

Haben Sie keine Heimatnachrichten bekommen?

Bitte wenden Sie sich an
VTS Nord,
Tel. 0561 203-2323
oder per Mail an:
vertriebsleitung@hna.de

**HEIMAT
NACHRICHTEN**
HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

HEIMAT NACHRICHTEN

HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

Heimatnachrichten
Hann. Münden/Witzenhausen

Ralf Wilhelm
Witzenhausen
Mediaberater
05542 931626
ralf.wilhelm@hna.de



Anzeigen-
schluss:
Mittwoch
10 Uhr

**HEIMAT
NACHRICHTEN**
HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

Seit 1981 • Nr. 51

20. Dezember 2025

Ein neuer Haarschnitt zu Weihnachten

Mitglieder der „Barber Angels Brotherhood“ schnitten obdachlosen und sozial benachteiligten Menschen kostenlos die Haare

Hann. Münden – Eine besondere Einladung hat am Samstagvormittag eine Reihe Frauen und Männer in die Ambulante Hilfe Münden der Diakonischen Gesellschaft Wohnen und Beraten gelockt. Dort fand eine Nikolausfeier statt, zu der nicht nur Kaffee, Tee und Gebäck gehörten, sondern auch ein kostenloser Haarschnitt. Möglich machte dies Sozialarbeiterin Sabine Dzukowski, der es gelungen war, mehrere Mitglieder der „Barber Angels Brotherhood“ für die Aktion zu gewinnen.

Ehrenamtliche Tätigkeit

Der gemeinnützige Verein besteht aus ehrenamtlichen Friseurinnen und Frisuren, die obdachlosen und sozial benachteiligten Menschen in Deutschland und darüber hinaus unentgeltlich Haar- und Bartschnitte anbieten, mit dem Ziel, Würde und Selbstbewusstsein zu stärken.

Warme, offene Atmosphäre

In den Räumen der Ambulanten Hilfe an der Langen Straße 35 legten Wencke und Bärbel



Bärbel Held, Freddy Aslar und Wencke Held zusammen mit Maks Filvarok, der einen Haarschnitt bekam. FOTOS: PETRA SIEBERT

es die erste Veranstaltung dieser Art. Dzukowski hatte die Klientinnen und Klienten zuvor persönlich angeschrieben und angesprochen, 15 von ihnen sagten zu.

Unterstützung durch Land Niedersachsen

Die Einrichtung betreut einen festen Kreis von Menschen, die Unterstützung bei der Bewältigung besonderer sozialer Schwierigkeiten benötigen. Das Angebot wird vom Land Niedersachsen finanziert. Doch auch Menschen, die nur gelegentlich Hilfe brauchen, können montags bis freitags zwischen 9 und 11 Uhr vorbeikommen.

Mehr als nur ein Haarschnitt

Viele von ihnen leben zeitweise auf der Straße, suchen Arbeit oder eine Wohnung oder benötigen Rat bei finanziellen, gesundheitlichen oder persönlichen Problemen.

Die Nikolausfeier mit den Barber Angels bot ihnen mehr als nur einen Haarschnitt, nämlich ein Stück Gemeinschaft und ein Gefühl des Gesehenwerdens. **PETRA SIEBERT**

Held sowie Freddy Aslar am Samstag Hand an. Doch nicht allein der neue Haarschnitt war es, der die Gäste anzog. Viele kamen auch wegen der warmen, offenen Atmosphäre. Bei heißen Getränken und Gebäck wurde geplaudert, gelacht und über Sorgen gesprochen. Am Ende erwartete die Besucherinnen und Besucher zudem eine kleine Überraschung.

Der Zuspruch war groß. „Ich finde die Aktion gut, gerade zu Weihnachten einen vernünftigen Haarschnitt zu bekommen“, sagte Maks Filvarok, der sich zusätzlich den Vollbart stutzen ließ. Auch Hans Siebrecht zeigte sich dankbar. „Sonst rasiere ich mir die Kopf-



Frank Teuser bekam von Sabine Dzukowski nach dem Haarschnitt noch eine Überraschung

haare selbst ab, aber am Hinterkopf wird's schwierig“, erzählte er. Besonders freute er sich darüber, alte Bekannte zu treffen und mit ihnen ins Gespräch zu kommen. Ähnlich ging es Markus Schlögel, der normalerweise privat die Haare geschnitten bekommt. Nach dem Einsatz von Freddy Aslar, so meinte er schmunzelnd, habe er nun erst einmal ein halbes Jahr Ruhe.

Als Wencke Held von Sabine Dzukowski gefragt wurde, ob sie als Barber Angel dabei sein wolle, musste sie nicht lange überlegen. Sie brachte gleich ihre Mutter Bärbel Held und Kollegen Freddy Aslar mit.

Für die Ambulante Hilfe war

ECKSTEIN
Gültig vom 20.12.-26.12.2025
GÄNSEKEULE IM ECKSTEIN
MIT DREI KARTOFFELKLÖßEN,
HERZHAFTEM ROTKOHL UND
KLASSISCHER BRAUNER SOBE
Täglich frisch, solange
der Vorrat reicht! Nur **27,90 €**
ECKSTEIN-LIEFERT.DE / IM ECKSTEIN

ECKSTEIN
GUTSCHEIN
2 FÜR 1
SAMSTAG – DIENSTAG
20.12. – 23.12.2025
Angebot gilt nach Gutscheinvorgabe vor der Bestellung.
Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigste/gleichwertige geschenkt! Zu jedem Gericht muss 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

bis zu **€ 1.150 sparen!**
Ganz schnell zur Entspannung
Ab sofort erhalten Sie viele beliebte Stressless® Modelle in besonders attraktiven Ausführungen mit sehr kurzer Lieferzeit.
Stressless.com
Nur vom 01.12. bis 31.12.2025 erhalten Sie die Stressless® Modelle Consul Mayfair mit Hocker sowie die Modelle Laurel und Mint in allen Farben, Bezugs- und Gestellvarianten zu attraktiven Vorteilspreisen. *UVP des Herstellers. **Ehemalige UVP des Herstellers. Solange der Vorrat reicht, innerhalb von 15 Arbeitstagen verfügbar.
Besuchen Sie uns auch hier
HARTMANN
WOHNIDEEN
Kuhtrift 3 | 37269 Eschwege | 05651 9223-0 | Öffnungszeiten: Di.-Fr.: 9-18 Uhr | Sa.: 9-14 Uhr
www.hartmann-wohndeideen.de

MATRATZENBERATUNG MIT RÜCKENMESSUNG
Beratungstermin ☎ **05545 6312**
Di.-Fr. 10-17 Uhr, Sa. 10-14 Uhr, Mo. geschlossen
Berufstätigen-Termine nach Vereinbarung Di.-Do. 17-19 Uhr
BETTEN KRAFT
A7 KS-GÖ / Abf. Hedemünden · Mündener Str. 9 · P vor der Tür
Auswahl auf über 1.500 m² · www.betten-kraft.de

ZUR KRONE BEI GJUCI
Ein Abend voller Geschmack - entdecken Sie unser mediterranes Buffet
Großes Mediterranes Buffet
Start: Freitag, 10. Januar 2026
Freitag & Samstag ab 17.30 Uhr
Sonntagmittag ab 12 Uhr
Erwachsene: 26,50 €
Kinder bis 15 Jahre: 13,50 €
+ 1 Getränk GRATIS inkl.
Unser Buffet findet jedes Wochenende statt.
Bitte das Buffet im Voraus reservieren!
Kespermarkt 11, Witzenhausen ☎ 05542 5009713 ☎ 01520 8310593

Mittagskarte
Dienstag - Freitag | 11:00 - 14:00
1. Fleisch-Menü - 13,90 €
· Gyros-Teller
· Schweine-Steak-Teller
· Rinderleber-Teller
· Souvlaki-Teller
· Suzuk-Teller
2. Gefüllte Paprika - 12,90 €
3. Pastisio - 12,90 €
4. Pasta des Tages - 12,90 €
Moussaka - 12,90 €
Schnell serviert

Amelie Kirchner ist Schulsiegerin

Vorlesewettbewerb der Oberschule Dransfeld fand in der Bücherei statt

Dransfeld – Beim Vorlesewettbewerb der Oberschule Dransfeld traten vergangenen Freitag die neun besten Leserinnen und Leser der sechsten Klassen in der Samtgemeindebücherei gegeneinander an: Mit dabei waren Sophia Bergmann, Finley Maaßen, Dean Drizis, Meike Abraham, Sophie Kleidt, Jannes Halberstadt, Amelie Kirchner, Lia Menke und Lasse Spalke.

