen, desto attraktiver und lebendiger bleibt unsere Region.

#### 6 Es reduziert die Umweltbelastung.

Je weiter Sie für Ihren Einkauf fahren, desto mehr belasten Sie die Umwelt und Ihren Geldbeutel. Ein Einkauf vor Ort bedeutet weniger Energieverbrauch, weniger Staus und mehr Zeit und Geld für andere schöne Dinge.

#### 7 Es stärkt die Investitionskraft.

Jeder Euro, den Sie innerhalb der Stadtgrenzen ausgeben, nutzt vor Ort. Einzelhändler, Gastronomen, Handwerker und Dienstleister zahlen Gewerbesteuer. Diese Steuer ist die wichtigste Einnahmequelle der Stadt.

## LOKAL EINKAUFEN. REGION STÄRKEN.

# Ausstellungsstücke zum SCHNÄPPCHENPREIS



# Moderne Küche zum KNALLERPREIS

Rufen Sie uns  
an, wir beraten  
Sie gerne!



Bernd Jaeger  
**05542 603 25**



## Zeitlose Eleganz

Bezug Twice dark grey,  
Federkern, Sitzhöhe 47 cm

# 45%

### Polstergarnitur

Abholpreis  
**1.487.-**  
~~2.703.-~~

## BORA

KÜCHE TOUCH,  
340 schwarz supermatt mit Riva 840  
Nussbaum Dekor, ca. 360 x 270 x 120  
cm mit BORA-KOCHFELD MIT DUNST-  
ABZUG, GP4U/88372, Umluft, Induk-  
tionskochfeld 76cm mit Dunstabzug.



AUSGESTATTET MIT GERÄTEN VON



Backofen LBN1114X, EEK A<sup>2</sup>,  
Geschirrspüler LV1527, EEK F<sup>1</sup>.



Kühl-/Gefrier-kombination, 176 l Kühl.  
+ 44 l Gefriereteil, KD1550, F<sup>1</sup>.

Spülbecken, Edelstahl, 86cm, 87100.



### Aktionspreis

**6.999.-**  
36 x 194,<sup>42</sup>



## Einfach Entspannen

Leder-Wohnlandschaft  
mit Funktionen

# 50%

### Wohnlandschaft

Abholpreis  
**3.933.-**  
~~7.867.-~~

**ZUFRIEDENHEITSCHECK**  
ausfüllen und  
**200,-**  
Einkaufsgutschein  
kassieren!

# WIR BRAUCHEN PLATZ!

Für Messeneuheiten

Ausstellungsstücke bis zu

# 58%

 reduziert


## Zuhause wohlfühlen

2,5-Sitzer groß (216 cm),  
2,5-Sitzer (176 cm),  
Sessel (98 cm)

### Polstergarnitur

Abholpreis  
**3.499.-**  
~~7.652.-~~

[www.moebel-jaeger.de](http://www.moebel-jaeger.de)



# MÖBEL JAEGER

*macht glücklich*



Besuchen Sie uns  
auf Social Media



Witzenhausen | Mündener Straße 19e Tel.: 05542 603-25 | Di. - Fr. 09.30 - 19 Uhr | Sa. 09.30 - 16 Uhr | Mo. Ruhetag  
CJ Möbel Jaeger ist ein Unternehmen der CJ Möbel Jaeger GmbH & Co. KG, Mündener Straße 19e, 37213 Witzenhausen

\*Energie-Effizienzklasse: <sup>1</sup>auf einer Skala von A bis G; <sup>2</sup>auf einer Skala von A+++ bis D; Alle Preise sind Aktions-/Abholpreise. Dekorationsstücke sind in den Angeboten nicht enthalten.

Es weihnachtet sehr!

# Unsere Adventsreisen auf einen Blick

04. - 05.12.2023  
**Advent im Spessart**

12. - 14.12.2023  
**Adventsreise nach  
Bischofsgrün**

## Unsere Tagesfahrten

- 29.11. Weihnachtsmarkt Celle
- 30.11. Weihnachtsmarkt Halle an der Saale
- 01.12. Gänseessen Borken
- 03.12. Weihnachtsmarkt Hameln
- 06.12. Weihnachtsmarkt Soest
- 07.12. Weihnachtsmarkt Goslar
- 09.12. Adventskonzert mit Vincent & Fernando in Friedrichroda
- 10.12. Advent in den Höfen von Fritzlär
- 11.12. Weihnachtsmarkt Weimar
- 15.12. Weihnachtsmarkt Wolfenbüttel

Unseren Katalog finden Sie unter [www.apelreisen.de](http://www.apelreisen.de)  
oder wir senden Ihnen ein Exemplar zu!  
Wir freuen uns auf Sie.



**vianova**  
reisen . erleben

*Das ist mein Urlaub.*

kassel airport



©Biletskiy Evgeniy/stockadobe.com

### Norwegen

28.01.-02.02.24 ab Erfurt  
12.02.-17.02.24 ab Erfurt  
02.02.-07.02.24 ab Kassel

#### IHR LEISTUNGS-KOMPLETTPAKET

- 3 spannende Reisekombinationen
- Spektakuläre Landschaft hautnah erleben
- Polarlichthauptstadt Tromsø

ab **1.818,-**



©JaniKarppaPhoto

### Trendziel Pyhä

03.02.-10.02.24 ab Berlin  
10.02.-17.02.24 ab Erfurt  
17.02.-24.02.24 ab Dresden

#### IHR LEISTUNGS-KOMPLETTPAKET

- Unterkunft im Herzen des Pyhä-Nationalparks
- Individual-Urlaub im finnischen Trendziel
- 3-Tage-Skipass inklusive

ab **1.339,-**



©bublik\_polina/stockadobe.com

### Finnischer Winterzauber in Lapland

15 TERMINE IM WINTER  
8 REGIONALE FLUGHÄFEN

#### IHR LEISTUNGS-KOMPLETTPAKET

- Polarlichtzauber
- Rentier- und Huskyschlittenfahrt
- Blockhütten und Hotels zur Auswahl

• 6/7/8-tägige Erlebnisreise

ab **1.399,-**

**vianova**  
reisen . erleben

**vianova GmbH**  
In der Buttergrube 1, 99428 Weimar  
Telefon: 0800 4933510  
info@vianova-urlaub.de

**TUI TRAVEL Star**

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

Mit Ihrer Flugreise schenken  
Sie dem Lebensraum Wald  
neues Leben. Weitere Infos  
zu unserem Nachhaltig-  
keitsversprechen finden  
Sie unter [vianova-urlaub.de](http://vianova-urlaub.de).





## Mandelblüte auf Mallorca

Reisen Sie dem Frühling entgegen: Die größte Insel der Balearen ist ein Paradies für Natur- und Wanderfreunde - mit milden Temperaturen.

**Termine:** 07.02.-14.02.24  
14.02.-21.02.24  
21.02.-28.02.24

**Im Reisepreis enthalten:**

- Bahnreise 1.Kl. zum Flughafen
- Flug ab verschiedenen deutschen Flughäfen
- Transfers
- Ausflüge in landesüblichen Reisebussen
- Tramfahrt von Puerto de Soller nach Soller
- 7 Übernachtungen im 4\*\*\*\*Hotel Don Antonio in Paguera
- Halbpension
- 3 Mittagsimbisse
- Speziell qualifizierte Studiosus-Reiseleitung
- Eintrittsgelder

p.P. im Doppelzimmer ab **1.895€**  
2.220€ im Einzelzimmer



## Elbphilharmonie & Staatsoper in Hamburg

Lernen Sie die Musikmetropole von ihren zwei schönsten Seiten kennen-mit einem Konzert im Großen „Elphi“-Saal und einer Ballett- oder Opernaufführung in der Staatsoper

**Termine:** 16.02.-19.02.24  
01.03.-04.03.24  
05.04.-08.04.24  
03.05.-06.05.24  
05.07.-08.07.24

**Im Reisepreis enthalten:**

- 3 Übernachtungen im 4 \*\*\*\* Hotel Ameron Speicherstadt
- Frühstück, ein Abendessen in einem Restaurant
- Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- Hafensrundfahrt
- Konzert- und Ballett- bzw. Opernkarte
- Speziell qualifizierte Studiosus-Reiseleitung
- Eintrittsgelder

p.P. im Doppelzimmer ab **1.145€**  
1.320€ im Einzelzimmer



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

# Mobilheim statt Altenheim, eine Alternative für altersgerechtes Wohnen?

Anzeige



Sind Sie bereits in einem Lebensabschnitt, in dem Sie darüber nachdenken, wo und vor Allem wie Sie leben möchten?

