

AZURIT
Seniorenzentrum Großalmerode
... da wo man sich wohlfühlt!
Kasseler Straße 68, 37247 Großalmerode
Telefon (05604) 9332-0
szgrossalmerode@azurit-gruppe.de
www.azurit-gruppe.de

**HEIMAT
NACHRICHTEN**
HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

SKODA
Feiere mit uns das erste Highlight des Jahres:
Das große Škoda Buffet am 24. Januar.
Mit dabei: die Škoda Balance Sondermodelle!
24.01.2026 | 9-14 Uhr
bei Glinicke in Eschwege
Autohaus Stöber Eschwege GmbH & Co. KG
Hessenring 2 | 37269 Eschwege
Glinicke

Bereit für den Ernstfall auf dem Meißner

DRK verlegt Rettungswagen und Raupenfahrzeug nach Hausen

Hausen/Hoher Meißner – 25 Zentimeter Pulverschnee, die 1,5 Kilometer lange Schnupperrunde, die fünf Kilometer lange Skating-Strecke und Neun-Kilometer-Loipe sind präpariert, der Wanderweg und die Piste am kleinen Lift neben dem Naturfreundehaus gewalzt. Bei strahlendem Sonnenschein und knackigen Minusgraden auf dem Hohen Meißner hätten die Bedingungen zu Beginn der vergangenen Woche zum Ski-

laufen, nordisch sowie alpin, Snowboarden, Schlittenfahren und Wandern kaum besser sein können.

Da die letzte Woche der Weihnachtsferien anließ und mit großem Andrang zu rechnen war, regte die Leitstelle des Gefahrenabwehrzentrums des Kreises an, die Winterrettung durch den Kreisverband des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) näher an das Einsatzgebiet zu verlegen – mit der vorübergehen-

den Verlegung eines Rettungswagens und des in Großalmerode stationierten TRV (Track and Road Vehicle), ein mit vier Raupen ausgestattetes geländegängiges Fahrzeug.

Fahrzeuge waren für Einsatz am Berg bereit

Mit etwas Vorlauf konnte der Plan umgesetzt werden: Noch am Montag ab 13 Uhr, danach täglich von 11 bis 17 Uhr, standen

beide Fahrzeuge samt Besatzung bis zum Sonntag am Dorfgemeinschaftshaus in Hausen für den schnellen Einsatz auf dem Berg bereit.

Montagsmorgen, gleich um acht Uhr, hatte bei DRK-Kreisbereitschaftsleiter Thomas Freiberg an der Lichtenauer Rettungsschule das Telefon geklingelt, am Apparat das Gefahrenabwehrzentrum der Leitstelle aus Eschwege mit der Absicht, die Winterrettung nä-

herzum Berg ab 11 Uhr sicherzustellen. Doch so schnell einen geeigneten Standort zu finden, war nicht einfach. Die Gemeinde Vockerode und das Feuerwehrheim auf der Ostseite des Meißners waren zu weit entfernt.

Im Naturfreundehaus und der Klinik am Meißner, den ehemaligen Standorten der Bergwacht, die früher für die Winterrettung auf dem Meißner zuständig war, standen die

Räumlichkeiten nicht mehr zur Verfügung. Doch im Gespräch mit Vertretern der Stadt Hessisch Lichtenau hatte Freiberg dann Erfolg: Im Erdgeschoss des Dorfgemeinschaftshauses Hausen wurden kurzerhand Küche, Toilette sowie ein Besprechungsraum beheizt und den ehrenamtlichen Rettungs- und Notfallsanitätern zur Verfügung gestellt, die Kosten dafür hatte der Kreis übernommen.

Nachdem Freiberg mit den Helfern der Ortsvereine Hessisch Lichtenau, Großalmerode, Witzenhausen und Bad Sooden-Allendorf den Einsatz mit täglich mindestens vier Sanitätern, darunter jeweils zwei entsprechende Fahrzeugführer, geklärt hatte, konnte die Winterrettung vor Ort noch am Montag ab 13 Uhr anlaufen.

Obwohl das Kaiserwetter bis Donnerstag täglich mehrere Hundert Besucher auf den Berg gelockt hatte, Kinder und Erwachsene sich auf den Rodelbahnen, Pisten, Loipen und Wanderwegen tummelten, gab es kaum einen Rettungsfall. Lediglich am Mittwoch hatte sich eine Langläuferin beim Sturz an der Hand verletzt und die Rettung alarmiert. Trotzdem gab es für die Teams jede Menge zu tun. Wie André Marczyk am Freitag berichtete, begann sein Tag um 10 Uhr mit der Vorbereitung des TRV am Standort Großalmerode, bevor er gegen 10.20 Uhr zur Fahrt nach Hausen startete. Dort angekommen, ging es zunächst zur ersten von drei Kontrollrunden hinauf aufs Plateau, für den Ernstfall stets mit dabei: die Schleifkorb- und Schaufeltrage, die Vakuummatratze, der Erste-Hilfe-Koffer und ein Defibrillator.

LOTHAR RÖSS



Am Dorfgemeinschaftshaus in Hausen einsatzbereit: Julian Ludwig (von links), Thomas Freiberg (beide Hessisch Lichtenau), André Marczyk, Luca Wilhelm (beide Großalmerode) und Tim Fischer (Bad Sooden-Allendorf). FOTOS: LOTHAR RÖSS

Günther PFLÜGER
CLEAN
TEXTILPFLEGE
Suchen
Mitarbeiter (m/w/d)
auf Minijob-Basis, Abt. Wäscherei (Mangel) für unseren Standort in Großalmerode.
Branchenfremd? Kein Problem!
Bitte um Anruf:
05604 5334 oder 0173 5117008

Unsere Angebote
vom 22.01. bis 24.01.2026
Hausmacher Bratwurst 1 kg 11,90 EUR
Kotelett 1 kg 9,90 EUR
Feine Leberwurst 100 g 1,59 EUR
Fleischkäseaufschnitt 100 g 1,39 EUR
Freitag
gegrillte Rippchen
6,50 €/Portion
Fleischerei
Fleckenstein
SÄLZERSTR. 3 | Großalmerode
Tel. 05604 5801
info@fleischerei-fleckenstein.de

**MATRATZENBERATUNG
MIT RÜCKENMESSUNG**

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

NEUHEITEN BEI
HARTMANN WOHNIDEEN
DIE NEUESTEN
KÜCHEN
KOLLEKTIONEN
NEUE
MÖBEL
TRENDS
ENTDECKEN
**25%
RABATT**
auf alle Möbel-
und Küchen-
Neubestellungen!
Viele Möbel
In der Ausstellung
bis zu **53%
reduziert**
und kurzfristig
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-wohneideen.de

ECKSTEIN
einfach besser
GUTSCHEIN
2 FÜR 1
SAMSTAG – SAMSTAG
17.01.26 – 24.01.26
Angebot gilt nach Gutscheinvorgabe vor der Bestellung.
Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigste (gleichwertige) Gericht 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

So halten Sie Ihre guten Vorsätze ein

Jetzt bei der regionalen Partnervermittlung partner.HNA.de anmelden

Haben Sie für das neue Jahr gute Vorsätze gefasst? Die Schwierigkeit mit guten Vorsätzen ist, dass zwar fast alle Menschen sich zum Jahreswechsel vornehmen, etwas in ihrem Leben zu ändern, es vielen aber nicht gelingt, ihre Pläne in die Tat umzusetzen. Oft wollen sie einfach zu viel auf einmal oder formulieren ihre Ziele nicht deutlich genug.

Wenn Sie aktuell Single sind, haben Ihre Vorsätze vielleicht etwas mit den Themen Liebe und Partnersuche zu tun. Wie steht es also um Ihre guten Vorsätze? Sie wollen in diesem Jahr unbedingt einen Partner oder eine Partnerin finden? Dann kommt hier der erste Tipp: Fangen Sie sofort mit der Partnersuche an. Bei unserer regionalen Partnervermittlung partner.HNA.de können Sie noch heute interessante Singles aus Ihrer Umgebung kennenlernen.

Nicht für andere, aber für sich sollten Sie Ihre Vorsätze richtig formulieren. „Ich möchte die Liebe finden“ ist zwar ein schöner Wunsch, aber noch kein Vorsatz. Ein Vorsatz könnte lau-



Schluss mit dem Single-dasein: Bei unserer regionalen Partnervermittlung partner.HNA.de können Sie noch heute interessante Singles aus Ihrer Umgebung kennenlernen. FOTO: ANDREW LOZOZYV/INH

ten: „Ich werde dieses Jahr mehr dafür tun, andere Singles kennenzulernen.“ Sie sehen sicher den Unterschied. Erst indem Sie konkret in Worte fas-

sen, was Sie tun wollen, damit Sie einen Partner oder eine Partnerin finden, nehmen Sie Ihr Schicksal selbst in die Hand. Genau so wie es wichtig ist, Ih-

re Vorsätze richtig zu formulieren, ist es wichtig, sich zu überlegen, wie Sie im Detail vorgehen wollen, um Ihr Ziel zu erreichen. Wenn Sie neue

Beziehungen schließen wollen, um endlich die Liebe zu finden, nach der Sie suchen, könnten Sie beispielsweise öfter ausgehen, einem Verein bei-

treten oder sich bei einer Singlebörse anmelden. Erstellen Sie zumindest gedanklich einen kleinen Plan, der Ihnen dabei hilft, das Thema Partnersuche gezielt anzugehen. Wie die meisten Menschen werden Sie anfangs angesichts Ihrer guten Vorsätze vielleicht noch sehr motiviert sein. Achten Sie darauf, dass das so bleibt. Gerade bei der Partnersuche neigen Singles dazu, öfter mal eine längere Pause einzulegen. Enttäuschende Erlebnisse beim Dating, unerfüllte Erwartungen an die neue Bekanntschaft und ähnliche Rückschläge können entmutigend sein.

