

Wir suchen ab sofort  
Examierte Pflegefachkräfte (m/w/d)  
zur Verstärkung!

**Pflegedienst**  
Anja Kessler

34346 Hann. Münden Mobil: 0171 5400811

Ab jetzt für Sie da in Hann. Münden und Witzenhausen

**HEIMAT  
NACHRICHTEN**

HANN. MÜNDEN  
WITZENHAUSEN

Wir suchen DICH!

- Apotheker (m/w/d)
- PTA (m/w/d)

Wir bieten:

- faire Vergütung
- gutes Betriebsklima
- Zukunftsperspektive

Landgrafen-Apotheke • Ulla Harras • Hessisch Lichtenau  
☎ 05602 93550 ✉ landgrafen.apotheke@t-online.de



# Eine Reise in den Süden

## Das Blasorchester „göfonio“ trat im Mündener Rittersaal auf



Seit acht Jahren besteht das „göfonio“-Orchester.

FOTO: HARALD SCHMIDT

**Hann. Münden** – Gemeinsam mit dem sinfonischen Blasorchester „göfonio“ (Göttingen) konnten die zahlreichen Zuhörer im Rittersaal des Stadtschlusses eine Reise in den sonnigen Süden unternehmen. Sie standen unter kundiger musikalischer Führung des „Busfahrers“, Dirigent und Leiter des Orchesters Holger Bertram und seiner „Reiseleiterin“ Melanie Bertram. Sie beschrieb anschaulich die Musikstücke. Jedes Musikstück beschrieb Alltagsszenen oder einzelne Landschaftsstimmungen.

200 Besucher erlebten zwei

Stunden beste Unterhaltung bei einer Reise durch südliche Gefilde. Auftakt und Ende der Reise war Hann. Münden. Sie endete mit einem für Mündener vertrauten Lied. Das Weserlied erklang als besondere Überraschung in der Komposition von Jacob de Haan in einer Hommage an die Weser (Along the Weser).

Erster Reisestopp der Fahrt entlang des Rheintales war das Badener Land. Hier erklang das Stück „Trauben der Sonne“ verbunden mit fröhlichen Rufen bei der Weinlese und einem Winterfest. Komponiert hatte

es der Schweizer Mario Bürki. Weiter ging es nach Lyon. Aus dieser südfranzösischen Stadt gab Komponist Hjalmar Kunz Eindrücke wieder, die er in seine „Grüße aus Lyon“ einfließen ließ. Spanische Rhythmen und Stimmungen konnten die Zuhörer aus der Ouvertüre des Werks „Alcazar“ von Kees Vlak heraushören. Ein Spaziergang im maurischen Schlossgarten verleitete die Besucher zum Träumen. Das sinfonische Gedicht „Carthago“ von Anselmo Loretan beschrieb dramatisch die Eroberung der nordafrikanischen Stadt durch die Römer.

Mit bekannten Melodien aus Verdis Oper „Aida“ im „Grande Finale Secondo“ endete der erste Teil des Konzerts.

### Über Monte Carlo nach Mykonos

Nach der Pause führte die Reiseroute weiter zum Casino in Monte Carlo, zum berühmten Badstrand in St. Tropez und zur griechischen Insel Mykonos. Als es wieder Richtung Heimat ging, wurden die slowenischen und österreichischen Alpen gestreift. Kuhglocken, Ländler und Polkas unterstrichen die Stimmung. Bei

der ersten Zugabe des bekannten Schlagers „Valencia“ klatschten alle vor Begeisterung kräftig mit. Die konzertante Reise in den Süden endete sehr stimmungsvoll mit Abendlied und Zapfenstreich. Mit brausendem Applaus bedankten sich die Zuhörer beim Orchester und seinem Dirigenten.

Die Klangfülle des sinfonischen Blasorchesters rührt von seiner vielseitigen Instrumentalbesetzung her. Querflöten, Trompeten, Klarinetten, Flügelhörner, Posaunen, Oboen, Saxophone, Tuba, Fagott und

Schlagwerke sowie Percussion sind hier mehrfach besetzt. So kommt der satte und volle Klang zustande. Neben Göttingen gehört Hann. Münden zu einem festen Bestandteil der Auftritte des „göfonio“-Orchesters, das seit acht Jahren als Verein besteht. Orchestermittglieder sind fortgeschrittene Amateurbäser aus der Region Südniedersachsen, unter anderem auch aus Hann. Münden. Neue Mitglieder auch als Förderer sind erwünscht, wie Moderatorin Bertram ansagte. Infos: goefonio.de und info@goefonio.de. **HARALD SCHMIDT**

**MM MEGA MARKT**  
HANN. MÜNDEN

**Demnächst gewünscht**

in der  
Göttinger Straße 27  
34346 Hann. Münden

**Kostenlos und unverbindlich!**

**Sehtest**

Nehmen Sie sich einmal im Jahr 5 Minuten Zeit. Ihren Augen und Ihrer Sicherheit zuliebe! Sie sind jederzeit willkommen!

**Brille + Linse**  
Fachgeschäft für Augenoptik  
inkl. Kontaktlinsen

staatl. geprüfter Augenoptiker  
Augenoptikermeister  
Kontaktlinsenspezialist

**Eckart Gust**  
Bad Sooden-Allendorf • Kirchenstraße 51  
Telefon 05652 3176

**MATRATZENBERATUNG MIT RÜCKENMESSUNG**

Jeder Mensch ist einzigartig – jeder Rücken auch!

Individuelle Matratzen abgestimmt auf Körperbau und Rückenform

Ihr Termin 05545 / 6312

Di.–Fr. 10–17 • Sa. 10–14 Uhr  
Beratung mit Termin Di.–Fr. 17–19 Uhr

**BETTEN KRAFT**

A7 KS-GÖ / Abf. Hedemünden • Mündener Str. 9 • P vor der Tür

Auswahl auf über 1.500 m<sup>2</sup> • [www.betten-kraft.de](http://www.betten-kraft.de)



**Unsere Angebote vom 30.01. bis 01.02.2025**

Wiener Würstchen	100 g	1,29 EUR
Metzgerschinken gekocht	100 g	1,99 EUR
Rinderbraten	1 kg	14,90 EUR
Schnitzel aus der Oberschale	1 kg	10,90 EUR

**Freitag**  
Gegrillte Haxe 6,00 €/Stück

**Fleischerei Fleckenstein**  
SÄLZERSTR. 3 | GroBalmerode  
Tel. 05604 5801  
info@fleischerei-fleckenstein.de

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**GUTSCHEIN**

**2 FÜR 1**

**SONNTAG – SAMSTAG**  
26.01. – 01.02.2025

Angebot gilt nach Gutscheinverfügbarkeit vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigere/gleichwertige Geschenk zu jedem Gericht mindestens ein Getränk bestellt werden. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Gutschein gilt für Gerichte bis 20 € und nicht außer Haus.

**GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN |**  
OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL

# Ein Winter voller Freude und Kreativität

Ferienprogramm begeistert Kinder mit Ausflügen, Sternenkunde und Schlittenvergnügen

**Hessisch Lichtenau** – Unter der Leitung eines ehrenamtlichen Betreuerenteams erlebten Kinder aus Fürstehagen eine Woche voller abwechslungsreicher Aktivitäten, die bleibende Eindrücke hinterließen. Mit Herz und Einfallsreichtum gelang es den Organisatoren des Vereins „Kidzz Kreativ“, ein Programm zu gestalten, das Spaß, Bewegung und Kreativität auf einzigartige Weise vereinte.

Ein Höhepunkt war der Besuch des Kasseler Planetariums. „Mit leuchtenden Augen tauchten die Kinder in die Welt der Sterne ein und ließen sich von den Weiten des Alls faszinieren“, heißt es in der Mitteilung der Veranstalter. Zurück in Fürstehagen setzten die Teilnehmer das Erlebte mit geschickten Händen um und erweckten mit viel Freude ihre eigenen Sonnensysteme zum Leben.

## Neongolf als Ausgleich

Für sportlichen Ausgleich sorgte ein Besuch beim Neongolf. Die außergewöhnliche At-



**Fröhliches Treiben im Schnee:** Kinder und Betreuer genießen beim Schlittenfahren den Höhepunkt des Ferienprogramms.

FOTO: KIDZZ KREATIV HELI

mosphäre und die bunten 3D-Effekte hätten die Kinder kaum aus dem Staunen gebracht, heißt es weiter.

Als besonderes Geschenk der Natur kleidete sich pünktlich zur letzten Ferienwoche die Landschaft in ein winterliches Weiß. Das gemeinsame Schlittenfahren wurde laut Veranstaltern zum unbestrittenen Höhepunkt des Programms, bei dem Kinder und Betreuer ausgelassen durch den Schnee tobten und über die Hügel sausten.

## Dank an die Unterstützer

„Ohne die großzügige Unterstützung der Günter-und-Ursula-Meißner-Stiftung wäre dieses Programm nicht möglich gewesen“, betonte die Vereinsvorsitzende Sandra Trieschmann und sprach den Förderern ihren Dank aus. Die Spende habe es ermöglicht, nicht nur ein hochwertiges Programm zu gestalten, sondern auch die Teilnahme für Familien erschwinglich zu halten.

elv

# Ehrungen für langjährige Mitglieder und einen Lebensretter

Bonaforther SV hielt Jahreshauptversammlung ab



**Sie sind bei der Jahreshauptversammlung geehrt worden:** Werner Kannemacher (von links), Karl-Heinz Herbold, Petra Lis, Herbert Sittig, Annedore Strohschein, Peter Kubissa und Jörg Gropengießer.