Sie alle mussten zunächst fünf Minuten aus ihrem eigenen Buch vorlesen. Darunter waren Geschichten von Hanni und Nanni, den drei Ausrufezeichen und aus der Reihe Funkelsee.

Lesen aus einem Fremdtext

Anschließend mussten sich die Schülerinnen und Schüler einer weiteren Herausforderung stellen: Sie mussten drei Minuten aus dem Fremdtext: „Der Tag, an dem Max dreimal ins Auto gekotzt hat“ von Marc-Uwe Kling lesen.

Für eine stimmungsvolle Atmosphäre sorgte währenddessen das Publikum, bestehend



In der Samtgemeindebücherei traten die neun besten Leserinnen und Leser der sechsten Klassen gegeneinander an. FOTO: PRIVAT/SAMTGEMEINDE BÜCHEREI

aus zwei fünften Klassen, die aufmerksam zuhörten und die Vorleserinnen und Vorleser unterstützten, heißt es von Büchereileiterin Jessica Schoofs. Sie saß gemeinsam mit dem Schul-

leiter der Oberschule, einem Elternvertreter sowie der Vorjahresiegerin Marieke Pieper in

der Jury. Am Ende konnte Amelie Kirchner mit ihrem Buch

Funkelsee überzeugen und nahm den Schulsieg mit nach Hause.

becker
Wir wünschen frohe Festtage!

Letzter Adventssamstag geöffnet bis 16 Uhr
Großer Feuerwerksverkauf ab Montag, 29.12.25 von 8.00 bis 19.00 Uhr

AXE-Geschenkset
Black o. Alaska Body spray (150ml), Duschgel (250ml) 4,99
Vanilla Body spray (150ml), Duschgel (300ml) 6,99

Kulturbeutel 27x18x8 cm, Samtopfick 1,99

6in1 Herren-Plüschset Kabellos 19,98

4in1 Demonstrator 3 Watt 9,98

50% ab 20.12.2025-27.12.2025 (ausgenommen Lichterketten, Werbematerial & Geschenkverpackung)

2-tig. Fotodruck-Bettwürsche 80x80 cm + 135x200 cm versch. Motive 7,98

5-tig. Küchenhelfer Bambus, Ø 8,5 cm, 2 Kochlöffel & 2 Pfannenwender 2,99

Weißein- o. Rotweinglas 51/40 cl je 4er Set 5,99

playmobil Hot Rod 20 Teile, 71078 9,98

Air Stuntshow 27 Teile, 70836 5,99

NovelMore Darios Fluggleiter 55 Teile, 71201 9,98

Acryl Maisel inkl. 12x Acrylfarbe, Pinsel, Tuschtafel, Leinwand, Papier, Bleistift & Spitzer 5,99

Bio-Dinkel-Butter-Spekulaties 150g 1,99

Lebkuchenherzen mit Eierlikör 125g 1,99

WIZ/Kleinalmerode Kassel Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 551

Gudensberg Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo.-Mi. 9.00-18.00 Uhr Do.-Fr. 9.00-19.00 Uhr Sa. 9.00-16.00 Uhr

Keine Rutschpartien mehr in Uschlag

Die Gemeinde Staufenberg hat den Boden der Sporthalle erneuern lassen

Uschlag – Vereinssportler und Schulkinder in Uschlag können von nun an wieder Sport treiben, ohne Angst haben zu müssen, hinzufallen. Wie die Gemeinde Staufenberg mitteilt, ist in den vergangenen vier Wochen der Hallenboden in Uschlags Sporthalle erneuert worden. Zuletzt häuften sich der Beschwerden, dass dieser zu glatt sei.

Mit der Erneuerung „ist das Gefahrenrisiko der ‚Überglatte‘ beseitigt. Sämtliche Nutzer der Vereine, wie auch die Schulkinder im Schulsport, können wieder für mindestens 20 Jahre ohne besonderes Gleit- und Rutschrisiko Sport betreiben“, sagt Gemeindebürgermeister Bernd Grebenstein dazu.

Bei den Arbeiten seien vorhandenen Beschichtungen mittels eines speziellen Schleifverfahrens von dem alten Oberbe-

lag entfernt worden. Der Belag sei anschließend „farblich mit einer 2K PUR Lackierung (zweifach) neu aufgebaut“ worden. Im nächsten Arbeitsschritt folgte laut Mitteilung eine transparente Lackierung und das Aufbringen neuer Spielfeldmarkierungen.

„Durch die Sanierung ist auch der ‚Gleitreibungswert‘ wieder hergestellt“, sagt Grebenstein. Dieser sei laut einer DIN-Norm ein sicherheitsrelevanter Aspekt für Sportböden, „um die geeignete Trittsicherheit zu gewährleisten“. Künftig werde der Hallenboden nur nach vom Hersteller empfohlener Pflegeanleitung gereinigt, kündigte er an. Zudem sollen künftig bei allen allgemeinen Veranstaltungen eine Schutzmatte in der Halle ausgerollt werden, die ist bereits bestellt sei und in den nächsten zwei Monaten ausge-

liefert werde.

Außerdem sei die Erneuerung des Hauptverteilersicherungskastens inklusive der Sicherungsbeleuchtung beauftragt. Dies sei jahrelang vom TÜV bemängelt worden. Auch die Steuerungsgeräte für die Heizlüfter der Heizungsanlage sollen ausgetauscht werden. „Damit können wir noch einen wesentlichen Anteil von Fördermitteln des Landes Niedersachsen fristgerecht bis zum Jahresende verwendungszweckgebunden verbauen“, so Grebenstein.

Der Sicherungskasten und die Steuerungsgeräte sollen noch in diesem Jahr zwischen dem 15. und 19. Dezember erneuert werden. In dieser Zeit ist die Halle gesperrt. Die Ertüchtigung der Sicherheitsbeleuchtung sei für Januar geplant. **rus**



Der Boden der Sporthalle in Uschlag ist wieder rutschfest.

FOTO: GEMEINDE STAUFENBERG

HEIMAT NACHRICHTEN
HANN. MÜNDEN WITZENHAUSEN

nh-wochenzeitungen.de
IMPRESSUM

Herausgeber: NHW 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.: 0 55 41/98 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. 4b vom 15.10.2025

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbefunkler 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.

Weihnachten als Single: Was bleibt, wenn die Familie geht?

Jetzt bei der regionalen Online-Partnerbörse partner.HNA.de anmelden

Kassel – In unserer Region leben Singles aller Altersstufen. Männer und Frauen mit und ohne Familien. Personen mit einem großen Freundeskreis und solche, die nur wenige Kontakte zu ihren Mitmenschen pflegen. Ebenso wie Alleinstehende, die Kinder und vielleicht auch schon Enkelkinder haben. Sie alle blicken aus ihrer ganz eigenen Perspektive den anstehenden Weihnachtstagen entgegen. Manche mit gemischten Gefühlen, einige mit trüben Gedanken und viele sicher auch voller Vorfreude.

