

Das Gesellschaftsmagazin für den Werra-Meißner-Kreis

mein **wmk**

www.meineregion365.de

06

In einer Welt
voller Emotionen

Eschweger Schlagerstar
Michele Joy im Gespräch

Foto: Michele Joy

23

Ein klares Zeichen
gegen die Vermüllung

Zwei Stunden, 16 Kilogramm Müll aus der Werra:
Wanfried beteiligt sich an WerraCleanUp-Kampagne

MÖBEL
JAEGER
macht glücklich

Die „Deutschlandküche“
unschlagbar günstig

Mehr auf Seite 8

Große Polster-Tausch-Aktion!

Wir zahlen Ihnen bis zu € 500,- für Ihre alten Polstermöbel.*

Mehr unter www.moebelkreis.de



Möbelkreis Werraland GmbH & Co. Ausstattungshaus KG
Thüringer Str. 6 · 37269 Eschwege
Di-Fr 9-18 Uhr, Sa 9-15 Uhr, Mo geschlossen



➔ Kostenlose Lieferung!

Wir liefern Ihr neues Sofa oder Ihren neuen Sessel direkt zu Ihnen nach Hause – natürlich kostenlos.

🍃 Kostenlose Entsorgung!

Bei der Lieferung Ihrer neuen Polstermöbel werden Ihre alten Polstermöbel umweltgerecht entsorgt.

♥ Kostenlose Beratung!

Unsere Einrichtungsprofis nehmen sich gerne Zeit für Sie und Ihre persönliche Traumeinrichtung.

Ein Auszug unserer Bestseller!

Für jeden Geschmack das passende Lieblingsstück.

Polstergarnitur Belmonte

Bestehend aus Zweisitzer und Ottomane, Stellmaß: ca. 258 x 180 cm



in Cord ab € 1.599,-
inkl. Elektronischer Sitzvorschub mit USB-Anschluss

Relaxsessel Sitz.Konzept 4.0

Größe M, Fußteil und Rückenlehne verstellbar (manuell), Leder, Grau



in Stoff ab € 1.498,-

in Leder ab € 1.798,-

*Gültig nur bei Neuaufträgen vom 11.10. bis zum 9.11.2024.
Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

MÖBELKREIS® KÜCHE & EINRICHTEN

Eschwege · www.moebelkreis.de

– Editorial –

Von Schlagerstar Michele Joys neuer Single bis hin zu den besten Herbsturlaubstipps

Liebe Leserinnen und Leser,



der Herbst ist da – die Zeit der dicken Pullis, heißen Tees und natürlich: der unvermeidlichen Frage, wohin die Reise gehen soll. Keine Sorge, wir haben da ein paar gute Tipps für Sie, denn in dieser Ausgabe finden Sie alles, was Sie für den perfekten Herbsturlaub brauchen, von gemütlichen Wochenendtrips bis hin zu abenteuerlichen Outdoor-Aktivitäten. Wenn es also draußen stürmt und die Blätter in allen Farben tanzen, dürfen Sie sich entspannt zurücklehnen und sich von uns inspirieren lassen.

Doch bevor Sie in die bunte Herbstwelt eintauchen, haben wir noch eine ganz besondere Titelstory für Sie: Schlagerstar Michele Joy aus Eschwege hat seine neue Single veröffentlicht, und wir durften exklusiv hinter die Kulissen blicken. Da stellt sich nur eine Frage: Wird dieser neue Ohrwurm uns noch

häufiger durch den Herbst begleiten als der Klang von raschelndem Laub unter unseren Füßen?

Ach, und dann ist da noch Halloween – der Abend, an dem die Kleinen verkleidet von Tür zu Tür ziehen und Süßigkeiten ergattern, während die Großen ihre Grusel-Deko zur Schau stellen und sich in

schaurig-schöne Gestalten verwandeln. Doch wer sagt eigentlich, dass der Spaß nur den Kindern vorbehalten ist? Zwischen Kürbisschnitzen und schaurigen Filmen darf auch der Erwachsene mal zur Hexe oder zum Vampir werden. Also, wenn es an der Tür klingelt und kleine Geister auf Süßes bestehen, haben Sie besser etwas Nervennahrung parat – denn nichts ist gruseliger als leere Taschen und enttäuschte Kindergesichter. Also, gönnen Sie sich vielleicht einen ersten Lebkuchen – denn ja, es ist nie zu früh dafür – und tauchen Sie ein in unsere Herbstausgabe.

wesche@mundus-online.de oder
01716825995

Susanne Wesche
Redakteurin



SEIT ÜBER 50 JAHREN IHR
MALERFACHBETRIEB
IN HANN. MÜNDEN!

IHR AUFTRAG WIRD KOMPLETT GESTRICHEN.

Besuchen Sie unser
Malerfachgeschäft
in der Tanzwerderstr.
in Hann. Münden.



- FASSADE
- WAND
- DECKE
- INSEKTEN- & SONNENSCHUTZ
- TROCKENBAU
- FUSSBODENARBEITEN
- GERÜSTBAU
- FACHWERK

FASSADE | WAND | BODEN | DECKE

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

Herbstzauber im Kirschenland

Vom 11. bis 27. Oktober

Wenn die Blätter im Oktober bunt sind, hinausgehen und die Sonnenstrahlen einfangen, dann ist es besonders schön, gemeinsam die Jahreszeit zu genießen. Genau in dieser Zeit gibt es schöne Entdecker-Events in Witzenhausen.

Erleben Sie das Kirschenland im idyllischen Herbst

Mit Segway unterwegs sein und eine Kutschfahrt machen. Wandern am Feierabend, besondere Touren mit



Ob mit dem Fahrrad oder in einer Kutsche: Der Herbst lädt zum Verweilen ein. Foto: Freepik

Tieren und eine Radtour mit Einkehr heißt draußen sein mit freundlichen Menschen. Und einfach mal mit Waldbaden entspannen. Bei besonderen Touren in den Ortsteilen Erm-schwerd und Hundelshausen wird genossen und entdeckt. Drei Wochen, in denen Sie die wunderbare Atmosphäre im Herbst mit Familie und besten Freunden erleben können, das Neue entdecken und das Gewohnte zelebrieren. (red)

Das Programm gibt es unter: www.kirschenland.de

Aynsley Lister live on stage

19. Oktober im Gemeindesaal Lindewerra

Wenn es um natürliche Begabung, gepaart mit feurigen, emotionsgeladenen Kompositionen geht, ist höchstwahrscheinlich die Rede von Aynsley Lister, einem großartigen Gitarristen, der in seiner auf Blues basierenden Rockmusik zeitgemäßes Songwriting mit dem Herz und der Seele füllt, die moderne Musik so oft vermissen lässt. Die mitreißenden Live-Shows sind legendär und verpflichten eigentlich zu einem Besuch, denn live bekommen die grandiosen Songs des Englän-



ders noch mehr Drive. Lister steht seit über zwei Jahrzehnten an der Spitze der Blues-Szene und wird als

einer der aufregendsten zeitgenössischen Blues-Gitarristen bezeichnet. Dabei ist er auch ein hochgeschätzter Songwriter, dessen Leidenschaft für Musik genreübergreifend ist und der mühelos Blues, Soul, Americana, Rock und manchmal sogar Pop-Elemente miteinander verbindet. (red)

Tickets: Eschwege: Frank Zerbst Fotografie, Marktstr. 25, Tel. 05651-3334810 | Bad Sooden-Allendorf: ViVa, Kichstraße 77, Tel. 05652-587830

Kult-Komödie in Großalmerode

Wenn die Suche nach der Liebe zu einem turbulenten Abenteuer wird: 10. Oktober

Bauer Erwin (Stefan Marx) ist deprimiert. Seit Jahren ist er vergebens auf der Suche nach einer passenden Frau. Nun müssen Nägel mit Köpfen gemacht werden. Schließlich liegen seine besten Jahre bald hinter ihm und die Arbeit auf dem Bauernhof wird auch nicht weniger. Sein bester Freund, Gastwirt Alfons (Simon Hillebrand), versteht das Problem nicht, immerhin schwebt er mit seiner Rita noch immer auf Wolke sieben. Dennoch unterstützt er Erwin und erteilt ihm Nachhilfe in Sachen Frauenkennenlernen: Kontaktan-



Das ZIMMER.THEATER gastiert im Oktober im Großalmeröder Rathaussaal. Foto: Daniel Winkler

zeigen, Speed Datings, machohaftes Auftreten und Bewerbungsvideos stehen auf dem Stundenplan. Doch trotz aller Bemühungen lässt sich einfach kein passender Deckel zum Topf finden. Bis die alles entscheidende Idee kommt... Bei dieser Komödie bleibt gewiss kein Zuschauerauge trocken! Das inzwischen schon Kult-Stück des ZIMMER.THEATER, das man auf keinen Fall verpassen sollte. (sw/red)

10. Oktober, 19:00 Uhr im Rathaussaal Großalmerode Kontakt: kultur@grossalmerode.de

Unser Dorf hat Zukunft

Vierbach und Roßbach nehmen an Landesentscheid 2025 teil

Der 38. Wettbewerb „Unser Dorf hat Zukunft“ hat seine Sieger im Regionalentscheid ermittelt. Die Dörfer aus dem Werra-Meißner-Kreis, Waldeck-Frankenberg und Marburg-Biedenkopf, beeindruckten die Jury mit Engagement und innovativen Projekten. Vierbach (Wehretal) belegte den ersten Platz, gefolgt von Roßbach (Witzenhausen). Beide Dörfer qualifizieren sich für den Landesentscheid 2025. Retterode (Hessisch Lichtenau) erreichte den dritten Platz, Elle-



ringhausen und Wolfterode belegten den vierten und fünften Platz. Die Jury bewertete Konzepte zur Dorf-

entwicklung, Infrastruktur, soziales Engagement sowie Baukultur und Umweltprojekte. Besonders hervorgehoben wurden der soziale Zusammenhalt und bürgerschaftliche Initiativen. Elleringhausen erhielt eine Auszeichnung für das Projekt „Der TSV steht niemals still“, Hopfelde für ein multifunktionales Gelände und Moischt für ein Bürger-Carsharing. Der Wettbewerb würdigt das Engagement der Dorfgemeinschaften, die durch Eigeninitiative ihre Zukunft gestalten. (red)

Eschweger Schlagerstar mit neuer Single

Mit seiner neuen Single „Prinzessin, bitte tanz mit mir“ entführt Michele Joy seine Fans in eine Welt der Emotionen. Geprägt von der Musikgeschichte seiner Familie bringt er die Leichtigkeit des Schlagers auf die großen Bühnen

Von Susanne Wesche

Für Michele Joy ist Musik eine Passion. Der gebürtige Eschweger, dessen bürgerlicher Name Michele Grabowski lautet, hat diese quasi in die Wiege gelegt bekommen. Seine Familie ist seit Generationen tief in der Musik verwurzelt, und so überrascht es nicht, dass auch Michele den Takt der Schlagerklänge im Blut hat. Bereits als kleiner Junge war es sein Großvater, der ihn an die ersten Trommelschläge heranführte, und sein Vater, ein begeisterter Schlagzeuger und Gitarrist, der ihn immer wieder zum Singen und Tanzen animierte.

Die kleine Bühne im Wohnzimmer der Familie wurde für Michele zum ersten großen Auftrittsort. Während andere Kinder sich auf dem Schulhof austoben, griff Michele zur Haarbürste, die als improvisiertes Mikrofon diente, und gab die Hits seines berühmten Onkels G.G. Anderson zum Besten. Mit bekannten Melodien wie „Sommer, Sonne, Cabrio“ und „Am weißen Strand von St. Angelo“ prägte er seine Kindheit und entwickelte eine tiefe Leidenschaft für den deutschen Schlager.

Von der heimischen Bühne in Eschweger auf die großen Bühnen

Micheles Weg auf die großen Bühnen Deutschlands war nicht immer geradlinig. Unter dem Namen Michele Joy, der so treffend seine Botschaft der Freude und Lebenslust widerspiegelt, hat er sich in der Schlagerwelt einen Namen gemacht. Mit der Unterstützung seines ersten Managements stand er bald neben Schlagergrößen wie Jürgen Drews, Olaf Henning, Stefanie Hertel und Stefan Mross auf den Bühnen in Deutschland, Österreich und Belgien.

Wir trafen den Musiker zu einem Interview:

Meine Großmutter gab mir stets mit auf den Weg: „Mach deine Musik immer von ganzem Herzen und mit Liebe, dann kommt der Rest irgendwann von ganz allein.“

Fotos: Michele Joy

Was war die Inspiration hinter Ihrer neuen Single „Prinzessin, bitte tanz mit mir“? Gibt es eine persönliche Geschichte, die mit dem Song verbunden ist?

Michele Joy: Meine Songs sind zum Großteil sehr autobiografisch, jedoch bei der Prinzessin versteckt sich diesmal keine persönliche Geschichte dahinter. Der Text handelt von einer wunderschönen Dame, mit dem gewissen Etwas, die ich zum Tanz bitte.

Wie unterscheidet sich „Prinzessin, bitte tanz mit mir“ von Ihren früheren Songs? Haben Sie beim Schreiben oder Produzieren neue Ansätze ausprobiert?

Michele Joy: Ich arbeite seit zwei Jahren nun schon mit meinem guten Freund und Produzenten Michael Muraier (Studio St. Annen - BSA) zusammen. Der Mu ist, was moderne Sounds betrifft, ein sehr kreativer Kopf. Den Sound, welchen er für den neuen Song kreiert hat, ist wirklich sehr modern und vor allem sehr poppig, dennoch Schlager. Im Unterschied zu meinen Songs vor ein paar Jahren haben wir schon ganz schön Fahrt aufgenommen, was den Sound betrifft.

Was können Ihre Fans als Nächstes von Ihnen erwarten? Arbeiten Sie bereits an weiteren Projekten oder einer neuen Veröffentlichung?

Michele Joy: Wir arbeiten stets und ständig an neuen Songs. Die nächste

Single für Januar/Februar 2025 steht quasi schon in den Startlöchern. Bezüglich Auftritte bin ich momentan viel auf Mallorca unterwegs und habe im legendären Oberbayern auf der Partymeile am Ballermann einige Auftritte. Anfang nächsten Jahres steht dann schon gleich im Januar ein großer Auftritt in meiner Heimatstadt Eschweger bei der großen Winterparty von Zelt Rheinhardt an. Also es geht Schlag auf Schlag weiter.

”

Die Musik ist meine größte Leidenschaft!

Michele Joy

Wann und wie haben Sie Ihre Leidenschaft für die Musik entdeckt? Gab es einen bestimmten Moment oder eine Person, die Sie inspiriert hat?

Michele Joy: Wir sind eine Musikerfamilie durch und durch. Mein Opa Willi war schon Schlagzeuger einer Band, sowie mein Papa und mein Onkel und auch ich habe mit 5 Jahren mein erstes Schlagzeug zu Weihnachten bekommen. Auch meine Oma Irmis und Oma Luises waren sangestechnisch sehr aktiv und die Schlagermusik begleitet mich mein ganzes Leben, sodass ich im Prinzip mit Musikergenen aufgewachsen bin.