Zusammen bei den Kindern, zu jung für eine Seniorenresidenz oder lieber doch in das Altenheim?

Neben der Gesundheit schätzen es die „golden Ager“ besonders, auch im Alter ein eigenständiges Leben führen zu können. Spezielle Senioreneinrichtungen wie das Altenheim haben heute zwar viele Strategien mit denen den Bewohnern viel Komfort und Lebensqualität geboten werden kann, doch nicht immer ist es das, was sich Seniorinnen und Senioren wünschen.

Im eigenen Heim, das ebenerdig erreichbar ist, barrierefrei und altersge-

recht ausgestattet, mit einem kleinen Grundstück in geselliger Nachbarschaft wäre die richtige Lösung. Nicht vereinsamen, sondern täglich soziale Kontakte pflegen und vielleicht in einem gemeinsamen Garten das eigene Gemüse anbauen?

Auf der Terrasse sitzen, den anderen zuschauen oder einfach nur die wärmende Sonne im Alter genießen?

Und wenn es dann noch jemanden gibt, der die Besorgungen oder Arbeiten erledigt, die man selbst nicht mehr erledigen möchte oder kann, wäre der Alltag perfekt organisiert.

Im Wesertal und nur knapp 45 km entfernt von Göttingen, entsteht gerade ein Mobilheimpark mit Betreuungsangeboten, speziell für die „Golden Age Generation“.

Dort wo sich der hessische und niedersächsische Radweg treffen und zahlreiche Wanderwege ins Grüne führen, wo der Autoverkehr fern ab der Wohnung liegt und die Weser beruhigt in ihrem natürlich Flußlauf liegt, entsteht gerade auf dem Wesercampingplatz Weißhütte, ein Mobilheimpark mit speziellen Angeboten für die ältere Generation.

Mit großzügigen Türöffnungen und barrierefreien Bädern wurde die Grundlage für altersgerechte Wohnformen, sogar bis Pflegegrad 2, geschaffen.

Jedes Wohnmodell kann auf die individuellen Wünsche abgestimmt werden und auch die häuslichen Möbel und privaten Dinge können an dem neuen Naturstandort eine Berücksichtigung finden.

Ob Ein- oder bis zu Drei-Raum-Lösungen, von 35 qm bis 60 qm Wohnfläche, gibt es nahezu unbegrenzte Möglichkeiten der Gestaltung.

Ein Mobilheim mit altersgerechtem Grundriss als unkomplizierte Option, ist eine neue Form von Lebensqualität.



## Wir suchen Testpersonen/Senioren für unseren Mobilheimpark mit altersgerechten Grundrissen



Sind Sie bereits in einem Altersabschnitt, in dem Sie darüber nachdenken, wo und vor allem wie Sie leben möchten?

Eine gute Alternative, die dennoch den Ruhestand in respektvoller Gesellschaft bietet, ist ein altersgerechtes Domizil auf dem Land.

**Das Mobilheim für Senioren als unkomplizierte Option.**



Auf unserer naturnahen Campinganlage im Wesertal, errichten wir jetzt einen speziellen Mobilheimpark, mit altersgerechten Angeboten.

Unsere erschwinglichen Domizile sind ebenerdig erreichbar und barrierefrei ausgestattet.

Wir bieten einen besonderen Service und Unterstützung bis Pflegegrad 2.

Jetzt bewerben und schnell die Vorzüge im eigenen Heim, mit Hotelkomfort genießen.

Weitere Auskunfte unter:  
**Campingplatz Weißhütte**  
**Herr Schmidt**  
**Weißhütte 1**  
**34399 Wesertal**  
**Telefon 05574 9989994**



# Gelungener Drehstart für den Krimi „WESERBLUT“

Anfang Oktober begann die Arbeit für das Film-Team und viele Komparsen

In der malerischen Stadt Hann. Münden wird eine Leiche im Fluss entdeckt. Ein Augenzeuge sah eine Person in altertümlicher Kleidung vom Fundort flüchten. Dieser mysteriöse Fall führt die Ermittler um Kommissarin Elena Kappstett (gespielt von Sina Zadra) von dem Göttinger Hauptkommissar Thomas Winkler (Eugen Bauder) und dem Göttinger Staatsanwalt Rodenbusch (Udo Schenk) auf eine Spur ins 18. Jahrhundert. Das ist die Geschichte des Krimis Weserblut von Jakob Gisik, der sowohl als Produzent, Regisseur und Autor als auch als Kameramann des spannenden Krimis fungiert. Am ersten Drehtag ebenfalls dabei: der Göttinger Schauspieler Prashant Jaiswal, bekannt aus zahlreichen Tatorten, Stromberg, Männerherzen und vielem mehr.

Am ersten Drehtag in diesem Jahr war Jakob Gisik mehr als glücklich. „Wir sind mit dem Verlauf bisher sehr zufrieden“, sagte Gisik. Am ersten Film-Set an der Weserumschlagsstelle, dort wo eine Leiche

gefunden wurde, lief alles nach Plan, die Stimmung im Produktions-Team war ausgelassen. Die Verpflegung stimmte und das Wetter spielte ebenfalls mit.

Dem Team steht eine anstrengende Produktionszeit bevor. Nach dem erfolgreichen Casting von Komparsen aus der Umgebung von Hann. Münden sind nun 26 Drehtage geplant, von denen 24 in der Stadt Hann. Münden stattfinden sollen. Der Kinofilm soll laut Plan Ende des Jahres 2024 fertig gestellt werden, „Wann der Film dann in die Kinos kommt, hängt vom Verleih ab“, sagt Gisik. Er rechnet damit, dass der 90-minütige Krimi Mitte 2025 in den Kinos zu sehen sein wird. Die Finanzierung sei noch nicht vollständig abgedeckt, erklärt Gisik. Rund 70 Prozent der finanziellen Mittel sind sichergestellt.

**WESERBLUT**



# GESUNDHEIT



## Fußmassagen: Mehr als nur Entspannung

Fußmassagen sind seit Jahrhunderten in vielen Kulturen ein fester Bestandteil traditioneller Heilmethoden.

Der menschliche Fuß ist ein komplexes Gebilde aus 26 Knochen, 33 Gelenken und über 100 Sehnen, Bändern und Muskeln. Zudem beherbergt er zahlreiche Nervenenden und Reflexzonen, die mit verschiedenen Organen und Körperteilen in Verbindung stehen. Eine Fußmassage zielt darauf ab, nicht nur die Füße selbst, sondern den gesamten Körper positiv zu beeinflussen.

### Sinn und Zweck von Fußmassagen

**Entspannung und Stressabbau:** Eine der offensichtlichsten Wirkungen einer Fußmassage ist die Entspannung. Durch gezielte Handgriffe werden Verspannungen gelöst, was zu einem allgemeinen Gefühl des Wohlbefindens führt. Dies kann insbesondere nach einem langen Tag auf den Beinen oder bei stehenden Berufen Linderung verschaffen.

**Förderung der Durchblutung:** Massagen regen die Durchblutung an, was wiederum die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung der Zellen verbessert. Dies kann zur schnelleren Heilung von Verletzungen beitragen und das allgemeine Energielevel steigern.

**Stimulation der Reflexzonen:** Die Reflexzonenmassage basiert auf der Idee, dass bestimmte Punkte am Fuß mit anderen Körperteilen korrespondieren. Durch gezieltes Massieren dieser Zonen können also auch andere Organe und Körpersysteme positiv beeinflusst werden.

**Schmerzlinderung:** Fußmassagen können bei verschiedenen Arten von Schmerzen helfen, sei es durch Verletzungen, Arthritis oder Kopfschmerzen. Die Massage wirkt entspannend auf die Muskulatur und kann Blockaden lösen.

**Verbesserung des Schlafs:** Viele Menschen berichten, dass sie nach einer Fußmassage besser und tiefer schlafen. Dies könnte auf die allgemeine entspannende Wirkung und die Stimulation bestimmter Reflexzonen zurückzuführen sein.

**Entgiftung:** Durch die Anregung des Lymphsystems kann eine Fußmassage dazu beitragen, Giftstoffe aus dem Körper zu transportieren und so die allgemeine Gesundheit zu fördern.