Einsam trotz Gesellschaft?

Wenn Sie zu den Singles gehören, deren Verwandtschaft aus allen Ecken anreist, um gemeinsam mit ihnen das Weihnachtsfest zu feiern, erscheint Ihnen der Wunsch nach einer Partnerschaft vielleicht belanglos. Denn eines ist sicher: Sie werden an Weihnachten nicht allein sein, sondern im Kreise Ihrer Liebsten. Und doch kennen auch Sie vielleicht diese kleinen Momente, in denen Sie sich trotz Gesellschaft einsam fühlen. Die regionale Online-Partnerbörse partner.HNA.de



Wenn Sie zu den Singles gehören, deren Verwandtschaft aus allen Ecken anreist, um gemeinsam mit ihnen das Weihnachtsfest zu feiern, erscheint einem der Wunsch nach einer Partnerschaft vielleicht belanglos. FOTO: PRIVAT

bietet Ihnen die Möglichkeit, andere Singles aus ihrer Umgebung kennenzulernen und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen.

Manchen Alleinstehenden gelingt es trotz aller Bemühungen nicht, sich das Gefühl der Dankbarkeit für diese kostbaren Augenblicke und die mit der Familie verlebte Zeit zu bewahren. Denn oft folgt auf den weihnachtlichen Trubel und die vielen Glücksmomente etwas, das nur schwer zu ertragen ist. Nachdem Lebkuchen und Spekulatius voller Genuss verspeist wurden und auf dem festlich gedeckten Tisch nur noch die Überreste von einem geselligen Beisammensein zeugen, verabschieden sich auch die letzten Gäste, um ihre Heimreise anzutreten. Es kehrt Stille ein und mit ihr die bedrückende Erkenntnis, wieder allein zu sein.

Kostenlose Anmeldung

Wer sich als Single Gedanken darüber macht, wie er die Weihnachtstage verbringen möchte, muss die Einsamkeit nicht fürchten. Oft sind Familie und Bekannte zur Stelle, die gerne einen Teil ihrer Zeit mit

ihren alleinstehenden Mitmenschen teilen. Einen Partner oder eine Partnerin zu haben, bedeutet jedoch, einen Menschen an seiner Seite zu haben, der auch dann noch da ist, wenn alle anderen sich zurückziehen. Wenn auch Sie sich nach Weihnachten noch Gesellschaft wünschen und gerne einen Mann oder eine Dame kennenlernen möchten, entscheiden Sie sich für eine kostenlose Anmeldung bei unserer regionalen Online-Partnerbörse partner.HNA.de. nh



So einfach geht's: QR-Code scannen und anmelden.

TEAM 4

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

Medizin

ANZEIGE

Arthroseschmerz?

Doppelt so schnell wieder in Bewegung

Schnellere Schmerzlinderung bei Gelenksbeschwerden? Ja, das geht: mit dem deutschen Qualitätsprodukt Spalt Forte (rezeptfrei, Apotheke).

Arthrose ist die weltweit häufigste Gelenkerkrankung. Wenn sich der Knorpel abbaut und die Knochen aufeinander reiben, kommt es zu Entzündungen im Gelenk, die äußerst schmerzhaft sein können. Betroffene benötigen daher eine schnelle Schmerzlinderung.

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Kno-

chen ungeschützt aneinander. Dies führt zu Entzündungen, die wiederum Schmerzen verursachen. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke z. B. in der Hüfte oder im Knie steif anfühlen oder anschwellen.

Doppelt so schnell! – dank flüssigem Ibuprofenkern

Mit Spalt Forte haben Wissenschaftler eine Flüssigkapsel entwickelt, mit der Arthrose-Betroffene eine schnellere Schmerzlinderung erzielen können und die schmerzstillende Wirkung dabei über mehrere Stunden anhalten kann. Das innovative Arzneimittel bietet, als Vorreiter in Europa, 400 mg Ibuprofen in einer speziellen patentierten Flüssigkapsel an, welche durch den besonderen flüssigen Ibuprofenkern in der Kapsel einen deutlich schnelleren Wirkein-

tritt liefert. Das Ergebnis: Spalt Forte wird doppelt so schnell vom Körper aufgenommen wie herkömmliche Ibuprofen-Schmerztabletten. Damit nicht genug – das rezeptfreie Arzneimittel reduziert nachweislich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen. Spalt Forte hilft nicht nur bei leichten, sondern auch bei mäßig starken Schmerzen.

Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!

Für Ihre Apotheke:
Spalt Forte
(PZN 00793839)

Aufdrehen, wenn's drauf ankommt

Arzneitropfen bieten individuell dosierbare Hilfe bei sexueller Schwäche

Ob frisch verliebt, vor dem ersten Date oder seit vielen Jahren verbunden – manchmal macht der Körper nicht mit, wenn es drauf ankommt. Deseo Arzneitropfen bieten wirksame Hilfe bei sexueller Schwäche – individuell dosierbar, je nach Situation und persönlichem Empfinden.

Es gibt Momente, in denen man sich nach Intimität sehnt – doch Erektionsprobleme oder fehlendes Verlangen machen oft einen Strich durch die Rechnung. Mal ist es der Druck, funktionieren zu müssen, mal fehlt nach einer langen Belastungsphase schlicht die Energie. Deseo, zugelassen zur Behandlung von sexueller Schwäche, kann in solchen Phasen unterstützen. Die Tropfenform erlaubt – im Gegensatz zu Tabletten – eine individuelle Dosierung, angepasst an das persönliche Befinden und die jeweilige Situation.

Natürliche Hilfe bei sexueller Schwäche

Um die Leidenschaft und das sexuelle Verlangen zu steigern, enthält Deseo den natürlichen Arzneistoff Turnera diffusa, der seit Langem als Aphrodisiakum verwendet wird. Laut Arzneimittel-

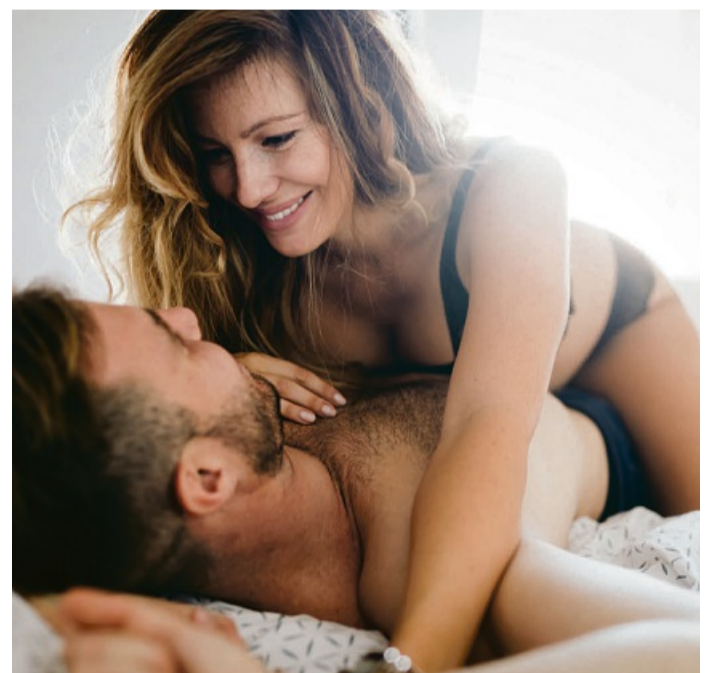


bild setzt dieser im Urogenitalsystem an und wird insbesondere bei sexueller Schwäche angewendet.

Voller Genuss – ohne bekannte Nebenwirkungen

Die Einnahme erfolgt unabhängig vom Geschlechtsakt und lässt Raum für Spontaneität. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln oder Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Deseo ist zudem rezeptfrei erhältlich – diskret in jeder Apotheke oder

online, ohne unangenehmen Arztbesuch.