Was waren einige der größten Herausforderungen, die Sie im Musikgeschäft

erlebt haben? Wie haben Sie es geschafft, diese zu überwinden und weiterzumachen?

Michele Joy: Die größte Herausforderung ist es, mit Enttäuschungen oder Niederlagen umzugehen, zum Beispiel, wenn alle Hoffnungen in einen Song oder auch Album gesteckt werden und dies nicht so funktioniert, wie man es sich erhofft oder gewünscht hat. Dann ist es natürlich die Kunst am Ball zu bleiben und nicht aufzugeben. Hinter jeder Enttäuschung steckt immer eine positive Botschaft, die einen noch willensstärker werden lässt. Das Musikbusiness ist eben schon ein sehr verrücktes Business.

Schlager ist ein Genre mit langer Tradition, aber auch viel Wandel. Was fasziniert Sie so sehr an dieser Musikrichtung, dass Sie sich ihr verschrieben haben? Welche Elemente müssen Ihrer Meinung nach in einem guten Schlagersong enthalten sein?

Michele Joy: Das stimmt, der Schlager ist viel im Wandel und mit dem Schlager aus den letzten Jahrzehnten nicht mehr zu vergleichen. Auch die Hörgewohnheiten der Menschen haben sich verändert. Heutzutage ist viel mehr auf Beats ausgelegt und gerade im Schlagerbereich hat seit Helene Fischer eine richtige Revolution stattgefunden, was diese Musikrichtung betrifft.

Meiner Meinung nach hat diese Frau den Schlager auf ein gänzlich neues Niveau gehoben.

DA COOKST DU!

Wir bringen
Deutschland
zum Kochen!

Mark Kühler
Der Handwerkerkönig &
EMV-Markenbotschafter



DIE BESTE KOMBINATION FÜR DEINE TRAUMKÜCHE:

Hohe Qualität, viel Auswahl,
präzise Verarbeitung und hoch-
wertige Produkte von nobilia.



Fachkompetenz, Erfahrung und
persönliche Beratung von uns!



nobilia

- + Grifflose Traumküche made in Germany
- + Pflegeleichte Anti-Fingerprint-Oberfläche
- + Nachhaltige und vollständig recycelbare Front
- + Offene Kochinsel mit integrierter Beleuchtung
- + Bora Kochfeld mit integriertem Dunstabzug
- + Effiziente E-Geräte bekannter Markenhersteller
- + XL-Komforthöhe mit 10% mehr Stauraum

Gerade weil Küchen immer mehr zum Mittelpunkt des Zuhauses werden und so viel mehr sind als nur ein Platz zum Kochen, ist es umso wichtiger, dass wirklich an alles gedacht wird. Die richtige Arbeitshöhe, kurze Wege, nachhaltige, pflegeleichte Oberflächen, viel intelligenter Stauraum, passende Beleuchtung, sinnvolle Mülltrennung, Kindersicherheit und und und...



DEUTSCHLAND
statt ~~10.799,-~~ **KÜCHE**

7.998,- €

Unverbindliche Preisangabe

UNSCHLAGBARE VORTEILE
nur jetzt bis 15.10.2024!

- ✓ Beste Markenqualität aus Deutschland
- ✓ Perfekter Rundum-Service
- ✓ Tolle Mehrwert-Küche zum Sensationspreis

nobilia QUALITÄTSKÜCHE!
SIEMENS: Backofen HB510ABR1, Energie-Effizienzklasse (EEK) A (Skala A+++ bis D), Kühlschrank KI41RVFE0, EEK E (Skala A bis G), Geschirrspüler SN611X12TE, 5 Programme, vollintegriert, EEK E (Skala A bis G).
BORA: Kochfeldabzug GP4U, Maße in mm: 735 x 490, Anti-Fingerprintfront SENSO 488 Weiß Premium matt, zu 100 % aus recyceltem Material.
Lieferpreis ohne Zubehör und Dekoration, zzgl. Montage.

Jetzt kostenfreien
Beratungstermin
vereinbaren!



Zusammen mit nobilia haben wir die DEUTSCHLAND KÜCHE für Dich entwickelt, eine echte Traumküche zu einem ausgesprochen fairen Preis. Inkl. BORA Kochfeld mit integriertem Dunstabzug, übermäßigem Kühlschrank, einer stylischen Kochinsel und vielem mehr.

Besuchen Sie uns
auf Social Media



**MÖBEL
JAEGER**
macht glücklich

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

Öffnungszeiten: Montag geschlossen **Green Monday**

Di. – Fr.: 09:30 – 19:00 Uhr | Sa.: 09:30 – 16:00 Uhr

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

www.moebel-jaeger.de

Unsere Region steckt voller Energie.

Gemeinsam mit starken Partnern arbeiten wir an einer nachhaltigen Zukunft.

www.EAM.de
Tel. 0561 9330-9330

Jens Timmermann
Inhaber Timmermann's
Hofladen in Göttingen

**Unsere Mitte Vorteilswelt
Exklusiv für EAM-Kunden!**

Positive Energie aus der Mitte



**MEHR AUF
SEITE 12!**

Herbstliche Gemütlichkeit für jedes Zimmer

Warme Farben und natürliche Materialien: Das sind die schönsten Herbsttrends fürs Eigenheim

Der Herbst ist die Jahreszeit, in der sich unser Zuhause in eine gemütliche Wohlfühloase verwandelt. Wenn die Tage kürzer und die Temperaturen kühler werden, sehnen wir uns nach Wärme, Geborgenheit und einem behaglichen Ambiente, in

dem wir entspannen und neue Energie tanken können. In diesem Jahr liegen die Herbsttrends voll im Zeichen von natürlichen Materialien, warmen Farbtönen und nachhaltigen Dekorationen, die jeden Raum zu einem einladenden Rückzugsort machen. Von

kuscheligen Textilien im Wohnzimmer über stimmungsvolle Beleuchtung im Badezimmer bis hin zu herbstlichen Dekoideen für Küche und Esszimmer – es gibt viele kreative Möglichkeiten, Gemütlichkeit und Nachhaltigkeit miteinander zu verbinden. (red)



Die Wellness-Oase Zuhause: Für erholsame Abende in der Wanne

Natürliches Bad-Design mit stimmungsvoller Beleuchtung und entspannenden Akzenten

Das Badezimmer wird im Herbst zur persönlichen Wellness-Oase. Warme Farben wie Sand, Taupe und Salbei sowie Materialien wie Bambus, Holz und Naturstein bringen eine angenehme Ruhe und Wärme in den Raum. Nachhaltige Badezimmeraccessoires wie Seifenspender und Zahnputzbecher aus Keramik oder recyceltem Glas sowie

Badvorleger aus organischer Baumwolle sorgen für ein umweltbewusstes Ambiente. Ergänzen Sie das Bad mit Duftkerzen, ätherischen Ölen und dekorativen Elementen wie getrockneten Gräsern und Eukalyptuszweigen. Eine dimmbare Beleuchtung mit warmen Lichtquellen schafft eine entspannte Atmosphäre für erholsame Abende in der Badewanne.

Weiche Handtücher aus Bio-Baumwolle und ein eleganter Wäschekorb aus geflochtenem Seegras runden den natürlichen Look ab. Pflanzen wie Sukkulenten oder Aloe Vera sind nicht nur dekorativ, sondern verbessern auch die Luftqualität.

So wird das Bad zu einer perfekten Oase für Körper und Seele. (sw/red)

NATURHAUS SPARBIER

WIR SIND IHR PARTNER VOR ORT VON:

NATURHAUS MONTAGEN ALLER ART

Aufmaß, Lieferung & Montage von Markisen, Plissees, Insektenschutz, Vorbaulläden, Garagentoren und Torantrieben

Planung, Lieferung u. Montage von Einzelmöbel bis zur kompletten Ladeneinrichtung sowie Ladenumbauten!

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

Nachhaltigkeit trifft Stil: Die Küche ist das Herz des Hauses

Offene Regale, warme Holztöne und natürliche Materialien für Ihre Wohlfühlküche

Die Küche ist ein zentraler Raum im Haus, der im Herbst besonders gemütlich gestaltet werden kann. Offene Regale, auf denen Kupfertöpfe, Keramikgeschirr und Glasbehälter präsentiert werden, sorgen für ein warmes und einladendes Ambiente. Für die Arbeitsflächen eignen sich Schneidebretter aus Olivenholz, nachhaltige Vorratsdosen aus Glas und wiederverwendbare Baumwollbeutel für Lebensmittel.



Arbeitsfläche und der Esstheke schafft eine gemütliche Atmosphäre. Auch der Geruchssinn trägt entscheidend zur heimeligen Atmosphäre bei. Stellen Sie herbstliche Düfte in den Vordergrund, indem Sie Gewürze wie Zimt, Nelken oder Sternanis in dekorativen Gläsern präsentieren oder einen Topf mit heißem Apfelpunsch auf dem Herd köcheln lassen. Frisch gebackenes Brot oder Kekse aus dem Ofen verströmen nicht nur köstliche Aromen, sondern machen Ihre Küche zum gemütlichen Mittelpunkt des Hauses. So wird sie zu einem Ort, an dem man sich gern aufhält und gemeinsam die herbstliche Jahreszeit genießt. (sw/red)

Ein bisschen Herbst im Interieur

Akzente setzen Sie mit herbstlicher Dekoration wie kleinen Kürbissen, ge-

trockneten Kräutern und Kerzen in Erdfarben. Neben der Dekoration spielt auch die Beleuchtung eine große Rolle: Warmes, dimmbares Licht über der

ANZEIGE

Intelligente Energiekonzepte aus der Region

Wir verstehen es als unsere Mission, die nordhessische Region für das Thema Nachhaltigkeit zu sensibilisieren und flächendeckend zur Autarkie zu verhelfen. Mit dem kürzlich verabschiedeten Gebäudeenergiegesetz (GEG), den möglichen Förderungen für Wärmepumpen und den damit aufkommenden offenen Fragen, machen wir es uns zu unserer Aufgabe, die Menschen in der Region aufzuklären, ganzheitlich zu unterstützen und das individuell passende Energiekonzept auszuarbeiten. Unseren Kunden gegenüber legen wir Wert auf ein kompetentes und lückenloses Serviceversprechen, weshalb wir von Beratung, Planung, Montage sowie Wartung alles mit angestelltem Fachpersonal aus der Region abbilden – alles aus einer Hand! Wir sind stets auf der Suche nach engagierten, motivierten und qualifizierten Mitarbeitern, die mit uns gemeinsam Menschen zu einer unabhängigeren Energieversorgung verhelfen möchten. Hier stehen Nachhaltigkeit, Innovation und Teamgeist im Mittelpunkt. Dich erwartet ein dynamisches Arbeitsumfeld, in dem Eigenverantwortung und Weiterbildung gefördert werden und flache Hierarchien sowie attraktive Entwicklungsmöglichkeiten auf dich warten.

Werde Teil unseres jungen und energiegeladenen Teams und starte mit uns in eine sichere Zukunft!

autarkstrom®
Photovoltaik | Wärmekonzepte | E-Mobilität

**GESTALTE MIT UNS
DIE WELT VON MORGEN**

WIR SUCHEN GENAU DICH!

- Projektkoordination (m|w|d)
- Elektriker (m|w|d)
- Heizungsinstallateur für Wärmepumpen (m|w|d)

Mehr Informationen unter www.autarkstrom.eu/jobs

0561 - 94033860 | bewerbung.kassel@autarkstrom.eu | www.autarkstrom.eu
Niedervellmarer Straße 41A | 34127 Kassel

jetzt bewerben

Der Fahrzeugcheck für den Herbst

So bereiten Sie Ihr Auto auf die kalte Jahreszeit optimal und rechtzeitig vor

Der Herbst ist die ideale Zeit, um das Auto auf die kommenden Monate vorzubereiten. Witterungsverhältnisse ändern sich, und es wird früher dunkel – daher sind ein Reifenwechsel, die richtige Lichtregulierung und gründliche Reinigung essenziell. Der Wechsel von Sommer- auf Winterreifen ist ein Muss. Winterreifen bieten bei Temperaturen unter 7 Grad Celsius besseren Grip, da ihre

Gummimischung weicher ist und sich an kalte Temperaturen anpasst. Wichtig ist eine Profiltiefe von mindestens 4 Millimetern, um bei nassen und glatten Straßen sicher unterwegs zu sein. Weniger als 4 Millimeter sind kritisch und können die Haftung stark beeinträchtigen.

Neben der Profiltiefe muss auch der Reifendruck kontrolliert werden, be-

sonders nach langen Fahrten oder bei voller Beladung. Ein optimaler Reifendruck sorgt nicht nur für besseren Grip, sondern auch für weniger Kraftstoffverbrauch und eine längere Lebensdauer der Reifen. Nach dem Ausladen sollte die Leuchtweitenregulierung des Fahrzeugs geprüft werden. Ist eine manuelle Einstellung möglich, sollte sie auf Null gestellt werden, um die Straße optimal auszuleuchten.

Nach dem Sommer sammelt sich oft Schmutz im Fahrzeug. Eine gründliche Reinigung von innen und außen ist nicht nur für die Optik wichtig, sondern auch für die Sicherheit. Verschmutzte Scheiben können die tief stehende Herbstsonne stärker blenden, was die Sicht erheblich beeinträchtigen kann. Auch Bereiche, die mit Sonnencreme in Kontakt gekommen sind, sollten gesäubert werden. Die Lackpflege schützt das Auto vor Rost. Insektenreste und kleine Steinschläge sollten sofort entfernt und ausgebessert werden. Der genaue Farbcode des Fahrzeugs hilft, den passenden Lack zu finden.

E-Autos im Winter

Das Elektrofahrzeug optimal auf kalte Temperaturen vorbereiten

Im Winter wird die Reichweite von Elektroautos oft um bis zu 30% reduziert, da kalte Temperaturen die Batterieleistung beeinträchtigen. Um dem entgegenzuwirken, parken Sie Ihr Fahrzeug am besten in einer Garage oder einem geschützten Bereich. Nutzen Sie die Vorheizfunktion des Autos, während es noch am Ladegerät hängt – das schont die Batterie und erhöht die Effizienz. Auch

regelmäßiges Aufladen ist wichtig, da Batterien bei Kälte empfindlicher auf niedrige Ladestände reagieren. Denken Sie zudem an Winterreifen mit dem passenden Profil, um Energieverluste durch schlechtere Traktion zu vermeiden und die Fahrsicherheit zu gewährleisten. Vermeiden Sie zudem lange Ladepausen bei Minusgraden, um die Akkulebensdauer zu verlängern. (sw/red)

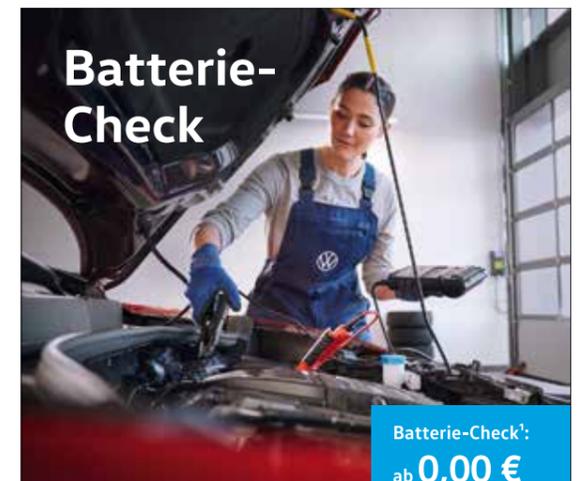
Indem Sie Ihr E-Auto vor dem Fahren aufwärmen, während es noch am Ladegerät hängt, verbrauchen Sie deutlich weniger Akkukapazität unterwegs!