*Podologie*  
Hann. Münden med. Fußpflege

Podologische Praxis  
mit Kassenzulassung



Podologin

Beethovenstraße 11 | 34346 Hann. Münden | ☎ 05541 9568005

## Gesund in den Herbst



Der Herbst, charakterisiert durch das stetige Fallen der Blätter und die abnehmende Tageslänge, symbolisiert in vielen Kulturen eine Phase des Übergangs und der Vorbereitung. Diese Jahreszeit, die den Übergang von der Fülle des Sommers zur Ruhe des Winters markiert, bietet eine Gelegenheit zur Reflexion über verschiedene Lebensbereiche. Während sich die Natur anpasst und für die kommenden kühleren Monate vorbereitet, spiegelt sie auch die Notwendigkeit wider, sich auf individueller Ebene auf Gesundheit, Bewegung, Ernährung und Vorsorge zu konzentrieren. Jeder dieser Aspekte spielt eine entscheidende Rolle im Streben nach einem ausgewogenen und erfüllten Leben, insbesondere in einer Zeit, die sowohl physische als auch emotionale Herausforderungen mit sich bringen kann. Auf den nachfolgenden Seiten haben wir für Sie Tipps für einen gesunden Herbst zusammengetragen.

## Gesundes Essen

Die richtige Ernährung spielt in unserem täglichen Leben eine zentrale Rolle. Sie hat einen tiefgreifenden Einfluss auf unsere gesamte Gesundheit, insbesondere auf unser Immunsystem. Gerade in den kälteren Monaten, wenn Erkältungen und Grippeinfektionen an Häufigkeit zunehmen, ist es von entscheidender Bedeutung, unsere Ernährung bewusst zu gestalten. Eine vitaminreiche Kost kann hierbei als Schutzschild dienen. Früchte wie Orangen, Zitronen und andere Zitrusfrüchte, aber auch grünes Blattgemüse und diverse Beerenarten, bieten nicht nur einen Gaumenschmaus, sondern sind auch reich an Vitaminen und anderen Nährstoffen, die unsere Abwehrkräfte stärken und unterstützen. Ein weiterer Aspekt, der in der herbstlichen Jahreszeit Beachtung finden sollte, ist die Zufuhr von Vitamin D. Aufgrund der kürzeren Tage und der geringeren Sonneneinstrahlung kann es leicht zu einem Mangel dieses essenziellen Vitamins kommen. Daher ist es ratsam, gerade in dieser Zeit ein besonderes Augenmerk auf eine ausreichende Vitamin D-Zufuhr zu legen, sei es durch die Nahrung oder durch Nahrungsergänzungsmittel.

**UNSER TIPP:**  
Stärken Sie Ihr Immunsystem in den kälteren Monaten mit vitaminreicher Kost! Integrieren Sie Zitrusfrüchte und dunkelgrünes Blattgemüse in Ihre tägliche Ernährung.

## Gewinnen Sie Ihre Unabhängigkeit mit einem VELA-Trippeelstuhl



Die Stühle VELA Tango 700/700E in einem benutzerfreundlichen Design bieten Unabhängigkeit zu Hause und am Arbeitsplatz. Wenn Sie sich in einen VELA-Stuhl setzen, können Sie Ihre gewohnten Tätigkeiten im Stehen sicher und bequem ausführen, ohne dass Sie dabei Ihre Energie verbrauchen. Und das alles dank einer sicheren Handbremse, leicht rollenden Rädern, einem stabilem Sitzkomfort und dem elektrische Lift, der Ihnen auf Knopfdruck beim Aufstehen hilft.



Individuelle Beratung für gesünderes Sitzen.  
Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin mit uns.

Studio Neues Sitzen der Tilman Shastri Raumvision  
Friedrich-Ebert-Straße 26  
37077 Göttingen  
☎ 05 51.38 48 99 62

beratung@studio-neues-sitzen.de · www.studio-neues-sitzen.de  
www.trippelstuhl-bewegt.de

**STUDIO  
NEUES  
SITZEN**  
*bewegt*

Buch  
Immunpower  
für deine Gesundheit  
geschenkt!

**VOLLE POWER**  
*durch den Herbst*

4 Wochen Power für  
dein Immunsystem **59€\***

Das bekommst du:

- Zellcheck im Wert von 90€
- persönlicher Trainingsplan mit Milonzirkel
- 15% auf Biogenaprodukte Mineralgetränke
- Nutzung des kompletten Kursprogramms

\*Für Mitglieder 39,-€

Balance Gesundheitspark GmbH & Co KG  
Vor d. Bahn 61, 34346 Hann. Münden  
Telefon: 05541 4286

# Mentale Gesundheit



**W**ährend der körperliche Aspekt unserer Gesundheit oft im Vordergrund steht, dürfen wir die Bedeutung unserer mentalen und emotionalen Verfassung nicht unterschätzen – insbesondere in den Übergangsjahreszeiten wie dem Herbst. Diese Jahreszeit, geprägt durch kürzere Tage, kühleres Wetter und das stetige Fallen der Blätter, kann eine Vielzahl von Emotionen und Gedanken auslösen. Der Herbst symbolisiert oft einen Abschied, einen Wandel und erzeugt, über vergangene Erlebnisse nachzudenken, aktuelle Lebensumstände zu überdenken und auf die kommenden Monate vorzubereiten.

In solchen Zeiten kann es hilfreich sein, Werkzeuge und Techniken zu nutzen, die dabei unterstützen, Gedanken und Gefühle zu ordnen. Das Führen eines Tagebuchs beispielsweise bietet eine private Plattform, auf der tägliche Erlebnisse, Sorgen, Hoffnungen und Träume festgehalten werden können. Es dient nicht nur als Ausdrucksmittel, sondern ermöglicht es auch, Entwicklungen und Muster in unserem Denken und Fühlen zu erkennen. Achtsamkeitsübungen, wie Meditation oder bewusstes Atmen, sind weitere effektive Methoden, um den Geist zu beruhigen und sich auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren. Sie helfen, sich von der Hektik des Alltags zu lösen, auf den gegenwärtigen Moment zu konzentrieren und eine tiefere Verbindung zu sich selbst herzustellen.

**UNSER TIPP: Nutzen Sie den Herbst als Zeit der Reflexion! Achtsamkeitsübungen können dabei helfen, Ihr inneres Gleichgewicht stärken. Nehmen Sie sich einen Moment Zeit für sich selbst und lauschen Sie Ihrem Inneren.**

**Berufsbildende Schulen Münden**

**30 Jahre Kompetenz in Sachen Gesundheit / Pflege**

© BBS Münden

**Berufsbildende Schulen Münden**

**Kompetenz in der Ausbildung der Pflegeberufe und Ergotherapie seit 30 Jahren!**

Der Fachbereich Gesundheit der BBS Münden bietet berufsqualifizierende Ausbildungsgänge mit beruflichem Abschluss:

- generalistische Ausbildung Pflegefachfrau /- mann
- Ergotherapeutin/Ergotherapeut
- Pflegeassistentin/Pflegeassistent

sowie die

- Fachoberschule Gesundheit und Soziales Schwerpunkt Gesundheit-Pflege (Klasse 11 u. 12)

Die BBS Münden empfängt Sie mit hoch motivierten Lehrkräften und modernster digitaler Ausstattung in den Klassenräumen sowie dem Lernlabor Skills Lab für die Simulation häuslicher Pflege in der Praxis.

# 3 Tipps: Was Älteren auf dem Bewerbermarkt weiterhilft



**B**ewerbungen gehen den meisten Berufstätigen nicht gerade leicht von der Hand. Ab einem gewissen Alter kommen bei einigen noch zusätzliche Zweifel hinzu: Wer soll mich mit 55 oder 60 Jahren überhaupt noch einstellen? Annina Hering, Ökonomin beim Jobportal Indeed, macht Mut: Gerade ältere Berufstätige könnten aufgrund ihrer Erfahrung wertvolle Beiträge leisten. Die Gruppe werde zudem auf dem Arbeitsmarkt gebraucht. 3 Tipps, wie Ältere auf dem Bewerbermarkt am besten auftreten. Wer sich mit Foto bewerben will, sollte eines nehmen, das erst kürzlich aufgenommen wurde. Das signalisiere Selbstvertrauen. Außerdem lässt sich so vermeiden, dass man im Interview deutlich anders aussieht als auf dem Foto. Wer bereits auf viel Berufserfahrung zurückblickt, sollte im Lebenslauf Prioritäten setzen, rät Hering.