FOTO: BONAFORTHER SV

**Bonaforth** – Der Bonaforther SV hat gleich zwei Geschäftsjahre mit einer Versammlung abgehandelt. So sprachen die Mitglieder und Verantwortlichen des Vereins nicht nur über das Jahr 2024, sondern auch 2023, wie Geschäftsführer und Vorsitzender Herbert Sittig mitteilt. Die Versammlung für 2023 ist wegen der Spernung der B 496 im vergangenen Jahr verschoben worden.

Herbert Sittig wird laut Mitteilung neben seiner Tätigkeit als Geschäftsführer bis auf Widerruf auch 2025 die Aufgaben des 1. Vorsitzenden, Michael Trapp, übernehmen. Dieser könne derzeit aus beruflichen Gründen das Amt nicht ausüben. Zudem ist wegen eines kurzfristigen Rücktritts des Schriftführers Annabell Rappe zur neuen Schriftführerin gewählt worden.

Neben Ehrungen für Vereinsmitglieder, die dem Verein über viele Jahre die Treue hal-

ten, stand auch eine außergewöhnliche Würdigung auf der Tagesordnung. Diese erhielt Jörg Gropengießer, weil er im Sommer 2024 dem kollabierenden des Vereins nicht nur über das Jahr 2024, sondern auch 2023, wie Geschäftsführer und Vorsitzender Herbert Sittig mitteilt. Die Versammlung für 2023 ist wegen der Spernung der B 496 im vergangenen Jahr verschoben worden.

Die Mitgliederzahlen des Bonaforther SV seien laut Sittig in den vergangenen Jahren von 181 auf 207 angestiegen. Im Jahr 2024 seien zudem Energiesparmaßnahmen im und am Vereinsheim vorgenommen worden. Diese seien durch eingesparte Gelder und über die von der Sparkasse Göttingen unterstützte Aktion „Wir Wunder“ eingegangene Spenden finanziert worden. Unter anderem mit diesen Geldern soll im ersten Quartal 2025 auch das Dach vom Altbau des Vereinsheimes erneuert werden.

Sittig weist darauf hin, dass der Verein dringend einen Nachfolger für ihn als Geschäftsführer benötigt. Er sei bereits seit 1999 als 1. Vorsitzender im Verein tätig und habe in 2023 noch zusätzlich die Aufgaben des Geschäftsführers übernommen. Die Zeit für einen Wechsel sei gekommen.

rus

**www.rb-becker.de**

**Schlafsofa/Daybed in Samtoptik**  
grau/Samtvelours, Liegefläche: 125 x 195 cm, Liegehöhe: 29 cm, Sitzhöhe: 42 cm, inklusive zwei Rückenkissen  
**199,50**

**W. SCHILLIG XXL-Sessel, mit Drehfunktion**  
schwarz/grau, Maße (Ø/H): 165/87 cm, Glatteiler/Flachgewebe  
**599,00**

**[yellow tail]** versch. Sorten, 0,75l  
**2,99**

**SOLAZ** Tempranillo Bio, 13% Alc. vol., 0,75l  
**2,99**

**IL TAURO** Puglia, Rosato 12% Alc. vol., 0,75l  
**2,99**

**Baron Philippe de Rothschild Mouton Cadet** Bordeaux, 13% Alc. vol., 0,75l  
**3,99**

**Emil Bauer** Riesling, 12,5% Alc. vol., 1l  
**2,99**

**Diehl** Grauburgunder, 12,5% Alc. vol., 0,75l  
**3,99**

**Diehl** Weißburgunder, 12,5% Alc. vol., 0,75l  
**4,99**

**Fußmatte Salon Loewe z.B.:** für Fußbodenheizung geeignet  
Salonloewe terracotta, 115 x 115 cm  
**17,50** je  
terracotta oder pistazie, 85 x 85 cm  
**12,50** je

**Mülltonnen-/ Aufbewahrungsbox "Store it out MAX"**  
B x H x T: 145,5 x 125 x 82 cm, anthrazit/grau, DUOTECH® Kunststoff  
**149,50**

**Gewächshaus** ca. 143 x 73 x 195 cm  
Kunststoff, grün, Metallrahmen, wasserdichte Abdeckung o. Deko  
**49,50**

**Verschiedene Autobatterien z.B.:** Ah 44 -12V  
Ah 55 = je 75,50  
Ah 62 = je 79,40  
Ah 70 = je 95,50  
zgl. je 7,50 Pfand  
**59,50** je

**PKW-Kindersitzhöhung** 15-25 kg, versch. Farben  
**9,99** je

**DUNLOP Mehrzweckreiniger** Spray  
0,5l  
beseitigt Quetschen, reinigt & schützt  
**3,99**

**Frostschutzscheibenreiniger** bis -20°  
3l  
**3,99**

**Starthilfespray** 300ml  
**4,99**

**Hirschsalzgift** Gummipflögestift 25ml  
**3,99**

**STANLEY Kompressor Fatmax** HY 227/10/50V  
50L Tank, 10 bar, 2 Zylinder, ölgeschmiert  
**119,50**

**Anhängernetz in Aufbewahrungstasche** grün, 150 x 220 cm  
**4,99**

**Autofußmatten-Set** 4-tlg.  
Gummi  
**9,99**

**DUNLOP 11-tlg. KFZ-Ersatzlampen-Set H4 oder H7**  
Ersatzbirnen & Sicherungen  
**3,99** je

**Bratherings-Filet** im Glas 500g  
**1,99**

**Geriebener Gouda** 45% Fett i. Tr. 250g  
**1,59**

**Croissant Mix** 300g  
**1,99**

**Lift-Apfelsaftchorle, Mezzo Mix, Fanta oder Sprite**  
0,5l  
zgl. 0,25 Einwegglas  
**0,49** je

**Fleischsalat** versch. Sorten 200g  
**0,69** je

**Der kleine Bauer Joghurt** versch. Sorten 125g  
**0,33** je

**Zitronen-, oder Marmorkuchen** 350/400g  
**1,69** je

**WIZ/Kleinalmerode** Industriest. 1 03542 / 93 39 60  
**Kassel** Hegelbergstr. 21 0561 / 49 172 551  
**Gudensberg** Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

**RB-Rolf Becker GmbH Zentrale** Industriest. 1 - 37217 Witzzenhausen/Kleinalmerode  
Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.

**ÖFFNUNGSZEITEN:** Mo.-Mi. 9.00-18.00 Uhr  
Do.-Fr. 9.00-19.00 Uhr Sa. 9.00-14.00 Uhr

## Geehrte

Gehrt wurden für **25-jährige Mitgliedschaft:** Petra Lis und Karin Gobrecht, für **40-jährige Mitgliedschaft:** Annedore Strohschein und Roland Schepp, für **50-jährige Mitgliedschaft:** Hermann Hartwig, Brunhilde und Karl Schäfer, für **60-jährige Mitgliedschaft:** Karl-Heinz Herbold, für **65-jährige Mitgliedschaft:** Peter Kubissa und für **70-jährige Mitgliedschaft** Werner Kannemacher. Die geehrten Mitglieder erhielten Urkunden und je einen Präsentkorb.

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
100% NACHRICHTEN WITZENHAUSEN

nh-wochenzeitungen.de  
IMPRESSUM

Herausgeber:  
NHV Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV:  
Frank Schmid

Leitung Geschäftskunden:  
Miriam Donnert (V.i.S.d.P.)

Anzeigenverkauf:  
Tel.: 05 51/98 39 30  
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Layout und Gestaltung:  
DIGITALE KREATIV AGENTUR  
Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1, 34123 Kassel

Zustellung: VTS Nord GmbH  
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel,  
Tel.: 05 61/203 - 23 23  
E-Mail: vertriebsleitung@hna.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 4 vom 1.1.2025

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.  
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, mit Angabe Ihrer Anschrift, an vertriebsleitung@hna.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

## Premiere in Ellingerode geglückt

Schnuddeltreff mit Neujahrsfrühstück und prominenten Gästen fand im DGH statt

**Ellingerode** – Das Konzept des Schnuddeltreff-Teams, ein Neujahrsfrühstück in Ellingerode ins Leben zu rufen, ging voll auf. Im vollbesetzten Dorfgemeinschaftshaus und bei strahlendem Sonnenschein organisierte das Team ein Mitbring-Frühstück für alle Ellingeröder, heißt es in einer Mitteilung. Die Gemeinschaft zu stärken und das bürgerliche Engagement zu fördern, hatte sich das Team zum Ziel gesetzt.

Unter den zahlreichen Gästen, waren auch unser Bürgermeister Lukas Sittel mit seiner Familie sowie Bürgermeister Daniel Iliev aus Heringen, der als Nachfolger von Michael Roth für den Bundestag kandidiert, heißt es weiter. Rund 40 Dorfbewohner im Alter von acht Monaten bis 90 Jahren

wurden vom Schnuddeltreff-Team im DGH begrüßt.

Nach dem Sektempfang und den Grußworten von Sittel und Iliev, die mit selbstgemachten Brotaufstrich sowie selbst gebackenem Schokoladenkuchen das Buffet ergänzten, wurde ordentlich geschlemmt und geschnuddelt. Der Termin für das Neujahrsfrühstück 2026 ist bereits in Planung, kündigt das Orga-Team an.

Das Schnuddeltreff-Team hat auch für das Jahr 2025 wieder Informationsveranstaltungen geplant und wird dazu interessante Gesprächsteilnehmer einladen.

Das nächste Schnuddeltreffen steht bereits fest und findet am Mittwoch, 5. Februar, ab 15 Uhr statt, wieder im DGH Ellingerode.



**Das Organisationsteam des Schnuddeltreffs in Ellingerode:** Erika Ludolf (von links), Elvira Wilhelm, Margot Knobel und Anita Wilhelm.