Lassen Sie sich von solchen Vorkommnissen nicht aufhalten. Führen Sie sich dafür öfter mal vor Augen, wie Sie sich fühlen werden, wenn Sie endlich den Menschen an Ihrer Seite haben, auf den Sie warten.

Werden Sie jetzt aktiv. Die Anmeldung bei unserer regionalen Partnervermittlung partner.HNA.de könnte der erste Schritt zur Umsetzung Ihres Vorsatzes sein.

red

Traum der Jugend wird wahr

Das Land Hessen fördert Bewegungspark in der Badstadt mit 200.000 Euro

Bad Sooden-Allendorf – In Bad Sooden-Allendorf wird ein Traum der Jugend wahr: Am Diebesturm, wo es schon seit 50 Jahren einen Spielplatz für Kinder bis zum Alter von zehn Jahren gibt, soll in unmittelbarer Nachbarschaft auf einer Fläche von 1500 Quadratmetern ein so bezeichneter Bewegungspark entstehen. Möglich wird das, weil das Land Hessen der Stadt soeben eine Förderung in Höhe von 200.000 Euro zugesagt hat. Auf die Stadt kommen vergleichsweise bescheidene Kosten von 20.000 Euro zu.

Die Idee zu diesem Projekt war vor gut fünf Jahren im Jugendrat geboren worden. Damals mussten wegen Corona die Sporthallen schließen, und mit adäquaten Angeboten konnten die Vereine natürlich auch nicht aufwarten. Deshalb wandten sich der heute 18-jährige Tom Reichert und seine zwei Jahre ältere Mitstreiterin Antonia Meister mit ihrem Vorschlag an die Stadt, die sich flugs darum bemühte, ins Landesprogramm „Zukunft gestalten“ aufgenommen zu werden. Das glückte zunächst

nicht, aber jetzt eben doch. Neben der Badstadt erhielten weitere 61 hessische Kommunen den Zuschlag. 118 Städte und Gemeinden hatten sich insgesamt beworben.

Wie genau der Bewegungspark aussehen wird, ist noch offen. Übergeordnetes Ziel ist die Fitness von älteren Kindern und Jugendlichen. Dazu beitragen könnten etwa anspruchsvolle Klettergerüste, ein Basketballfeld auf einem zu erneuernden Asphalt oder ein Fußballplatz, für den die bestehende Rasenfläche geplant werden müsste. Im Gespräch ist außerdem eine witterungsgeschützte Aufenthaltsmöglichkeit in Form von Tisch und Bänken.

Bevor das Konzept steht, sollen zwecks Anregungen auch die örtlichen Sportvereine und die Rhenanus-Schule gehört werden. Kommentar der Ersten Stadträtin Andrea Stöber: „Mir geht es um die Gemeinsamkeit in der Stadt.“

Weil Bewegungspark und der gleichgroße Spielplatz durch eine Mauer getrennt sind, kommen sich die jüngeren und älteren Nutzer nicht ins Gehege.

Nach Einschätzung von Bauamtsleiter Helmut Franke, der den Förderantrag erfolgreich auf den Weg gebracht hatte, wäre damit die zentral gelegene Anlage „einmalig in der Stadt und schließt gleich mehrere Lücken im Angebot der Sport- und Spielflächen“.

Dies sieht so offenbar auch Hessens Wirtschaftsminister Kaweh Mansoori, der noch vor dem Jahreswechsel in Frankfurt den Zuwendungsbescheid an Andrea Stöber überreicht hatte. Die hohe Zahl der Bewerbungen um die staatliche Förderung, betonte der Minister, zeige eindrucksvoll, welche Relevanz und Identifikationskraft Innenstädte und Ortszentren in Hessen hätten und wie groß der Wille der Landesregierungen sei, der Zukunft der Kommunen ein stabiles Fundament zu geben.

CHRIS CORTIS



Freuen sich über den hohen Zuschuss aus Wiesbaden: Bauamtsleiter Helmut Franke (von links), Erste Stadträtin Andrea Stöber und Tom Reichert, neben Antonia Meister Co-Initiator. FOTO: CHRIS CORTIS

www.rb-becker.de *...IMMER WAS BESONDERES*

baumkantentisch (Massivholz) Gestell aus Metall ca. 140x75x85 cm **99,00**

Formschöner Stuhl (Sessel) gepolsterte Sitzfläche & Armlehne, Webstoff, grau Sitzhöhe ca. 50 cm **je Stuhl 35,00**

3in1 Hocker, Tisch & Tablett Bezug in Samtopik, grau **50x35,5x50 cm 25,00**

Josi Dog Hundefutter Adult 10kg Sack **5,99** (1kg=0,60)

Super Sprint Schweineohrenmuscheln 250g **2,49** (1kg=9,96)

Super Sprint Rinderpansen 250g **2,99** (1kg=11,96)

Super Sprint Beefkautage ca. 70cm 120g **2,99** (1kg=24,92)

Sonnenblumenkerne geschält/1kg gestreift, 2,5kg **3,99** (1kg=1,60)

Erdnusskerne 1kg **2,99**

Gusseisen Vegetarierfleisch 118,5cm **4,99**

Meisenknödelhalter 2er Set für 3 Knödel **3,99**

Meisenknödel 540g **0,89** (per Pack)

Vogelhaus Strohdach ca. 21x25 cm **7,99**

Edelstahl-Messerset 6-tlg. **6,99**

Metal-Brotbox mit Bambusdeckel 28x13x18cm **6,99**

Wasserkocher Edelstahl, 1,8l 1800W, silber **7,99**

Glas-Teekanne Borosilikat-Glas, Edelstahl Teeseib **5,99** (1,2l)

2er Set Teeglas Borosilikat-Glas, Doppelwandig **4,99**

Kochlöffel-Set 5-tlg. Bambus, Ø 8,5 cm, **2,99**

Flötenkessel Edelstahl, 2l **6,99**

Handtuchhalter 60 x 85 x 24 cm, verchromt **9,98** (zum einhängen an die Tür)

Handtuchhalter verchromt, H81 cm **9,98** (passend dazu)

WC-Papierrollenhalter verchromt, H72cm **9,98** (STATT 12,50)

2er Set Handtücher 50 x 100cm oder 1 Duschtuch 70 x 140 cm 100% Baumwolle **5,99**

Badeteppich orange, für Fußbodenheizung geeignet, 60x100 cm **3,99**

Kulturbeutel 27x18x8 cm, Samtopik versch. Farben **1,99**

FA Duschgel versch. Sorten 250ml **0,99** (1l=3,96)

18V Akku-Aschesauger AS 18-201-05 15l Fassungsvermögen, 2,0 AH/ Li-Ion Akku **HEPA-Filter** **69,50**

Aduro Kaminofen 9-5, 6kW Stahl, schwarz, 50x120x44,7 cm **998,50** (II. WAHL/ o. Deko)

Kaminofen Brasil, 6kW 6kW, Stahl, schwarz Speckstein, 53x90,8x36,7cm **499,50**

Holz-Briketts 96 Pack à 10 kg auf Palette **333,00** (1 Pack à 10 kg 3,99 / kg=0,40)

Holz-Pellets 70 Sack à 15 kg auf Palette **399,00** (1 Sack à 15 kg 5,70 / kg=0,40)

Kohleanzünder 48 Würfel **0,99** (Wiedel=0,021)

Serrano Schinken geschneitten, ca. 200g **1,25** (1kg=12,49)

Mezzio Joghurt Butter 250g **0,79** (1kg=3,16)

Belgische Meeresfrüchte 195g **2,99** (1kg=15,33)

Heinz Tomato Frito Basilikum 330ml **0,49** (1l=1,48)

Katjes Mischbeutel alles Deins 700g **2,99** (18 Ware 1kg=4,27)

Lambertz Bisc'n Cream 170g **0,59** (1kg=3,47)

6x 0,33l Coca Cola **1,49** (STATT 2,49) (zgl. 1,50 Einwegfond)

WIZ/Kleinalmerode Industriest. 1 Hegelsbergstr. 21 05542 / 93 39 60

Kassel Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 551

Gudensberg Kasseler Str. 78 05603 / 91 66 54

RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriest. 1 - 37217 Witzenhausen/Kleinalmerode

Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge 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

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 61/203-2323 E-Mail: vertriebsleitung@hna.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 5 vom 01.01.2026

Falls 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.

Routinen etablieren und Erfolge feiern

Wie es gelingt, den inneren Schweinehund zu überwinden

Altkreis Münden – Im neuen Jahr fitter werden und mehr Bewegung in den Alltag integrieren: Das ist einer der Klassiker der Neujahrsvorsätze. Bei vielen sind die aber nach wenigen Wochen wieder vergessen, der innere Schweinehund hat gesiegt. Die drei Experten geben Tipps, wie der Sport langfristig zur Alltagsroutine wird.

Nur die Hälfte derer, die im Januar neu ins Fitnessstudio gehen, würde auch nach dem April noch regelmäßig kommen. „Der Anfang ist am schwersten“, da sind sich die Experten einig. „Man muss sich erst mal reinfinden und merken, was für einen ganz persönlich das Richtige ist“, sagt Hassan Atieh, Inhaber von Lifestyle Fitness.

Sören Heß, Geschäftsführer des Balance Fitness- und Wellnessclub aus Hann. Münden setzt auf persönliche Betreuung, um langfristig zum Sport zu motivieren. „Zu Beginn machen wir von den Neukunden eine Diagnostik, ein Trainer erstellt auf dieser Basis einen individuellen Trainingsplan.“ Die Trainingserfolge seiner Kunden versuche er mit seinen über 20 Mitarbeitern bestmöglich zu veranschaulichen.