Für Ihre Apotheke:
Deseo
(PZN 04884881)

www.deseo.net

PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022.
SPALT FORTE Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Abbildung Betroffenen nachempfunden
DESEO Wirkstoff: Turnera diffusa Dil. D4. DESEO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Märkte stimmen auf Weihnachten ein

Zwischen Deko und Punsch: Auf den Adventsmärkten in der Region gab es vieles zu entdecken

Werra-Meißner – Zum zweiten Adventswochenende hatte man die Qual der Wahl in der Region: An mehreren Orten gab es Punsch, Leckereien und weihnachtliche Kleinigkeiten zu kaufen.

Das historische Gemäuer der **Burg Ludwigstein** bildete am Wochenende wieder das stimmungsvolle Ambiente für den traditionellen Adventsmarkt des Europäischen Arbeitskreises Jugendwoche. Dabei herrschte zur Freude der Organisatoren bereits am Samstag ein gewaltiger Besucherandrang. Gleich am Eingang zur Burg wurden die Gäste von der „lebenden Krippe“ mit Weihnachtsliedern empfangen. Darüber hinaus sorgten die Dudelsackspieler der Formation „Side by Side“ wieder für musikalische Unterhaltung. In der gesamten Burg verteilt warteten zahlreiche Stände und diverse Leckereien.

Endlich wieder ein Kettenkarussell auf dem **Lichtenauer** Weihnachtsmarkt – das begeisterte nicht nur Bürgermeister Dirk Oetzel bei Eröffnung des Weihnachtsmarkts in Hessisch Lichtenau am Freitag, sondern vor allem die Kinder. Der Duft von heißen Getränken hatte schon im Laufe des Nachmittags die ersten Besucher angezogen. Gymnasiastinnen des Abiturjahrgangs 2026 der Freiherr-vom-Stein-Schule (FvSS) füllten mit dem Verkauf von selbstgebackenen Plätzchen, Honig aus eigener Ernte und frischen Waffeln die Kasse für ihre Abschlussfeier auf. Stefanie Lindenau (Gesang) und Timo Lübbeck (Keyboard) überzeugten als Musiklehrer der FvSS eine Stunde lang mit einer bunten Mischung von Weihnachtsliedern.

Der Gutshof in **Kleinvach** war am Wochenende Anziehungspunkt für Jung und Alt. Schon am Eingang grüßte von einem mehrere Meter breiten Transparent der Weihnachtsmann. An 14 mit Lichterketten illuminierten Ständen gab es Dekoar-



Männerrunde hat Spaß in Kleinvach: Matthias Scharf (von links), Peter Wolf, Zoran Mihlic, Jonny Böttner und Olaf Sippel.

FOTO: CHRIS CORTIS



Zahlreiche Stände gab es in der Burg Ludwigstein zu entdecken.

FOTO: PER SCHRÖTER



In den Vereinsfarben passend zum Nikolaus versorgten Kiara (von links), Charlotte, Gretel, Louis und Luisa von der TG Großalmerode die Gäste mit Speis und Trank.

FOTOS: LOTHAR RÖSS (4)

tikel, Honig über Linsensuppe mit Speck und die klassische Bratwurst. Im Kostüm von Frau Holle ließ es Ursel Friedl trotz Plustemperaturen „schneien“. Gegen nasskaltes Wetter am Samstag half ein Glühwein oder ein heißer Apfelsaft.

Der **Großalmeröder** Weihnachtsmarkt wurde zum ersten Mal in seiner Geschichte in der

Stadtkirche mit einer Andacht von Pfarrerin Ann Kristin Reuse, unter Mitwirkung des Musikzugs und des Weihnachtsmanns am Samstagnachmittag eröffnet. Zu den Höhepunkten im Verlauf des Bühnenprogramms auf dem Speckplatz zählte die Verleihung des Bürgerpreises durch Bürgermeister Finn Thomsen an Helmut Berger. Der gebürtige Tonstädter hatte 1991 die Kulturgemeinschaft gegründet und 31 Jahre geleitet. Den mit 1000 Euro von der VR-Bank dotierten Preis stellte er jeweils zur Hälfte der Kulturgemeinschaft und dem Verein „Team Waldschlöschchen“ zur Verfügung. Das sechsköpfige Frauenteam des Vereins Gemein-Statt hatte parallel zum Weihnachtsmarkt einen Weihnachts-Kaffeeklatsch in den eigenen Räumen veranstaltet.

zlr/per/zcc/waq



Die Kinder nähren sich ehrfürchtig dem Heiligen St. Nikolaus.

FOTO: PER SCHRÖTER



FROHE WEIHNACHTEN UND EIN GUTES NEUES JAHR.

KRANKENBEFÖRDERUNG
Thüringer Str. 27 • 37269 Eschwege
Tel. 0800 74 19 222
www.promedic24.de

WIR SUCHEN FÜR SOFORT LEHRKRAFT für Mathematik bis Oberstufe.

Witzenhäuser Nachhilfe Frohes Fest und ein gesundes neues Jahr.
Die Nachhilfe-Profis für:

Deutsch, Englisch, Latein, Mathematik, Französisch und WL
- weitere Fächer auf Anfrage -

Steinstraße 2 | 37213 Witzenhausen | Tel. 05542/999812 und 05542/8969
Mo. bis Fr. von 14 bis 17 Uhr und nach Vereinbarung
www.nachhilfewitzenhausen.de



Den Bürgerpreis der Tonstadt erhielt Helmut Berger (Mitte) von Bürgermeister Finn Thomsen (rechts) und Florian Engel von der VR-Bank.



Auch der kommende Abjahrgang der Freiherr-vom-Stein-Schule war mit einem Stand mit Dilara (von links), Leonie, Zoe und Nina vertreten.

Nikolauszauber erfreut die Kinder

Musik, Süßes und Gedichte gab es an mehreren Orten am Nikolaustag

Werra-Meißner – Vierorts stand am Samstag alles im Zeichen des heiligen St. Nikolaus. Wir zeigen ein paar Aktionen, die Kindern und auch Erwachsenen eine Freude gemacht haben.

■ **Uengsterode**

Am Klobesabend, an dem nach einem alten nordhessischen Brauch die Kinder an Nikolausabend in ihren Orten von Tür zu Tür ziehen, ein Gedicht auflesen und dafür eine kleine Belohnung erhalten, stand am Samstag im Großalmeröder Stadtteil Uengsterode auch die Kirche offen. Vom Vorstand der Evangelischen Kirchengemeinde empfing sie dort Cindy Zoth, die in die Rolle des Nikolaus geschlüpft war und den Nachwuchs für ein Verslein – einige hatten sogar etwas Selbstgebasteltes mitgebracht – mit einem Pixi-Buch und einem Stempel mit weihnachtlichem Motiv beschenkte. Für die Kids hatte Cindy Zoth gleich hinter der Eingangstür auch eine kleine Spielecke eingerichtet, in der sie mit den Figuren der Arche Noah sowie der Heiligen Drei Könige spielen und sich an der beleuchteten Weihnachtstafel am Altar erfreuen konnten.

■ **Sooden**

Der leibhaftige Nikolaus war natürlich ein Unikat. Aber als süße Schokolade gab es ihn am



Zum ersten Mal konnten sich die Uengsteröder Kinder ein Nikolausgeschenk in der Dorfkirche abholen.

FOTO: LOTHAR RÖSS

Samstag gleich 140 Mal. Damit erfreute der in Rot und Gold gewandete Mann mit dem weißen Rauschebart genau so viele Kinder nach einem Laternenumzug durch die Straßen des Kurviertels in Sooden. Zum dritten Mal in Folge organisiert und komplett finanziert hatte diese tolle Aktion der Brunnenfestausschuss. Inklusiv Eltern, Angehörigen und Freunden bezifferte der Vorsitzende Tobias Klenke die Zahl der Teilnehmer auf mehr als 300 – ein Rekordergebnis. Jung und Alt marschierten eine Stunde lang durch die Finsternis zu ihrem Ziel: der reich geschmückte Weih-

nachtsbaum auf dem Wendischen Markt. Begleitet von Engeln in Weiß und dem Grinch in Grün – eigentlich ein Weihnachtsbester, aber später bekehrt -, war einmal mehr Karsten Schrot in die Rolle des Nikolaus geschlüpft und hatte keine Mühe, die versammelte Gemeinschaft zum Singen zu animieren. Wie auf einer Sänfte thronend, gab der gute Mann geduldig die vielfach genutzte Gelegenheit, ein begehrtes Erinnerungsfoto mit den Kindern knipsen zu lassen. Auch am nächsten Morgen war der Nikolaus in gleicher Mission präsent auf dem kleinen, aber feinen

Adventsmarkt der Soodener Marienkirche, um auch dort süße Gaben zu verteilen.

■ **Hundelshausen**

Was Bad Sooden-Allendorf an leuchtender Prozession bot, fand zeitgleich in Hundelshausen seine intime Entsprechung. Hinter der Theke des Glühweinstands, flankiert von den Damen des Chors, begrüßt der Nikolaus die Besucher, während zwei Sängerinnen davor eine wohlverdiente Pause genießen. Zuvor hatten die Gelsertaler Spatzen die Eröffnung in der Kirche mit warmer Innigkeit getragen und sogar die



Der Nikolaus ist auch bei Regen im Einsatz: von links Markus Baum, Nikolaus und Silke Amend-Ebel bei der Veranstaltung in Ermschwerd.

FOTO: STEFAN HEUCKEROTH

Wartezeit auf den anfangs erkrankten Nikolaus überbrückt, indem sie Tee kochten, Lebkuchen austachen und kleine Gewänder nähten. „Diese Mischung aus Improvisation und Pfarrhaus sein Gepräge gibt. Und als der Nikolaus erschien, brachte er nicht nur Geschenke, sondern eine unverhohlene, fast kindlich anmutende Freude mit sich.“

■ **Ermschwerd**

In Ermschwerd zog der Nikolaus mit seinem festlich ge-

schmückten Einachser durch das Dorf – eine Aktion, die im Zweijahresrhythmus stattfindet und sich zum vierten Mal großer Beliebtheit erfreute. Unterstützt wurde der Umzug von Feuerwehrkamerad Markus Baum sowie Silke Amend-Ebel, die gemeinsam dafür sorgten, dass der Nikolaus sicher und stimmungsvoll unterwegs sein konnte. Der Nikolaus verteilte dabei nicht nur Süßigkeiten an die Kinder, sondern brachte mit kleinen „Spaßmachern“ in Form von Schnäpsen auch die Erwachsenen zum Schmunzeln. Trotz Dauerregens säumten mehr als 50 Kinder und noch mehr Erwachsene den Weg des Umzugs.

zlr/zcc/zep/waq

Gesundheit

ANZEIGE



Volksleiden versteckter Magnesiummangel?

Schlechter Schlaf, Reizbarkeit, Erschöpfung – was wie Stress aussieht, ist oft ein versteckter Magnesiummangel

Wer sich tagsüber erschöpft, ausgelaugt und antriebslos fühlt und auch nachts keinen erholsamen Schlaf findet, sucht die Ursache meist im stressigen Alltag. Doch manchmal fehlt dem Körper ein wichtiges Puzzlestück – Magnesium! Ist der Körper nicht ausreichend versorgt, reagieren Nerven empfindlicher, Muskeln verspannen leichter und der Körper findet nachts schwer zur Ruhe – ein echter Teufelskreis! Gleichzeitig liefern verarbeitete Lebensmittel weniger Magnesium, während Stress, Koffein oder bestimmte Medikamente den Bedarf erhöhen. So kommt es laut aktueller Forschung bei rund 10 bis 30% der Menschen zu einer Unterversorgung.

Magnesium – Basis für Ruhe, Entspannung und Regeneration

Gerade deshalb lohnt sich ein Blick darauf, wie wichtig Magnesium für unsere Erholung ist – tagsüber wie nachts: Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei und bildet damit die Grundlage dafür, Stressreaktionen besser zu regulieren und innerlich zur Ruhe zu kommen. Gleichzei-



tig unterstützt das Mineral eine normale Muskelfunktion, was nächtliche Unruhe durch Verspannungen reduzieren kann. Magnesium trägt außerdem zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung sowie zu einer normalen psychischen Funktion bei. Ist der Magnesiumspiegel im Gleichgewicht, fällt es vielen Menschen leichter, nachts besser zu regenerieren und am Morgen frischer in den Tag zu starten.

Auf die richtige Kombination kommt es an

Kein Wunder also, dass Magnesium heute so gefragt ist

wie nie. Doch Magnesium ist nicht gleich Magnesium. Besonders empfehlenswert sind Kombinationen verschiedener

Verbindungen, die Muskeln, Nerven und Psyche umfassend unterstützen. Hochwertiges Magnesiumbisglycinat überzeugt beispielsweise durch eine hohe Bioverfügbarkeit, wird also vom Körper besonders gut aufgenommen.

Baldriparan Magnesium Plus – mit dem Plus für eine verkürzte Einschlafzeit

Im neuen Baldriparan Magnesium Plus (Apotheke) wurden Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid gezielt kombiniert – ergänzt um das gewisse Plus in Form von Melatonin, das dazu beiträgt, die Einschlafzeit zu verkürzen. So entsteht eine ausgewogene Formel, die den Körper dabei unterstützt, abends besser zur Ruhe zu finden und erholter in den neuen Tag zu starten.



Magnesium: Kraftspender für jede Zelle

Magnesium steckt in nahezu jeder Körperzelle und ist unverzichtbar für die Energiegewinnung – so bleiben wir leistungsfähig und konzentriert. Ein Mangel kann sich durch Probleme im Schlaf, Muskelkrämpfe oder Unruhe zeigen. Da der Körper Magnesium nicht selbst bildet, ist eine ausreichende Zufuhr über Ernährung oder Ergänzung wichtig – für einen ausgeglichenen Tag und eine entspannte Nacht.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan Magnesium PLUS
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de

Baldriparan
Magnesium +

NEU

Baldriparan® Magnesium Plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel • Abbildungen Betroffenen nachempfunden

Weihnachtsbäume in Lichtenau begehrt

Spende über 500 Euro für Nachwuchs der Freiwilligen Feuerwehr



Viel los: Die Feuerwehr Hessisch Lichtenau hat am Nikolaustag einen Weihnachtsbaumverkauf veranstaltet.

FOTO: STEFAN SCHLEGEL

Hessisch Lichtenau – Die Freiwillige Feuerwehr Hessisch Lichtenau hat am Nikolaustag einen Weihnachtsbaumverkauf veranstaltet, und wurde vom großem Besucherandrang überrascht.

Die Aktion war ursprünglich bis 15 Uhr geplant, doch bereits kurz nach 12 Uhr waren alle Bäume restlos ausverkauft. Laut Mitteilung der Feuerwehr Hessisch Lichtenau herrschte ein regelrechter Ansturm auf das Angebot: Schon kurz vor 10 Uhr war der Hof der Lichtenauer Wehr komplett mit Autos zugeparkt. Auch das kulinarische Angebot mit Bratwurst vom Grill und heißen Getränken wurde bei den niedrigen Temperaturen sehr gut angenommen, berichtet die Feuerwehr.

Im Rahmen des Verkaufs konnte die Freiwillige Feuerwehr die örtliche Firma ForT-wentytwo GmbH begrüßen, vertreten durch die Geschäftsführer Thomas und Fabian Krause. Sie überreichten einen Scheck über 500 Euro zugunsten der Kinder- und Jugendfeuerwehr. Statt Weihnachtsgeschenke an Kunden zu verteilen, habe sich die Geschäftsführung entschieden, in die Nachwuchsarbeit der Feuerwehr zu investieren. Die Spende wurde von den Kameraden der Lichtenauer Wehr mit großer Dankbarkeit angenommen.

Nach dem Ausverkauf der Bäume war der Tag jedoch noch nicht beendet: Im Anschluss an den Verkauf wurden bereits die ersten reservierten Bäume ausgeliefert. Unter dem Motto „Weihnachten ohne Schleppe“ soll dieses Serviceangebot voraussichtlich auch im nächsten Jahr wieder fortgeführt werden, heißt es von der Feuerwehr abschließend. sp5

1500 Euro für das Hospiz

Mitarbeitende des Klinikums organisierten Basar



Spendenübergabe: Jens Northemann (Fundraiser Hospiz) dankte Annet Gröning (Bereichsleitung Hauswirtschaft im Klinikum), Susanne Parpert (Grüne Dame am Klinikum), Heike Thiele (Koordination Rezeption Klinikum), Gisela Steinmann (Grüne Dame), Silvia Kock (Koordination Klinikum), Wolf-Dietrich Schwarz (Grüner Herr), die sich beim Basar im Klinikum für das Hospiz engagiert haben.

FOTO: HEIDE MICHAELA PANKE/INH

Hann. Münden – „Ich bin überwältigt“, mehr konnte Jens Northemann, Spendenbeauftragter des Müндener Hospiz, im ersten Moment nicht sagen, als ihm von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Klinikums Hann. Münden 1500 Euro überreicht wurden. Er dankte allen für das Engagement und den Einsatz beim Weihnachtsbasar des Klinikums.

den Basar gemeinsam mit organisiert, unterstützt von vielen Ehrenamtlichen. Für die Aussteller wurden keine Standgebühren erhoben, dafür hat jeder einen Kuchen backen und einen Teil seines Erlöses an das Hospiz gespendet. Auch die Einnahmen aus dem Kaffee- und Kuchenverkauf sowie der Tombola kommen nun vollständig dem Hospiz zugute. Ein Dankeschön schickte Jens Northemann auch an Unternehmen aus Hann.Münden, Hedemüinden und Reinhardshagen, die die Tombolapreise gespendet haben. zpy

Zahlreiche Unterstützer

Annet Gröning und Heike Thiele vom Klinikum haben

Angebote gültig vom 22.12. – 27.12.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

Augustiner Lagerbier Hell
Helles Vollbier,
Kasten = 24 x 0,33 l / 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,42 / 3,10 € Pfand,
11 = 2,27 / 1,80 €

20,99
17,99

Augustiner
älteste Brauerei Münchens

Veltins Pilsener
„Steinie“,
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,36 €

8,99

Mönchshof Weihnachts Bier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
11 = 1,40 €

13,99

Pilsner Urquell
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,50 €

14,99 **13,99**

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

5,99 **5,49**

Rothaus Tannenzäpfle Pils
Kasten = 24 x 0,33 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
11 = 2,02 €

15,99 **14,99**

Störtebeker Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 1,70 €

16,99 **15,99**

Schöffhofer Weizen
naturtrüb,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,50 €

14,99

Perfect Draft
diverse Sorten,
Fass = 1 x 6 l,
zzgl. 5,00 € Pfand,
11 = 2,67 €

15,99

Maisel & Friends Craft-Bier
diverse Sorten,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
11 = 2,52 €

4,99

Bad Brückener Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,50 €

5,99

Bad Brückener Limonade
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,78 €

6,99

Pepsi Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 24 x 0,33 l,
zzgl. 5,40 € Pfand,
11 = 1,89 €

17,99 **14,99**

Heil Saft, Nektar*
diverse Sorten,
außer Apfelsaft,
11 - Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
11 = 1,79 €

1,79

Pfaffl
diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
11 = 7,99 €

5,99

Zubrowka Biała Vodka
0,7 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 11,41 €

7,99

Ramazotti
diverse Sorten,
0,7 l - Flasche,
11 = 14,27 €

9,99

Studio by Miraval
Rosé,
0,75 l - Flasche,
11 = 13,32 €

9,99

Pepsi Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,83 €

9,99

Mionetto Prosecco
0,75 l - Flasche,
11 = 7,99 €

5,99

Lillet Blanc, Rosé
0,75 l - Flasche,
11 = 14,65 €

10,99

Pircher
diverse Sorten,
0,7 l - Flasche,
11 = 21,41 €

14,99

Gentleman Jack*
Tennessee Whiskey,
0,7 l - Flasche,
11 = 28,56 €

19,99

Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!

Mit der **logo Getränke App** sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!

www.logo-getraenke.de

1x SAMSUNG S25

*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.

+++Aktion+++ Frischfleischstrüme

WICHMANN Frische bayerische Ente küchenfertig, mit Hals, mit Innereien, perfekt für individuelle Füllungen

gerupft, HKL A, je 2,3 kg entspricht 13,78

2,3 kg 1-kg-Preis 5,99*

6,99*

+++Aktion+++ Frischfleischstrüme

GUT LANGENHOF Hähnchen-Innenfilets natur besonders zart und saftig, je 800 g (1 kg = 8,74)

800 g

29% billiger zum Vergleich: 400 g = 4,99

6,99*

+++ Im Aktionskühlregal +++

ArcticFish Geräucherte Forelle traditionell heißgeräuchert Ware einzeln ausgepreist, je ca. 250 g - 300 g (1 kg = 15,99)

11% billiger UVP 1 kg = 17,99

4,-*

z. B. 250 g (1 kg = 15,99)

Lat. Bezeichnung: Oncorhynchus mykiss
Fangmethode: Süßwasser-Aquakultur in Kreislaufanlagen

Biedermeierstrauß „Weihnachten“ mit weihnachtlicher Dekoration

- Nach Floristenart gebundener Strauß
- In verschiedenen Variationen
- Länge ca. 30 cm

je Strauß

6,99* frisch gebunden

Mini-Orchidee „Phalaenopsis“

- In versch. Blütenfarben • Keramiktopf in den Farben z. B. bronze, gold oder silber • Mit zahlreichen Knospen und Blüten
- Höhe ca. 18 - 28 cm inkl. 6,5-7-cm-Keramikübertopf je Pflanze

im dekorativen Keramikübertopf

4,99*

Götter Frucht Orangen Spanien Kl. I, Sorte: Navelina, große, ausgewählte Früchte, Kal. 0-2, je 3 kg (1 kg = 1,48)

XXL • 3 kg! 4,44*

(Abbildung ähnlich)

Götter Frucht Äpfel vom Bodensee Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorten: Elstar, Braeburn oder Jonagold, große Früchte, Kal. 75/85 + 80/90 mm, je 2,5 kg (1 kg = 1,04)

2,59* 2,5 kg!

große Früchte

Götter Frucht Clementinen „Götterfrucht“ Spanien Kl. I, Sorte: Clemenules, ausgewählte, große Clementinen, Kal. X-1, je 2 kg (1 kg = 2,-)

XXL • 2 kg! 3,99*

große Früchte

(Abbildung ähnlich)

teilweise koffeinhaltiges Erfrischungsgetränk je 1,25 l, zzgl. -,25 Pfand (1 l = -,63)

50% billiger UVP 1,59

-,79*

1,25 Liter

Aktionszeitraum: 22.12. bis 28.12.2025

BECHEROVKA Kräuterlikör Das Original - Der Kräuterlikör aus Tschechien 38% vol, je 0,7 l (1 l = 14,27)

28% billiger UVP 13,99

9,99*

STROH Original Jagertee Österreichische Spezialität 40% vol, je 0,5 l (1 l = 17,98)

25% billiger UVP 11,99

8,99*

MONSTER ENERGY Energydrink Green, Zero Sugar, Ultra Whey, teardor Mango Loco koffein- und taurinhaltiges Erfrischungsgetränk, je 500 ml, zzgl. -,25 Pfand (1 l = 1,50)

49% billiger UVP 1,49

-,75*

Aktionszeitraum: 22.12. bis 28.12.2025

2 Kästen Premium **Süßler Pils** je 2x20x0,5 l, zzgl. 2x3,10 Pfand (1 l = -,94)

44% billiger UVP 33,98

18,80*

zzgl. 2x3,10 Pfand

Aktionszeitraum: 22.12. bis 28.12.2025

ültje Erdnüsse geröstet & gesalzen, geröstet & ungesalzen oder pikant gewürzt

je 180 g (1 kg = 8,28)

40% billiger UVP 2,49

1,49*

Ciffes Röstkaffee „Exclusive Special Blend“ je 500 g (1 kg = 13,98)

20% billiger statt 8,79

6,99*

500 g

33% billiger (1 kg = 11,98)

5,99**

Nur gültig mit NORMA Plus App vom 22.12. bis 28.12.2025

Aktionszeitraum: 22.12. bis 28.12.2025

River Valley Früchte im Glas Pfirsiche Abtr.-Gew. 305 g (1 kg = 6,52), Aprikose Abtr.-Gew. 310 g (1 kg = 6,42) oder Fruchtcocktail Abtr.-Gew. 330 g (1 kg = 6,03), je 540 g

540 g

1,99*

Odenwald Wild-Preiselbeeren unser Feinstes - aus handverlesenen Früchten je 390 g (1 kg = 6,38)

37% billiger UVP 3,99

2,49*

390 g

BIS ZU 61% SPAREN

Nicki-Bettwäsche in 2 Größen • 100% Polyester • Mit Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung

- Mit SBS-Marken-Reißverschluss je Bettwäsche

Watford 1 Kissen ca. 80x80 cm 1 Bezug ca. 135x200 cm **17,99***

Chennai 1 Kissen ca. 80x80 cm 1 Bezug ca. 155x220 cm **19,99***

Dallas in ca. 135 x 200 cm erhältlich

24 Auch online

Haus-Ronley Pantoletten für Damen und Herren • Obermaterial und Innenausstattung aus angenehm wärmendem Textil • Hergestellt in Europa

- Damen-Größen 38-41
- Herren-Größen 42-45

je Paar Schwarz/Rosa Navy kariert

Damen **6,99*** **NEUE Farben**

Herren Anthrazit gepunktet **8,99***

Plüsch-Leggings für Damen • Größen M (40/42) - XXL (52/54) • Mit kuscheliger Plüsch-Innenseite je Leggings

Anthrazit **8,99***

Marine/ Mauve geringelt **9,99***

Schwarz **9,99***

Hochwertige Frottierwaren „Rantum“

- 100% Baumwolle
- Pflegeleicht und strapazierfähig
- Schnell trocknend und voluminös
- Hohe Saugfähigkeit
- Mit praktischem Aufhänger je Ausführung

Grün Aqua Orange Petrol

Washhandschuh 6er-Set je ca. 16 x 21 cm **3 x Beton + 3 x Orange**

Gästetuch 5er-Set je ca. 30 x 50 cm

Handtuch 2er-Set je ca. 50 x 100 cm

Duschtuch je ca. 70 x 140 cm

Emerald Green **7,99***

(nicht alle Ausführungen in allen Farben erhältlich)

Coral-Fleece-Topper-Spannbetttuch ca. 180-200 x 200 cm

- 100% Polyester • Feuchtigkeits- und temperaturausgleichend • Atmungsaktiv je Spannbetttuch

Anthrazit **14,99***

Grau **14,99***

Coral-Fleece-Boxspringbett-Spannbetttuch mit 40 cm Steg ca. 180-200 x 200 cm

- 100% Polyester • Feuchtigkeits- und temperaturausgleichend • Atmungsaktiv je Spannbetttuch

Grau **19,99***

Flieder **19,99***

Anthrazit **19,99***

TOPTEX Sherpa-Fleecejacke für Damen • 100% Polyester • Warme und weiche Sherpa-Fleece-Qualität • Leicht tailliert • Mit Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung

- Größen S (36/38) - XL (48/50) je Jacke

Blau **9,99***

Grün **9,99***

Grau-Melange **9,99***

24 Auch online

backton Premium Hochglanz WC-Sitz mit Absenkautomatik

- Passend für alle handelsüblichen WC-Becken • In extraflachem Design
- Inkl. Montagematerial • Aus hochwertigem, kratzfestem Duroplast-Material
- 3 Jahre Garantie je WC-Sitz

Orchidee in Schale

Wasser-Grau

Sonnenuntergang

Mit hochglänzender Acrylbeschichtung

Mit praktischem Schnellverschluss: Abnehmbar zur einfachen Reinigung

TOP PREIS-LEISTUNG 16% billiger statt 29,99 € **24,99***

TOPTEX Mikrofleece-Jacke „Space Dyed“ für Damen und Herren

- 100% Polyester (DuoTherm® Pro1)
- Damen-Größen M (40/45) - L (44/46)
- Herren-Größen L (52/54) - XL (56/58)

je Jacke **DUO THERM** **11,99***

24 Auch online

16% billiger **9,99****

Nur gültig mit NORMA Plus App vom 22.12. bis 28.12.2025

MAUI Mikrofleece-Troyer für Damen und Herren • 100% Polyester

- Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung
- Hochwertige Stickerei • Damen-Größen M - XL • Herren-Größen M - XL je Troyer

Herren Anthrazit **9,99***

Damen Petrol **9,99***

61% billiger UVP 25,95

Outdoor-Schuhe für Damen und Herren

- Pflegeleichtes, strapazierfähiges Obermaterial
- Textiles Warmfutter • Profilierte, flexible und robuste TPR-Laufsohle
- Damen-Größen 39-41
- Herren-Größen 42-45 je Paar

Herren Dunkelbraun **19,99***

Damen Camel **19,99***

55% billiger

STARTSCHUSS 2026 Feuerwerk der Superlative HIER GEHTS ZU UNSEREN FEUERWERKS-ANGEBOTEN

VERKAUFSSTART Montag, 29.12.

Silvester-Feuerwerks-Verkauf ab 18 Jahren!

NORMA Lebensmittelbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg

PORTAL
FKK Sauna Club

Täglich wechselndes Wochenprogramm mit Angeboten und Specials.
Jeden Tag von 11 bis 15 Uhr
vergünstigter Eintritt

Täglich ab 11 Uhr: Kaffee & Kuchen
sowie à la carte Speisen,
Massagen und sinnliche Momente,
die Lust auf mehr machen.

35447 Reiskirchen
Carl-Benz-Straße 11a
Tel.: 06408 - 5490060
www.FKK-Portal.de

Auto-Ankäufe

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



Verkauf

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

Ankauf

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

Achtung! Suche Näh-, Schreibmaschinen und
Pelze aller Art von privat ☎ 06623 915 7280

Landwirtschaft&Forsten

Buche Brennholz
Telefon 05684 931670

Brennholz Buche und Eiche 69 € srm
25/30 cm, mit Lief. Tel. 0176 62681914

1A Buche ab 55,00 € ☎ 0152-28000388
www.brennholzhandel-vey.de

Stellenangebote



dierichs
Zeitungsdruck

Diesen Job
können wir
Ihnen anbieten ...

... wir suchen motivierte

**MEDIENTECHNOLOGEN
Druck (m/w/d)**

IHRE AUFGABEN

- Herstellung von Druckprodukten
- Bedienen, Einrichten und Wartung der Druckanlagen
- Kontrolle der Druckerzeugnisse im Hinblick auf gleichbleibende Qualität
- Überwachung des gesamten Druckvorgangs

IHR PROFIL

- Idealerweise eine drucktechnische Ausbildung oder eine vergleichsweise langjährige Erfahrung im Druck
- Gutes technisches Verständnis und handwerkliches Geschick und Interesse
- Aufgeschlossen, kommunikativ und verantwortungsbewusst
- Ausgeprägtes Farbsehen
- Aufgeschlossenheit gegenüber neuen Technologien

WAS WIR BIETEN



Vermögenswirksame Leistungen



Jobticket / JobRAD



Leistungsgerechte Vergütung inkl. Urlaubs- und Weihnachtsgeld



kostenfreie Parkplätze

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Jetzt informieren und mit aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen bewerben an:

Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG
z.Hd. Herrn Stefan Voss
Wilhelmine-Reichard-Str. 1
34123 Kassel
☎ stefan.voss@hna.de



Senioren- und Therapiezentrum
HELSA

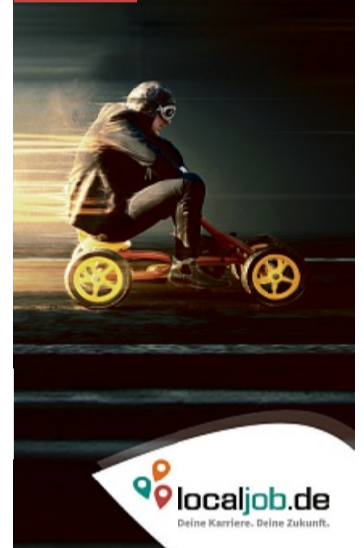
Attraktives Gehalt!
TOP-Mitarbeiter-vorteile!

Wir suchen eine
Teamleitung Wäscherei
(m/w/d) - Vollzeit
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

Mit **VOLLGAS**

zum neuen
JOB



Heimatkundlichen

Beachten Sie die geänderte Anzeigenschluss-Zeit für die Ausgabe am

Samstag, 3.1.2026

für gewerbliche Anzeigen und private Kleinanzeigen:

Montag, 22.12.2025, 10 Uhr



HEIMAT NACHRICHTEN

Tausche 1 € gegen 1 m² Natur



Mit dem Kauf wertvoller Naturflächen schafft die Loki Schmidt Stiftung wichtige Überlebensinseln für bedrohte Pflanzen und Tiere.

Inzwischen konnten mit Ihrer Hilfe schon über 2.000.000 m² Natur gerettet werden.

Jeder Quadratmeter hilft. Machen Sie mit!

www.loki-schmidt-stiftung.de



Naturschutz mit Hand und Herz.

die-Zusteller

Auf meiner Route bin ich CHEF

www.die-zusteller.de

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

- **Staufenberg-Sichelstein**
- **Staufenberg-Uschlag**
- **Großalmerode**
(Teilbezirke zur Festeinstellung)
(Mindestalter 18 Jahre)

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

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
Kleinvach
Sooden
Weiden
- **Hann. Münden**
Bonaforth
Hemeln
Kattenbühl
- **Großalmerode**
Eptero
Laudenbach
Rommerode
Stadt
- **Scheden**
Dankelshausen
- **Witzenhausen**
Stadt
Unterrieden

(Mindestalter 13 Jahre)

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

WEISSER RING
Wir helfen Kriminalitätstopfen.

Damit Opfer nicht schutzlos bleiben.
Helfen auch Sie!

Jetzt spenden:
www.weisser-ring.de

Adele Neuhauser & Harald Krassnitzer

Herzschwäche – Was tun?

Herz-Experten informieren umfassend über die Herzschwäche in der neuen Broschüre „Das schwache Herz“.

Fordern Sie jetzt Ihr kostenfreies Exemplar an:
Telefon 069 955128-400

www.herzstiftung.de/
das-schwache-herz

Deutsche Herzstiftung

Fröhliche Weihnachten

Wir wünschen all unseren Kunden, Freunden,
Verwandten und Bekannten ein frohes Weihnachtsfest
und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Niemeier
Sanitär- und Heizungstechnik
Kasseler Straße 43, 37217 Witzenhausen-Kleinalmerode
Tel: 05542 2786, Fax: 05542 71968
Mail: niemeier.sanitaer@t-online.de

Allen unseren Kunden
danken wir für die gute Zusammenarbeit
im abgelaufenen Jahr und wünschen
Ihnen und Ihren Familien ein schönes Fest
und alles Gute für das neue Jahr.

GROTE CONTAINER

Containerdienst • Baggerbetrieb • Fuhrunternehmen
Freudenthal - Neu-Eichenberg
Tel. 05542 2130 • Mobil 0171 4635536
Betriebsurlaub vom 20. 12. 2025 bis 09. 01. 2026.

Abfluss- und Rohrreinigung
Inh. Marcel Lotze
Wir wünschen all unseren Kunden, Freunden
und Bekannten ein
gesegnetes Weihnachtsfest und
einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Alter Schulweg 1 · Hann. Münden
Tel. 05541 953792
jw.muenden@online.de

Alle Arbeiten rund ums Haus:

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

Schöne Weihnachten und ein gesundes neues Jahr!

GA-LA-BAU HASSELBERG
☎ 0171-177 47 19
Fachbetrieb im Bauhauptgewerbe
ILONA HASSELBERG
Schulstraße 25
34346 Hann. Münden
Tel. 05541 73480
ilona.hasselberg@web.de

BIERVERLAG ROEPER
WIR löschen den Durst

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien ein besinnliches Weihnachtsfest

- Getränke-Fachgroßhandel
- Abholmarkt • Bringdienst

Hann. Münden-Hedemünden · Graseweg 10
Telefon 05545 6400 · bvroeper@t-online.de

AZURIT Gruppe

Das AZURIT Seniorenzentrum Großalmerode wünscht allen ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest sowie einen guten Rutsch ins neue Jahr 2026! Bleiben Sie gesund!

AZURIT Seniorenzentrum Großalmerode
Kasseler Straße 68 · 37247 Großalmerode
Telefon 05604 9332-0
E-Mail szgrossalmerode@azurit-gruppe.de
www.azurit-gruppe.de

joh. brill söhne

- ✓ Internationale Umzüge
- ✓ Beiladungen
- ✓ Lagerung
- ✓ Haushaltsauflösungen

Wir wünschen allen unseren Kunden, Angehörigen, Freunden und Bekannten ein schönes Weihnachtsfest!

37213 Witzenhausen
Telefon 05542 2056
www.brill-umzug.de

Ihr **Gerüstbau**
aus Hann. Münden
Meisterbetrieb
Peter Offik

Wir wünschen eine frohe Weihnachtszeit und einen guten Start ins neue Jahr!

Querenburg 14
34346 Hann. Münden
Tel. + Fax 05541 73598
Mobil 0171 8765057

Wir wünschen allen unseren Kunden frohe Weihnachten und einen gesunden Start ins neue Jahr!!!

Tank- & Waschcenter Jatho **bft**
Wilhelmshäuser Straße 105
34346 Hann. Münden

Weihnachtswäsche
24.-27.12.2025
Shine Teecs
nur **16,95 €**



Frohe Weihnachten

Liebe Zustellerin, lieber Zusteller,

der Advent ist die Zeit der Besinnlichkeit
und der Dankbarkeit.

Heute möchten wir uns bei Ihnen von Herzen bedanken.

DANKE für Ihren wöchentlichen Einsatz.

DANKE für Ihre Zuverlässigkeit und Ihr Engagement.

DANKE für Ihre Motivation bei jeder Wetterlage.

Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne Weihnachtszeit
und alles Gute für das Jahr 2026.

Das gesamte Logistikteam

die-Zusteller 