FOTO: SCHNUDDELTREFF ELLINGERODE

**TEAM 4**  
Umzüge zum Festpreis, Haushaltsauflösungen, Seniorenzüge  
☎ 05 61-89 99 90

## Kaffeeklatsch und Handy-fit

Gemein-Statt Großalmerode mit Sozialpreis ausgezeichnet



In der **Kleiderstube** der Gemein-Statt warten gut erhaltene Second-Hand-Waren auf die Besucher. Vorstandsmitglied Birgit Anacker zeigt eine Auswahl. FOTO: WIEBKE HUCK

**Großalmerode** – In die Gemein-Statt in Großalmerode ist Leben eingekehrt. Nach anfänglichen Anlaufschwierigkeiten und einer Zeit, in der aufgrund eines fehlenden Vorstands und unerwarteter Steine auf dem Renovierungsweg, sich die Eröffnung immer wieder verzögerte, sind die Räume jetzt geöffnet und werden bereits gut angenommen, sagt Birgit Anacker vom Vorstand.

Die Gemein-Statt hat Anfang September ihre Türen geöffnet und einige Veranstaltungen erfreuten sich bereits großer Beliebtheit, darunter das Adventscafé, das gleich zweimal stattgefunden hat und für ein volles Haus gesorgt hat. „Ich musste noch Stühle besorgen, weil unsere nicht gereicht haben, so viele Besucher sind zu unserem Adventscafé gekommen“, freut sich Birgit Anacker. Beim ersten Mal gab es Weihnachtsplätzchen, bei der zweiten Veranstaltung wurden frische Waffeln gebacken. Weil die Aktion so gut angenommen wurde, ist daraus jetzt eine regelmäßige Veranstaltung geworden, der „Kaffeeklatsch“ in der Gemein-Statt. Alle 14 Tage mittwochs, abwechselnd mit dem Schnuddeltreff des Seniorentreffs, wird ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen angeboten. Der

nächste Kaffeeklatsch findet am Mittwoch, 29. Januar, statt.

Jetzt wurde die Gemein-Statt mit dem Sozialpreis des Werra-Meißner-Kreises ausgezeichnet. Der Preis wurde ins Leben gerufen, um herausragendes soziales Engagement im Landkreis zu würdigen, schreibt Kreissprecherin Jana Fahlbusch. „Mit diesem Preis werden Einzelpersonen, Teams und Organisationen gewürdigt, die sich im Werra-Meißner-Kreis ehrenamtlich für den gesellschaftlichen Zusammenhalt einsetzen“, so Fahlbusch weiter. Und dazu gehört die Gemein-Statt. Bei der Preisverleihung sagte Landrätin Nicole Rathgeber: „Sie alle tragen mit ihrer ehrenamtlichen Arbeit zur Stärkung des gesellschaftlichen Zusammenhalts im Werra-Meißner-Kreis bei und dafür danke ich Ihnen sehr! Es ist entscheidend, dass wir uns gegenseitig unterstützen. Ich freue mich, dass wir Ihre Arbeit heute würdigen und mit dem Preisgeld unterstützen können.“

Bei jeder Veranstaltung der Gemein-Statt ist auch die Kleiderstube geöffnet und darüber hinaus immer donnerstags von 15 bis 17 Uhr. Eine kleine aber feine Second-Hand-Boutique, die gegen Spende Kleidung an jedermann abgibt. Es gibt eine

Vielzahl gut erhaltener Schuhe und Winterjacken, Kleider, Blusen und Hosen warten genauso auf neue Besitzer wie Kinderkleidung, Spielzeug und Kinder- und Jugendliteratur-alles gebraucht aber zum Teil wie neu, die Mitarbeiter der Gemein-Statt achten sehr darauf, dass die gespendete Kleidung in guten Zustand ist. Mit den Spenden, die durch die Weitergabe in der Kleiderstube zusammen kommen, wird die Gemein-Statt weiter unterstützt. So kann jeder seinen Kleiderschrank erweitern und damit etwas Gutes tun.

Immer dienstags gibt es das Angebot „Handy Fit“ von 14 bis 16 Uhr und bald soll ein regelmäßig stattfindender Kochkurs dazukommen. „Wir wollen unsere Palette ständig erweitern, sind grade dabei herauszufinden, wo der Bedarf da ist und was bei den Großalmerödem gut ankommt“, so Birgit Anacker weiter.

Der Verein Gemein-Statt hat schon kurz nach der Gründung mehr als 40 Mitglieder, dazu kommen 35 Helfer, die ehrenamtlich dabei sind, um zum Gelingen des Projekts, das immer weiter wachsen soll, beizutragen.

WIEBKE HUCK

gemein-statt.de

**25 Jahre**  
**SÜDEKUM**  
AKTIONSWOCHE  
JEDEN TAG EIN ANDERES EVENT  
27.01.2025- 01.02.2025  
HANN.MÜNDE-STR.18  
WWW.SUEDEKUM.COM  
NOCHMAL  
- 25%

**TOP AUSSTELLUNGSSTÜCKE IM**  
**WSV**  
10% EXTRA  
Gültig bis 31.01.2025  
BIS ZU  
**57%**  
RABATT AUF MÖBEL & KÜCHEN AUS DER AUSSTELLUNG  
Möbel **Bolte**  
Entdecken Sie Ihr Zuhause neu...  
Holländische Straße 76, 34246 Vellmar  
Tel. 0561 98276-0, www.moebel-bolte.de  
Mo - Fr 10 - 19 Uhr, Sa 9 - 16 Uhr  
Folgen Sie uns auf facebook.com/MoebelBolte

# Endlich wieder Heimatfest

Erste Jahreshälfte in Großalmerode steht im Zeichen des Feierns

**Großalmerode** – Der Blick auf das Jahr 2025 in Großalmerode zeigt vor allem eines: Das Heimatfest findet nach zehn Jahren Pause wieder statt. Aber auch der Kita-Anbau in Rommerode, der Glasfaserausbau und eine Siedlung mit Tiny-Ferienhäusern stehen ebenfalls auf der Agenda. Bürgermeister Finn Thomsen gibt einen Ausblick, was sich dieses Jahr in Großalmerode so tut und welche Termine schon mal im Kalender vermerkt werden sollten.

■ **Feiern**

„Im Jahr 2025 wird in Großalmerode kräftig gefeiert“, kündigt Thomsen an. Das alle fünf Jahre stattfindende Heimatfest, das im Jahr 2020 aufgrund der Corona-Pandemie abgesagt wurde, findet nach einer zehnjährigen Pause endlich wieder statt. Eröffnet wird das Fest am Donnerstag, 26. Juni auf dem Marktplatz und geht bis Montag, 30. Juni. Das Programm ist vollgepackt mit Festzügen, Konzerten und weiteren Aktionen. Vorgestellt wird das vollständige Programm von der Kulturgemeinschaft Großalmerode beim traditionellen Dämmer-Schoppen, der am Freitag, 14. März ab 19 Uhr im Rathaussaal stattfindet. Begleitet wird das Fest bereits im Vorfeld durch zahlreiche Aktivitäten der Vereine.

„Zudem blickt Großalmerode in diesem Jahr auf 250 Jahre Stadtrechte zurück“, nennt Thomsen einen weiteren Feiertag für das Jahr 2025. Zu diesem Anlass wird es am Jubiläumstag der Stadtrechteverleihung, Montag, 24. Februar, einen feierlichen Festakt im Rathaussaal geben. Dass einen Tag davor die Bundestagswahl stattfindet, sei laut Thomsen bei der Planung noch nicht absehbar gewesen.



Zum Heimatfest in Großalmerode gehören natürlich auch wieder zahlreiche Umzüge. Unser Bild vom Festzug ist vom bislang letzten Heimatfest im Jahr 2015. ARCHIVFOTO: LOTHAR RÖSS

■ **Tourismus**

Im Fahrbachtal gibt es einige Entwicklungen, berichtet Thomsen: Ein neu gegründeter Verein, das „Team Waldschlösschen“, hat sich der Sanierung des gleichnamigen historischen Ausflugslokals verschrieben. Dies werde nicht nur den Premiumwanderweg P 14 aufwerten, sondern auch ein beliebtes Ausflugsziel wiederbeleben. Zudem wird der Grimmsteig durch den Beitritt der Stadt zur Touristischen Arbeitsgemeinschaft Grimmsteig Erlebnis-Region künftig durch das Fahrbachtal verlaufen. Den Auftakt bildet der Grimmsteig-Tag am Samstag, 21. Juni.

Für Radfahrer wird es ebenfalls Neuerungen geben: Der Frau-Holle-Radweg rund um den Exbergsee, der Großalmerode mit Hessisch Lichtenau und Witzenhausen verbindet, befindet sich in der Umsetzung. „Das wird eine attraktive Ergänzung des touristischen Angebots sein“, sagt Thomsen.

■ **Bauprojekte**

Ein weiteres wichtiges Vorhaben ist der Anbau des Kindergartens Rommerode, um Platz für drei neue Gruppen zu schaffen. „Die ersten Aufträge für dieses Projekt wurden bereits vergeben, und die Bauarbeiten

sollen dieses Jahr beginnen“, sagt Thomsen.

Außerdem tut sich etwas um den Exbergsee: Ein Investor plant auf dem größtenteils in Privatbesitz befindlichen Areal die Errichtung einer Tiny-Ferienhaus-Siedlung. Die Stadt hofft, durch die zusätzlichen Touristen zusätzliche positive Impulse für die lokale Infrastruktur zu setzen und diese noch weiter zu stärken. Thomsen beschreibt das Vorhaben als eines der zentralen Themen für dieses Jahr.

■ **Glasfaserausbau**

Die Arbeiten der Firma Unsere Grüne Glasfaser (UGG) in den

Stadtteilen befinden sich laut dem Bürgermeister auf der Zielgeraden. Die Arbeiten im öffentlichen Verkehrsraum wurden weitgehend abgeschlossen. Und in Eperode, Laudenbach und Rommerode werden die Haushalte sukzessive aktiviert. In den Außenbereichen der Stadt gibt es noch unterversorgte Grundstücke, für die nun der weitere Ausbau geplant wird – mit einer 95-Prozent-Förderung von Bund und Land.