„Wir haben neue, smarte Trainingsgeräte, die den Fortschritt des Einzelnen sichtbar machen“, erzählt Heß. Über eine App könnten seine Kunden



Hassan Atieh Inhaber Lifestyle Fitnessstudio Hann. Münden Neumünden

PHILIPP KNOCH

ihren Fortschritt genau verfolgen. „Das motiviert“, ist sich Heß sicher.

„Mitglieder erhalten bei uns genaue Einblicke in Körperzusammensetzung, Muskelverteilung und Stoffwechsel“, sagt Sascha Schwahn, Geschäftsführer von Schwahn Fitness aus Dransfeld. Das Fortschritte

sichtbar. „Viele wollen nicht nur mehr Bewegung in den Alltag integrieren, sondern auch ihre Ernährung umstellen.“

Auch bei Easyfitness in Hann. Münden unterstützen Trainer beim Start des Trainings im Fitnessstudio, berichtet Lars Roekern. „Wichtig ist, sich nicht zu hohe Ziele zu stecken“, sagt er.

„Man sollte sich kleine, erreichbare Ziele vornehmen, die man nach kurzer Zeit erreichen kann.“ Mit ein bis zwei Einheiten in der Woche könne man schon spürbaren Fortschritt erreichen.

„Das Wichtigste ist, den inneren Schweinehund zu überwinden“, sagt Hassan Atieh. Dabei

helfe es, wenn die Trainingszeiten verbindlich festgelegt sind, egal ob durch Vereinssport oder durch eine Mitgliedschaft im Fitnessstudio. „Wenn man dadurch unterbewussten Druck hat, fällt das Aufhören nicht so leicht“, sagt er.

„Wenn Erfolg sichtbar wird, entsteht Motivation, die über

das Frühjahr hinaus anhält“, sagt Sascha Schwahn. Er rät, mit realistischen Erwartungen in das Training zu starten und sich und dem Körper Zeit zu geben. „Dann bleiben die Menschen langfristig dran, begreifen den Sport als Investition in ihre Lebensqualität.“

„Es hilft, nach der Arbeit direkt zum Sport zu gehen, und sich nicht zu Hause kurz aufs Sofa zu setzen“, empfiehlt Sören Heß. Es sei ebenso hilfreich, gemeinsam mit anderen zu trainieren. „Dann ist die Motivation größer, es macht mehr Spaß und danach kann man noch zur Belohnung zusammen einen Kaffee trinken“, zählt er auf.

Wichtig sei, Spaß zu haben, findet Lars Roekern. Wenn man mit ein bis zwei Trainingseinheiten starte, könne man das Volumen später immer noch erhöhen. „Wenn man mit vier oder fünf Trainingstagen startet, überreizt man schnell und sieht zu Beginn nicht unbedingt bessere Resultate.“

PHILIPP KNOCH

TEAM 4
Umzüge zum Festpreis, Haushaltsauflösungen, Senioren umzüge
☎ 05 61-89 99 90

Witzenhäuser
Nachhilfe
www.nachhilfewitzenhäuser.de

Gesundheit

ANZEIGE

Strahlend schön ins neue Jahr

Megatrend Kollagen – machen auch Sie dieses tägliche Ritual zu Ihrem Beauty-Booster!

Viele Frauen meistern Beruf, Familie und den Anspruch, allem gerecht zu werden. Doch gerade zum Jahresanfang wächst bei vielen der Wunsch, wieder bewusster mit sich selbst umzugehen. Denn wir wissen alle: Der Alltag kann fordern – uns schnell müde und blass aussehen lassen. Immer mehr Frauen greifen in dieser Zeit zu Kollagen für Haut, Haare und Nägel – ein Trend, der sich klar in steigenden Suchanfragen widerspiegelt.

Wenn Kollagen fehlt

Kollagen ist ein essenzielles Strukturprotein, das dem Körper Halt und Spannkraft verleiht. Mit zunehmendem Alter verlangsamt sich seine natürliche Produktion. Die Folgen zeigen sich oft zuerst an der Haut: Sie verliert an Elastizität und Festigkeit, feine Linien und Fält-



fehlt. Ohne Vitamin C kann sich das Kollagen nicht voll entfalten¹. Ergänzt wird die Formel durch Biotin, Zink und Kupfer, welche zum Erhalt normaler Haut, Haare und Nägel sowie normalem Bindegewebe beitragen².

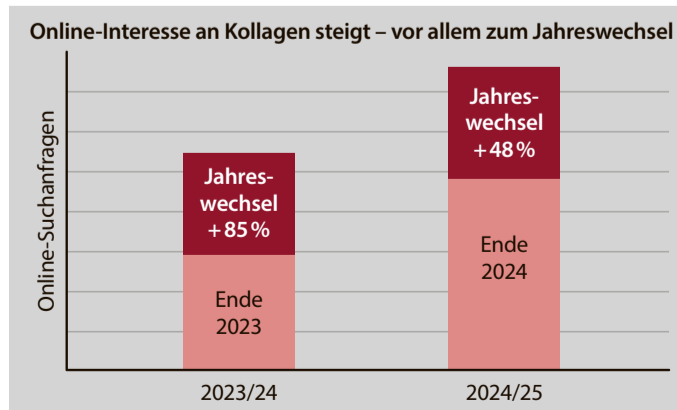
pureSGP Kollagen – Ihr tägliches Selfcare-Ritual fürs neue Jahr

Das geschmacksneutrale Pulver lässt sich mühelos in jedes Getränk einrühren – für einen unkomplizierten Start in den Tag. Durch die hohe Reinheit der bioaktiven Peptide kann der Körper das Kollagen optimal aufnehmen und verwerten. So wird aus einem einfachen Löffel am Morgen ein Moment bewusster Selbstfürsorge. Und die lässt sich für 2026 wieder ganz einfach in den Vordergrund stellen – mit pureSGP Kollagen.

Das **NR.1** Kollagenpulver in Apotheken

Reinstes Kollagen in Apothekenqualität

Online Shop: www.pureSGP.de



chen entstehen. Auch Cellulite oder sogenannte „Orangenhaut“ kann ein sichtbares Anzeichen eines Kollagenmangels sein. Mit abnehmender Kollagenproduktion werden zudem Nägel brüchiger und Haare feiner – denn Kollagen sorgt für ihre Widerstandskraft und Stabilität.

Die Qualität macht den Unterschied

Kein Wunder, dass bereits zahlreiche Frauen auf Kolla-

gen schwören. Doch nicht jedes Kollagen ist gleich. Das Apotheken-Qualitätsprodukt pureSGP Kollagen besteht aus 100% natürlichem, bioaktivem Kollagenhydrolysat, das in einem besonders schonenden Verfahren gewonnen wird. Seine feine Struktur ermöglicht eine hohe Bioverfügbarkeit und hervorragende Löslichkeit. Zusätzlich enthält das Pulver Vitamin C, was vielen anderen Präparaten

Für Ihre Apotheke:
pureSGP Kollagen Peptide
(PZN 19120155)

¹Kollagenpulver, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 09/2025 • ²Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße, Haut, Knochen und Knorpel bei. • ³Zink trägt zum Erhalt normaler Haut, Haare und Nägel bei, Biotin trägt zum Erhalt normaler Haut und Haare bei, Kupfer trägt zum Erhalt von normalem Bindegewebe bei. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Neuer Glanz fürs Innere der Burg

130 Helfer kamen zur Winterbauhütte auf dem Ludwigstein zusammen

Burg Ludwigstein – Das Jahr ist nur wenige Tage alt, da erstrahlen große Teile der Burg Ludwigstein schon in neuem Glanz. Rund 130 Mitglieder verschiedener Jugendbünde (und damit genauso viele wie im Vorjahr) waren wieder aus ganz Deutschland und sogar aus Norwegen und Schweden angereist, um vier Tage lang ehrenamtlich bei der inzwischen traditionellen Winterbauhütte Hand anzulegen und diverse Bereiche der Burg zu renovieren und aufzufrischen.

Wo man in dem verwinkelten Gebäude auch hinsah, es wurde auch diesmal wieder gehämmert, gesägt, gemalert und gesäubert. „Wir haben diesmal insgesamt 22 Baustellen“, sagte Dirk Osmers, Mitorganisator der ehrenamtlichen Renovierungsaktion und Sprecher des aus rund einem Dutzend Handwerksmeistern, Architekten und Ingenieuren bestehenden Bauhüttenkreises. Dieser unterstützt seit seiner Gründung 2007 den Burgbetrieb bei baulichen Angelegenheiten.

Neben vielen „kleineren“ Baustellen, auf denen vor allem Maler- und Reinigungsarbeiten erledigt wurden, gab es auch bei dieser Bauhütte wieder vier große. Dabei wurden der „Zivi-Flur“ als Vorbereitung auf seine anstehende Sanierung komplett entkernt, einige Treppenhäuser neu gestrichen und in einem Gästetrakt im Mittelbau der Burg die Fußböden erneuert. Ebenso wurde im Speisesaal eine neue Decke gezogen, die für eine bessere Akustik sorgen soll. „Hier war es vor allem bei der Essensausgabe immer so laut, dass es fast schon unangenehm war“, meinte Burgbetriebsleiter Roland Elsas. Insofern sei diese neue Decke „eine echte Verbesserung“.

Entsprechend dankbar ist Elsas für die Hilfe des Bauhüttenkreises und der vielen freiwilligen Helfer. „Allein aus wirtschaftlicher Sicht ist so eine Aktion natürlich unbezahlbar“, sagt er. Gäbe es die Bauhütten nicht, könnten auf der Burg nur die notwendigsten Arbeiten erledigt werden. „Die würden dann bei weitem nicht so liebevoll ausgeführt werden und dann würde es hier nicht so aussehen, wie es heute aussieht“, so der Burgbetriebsleiter. Immerhin komme man durch Ak-



Seit 13 Jahren gehört der Ermschwerder Dirk Osmers (links, hier im Gespräch mit Sebastian Hucke) zum Bauhüttenkreis der Burg Ludwigstein und zu den Organisatoren der Winterbauhütten.