ANZEIGE

Gut vorbereitet in den Herbst mit dem Service vom Autohaus Horn

Der Herbst kann wunderschön sein, jedoch hält er Herausforderungen im Straßenverkehr bereit. Kürzere Tage bedeuten zudem oft Fahrten im Dunkeln. Damit Ihr Wagen startklar bleibt, bietet das Autohaus Horn neben Radwechsel und Rädereinlagerung sorgfältige und fachgerechte Lösungen wie Batterie-, Bremsen oder Sicherheits-Check an. Warten Sie nicht, bis der erste Schnee fällt. Entscheiden Sie sich jetzt für neue Winter – oder Ganzjahresreifen und sichern Sie sich exklusive Angebotspreise im Autohaus Horn – nur solange der Vorrat reicht! Falls Sie neue Winterkomplettäder benötigen, profitieren Sie von der Volkswagen 3+1 Alu-Winterkomplettad-Aktion*. Ein platter oder geplatzter Reifen ist wahrlich kein Grund zur Freude. Aber mit der Volkswagen Reifengarantie können Sie dem Ganzen entspannter entgegensehen. Denn die deckt Schäden durch Bordsteinkanten, spitze Gegenstände und Vandalismus ab. Und das beste: die 36 Monate Reifengarantie erhalten Privatkunden im Autohaus Horn ohne Mehrkosten beim Kauf neuer Reifen oder Komplettäder dazu. Allwetterfußmatten und Gepäckraumeinlagen schützen vor Feuchtigkeit und Schmutz. Für Volkswagen Pkw und Nutzfahrzeuge abgestimmt, rutschfest und einfach abzuwaschen kann Ihnen das Autohaus Horn hier die passenden Einlagen für Ihr Fahrzeug besorgen. Gerne berät Sie das Team auch zu weiteren Leistungsangeboten wie zum Beispiel Glasreparatur, Klimaanlage-Service, Wartungsverträgen, Anschlussgarantien und der Nachrüstung einer Standheizung. Vereinbaren Sie gleich einen Termin unter Tel. 05602 9162-0.

*Gültig für ausgewählte Modelle bis 30.11. Nur solange der Vorrat reicht.



Damit können Sie durchstarten – unser Batterie-Check¹ für alle Volkswagen. Sind Sie startklar? Mit unserem Batterie-Check¹ prüfen wir Ihre Fahrzeugbatterie, ob diese voll einsatzbereit ist. Haben Sie schon Ihren Termin vereinbart? volkswagen.de/service

¹ Überprüfung der Batterie, ohne Zusatzarbeiten, zzgl. Material. Nur bei vorheriger Terminabsprache. Angebot gültig bis einschließlich 30.12.2024. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.



Ihr Volkswagen Partner

Autohaus Horn GmbH & Co.KG
Mühlweg 25, 37235 Hessisch Lichtenau
Tel. +49 5602 91620
www.autohaus-horn-heli.de

SICHERN SIE SICH JETZT IHRE WINTERREIFEN.

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

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

EUROMASTER
Reifen, Werkstatt, Service.
IN BESTEN HÄNDEN
reifen-vogt.de

Schon gewusst?

Zum Herbstcheck gehört auch die Kontrolle der Flüssigkeitsstände: Motoröl, Kühlmittel und Bremsflüssigkeit. Fehlende Mengen sollten aufgefüllt werden, um Schäden zu vermeiden. Ist der Flüssigkeitsverlust zu hoch, empfiehlt sich ein Besuch in der Werkstatt. (sw/TÜV Nord)

Viele weitere Themen rund ums Auto gibt es auf: www.meinregion365.de

Besonderer Beitragsnachlass für Elektro-Fahrzeuge

Passt einfach: Mecklenburgische Kfz-Versicherung



Die Mecklenburgische Kfz-Versicherung bietet zuverlässigen Schutz zu einem fairen Beitrag und unterstützt ihre Kunden im Schadenfall schnell und unkompliziert. Persönliche Beratung ist seit Generationen selbstverständlich. Auch für Elektro- und Hybridfahrzeuge gibt es leistungsstarken Schutz mit einem Beitragsnachlass.

Der Versicherer aus Hannover bietet umfassenden finanziellen Schutz für alle Lebensbereiche, von Autoversicherung bis Zahnzusatzversicherung. Rund 800 Vermittler sind deutschlandweit tätig und bieten individuelle Beratung. Bei der Kfz-Versicherung richtet sich der Beitrag nach dem Alter der Fahrer;

nur bei Fahrern unter 25 muss das Alter angegeben werden. Die Grunddeckung umfasst alle wesentlichen Bausteine. Zusätzlichen Schutz bietet die Komfortdeckung mit speziellen Leistungen wie Eigenschaden-Absicherung und

einer Neupreiseschädigung. Kleinere Schäden, die beim Be- oder Entladen des Fahrzeugs entstehen, beeinträchtigen nicht den Schadenfreiheitsrabatt. Für Elektro- und Hybridfahrzeuge gibt es eine All-Risk-Deckung für den Antriebs-Akku sowie einen Tarifnachlass. Der Autoschutzbrief bietet Sicherheit auf Reisen, während der Auslandsschadenschutz bei Unfällen außerhalb Deutschlands hilft. Zusätzliche Sicherheit bieten die Verkehrsrechtsschutz- und Verkehrsunfall-Versicherungen.

Interessierte erreichen die Agentur der Mecklenburgischen in Eschwege telefonisch unter: 05651 / 5368 oder per E-Mail: info.klahr@mecklenburgische.com

Für Sie und Ihre Sicherheit nehme ich mir Zeit.

"Individuelle Sicherheit braucht Ruhe für das persönliche Gespräch. Dafür nehme ich mir gerne Zeit. Von der Beratung bis zur schnellen Schadenhilfe stehe ich Ihnen mit Rat und Tat zur Seite."

Zuverlässiger Schutz für Ihr Elektro-Fahrzeug

Generalvertretung Olaf Klahr
Neustadt 104 · 37269 Eschwege
Telefon 05651 5368 · Mobil 0172 6088668
info.klahr@mecklenburgische.com
olaf-klahr.mecklenburgische.de

M Mecklenburgische
VERSICHERUNGSGRUPPE

Elektroautos: Mythen und Fakten

Viele Missverständnisse halten sich hartnäckig

Bei Elektroautos scheiden sich die Geister: Häufig entstehen Vorurteile durch veraltete Informationen oder Unwissenheit. Hier räumen wir mit den gängigsten Mythen rund um Elektroautos auf und beleuchten die Fakten.

Mythos 1: Elektroautos haben eine zu geringe Reichweite

Dieser Mythos stammt aus den frühen Tagen der Elektromobilität, als die ersten Modelle mit einer Batterieladung oft nur 100 bis 150 Kilometer schafften. Heute sieht das ganz anders aus: Viele der neuen Elektrofahrzeuge bieten eine Reichweite von über 400 Kilometern, Premium-Modelle wie der Tesla Model S kommen sogar auf bis zu 600 Kilometer.

Mythos 2: Elektroautos sind zu teuer

Elektroautos wirken teuer, doch betrachtet man die Gesamtkosten, relativiert sich das. Der Kaufpreis kann durch Prämien und Förderungen gesenkt werden. Geringere Betriebskosten wie günstigerer Strom und weniger Wartung (kein Ölwechsel, weniger Reparaturen) machen E-Autos ab etwa fünf Jahren wirtschaftlicher. Zudem bieten Hersteller zunehmend günstigere Modelle an.



Mythos 3: Die Umweltbilanz von Elektroautos ist schlecht.

Ein häufiges Argument gegen E-Autos ist die umweltschädliche Batterieproduktion. Der Bau ist energieintensiv, doch über den Lebenszyklus schneidet das E-Auto in der CO₂-Bilanz besser ab als Verbrenner. Besonders mit Strom aus erneuerbaren Energien sinkt der CO₂-Ausstoß erheblich.

Mythos 4: Es gibt zu wenige Ladestationen.

Die Ladeinfrastruktur wächst stetig. In Deutschland gibt es inzwischen über 90.000 Ladepunkte, und die Zahl steigt weiter. Wichtig ist zu bedenken, dass viele Menschen ihre Autos überwiegend zu Hause oder am Arbeitsplatz aufladen, wo Wallboxen installiert werden können. (sw/red)

Der Kia Sportage.
Deine Zeit ist jetzt.

Jetzt bis zu 5.000,- Euro Eintauschprämie sichern¹

Jetzt für:
€ 46.990,-
Kia Sportage Hybrid 1.6 T-GDI AWD GT-line

Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.

Ein Fahrerlebnis, das dich immer wieder neu inspiriert: Genau darauf kannst du dich beim Kia Sportage zu attraktiven Preisen freuen. Sichere dir jetzt den Kia Sportage mit effizientem Verbrennungsmotor in unterschiedlichen Ausstattungsvarianten und freue dich auf ein modernes Design und umfangreiche Ausstattung. So erwarten dich nicht nur intelligente Assistenzsysteme, die für mehr Sicherheit und Komfort sorgen, sondern auch neuestes Infotainment. Erlebe ihn jetzt live bei uns und profitiere von bis zu 5.000 € Eintauschprämie¹.

Kia Sportage Hybrid 1.6 T-GDI AWD GT-line (Super/6-Stufen-Automatikgetriebe); 158 kW (215 PS); Kraftstoffverbrauch kombiniert 6,4 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert 144 g/km. CO₂-Klasse E.²

Auto & Garten Gottschalk e. K.
Unter den Weinbergen 2 | 37213 Witzenhausen
Tel.: 05542 / 507180 | Fax: 05542 / 507189
www.kia-gottschalk-witzenhausen.de

¹ Wir gewähren bei einem bis zum 31.12.2024 erfolgten Kauf eines neuen Kia Sportage (Benzin/HEV/Diesel), eine Prämie in Höhe von 5.000 € bei gleichzeitiger Inzahlungnahme eines Pkw einer beliebigen Marke. Nur gültig für Privatkunden und nicht kombinierbar mit anderen Verkaufsförderungsmaßnahmen. Die Prämie wird als Nachlass auf den Kaufpreis gewährt, ihre Höhe ist abhängig von dem gewählten Kia Modell. Weitere Informationen erhalten Sie bei uns im Autohaus.
² Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.



Zwischen Weinbergen und Olivenhainen

Mildes Klima, malerische Landschaften und ruhige Stellplätze – warum die Toskana im Herbst ideal für Wohnmobilreisende ist

Die Toskana im Herbst – ein ideales Ziel für Wohnmobilreisende, die das milde Klima und die atemberaubende Landschaft in vollen Zügen genießen möchten. Die Region verwandelt sich in ein Meer aus goldenen Weinbergen, bunten Wäldern und sanften Hügeln, die von Olivenhainen durchzogen sind. Mit Temperaturen zwischen 15 und 25 Grad ist das Wetter perfekt für Ausflüge, ohne die drückende Sommerhitze.

Für Caravanning-Fans bietet die Toskana im Herbst zahlreiche Vorteile. Viele Campingplätze, oft inmitten der Natur gelegen, sind zu dieser Jahreszeit deutlich ruhiger. Besonders beliebt sind Stellplätze in Weingebieten, wo Sie die Nächte direkt zwischen den Reben verbringen und am Morgen mit Blick auf die hügelige Landschaft aufwachen können. Einige Weingüter und Agriturismo bieten spezielle Wohnmobil-Stellplätze an, oft sogar mit der Möglichkeit, an Weinverkostungen oder Olivenölproben teilzunehmen. Orte wie Chianti, Montalcino oder die Region um Montepulciano laden zu solch genussvollen Aufenthalten ein.

Wichtig zu beachten ist, dass es in ländlichen Gegenden weniger Infrastruktur gibt, daher ist es ratsam, die Routen und Stellplätze im Voraus zu planen. Außerdem sollten Sie die herbstliche Feuchtigkeit und kühlere Nächte berücksichtigen – eine gute Heizung und wetterfeste Ausrüstung sind von Vorteil. (sw/red)

Wussten Sie, dass viele toskanische Weingüter im Herbst Wohnmobilstellplätze direkt zwischen den Weinreben anbieten? Perfekt für Weinliebhaber, die nach der Verkostung inmitten der Natur übernachten möchten!



Jetzt buchen!

CARAVANKONRAD GmbH

Service Vermietung Verkauf

Tel.: 05621 96557-89
Giflitzer Str. 12 - Bad Wildungen
www.caravan-konrad.de



Zwischen Wäldern und Panoramastraßen

Farbenfrohe Wälder, Thermalbäder und idyllische Stellplätze – warum der Schwarzwald im Herbst das perfekte Reiseziel ist

Der Schwarzwald im Herbst ist ein wahres Naturschauspiel: Die dichten Wälder erstrahlen in einem prächtigen Farbenspiel aus Rot, Gelb und Orange, das die gesamte Region in ein warmes Licht taucht. Für Wohnmobilreisende bietet der Schwarzwald eine ideale Mischung aus atemberaubender Landschaft, vielfältigen Freizeitmöglichkeiten und idyllischen Stellplätzen inmitten der Natur. **Mehr unten auf der Seite!**

Der Schwarzwald hat auch eine der größten Panoramastraßen Deutschlands, die Schwarzwaldhochstraße, die im Herbst atemberaubende Ausblicke bietet!



Mit Temperaturen zwischen 10 und 20 Grad herrscht ein mildes Klima, das perfekt für herbstliche Ausflüge geeignet ist. Besonders die berühmte Schwarzwaldhochstraße, eine der schönsten Panoramastraßen Deutschlands, lädt zu entspannten Fahrten mit dem Wohnmobil ein.

Die Strecke bietet zahlreiche Aussichtspunkte mit beeindruckenden Blicken auf die bunte Waldlandschaft. Überall entlang der Route gibt es gut ausgestattete Campingplätze und Stellplätze, oft direkt am Waldrand oder an klaren Seen gelegen, die einen herrlichen Ausblick auf die Natur bieten.

Ein Paradies mitten im Herbst

Für Aktivurlauber ist der Schwarzwald im Herbst ein Paradies. Zahlreiche Wanderwege führen durch die farbenfrohen Wälder und bieten grandiose Ausblicke auf die umliegenden Berge. Nach einem aktiven Tag können Sie sich in einem der zahlreichen Thermalbäder, wie in Baden-Baden oder Bad Wildbad, entspannen und die Seele baumeln lassen. Traditionelle Bauernmärkte in den kleinen Schwarzwaldldörfern laden dazu ein, regionale Spezialitäten wie frisch gebackenes Brot, Schwarzwälder Schinken oder Apfelmösten zu entdecken.