■ **Weitere Termine**

Thomsen nennt noch weitere Termine zum Vormerken: Das nächste Frühstück zur Vernet-

zung der Unternehmer ist für Donnerstag, 27. Februar im Therapiezentrum Atlas geplant. Die jährliche Bürgerversammlung findet am Donnerstag, 4. September, statt. Diese Veranstaltung werde erneut per Livestream im Internet übertragen.

Und auch der beliebte Feierabendmarkt findet wieder einmal im Monat an einem Dienstag von Mai bis September statt. „Ebenso bleibt der Schnuddel-Treff des Seniorenbeirates ein zentraler Bestandteil der sozialen Begegnungen in der Stadt“, unterstreicht Thomsen.

WILLIAM ABU EL-QUMSSAN



**Flohmarkt Metro 02.02.**

## Polsterei Adam

– Erfahrung seit 30 Jahren –

Wir beziehen und reparieren Polstermöbel aller Art

# WINTERANGEBOTE

Angebot gültig vom 25.01.–01.02.2025

**Unsere Dienstleistungen:**

- Polster überziehen
- aufpolstern
- Schnürung, Haftung
- Reparatur Leder und Holz (Schreinerarbeiten)
- Matratzenanfertigung nach Maß
- Polsterarbeiten in Wohnwagen/Wohnmobilen
- und vieles mehr

**30% Rabatt**  
auf alle Stoffe und Leder

**AKTION**  
4 Stühle beziehen lassen – nur 3 Stühle bezahlen!

**Polsterei Adam**  
Kassel  
Wolfhager Str. 99  
Tel. 0561 70245121  
Mobil 0176 32323328  
Öffnungszeiten: Mo.–Sa. 9–20 Uhr  
adampolsterei1@web.de

Aus alt mach neu

Über 7.000 Stoffe

# Kirmes pur an einem Abend

## Zwei Vereine veranstalten erstes Witzenhäuser „Kirmes-Opening“

**Ermschwerd/Roßbach** – Feuerwehrvereine fusionieren, Sportvereine tun sich zusammen, und nun stellen auch die Kirmesvereine aus Ermschwerd und Roßbach eine gemeinsame, neue Veranstaltung auf die Beine: das erste Witzenhäuser Kirmes-Opening. Das findet am Samstag, 25. Januar, statt. Ort der Feier sind die Wichtelstuben in Ermschwerd.

„An diesem Abend wird es zum ersten Mal eine Mischung aus DJ-Musik und Liveband geben“, kündigt Sascha Fahrenbach an. Er ist Teil des Orga-Teams, das sich aus Mitgliedern der zwei Kirmesvereine gebildet hat. „Wir wollten mal Neues versuchen“, sagt der Roßbacher, der an dem Abend auch in der Band Fire Beaster Inc. – kurz FBI – spielen wird. Unterstützt wird die funfköpfige Band, in der auch Sascha Fahrenbachs Bruder Nico spielt, von Andre Guthardt als DJ Andre. Die DJ-Musik gibt es ab 20 Uhr bis zum Start der Band sowie in den Pausen und der Zeit nach der Band, erklären die Veranstalter. „Sonst ist es ja klassisch so, dass eine Kirmes über mehrere Abende geht“, sagt Nico Fahrenbach. „Freitags gibt es Zeldisko, samstags spielt eine Band.“

Doch diese Tradition wollen die Kirmesvereine aus Ermschwerd und Roßbach mit ih-



**Sie wollen die Kirmes-Kultur in der Region wieder beleben:** (von links) Nico und Sascha Fahrenbach, Andre Guthardt, Mathias Amend und Alexander Ullrich gehören zum Orga-Team des 1. Witzenhäuser Kirmes-Openings. FOTO: WILLIAM ABU EL-QUMSSAN

rer Veranstaltung nun etwas aufbrechen. Denn am Freitag seien vor allem die jungen Leute am Feiern, am Samstag kämen eher die älteren zusammen. Mit dem Kirmes-Opening wolle man jetzt alle Kirmesgänger zusammenbringen. „Die Lieder, die wir spielen, kennt garantiert jeder“, versprechen die Brüder.

Die zwei Kirmesvereine sehen das Kirmes-Opening auch als Versuch. „Das kann in Zukunft gerne größer werden“, sagt Nico Fahrenbach und lacht. 400 bis 500 Leute passen nach Aussage des Pächters Alexander Ullrich in die Wichtelstuben. Außerdem könnten gerne noch mehr Dörfer an künftigen Veranstaltungen die-

ser Art beteiligt sein. „Das Konzept wollen wir auch anderen Kirmesvereinen vorstellen“, sagt Andre Guthardt. Reine Kirmesvereine gebe es im Witzenhäuser Stadtgebiet nur noch drei, in einigen weiteren Stadtteilen würde die Organisation von der Feuerwehr oder anderen Vereinen übernommen werden. Schon vor der Corona-

Pandemie seien in vielen Orten keine regelmäßigen Kirmessen mehr gefeiert worden, danach wurden es noch weniger, auch in Ermschwerd und Roßbach. „Bis 2000 etwa gabs in fast jedem Dorf jedes Jahr eine Kirmes“, erinnert sich Guthardt.

Mit dem Kirmes-Opening wollen die Organisatoren das Ganze in der Region wieder beleben, über Ortsgrenzen hinaus. „Es ist ausdrücklich unser Wunsch, dass es weitere Veranstaltungen dieser Art gibt“, sagt Nico Fahrenbach. Die Veranstaltung stieß bereits auf großes Interesse. „Wir haben ordentlich Rückmeldung bekommen“, sagt Sascha Fahrenbach.

Einlass ist ab 19,30 Uhr, Beginn um 20 Uhr. Es geht auch direkt mit einer Happy Hour bis 21 Uhr los – es gibt eine Sekt- und Aperol-Bar. Schluss soll etwa gegen 3 Uhr sein. Der Eintritt für die Veranstaltung kostet 5 Euro.

WILLIAM ABU EL-QUMSSAN

## Zweifacher Grund zur Freude

Sportfreunde Bad Sooden-Allendorf erhalten knapp 17.000 Euro



**Die Turnkinder der Sportfreunde** freuen sich über eine Spende für neue Sweatjacken.

FOTO: REINHOLD/SPORTFREUNDE BAD SOODEN-ALLENENDORF

**Bad Sooden-Allendorf** – Gleich über zwei Highlights konnte sich der Verein Sportfreunde Bad Sooden-Allendorf zum Ende des vergangenen Jahres freuen, wie Vorsitzende Andrea Müller jetzt berichtet. Zum einen erhielten sie vom Hessischen Ministerium für Digitalisierung und Innovation eine Förderung in Höhe von 14.903 Euro. Zum anderen bekamen sie von der VR-Bank Mitte eine Spende von 1800 Euro sowie noch einmal 200 Euro für den Logo-Aufdruck.

Im Rahmen des Förderprogrammes „Ehrenamt digitalisiert“ gab es die Förderung, dank der die Sportfreunde nun neue digitale Wege beschreiten und ihren Vorstand modern aufstellen können. „Die Förder-summe hat es ermöglicht, die Datenverwaltung sicherer zu gestalten und hochwertige Veranstaltungstechnik anzuschaffen“, sagt Müller. So würde die Trainingsleitung nun über Ta-

blents verfügen, durch die die Übungsstunden vielfältig unterstützt werden können.

Das sei ein großer Schritt in Richtung Datensicherheit, die in der heutigen Zeit im Ehrenamt in den Vereinen immer komplexer und wichtiger wird, erklärt Müller. Zudem werde damit die Verwaltung der inzwischen mehr als 300 Mitgliedern enorm erleichtert. „Moderne Technologien und digitale Lösungen können das Miteinander in vielerlei Hinsicht erleichtern und bereichern“, sagt Müller. Deswegen unterstützt das Förderprogramm das Ehrenamt in Hessen. Die Zeit, die durch diese Erleichterungen gewonnen werde, komme direkt den Mitgliedern zugute.

Neben der Förderung erhielten die Sportfreunde auch 1800 Euro von der VR Bank Mitte. Mit dieser Spende wurde den Turnkindern neue Sweatjacken angeschafft. Mit der Initiative „Ein Herz für die Region“

fördert die VR-Bank regionale Projekte. Der Bank sei es eine Herzensangelegenheit, Vereine in vielfältiger Weise zu unterstützen und damit etwas Sinnvolles in die Region zurückzugeben, um sich für das Vertrauen der Kunden zu bedanken. „Durch die neuen Sportjacken können wir nun ein Zeichen für den Zusammenhalt und die Gemeinschaft in den vielfältigen Sportgruppen setzen. Wir freuen uns sehr über die Zuwendung, die unseren jungen Verein im Kinder- und Jugendbereich hervorragend unterstützt“, sagt Müller zur Spende, die ihnen im Dezember in der kleinen Turnhalle überreicht wurde.

Zu einem weiteren Höhepunkt laden die Sportfreunde bereits jetzt ein: Am 6. Dezember 2025 veranstalten sie einen festlichen Galaabend im Weratral Kultur- und Kongresszentrum mit Sektempfang und Live-Musik. elu

**Kellner's Spielwelt**  
**RANZEN WOCHEN**  
 OBERKAUFUNGEN  
**VOM 31. JANUAR BIS 15. FEBRUAR 2025**  
 MO. BIS SA. VON 9 BIS 18 UHR

JETZT VORTEILE SICHERN!  
 GROSSE AUSWAHL AN RANZEN - KLEINE ÜBERRASCHUNGEN  
 RANZEN NEUHEITEN 2025 - KOMPETENTE BERATUNG

Leipziger Straße 467 A • ☎ 05605 947417

BITTE VEREINBAREN SIE IHREN BERATUNGSTERMIN

AUCH IM SORTIMENT: SCHULRUCKSÄCKE FÜR DIE WEITERFÜHRENDE SCHULE

## Spanndecken – immer die beste Wahl



Ohne Vorbereitung morgens den Handwerkern die Tür öffnen und abends unter einer neuen Zimmerdecke sitzen – reines Wunschdenken?