FOTOS: PER SCHRÖTER

tionen wie diese auf rund 5000 Ehrenamtsstunden pro Jahr, die zum Erhalt der Burg beitragen.

Viel wichtiger aber sei der Gedanke, der dahinterstecke. „Es ist einfach großartig, wie sich die Teilnehmer der Bauhütte mit der Burg identifizieren und so die Gelegenheit nutzen, sich dafür zu engagieren“, sagt Elsas. Neben der Arbeit sei jedoch auch die Begegnung an sich wichtig. Es werden Freundschaften geschlossen und in den folgenden Jahren auch gepflegt. „Und genau das ist auch einer der Gründe, warum ich seit 15 Jahren dem Bauhüttenkreis anhöre und mich hier oben einbringe“, sagt Dirk Osmers.

Anders als die meisten anderen Bauhüttenmitglieder war der 51-jährige Ermschwerder nie in einem Jugendbund aktiv, und so hatte er früher auch nie eine enge Bindung zur Burg Ludwigstein. „Als langjähriger Jugendleiter im Mündener Ka-

nu-Club habe ich zwar zusammen mit meinen Jugendlichen hin und wieder ein Wochenende hier verbracht, aber ansonsten gab es nur wenig Kontakt zur Burg“, berichtet er. Nachdem ihn ein Bekannter aber 2010 zu einer der ersten Winterbauhütten eingeladen hatte, änderte sich das. „Damals entstand gerade der Enno-Narten-Bau, an dem ich dann aktiv mitgewirkt habe“, so Osmers. Er habe erkannt, dass die Burg Ludwigstein „ein sehr besonderer Ort ist, in dem ganz viele Geschichten stecken“. Als er dann wenig später gefragt worden sei, ob er sich dem Bauhüttenkreis anschließen wolle, habe er nicht lange gezögert.

„Was mich an den Bauhütten so fasziniert, ist das Zusammenspiel der vielen Gewerke“, sagt Osmers. „Hier arbeiten immer wieder Schmiede, Zimmerleute, Steinmetze, Schlosser, Tischler und Installateure Hand in Hand und ergänzen sich perfekt.“ Seine Hauptmoti-

vation, Jahr für Jahr Anfang Januar für fünf Tage auf die Burg zu kommen und Urlaub für die Winterbauhütte zu opfern, seien jedoch die Menschen, „mit denen man hier Zeit verbringt und gemeinsam die Burg gestaltet“. Es sei immer wieder

schön zu sehen, was man in der Gemeinschaft erreichen kann. „Außerdem ist es faszinierend, mitzuerleben, wie sich die Menschen entwickeln“, sagt Dirk Osmers. Mit seinen 51 Jahren denke er inzwischen öfter, ob er noch die richtige Person

für diese Funktion sei. Schließlich sei dies ja die Jugendburg und er klebe nicht an seinem Amt. „Aber so lange sie mich wollen und so lange ich mich hier wohlfühle, werde ich das weitermachen“, so Osmers.

PER SCHRÖTER



LUFTBILD Burg Ludwigstein Winterbauhütte 26Foto: Per Schröter

FOTO: PER SCHRÖTER



Bevor es auf die einzelnen Baustellen ging, trafen sich die Bauhüttenmitglieder im Burghof zur Einweisung.



Im Mittelbau der Burg beteiligten sich Julian Melzer (von links), Nele Wustmans und Thomas Schröttke an der Erneuerung des Fußbodens.

Als die Demokratie zurückkehrte

Witzenhäuser Kommunalwahlen markierten vor 80 Jahren den Beginn einer neuen Zeit

Witzenhausen – Wohl kaum ein Ereignis stand so sehr für Zeitenwende und demokratischen Neuanfang wie die Kommunalwahlen von Ende Januar bis April 1946, die ersten freien Wahlen seit der Reichstagswahl vom November 1932. Diese Wahlen wurden in drei Etappen durchgeführt – eine Hälfte der US-Zone wählte die Stadtparlamente am Sonntag, 20. Januar, der andere Teil, zu dem auch der damalige Kreis Witzenhausen gehörte, eine Woche später. Zwei Monate später wurden dann mit der Wahl der Kreistage die kommunalen Institutionen komplettiert.

Gewählt wurde zunächst nur in den Gemeinden mit weniger als 20.000 Einwohnern, wahlberechtigt waren Frauen und Männer ab 21 Jahren. Vorerst noch vom Wahlrecht ausgeschlossen blieben diejenigen Deutschen, die vor dem 1. Mai 1937 NSDAP-Mitglieder waren, dem System als Amtsträger gedient oder sich auf andere Weise aktiv als Nationalsozialisten hervorgetan hatten – mithin knapp zehn Prozent der Wahlberechtigten.

Das passive Wahlrecht setzte die Militärregierung auf 25 Jahre fest, die Amtszeit der neuen Mandatsträger sollte lediglich zwei Jahre betragen. Zudem behielt sich die Besatzungsmacht vor, die gewählten Kandidaten zu überprüfen und gegebenen-

falls die Wahl zu annullieren und die Betroffenen aus dem Amt zu entfernen. Bei dieser Wahl galt zudem eine Sperrklausel von 15 Prozent, die dann ab Sommer 1946 auf fünf Prozent reduziert wurde – deshalb bekam in der Stadt Witzenhausen die KPD trotz ihrer fünf Prozent der abgegebenen Stimmen keinen Sitz im Parlament.

■ Kurzer Wahlkampf

Der Wahlkampf war kurz und die Mittel, die den drei Parteien zur Verfügung standen, waren situationsbedingt äußerst bescheiden. In den Städten und Dörfern des Kreises Witzenhausen standen mit Ausnahme von Großalmerode, wo es auch schon eine Liste der LDP gab, nur SPD, CDU und KPD zur Wahl. So richtig los mit dem Wahlkampf ging es dann auch erst Anfang Januar und der Schwerpunkt aller Parteien lag auf der Plakatwerbung und diversen Versammlungen in den Sälen der Gaststätten. Hier waren es vor allem die Sozialdemokraten, die, wie die Hessischen Nachrichten (HN) berichteten, allein „...im Monat Dezember bereits mehr als zehn Versammlungen abhielten“ und diese Aktivitäten dann „durch die Ansetzung der Kommunalwahlen noch zu verstärken“.

Inhaltlich waren die Parteien relativ nah beieinander, wie



Das Witzenhäuser Rathaus im Sommer 1946: Im Turm sind deutlich noch die Spuren des amerikanischen Beschusses zu erkennen.

REPRO: MATTHIAS ROEPER

sich bei einem Blick in ihre Programme erkennen lässt. Da stand die KPD für „Einheit und Demokratie“, wollten die Sozialdemokraten „für ein neues Deutschland“ kämpfen und forderte die CDU in ihrem „Notprogramm Brot, Obdach und

Arbeit für alle“. Gemeinsam war ihnen auch die, wie es die CDU formulierte, „Verstaatlichung der Monopolunternehmen“. Bei diesem Punkt hatte nur die LDP andere Vorstellungen und lehnte „Sozialisierungsexperimente“ katego-

risch ab.

Die Wahlbeteiligung war überall hoch – in der Stadt Witzenhausen gingen von 4056 Wahlberechtigten 3530 an die Urnen, was eine Quote von 87% bedeutete. SPD (1631 Stimmen) und CDU (1625 Stimmen) lagen

im Endergebnis gleichauf, gefolgt von der KPD mit 176 Stimmen. Von den 12 Mandaten erhielten SPD und CDU jeweils sechs, die KPD ging, bedingt durch die Sperrklausel, leer aus. Kreisweit errang die SPD bei dieser Wahl die absolute Mehrheit und lag mit 57 Prozent klar vor den Christdemokraten.

■ Demokratiebekenntnis

Wie sehr diese Wahlen symbolhaft für den Beginn einer neuen, besseren Zeit standen, zeigt ein vergleichender Blick auf die Schlagzeilen der „Niederhessischen Zeitung“ vom 30. Januar 1945 und des „Werraboten“ vom 29. Januar 1946. Während man 1945 am 12. Jahrestag der sogenannten Machtergreifung noch das „heiße Sinnen“ und die „stahlharten Nerven“ beschwor, mit denen „das Reich an der Schicksalsklippe seines völkischen Bestehens“ den „Massen des aus dem Osten herbrandenden Bolschewismus“ entgegentrete, zeigte sich ein Jahr später ein deutlicher Bruch. In der Wahlberichterstattung vom 29. Januar 1946 hieß es unter der Überschrift „Klares Bekenntnis zur Demokratie“, die Hoffnung bestehe, dass die beiden Wahltage das bringen mögen, was sich Bevölkerung und Welt versprechen: „Frieden und Eintracht“.

MATTHIAS ROEPER

Medizin

ANZEIGE

Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Glühender Schmerz: Wenn Rheuma die Gelenke angreift

Diese bewährten Arzneitropfen sollten Sie kennen!

Brennende, stechende Schmerzen im Knie, in der Hüfte oder den Fingern – Millionen Menschen kämpfen mit rheumatischen Gelenkschmerzen! Die gute Nachricht: Forscher entdeckten in Nord- und Südamerika einen speziellen Arzneistoff, der genau hier wirksame Hilfe leistet (in Rubaxx, Apotheke).

Unsere Gelenke machen vor allem im Alter häufig Probleme. Die meisten Betroffenen leiden unter Knieschmerzen. Kein Wunder, trägt das Knie doch jeden Tag unser gesamtes Körpergewicht! Auch kleine Gelenke, z. B. in den Fingern, können Schmerzen verursachen und



„Ich hatte starke Probleme beim Laufen und konnte kaum sitzen. Nachdem ich Rubaxx nahm, sind die Schmerzen nach zwei Wochen komplett verschwunden!“
– Gertrud M. –



Brennpunkt Knie:
Rund 20 Mio. Deutsche leiden an Knieschmerzen.