Wichtig: Vermitteln, dass man sich seiner Qualitäten bewusst ist und Fähigkeiten mitbringt, die zum Arbeitgeber passen. Im Anschreiben komme es darauf an, die eigenen Qualitäten mit den richtigen Schlagworten hervorzuheben. Etwa: Erfahrungsschatz, Wissen oder Beständigkeit. Hering rät Bewerberinnen und Bewerbern, in Anschreiben und Jobinterview proaktiv zu signalisieren, dass sich auf den Austausch mit Jüngeren und die Arbeit im Team freuen. Absolvierte Weiterbildungen im Lebenslauf zeigen Lernbereitschaft, Flexibilität und Neugierde. Mit gepflegten Profilen auf Jobportalen verdeutlicht man außerdem, dass man auf dem neuesten Stand ist. (Quelle Deutsche Presse-Agentur GmbH)

**Deppe GmbH**

Sanitätshaus  
Rehatechnik  
Orthopädietechnik  
Orthopädienschuhtechnik

**Wir suchen DICH!**

**DU** bist bereit für unser junges und dynamisches Team.

Denn wir suchen ab sofort

**MITARBEITENDE IM VERKAUF** (m/w/d)

**REHA-TECHNIKER** (m/w/d)

in Teilzeit/Vollzeit für unseren Standort Hann.Münden

Du liebst den Umgang mit Menschen, arbeitest gern im Team und möchtest im Bereich Gesundheit Deine Erfahrungen in der Kundenberatung fortführen?

**Dann sollten wir uns kennenlernen.**

Deine Bewerbungsunterlagen  
richte bitte an:  
[bewerbung@sanitaetshaus-deppe.de](mailto:bewerbung@sanitaetshaus-deppe.de)

Sanitätshaus Deppe GmbH  
Carsten Koithahn  
Teichstraße 5 - 7  
Tel.: 05551 58956411  
37154 Northeim

[www.sanitaetshaus-deppe.de](http://www.sanitaetshaus-deppe.de)

# Zukunftspläne für den Gesundheitsstandort Hann. Münden: Ein Gespräch mit Sören Heß



Von geplanten Neuerungen bis hin zu einem ganzheitlichen Therapiezentrum: Sören Heß, Inhaber von Health Care Heß, gibt Einblicke in die Visionen und Herausforderungen des Gesundheitssektors.



Für das kommende Jahr sind bedeutende Erweiterungen und Neuerungen für den Gesundheitsstandort Hann. Münden geplant. Sören Heß, Inhaber des Health Care Heß, sagt dazu: „Wir planen zahlreiche Neuerungen für das kommende Jahr. Der Standort vor der Bahn soll verkauft werden, idealerweise an einen Investor, der uns auch als Mieter behalten möchte. Das steht aber noch nicht fest. Aus diesem Grund haben wir uns auch nach alternativen Möglichkeiten umgeschaut.“ Unabhängig von der endgültigen Standortentscheidung zielt die Planung darauf ab, ein ganzheitliches Therapiezentrum zu schaffen, das verschiedene Gesundheitsdienstleister unter einem Dach vereint. Hierzu gehören Kooperationen mit Ergotherapeuten, Heilpraktikern und potenziell auch mit Ärzten und Sanitätshäusern. Das Hauptziel ist es, einen Ort zu schaffen, an dem Gesundheit in jedem Fachbereich im Mittelpunkt steht und Patienten nicht zwischen verschiedenen Einrichtungen pendeln müssen.

Im Zuge dieser Erweiterung ist auch eine Ausdehnung des Studios vorgesehen, einschließlich der Einstellung von mehr Trainingspersonal und der Erweiterung des Kursangebots. Geplant sind mehrere Kursräume mit unterschiedlichen Bodenbelägen, die eine Vielzahl von Sportarten ermöglichen, von Tanz bis hin zu Aktivitäten auf Schwingböden. In der Physiotherapie soll jeder Bereich durch einen Spezialisten abgedeckt werden. Ein weiteres ambitioniertes Projekt ist die Errichtung eines Hallenbades mit einem Sportbecken, das über fünf 25-Meter-Bahnen verfügt.

Dieses Bad soll nicht nur für therapeutische Zwecke, sondern auch für Vereine und die Öffentlichkeit zugänglich sein, wodurch auch Funktionstraining im Wasser ermöglicht wird. Die Kostenschätzungen liegen bereits vor, und es werden derzeit intensive Gespräche geführt, um die bestmögliche Integration dieses Projekts zu gewährleisten. „Mein Münden“ sprach mit Sören Heß über seine Pläne.

**meinMÜNDEN:** Herr Heß, wie kamen Sie auf die Idee, das Angebot von Health Care Heß zu gründen und welche persönlichen Erfahrungen haben Sie und Ihre Therapeuten gemacht, die zur Entstehung dieses Konzepts beigetragen haben?

**Herr Heß:** Seit meiner Jugend hat das Thema Gesundheit eine zentrale Rolle in meinem Leben gespielt. Ein Zitat, das meine Erfahrungen treffend zusammenfasst, lautet: „Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“ Mit 13 Jahren erlitt ich eine Schulterverletzung, die dazu führte, dass ich meinen Arm vier Jahre lang vor dem Bauch tragen musste. Später kamen eine Knieverletzung und erhebliche Rückenprobleme hinzu. Mit nur 18 Jahren wurde mir von einem Arzt gesagt, dass ich den Rücken eines 80-Jährigen hätte, inklusive mehrerer Bandscheibenvorfälle und Verschleißerscheinungen. Über Jahre hinweg war ich auf hochdosierte Schmerzmittel, bis kurz vor Morphium, angewiesen.

Diese persönlichen gesundheitlichen Herausforderungen motivierten mich, einen Weg aus dem Schmerz zu finden und führten mich zur Physiotherapie. Ich vertiefte mein Wissen durch ein interdisziplinäres Studium der Physiotherapie und erwarb ein Diplom in der funktionellen Schmerztherapie. Durch die Kombination verschiedener Aus- und Weiterbildungen, die ich im Laufe der Jahre absolvierte, entwickelte ich einen ganzheitlichen Ansatz zur Schmerzbehandlung. Dieser Ansatz hat mir geholfen, seit nunmehr neun Jahren völlig schmerzfrei zu leben, ohne jegliche Medikation.

Meine berufliche Laufbahn führte mich zum NZN in Hann. Münden, wo ich die fachliche Leitung der Physiotherapie übernahm. Doch meine Vision ging weiter, und so entschied ich mich schließlich, den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen. Mein Ziel ist es, anderen Menschen zu helfen, einen Weg zu finden, ihre Schmerzen zu überwinden und ein gesundes Leben zu führen, so wie ich es geschafft habe.

**meinMÜNDEN:** Sie betonen den ganzheitlichen und individuellen Ansatz Ihrer Behandlungskonzepte. Können Sie uns mehr darüber erzählen, wie sich dieser Ansatz von herkömmlichen medizinischen Behandlungen unterscheidet?

**Herr Heß:** Der ganzheitliche und individuelle Ansatz, den ich in meinen Behandlungskonzepten verfolge, unterscheidet sich grundlegend von herkömmlichen medizinischen Behandlungen. Vor acht Jahren habe ich mich mit der Praxis „Health Care Heß- Physio- und Schmerztherapie“ selbständig gemacht, um einen Raum für ganzheitliche und individuelle Gesundheitsförderung zu schaffen und präventive Aufklärung über individuelle Gesundheit zu bieten. Mein Engagement geht über das Studio hinaus: Ich halte regelmäßig Vorträge und arbeite mit Unternehmen zusammen, um das Bewusstsein für Gesundheit am Arbeitsplatz zu stärken und einfache Übungen vorzustellen. Kurz vor dem ersten Lockdown habe ich das Fitnessstudio „Balance“ übernommen, mit der Vision, es weiterzuentwickeln.

Was uns besonders auszeichnet, ist unser einzigartiger diagnostischer Ansatz. Wir verfügen über Diagnostiktools, die in der Region einzigartig sind. Dazu gehört beispielsweise die Möglichkeit einer 4-D-Wirbelsäulenanalyse in Kombination mit einer Fußdruckmessung, sowohl dynamisch als auch im Stand. Diese Analyse ermöglicht es uns, grafisch darzustellen, wo genau die Beschwerden eines Patienten liegen und woher sie stammen. Es ist ein weit verbreiteter Irrglaube, dass Rückenschmerzen immer direkt mit dem Rücken zusammenhängen. Oft können sie auch von den Füßen oder sogar vom Kiefergelenk herrühren. Mit unseren modernen Geräten können wir das Herz überwachen, bildgebenden Ultraschall durchführen und feststellen, ob in der Muskulatur beispielsweise ein Riss vorliegt.