Deine Zimmerdecke braucht also ein Makeover. Decke streichen? Möbel abdecken, Farbspritzer ... Trockenbaubaustelle? Arbeitsintensiv, schmutzig, langwierig ...

**Das geht einfacher – mit einer Plameco-Spanndecke!**

Diese wird fachmännisch unter die vorhandene Decke

gespannt – und das in nur 1 Tag! Ohne Möberrücken und Baustellenschmutz! Im Gegensatz zu gestrichenen oder Gipskartondecken bleiben Spanndecken rissfrei und glatt, halten Jahrzehnte, sind pflegeleicht und wartungsfrei. Die Designauswahl ist riesig, und so eine Decke kann auch noch Beleuchtung, Schallabsorbierung, Infrarot-Heizung u. v. m. beherbergen.

**Komm vorbei!**  
**Deckenschau**  
 Freitag, 31.01. bis Sonntag, 02.02.\*  
 täglich 11.00–17.00 Uhr

\*Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten keine Beratung, kein Verkauf

Spanndecke statt Gipskarton: Ja! Ästhetik trifft Funktionalität: Volltreffer! Lass

Dich begeistern – bei einer unverbindlichen Beratung von dem Spanndeckenspezialisten bei Dir zu Hause. Denn jede Spanndecke ist ein Unikat.

Besuche einfach die Plameco-Ausstellung in Kassel. Hier findest du inspirierende Ideen für jeden Raum. Am Wochenende von Freitag, 31. Januar bis Sonntag, 2. Februar täglich von 11–17 Uhr ist das Team von Plameco für Dich da. Wir freuen uns auf deinen Besuch.

**Plameco Spanndecken**  
 Leipziger Str. 163  
 34123 Kassel  
 0561 9532674  
 Homberger Str. 81  
 36251 Bad Hersfeld



### Spanndecke

- ✓ Neue Zimmerdecke in 1 Tag
- ✓ Ohne Leerräumen & Schmutz
- ✓ Nie wieder Decke streichen
- ✓ Keine Deckenrisse
- ✓ Mit Licht, Heizung & Akustik

### Gipskartondecke

- ✗ Lange Trocknungszeit
- ✗ Wochenlange Baustelle
- ✗ Regelmäßig streichen
- ✗ Spannungsrisse

Persönliche Beratung bei Dir Zuhause



**Plameco Spanndecken**  
 Leipziger Str. 163  
 34123 Kassel  
 ☎ 0561-9532674  
 Homberger Str. 81  
 36251 Bad Hersfeld  
 plameco.de



## Fliegende Weihnachtsbäume

Neuer Rekord bei Weitwurf-Spektakel



**Hat den Rekord geknackt:** Bennet Francis (links) hat seinen Baum 9,50 Meter weit geworfen. FOTO: SILKE KURI

**Sichelstein** – Die einen setzen ihren Weihnachtsbaum schon vor Jahresende vor die Tür. Andere erst nach dem Tag der Heiligen Drei Könige. In Sichelstein sind am Sonntag die Weihnachtsbäume geflogen, wie es von einem bekannten schwedischen Möbelhaus in der Werbung gezeigt wird.

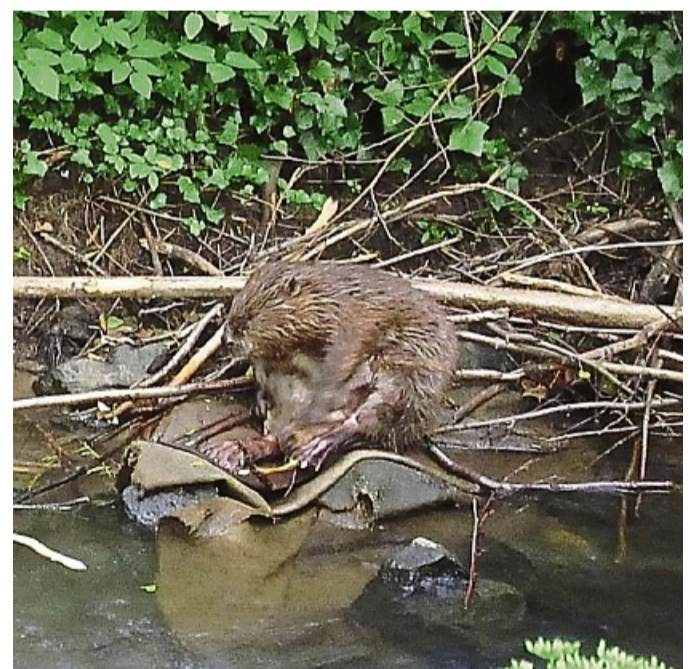
Jeder Teilnehmende hatte drei Wurf-Versuche, seinen Weihnachtsbaum möglichst weit weg zu befördern. Ärgerlich, kippte ein Baum nach hinten um, denn gemessen wurde die Strecke zwischen Baum und Werfenenden.

Nach dem Erfolg im vergangenen Jahr lud der Heimat- und Verkehrsverein das zweite Mal zu einem Weihnachtsbaum-Weitwurf-Spektakel vor das Dorfgemeinschaftshaus ein. Die Spielregeln waren einfach. Mitmachen konnte jeder, der seinen Weihnachtsbaum mit der Mindesthöhe von 1,30 Meter von zu Hause mitgebracht hat. Am Sammelplatz für Weihnachtsbäume vom Landkreis Göttingen wurde ein Startfeld

eingrichtet. Jeder Teilnehmende hatte drei Wurf-Versuche, seinen Weihnachtsbaum möglichst weit weg zu befördern. Ärgerlich, kippte ein Baum nach hinten um, denn gemessen wurde die Strecke zwischen Baum und Werfenenden. Der vorgelegte Siegerwurf vom letzten Jahr wurde um ganze drei Meter getoppt. Der Rekord liegt nunmehr bei 9,50 Meter, geworfen von Bennet Francis. Bei Punsch, Speckkuchen und knackigen Temperaturen wurden die Wurfkünste der Teilnehmenden mit Spaß verfolgt. Eine gelungene Veranstaltung, die gerne Wiederholung finden darf, so Philipp Vogetley, Vorsitzender des Heimat- und Verkehrsvereins.

zsk

## Leser kam Bibern in Witzenhausen sehr nah



Witzenhausen Biber Leseraufruf aufgenommen an der Gelster im Bereich der Holzbrücke zum jüdischen Friedhof Foto: Jörg Giardina PRIVAT

Im Zuge unserer Berichterstattung zu den Bibern in Albnungen haben wir Sie, liebe Leserinnen und Leser, dazu aufgerufen, uns Ihre Biber-Bilder aus der heimischen Region zu schicken. Jörg Giardina aus Witzenhausen ist dabei im vergangenen Sommer eine besondere Aufnahme an der Gelster in Witzenhausen gelungen. „Ich gehe dort immer mit meinem Hund spazieren und die zwei Biber haben sich unterhalb der Holzbrücke aufgehhalten. Von

dort konnte ich sie beobachten“, berichtet Giardina. Die Biber waren an mehreren Tagen immer zur gleichen Uhrzeit an derselben Stelle zu sehen. Da hat der Witzenhäuser bei einer Gassirunde mit seinem Hund mal das Handy gezückt, und unter anderem dieses Bild gemacht. Die großen Nagetiere fühlen sich wieder zunehmend heimischer im Werra-Meißner-Kreis.

waq

FOTO: JÖRG GIARDINA

Angebote gültig vom 27.01. – 01.02.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

**Adelholzener Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,67 €

**5,99** **5,49\*\*** (11 = 0,61 €)

Logo GETRÄNKE • FACHMARKT

Dein Januar-Boost 2025 alkoholfrei & kalorienarm

<p><b>König Pilsener</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p><b>Aktion!</b> + 1 Filzträger GRATIS!</p> <p><b>10,99</b></p>	<p><b>Köstritzer Schwarzbier</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,40 €</p> <p><b>-22%</b> <b>13,99</b></p>	<p><b>St. Bonifatius Bier</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10/4,50 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p><b>9,99</b></p>
<p><b>Tyskie</b> Polnisch für Kenner, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,40 €</p> <p><b>-22%</b> <b>13,99</b></p>	<p><b>Veldensteiner Bier</b> Vollbier Hell, Kräusen Helles, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,40 €</p> <p><b>13,99</b></p>	<p><b>Weitenburger Kloster Bier</b> hell, alkoholfrei, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p><b>14,99</b></p>
<p><b>Pilgerstoff, Pilgerstöffchen</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5/24 x 0,33 l, zzgl. 3,10/3,42 € Pfand, 11 = 1,40/1,77 €</p> <p><b>13,99</b></p>	<p><b>Licher Bier</b> diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 2,02 €</p> <p><b>4,59</b> <b>3,99</b></p>	<p><b>Förstina Sprudel Mineralwasser</b> diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,46 €</p> <p><b>5,49</b></p>
<p><b>S. Pellegrino Mineralwasser</b> Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p><b>5,99</b></p>	<p><b>Elisabethen Quelle Mineralwasser*</b> diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,54 €</p> <p><b>7,99</b> <b>6,49</b></p>	<p><b>Bad Brückenaauer Apfelschorle</b> klar, naturtrüb, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p><b>9,99</b> <b>8,99</b></p>
<p><b>Almdudler Original</b> Kräuterlimonade, 11-Flasche, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 1,29 €</p> <p><b>4,59</b> <b>1,29</b></p>	<p><b>Gordon's</b> London Dry Gin &amp; Tonic, Premium Pink Gin &amp; Tonic, chininhaltig, 0,25 l-Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 7,96 €</p> <p><b>1,99</b></p>	<p><b>deit Limonade</b> diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,75 €</p> <p><b>8,99</b> <b>7,99**</b> (11 = 0,67 €)</p>
<p><b>Käfer Wein</b> diverse Sorten, 0,75 l-Flasche, 11 = 3,99 €</p> <p><b>2,99</b></p>	<p><b>Heil GUDE STOFF*</b> 11-Flasche, zzgl. 0,15 € Pfand, 11 = 2,29 €</p> <p><b>2,29</b></p>	<p><b>Dr. Faust</b> diverse Sorten, 0,75 l-Flasche, 11 = 5,32 €</p> <p><b>3,99</b></p>
<p><b>Johnnie Walker Red Label</b> 0,7 l-Flasche, 11 = 15,70 €</p> <p><b>-21%</b> <b>10,99</b></p>	<p><b>Wodka Gorbatschow, Citron</b> 0,7 l-Flasche, 11 = 9,99 €</p> <p><b>-26%</b> <b>6,99</b></p>	<p>Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen &amp; mit Glück gewinnen!</p> <p>Mit der logo Getränke App sparen &amp; gewinnen. Jetzt downloaden!</p> <p>1x Sous Vide Stick 1x Jahresabo Disney*</p> <p>www.logo-getraenke.de</p>