Greifen oder Schuhe binden schnell zur Qual machen. Betroffene haben dann nur einen Wunsch: endlich Schmerzlinderung! Hilfe kommt aus der Apotheke mit den Rubaxx Arzneitropfen. Darin ist ein spezieller Wirkstoff namens Rhus toxicodendron aufbereitet.

Schmerzlindernde Wirkung

Das Besondere an Rhus toxicodendron: Der Wirkstoff ist heute gut erforscht und wird wegen seiner schmerzlindernden Wirkung bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen besonders geschätzt. Aber auch

bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft er Linderung.

Wirksam und gut verträglich

Mit modernsten Methoden wird der Wirkstoff in Deutschland zu den Arzneitropfen

Rubaxx aufbereitet. Dank der Tropfenform wird der Wirkstoff direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten. Tabletten müssen dagegen erst im Magen zersetzt werden und finden erst nach einem langen Weg durch den Verdauungstrakt ins Blut. Ein weiterer Vorteil: Rubaxx lässt sich individuell und je nach Schmerzintensität dosieren. Die Arzneitropfen wirken 100% natürlich und haben keine bekannten schweren Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten. Damit sind sie auch zur Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet.

Rubaxx ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx
(PZN 13588561)

www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!



Rubaxx

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert.

RUBAXX, Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dtl. D6, Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Ein Wächter der Erinnerung

Vor der ehemaligen Synagoge in Dransfeld steht eine neue Stele



Wichtige Botschaft: „Wir machen etwas Neues aus dem, was zerbrochen ist, ohne zu vergessen, was war“, erklärt Sven Stichtenoth zur neuen Stele.

FOTO: PER SCHRÖTER

Dransfeld – Rund fünf Jahre ist es her, dass Katrin und Sven Stichtenoth die zuvor als Werkstatt für die angrenzende Tischlerei genutzte ehemalige Synagoge in Dransfeld aufwendig restauriert und zu einem „Raum der Erinnerung“ umfunktioniert haben. Seit Kurzem schmückt nun eine von den Stichtenoths gestiftete Stele den Eingangsbereich vor dem historisch bedeutsamen Gebäude.

„Wir hatten schon lange den Wunsch, etwas von dem, was wir erwirtschaften, in Kunst zu investieren“, sagt Sven Stichtenoth. Kunst, die Handwerk mit dem verbindet, was über die materielle Welt hinausgeht. „Kunst, die gestern und heute verbindet und für das steht, was uns als Menschen ausmacht.“

Über diesen Gedanken seien seine Frau und er mit dem Steinmetz Peter Bormann ins Gespräch gekommen. „Er erzählte uns von einem zerbrochenen Stein, der für Verkaufszwecke nicht mehr geeignet ist“, so Stichtenoth. Die Idee für die Stele war geboren. „Etwas ist zerbrochen und kann nie mehr so werden, wie es einmal war“, beschreibt Sven Stichtenoth das aus zwei Sandsteinblöcken bestehende Gebilde, dessen Teile durch drei Metallstangen miteinander verbunden sind. „Die Lücke bleibt bestehen, trotzdem sind da neue Verbindungen und halten beieinander, was zerbrochen ist“, sagt er. Durch die Leere dazwischen falle das Licht. „Und das macht uns als Menschen aus: Wir müssen anerkennen, was Gewalt hinterlässt“, so Stichtenoth. „Wir machen etwas Neues aus dem, was zerbrochen ist, ohne zu vergessen, was war.“

Die Stele erinnere an die Geschichte dieses Ortes, die von der Vergangenheit über die Gegenwart in die Zukunft reiche. „Und jetzt steht sie Wache an der Tür zum Raum der Erinnerung.“

PER SCHRÖTER

Für moderne und zukunftsfähige Dörfer

Bewerbung für Dorfentwicklung 2027

Werra-Meißner / Wiesbaden – Hessische Kommunen können sich ab sofort um die Aufnahme in das Dorfentwicklungsprogramm 2027 bewerben und damit Fördermittel für die Entwicklung moderner und zukunftsfester Dörfer in ländlichen Regionen sichern. Bis zu 14 neue Kommunen aus Hessen haben die Chance, 2027 in das Programm aufgenommen zu werden, wie das Heimatministerium mitteilt.

Kommunen in Hessen sollen nach Angaben des Ministeriums jährlich durchschnittlich rund 33 Millionen Euro an Fördergeldern von Land, Bund und EU zur Verfügung. Auf dieser finanziellen Basis seien trotz der herausfordernden Haushaltslage erneut Neuaufnahmen möglich.

Das Dorfentwicklungsprogramm ermöglicht Kommunen und Privatpersonen, Fördermittel für Projekte zur Daseins- und Grundversorgung sowie für die Sanierung und den Neubau in Ortskernen zu erhalten. Die Fördermöglichkeiten umfassen neben klassischen Gebäudeinvestitionen auch soziale und kulturelle Vorhaben wie Mehrgenerationentreffs oder Dorfmuseen sowie Grundversorgungseinrichtungen wie Dorfläden oder Dorfcafés.

Anträge für Dorfmoderationsprozesse können ab sofort bei den Fach- und Förderbehörden der Landkreise gestellt werden. Die Abgabefrist für die Bewerbungen als Förderschwerpunkt in der Dorfentwicklung endet am Montag, 1. Februar 2027. Die Anerkennung der neuen Förderschwerpunkte ist für den Sommer 2027 vorgesehen. Weitere Informationen stellt das Land Hessen online bereit unter landwirtschaft.hessen.de/laendliche-raeume/dorfentwicklung.

SPS

Angebote gültig vom 19.01. – 24.01.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!

Keiler Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,30 €

ANGEBOT
12,99

Weißhofer Bier
diverse Sorten,
außer Bonator,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,20 €

-29%
11,99

Holsten Pilsener
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,05 €

-34%
10,49

Leikeim Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,20 €

ANGEBOT
11,99 **10,99**

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,60 € Pfand,
1l = 1,08 €

Aktion!
+ 2 Flaschen
Coca-Cola
Lemon
GRATIS!

15,99 **12,99**

Entspricht einem
Kastenpreis von 11,13 €

Veltins Pilsener
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,30 €

ANGEBOT
12,99

Budweiser Budvar
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,60 €

-20%
15,99 **14,99**

Paulaner Münchner Hell
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,60 €

-20%
15,99 **14,99**

Ayinger Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,70 €

ANGEBOT
16,99 **15,99**

König Ludwig Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,50 €

-25%
14,99 **13,99**

Waldecker Mineralwasser*
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,48 €

-20%
3,99

RhönSprudel Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,58 €

7,99 **5,99**

Mio Mio Mate
koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 0,5 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,33 €

ANGEBOT
7,99

RhönSprudel
Holler Blüte, Schorle,
Vita, diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,89 €

-26%
7,99

Heil Apfelsaft, Apfelwein*
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,55 € Pfand,
1l = 1,33 €

Aktion!
+ 1 Flasche
GRATIS!

ANGEBOT
7,99 **6,99**

Paulaner Spezi, Limo
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,20 €

-20%
11,99 **10,99**

Rockstar Energy
diverse Sorten,
koffeinhaltig,
0,5 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,38 €

-59%
0,69

Lipton ICE Tea
diverse Sorten,
koffeinhaltig,
1,25 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,03 €

-32%
1,29

top frisch Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,42 €

3,99 **2,99**

Asbach Uralt
0,7 l - Flasche,
1l = 15,70 €

-21%
10,99

+ 1 Flasche
Coca-Cola 1 l
GRATIS!

zzgl. 0,35 € Pfand

St. Barthelme
diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
1l = 4,65 €

3,99 **3,49**

Moselland Akzente
diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
1l = 5,32 €

-20%
3,99 **2,99**

Jameson Irish Whiskey
0,7 l - Flasche,
1l = 21,41 €

-25%
14,99

Mit der logo Getränke App sparen & gewinnen.
Jetzt downloaden!

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

1x SAMSUNG S25

www.logo-getraenke.de

*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.

In Turnschuhen durch den Schnee

Winterwanderung auf dem Sommerweg

Hann. Münden – Eine Mischung aus Schnee, Eis und vermodernden Blättern knirscht unter der Sohle der Schuhe. Genauer: der Sneaker. Am Abend wurden die Wanderschuhe noch voller Vorfreude bereitgestellt, schließlich wollte ich zu Fuß die verschneiten Wälder rund um Hann. Münden erkunden. Leider vergesse ich, die wasserabweisenden Schuhe auch mitzunehmen, was mir erst am Morgen vor der Tür der Redaktion klar wird.

Aber alles Hadern hilft nichts, so müssen sich die Turnschuhe im Schnee beweisen. Das passt zum Ziel der Wanderung, eine Route zu finden, die für jeden gut geeignet ist. Los geht es am Parkplatz unweit des jüdischen Friedhofs von Hann. Münden. Hier ist der Weg noch asphaltiert und abgestreut, dafür führt er direkt zu Beginn steil bergauf. Langsamer, als es meinem Ego guttut, kämpfe ich mich in Richtung Wald. Auf ein paar Weihnachtsplätzchen hätte ich besser verzichten sollen.

Das Ziel der kleinen Schneetour soll das Jagdhaus Heede sein. Dort gibt es für die, die ihre Wanderung geschickt planen, zwischen Dienstag und Sonntag ab 17 Uhr und sonntags zusätzlich zwischen 11.30 Uhr und 15 Uhr die Gelegenheit,



An der Weserliedanlage: Volontär Philipp Knoch testete die Winterwanderung.

sich mit Kaffee, Tee oder einer heißen Schokolade aufzuwärmen. Für mich ist das keine Option, da ich an einem Mittwoch unterwegs war, das kostet ein wenig Motivation.