Diese diagnostischen Tools setzen wir insbesondere vor dem Training ein, um die Hauptbeschwerden eines Patienten genau zu identifizieren und dann gezielt im Studio mit den passenden Trainingsgeräten zu behandeln. Viele Ärzte aus der Region erkennen den Wert unseres Ansatzes und überweisen Patienten zu uns, bevor sie eine konventionelle Behandlung oder Therapie in Erwägung ziehen. Ein Zitat, das meine Philosophie gut zusammenfasst, lautet: „Wer die Menschen behandelt, wie sie sind, macht sie schlechter, wer sie aber behandelt, wie sie sein könnten, macht sie besser.“ Mein Ziel ist es, Menschen dabei zu helfen, ihre gesundheitlichen Probleme zu überwinden und ihnen nachhaltige Lösungen anzubieten. Es geht darum, sie dabei zu unterstützen, einen Weg aus ihren Beschwerden zu finden und ihnen eine langfristige Perspektive für ihre Gesundheit zu bieten.

**meinMÜNDEN:** Welche Herausforderungen sehen Sie in der Gesundheitsbranche und wie plant Health Care Hess, diese anzugehen?

**Herr Heß:** Die Gesundheitsbranche steht vor zahlreichen Herausforderungen, die in den kommenden Jahren immer drängender werden. Laut Schätzungen der WHO werden Krankheiten wie Diabetes und Krebs in den nächsten 30 Jahren um jeweils 50 Prozent zunehmen. Depressionen sind bereits jetzt eine der häufigsten Volkskrankheiten, und auch Herzkrankheiten nehmen weiterhin zu. Viele Studien weisen darauf hin, dass unser Lebensstil maßgeblich beeinflusst, wie gesund wir altern, ob wir Schmerzen oder Krankheiten entwickeln. Das Ziel von Health Care Heß ist es, nicht erst zu reagieren, wenn eine Krankheit auftritt, sondern präventiv aufzuklären und vorzubeugen.

Ein weiteres zentrales Problem, das ich sehe, ist die fortschreitende Digitalisierung. Sie führt dazu, dass wir uns immer weniger bewegen. Obwohl technologische Fortschritte viele Vorteile bieten, nutzen wir beispielsweise Rolltreppen selbst auf geraden Strecken,

was unsere körperliche Aktivität weiter reduziert. Dieser Mangel an Bewegung wird langfristig zu weiteren gesundheitlichen Problemen führen. Hinzu kommt der aktuelle Mangel an Therapeuten. Es ist entscheidend, qualifizierte Fachkräfte zu haben, um den Patienten zeitnah und effektiv helfen zu können.

**meinMÜNDEN:** Welche Vision haben Sie für die Zukunft von Health Care Heß und wie sehen Sie den Gesundheitsstandort Hann. Münden in diesem Kontext?

**Herr Heß:** In meiner Vision für den Gesundheitsstandort Hann. Münden strebe ich die Entwicklung eines ambulanten Reha-Zentrums an. Ich sehe das Potenzial, unser Fitnessstudio stärker in Richtung Gesundheitsförderung und Familienorientierung zu transformieren, sodass wir Angebote für jede Altersgruppe bereitstellen können. Mein Ziel ist es, die Praxis weiter auszubauen und das betriebliche Gesundheitsmanagement zu intensivieren. Ich möchte, dass Hann. Münden als Standort in Südniedersachsen wächst und als Vorreiter in der Gesundheitsprävention agiert. Vielleicht können wir sogar erreichen, dass die gesamte Stadt Hann. Münden als Leuchtturm für Gesundheitsprävention bekannt wird. Es wäre ein bemerkenswertes Ziel, wenn wir als einer der zentralen Anlaufpunkte für die Generation der 100-Jährigen gelten könnten. Tatsächlich ist unser ältestes aktives Mitglied bereits über 100 Jahre alt. Mein Hauptanliegen ist es, ein Familien-Gesundheitszentrum zu etablieren, das eine ganzheitliche Gesundheitsvorsorge für alle Altersklassen bietet, und in diesem Bereich als Vorreiter zu agieren. Gesund alt werden in Südniedersachsen, soll dabei die zentrale Rolle spielen.

**meinMÜNDEN:** Welche Rolle spielen Fortbildungen und Weiterentwicklungen für Ihr Team, um stets auf dem neuesten Stand der Medizin zu sein?

**Herr Heß:** Fort- und Weiterbildungen sind für uns von zentraler Bedeutung. Obwohl alle unsere Therapeuten eine fundierte Ausbildung absolviert haben, betrachten wir das Lernen als einen kontinuierlichen Prozess. Unsere Therapeuten nehmen regelmäßig an externen Fortbildungen teil, um stets auf dem aktuellen Stand der Medizin zu sein. Zusätzlich organisieren wir jährlich ein bis zwei interne Fortbildungen, für die wir externe Referenten einladen, um unser Wissen zu vertiefen und uns über die neuesten Entwicklungen in der Medizin zu informieren.

Unser Engagement geht jedoch über formelle Schulungen hinaus. Wir besuchen regelmäßig Gesundheitsmessen, um uns über die neuesten Tools, Fortbildungsmöglichkeiten und wissenschaftlichen Erkenntnisse zu informieren. Dies ermöglicht es uns, unsere Therapieansätze ständig zu überprüfen und weiterzuentwickeln. Mein Ziel ist es, ein Team von hochqualifizierten Therapeuten zu haben, die sich durch ihre Expertise und ihr Engagement auszeichnen. Nur so können wir sicherstellen, dass wir die bestmögliche Medizin und Therapie an unserem Standort anbieten.





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

## Schöne, feste Zähne – NA CLAAR!

Unter diesem Motto bietet die Kasseler Zahnarztpraxis Claar, die an der Leipziger Straße seit 1929 besteht, das gesamte Spektrum der modernen Zahnheilkunde an. 2019 wurde ein weiterer Praxisstandort an der Druselstraße 178 in Kassel-Bad Wilhelmshöhe bezogen.



Seit nunmehr vier Jahren befindet sich der Zahnarzt und Facharzt für Oralchirurgie, Dr. Michael Claar, mit seinem Team in den neuen Räumen in der Druselstraße 178 – Räume, die die Patienten in einem zeitgemäßen, freundlichen Ambiente willkommen heißen. „Wir wollten einen Ort schaffen, an dem sich unsere Patienten sofort wohlfühlen“, sagt Dr. Claar, „und das ist uns, denke ich, gelungen.“ Elf Behandlungsräume, modernste technische Ausstattung und ein eigenes zahntechnisches Meisterlabor bieten bestmögliche Voraussetzungen für zahnmedizinische Behandlungen auf höchstem Niveau.

Am neuen Praxisstandort ist das Team auf die Zahnimplantologie spezialisiert – für Dr. Michael Claar die hochwertigste und optisch ansprechendste Form des Zahnersatzes. „Zahnimplantate sind für alle Erwachsenen geeignet – vorausgesetzt, es liegt keine akute Entzündung vor“, erläutert der Zahnmediziner. Selbst

wenn der Kieferknochen stark geschädigt sei, könne man dank diverser Möglichkeiten des Knochenaufbaus ein Implantat setzen. „Eine häufig angewandte Methode, um verloren gegangenen Knochen aufzubauen, ist das Auffüllen mit Knochenersatzmaterial tierischen oder pflanzlichen Ursprungs“, sagt Dr. Claar. „Auch eigene Zähne, die entfernt werden müssen, können in zerkleinerter, aufbereiteter Form als Knochenersatz dienen“, erläutert er. Egal, welche Methode genutzt werde – innerhalb weniger Monate werde das Material vom Körper in Knochensubstanz umgewandelt, was den Kiefer deutlich stabilisiert. Der Zusatz von Hyaluronsäure könne sich zudem positiv auf die Heilung auswirken.