\*Nicht in allen Filialen verfügbar. Lieblingsmarkt in der logo App wählen und Aktionsteilnahme der Filiale einsehen. Für Druckfehler keine Haftung!  
\*\* Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App. Alle Artikel und Zugaben solange der Vorrat reicht.

# NORMA®

# Mehr fürs Geld.

JETZT ZUGREIFEN! SOLANGE VORRAT REICHT!

ab Montag, 27. Januar

**Dubai Style Schokolade** Original Taste – entdecken Sie die unfassbar leckere Schokolade Dubai Style und lassen sich vom Zauber des Orients verführen!

**45% billiger**  
UVP 6,99  
**3,79\***

**28% billiger**  
UVP 3,19  
**2,29\***

**Thunfisch-Salat** mit Couscous, Linsen, Mexicana oder Kichererbsen 160-g-Dose (1 kg = 14,31) je Dose

**16% billiger**  
UVP 15,49  
**9,74\***

**MOSER Südtiroler Speck** ca. 750-g-Stück, Ware einzeln ausgepreist (1 kg = 12,99)

**30% billiger**  
UVP 5,49  
**3,79\***

**Celebrations** gefüllt mit Snickers, Twix, Mars, Maltesers, Milky Way, Bounty, Galaxy Classic

**30% billiger**  
UVP 5,49  
**3,79\***

**Apfel vom Bodensee** Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorten: Elstar, Bonita oder Jonagold, große Früchte, Kal. 70/80 + 80/90 mm, 2,2-kg-Beutel (1 kg = 1,36) je Beutel

**2,2 kg!**  
**2,99\***

**WC Stein Power 5** Ocean, Lime oder Magnolia 3x50-g-Packung (1 kg = 22,20) je Packung

**30% billiger**  
Zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 1,59  
**3,33\***

**Trachtenhonig** Akazien-, Lindenblüten- oder Waldhonig 500-g-Glas (1 kg = 8,98) je Glas

**18% billiger**  
UVP 5,49  
**4,49\***

**Spanisches Bier** 6x0,33-l-Flasche, zzgl. 6x –08 Pfand (1 l = 2,02)

**20% billiger**  
UVP 4,99  
**3,99\***

**Tablestyle Servietten** Motiv Frühling 20-Stück-Packung je Packung

**40% billiger**  
UVP 1,99  
**1,19\***

**„Golden B“ Kultur-Heidelbeeren** Chile/Südafrika Kl. I, 450-g-Schale (1 kg = 6,64) je Schale

**2,99\***

**XXL Toffees** 900-g-Packung (1 kg = 4,43)

**900 g**  
**3,99\***

**Erdnuss Locken** XXL Jumbos 210-g-Packung (1 kg = 8,05) oder Classic 240-g-Packung (1 kg = 7,04) je Packung

**41% billiger**  
UVP 2,80  
**1,69\***

**Maxi-/Duftteelichte** Vanille, Beerenraum oder Winterwald • Maxiduftlichte: 12-Stück-Packung, Ø 57,2 mm/Höhe: 22 mm, je ca. 8 Std. Brenndauer • Duftteelichte: 36-Stück-Packung, Ø 38,8 mm/Höhe: 15,5 mm, je ca. 4 Std. Brenndauer je Packung

**2,99\***

**Granatapfel Saft** 100% Fruchtgehalt 1-l-Packung, ohne Pfand (1 l = 1,99)

**1 Liter**  
**1,99\***

**Bio-Ingwer China** 500-g-Schale (1 kg = 5,98) je Schale

**500 g!**  
**2,99\***

## ➔ BIS ZU 45% SPAREN

**Aloe-Vera Jersey-Bettwäsche** in 3 Größen • 100% Baumwolle • Geschmeidig im Griff durch Aloe-Vera-Ausrüstung • Hautsympathisch, pflegeleicht und bügelfrei • Mit YKK-Marken-Reißverschluss • Einlaufschutz durch Sanfor-Knit-Ausrüstung je Bettwäsche

**19,99\***

**Funktionskissen** • Feiner, waschbarer Baumwollbezug • Füllung: 90% Federn, 10% Daunen je Ausführung

**15,99\***

**Aluguss-Topf mit Glasdeckel oder Hochrand-Pfanne „Hamar“** in Kupfer oder Schwarz • Töpfe aus hochwertigem Aluguss und Pfannen aus geschmiedetem Aluminium für optimale Hitzeverteilung • Pfannen backofenfest bis ca. 150°C, jeweils mit Soft-Touch-Griff • Töpfe backofenfest bis ca. 240°C (mit Glasdeckel bis ca. 180°C)

**21,99\***

**Aloe-Vera Jersey-Spannbett-tuch** in 3 Größen • 100% Baumwolle • Mit Aloe-Vera-Ausrüstung • Steghöhe ca. 30 cm

**7,99\***

**Teddy-Fleece-Schlaf-/Hausanzug** für Damen • 100% Polyester • Mit Antistatik- und Antipilling Ausrüstung • Größen S(36/38)–XL(48/50) je Set

**14,99\***

**Edelstahl-Kochtopf „Lia“** • Hochglanzpoliert und satiniert • Backofenfest bis 200°C (mit Glasdeckel 160°C)

**9,99\***

**4-Jahreszeiten Betten-Set 6tlg.** • Bezüge aus 100% Polyester (Mikro-faser) • Füllung 100% Polyester

**34,99\***

**Lifetex® XL-Teppich „Dreamfields“** ca. 160 x 240 cm • 100% Polypropylen • Für Fußbodenheizung geeignet • Hoher Gehkomfort • Trittschalldämmend je Ausführung

**49,99\***

**Klarsichtboxen** • Aus robustem Kunststoff je Ausführung

**6,99\***

**Wachstuch-Tischdecke** mit geprägter Oberfläche • Strapazierfähig und schmutzabweisend • Aus robustem PVC

**3,99\***

**Deko-Tulpen 5er-Set „Real Touch“** • Dekorative, langstielige Ausführung • Höhe ca. 45 cm

**6,99\***

**Einzel schaltbare Steckdosenleiste** 4-fach oder 5-fach 3 Jahre Garantie

**9,99\***

**KRAFT Werkzeug** Multi-funktionales Wand-lineal 400 mm

**4,99\***

**Gartenbauschrauben** • Korrosionsschutzklasse C4 – vor Rost schützend

**6,99\***

**Hausballerinas** für Damen • Obermaterial aus 100% italienischem Nadelfilz aus recyceltem Polyester • Wörischer Fußbett mit herausnehmbarer Soft-PU-Einlegesohle • Deutsche Bequemleisten • Größen 37–41 je Paar

**12,99\***

\*Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kauf-zwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an [www.norma-online.de/aktionenartikel](http://www.norma-online.de/aktionenartikel). Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung.

**ÖKO-TEST** Elcurina Pflegende Handcreme mit Kokos und Sheabutter **sehr gut**

**Elcurina** Kokos & Sheabutter 125-ml-Tube (1 l = 6,80)

**2,85**

**Bio-Tofu geräuchert** 2x175g-Packung (1 kg = 6,26)

**2,19**

**ÖKO-TEST** BIO SONNE Bio-Tofu geräuchert **sehr gut**

Stellenangebote



hna.de – Digital. Print. Video.  
Alles aus einer Hand.

**System Administrator Linux/Docker (m/w/d)**

Verlag Dierichs – Wir glauben an Medienvielfalt und freien Journalismus und gehören zu den reichweitenstärksten Digital-Publishern in Deutschland. Der Verlag Dierichs ist Teil von Ippen Media und zählt zu den führenden Mediengruppen in Deutschland. Wir geben u.a. Zeitungen und Anzeigenzeitungen heraus und betreiben das größte Online-Netzwerk regionaler Zeitungen, bekannt unter IPPEN.DIGITAL.

Sie brennen für innovative IT-Technologien, sind kreativ und engagiert? Dann sind Sie bei uns im Server Team genau richtig. Wir sind der zentrale IT-Dienstleister der HNA und betreuen die zentralen IT-Services der IPPEN.MEDIA

**WAS SIE MITBRINGEN**

- Erfolgreich abgeschlossene Berufsausbildung als Fachinformatiker (m/w/d), Systemintegration bzw. abgeschlossenes informationstechnisches Hochschulstudium oder vergleichbare Qualifikation
- Erfahrung im Aufbau und Betrieb von selbstgehosteten virtualisierten Servern bzw. Cluster
- Ganzheitliches Verständnis für Continuous-Delivery und den damit einhergehenden Werkzeugen
- Bereitschaft zur Teilnahme an der Rufbereitschaft
- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

**WAS SIE ERWARTET**

- Konzeption, Bereitstellung und Wartung der IT-Infrastruktur und -Systeme einschließlich der Bereitstellung von Container Images in der Docker Plattform
- Durchführung von Deployments unter Berücksichtigung höchster Qualitäts-, Sicherheits- und Datenschutzanforderungen in einer umfangreichen Systemlandschaft
- Aktive Zusammenarbeit mit unterschiedlichen Fachbereichen der IT-Teams
- Administration der virtualisierten Serverumgebung (VMWare, Netapp, Docker)
- Unterstützung bei der Umsetzung des unternehmensweiten Kulturwandels, insbesondere auf den Ausbau der DevOps-Kultur

**WAS WIR BIETEN**

- Ein sicherer und modern ausgestatteter Arbeitsplatz in einer dynamisch wachsenden Mediengruppe im Herzen von München
- Attraktive Leistungen wie ein hybrides Arbeitsmodell, Zuschuss zur Rente und flexible Arbeitszeiten
- Eine intensive Einarbeitung mit vielen fachlichen und persönlichen Weiterbildungsmöglichkeiten mit einer langfristigen Perspektive
- Flexible Wahl des Arbeitsortes z.B. in München, Hamm, Gießen, Kassel oder Frankfurt
- Sie sind Teil einer einzigartigen Mission im größten Netzwerk an Regionalverlagen in Deutschland



**Noch Fragen?**  
Wir beantworten diese gerne:  
Dierichs GmbH & Co KG  
Personalabteilung: Herrn Stefan Voss  
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel  
stefan.voss@hna.de

**Haben wir Ihr Interesse geweckt?**

Dann möchten wir Sie gerne kennenlernen!  
Wir freuen uns über Ihre Bewerbung.

Das Pflegeteam im neuen Haus Eberburg in HMÜ sucht motivierte Verstärkung in Voll- o. Teilzeit!



Tel. 05541 909 35 00 | eberburg@ascleoncare.de | ascleoncare.de

**„Begleiten, führen und leiten mit Herz!“**



**Wir suchen eine Wohnbereichsleitung**  
(m/w/d) – Voll- oder Teilzeit  
**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!**

Senioren- und Therapiezentrum Helsa  
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa  
**(05605) 808-0**  
Frau Katharina Braun  
heimleitung@haus-helsa.de  
www.haus-helsa.de

**Bekanntschaffen**

**Gerti, 71 J.**, unkomplizierte u. bescheidene Witwe, mit viel Liebe im Herzen. Ich bejahe das Leben u. mache aus jedem Tag das Beste. Doch zu zweit wäre alles noch schöner, finden Sie nicht auch? Alles tun, was uns Spaß macht u. füreinander da sein. Fassen Sie sich ein Herz u. rufen Sie üb. PV an, herzliche Grüße. **Tel. 0176-34498406**

**Birgit, 64 J.**, sympathische Witwe, mobil u. ungebunden, leider trotzdem einsam. Mag alles Schöne, wie Kochen, Garten u. frische Luft/Natur, aber überhaupt keinen Streit. Ruf üb. PV an, wenn Du meinst Dein Männerherz könnte bei mir höher schlagen u. lass mich Deine Traumfrau werden. **Tel. 0162-7939564**

**Frank, 57 J.**, gutausg., humorvoll u. romant. Habe ein schönes Haus, ein gutes Einkommen, doch eine glückl. Partnerschaft ist unbezahlbar. Mir fehlt eine natürl. herzliche Partnerin für eine gemeinsame Zukunft. PV, Anruf und Vermittlung garantiert kostenlos **Tel. 0800-2886445**

**Verkauf**

Waschmaschinen, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE  
Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3,  
34466 Wolfhagen-Ippinghausen, 05692 9939472  
Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 9-14 Uhr, www.tm-store.de

**Ankauf**

**NEU - ABHOLSERVICE!**  
**WIR HOLEN IHRE GERÄTE BEI IHNEN ZUHAUSE AB.**  
**money point**  
Friedrichsplatz 6 – 0561-9701105  
www.moneypoint-kassel.de

**Seriöser Ankauf von Herren- & Damenbekleidung sowie Accessories**  
Tel. 0151 59101203, Hr. Braun

**Ankauf Flohmarktartikel, Haushaltswaren, Werkzeuge u. v. m., auch größere Mengen**  
Telefon 0173 2650986

**Landwirtschaft & Forsten**

**Buche Brennholz**  
Tel. 05684 931670

**Brennholz Buche u. Eiche 79 €**  
30 cm, inkl. Lief., Tel. 0176 6268 1914

**1A Buche ab 65,00 €** ☎ 0152-28000388  
www.brennholzhandel-vey.de

**Auto-Ankäufe**

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen  
Tel. 03 94 4 - 36 16 0 - www.wm-aw.de. Fa.

Was für Sie unnütz ist, kann Ihr Nachbar gut gebrauchen.  
  
Also, nicht wegwerfen, anbieten – mit einer Kleinanzeige.

die-Zusteller

**Auf meiner Route bin ich CHEF**

www.die-zusteller.de

Samstags noch nichts vor?  
Jetzt als **Zusteller (m/w/d) deiner Wochenzeitung** vor Ort bewerben und Chef:in werden in:

- **Bad Sooden-Allendorf**  
Allendorf  
Hilgershausen  
Kleinbach  
Sooden  
Weiden
- **Hann. Münden**  
Bonaforth  
Gimte  
Hemeln  
Kattenbühl  
Laubach  
Volkmarshausen
- **Bühren**
- **Großalmerode**  
Epteroide  
Laudenbach  
Rommerode  
Stadt  
Trubenhausen
- **Scheden**  
Dankelshausen
- **Staufenberg**  
Dahlheim  
Landwehrhagen  
Spiekershausen
- **Witzenhausen**  
Gertenbach  
Hundelshausen  
Stadt

(Mindestalter 13 Jahre)

Heimat Nachrichten-Vertrieb:  
☎ 0561 203-1175 ☎ WhatsApp 0151 61666277

Mit vollem **Durchblick** auf Jobsuche

**localjob.de**  
Das regionale Jobportal

die-Zusteller

**Auf meiner Route bin ich CHEF**

www.die-zusteller.de

Volljährig und Frühaufsteher?  
Jetzt als **Zusteller (m/w/d) deiner Tageszeitung** vor Ort bewerben und Chef:in werden in:

- **Staufenberg-Lutterberg**
- **Staufenberg-Uschlag**  
(Jeweils Teilbezirke zur Festeinstellung)  
(Mindestalter 18 Jahre)

HNA Vertrieb für Hann. Münden :  
☎ 05541 983951 ☎ vts-werra-meissner@hna.de

**Natur bewahren – über das Leben hinaus**

Geben Sie mit Ihrem Testament Naturflächen eine dauerhafte Zukunft. Die Loki Schmidt Stiftung sichert Lebensräume für bedrohte Arten. Vielleicht besitzen auch Sie ein Stück Land, das Sie der Natur schenken möchten?

Melden Sie sich gern zu einem unverbindlichen Gespräch mit dem Geschäftsführer der Loki Schmidt Stiftung.  
Axel.Jahn@loki-schmidt-stiftung.de | Telefon: 040 28 40 998 - 0

**Wer der Natur Gutes tut, beschenkt sich selbst.**

Unser Spendenkonto:  
IBAN DE37 2005 0550 1280 2292 28

**LOKI SCHMIDT STIFTUNG**  
Naturschutz mit Hand und Herz.

www.loki-schmidt-stiftung.de

# Impulse für alte Kulturlandschaften

## Streuobstwiesen im Kreis als Modell für nachhaltige Innovation



**Ein Plädoyer für die Artenvielfalt:** Streuobstwiesen bieten Lebensraum für seltene Arten. Dr. Sabine Budde warnt vor ihrem Verlust und ruft zum Handeln auf. FOTO: KEREM POLAT

**Witzenhausen** – Sie gehören zu den stillen Schätzen des Werra-Meißner-Kreises: Streuobstwiesen, die nicht nur die Landschaft prägen, sondern auch als Biotop von einzigartig ökologischer Bedeutung gelten. Doch wie können diese Kulturlandschaften im Spannungsfeld zwischen Naturschutz und wirtschaftlicher Nutzung zukunftsfähig gestaltet werden?

Dieser Frage widmete sich eine Veranstaltung am Montagabend im Kompetenzzentrum Hero in Witzenhausen. Eingeladen hatten der Geo-Naturpark Frau-Holle-Land und das Regierungspräsidium Kassel,

um innovative Nutzungskonzepte zu präsentieren und Perspektiven aufzuzeigen.

Nach einer Begrüßung durch Marco Lenarduzzi, Leiter des Geo-Naturparks, und Dr. Christian Henschke vom Regierungspräsidium Kassel eröffnete Dr. Sabine Budde die Vortragsreihe.

### Bedeutung von Streuobstwiesen

In ihrem Beitrag „Streuobstwiesen Werratal – Wie lange noch?“ legte sie die dringliche ökologische Bedeutung dieser Landschaften dar. Die Streuobstwiesen seien nicht nur Heimat für zahlreiche bedrohte

Arten, darunter die seltene Bechsteinfledermaus, sondern auch ein kulturelles Erbe von unschätzbarem Wert. „Diese Lebensräume sind einzigartig in Hessen“, erklärte Budde und warnte vor dem schleichenden Verlust dieser artenreichen Biotop durch Nutzungsaufgabe und Verbuschung.