OFFROAD WOHN-ANHÄNGER VERKAUF & VERMIETUNG

RS-CAMP ES-3

ab 59 € / Tag
 Nebensaison (1. Okt. – 31. März)

* Preis gilt für unseren oben abgebildeten RS-Camp ES-3 in der Nebensaison (Oktober bis März)

Vogelei
 Tel. 0 55 42 - 93 57 0

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

Ihr **Autorisierter RS-Camp-Händler**

Herbstzauber erleben und Winterträume planen

Ob bunte Laubwälder, frische Herbstluft oder entspannte Wellness-Tage – der Herbst bietet vielfältige Erlebnisse für Körper und Geist und ist die ideale Zeit, um den Winterurlaub frühzeitig zu buchen. Die Natur zeigt sich in leuchtenden Gelb-, Orange- und Rottönen, die Luft ist frisch, und die Temperaturen angenehm mild.

Jetzt ist die perfekte Zeit, um die letzten Sonnenstrahlen zu genießen und

neue Energie zu tanken. Die frische Luft stärkt die Abwehrkräfte, und die Farben der Natur senken das Stresslevel. Außerdem lohnt es sich, jetzt schon den nächsten Winterurlaub zu planen und Frühbucherrabatte zu sichern.

Wir haben auf den folgenden Sonderseiten viele Ausflugstipps und -ziele für die Herbst- und Winterzeit für Sie zusammengestellt. Viel Freude beim Erkunden!



Kindertheater-Workshop in den Herbstferien

In der zweiten Herbstferienwoche findet für alle jungen TheaterfreundInnen ein Theaterworkshop statt

In der HalloweenTheaterwoche erwartet die Teilnehmenden eine unvergessliche Reise voller Grusel, Kreativität und spannender Entdeckungen! Eine Woche lang werden sie zu mutigen Schauspieler*innen in einem eigenen, schaurigen Theaterstück.

Von geheimnisvollen Waldgeistern und schaurigen Gestalten

Gemeinsam verwandeln sie sich in geheimnisvolle Waldgeister, Hexen, Zauberer oder andere schaurige Gestalten und lernen die Natur von ihrer mystischen Seite kennen. Weitere spannende Abenteuer gibt es zu erleben:



Beim Herbst-Ferien-Theater „Halloween weltweit“ tauchen die Kids in eine Welt voller geheimnisvoller Waldgeister, Hexen, Zauberer und andere mystische Gestalten. Foto: FreePik

– Kostüme und Bühnenbild selbst gestalten, – Geisterinstrumente bauen, – Kürbisse schnitzen und vieles über Halloween und die Geschichten aus der ganzen Welt erfahren.

15 Kinder tauchen in die Welt rund um Halloween

Der Workshop bietet Platz für 15 Kinder und findet vom 21. bis 25. Oktober täglich von 9:00 bis 13:15 Uhr in Albshausen statt. Die gruselige Theaterwoche kostet 85 Euro.

Anmeldungen unter: susannewesche@aol.com oder telefonisch 0171 682 5995. (sw)

ERLEBNIS-PARK ZIEGENHAGEN
natürlich | draußen

Nur **20 Minuten** von Göttingen

Familien-spaß
EINTRITTSPREIS **2** ZUM PREIS FÜR **1**

Wir schaffen Kindheitserinnerungen

www.erlebnispark-ziegenhagen.de f @

Abenteuer für die ganze Familie in Ziegenhagen

Hereinspaziert! Der Erlebnispark Ziegenhagen liegt im Geo-Naturpark Frau-Holle-Land, zwischen Kassel und Göttingen, nur 5 Minuten von der A7 entfernt und heißt alle kleinen und großen Besucher herzlich willkommen. Das Ausflugsziel für Familien mit Kindern im Alter zwischen 3 und 12 hat noch bis zum 31. Oktober 2024 geöffnet. Neben vielen Spiel- und Fahrattraktionen, gibt es ein 100-qm-großes Hüpfkissen und eine waghalsige Kletterburg mit einer der höchsten Rutschen in Nordhessen. Der Erlebnispark Ziegenhagen bietet jede Menge Abwechslung für einen actionreichen Tag mit der ganzen Familie. Der Erlebnispark Ziegenhagen blickt schon jetzt auf eine erfolgreiche Saison 2024. Das neue Fahrgeschäft Jungle Loop wurde sehr gut angenommen. Der Erlebnispark Ziegenhagen freut sich schon jetzt auf spannende Neuerungen, die in der Saison 2025 geplant sind.

Aufgrund der hohen Nachfrage und aus Treue zu unseren Stammgästen, gibt es ab sofort wieder Jahreskarten für die Saison 2025. Diese können bis zum 18.12.2024 noch zum aktuellen Saisonkartenpreis erworben werden.

Das Team des Erlebnispark Ziegenhagen freut sich auf euren Besuch!

Herbst-Ferien-Theater
Halloween weltweit
für Kinder von 8 bis 12 Jahre

21. bis 25.10.2024 / 9:00 - 13:15 Uhr

Bildung trifft Entwicklung

Die App mit dem Spuk im Museum Hameln!

GEISTAR?
AUF DEN SPUREN DER GEISTER

www.museumhameln.de
@museum_hamel
@museumhameln

museum HAMELN
AUF DEM BÄTTENFÄNGER

Der kleine Drache Kokosnuss
18.10.24 | DUDERSTADT
16.11.24 | GÖTTINGEN

Jan & Henry
LÖSEN JEDEN FALL
19.10.24 | KASSEL
01.11.24 | NORTHEIM

DAS DSCHUNGELBUCH
18.12.24 | BAD SOODEN-ALLENDORF

WOOZLE GOOZLE
30.11.24 | OSTERODE

THEATER LICHTERMEER
TICKETS UND INFOS AUF THEATERLICHTERMEER.DE

UNSERE MUSICALS FÜR DIE GANZE FAMILIE

Bezaubernde Kindermusicals

Das Theater Lichtermeer freut sich, die Aufführungen der Kindermusicals „Jan & Henry“ in Kassel und Northeim, „Das Dschungelbuch“ in Bad Sooden-Allendorf, „Der kleine Drache Kokosnuss“ in Duderstadt und Göttingen sowie „Woozle Goozle“ in Osterode ankündigen zu dürfen, die diesen Herbst auf die Bühne kommen werden. Diese Musicals sind speziell für Kinder ab vier Jahren und Familien konzipiert und entführen die jungen Zuschauer in eine Welt voller Spannung, Abenteuer und Humor. Ein sechsköpfiges Ensemble spielt, tanzt und singt in einem für das Theater Lichtermeer typischen und unverwechselbaren Mix aus Menschen, Puppen und toller Musik.

Weitere Informationen zu den Daten und Spielstätten sowie den Ticketverkauf finden Sie unter <https://theaterlichtermeer.de/termine-tickets>

Das Tourneetheater „Theater Lichtermeer“ wurde 2013 von André Hajda und Timo Riegelsberger in Itzehoe gegründet und erschafft seither Musicalerlebnisse für die ganze Familie. Mittlerweile sahen über 400.000 Kinder und Erwachsene in ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz die Abenteuer von „Peter Pan“, „Mogli“, Robin Hood“, „Jim Knopf“ sowie „Der kleine Drache Kokosnuss“ und „Jan & Henry“.

Entspannung und Abenteuer in Eschwege

Im traumhaften Ambiente der Boyoma-Lounge lädt die Wasser-Massage-Liege VelusJet® im espada Freizeitbad zu einem Kurzurlaub ein. Die Druckstrahl-Massage vitalisiert die gesamte Körperrückseite oder nur wahlweise bestimmte Regionen davon. Kreisbewegungen, Druckpunkt-massage, Ausstreichen und was immer man von einer manuellen Massage kennt, stehen zur Verfügung. Dies fördert die Durchblutung, regt den Stoffwechsel an, löst Verspannungen und lockert die Muskulatur. Für Entspannung sorgen zusätzlich ein beruhigendes Interieur und passende Musik über Kopfhörer. Es ist übrigens kein Besuch des Bades erforderlich; der VelusJet® kann in normaler Kleidung genutzt werden. **Infos auf www.espada.de**

Wer eher aktive Erlebnisse sucht, für den stehen insgesamt sechs Parcours im Kletterwald Eschwege bereit. Alle, die den Spaß in der Höhe suchen, können sich hier mutig von einer Baumplattform zur nächsten hangeln oder mit der Seilbahn unter dem Blätterdach dahinsausen. Gut gesichert müssen verschiedene Herausforderungen gemeistert werden, die Geschick und etwas Mut verlangen. Ob auf einem Bobby Car, einem Holzschlitten oder über baumelnde Getränkeboxen – es wird nie langweilig. Finale ist eine lange Abfahrt hinab in ein großes Netz. **Infos auf www.kletterwald-eschwege.de.**

ANZEIGE

Die Kraft des Wassers
Die VelusJet® Wasserstrahlmassage
Entspannte Auszeit für Ihre Gesundheit

espada
Dein Freizeitbad
Goldbachstraße 55 · 37269 Eschwege · Telefon 05651 807-289 · www.espada.de

KLETTERWALD ESCHWEGE
www.kletterwald-eschwege.de

Meldet Euch vor dem Klettern bei uns an

HOCH HINAUS!
Kletterspaß auf 6 Parcours

IDEALER URLAUB

SONNENSCHEN STATT WINTERBLUES

IHR REISEBÜRO IN HANN. MÜNDEN



<p>ÄGYPTEN Royal Brayka Beach Resort ★★★★★ 19.11.2024 - 26.11.2024 ab Frankfurt All Inclusive pro Person 700 €</p>	<p>TUNESIEN Hotel Thalassa Mahdia ★★★★★ 22.11.2024 - 29.11.2024 ab Hannover All Inclusive pro Person 588 €</p>
<p>TÜRKEI Fame Residence Kemer & Spa ★★★★★ 20.11.2024 - 27.11.2024 ab Hannover All Inclusive pro Person 550 €</p>	<p>MAROKKO Hotel Riu Tikida Dunas ★★★★★ 18.11.2024 - 25.11.2024 ab Frankfurt All Inclusive pro Person 866 €</p>
<p>MADEIRA Pestana Grand Premium Ocean Resort ★★★★★ 19.11.2024 - 26.11.2024 ab Frankfurt Halbpension pro Person 792 €</p>	<p>FUERTEVENTURA allsun App.-Hotel Esquinzo Beach ★★★★★ 19.11.2024 - 26.11.2024 ab Hannover All Inclusive pro Person 846 €</p>
<p>SPANIEN Sol La Palma Apartments ★★★★★ 23.11.2024 - 30.11.2024 ab Frankfurt Halbpension pro Person 981 €</p>	<p>KAPVERDEN Hotel Riu Funana ★★★★★ 21.10.2024 - 28.10.2024 ab Frankfurt All Inclusive pro Person 1.507 €</p>
<p>LANZAROTE Mirador Papagayo by LIVVO ★★★★★ 30.10.2024 - 06.11.2024 ab Frankfurt Halbpension pro Person 778 €</p>	<p>TENERIFFA Hotel Las Aguilas Tenerife, Affiliated by Melia ★★★★★ 21.11.2024 - 28.11.2024 ab Hannover Halbpension pro Person 668 €</p>

Weitere Informationen zu den Reiseangeboten:



Elisabeth Burghardt
Sandra Turba
Christiane Henze

BUCHEN SIE JETZT IHRE TRAUMREISE BEI UNS!

Reisebüro Ideal uG / Quedlinburgerstr. 8, Hann. Münden
www.reisebueroideal.de / Telefon: 05541 4456
 WhatsApp: 0157 50396614 / E-Mail: info@reisebueroideal.de
 Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10:00 - 13:00 Uhr & 13:30 - 18:00 Uhr, Samstag nach Absprache

„So klingt's zur Weihnachtszeit“ in Finsterbergen / Thüringen

mit Zwillingsherzen Claudia und Carmen, Antje Schmidt & Ronny Söllner am 5. Dezember 2024

Busfahrt inkl. Mittagessen, Unterhaltungsprogramm und Kaffee/Kuchen 94,-- €



Weihnachtskonzert mit Herz und Gefühl

mit Sigrid & Marina, Markus Wolfahrt und Vincent & Fernando am 21. Dezember 2024

Busfahrt inkl. Eintrittskarte PK 1: 94,-- €



Stimmungsvoller Advent in Bad Sachsa

1 Reisetag am 16. Dezember 2024

Leistungen: Busfahrt inkl. Mittagessen, Kaffee und Waffel, weihnachtlichem Programm

Reisepreis pro Person: 79,-- €

Weihnachtszauber in der Kaiserstadt Goslar

1 Reisetag am 17. Dezember 2024

Leistungen: Busfahrt

Reisepreis pro Person: 38,-- €

Lichterglanz im weihnachtlichen Michelstadt

1 Reisetag am 18. Dezember 2024

Leistungen: Busfahrt

Reisepreis pro Person: 42,-- €

Besinnlicher Advent in den Tiroler Bergen in Imst

5 Reisetage vom 8. - 12. Dezember 2024

Reisepreis pro Person: 629,-- €
Einzelzimmerzuschlag: 60,-- €

Kurreise nach Bad Wildungen

7 Reisetage vom 13. - 19. Dezember 2024

Reisepreis pro Person: ab 609,-- €



Weitere Details



Unseren Katalog finden Sie unter www.apelreisen.de oder wir senden Ihnen ein Exemplar zu!
Wir freuen uns auf Sie.



Wanfried setzt ein Zeichen gegen Vermüllung der Flüsse

Stadtteil Völkershäusen beteiligt sich erfolgreich an der bundesweiten WerraCleanUp-Kampagne

Die Ausbeute der Aktion: Rund 15 Kilogramm Müll wurden in den Uferbereichen der Werra aufgesammelt – ein klarer Appell für mehr Umweltbewusstsein.



Mitte September fand die WerraCleanUp-Kampagne in ganz Deutschland statt, an der sich auch Wanfried mit dem Stadtteil Völkershäusen beteiligte. Diese Umweltinitiative ist Teil der bundesweiten Aktion, die von der RhineCleanUp gGmbH aus Düsseldorf ins Leben gerufen wurde. Was einst am Rhein begann, hat sich inzwischen zu einer Bewegung ausgeweitet, die immer mehr Flüsse in den Fokus nimmt. Ziel der Kampagne ist es, einen Beitrag zur Eindämmung der Vermüllung der Ozeane zu leisten und aktiv gegen dieses dringliche Problem vorzugehen.