Bis zum Jagdhaus Heede sind es 4,5 Kilometer einfache Strecke, ist einem Wanderschild zu entnehmen. Das wird natürlich nur aus Interesse an den zahl-

reichen Wanderrouen und nicht zum kurzen Verschnaufen konsultiert.

Als es etwas flacher wird, begrüßt der Sommerweg Wanderer und Spaziergänger, und lädt auch im Winter zu einer ausgedehnten Runde durch die Natur ein. Kurz hinter dem Schild „Sommerweg“ fällt die Entscheidung, den geräumten

Weg zu verlassen und auf einen Waldweg zu wechseln. Das Zwischenziel ist die Weserliedanlage.

Hier ist der Weg nur noch ein Trampelpfad, kann man gelegentlich aus dem Schnee hervorschauenden Wurzeln entnehmen. Ein Rotkehlchen lässt sich auf einem Ast nieder und beobachtet den vorbeilaufen-

den Wanderer aus sicherer Entfernung, während ein Specht hämmert und Äste unter der Schneelast knarzen.

Der Schnee auf dem Pfad bis zur Weserliedanlage ist schon von vielen Spaziergängern platt gedrückt, einen halben Meter entfernt zeichnen sich Hundepfoten und Vogelspuren im Schnee ab. Ein mutiger Rad-

fahrer hat ebenfalls den Werraweg benutzt und Kälte sowie Schnee getrotzt.

An der Weserliedanlage ist der Blick auf die weißbedeckten Dächer der Altstadt von Hann. Münden und den Zusammenschluss von Fulda und Werra nicht mehr von Bäumen versperrt. Aber lange kann der Ausblick nicht genossen werden, bis zum Jagdhaus Heede – und wieder zurück – sind es noch einige Kilometer durch den verschneiten Wald.

Als ich wieder in der Redaktion ankomme, sind die Schuhe durchweicht, die Füße aber erstaunlicherweise trocken geblieben. Dass das Glück war, wird mir deutlich, als nach Feierabend ein wenig Schneematsch ein eisiges Gefühl am Fuß beschert. Trotzdem habe ich mein Ziel erreicht.

Die Strecke ist, trotz der Steigung zu Beginn, auch für Ungeübte und völlig ohne Vorbereitung gut zu schaffen.

Für das Wochenende nehme ich mir eine ausgedehnte Schneewanderung vor, diesmal mit den richtigen Wanderschuhen sowie einem heißen Getränk und den restlichen Weihnachtsplätzchen als Belohnung dafür, mehrere Stunden durch Schnee und eisigen Wind zu stapfen.

PHILIPP KNOCH



Schneewanderung Hann. Münden Sommerweg Schneebilder



Auch im Winter ein Ausflug wert: Der Sommerweg bei Hann. Münden. FOTOS: PHILIPP KNOCH

Bekanntschaffen

Betti, 68 J., jünger aussehend, aber als Witwe immer nur alleine. Ich wünsche mir so sehr, wieder jemanden glücklich zu machen, für jemanden da zu sein u. zu wissen, es geht Ihnen gut. Wieder gemeinsam am Tisch sitzen, abends zus. fernsehen, wäre das nicht wunderbar? Kostenl. Anruf, Pd-Seniorenglück **Tel. 0800-7774050**

Elke, 61 J., mit super Figur u. natürl. Ausstrahlung, ungebunden u. total flexibel. Ich koche leidenschaftlich gerne, nur macht mir alleine essen keinen Spaß. Wenn Du ehrlich, treu u. zuverlässig bist, bist DU genau der Richtige für mich. Freu mich auf Deinen Anruf ü. PV u. unser Kennenlernen. **Tel. 0176-56841872**

Moni (32) privat! 01525 5177012

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

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

Landwirtschaft&Forsten

Buche Brennholz
Telefon 05684 931670

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



Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf gegen Herzkrankheiten – eines Tages vielleicht auch Ihnen und Ihren Angehörigen.

Unterstützen Sie uns mit einer Spende!

Helpen Sie mit herzstiftung.de/spenden

Stellenangebote

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
Neumünden
- **Scheden**
Dankelshausen
- **Witzenhausen**
Stadt
Unterrieden

(Mindestalter 13 Jahre)

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

Senioren- und Therapiezentrum **HELSA**

Attraktives Gehalt!
TOP-Mitarbeiter-vorteile!

Wir suchen eine/n **Pflegefachfrau/ Pflegefachmann**
(m/w/d) – Tag- und Nachtdienst – Vollzeit, Teilzeit, GfB

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

Mit Demütigung oder mit Menschen?

MISEREOB
THE HILFswerk

Foto: K. W. Assad via iCHFV

Heimathnachrichten
Witzenhausen / Hann. Münden

Ralf Wilhelm
Witzenhausen
Mediaberater
☎ 0 55 42 93 16 26
✉ ralf.wilhelm@hna.de

Anzeigenschluss: **Mittwoch 10 Uhr**

HEIMAT NACHRICHTEN
HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

NORMA® **STOP** billiger + gratis!

Spezialitäten aus OSTEUROPA

ab Montag, 19. Januar

+++ Im Aktionskühlregal +++
Kinder Choco Fresh Milch und Nuss 4 Stück + 1 Stück gratis, je 5x21 g (1 kg = 14,19)

 UVP 2,19
1,49* **31% billiger**
+ 4+1 gratis

+++ Im Aktionskühlregal +++
KAPITAN NAWI Matjesfilethappen nach „Kolberger Art“ je 800 g (1 kg = 5,99)

12% billiger
 UVP 5,49
4,79*
+ 25% mehr Fischgenuss

+++ Im Aktionskühlregal +++
KOMETA Echt ungarische Salami XXL Ungarn - Classic je 1 kg (1 kg = 10,99)

21% billiger
 UVP 13,99
10,99*
1 kg

+++ Im Aktionskühlregal +++
MORLYNY Schlesische Wurst Polen - geräuchert 8 Stück, je 735 g (1 kg = 7,88)

14% billiger
 UVP 6,79
5,79*
735 g

DREAM Riesen-Mandarinen Spanien Kl. I, Sorte: z. B. Clemenvilla, große Mandarinen, Kal. XXX/XX, je 2,2 kg (1 kg = 1,81)

2,2 kg!
3,99*
 (Abbildung ähnlich)

LaBourse Original französische luftgetrocknete Salami mit Gratis-Messer nach Laguiole-Art je 375 g (1 kg = 13,31)

Messer gratis
4,99*

Maggi Brühe Hühner Brühe je 111 g, ergibt 4,8 Liter (1 l = -33) **Klare Brühe** je 123 g, ergibt 8,4 Liter (1 l = -19) oder **Gemüse Brühe** je 143 g, ergibt 8,4 Liter (1 l = -19)

33% billiger
 zum Vergleich: z.B. Gemüse Brühe, ergibt 7 Liter = 1,99
1,59*
+ 20% mehr Inhalt

+++ Im Aktionskühlregal +++
MORLYNY Bockwurst XXL Polen 9 Stück, je 850 g (1 kg = 7,05)

16% billiger
 UVP 7,19
5,99*
XXL

In der Tiefkühltruhe:
PROMEZ Mici Promez Rumänien - Hackfleischzubereitung aus Schweine- und Rindfleisch mit Knoblauch je 900 g (1 kg = 8,88)

11% billiger
 UVP 8,99
7,99*
900 g

OBST vom Bodensee See Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorten: Braeburn, Elstar, Jonagold, Kal. 70/80 + 80/90 mm, je 2,5 kg (1 kg = 1,04)

2,5 kg!
2,59*
 (Abbildung ähnlich)

Vita Gebrannte Nüsse XXL Mandeln oder Erdnüsse, je 380 g + 40 g gratis (1 kg = 11,88)

4,99*
380 g + 40 g gratis
420 g

funny-frisch Knabberspezialität Jumpys, Ringli je 75 g + 20% gratis (1 kg = 12,33) oder **Frit-Sticks** je 100 g + 20% gratis (1 kg = 9,25)

44% billiger
 UVP 1,99
1,11*
50% billiger **20% gratis**
 (1 kg = 11,-/8,25)
NORMA Plus Nur gültig mit NORMA Plus App von 19.01. bis 25.01.2026 **-,99****

+++ Im Aktionskühlregal +++
UNICUM Anno 1790 Kräuterlikör Ungarn - Eine ungarische Likörspezialität von Zwack - Classic 40% vol, oder Zwetschke, 34,5% vol, je 0,7 l (1 l = 18,56)

16% billiger
 UVP 15,49
12,99*

bang'a Fischspezialitäten in Öl Lettland - mit transparentem Deckel, Muscheln je 120 g (1 kg = 20,75), Sprotten oder Sardinen je 240 g (1 kg = 10,38)

16% billiger
 UVP 2,99
2,49*

Ernte Spisekartoffeln Deutschland, vorwiegend fresh festkochend, ungewaschen, gebürstet, je 10 kg (1 kg = -40)

10 kg!
3,99*
 (Abbildung ähnlich)

➔ BIS ZU 69% SPAREN

MAUI Thermo-Mikrofleece-Jacke für Damen und Herren
 • Extra schwere Qualität, 100% Polyester
 • Mit Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung
 • Damen-Größen L - XL
 • Herren-Größen M - XXL
 je Jacke

69% billiger
 UVP 52,95
15,99*
 Herren Anthrazit-Melange/Schwarz
 Damen Oil Blue/Anthrazit/Melange

ELLE-NOR Thermo-Leggings/-Strumpfhose oder -Kniestrümpfe 2er • 90% Polyester, 10% Elasthan
 • Laufmaschenfrei je Ausführung

2,99*
 Kniestrümpfe 2er • Größen 35/38 - 39/42 • 100 DEN
 Strumpfhose • Größen 38/40 - 46/48 • 100 DEN
 Leggings • Größen 38/40 - 46/48 • 100 DEN
 Anthrazit-Melange/Schwarz