### Das Witzenhäuser Modell

Ein Höhepunkt der Veranstaltung war die Vorstellung des „Witzenhäuser Modells“ durch Christoph Meixner von der Triebwerk Regenerative Land- und Agroforstwirtschaft UG. Meixner präsentierte ein



**Nachhaltige Visionen:** Christoph Meixner zeigt mit dem „Witzenhäuser-Modell“, wie Schutz und Nutzung der Streuobstwiesen vereint werden können. FOTO: KEREM POLAT

ambitioniertes Konzept, das ökologische und ökonomische Interessen vereint. In seinem Beitrag stellte er drei Modellflächen vor, die unterschiedliche Ansätze verfolgen: Auf der ersten Fläche sollen Frühlingstrüffel angebaut werden, eine kulinarische Delikatesse mit hohem Marktwert.

### Streuobstwiese als Wirtschaftsfaktor

Die zweite Fläche ist für den Wertholzanzbau vorgesehen, während die dritte mit Walnussbäumen bepflanzt werden könne. Unterstützt durch präzise Karten und langfristige Wirtschaftlichkeitsprognosen

zeigte Meixner auf, wie derartige Projekte die Streuobstwiesen nicht nur erhalten, sondern auch zu einem Wirtschaftsfaktor machen könnten. „Wir haben hier im Werra-Meißner-Kreis ein großes Privileg: 1000 Hektar Streuobstwiesen – ein Schatz, den wir hegen und nutzen müssen“, erklärte er.

### Aktiv Ideen einbringen

Zum Abschluss lud der Geo-Naturpark Frau-Holle-Land alle Teilnehmer ein, sich aktiv in den Diskurs einzubringen und gemeinsam neue Ideen zu entwickeln. KEREM POLAT

## Lossetal

Ambulanter Intensivpflegedienst

- **24-Std.-Versorgung** im eigenen Apartment mit Bad und Küche
- **Heimbeatmung** invasiv und nicht-invasiv mit Überwachung der Vitalfunktionen
- **Trachealkanülenmanagement**
- **Grundpflege und Behandlungspflege**  
Kostenübernahme erfolgt über die gesetzliche Krankenkasse
- **ärztliche und therapeutische Versorgung** direkt vor Ort usw.

Ambulanter Intensivpflegedienst  
Lossetal  
Fröbelstraße 1, 34298 Helsa  
**(05605) 929 79 50**  
info@ai-lossetal.de  
www.ai-lossetal.de

ANZEIGE

# Verstopfung bei Erwachsenen & Kindern



Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen, und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist es schmerzhaft und langwierig? Dieses Problem können viele – auch die Jüngsten sind oft betroffen. So können Sie gegensteuern!

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden: Fast ein Fünftel aller Deutschen ist zumindest gelegentlich davon betroffen. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das ständige Gefühl einer nicht voll-

ständigen Darmentleerung zurück. Was kann man tun, damit es gar nicht so weit kommt?

### Harter Stuhl – ein Problem für die ganze Familie

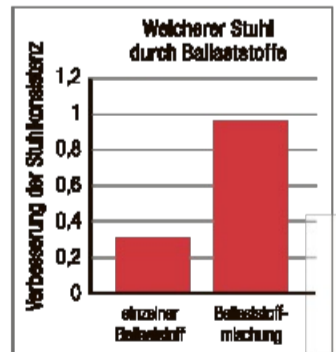
Die Vorstufe einer Verstopfung ist in der Regel harter Stuhl. Auslöser dafür sind etwa eine ballaststoffarme Ernährung, aber auch Stress sowie ein mehrmaliges Aufschieben des Toilettengangs. Gerade Kinder sind hier häufig betroffen – denn einerseits halten sie den Stuhlgang häufiger zurück (z.B. aufgrund von Scham in der Schule) und andererseits bevorzugen sie häufig ballaststoffarme Lebens-

mittel. Hinzu kommt, dass es gerade im stressigen Familienalltag ohnehin bereits schwer genug ist, täglich ballaststoffreich zu kochen. In jedem Fall lautet die Empfehlung, früh zu handeln, sodass es gar nicht erst zur Verstopfung kommt. Als schnelle und praktikable Lösung empfehlen medizinische Leitlinien die Einnahme eines Ballaststoff-Präparates. Geprüfte Qualitätsprodukte finden Sie in der Apotheke.

**Wie helfen Ballaststoffe?** Anders, als der Name „Ballaststoffe“ vermuten lässt, sind sie keineswegs eine „Last“. Im Ge-

genteil: bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Qualleffekt rasch die Darmbewegung an und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz.

Entscheidend ist hierbei jedoch, dass man sie schlau miteinander kombiniert. Denn während einzelne Ballaststoffe wie z. B. Flohsamen, Quarkermehl oder Papayamus zwar bereits für sich allein genommen gut wirken, zeigen Studien, dass eine Kombination unterschiedlicher Ballaststoffe den weitaus besten Effekt bei hartem Stuhl erzielt.\*



\*Christodoulos S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44(2): 103–18.

### Pflanzliche Innovation aus der Apotheke

Genau hier setzt ein neues Produkt aus der Apotheke an: Das fruchtige Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv enthält eine Kombination 5 verschiedener pflanzlicher Ballaststoffe (Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras, Yaconwurzel). Diese sorgt vor allem dank Flohsamen für eine rasche Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung – in der Regel bereits nach 1 bis 3 Einnahmen.

Besonders jüngeren Betroffenen kommt zugute, dass das pflanzliche Getränk durch seinen fruchtigen Geschmack gerne getrunken wird.

**Wissenswertes zu hartem Stuhl & Ballaststoffen**

Lesen Sie mehr zum Thema Ballaststoffe im ausführlichen Online-Ratgeber:

- Welche Ballaststoffe helfen bei Verstopfung?
- Wie wirken Ballaststoffe?
- Was sagt die Wissenschaft?

drboehm.com/  
verstopfung

**Tipp bei hartem Stuhl**

## Dr. Böhm® Darm aktiv

NEU

- ✓ **Angenehm weicher Stuhl<sup>1</sup>**
- ✓ **Leichte und regelmäßige Darmentleerung**
- ✓ **Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)**

<sup>1</sup>Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.



# ANKAUF AKTION BARES FÜR ALTES



Bernstein aller Art



Antik & Kunsthandel  
Gimte

Die Experten sind für Sie da  
**Neujahraktion**



Wir kaufen auch hochwertige Markentaschen an



Silberbesteck



Porzellan

Montag <b>27</b> Januar 2025	Dienstag <b>28</b> Januar 2025	Mittwoch <b>29</b> Januar 2025	Donnerstag <b>30</b> Januar 2025	Freitag <b>31</b> Januar 2025	<b>Geschäftszeiten:</b> Mo. - Fr.: 10.00 - 17.00 Uhr
---------------------------------------	---	---	---	--	---

**Machen Sie Ihren Pelz zu Bargeld!**  
**Letzte Chance zum Saisonschluss!**  
**Ankauf von Pelzen aller Art!**  
 Wir zahlen bis zu 10.000,- für Ihren Pelz!\*



Goldschmuck



\*in Verbindung mit Gold  
Wir zahlen bis zu 10.000 € für Ihren Pelz\*



Zinn aller Art



Goldmünzen

**Ihre Vorteile:**

- ✓ kostenlose Beratung
- ✓ kostenlose Wertschätzung
- ✓ transparente Abwicklung
- ✓ Bargeld sofort



Edeluhren aller Art



Zahngold

Wir zahlen zur Zeit bis zu **86,50** \*  
\*Euro pro Gramm

**SOFORT BARGELD**



Antikes aller Art



Goldbarren



Edelsteine



Tafelsilber aller Art

Ankauf von:

- Goldschmuck
  - Altgold
  - Zahngold
  - Silber
  - Silberbesteck
  - Münzen
  - Platin
  - Bernstein
  - Zinn
  - Uhren
  - Diamanten
  - Modeschmuck
- Antiquitäten:**
  - Möbel
  - Alte Gemälde
  - Porzellan
  - Nähmaschine
  - Teppiche
  - Tierpräparate
  - Geweihe
  - Lederjacken
  - Handtaschen
  - Pelze aller art
  - und vieles mehr

Wir sind auch mobil erreichbar:  
Mobil: 0551 - 250 200 90

**Kostenlose Begutachtung und Bewertung Ihres Schmuckstücks (auch bei Ihnen zu Hause)**



**Machen Sie Ihren Pelz zu Bargeld!**

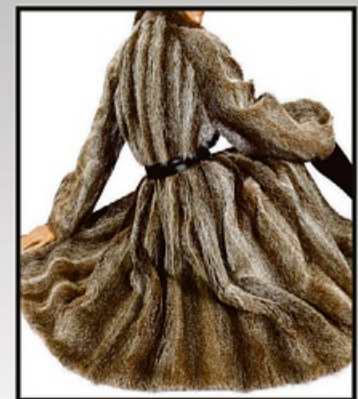
**Ankauf von Pelzen aller Art!**

Wir zahlen bis zu 10.000,- für Ihren Pelz!\*

**HÖCHSTPREISAKTION**  
 Die Nachfrage in OST-Europa ist derzeit sehr hoch.



Ozelot • Bisam • Persianer • Fuchspelze aller Art • Zobel • Nerze • Nutria • Trachten aller Art



**ACHTUNG + ACHTUNG**  
 Ankauf von Lederjacken und Ledermäntel aus Glatt- oder Wildleder, auch Lammfellmantel, zum Höchstpreis von bis zu 5.000,- €  
 \*in Verbindung mit Gold

**Ankauf von Lederjacken & Ledermäntel aller Art**



Petersweg 1 - 34346 Hann.Münden - Tel.: 0551 - 250 200 90

Gerne übernehmen wir Ihre Spritkosten bis zu 30,-€\*  
\*bei Verkauf