Die Dringlichkeit für Initiativen

Die erschreckenden Zahlen von Forschern, die davon ausgehen, dass jährlich zwischen 8 und 13 Milliarden Kilogramm Müll in die ohnehin schon stark verschmutzten Weltmeere gelangen, verdeutlichen die Dringlichkeit solcher Initiativen. Bürgermeister Wilhelm Gebhard aus Wanfried, der im Frühjahr an einer Informationsveranstaltung zu diesem Thema in Heringen teilnahm, war sofort begeistert von der Idee, dass die Kampagne in diesem Jahr auch die Werra umfassen würde. „Wer mich kennt, weiß, dass mir die Vermüllung unserer Landschaft schon lange ein Dorn im Auge ist und ich aktiv dagegen vorgehe“, so Gebhard. „Und mit WerraCleanUp haben wir jetzt die Möglichkeit, etwas

gegen den Müll auf und in der Werra, unserem Heimatfluss, zu tun.“ Die Resonanz auf den Aufruf zur Teilnahme war in diesem Jahr zwar noch gering, dennoch freut sich Gebhard über das Engagement von Völkershäusen. „Leider ist meinem Aufruf zur Teilnahme nur der Stadtteil Völkershäusen gefolgt. Das ist

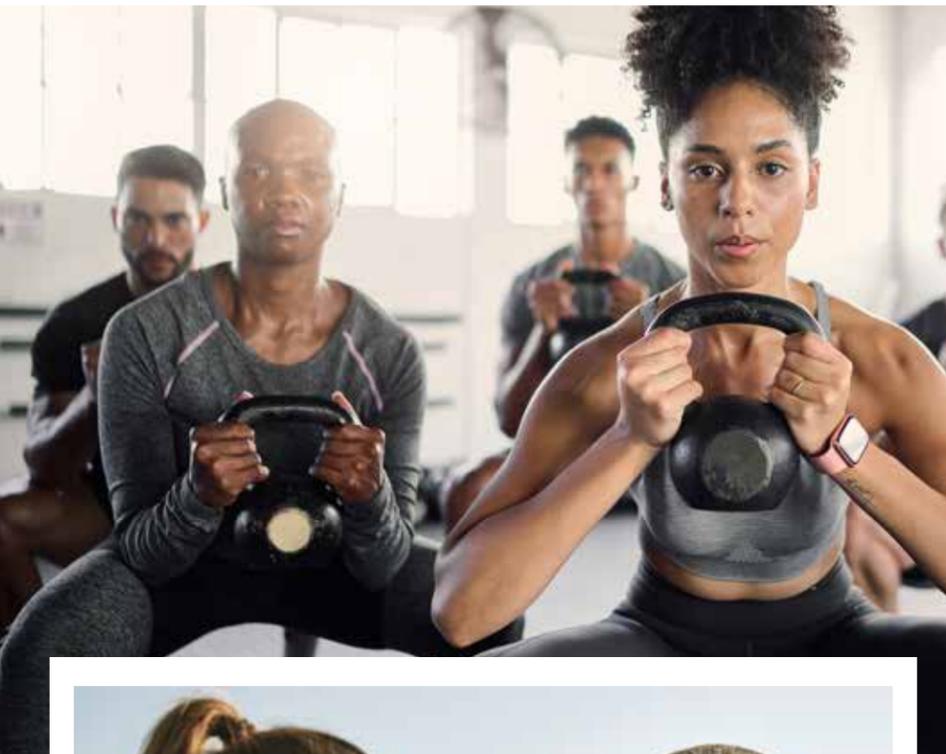


Bürgermeister Wilhelm Gebhard und das Team aus Völkershäusen engagieren sich aktiv für eine saubere Werra und sammeln Müll vom Wasser aus.
Fotos: Stadt Wanfried

natürlich noch zu wenig, aber vor dem Hintergrund, dass sich an der 299 km langen Werra mit Wanfried und Philippssthal zum Auftakt insgesamt nur zwei Orte beteiligt haben, können wir für das

erste Mal mit Völkershäusen sehr stolz sein, dabei gewesen zu sein.“

Unter den engagierten Helfern befanden sich der stellvertretende Ortsvorsteher Wolf-Peter Ritzau, das Ortsbeiratsmitglied Astrid Gessert und ihr Sohn Hanno sowie Bürgermeister Wilhelm Gebhard selbst. Gemeinsam nutzten sie ein Viererkajak der Familie Gessert und paddelten drei Kilometer die Werra in Richtung Wanfried entlang. Dabei sammelten sie innerhalb von zwei Stunden rund 15 Kilogramm Müll. „Es ist erstaunlich, was man in den Uferbereichen eines Flusses alles findet und wie beschwerlich es auf dem Wasser ist, den Müll zu bergen“, berichtet die Gruppe. Abschließend appellierten Gebhard, Ritzau und die Familie Gessert an die Öffentlichkeit: „Sorgsam mit unserer Umwelt umzugehen und keinen Müll in die Landschaft oder in unsere Flüsse zu werfen, sollte für jeden selbstverständlich sein.“ Die Hoffnung, dass im nächsten Jahr deutlich mehr Menschen an der WerraCleanUp-Kampagne teilnehmen, ist groß. Die diesjährige Teilnahme von Völkershäusen an der WerraCleanUp zeigt, dass auch kleine Gemeinden einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz leisten können. Mit Engagement und gemeinsamer Anstrengung kann ein Zeichen gesetzt werden – für saubere Flüsse, saubere Meere und eine bessere Zukunft. (sw/Stadt Wanfried)



Fit und vital in den Herbst

Herbstliche Gesundheitstipps: Von klarem Blick und starken Zähnen bis hin zu herbstlicher Fitness

Der Herbst ist da, und mit ihm beginnt die ideale Zeit, sich gezielt um die eigene Gesundheit zu kümmern. Auf unseren Sonderseiten erwartet Sie eine Fülle an wertvollen Tipps und Informationen, um fit und gesund durch die kühlere Jahreszeit zu kommen.

Zum „Tag des Sehens“ beleuchten wir die Bedeutung der Augenpflege im Alltag und zeigen, wie Sie Ihre Sehkraft langfristig schützen und unterstützen können. Zusätzlich klären wir über die Ursachen von Kälteempfindlichkeiten der Zähne auf, ein häufiges Problem in der kalten Jahreszeit. Erfahren Sie, warum Ihre Zähne gerade bei sinkenden Temperaturen empfindlicher reagieren und welche Maßnahmen helfen, das unangenehme Ziehen zu lindern.

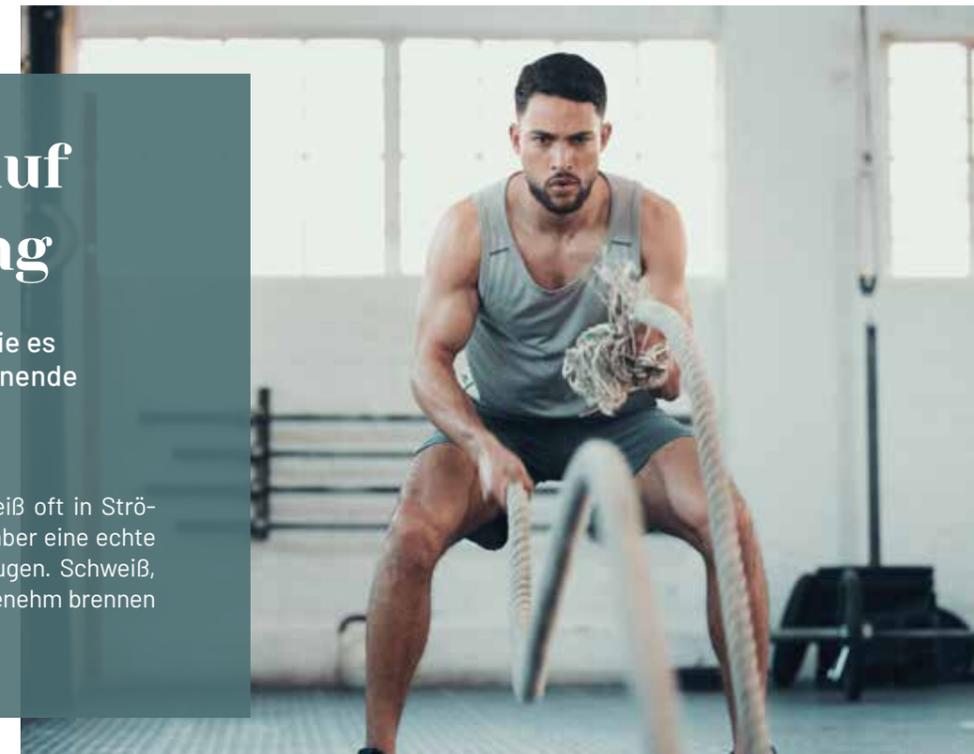
Auch Fitness und Bewegung kommen nicht zu kurz: Mit einfachen Workouts und Fitnessübungen zeigen wir Ihnen, wie Sie auch bei kälteren Temperaturen aktiv bleiben und Ihr Immunsystem stärken können. Entdecken Sie auf den folgenden Seiten, wie Sie sich rundum wohlfühlen und gesund durch den Herbst starten! (sw/red)

So bleiben Sie auch bei kälteren Temperaturen aktiv und stärken weiterhin regelmäßig Ihr Immunsystem.

Der Fokus auf dem Training

Kontaktlinsen oder Brille: Wie es gelingt, Workouts ohne brennende Augen zu absolvieren

Beim Sport fließt der Schweiß oft in Strömen – gut für den Körper, aber eine echte Herausforderung für die Augen. Schweiß, der ins Auge gelangt, kann unangenehm brennen und die Sicht beeinträchtigen.



Das liegt daran, dass Schweiß neben Wasser auch Salze und Mineralien enthält, die die empfindlichen Augen reizen. Um dies zu vermeiden, sollte beim Training auf Schutzmaßnahmen geachtet werden. Schweißbänder und Stirnbänder helfen, den Schweiß von der Stirn fernzuhalten. Auch Sportbrillen mit Schweißschutz sind eine gute Option, besonders bei intensiven Workouts. Für Kontaktlinsenträger stellt Schweiß eine zusätzliche Herausforderung dar, da dieser sowie Staubpartikel leicht unter die Linsen gelangen und Reizungen verursachen können. Zudem soll-

ten Kontaktlinsenträger immer darauf achten, die Augen nach dem Training gut zu reinigen, um mögliche Ablagerungen zu entfernen und Infektionen vorzubeugen.

Spezielle Tropfen zum Schutz

Um die Augen zusätzlich zu schützen, können spezielle Augentropfen vor dem Training verwendet werden, die die Augenoberfläche befeuchten und so weniger anfällig für Reizungen machen. Auch die Wahl des richtigen Trainingsortes spielt eine Rolle: In Innenräumen oder schattigen Be-

reichen bleibt man vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt, die das Schwitzen verstärken kann. Schließlich sollte man darauf achten, während des Workouts regelmäßig Pausen einzulegen, um das Gesicht abzuwischen und so den Schweiß frühzeitig von den Augen fernzuhalten. (sw/red)

Tipp: Wussten Sie, dass Koffein vor dem Training nicht nur die Leistung steigern, sondern auch die Schweißproduktion reduzieren kann? Weniger Schweiß bedeutet weniger Reizung der Augen – ein klarer Vorteil für ein fokussiertes Workout ohne brennende Augen! (sw/red)

Sanitätshaus Mielke  Für Rücken-/Seiten- & Bauchschläfer, mit kühlenden Gel Trigger Spots.

TMX TRIGGER PILLOW  **149,-**
14 Tage-Geld-zurück-Garantie

ZUR LINDERUNG FOLGENDER BESCHWERDEN:

- » Schlafstörungen
- » Nacken- und Schulterschmerzen
- » Schluckbeschwerden
- » Halswirbelsäulen Syndrom-/Überstreckung
- » Kopfschmerz
- » Kieferbeschwerden
- » Rückenschmerzen
- » Rundrücken

Witzenhausen - Ermschwerder Str. 23
Tel. 05542 / 91 01 12
Großalmerode - Marktplatz 15
Tel. 0 56 04 / 63 92
Hess. Lichtenau - Landgrafenstr. 7
Tel. 0 56 02 / 91 47 72
Kaufungen - Leipziger Str. 277
Tel. 05605 / 92 72 700
Werra-Reha-Klinik BSA - Berliner Str. 3
Tel. 0 56 52 / 951-555

Systemische Beratung Eschwege
Einzel-, Paar-, Familienberatung

Sabine Theile
An den Anlagen 7
37269 Eschwege
05651 4744141
www.systemische-beratung-eschwege.de

Auch in Treffurt und Großburschla! 

Auch den Augen Pausen gönnen

Bildschirmarbeit muss nicht zu trockenen Augen und Verspannungen führen

Die Arbeit am Computer nimmt bei vielen Menschen einen immer größeren Teil ihres Berufslebens ein. Auch nach der Corona-Pandemie werden Online-Meetings und Homeoffice weiterhin an Bedeutung gewinnen. Dr. Ludger Wollring vom Berufsverband der Augenärzte Deutschlands gibt Tipps, wie man die Augen vor Überlastung schützen kann.



Bildschirme sind im Alltag allgegenwärtig: Vom morgendlichen Blick aufs Tablet bei der Zeitungslektüre, über lange Arbeitsstunden am Computer, bis hin zu ständigen Blicken aufs Mobiltelefon. Seit Beginn der Corona-Pandemie finden viele Besprechungen online statt, und das Arbeiten von zu Hause ist zur neuen Normalität geworden. Diese Entwicklungen werden wahrscheinlich auch nach der Pandemie anhalten.

Doch wer ständig auf Bildschirme in kurzer Distanz schaut, bekommt oft Beschwerden wie müde, trockene oder brennende Augen, Kopfschmerzen und Verspannungen. Diese lassen sich durch einfache Maßnahmen reduzieren: Regelmäßige Pausen sind wichtig, um den

Blick vom Bildschirm zu lösen und die Augenmuskeln zu entspannen. Dazu kann die 20-20-20-Regel helfen: Alle 20 Minuten für 20 Sekunden auf Objekte in mindestens 20 Meter Entfernung schauen. Auch frische Luft ist wichtig, besonders in geheizten Räumen, wo die Luft oft trocken ist. Regelmäßiges Lüften sorgt für einen Luftaustausch, der den Augen guttut. Da man bei der Bildschirmarbeit weniger blinkt, sollte man bewusst häufiger blinzeln, um die Augen feucht zu halten. Eine ergonomische Gestaltung des Arbeitsplatzes kann ebenfalls helfen, Verspannungen und Augenbeschwerden zu vermeiden. Außerdem sollte man darauf achten, genug zu trinken, da Flüssigkeitsmangel die Augen zusätzlich austrocknen kann. Wenn die Augen trotz allem gereizt sind, können unkonservierte Tränenersatzmittel helfen. (sw/red)

Haus Salem
Witzenhausen
Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen

Gemeinsam statt einsam

Fühlen Sie sich bestens umsorgt in unserer Tagespflege – wir haben wieder Plätze frei für Sie! Lassen Sie sich beraten und nutzen Sie unseren kostenlosen Schnuppertag:

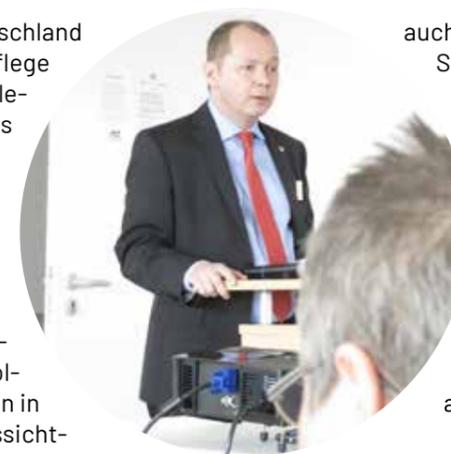
05542 5036-382

haussalemwitzenhausen
witzenhausen.gesundbrunnen.org

Ausbildung in der Pflege wird attraktiver

Interview mit Michael Walden, Geschäftsführer der Grone Bildungszentren Hessen GmbH – gemeinnützig –

Der Fachkräftemangel in Deutschland ist besonders im Bereich der Pflege deutlich sichtbar. Kaum ein Pflegeheim oder ein Krankenhaus, welches aktuell keine offenen Stellen zu bieten hat. Besonders ausgebildetes Fachpersonal wird in Pflegeeinrichtungen händeringend gesucht.