### Implantieren ohne Skalpell

Das Einsetzen eines Implantats ist ein Routine-Eingriff, der mit einem kleinen Schnitt durch die Schleimhaut einhergeht. Die Zahnarztpraxis Claar



### Angstpatienten in besten Händen

Das Praxisteam arbeitet eng mit einem Narkosearzt zusammen, der ihnen bei Eingriffen zur Seite steht. Über eine Nasenmaske erhält der Patient ein Gemisch aus Sauerstoff und Lachgas, was eine spürbare Entspannung bewirkt. Der Vorteil: Der Patient kann die Praxis in der Regel direkt nach der Behandlung verlassen und sogar Auto fahren.

bietet aber auch das Implantieren ohne Skalpell an. Das ist besonders schonend für den Patienten. Voraussetzung sind ein intakter Kieferknochen und eine gute Planung des Eingriffs. Um den Kiefer des Patienten vor dem Einsetzen eines Implantats exakt zu vermessen, steht in der Praxis ein hochmodernes 3D-Röntgengerät zur Verfügung. So können die

Maße des Knochens genau bestimmt und die optimale Position für das Implantat festgelegt werden.

„Sind die Voraussetzungen gegeben, kann das Implantat direkt durch die Schleimhaut in den Kieferknochen eingebracht werden“, berichtet Dr. Claar und ergänzt: „Dieser ambulante Eingriff ist so minimal, dass es

anschließend in der Regel keine Beschwerden gibt.“

Denn nicht umsonst lautet das Praxiscredo seit mehr als 89 Jahren:

**Gesunde und schöne Zähne – NA CLAAR!**

## SCHÖNE ZÄHNE? NA CLAAR!

- Implantate
- Oralchirurgie
- Vollnarkosebehandlung
- Angstpatienten
- Prophylaxe
- Digitale Volumetomographie
- Parodontitis
- Prothetik (Zahnersatz)

**Praxis Bad Wilhelmshöhe**  
Druselstraße 178  
34131 Kassel

**Praxis Leipziger Platz**  
Leipziger Straße 164  
34123 Kassel

Tel +49 (0) 561 5743260  
info@dr-claar.de



@claar\_zahnaerzte

@praxisdrclaar



## Die Mitglieder des HMÜ-Kaufhauses freuen sich auf Ihren Besuch zum Verkaufsoffenen Sonntag am 29.10.2023

- STADTBÄCKEREI Mengel KONDITOREI**  
Stadtbackerei Mengel  
Burgstr. 51
- Genuss & köstlich**  
Karin's Feinkost  
Nähr-Gewürz-Eisbein-Öl-Öls  
Ackerstr. 10
- Ratsbrauhaus**  
Markt 3
- SCHÖNHEITSWERK SHOP**  
Schönheitswerk im Engel  
Marktstr. 20
- Ritter der Rotwurst**  
Lange Str. 29
- Phan Mode**  
Lange Str. 25
- FLUX**  
FLUX-BIOTEL  
+49 5541 9988  
Silberflor
- Atelier AF Kunst & Wohnen**  
Ein Ort für schöne Dinge und Schuhe!
- Atelier AF**  
Sydekumstr. 15
- IMPRESSIO**  
WIR MACHEN EINDRUCK  
www.impressio.de
- Sport-Treff**  
Burgstr. 32
- Impressio**  
Lange Str. 94

Sie finden uns auch hier!

HMÜ Kaufhaus

# GEMEINSAM # REGIONAL # GEMEINSAM

# Winterschuhe im Marken-Schuh Outlet Hann. Münden

Der Winter kann kommen

Die Temperaturen sinken und der Winter steht bereits vor der Tür. Ob bei Kälte, Nässe oder Schnee - passende Schuhe verleihen Ihren Füßen, den gesamten Winter hindurch ein gutes Gefühl. Im Marken-Schuh Outlet in Hann. Mündens Innenstadt finden Sie viele Schuhmodelle renommierter Hersteller wie beispielsweise Tamaris und Rieker. Hier macht das Schuhe kaufen Spaß, denn der Shop bietet nicht nur eine große Auswahl verschiedenster Schuhe für jeden Anlass und Preisbereich, sondern überzeugt auch durch einen kundenfreundlichen Service sowie durch viele attraktive Angebote. Entdecken Sie die ganze Vielfalt der Schuhwelt - für Damen und für Herren. Überzeugen Sie sich selbst und kommen Sie vorbei, denn mit dem richtigen Winterschuh können Sie auch die kalten Tage des Jahres so richtig genießen.



**Marken-Schuh Outlet**

**IHRE WINTERTRENDS**

## Alles stark reduziert

### Markenschuhe

mindestens **30 %** reduziert

Hann.-Münden, Lange Str. 49 (ehem. Gina Laura)

**RADZIWSKI MÄNNERMODEN MEN-SHOP**

## MODEHERBST IM HAUS RADZIWSKI

# 15%\*

AUF EIN LIEBLINGSSTÜCK

**VERKAUFSOFFENER SONNTAG**  
**29.10.23**  
**von 12 -17 Uhr**

Lassen Sie sich von der Modevielfalt in unserem Hause begeistern !

Wir freuen uns auf Sie !

\*GÜLTIG VOM 27.10. BIS 31.10.23

Lange Straße 71 | Hann. Münden | Tel. 05541 2873

# Kreative Brillengestelle aus Hann. Münden

Wilhelm Diehl: Ein Leben im Rhythmus der Bastelkunst



In den ruhigen Straßen von Hann. Münden lebt ein Mann, dessen Hände Geschichten erzählen. Wilhelm Diehl, ein 65-jähriger Rentner, hat eine Leidenschaft, die weit über das hinausgeht, was man auf den ersten Blick sehen kann. Seine Reise als Bastler begann mit kleinen Pompom-Wichteln. Bald wurden daraus Zwerge und weitere Wichtel, und seine Kreativität kannte keine Grenzen. Von Keramin über Holz bis hin zu Brandmalerei und Glasritzen - Wilhelm Diehl hat sich in vielen Kunstformen versucht und sie gemeistert.

In seinem Zuhause hat er eine kleine Werkstatt eingerichtet. Seine Frau hat ihm dafür die Hälfte des Wohnzimmers überlassen. Ein kleines Trennregal teilt den Raum: „Auf der einen Seite herrscht Ordnung und Sauberkeit, auf der anderen kreatives Chaos.“ Nach eigenen Angaben tadelt seine Frau häufig: „Hier sieht es aus wie im Saustall“. Doch für Wilhelm Diehl sind es nicht Unordnung und Überreste von Projekten. „Hier liegen überall Ideen rum“, erklärt er. Einmal versuchte er, aufzuräumen, doch danach fühlte er sich ideenlos. Das Chaos ist sein kreativer Nährboden.

Eine seiner inspirierenden Geschichten beginnt in einem Optikergeschäft. Während seine Frau, die seit 40 Jahren bei Frau Hagen ihre Brillen kauft, beraten wurde, fiel Diehls Blick auf eine graue Plastiknase. Sofort begann in seinem Kopf eine Idee zu kreisen. Mit Erlaubnis des Optikers formte er die Nase mit Latexmasse ab und goss sie in Keramin aus. Was als eine einfache Idee begann, entwickelte sich zu 42 verschiedenen Nasenmodellen, darunter auch solche für Fußballfans von Schalke und Hertha BSC. Zwei dieser Modelle wurden sogar im Optikergeschäft „Die Brille“ ausgestellt. Wilhelm Diehls Liebe zum Basteln begann schon in jungen Jahren. In der Schule liebte er es, mit Legosteinen zu bauen. Doch als er eine Lehre als Elektriker begann, geriet seine Leidenschaft in den Hintergrund. In den 80er Jahren kehrte er zu seiner Kunst zurück und schuf große Wandbilder sowie Zinn- und Kupferarbeiten. Doch dann kamen die billigen Importe aus China, und Diehl zog sich zurück.

Doch der Umzug nach Hann. Münden belebte seine kreative Seele wieder. Nach einer Zuckererkrankung, die Spritzen in seine Augen erforderte, begann er, individuelle Tiere für die Krankenschwestern anzufertigen. Heute verbringt er manchmal den ganzen Tag in seiner Werkstatt, immer auf der Suche nach der nächsten großen Idee. Wilhelm Diehl ist nicht nur ein talentierter Bastler, sondern auch ein Zeugnis dafür, wie Leidenschaft und Kreativität Hand in Hand gehen können. Seine Geschichte ist eine Erinnerung daran, dass wahre Kunst von Herzen kommt und dass es nie zu spät ist, seiner Leidenschaft zu folgen.

Die kreativen Brillengestelle können bei „Die Brille“ in Hann. Münden bestaunt und erworben werden.



# Standesamt gibt „Herzen“ an Brautpaare zurück

Abholung der Erinnerungsstücke bis kurz vor Weihnachten 2023 möglich

Seit im Sommer 1994 aus statischen Gründen Stützbalken in einigen Räumen und dem Treppenhaus des historischen Rathauses eingezogen wurden, war es Brauch geworden, dass die frisch getrauten Eheleute zur Erinnerung an ihre Hochzeit ein ganz persönlich gestaltetes Herz an den Hölzern befestigen durften. Zum Sommer 2019 mussten die Herzen aufgrund der Sanierungsarbeiten im Rathaus abgehängt werden. So wurden 1742 dieser Andenken liebevoll in Kartons verpackt. Bis 2022 konnten die Erinnerungsstücke noch an zwei verbliebenen Stützbalken aufgehängt werden. Diese mussten inzwischen ebenfalls abgenommen werden. Die ursprüngliche Planung, alle Herzen nach erfolgter Sanierung wieder aufzuhängen, kann jedoch aus Brandschutzgründen leider nicht realisiert werden. Das Standesamt Hann. Münden möchte deshalb allen Paaren die Gelegenheit geben, ihre persönlichen Andenken abzuholen, um damit die Erinnerung an ihren Hochzeitstag zu bewahren. Dazu werden Auszubildende der Stadtverwaltung während einer gemeinsamen Aktion in den kommenden Tagen alle Herzen nach dem Jahr der Eheschließung sortieren und in entsprechend gekennzeichneten Kartons deponieren. Bis zum 23. Dezember stehen diese Kartons in der oberen Rathauhalle bereit. Hier können sich die Brautpaare während der Öffnungszeiten des Rathauses ihr persönliches Herz herausuchen und mitnehmen. Dauerhaft erhalten bleiben die Herzen in der nach Jahrgängen sortierten Galerie der Herzen auf der Homepage der Stadt Hann. Münden.

(Pressestelle Stadt Münden)



# Weihnachtlicher Markt beim Lichterzauber

Von der Altstadt bis zum Burghof: Am Samstag, 02. Dezember, wird es besinnlich

Die historische Altstadt und die Trendelburg erstrahlen am 02. Dezember von 14. bis 20 Uhr in bunten Lichtern. Ein romantischer weihnachtlicher Markt findet vom Rathaus der Altstadt bis in den verwunschen Burghof der Trendelburg statt. Licht gibt Wärme und Hoffnung, seien Sie dabei, wenn Trendelburg im Lichterglanz erstrahlt: „Erleuchten“ der historischen Altstadt rund um die Burg, Märchenstunde im Mondlicht mit Rapunzel, zauberhafte Feuerkunst-Akrobatik und Wärmendes für Leib und Seele am flackernden Feuer. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.



**Trendelburger**  
**Lichterzauber**

Weihnachtlicher Markt vom historischen Rathaus in der Altstadt bis in den romantischen Burghof der Burg Trendelburg.

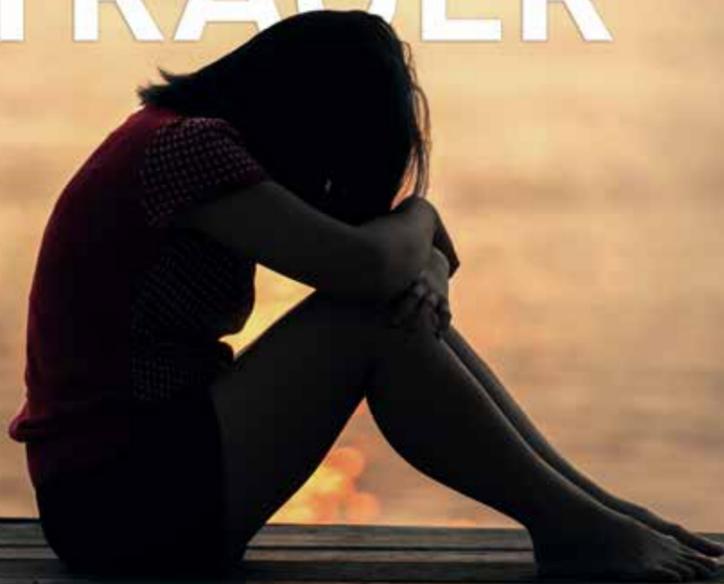
**Samstag, 02.12.2023**  
14 bis 20 Uhr

Hotel Burg Trendelburg  
Steinweg 1 - 34388 Trendelburg · Tel. 0 56 75 - 90 90  
[www.burg-hotel-trendelburg.com](http://www.burg-hotel-trendelburg.com)

**FEUER SHOW**  
mit Robaria im Burghof  
17 und 19 Uhr

**Eintritt FREI**

# TRAUER



## Ein Blick über den Horizont

Die Art, wie Menschen trauern und ihrer Verstorbenen gedenken, ist tief in der Kultur, Religion und Tradition jeder Gesellschaft verwurzelt.

Diese Rituale bieten Trost, schaffen Gemeinschaft und helfen den Hinterbliebenen, mit dem Verlust umzugehen. Ein Blick auf verschiedene Trauerrituale weltweit offenbart die Vielfalt und Tiefe menschlicher Emotionen und den universellen Wunsch, die Erinnerung an geliebte Menschen am Leben zu erhalten. In Mexiko wird der „Día de los Muertos“ (Tag der Toten) gefeiert, ein farbenfrohes Fest, das den Tod nicht als Ende, sondern als Teil des Lebenszyklus betrachtet. Familien errichten Altäre, schmücken sie mit Blumen, Fotos und Lieblingsspeisen der Verstorbenen und feiern so das Leben ihrer Vorfahren. Die Straßen füllen sich mit Paraden, Musik und Tanz, wodurch eine Atmosphäre der Freude und des Gedenkens geschaffen wird. Das Qingming-Festival in China ist ein Tag, an dem die Chinesen die Gräber ihrer Vorfahren besuchen und pflegen. Es ist üblich, Opfergaben in Form von Essen, Tee oder sogar Papiergeld zu bringen. Dieses Ritual dient dazu, Respekt und Dankbarkeit gegenüber den Ahnen zu zeigen und ihre Seelen im Jenseits zu ehren.

In Ghana sind Begräbnisfeiern oft große, lebendige Veranstaltungen, die mehrere Tage dauern können. Es ist nicht ungewöhnlich, dass Hunderte von Menschen teilnehmen, um zu tanzen, zu singen und zu feiern. Die Särge sind oft kunstvoll gestaltet und spiegeln das Leben oder die Interessen des Verstorbenen wieder.






**VOGLEY**  
Bestattungsinstitut

Erd-, Feuer-, Wald- und Seebestattungen, Überführungen

*Einfühlsam begleitet.*

Sieberturmstraße 18 Tag & Nacht erreichbar  
34346 Hann. Münden unter Tel.: 05541 2601

bestattungen-voegeley@t-online.de



**wickert**  
Bestattungen

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



**ICH MÖCHTE  
FÜR OMA NOCH  
EIN BILD MALEN...**

Kinder haben gute Ideen.

## Monat des Gedenkens und der Stille

Warum der November als Zeit der Reflexion und des Abschieds gilt

Der November, oft charakterisiert durch kürzere Tage, fallendes Laub und kühle Temperaturen, hat sich im Laufe der Zeit als Monat des Gedenkens und der Trauer etabliert. Die Natur zieht sich zurück und gibt uns Raum für Reflexion und Erinnerung. Die Bäume verlieren ihre Blätter, genau wie wir uns an diejenigen erinnern, die wir verloren haben. Es ist eine Zeit, in der viele innehalten, um über das vergangene Jahr nachzudenken, und sich an geliebte Menschen erinnern, die nicht mehr bei uns sind. Der November lehrt uns, dass Abschied ein natürlicher Teil des Lebens ist, und erinnert uns daran, die Momente zu schätzen, die wir mit unseren Lieben haben.



## Der symbolische Laubfall im November

Die Verbindung zwischen der Vergänglichkeit der Natur und dem menschlichen Abschied

Jedes Jahr, wenn die Blätter in warmen Rot- und Goldtönen leuchten und schließlich zu Boden fallen, werden wir an die Vergänglichkeit des Lebens erinnert. Der Laubfall im November ist nicht nur ein Zeichen für den Wechsel der Jahreszeiten, sondern auch ein Symbol für den Zyklus des Lebens. Genau wie die Bäume ihre Blätter loslassen, müssen auch wir manchmal loslassen und Abschied nehmen. Doch genau wie die Bäume im Frühling wieder neu erblühen, erinnert uns die Natur daran, dass nach jedem Ende ein neuer Anfang wartet.





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

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

**Bestattungsinstitut  
Frank Gerth  
Inh. Christian Gerth**

... auch der letzte Weg gehört zum Leben.

**Bestattungsinstitut  
W. Drebing**

Inh. Frank Drebing  
Erd-, Feuer-, Seebestattungen,  
Friedwald Baumbestattung

Wilhelmshäuser Str. 57  
Hann. Münden  
Telefon: 05541 51 50 bestattungen-drebing@t-online.de





*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

# Gut für Umwelt und Geldbeutel

Nach Angaben des Bundesumweltministeriums könnten in Deutschland durch kraftstoffsparendes Fahren jährlich rund fünf Millionen Tonnen CO<sub>2</sub> eingespart werden. Wer regelmäßig den Luftdruck seiner Reifen kontrolliert, spart Sprit. Denn zu wenig Luft erhöht den Kraftstoffverbrauch und sorgt dafür, dass die Reifen schneller verschleifen. Ein zu niedriger Reifendruck von 0,5 bar erhöht beispielsweise den Kraftstoffverbrauch schon um rund fünf Prozent. Schätzungsweise könnten Autofahrer mit dem richtigen Reifendruck im Jahr 84 Euro sparen und den Ausstoß von 140 Kilogramm CO<sub>2</sub>-Emissionen einsparen.

Auch unnötiger Ballast wirkt sich auf den Spritverbrauch aus. Vor allem Dachträger, Dachboxen oder Fahrradträger sollten abmontiert werden, sobald sie nicht mehr gebraucht werden. Selbst ein leerer Dachträger kann bei einer Geschwindigkeit von 100 Kilometern pro Stunde noch für einen Mehrverbrauch von circa zehn Prozent sorgen. Außerdem sollte man zugunsten eines sparsamen Verbrauchs nicht stark beschleunigen, nicht abrupt bremsen und stattdessen im Verkehr „mitschwimmen“. Sieht man beispielsweise schon von weitem eine rote Ampel, kann man langsam darauf zurollen, ohne Gas zu geben. Springt die Ampel derweil wieder auf grün, kann man oft aus dem Fahren heraus wieder beschleunigen, ohne anzuhalten.

Je schneller man fährt, desto mehr Sprit verbraucht man. Wer dagegen auf der Autobahn konstant zwischen 100 bis 130 Kilometer pro Stunde unterwegs ist, schont den Geldbeutel und damit die Umwelt. Außerdem fällt die Zeit, die man sich durch schnelles Fahren spart, meistens kaum ins Gewicht. (akz/mid/sp-o)

## LadiesNIGHT

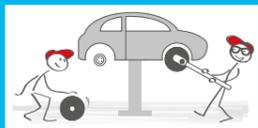
in Volkerode

Do. 02. Nov. 2023  
18.00 - 21.00 Uhr

Zur LadiesNIGHT erstrahlt die Scheune in schönstem Lichterglanz. Genießen Sie bei einem Glas Prosecco die neuesten Dekoideen und unsere Freundinnen-Angebote.



Gesa Starke | Oberdorf 11 | 37124 Volkerode  
Tel.: (05509) 1893 | Mobil: (0170) 4 79 72 03  
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 10 - 18 Uhr  
Sa 10 - 14 Uhr



## Kfz-Werkstatt Vietor GmbH

Meisterbetrieb

Kasseler Str. 38 | 34346 Hann. Münden

kfzwerkstattvietor@gmx.de  
Tel. 05541 / 8890

Inh. K. H. Liebe-Hömmen  
Alf Ströver



## Impressum

Mundus Marketing & Interactive GmbH

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff

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

**Kaufmännische Leitung:** Claudia Tarsa

**Verkauf:** Nadine Rohpeter (Ltg.), Sinja Nordhausen,  
Heidrun Wegener-Kerff, Silke Thorhauer, Inga Bach

**Redaktion:** Susanne Wesche, Bernhard Marks,  
redaktion@mundus-online.de

**Grafik & Layout:** Ahmed Granica (Ltg.), Paulina Müller

**Social Media:** Viktoria Kuke, Michelle Merk,  
Timo Pressmann, Celine Dirlein

**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 angegeben –  
Mundus Marketing & Interactive GmbH, Adobe Stock, Shutterstock,  
Fotolia, Pixabay, bei Gewinnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

www.meinregion365.de

Weitere Titel von Mundus:



## Ihre Mediaberaterinnen



Heidrun Wegener-Kerff 05541 95799-14  
Sinja Nordhausen 05541 95799-18  
Nadine Rohpeter 05541 95799-15



meineRegion365.de

# Herausragender Kundenservice und höchste Zufriedenheit im Fokus

Rohde und Ahlers: Ausgezeichnet mit dem Mercedes-Benz Service mit Stern® Prädikat

Der Mercedes-Benz Service Partner Rohde und Ahlers aus Witzenhausen hat das Prädikat „Service mit Stern®“ erhalten, aufgrund herausragender Serviceleistungen und höchster Kundenzufriedenheit.



Außenansicht vom Autohaus Rohde und Ahlers

Foto: Firma Rohde und Ahlers

Jan Ahlers, Geschäftsführer von Rohde und Ahlers oHG, betonte die Bedeutung der höchsten Kundenzufriedenheit als zentrales Unternehmensziel. Er sagte: „Die höchste Kundenzufriedenheit ist unser entscheidendes Ziel, deshalb bedeutet uns diese Auszeichnung viel. Das Prädikat „Service mit Stern®“ bestätigt uns in unserem täglichen Engagement, durch das wir uns die Zufriedenheit der Kunden immer wieder aufs Neue verdienen möchten.“

„Service mit Stern®“ ist ein umfassendes Qualitätsprogramm, das für professionelle Betreuung in höchster Qualität steht. Regelmäßige interne Kundenzufriedenheitsbefragungen, durchgeführt vom MBD, unterstützen die Vertriebspartner dabei, die Betreuung ihrer Kunden kontinuierlich zu verbessern.

Das Ergebnis dieser Befragungen spiegelt die Zufriedenheit der Kunden und bildet die Grundlage für die Verleihung des „Service mit Stern®“-Prädikats, das somit eine Anerkennung durch die Kunden des Mercedes-Benz Servicepartners Rohde und Ahlers in Witzenhausen darstellt.

## ANSPRECHPARTNER:

Rohde und Ahlers oHG | Mündener Straße 45  
37213 Witzenhausen

Diese renommierte Auszeichnung steht für engagierten Kundenservice, exzellente Kundenbetreuung und ein außergewöhnliches Qualitätsniveau. Jährlich vergibt der Mercedes-Benz Cars Vertrieb Deutschland (MBD) dieses Prädikat an Vertriebspartner in Deutschland, basierend auf einer internen Kundenzufriedenheitsbefragung.



## Ihr Mercedes-Benz Service in Witzenhausen

Rohde und Ahlers oHG

Mündener Straße 45  
37213 Witzenhausen

05542 93330  
info@rohde-ahlers.de



Mercedes-Benz



Versorgungsbetriebe Hann. Münden GmbH

STADTWERKE  
INITIATIVE  
KLIMA  
SCHUTZ

# Regionale Verantwortung heißt **KLIMASCHUTZ**

Die VHM wird zukünftig noch mehr tun, um das Klima zu schützen. Dafür haben wir die Stadtwerke-Initiative Klimaschutz mitgegründet. Das Ziel der Initiative ist: Gemeinsam dem Klimaschutz zu dienen und für eine generationengerechte, weiterhin lebenswerte Zukunft zu sorgen.

Mehr Informationen zu unseren Klimaschutzzielen finden Sie unter [www.versorgungsbetriebe.de](http://www.versorgungsbetriebe.de)

Mit der VHM  
nachhaltig in  
eine sichere  
Zukunft



 Werraweg 24  
34346 Hann. Münden

 05541 707 0

 [info@versorgungsbetriebe.de](mailto:info@versorgungsbetriebe.de)  
[www.versorgungsbetriebe.de](http://www.versorgungsbetriebe.de)