Lady Tailenslips 5er-Pack seamless, für Damen
 • Rundum keine Nähte
 • Perfekte Passform durch Elasthan • Größen M (40/42) - XL (48/50)

5er Pack
12,99* (Farbeisbeispiele) **NEUE Farben**

KLARSICHTBOXEN/ROLLENBOX
 • Aus robustem Kunststoff je Ausführung

11,99*
 2er-Set je 20 Liter
 57 Liter mit Rollen
 Made in Italy

3D-WC-Sitz mit Absenkautomatik
 • Aus MDF • Hochwertige, verchromte Metallscharniere
 • Passend für alle handelsüblichen WC-Becken
 • Brillanter, scharfer 3D-Effekt • Hochwertige, nahtlose Randbeklebung • Inklusive Befestigungsmaterial
 • 3 Jahre Garantie je Ausführung

24,99*
 3DMDFDEL, 3DMDFMEE, 3DMDFSEE, 3DMDFSUO
24 Auch online

JASMINELLA Sweatkleid "Flower" für Damen • 60% Baumwolle, 40% Polyester • Weiche, anschiessige Sweat-Qualität
 • Wärmend durch angehaute Innenseite
 • Mit angesagtem Blumendruck
 • Größen S (36/38) - XL (48/50) je Kleid

12,99*
 Schwarz, Rot
3D-Effektdruck

U.S. SPORT AMERICA Sport- und Freizeit Hose für Herren • Uni: 80% Baumwolle, 20% Polyester Melange: 60% Baumwolle, 40% Polyester • Größen M (48/50) - XXL (58) je Hose

56% billiger
 UVP 29,95
12,99*
 Anthrazit-Melange, Marine, Schwarz

TOPTEX Sport-Socken 5 Paar in Kurz- oder Normalschaft, für Damen und Herren • Hoher Baumwollanteil • Größen 35/38 - 43/45

5 Paar
6,99* **PRO COOL** (Farbeisbeispiele)

CERAFON Diamant-Pfanne „Ceraflon Diamant Smaragd“
 • Backofenfest bis 400 °C |
 • Energiesparend dank starkem Wärmeleitboden je Pfanne

57% billiger UVP 39,99 **16,99*** Ø ca. 20 cm
60% billiger UVP 49,99 **19,99*** Ø ca. 24 cm
60% billiger UVP 54,99 **21,99*** Ø ca. 28 cm

SEVERIN Kaffeeautomat mit Mahlwerk KA 4810
 • Hochwertige Edelstahl-Applikationen
 • Leistung 1000 Watt • LC-Display mit Timerfunktion • Aromawahl mit 3 einstellbaren Aromastufen • Inkl. zusätzlichem Permanentfilter und hochwertiger Glaskanne

41% billiger
 UVP 169,90
99,-*
 Für ganze Bohnen und gemahlene Kaffee

BIOLIN Filzclogs für Damen und Herren
 • Damen-Größen 38 - 41
 • Herren-Größen 42 - 45
 je Paar

9,99*
 Damen Navy/Hellblau
 Damen Anthrazit/Flieder
 Herren Anthrazit

ELLE-NOR Chenille-Ballerinas für Damen
 • Außen weiche Chenille-Qualität • Innen mit flauschig weichem Teddyfleece • Rutschhemmende ABS-Noppen an der Sohle
 • Größen 35/38 - 39/42 je Paar

3,99*
 Flauschiges Teddyfleece
NEUE Farben

MAXIMUS LED-Mütze für Erwachsene und Kinder • Herausnehmbare LED-Lampe mit 4 LEDs
 • 3 Helligkeitsstufen einstellbar • Leuchtdauer ca. 5 Stunden
 • Aufladbar per USB-Anschluss je Mütze

24 Auch online
 UVP 9,99
5,99* **40% billiger**
 Große Farbauswahl
 Rosa, Grau

KRAFT Dicht- und Klebstoffe XXL je Ausführung

4,99*
 Multi Power Kleber 140 g (1 kg = 35,64)
 Kraft-Kleber elastisch 80 g (1 kg = 62,38)
 Cyanacrylat-Sekundenkleber 20 x 2 g (1 kg = 124,75)
 Auch erhältlich: Hochtemperatur-Dichtstoff 120 g (1 kg = 41,58), Weißer Kunstharz-Holzleim 450 g (1 kg = 11,09), Reparatur- und Konstruktionskleber Extrem 80 g (1 kg = 62,38)
 Kraftkleber schnell und fest oder Flüssiger Stahl je 2 x 28,5 g (1 kg = 87,54)

CAREL Kfz-Scheibenfrostschutzkonzentrat
 • Verhindert das Einfrieren der Scheibenwaschanlage (1 l = 20)

5,99* **5 Liter**
 • Mit Citrusduft
 • Wirksam bis -30 °C!
 • Fächerdüsen geeignet

Waldläufer Outdoor-/Freizeitstiefel für Herren
 • Aus pflegeleichtem, strapazierfähigem Obermaterial
 • Hoher Tragekomfort durch Warmfutter
 • Robuste und griffige TPR-Laufsohle
 • Größen 42 - 45
 je Paar

59% billiger
 UVP 44,95
17,99*
 Schwarz, Braun

MAXIMUS LED-Mütze für Erwachsene und Kinder • Herausnehmbare LED-Lampe mit 4 LEDs
 • 3 Helligkeitsstufen einstellbar • Leuchtdauer ca. 5 Stunden
 • Aufladbar per USB-Anschluss je Mütze

24 Auch online
 UVP 9,99
5,99* **40% billiger**
 Große Farbauswahl
 Rosa, Grau

MAXIMUS LED-Mütze für Erwachsene und Kinder • Herausnehmbare LED-Lampe mit 4 LEDs
 • 3 Helligkeitsstufen einstellbar • Leuchtdauer ca. 5 Stunden
 • Aufladbar per USB-Anschluss je Mütze

24 Auch online
 UVP 9,99
5,99* **40% billiger**
 Große Farbauswahl
 Rosa, Grau

KRAFT Dicht- und Klebstoffe XXL je Ausführung

4,99*
 Multi Power Kleber 140 g (1 kg = 35,64)
 Kraft-Kleber elastisch 80 g (1 kg = 62,38)
 Cyanacrylat-Sekundenkleber 20 x 2 g (1 kg = 124,75)
 Auch erhältlich: Hochtemperatur-Dichtstoff 120 g (1 kg = 41,58), Weißer Kunstharz-Holzleim 450 g (1 kg = 11,09), Reparatur- und Konstruktionskleber Extrem 80 g (1 kg = 62,38)
 Kraftkleber schnell und fest oder Flüssiger Stahl je 2 x 28,5 g (1 kg = 87,54)


CAREL Kfz-Scheibenfrostschutzkonzentrat
 • Verhindert das Einfrieren der Scheibenwaschanlage (1 l = 20)

5,99* **5 Liter**
 • Mit Citrusduft
 • Wirksam bis -30 °C!
 • Fächerdüsen geeignet

*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 Kaufvorgang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de/aktionsartikel. 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. **Gültig für Nutzer der NORMA Plus App. Nur in der Filiale einlösbar. Es gelten die Bedingungen in der NORMA Plus App.

ÖKO-TEST Pfiff Erdnüsse geröstet & gesalzen **sehr gut**

2,29
 Ständig im Sortiment
 je 500 g (1 kg = 4,58)

ÖKO-TEST Pfiff Erdnüsse geröstet & gesalzen **sehr gut**

2,29
 Ständig im Sortiment
 je 500 g (1 kg = 4,58)

ÖKO-TEST Backpapier-Zuschnitte **sehr gut**

-,95
 Ständig im Sortiment
 je Packung

ÖKO-TEST Backpapier-Zuschnitte **sehr gut**

-,95
 Ständig im Sortiment
 je Packung

ÖKO-TEST Backpapier-Zuschnitte **sehr gut**

-,95
 Ständig im Sortiment
 je Packung

„Dieses Engagement macht Münden aus“

Beim Neujahrsempfang wurden Ehrenamtliche geehrt und zurückgeschaut

Hann. Münden – Engagement und Zusammenhalt standen im Mittelpunkt des Neujahrsempfangs der Stadt Hann. Münden. Daher fanden sich neben Bürgermeister Tobias Dannenberg auch viele Bürgerinnen und Bürger auf der Bühne des voll besetzten Rittersaals. Unter ihnen war der Chor Fun in Music, der bereits zu Beginn ein Zeichen für das Thema des Abends setzte. Gefühlvoll wurde „Ist da jemand“ von Adel Tawil dargebracht. Ein Lied, in dem es darum geht, dass es auch in schwierigen Momenten immer jemanden gibt, der hilft und Licht ins Dunkel bringt.

In den Reden des Bürgermeisters fand „der Kitt, der die Gemeinschaft zusammenhält“ ebenfalls Erwähnung. Etwa als er über die Nacht des Sports sprach – und auch die Menschen im Hintergrund würdigte, die sportliche Erfolge ermöglichten. Ebenso hob er die Sauberkeitsinitiative von Cornelia Schulze und Heike Tauer-Schneider hervor. Unter anderem dankte er den Kräften der Feuerwehr sowie den Mitarbeitern der Verwaltung, die trotz eines zunehmend rauen Umgangs und des Fachkräftemangels ihr Bestes gaben.

Er sprach auch über die Geldsorgen der Stadt. Obwohl der Schuldenstand deutlich gesenkt werden konnte, stehen man vor großen finanziellen Herausforderungen. Deshalb



Ausgezeichnet mit dem Ehrenbrief der Stadt wurden von Bürgermeister Tobias Dannenberg (von links) der engagierte Bürger Karl-Heinz Held sowie das Team der Tafel repräsentiert von Doris Warnecke, Gerd Lewin und Bärbel König-Dreyer.