Michael Walden ist Geschäftsführer der Grone Bildungszentren Hessen GmbH – gemeinnützig. Foto: Grone Bildungszentrum

Das Paradoxe daran: Die Zukunftsaussichten in der Pflege sind heute für junge Menschen besser denn je. Denn infolge der Alterung der Gesellschaft werden in Deutschland bis zum Jahr 2049 voraussichtlich zwischen 280.000 und 690.000 Pflegekräfte fehlen, das schätzt jedenfalls das Statistische Bundesamt. Doch die Berufsausbildung zur/zum Pflegefachfrau/-mann ist für viele eine gewisse Hürde.

auch jederzeit einen ausbildungsbegleitenden Sprachunterricht anbieten.

Was können Sie uns über die Ausbildung bei Grone berichten?

Michael Walden: Gute Bildung macht sich bezahlt. Bildung ist ein unbezahlbares Gut im Arbeitsmarkt. Wir organisieren Aus- und Fortbildungen in vielen verschiedenen Berufsfeldern und Branchen und betreiben eigene staatlich anerkannte Berufsfachschulen.

Ich glaube vor allem, dass der Unterricht im Rahmen der Ausbildung zur Pflegefachfrau/-mann bei uns Freude bereitet. Wir haben elf Standorte in ganz Hessen und mehr als 200 in ganz Deutschland.

Gibt es beim Fachkräftemangel in der Pflege ein Licht am Ende des Tunnels, lieber Herr Walden?

Michael Walden: Ich denke ja. Denn die Nachfrage nach Ausbildungen im Bereich der Pflege ist bei Grone aktuell sehr hoch. Was uns freut. Vor allem sind es mittlerweile junge Menschen mit Migrationshintergrund, die derzeit in der Pflege eine Zukunft suchen und finden. Grone hat derzeit einen Anteil von mehr als 50 Prozent mit SchülerInnen mit Migrationshintergrund.

Ist das positiv?

Michael Walden: Ja, auf jeden Fall, denn diese Menschen bringen überwiegend eine hohe intrinsische Motivation für den Beruf mit. Sie sind engagiert, motiviert und wollen etwas erreichen. Hinzu kommt in der Regel ein hohes Maß an Empathie, die diese Menschen mitbringen. Diese Eigenschaften miteinander kombiniert sind sehr wertvoll für die Pflege von Menschen.

Ist die sprachliche Barriere ein Problem?

Michael Walden: Die Ausbildung ist so konzipiert, dass SchülerInnen auch mit Migrationshintergrund sie gut schaffen können. Gewisse Sprachkenntnisse in Deutsch sind dabei eine Voraussetzung. Das heißt aber nicht, dass man fehlerfrei sein muss. Gesetzlich vorgegeben ist das Sprachniveau B2. Diese Voraussetzung erfüllen unsere Schülerinnen und Schüler. Da wir überdies an allen unseren Standorten als Sprachkursträger durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge zugelassen sind, können wir

Wir wissen also mit nahezu 130 Jahren Erfahrung, was wir tun. Unser Standort in Hess. Lichtenau ist gut erreichbar für SchülerInnen aus dem Werra-Meisner Kreis, aus Kassel oder sogar Göttingen. Unser Lehrpersonal ist zudem sehr gut ausgebildet und wird regelmäßig geschult. Auch die Technik ist bei uns auf dem neuesten Stand. Wir arbeiten natürlich mit digitalen Endgeräten. (bm)

Grone
WISSEN, DAS SIE WEITERBRINGT

*Pflege
Ein Beruf mit Zukunft!*

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

WIR BILDENAUS!
Staatlich anerkannte generalistische/-r Pflegefachfrau/-mann (m/w/d)
Beginn: 01.10.2024 (3-jährig)
Staatlich anerkannte/-r Altenpflegehelfer/-in
Beginn: 14.10.2024

WEITERBILDUNGEN:
Betreuungskraft §53c, SGB XI
Beginn: 14.10. - 22.11.2024
Rezertifizierungen/ Sprachkurse

Kontakt
Grone-Akademie für Pflege- und Gesundheitsberufe Hessisch Lichtenau
Ansprechpartnerin: Lena Zimmermann
Mühlweg 22, 37235 Hessisch Lichtenau
Tel.: 05602 2189
E-Mail: hessisch-lichtenau@grone.de
www.grone.de/hessen

Grone-Bildungszentren
Hessen GmbH – gemeinnützig –
EIN UNTERNEHMEN DER STIFTUNG GRONE-SCHULE

Empfindliche Zähne bei kälteren Temperaturen

Der Herbst bringt kühle Temperaturen, die bei Menschen mit empfindlichen Zähnen oft Schmerzen verursachen können

Empfindliche Zähne sind ein häufiges Problem, das besonders in den kälteren Monaten verstärkt auftreten kann. Wenn schon ein Schluck heißer Tee oder ein Bissen vom Apfel ein schmerzhaftes Stechen auslöst, ist es höchste Zeit, sich um die Zahngesundheit zu kümmern. Doch was steckt hinter diesen Beschwerden, und wie kann man seine Zähne im Herbst und Winter effektiv schützen?

Empfindliche Zähne entstehen häufig durch freiliegendes Dentin, das durch Zahnschmelzabbau oder zurückgehen-



des Zahnfleisch entsteht. Die Nerven werden dadurch anfälliger für Reize wie Kälte oder Hitze, was zu schmerzhaften Empfindungen führt. Die häufigen Temperaturwechsel im Herbst verstärken diese Empfindlichkeit zusätzlich. Spezielle Zahnpasten für empfindliche Zähne enthalten Inhaltsstoffe wie Kaliumnitrat oder Strontiumchlorid, die die kleinen Kanäle im Dentin verschließen und die Nerven schützen. Regelmäßige Verwendung kann die Empfindlichkeit spürbar reduzieren. Ein Strohhalm kann helfen, den direkten Kontakt mit den Zähnen zu minimieren. **Mehr auf Seite 31!**

Kalte Luft kann empfindliche Zähne stark reizen, daher ist es ratsam, bei kaltem Wetter durch die Nase zu atmen, um den direkten Kontakt mit der kühlen Luft zu vermeiden. Ein Schal kann zusätzlich den Mundbereich schützen und so die Zähne vor den Temperaturwechseln bewahren. Auch die Ernährung spielt eine wichtige Rolle: Säurehaltige Nahrungsmittel wie Zitrusfrüchte können den Zahnschmelz angreifen und weiter schwächen. Deshalb sollten solche Speisen und Getränke nur in Maßen genossen werden. Es hilft, nach dem Verzehr säurehaltiger Lebensmittel Wasser zu trinken, um die Säuren zu neutralisieren. Auch die richtige Zahnpflege ist entscheidend für den Schutz empfindlicher Zähne. Eine weiche Zahnbürste und sanfte Putztechniken verhindern, dass der Zahnschmelz durch zu starkes Schrubben noch weiter abgetragen wird.



Auch die kalte Luft kann empfindliche Zähne stark reizen. Tipp: Hier einfach vermehrt durch die Nase atmen!

Gutes Team & moderne Ausstattung

KOMM ZU UNS

Zahnmedizinische/r Fachangestellte/r (MWD)

- Voll- oder Teilzeit
- Kommunikativ
- Teamplayer
- Verlässlichkeit
- Engagement

Praxis Bad Wilhelmshöhe
Druselstalstrasse 178, 34131 Kassel
0561 5743260





- Vorbereitung
- Assistenz
- Praxishygiene
- Röntgen
- Patientenaufklärung

Praxis Leipziger Platz
Leipziger Str. 164, 34123 Kassel
0561 51088000



DrösslerDental®

Perfekte Zähne für ein strahlendes Lächeln

Ihr Dentallabor im Werra-Meißner-Kreis

Dentale Technologie auf höchstem Niveau

Made in Germany

Wir produzieren ausschließlich in Deutschland.

sichere Implantologie

Wir verwenden nur Implantat-Originalteile.

modernste Technologien

Zahntechnische Handwerkskunst mit modernsten computergestützten Fertigungstechniken.

Material-Technologie

Wir verwenden ausschließlich zertifizierte Qualitätswerkstoffe.

qualifizierte Mitarbeiter

Alle Mitarbeiter sind hoch motiviert und bestens weitergebildet.

geprüft, zuverlässig, konstant




Drössler-Dental GmbH

Zentrum für zahnärztliche Prothetik und Zahnimplantologie

Forstgasse 21 • 37269 Eschwege • Tel.: 05651.2275 527 • Fax: 05651.2275 528 • info@droessler-dental.de • www.perfektezähne.de

Seite 31

Ihre Unabhängigkeit mit einem VELA-Trippehlstuhl erreichen



Bis zu 300 kg belastbar

elektr. Höhenverstellung

Finanzierung möglich



Eine aufrechte Sitzposition in einem stabilen Stuhl mit Handbremse hilft dem Adipositas-Benutzer, besser zu atmen. So wird die Sauerstoffversorgung verbessert. Gelenke werden entlastet und somit auch Schmerzen und Müdigkeit verringert. Der Stuhl kann im Sitzen bewegt werden. Dadurch wird die Selbstständigkeit, beispielsweise beim Kochen, unterstützt. Die elektrische Höhenverstellung hilft beim Aufstehen und spart Kraft.



Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin mit mir, gerne auch bei Ihnen Zuhause.

Tilman Shastrri



Studio Neues Sitzen
Friedrich-Ebert-Straße 26
37077 Göttingen
☎ 0551 38 48 99 62

Zweigstelle Kassel
Ludwig-Erhard-Straße 12 (im FIDT)
34131 Kassel
☎ 0151 23 05 87 47

STUDIO
NEUES
SITZEN
bewegt



Besuchen Sie uns online.

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

Dehnen für Körper und Geist

Mit einfachen Dehnübungen gegen Verspannungen und steife Muskeln

Der Herbst ist die perfekte Zeit, um sich auf Bewegung und Flexibilität zu konzentrieren. Besonders das Dehnen und Strecken spielt dabei eine wichtige Rolle, um den Körper geschmeidig und beweglich zu halten. Dehnen und Strecken fördert auch die Durchblutung der Muskeln. Besonders in den kälteren Monaten, wenn die Muskeln durch die niedrigen Temperaturen schneller verspannen, ist es wichtig, den Körper regelmäßig aufzuwärmen und zu dehnen. Dehnen hilft auch dabei, Verspannungen vorzubeugen, die durch langes Sitzen im Büro oder Zuhause entstehen können. Ein weiterer Vorteil des Dehnens ist die Verbesserung der Körperhaltung. Viele Menschen neigen dazu, im Alltag eine schlechte Haltung anzunehmen. Regelmäßiges Strecken kann helfen, die Wirbelsäule aufzurichten und die Haltung zu stabilisieren.

Vorteile und mögliche Nachteile



Regelmäßiges Dehnen bietet zahlreiche Vorteile, darunter eine gesteigerte Flexibilität, eine verbesserte Durchblutung und ein entspannteres Muskelgefühl. Es hilft zudem, die Muskulatur nach dem Training zu regenerieren und Muskelkater zu lindern. Doch Vorsicht: Zu intensives oder falsches Dehnen kann zu Verletzungen führen. Deshalb ist es wichtig, auf die Signale des Körpers zu hören und sich nur bis zu einem angenehmen Punkt zu dehnen, ohne Schmerzen zu verursachen.

Ein häufiger Fehler ist das sogenannte „kalte Dehnen“, also das Dehnen ohne vorheriges Aufwärmen. Besonders im Herbst, wenn die Muskeln durch die Kälte steifer sind, sollte man sich vor dem Dehnen ein wenig bewegen, um die Durchblutung anzuregen. Sanfte Übungen wie ein Spaziergang oder leichtes Schwingen der Arme und Beine bereiten den Körper optimal auf das Dehnen vor.

Eine einfache Dehnübungen kann zum Beispiel das Nackenstrecken sein. Setzen Sie sich gerade hin, legen Sie eine Hand auf den Kopf und ziehen Sie ihn sanft zur Seite. Halten Sie diese Position für 15-20 Sekunden und wechseln Sie dann die Seite.

Lebensqualität mit modernen Hörgeräten

Neue Technologien sorgen für besseres Hören und mehr gesellschaftliche Teilhabe

Etwa jeder dritte Mensch über 65 Jahren hat eine verminderte Hörfähigkeit. Das kann sich stark auf die Lebensqualität auswirken. Doch dank moderner Hörgeräte ist es heute einfacher denn je, Hörverlust zu kompensieren und wieder am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Hörverlust kann durch verschiedene Faktoren verursacht werden, wie zum Beispiel Lärmschäden, Alterungsprozesse, Infektionen, genetische Veranlagung oder auch bestimmte Medikamente. Das Gehör verschlechtert sich, wenn die Haarzellen im Innenohr geschädigt werden. Diese Haarzellen wandeln Schallwellen in elektrische Signale um, die dann vom Gehirn als Töne interpretiert werden. Wenn diese Zellen absterben oder geschädigt sind, kann das Gehirn die Schallinformationen nicht mehr korrekt verarbeiten, was zu Hörverlust führt.

Lebensqualität mit modernen Hörgeräten



Moderne Hörgeräte sind technologisch fortschrittlich und bieten eine Vielzahl von Funktionen, die das Hörerlebnis deutlich verbessern. Sie sind klein, diskret und leistungsstark, und sie passen sich automatisch an unterschiedliche Geräuschumgebungen an. Viele neue Hörgeräte sind mit Bluetooth-Technologie ausgestattet, sodass sie mit Smartphones und anderen Geräten verbunden werden können, um Musik zu hören oder Anrufe zu tätigen. Ein unbehandelter Hörverlust kann zu Isolation und einem Rückzug aus dem sozialen Leben führen. Menschen, die Hörgeräte tragen, berichten oft von einer verbesserten Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Das Design von Hörgeräten hat sich in den letzten Jahren deutlich weiterentwickelt. Moderne Hörgeräte sind kaum noch sichtbar, haben eine ergonomische Form und sind leicht, was den Tragekomfort erheblich verbessert. Einige Modelle sitzen unsichtbar im Gehörgang, während andere hinter dem Ohr getragen werden und durch innovative Materialien besonders hautfreundlich und unauffällig sind. Durch den Einsatz moderner Technologien wie Künstlicher Intelligenz (KI) passen sich Hörgeräte dynamisch an die jeweilige Geräuschumgebung an. (sw/red)

Schon gewusst?

Studien zeigen, dass Menschen mit Hörverlust, die Hörgeräte nutzen, eine bessere auditive Wahrnehmung haben und weniger Einsamkeit erleben.



Weniger Lärm. Klare Sprache. Unbeschwert Hören.

Das weltweit erste Hörsystem mit eigenem KI-Chip. Für beispiellose Sprachklarheit aus allen Richtungen!

Audéo Sphere™ Infinio ist die bahnbrechende Hörtechnologie von Phonak. Das Hörsystem wird von zwei Chips angetrieben, davon einem speziellen KI-Chip für die Klangverarbeitung. Es bietet beste Sprachverständlichkeit, ganz gleich, aus welcher Richtung die Sprache kommt. Sphere Infinio filtert Störgeräusche heraus, sodass Sie Gespräche mühelos auch in den lautesten Umgebungen führen.

- Das Hörsystem trennt Sprache von Lärm und liefert klare Sprache aus allen Richtungen
- Geringere Anstrengung beim Zuhören, selbst in lautesten Umgebungen
- Verbindet sich mit mehr bluetoothfähigen Geräten als jedes andere Hörsystem auf der Welt
- Sofortige Erweiterung der Hörumgebung in alle Richtungen



Hörgeräte Studio Susanne



Am Gradierwerk 2a
37242 Bad Sooden-Allendorf
Telefon: 05652 - 91 90 981
Mail: info@hoergeraete-susanne.de
Web: www.hoergeraete-susanne.de
Hörgeräte Studio Susanne

Testen Sie die neuen, bahnbrechenden Phonak Hörsysteme kostenlos in unserem Fachgeschäft!

Ein Blick auf die Welt: Augenlicht als kostbares Gut

Am Internationalen Tag des Sehens stehen Menschen im Fokus, deren Sehvermögen gerettet werden kann

Der Internationale Tag des Sehens (World Sight Day) rückt jedes Jahr die Themen Sehbehinderung und Blindheit in den Fokus. An diesem Tag wird auf die Bedeutung von gutem Sehvermögen hingewiesen und darauf aufmerksam gemacht, dass Millionen Menschen weltweit an vermeidbaren oder behandelbaren Sehproblemen leiden. Dieses Jahr ist der Aktionstag am 10. Oktober. Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) haben mindestens eine Milliarde Menschen weltweit eine Sehbeeinträchtigung, die sowohl das Sehen in der Nähe als auch in der Ferne betrifft. Sehbehinderungen und Blindheit können das Leben der Betroffenen erheb-



lich beeinträchtigen und sowohl den Alltag als auch das Berufsleben stark einschränken. Die häufigsten Ursachen für Sehprobleme sind Grauer Star und unkorrekt

behandelte Fehlsichtigkeiten. Auch altersbedingte Makula-Degeneration, Grüner Star (Glaukom), diabetische Augenerkrankungen, Infektionen am Auge und Verletzungen gehören zu den Ursachen. Im Jahr 2021 beschlossen die Mitgliedsstaaten der World Health Assembly, verstärkt gegen die Hauptursachen von Sehbehinderungen vorzugehen. Bis 2030 sollen unter anderem die Versorgung mit Brillen um 40 Prozent verbessert und die Anzahl der Katarakt-Operationen um 30 Prozent erhöht werden. Außerdem sollen die Qualität und Verfügbarkeit augenärztlicher Dienstleistungen weltweit deutlich verbessert werden, so das Ziel der World Health Assembly. (sw/red)

Gemeinsam für ein starkes Miteinander im Kreis

Auch im Jahr 2024 verleiht der Werra-Meißner-Kreis den Sozialpreis

In Krisenzeiten nehmen die gesellschaftlichen Spannungen zu. Isolation, Entfremdung und Polarisierung aber auch Gewalt und Respektlosigkeit begegnen uns im täglichen Leben immer häufiger. Umso wichtiger ist der Zusammenhalt der Menschen untereinander. Deshalb wird der Sozialpreis 2024 an Einzelpersonen, Teams, Organisationen wie Vereine oder Verbände verliehen, die sich im besonderen Maße ehrenamtlich für den „gesellschaftlichen Zusammenhalt“ im Kreis eingesetzt haben. Vorschläge für die Preisverleihung können von Einzelpersonen, Organisationen und Institutionen sowie dem Kreisausschuss selbst gemacht werden. Ausgeschlossen hiervon sind hauptamtliche



MandatsträgerInnen. Einzelpersonen, Vereine oder Verbände dürfen sich nicht selbst vorschlagen. Eine wiederholte Auszeichnung ist frühestens nach Ablauf von drei Jahren

möglich. Als Preisgeld stellt der Kreis 5.000 Euro zur Verfügung, die auf mehrere Preisträger verteilt werden können. „Es ist beeindruckend, wie viele Menschen sich in unserem Landkreis uneigennützig für andere einsetzen. Diese Würdigung ist ein Zeichen unserer Dankbarkeit und Anerkennung für alle, die zum gesellschaftlichen Zusammenhalt beitragen. Wir freuen uns auf zahlreiche Vorschläge bis zum Einsendeschluss“, betont Landrätin Nicole Rathgeber. Das Formular für die begründeten Vorschläge kann abgefragt bzw. eingereicht werden bei: Werra-Meißner-Kreis, Daisy Schilde, Tel.: 05651/302-4431, E-Mail: Daisy.Schilde@werra-meissner-kreis.de (red)

ANZEIGE

meineBrille
STYLE, DEN ICH WILL.

- Komplettpreis: **Fassung und Gläser**
- Leichte Marken-Kunststoffgläser, **superentspiegelt und kratzgeschützt**
- **Neusehland Garantiepaket** inklusive

EINSTÄRKEN-BRILLE **89€**
bis sph +/- 6,00 dpt, cyl 2,00 dpt

GLEITSICHT-BRILLE **149€**
bis sph +/- 6,00 dpt, cyl 4,00 dpt

Eschwege
Stade 36
Tel. (0 56 51)
2 29 08 50

neusehland
Mein Augenoptiker & Hörakustiker

Schon gewusst?

Wusstest du, dass unsere Augen täglich bis zu 30.000 verschiedene Details wahrnehmen können? Eine ausgewogene Ernährung mit Vitamin A, C und E sowie ausreichend Schlaf fördern zudem die Augengesundheit und helfen, das Sehvermögen langfristig zu schützen.

Augenoptik Heitzenröder
Ihr Augenoptik-Fachgeschäft in

SOODEN
Im Herzen unseres schönen Werratales!

37242 Bad Sooden-Allendorf • Telefon 05652/918555
www.augenoptik-heitzenroeder.de

Webdesign aus der Region für die Region

Andre-Digitaldesign hilft lokalen Firmen beim Webauftritt



Seit 2007 ist der Creative Director Michael Andre aus Großalmerode bereits im Bereich Webdesign tätig. Sein Erfahrungsschatz in der Pflege und im Aufbau von Firmenwebseiten ist groß. Dabei zählt Michael Andre vor allem ländliche Soloselbstständige und kleine/mittelständische Unternehmen (KMUs) zu seinen Kunden. „Webdesign umfasst die Gestaltung benutzerfreundlicher und ansprechender Webseiten, die auf die Bedürfnisse ländlicher Unternehmen zugeschnitten sind“, erklärt Michael Andre.

sein, dass sie in lokalen Suchergebnissen gut gefunden wird. Zudem bietet Michael Andre auch die Modernisierung von Webseiten, Optimierung für Desktop und mobile Geräte an. Nutzen Sie seine Expertise in SEO, Nutzererfahrung und Design, um mehr Sichtbarkeit für Ihr Unternehmen zu generieren und neue Kunden zu gewinnen. Nutzen Sie das Webdesign aus der Region für die Region und die langjährige Erfahrung im Bereich Firmenauftritt und Webaufbau von Michael Andre. (bm)

Sichtbarkeit im Internet

Dabei ist der Webdesigner spezialisiert auf Corporate Design (CD) und Corporate Identity (CI) für Unternehmen und Branding für Firmen. „Ich genieße es, komplexe Probleme in einfache, schöne und intuitive Designs zu verwandeln. Mein Ziel ist es, Ihre Botschaft und Identität auf die kreativste Weise zu vermitteln“, sagt der Web-Designer. Dabei sollte die Webseite die Kultur und Besonderheiten der Region widerspiegeln, perfekt auf Smartphones und Tablets funktionieren und so gestaltet

andredigitaldesign

Webdesign für lokale Helden

01590 22 59 49 8 | info@andre-digitaldesign.de
www.andre-digitaldesign.de



Kuschelig durch den Herbst

Von Oversize-Strick bis Layering-Look: Das ist die Herbstmode für 2024

Der Herbst ist die perfekte Jahreszeit, um sich in kuschelige Mode zu hüllen und stilvoll durch die kühleren Tage zu gehen. Die Trends 2024 für Männer, Frauen und Kinder vereinen Komfort, Wärme und Eleganz – in weichen Materialien, erdigen Farben und lässigen Schnitten.

Für den Herbst gewappnet

Für Frauen sind Oversize-Strickpullover das absolute Must-have dieser Saison. Sie lassen sich wunderbar mit knöchellangen Röcken oder kariertem Wollhosen kombinieren. Dazu passen rustikale Stiefel und ein Kuschelschal in warmen Farben wie Bordeaux, Senfgelb oder Rostrot. Teddy-Mäntel und Cardigans sorgen für die Extraportion Gemütlichkeit. Mit Accessoires wie groben Schals und Fisherman-Mützen lässt sich der



Look perfekt abrunden und ist sowohl im Alltag als auch beim Spaziergang durch das Herbstlaub ein Hingucker. Männer setzen diesen Herbst auf den Layering-Look: Strickjacken über Karohemden und dazu Parkas oder gefütterte Jacken sind ideal für das wechselhafte Wetter. Farben wie Olivgrün, Braun und Dunkelblau dominieren die

Strickmode ist aus der Herbstgarderobe nicht mehr wegzudenken. Doch wussten Sie, dass das Stricken auf eine über 1.000 Jahre alte Geschichte zurückblickt? Der älteste bekannte Strickfund stammt aus Ägypten und wird auf das 11. Jahrhundert datiert. Damals diente das Stricken vor allem praktischen Zwecken, um wärmende Kleidungsstücke wie Socken und Mützen herzustellen. Im Laufe der Jahrhunderte hat sich das Handwerk jedoch weiterentwickelt und ist heute nicht nur funktional, sondern auch ein fester Bestandteil der Modewelt. Vom klassischen Strickpullover bis zu trendigen Accessoires wie Schals und Mützen – Strickmode verbindet Tradition und moderne Trends.

Männermode und schaffen den perfekten Mix aus Funktionalität und Stil. Derbe Boots und schlichte Beanies ergänzen das Outfit und bringen einen Hauch von Outdoor-Abenteuer in den Alltag. Auch die Kleinen kommen nicht zu kurz. Für Kinder sind farbenfrohe Wollpullis und bequeme Cordhosen der Hit. Steppjacken in bunten Farben und gefütterte Boots halten sie warm, während sie draußen herumtollen. Mützen mit Bommel und Schals mit niedlichen Mustern sorgen dafür, dass die Kids warm eingepackt und gleichzeitig richtig süß aussehen. Kuschelige Wollsocken und Fäustlinge machen den Look für kleine Abenteuer komplett. Besonders im Herbst gilt: Die richtigen Accessoires machen den Look erst komplett. Warme Schals, Mützen und Handschuhe sind unverzichtbar, um die kalten Tage stilvoll zu genießen. (sw/red)

Jetzt ZUGREIFEN: Kinder-Marken-Mode

TIEFSTPREISE bei Flick-Flack Moden

Für Sie über **3.000** Artikel Kinder-Marken-Mode in Top-Qualität zu **knallhart reduzierten Tiefstpreisen** wegen Sortimentsumstellung bei Flick-Flack Moden.



Hier finden Sie in einem großen Sortiment aus Baby-, Kinder- und Jugendmo-

Shirts, Sweats, Hosen, Leggins, Kleider, CMP Winter- und Fleecejacken, Mützen (3 € - 5 €) uvm. Fotos: nh

de in den Größen 56-176 bestimmt Ihr Tiefstpreis Highlight!

Jetzt ist Ihre einmalige Gelegenheit, sich Ihre Lieblingsteile zu sichern!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Bitte vereinbaren Sie Ihren Wunschtermin unter 05658 8336.

Eleganz und Vielfalt

Besuchen Sie uns bei Flick-Flack Moden und lassen Sie sich von unserer festlichen Mode inspirieren. Machen Sie die Festtage zu etwas ganz Besonderem:



mit einem Outfit, das Ihren persönlichen Stil unterstreicht und Ihnen unvergessliche Momente beschert.

Kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich von der großen Auswahl an tollen Kleidern in kurz und lang, jumpsuits und Anzügen in verschiedenen Größen und Ausführungen. Daneben bietet Martina Bachmann mit

ihrem Team neue und kreative Ideen, Hilfe in Stil- und Modefragen und eine auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Beratung.

Auch Änderungen sind möglich und werden schnell, unkompliziert und professionell ausgeführt. Parkplätze befinden sich direkt vor dem Haus. Entdecken Sie eine große Auswahl an geschmackvollen Outfits und finden Sie den passenden Look für Ihren besonderen Tag.



Die Herbstmode ist da: Entdecken Sie die neuesten Trends der Saison! Große Auswahl auch in großen Größen, die passt und begeistert!



Bischofstraße 13
37284 Bischhausen
05658-8336

Besuchen Sie uns auf Facebook:
flick-flack-moden

AB SOFORT

AB 50% BIS ZU 70% REDUZIERT



KINDER-MARKENMODE

Größe 56 - 176

Termin nach Vereinbarung



Passt nicht, gibt's nicht!
Wir haben für jedes Kind die passende Hose!

Homeoffice in der Hotellerie

Wie Remote Work und hybrides Arbeiten das Management verändert

Homeoffice und hybrides Arbeiten sind längst nicht mehr nur was für Bürojobs – auch in der Hotellerie erobern sie die Arbeitswelt. Besonders im Management verändert Remote Work vieles. Früher war es undenkbar, den Betrieb aus der Ferne zu managen, doch moderne Technologien machen es möglich. Ob Meetings via Zoom, Buchungs- und Verwaltungstools oder digitales Aufgabenmanagement – das Hotel kann auch vom Laptop aus organisiert werden. Das klingt nach Freiheit und Flexibilität – und genau das ist es auch! Gerade für Manager bietet Remote Work eine neue Art der Work-Life-Balance. Kurze Abstimmungsrunden von zu Hause aus, während der Kaffee im Hintergrund dampft, sind heute Realität. Das spart nicht nur Zeit, sondern steigert oft auch die Produktivität.