FOTOS: MICHAELA PFLUG

seien Projekte wie das Parkgebührensysteem notwendig, und jede Ausgabe müsse sorgfältig abgewogen werden. Trotzdem wird investiert. Dannenberg sprach über Bauprojekte des Jahres 2024, darunter die Sanierung des Rattwerders, des Oberen Schlossplatzes, der Hängebrücke und des Rathauses.

Überdies richtete Dannenberg

den Blick auf Projekte und Veranstaltungen des neuen Jahres. „Ein Herzensprojekt ist die Reaktivierung des Abenteuerspielplatzes Kattenbühl“, sagte er. Dafür wurden beim Neujahrsempfang auch Spenden gesammelt. Zudem soll die Wärmeplanung vorangetrieben und die Kooperation mit dem Schwimmbad Vaake um-

gesetzt werden. Zahlreiche Veranstaltungen, auf die sich die Mündener freuen können, darunter das Festival Denkmal-Kunst-KunstDenkmal, ein neues Streetfood-Festival sowie ein Mittelalterfest, stehen an. Zugleich blickte er auf gelungene Veranstaltungen vom Altstadtlauf über Kirmes- und Grenzbierfeste bis hin zu Stapelmahl-

zeit und viele weitere zurück.

Ohne Ehrenamtliche sind viele dieser Angebote nicht möglich. „Münden lebt von der Zeit, dem Herzblut und der Energie der Menschen, die Verantwortung übernehmen, hinschauen und anpacken“, sagte Dannenberg. Genau das täten auch die Geehrten dieses Abends. Die Liste dessen, was Karl-Heinz

Held für Oberode geleistet hat, ist lang.

Zwölf Jahre war er Ortsbürgermeister, jahrzehntelang engagierte er sich in der Forstgenossenschaft Oberode und war dort als Schriftführer aktiv. Zudem brachte er sich in Vereinen ein und setzt sich seit 2023 als Ortsheimatpfleger für seinen Ort ein. Held freute sich sichtlich und betonte, wie wichtig die Inspiration und Unterstützung durch seine Familie seien.

Stellvertretend für das Team der Tafel Münden nahmen Doris Warnecke, Gerd Lewin und Bärbel König-Dreyer den Ehrenbrief entgegen. „Ohne die vielen Unterstützer wäre diese Arbeit nicht möglich“, sagte Gerd Lewin.

Zu wissen, dass es diese Menschen gebe, sei eine große Erleichterung und motiviere, weiterzumachen und die rund 700 Kundinnen und Kunden, darunter 250 Kinder, zu unterstützen. „Dieses Engagement macht Münden aus.“ Es mache Mut in Zeiten, in denen der gesellschaftliche Zusammenhalt zunehmend in Gefahr sei.

Zwischen ernsten Worten lockerten immer wieder die Tänzerinnen der Ballettschule den Abend auf.

Sie zeigten ihr großes Können und breites Repertoire, das von klassischen Stücken über Musical-Darbietungen bis zu modernen Popsongs reichte.

MICHAELA PFLUG

Angebotswochen bei Firma Stieb

30 Jahre Erfahrung

+ zuverlässig
+ termingerecht
+ mit Garantie



Dach- und Fassadensysteme

Unter dem Steinbruch 36 • 34123 Kassel

Mobil 0162 2124115

Büro 0561 81506952

– Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

www.dach-fassade-stieb.de

E-Mail: info@dach-fassade.de

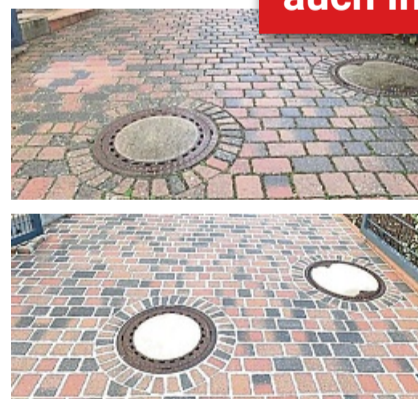
Sichern Sie sich ab jetzt
30%
Winterrabatt!

auch Innenausbau

PREISVERGLEICH LOHNT SICH!



Dach- und Fassadensanierung, auch Dachreparaturen, Dachbeschichtung, Flachdachsanieierung, Innenausbau, Fachwerkrenovierung und Reinigung von Photovoltaikanlagen. Aggressive Sonneneinstrahlung, saurer Regen, Industrieabgase, Schnee und Eis beeinträchtigen im Laufe der Zeit Aussehen und Schutzwirkung Ihres Daches. Algen und Moosbewuchs sind die Folge. Das Dach wird porös, Wasserschäden können auftreten. Die volle Funktionsfähigkeit ist nicht mehr gewährleistet, obwohl der Ziegel noch in Ordnung erscheint.



Nachdem die Steinfläche porentief gereinigt und imprägniert worden ist, werden die Fugen mit einem speziellen Kunstharzmörtel verfügt. Für einen langanhaltenden Schutz gegen Unkraut und Ameisen.

- Die Vorteile einer Kunstharzversiegelung:
- ✓ Kein Unkraut mehr in den Fugen
 - ✓ Kein Auswaschen der Fugen durch Regen
 - ✓ Keine Abrutschen des Fahrradständers in die Fuge
 - ✓ Keine Unfallgefahr mit Stöckelschuhen
 - ✓ Keine Leerräume durch Fugenmaterial
 - ✓ Keine unschönen Zementschleier
 - ✓ Keine Ameisen mehr
 - ✓ Wasserdurchlässig
 - ✓ Wahlweise 3,5 bis 7,5 t belastbar



Die Fassade wird mit einem Breitstrahler porentief sauber gemacht, auf Risse geprüft und verdichtet. Putzarbeiten ausgebessert. Anschließend putzschonend grundiert und dann zwei mal gestrichen.



Flachdachsanieierung



Auch Fachwerkhäuser sind bei uns in guten Händen.

AUFGEPASST!!! Werbewochen bei Firma Stieb – Kassel

Wir sind hessenweit für Sie unterwegs. Gerne erstellen wir Ihnen ein kostenloses, unverbindliches Angebot vor Ort.

Hyundai i20
Benzin | 55 kW/75 PS | EZ 06/2019 | 56 tkm



28x € 11.785

Hyundai i10
Benzin | 49 kW/76 PS | EZ 09/2020 | 28 tkm



78x € 11.785

Citroën C3
Benzin | 61 kW/83 PS | EZ 04/2022 | 44 tkm



62x € 12.785

Opel Corsa
Benzin | 55 kW/75 PS | EZ 06/2022 | 15 tkm



84x € 12.785

Dacia Sandero Stepway
Benzin | 74 kW/101 PS | EZ 12/2020 | 20 tkm



38x € 12.785

SKODA Fabia
Benzin | 44 kW/60 PS | EZ 07/2019 | 55 tkm



45x € 12.785

**15.000 Autos
30 Marken
sofort verfügbar**
Gebrauchtwagen mit Bestpreisgarantie
geöffnet 8 - 20 Uhr · Samstag bis 18 Uhr

VW Polo
Benzin | 59 kW/80 PS | EZ 06/2019 | 56 tkm



30x € 13.785

MG MG3
Benzin | 145 kW/197 PS | EZ 05/2025 | 10 tkm | Automatik



65x € 16.785

Audi A3 Sportback
Benzin/Elektro | 150 kW/204 PS | EZ 01/2020 | 56 tkm | Automatik



18x € 19.785

Opel Astra ST
Diesel | 77 kW/105 PS | EZ 12/2021 | 76 tkm



24x € 14.785

Ford Focus Turnier
Diesel | 88 kW/120 PS | EZ 03/2021 | 64 tkm



19x € 15.785

Kia Ceed SW
Benzin | 88 kW/120 PS | EZ 07/2021 | 44 tkm



28x € 16.785

Hyundai i30 CW
Benzin | 88 kW/120 PS | EZ 11/2023 | 19 tkm



19x € 17.785

VW Golf VII Variant
Benzin | 85 kW/116 PS | EZ 07/2019 | 67 tkm



22x € 17.785

SKODA Octavia Combi
Benzin | 85 kW/116 PS | EZ 02/2019 | 72 tkm



38x € 18.785

SEAT Leon ST FR
Benzin/Elektro | 150 kW/204 PS | EZ 09/2021 | 79 tkm | Automatik



34x € 18.785

VW Passat Variant
Diesel | 90 kW/122 PS | EZ 05/2023 | 78 tkm | Automatik



26x € 21.785

Audi A4 Avant
Benzin | 110 kW/150 PS | EZ 06/2019 | 66 tkm



16x € 21.785

SKODA Superb Combi
Benzin | 110 kW/150 PS | EZ 04/2019 | 42 tkm



18x € 23.785

MG ZS Luxury
Benzin | 82 kW/111 PS | EZ 02/2023 | 77 tkm



38x € 15.785

SKODA Kamiq
Benzin | 70 kW/95 PS | EZ 03/2022 | 75 tkm



34x € 17.785

Hyundai Tucson
Benzin | 97 kW/132 PS | EZ 03/2019 | 27 tkm



24x € 19.785

Ford Kuga ST-Line
Benzin | 110 kW/150 PS | EZ 02/2021 | 62 tkm



32x € 19.785

VW Tiguan
Benzin | 110 kW/150 PS | EZ 03/2020 | 76 tkm



44x € 22.785

SCAN

MICH!

AUTOLAND

Deutschlands größter Autodiscounter

36x in Deutschland · 2x in Hessen | Kassel · Heinrich-Hertz-Straße 27 · 0561-766395-0
geöffnet 8 - 20 Uhr · Samstag bis 18 Uhr · Sonn- und Feiertags immer große Autoschau bis 18 Uhr!

0%
anzahlen
flexibel
finanzieren
autoland.de