Doch natürlich gibt es auch Grenzen. In einer Branche, in der es stark auf die persönliche Interaktion ankommt, ist Präsenz nach wie vor wichtig. Besonders spontane Probleme im Hotelalltag erfordern schnelle Entscheidungen. Hybridmodelle, bei denen Management und Teams flexibel zwischen Büro, Hotel und Homeoffice wechseln, bieten einen guten Kompromiss. Auch für Mitarbeitende sind solche Modelle attraktiv. Hybrides Arbeiten erlaubt es, administrative Aufgaben bequem von zu Hause zu erledigen, während man für Meetings oder den persönlichen Kontakt mit Gästen vor Ort ist.



Die Gastronomie kennt keine Grenzen und bietet einem die Möglichkeit, die ganze Welt kennenzulernen.

Es ist mehr als nur Service

Karriere in Hotel und Gastronomie: Deine Zukunft beginnt jetzt!

Die Welt der Gastronomie und Hotellerie ist aufregend und vielseitig – und die Jobaussichten sind besser denn je! In dieser Branche gibt es jede Menge spannende Karrierechancen. Vor allem nach der Pandemie haben viele Betriebe auf digitale Lösungen und innovative Arbeitsmodelle gesetzt, was nicht nur für die Gäste, sondern auch für die Mitarbeitenden ganz neue Möglichkeiten eröffnet. Die Zukunft sieht rosig aus, denn Hotels und Restaurants setzen zunehmend auf Nachhaltigkeit, digitale Tools und moderne Konzepte. Vom klassischen Service bis hin zu Managementjobs und digitalen Positionen ist für jeden etwas dabei. Wer also flexibel und kreativ ist, hat in dieser Branche beste Chancen.

Wer in der Gastronomie oder Hotellerie arbeitet, kann mit internationalen Erfahrungen punkten. Von urbanen Hotspots bis hin zu idyllischen Resorts auf der ganzen Welt – die Branche kennt keine Grenzen! (sw/red)



WERDEN SIE TEIL UNSERES TEAMS

REZEPTIONIST (M|W|D)

VOLLZEIT | TEILZEIT | MINIJOB



AB SOFORT



40 STUNDEN



20 STUNDEN

JETZT BEWERBEN

info@hotel-wissmannshof.com | +49 (0) 5543 / 999 22 39
Wissmannshof | 34355 Staufenberg | www.hotel-wissmannshof.com

Schon gewusst?

Hotels, die auf hybride Arbeitsmodelle setzen, profitieren nicht nur von effizienterem Management, sondern auch von glücklicheren Mitarbeitenden. Die Möglichkeit, flexibel zwischen Homeoffice und Präsenzzeit im Hotel zu wechseln, schafft eine neue Work-Life-Balance, die in der Branche oft schwer zu finden ist. Weniger Stress und mehr Flexibilität führen zu motivierten Teams, die nicht nur entspannter, sondern auch engagierter arbeiten. Diese positive Stimmung überträgt sich direkt auf den Gästeservice: Mitarbeiter, die zufrieden und ausgeglichen sind, gehen mit einem Lächeln auf die Wünsche der Gäste ein, sind hilfsbereit und sorgen für eine freundliche Atmosphäre. Das spüren die Gäste, die sich in einer solch entspannten Umgebung besonders wohlfühlen. Zufriedenheit und guter Service sind eng miteinander verknüpft, und Hotels, die diese neuen Arbeitsmodelle einführen, schaffen für ihre Gäste ein noch angenehmeres und persönlicheres Erlebnis. So profitieren beide Seiten – Mitarbeiter und Gäste – gleichermaßen von hybriden Arbeitsmodellen.

Schon gewusst?

Die Gastronomie und Hotellerie bieten eine unglaubliche Vielfalt an spannenden Berufen und Karrieremöglichkeiten. Vom Koch, Konditor oder Restaurantfachmann bis hin zu Hotelkaufleuten und Eventmanagern – die Bandbreite ist groß. Wer lieber organisiert, kann sich in Managementberufen wie Food & Beverage Manager oder Hotelmanager wiederfinden. Auch spezialisierte Jobs wie Wellnessberater oder Sommelier bieten spannende Perspektiven für alle, die ihre Leidenschaft für Genuss und Gastfreundschaft in den Beruf einfließen lassen möchten.

Darüber hinaus entwickelt sich die Branche stetig weiter. Mit der wachsenden Bedeutung von Digitalisierung und Nachhaltigkeit entstehen neue Berufsbilder, die den Arbeitsalltag noch vielseitiger machen. Von kreativen Aufgaben bis hin zu Positionen mit Verantwortung – die Gastronomie und Hotellerie bieten für jeden Geschmack und jede Stärke die passende Karrierechance. (sw/red)



WERDEN SIE TEIL UNSERES TEAMS

REZEPTIONIST (M|W|D)

VOLLZEIT | TEILZEIT | MINIJOB



AB SOFORT



40 STUNDEN



20 STUNDEN

JETZT BEWERBEN

info@sachsenross.com | +49 (0) 5503 / 800 30
Obere Dorfstraße 32 | 37176 Nörten-Hardenberg | www.sachsenross.com

Pflege: Ein Beruf mit Herz und Zukunft

Mit wachsendem Bedarf bietet die Pflegeausbildung exzellente Jobaussichten

Die Ausbildung in der Pflege ist eine der zukunftssichersten Karrieren überhaupt. Der steigende Bedarf an qualifizierten Pflegekräften in Deutschland ist enorm – sowohl in Krankenhäusern als auch in Altenheimen und ambulanten Diensten. Schon heute fehlen tausende Fachkräfte, und dieser Bedarf wird in den kommenden Jahren weiterwachsen. Das bietet jungen Menschen hervorragende Jobaussichten in einem Berufsfeld, das sicher und krisensicher ist.



Eine Pflegeausbildung eröffnet vielfältige Möglichkeiten. Pflegefachkräfte arbeiten nicht nur in der direkten Patientenversorgung, sondern können sich in Bereichen wie Pflegemanagement, Palliativpflege oder Intensivpflege spezialisieren. Auch die Ausbildung

zum Pflegepädagogen oder der Aufstieg zur Pflegedienstleitung sind attraktive Optionen, um mehr Verantwortung zu übernehmen und aufzusteigen. Besonders in der Pflege ist der zwischenmenschliche Kontakt zentral. Die

Arbeit erfordert nicht nur Fachwissen, sondern auch Einfühlungsvermögen und Geduld. Wer gerne mit Menschen arbeitet und helfen möchte, findet in der Pflege einen erfüllenden Beruf. Neben der klassischen Pflege gehören auch Beratung und Unterstützung der Angehörigen zu den wichtigen Aufgaben.

Die Ausbildung in der Pflege ist vielseitig und praxisnah. Sie bereitet auf die vielfältigen Herausforderungen des Berufsalltags vor und bietet gleichzeitig die Chance, in einer der gefragtesten Branchen Fuß zu fassen. Durch den hohen Bedarf an Pflegekräften sind die Karriereperspektiven exzellent, und es gibt viele Möglichkeiten, sich im Laufe der Karriere weiterzubilden und zu spezialisieren. (sw/red)

Puppen-Festtage mit Teddytreffen

Am 2. und 3. November findet in Eschwege das jährliche Highlight für Sammler und Künstler statt

Die Puppen- und Bärenwelt in Eschwege hat eine lange Tradition und ist weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt. Seit 28 Jahren sind die Puppen-Festtage ein fester Termin für Sammler, Künstler und Liebhaber. Die Veranstaltung hat sich zu einer renommierten Institution mit rund 110 Ausstellern aus Deutschland und dem Ausland entwickelt.

Für Muss für Puppenliebhaber

Die Festtage bieten nicht nur eine Plattform für Künstler, um ihre Kreationen wie Reborn-Puppen oder fantasievolle Drachenbabys zu präsentieren, sondern auch Produkte und Dienstleistungen für Liebhaber, darunter Antikreproduktionen, Workshops und eine



werkskunst. Seit Jahrhunderten begeistern sie die Menschen, wecken Nostalgie und Bewunderung.

Für Sammler sind sie wertvolle Erinnerungsstücke. Die Herstellung erfordert großes Geschick, wobei traditionelle Techniken und moderne Innovationen zusammenkommen. Puppen und Bären passen sich aktuellen Trends an und bleiben dadurch stets begehrt.

Die Öffnungszeiten der Hallen

Puppenklinik. Während der Festtage steht die Stadt ganz im Zeichen der Puppen- und Bärenwelt. Puppen und Bären sind weit mehr als Spielzeug – sie sind kulturelle Spiegel und Zeugnisse meisterhafter Hand-

Öffnungszeiten der Hallen: Samstag 10 bis 18 Uhr, Sonntag 10 bis 16 Uhr, Veranstaltungsorte: Stadthalle in der Wiesenstraße 9, Jahnturnhalle, Am Stadtgraben 1 sowie Festhalle am Dünzbacher-Tor-Turm. (red)



Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen



Wir betreuen und unterstützen über 2.000 Menschen in unseren Altenpflegeheimen, Tagespflegen und mit unseren ambulanten Diensten. Insgesamt sind wir in Hessen und Thüringen 20 Mal vor Ort. Das geht nur, weil unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter uns überall mit Herz und Hand zur Seite stehen.

Sei dabei – wir bilden aus

... in der Pflege
Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner
Altenpflegehelferinnen und Altenpflegehelfer

... in der Verwaltung
Kaufleute im Gesundheitswesen
Kaufleute für Büromanagement

... in der Hauswirtschaft
Köchinnen und Köche
Hauswirtschaftlerinnen und Hauswirtschaftler

www.gesundbrunnen.org



Menschlichkeit pflegen

Die ultimative Partynacht

Am 12. Oktober wird das Werratal Kultur- und Kongress-Zentrum zur heißesten Tanzfläche der Region

Zum allerersten Mal findet der legendäre hr1-Dancefloor in dieser besonderen Location statt – und es verspricht eine Nacht zu werden, die man so schnell nicht vergisst.

Von 20:00 Uhr bis 02:00 Uhr steht alles im Zeichen der Musik, des Tanzes und einer unvergesslichen Atmosphäre, die die Besucher in eine andere Welt entführt.

Eine Nacht, die in Erinnerung bleibt

Der hr1-Dancefloor ist längst eine Institution in ganz Hessen, bekannt für seine einzigartigen Partys und seine unvergleichliche Stimmung.

Hier kommen Menschen zusammen, um in lockerer Atmosphäre vom Alltag



abzuschalten, zu tanzen und zu feiern. Der Charme des hr1-Dancefloors liegt nicht nur in den sorgfältig ausgewählten Locations, sondern vor allem in der Musik, die den Abend prägt.

Zu den Beats der besten Hits das Tanzbein schwingen

Die DJs von hr1 bringen die besten tanzbaren Hits aus fünf Jahrzehnten auf die Plattenteller und bieten den Soundtrack für eine ausgelassene Partynacht, die garantiert bis in die frühen Morgenstunden dauert.

In Bad Sooden Allendorf wird es am 12. Oktober wild und das Werratal Kultur- und Kongress-Zentrum wird kurzer Hand zur heißesten Tanzfläche der Region. Denn es wird zur ultimativen Partynacht eingeladen. Foto: FreePik

Ob Klassiker aus den 70ern und 80ern, die besten Beats der 90er oder aktuelle Chartstürmer – der hr1-Dancefloor ist bekannt für seine vielfältige Musikauswahl, die keine Wünsche offenlässt. (sw/red)

Verteilungsgebiet meinWMK:



DEINE REGION. DEIN LEBEN. DEIN 365-TAGE-NEWSPORTAL.

Hier bist du immer einen Klick entfernt von den aktuellsten News, Veranstaltungen und Geschichten aus deiner Heimat. Wir liefern dir rund um die Uhr spannende Reportagen, lokale Einblicke und alles, was in deiner Region zählt – kompakt, schnell und verlässlich. Entdecke deine Region neu, 365 Tage im Jahr!



Zustellung per **Deutsche Post** an alle Haushalte

Die nächste Ausgabe erscheint im November 2024



Impressum

Mundus Marketing & Interactive GmbH

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff

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

Kaufmännische Abteilung: Claudia Tarsa (Ltg.), Stephanie Gundlach
Verkauf: Nadine Rohpeter (Ltg.), Sinja Nordhausen, Heidrun Wegener-Kerff
Redaktion: Susanne Wesche, Bernard Marks, Rainer Lomen, Lutz Conrad, Claudia Nachtwey, redaktion@mundus-online.de
Grafik, Layout & Web: Volker Schäfer (Ltg.), Paulina Müller
Social Media: Viktoria Kuke, Michelle Merk, Jordan Meisel
Vertrieb: Jan Kerff

Erscheint monatlich, postalische Verteilung an alle Haushalte im Werra-Meißner-Kreis sowie Auslage an ausgewählten Ablagestellen

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

Auflage: 60.000 Stk.

Bild- und Textnachweis – soweit nicht anders angegeben – Mundus Marketing & Interactive GmbH, Adobe Stock, Shutterstock, Fotolia, Pixabay, Freepik, Rawpixels, bei Gewinnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

Weitere Titel von Mundus:



meineRegion365.de

DER DIREKTE WEG ZU DEN BESTEN TALENTEN

NEUE MITARBEITER

SCHNELL & EFFEKTIV

MEHR BEWERBUNGEN

REKRUTIEREN SIE MIT EINEM SCHWUNG NEUE MITARBEITER

Der Arbeitsmarkt wandelt sich rasant. Exzellente Mitarbeitende sind nur schwer zu finden. Ein erfolgreiches Team ist mit etlichen Schwierigkeiten und einem hohen Aufwand verbunden. Oder?

Ein Großteil der potenziellen Mitarbeitenden und Top-Talente suchen passiv nach einer neuen Herausforderung im Business. Umso wichtiger ist eine richtige Recruiting-Strategie. Denn Ihr Erfolg beginnt im Netz! Mit Social Recruiting erreichen Sie die besten Talente auf Social Media. Schnell, effektiv und individuell auf Ihr Unternehmen abgestimmt.

Ihre zukünftigen Mitarbeiter sind online: Machen Sie den ersten Schritt und gehen Sie mit Social Media auf die Überholspur!

WARUM AUCH SIE SOCIAL RECRUITING NUTZEN SOLLTEN?

Scannen Sie jetzt den QR-Code und erfahren Sie, wie Sie in 4 Schritten mit Ihrem Unternehmen punkten!



IHRE PERSÖNLICHEN ANSPRECHPARTNER



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



Michel Beckmann
05541 95799 -0
beckmann@mundus-online.de





Fahrzeuglackierung GmbH



UNTERBODEN-SCHUTZ DER SONDERKLASSE FÜR IHR WOHNMOBIL



- ✓ Ideale Ergänzung zum werkseitigen Basisrostschutz
- ✓ Stoppt Rost bei neuen und vor allem gebrauchten Autos
- ✓ Zweifacher Schutz für Unterboden und Hohlräume
- ✓ Erhöhung des Wiederverkaufswerts



Erfahren Sie
mehr online:

