



Influencerin Joschy_84 gibt
Einblicke hinter die Kulissen

„Ich zeige das Leben
mit all seinen Facetten!“

Foto: privat



**Projektförderungen
in Eschwege**
Wolfgang Conrad im Gespräch



**So geht das
Grillen 2.0**
Vegane Alternativen



**Spaß in
den Ferien**
Kinder-Sommer

Studium und Ausbildung in Bad Sooden-Allendorf!

- Soziale Arbeit (B.A.)
- Kindheitspädagogik (B.A.)
- Tourismusmanagement (B.A.)
- Betriebswirtschaft (B.A.)
- Medienwirtschaft & -management (B.A.)
- Mechatronik (B.Eng.)
- Physiotherapie (B.Sc.)
ausbildungsbegleitend
- **Ausbildung Physiotherapie**
schulgeldfrei

**Beratungs-
termin am**
21.08.2020
14-18 Uhr
Vor Anmeldung erwünscht

In Kooperation mit den



**BERND BLINDOW
SCHULEN**



DIPLOMA

DIPLOMA HOCHSCHULE
Private Fachhochschule Nordhessen
University of Applied Sciences

Das komplette
Studienangebot unter:

(0)5652 587770
diploma.de

Liebe Leserinnen und Leser!

Der Sommer befindet sich in seiner Hochphase und wir sind alle begeistert über die warmen Sonnenstrahlen und die Sommerabende, die wir im Freien verbringen und genießen können. Und genau diese tolle Stimmung, möchten wir Ihnen auch mit dieser Ausgabe des *meinWMK* vermitteln!

Deswegen haben wir nicht nur wichtige Tipps, wie Sie sich vor der Sonne schützen können, wenn es mal wieder richtig warm wird, sondern stellen auch tolle Ideen für einen ganz besonderen Grillabend vor. Schließlich muss nicht immer nur Fleisch auf dem Rost liegen, oder nicht? Entdecken Sie außerdem mit uns was für eine vielseitige Energiequelle der Apfel eigentlich ist und was für tolle Dinge man mit diesem Tausendsassa in der Küche anstellen kann. Einen ganz besonderen Blick hinter die Kulissen erleben Sie mit unserer Titelheldin

Joanna aus Bad Sooden-Allendorf. Denn sie hat alles andere als einen normalen Beruf: Joanna ist „Influencerin“ und zeigt ihr Leben hunderttausenden Menschen über ihren Instagram-Account. In dieser *meinWMK*-Ausgabe hat sie für uns den Schleier gelüftet und erzählt, wie viel Arbeit eigentlich hinter diesem Job steckt.

Aber auch die Kinder haben wir in der Ferienseit natürlich nicht vergessen und haben coole Ideen gesammelt, mit denen der Sommer unvergesslich wird und niemals Langeweile aufkommen kann.

Nun hoffe ich, dass wir Ihnen liebe Leser, mit dieser bunten *meinWMK*-Ausgabe trotz der Pandemie-Zeiten, ein Lächeln ins Gesicht zaubern können und wünsche Ihnen viel Spaß beim Schmökern!



Franziska Wehr,
Redaktionsleitung

Sind auch Ihre
OHREN
FIT für den
Urlaub?



ESCHWEGE

☎ 33 83 77 / Marktstraße 44 (Ecke Alter Steinweg)

WITZENHAUSEN

☎ 91 15 15 / Walburger Str. 5 (c/o BRILLE + LINSE)

HÖRGERÄTE
Mähler
WWW.HÖRGERÄTE-MÄHLER.DE

Bankkaufleute, Versicherungskaufleute und Finanzdienstleister aufgepasst!

Du zeigst im Beruf sehr hohes Engagement, dir fehlt aber trotzdem die Anerkennung für deine Leistung und du möchtest endlich deiner Leistung entsprechend entlohnt werden?

Die Ziele, die du erreichen musst, sind völlig unrealistisch und es stehen ausschließlich die Produktziele deines Arbeitgebers im Vordergrund? Es erscheint dir unmöglich die Karriereleiter aufzusteigen...

Außerdem bekommst du von deinem Vorgesetzten immer mehr Arbeit zugewiesen?

DAS MUSS NICHT SEIN!

Was würde es für dich bedeuten, wenn du in Zukunft...

- ✓ für dein hohes Engagement endlich Wertschätzung & Anerkennung erhältst und vor allem dementsprechend bezahlt wirst?
- ✓ deine Arbeitszeit frei einteilen kannst, du selbst entscheiden kannst, wann dein Arbeitstag beginnt und mit wem du zusammenarbeiten willst?
- ✓ innerhalb weniger Monaten schon in der Karriereleiter aufsteigen kannst, indem du dein eigenes Team aufbaust und zur Führungskraft wirst?

Vielleicht fragst du dich jetzt, woher wir wissen, wie du dich aktuell möglicherweise in deinem Beruf fühlst.

Das liegt daran, dass einige Partner aus unserem Team ebenfalls in der Vergangenheit bei einer Bank oder Versicherung gearbeitet haben. Obwohl sie immer extrem engagiert waren und hervorragende Arbeit ablieferten, bestand bei ihnen eine konstante Unzufriedenheit, die sie einfach nicht los geworden sind.

Mittlerweile ist das alles Vergangenheit! Meine Partner können sich heute beruflich absolut frei entfalten und erhalten jetzt endlich die Wertschätzung und Anerkennung, die sie verdient haben.

Wenn du dich in mindestens einem der oben genannten Punkte wieder findest, dann sind wir genau richtig für dich! Wir suchen motivierte Menschen, die im Vertrieb tätig sind und in ihrem Leben wirklich etwas erreichen möchten.

DAS BIETEN WIR DIR:

- ➔ Bis zu 60 Tsd. Euro Verdienst im ersten Jahr
- ➔ Festes Grundeinkommen zum Start
- ➔ Ortsunabhängige Arbeitsmöglichkeiten durch digitale Beratung
- ➔ Du arbeitest selbstständig, triffst freie Entscheidungen und bist dein eigener Chef
- ➔ Persönliche Einarbeitung in unser System
- ➔ Ein strukturiertes Aus- und Weiterbildungsprogramm



Deutsche
Vermögensberatung

Ihre Karriere beginnt bei uns.



Marcel Regenbogen
Brunnenstraße 14
34289 Zierenberg
Tel.: 05606/564793
Mobil: 0152/27428503



Hartmut Völz
Brunnenstraße 14
34289 Zierenberg
Tel.: 05606/564793
Mobil: 0171/5741461



Manuel Pinno
Nürnberger Str. 113
34123 Kassel
Tel.: 0561/47564350
Mobil: 0176/83319086



Oliver Völz
Brunnenstraße 14
34289 Zierenberg
Tel.: 05606/564793
Mobil: 0162/7701538

Inhalt

6

Joschy_84
im Interview

80

Förderprogramm
für Sontra

12

Start-ups
in Eschwege

70

Kinder-Sommer
im WMK

16

Traditionsberuf
Tischler

68

Wandern
in der Region

24

Witzenhausen
im Finale



56

Alleskönner
unter den Obst-
sorten

42

Senioren kommen
zurück in den Alltag

28

Gefährliche
Sonne

Sie wollen *meinWMK* als Werbefläche nutzen?

Unser Media-Team berät Sie gern und freut sich auf Ihren Anruf:

Jörg C. Bornhoff

bornhoff@mundus-online.de | Tel. 05541 95799-0

Karin Apel

apel@mundus-online.de | Tel. 05541 95799-16
Mobil 0176 251 525 75

Sinja Nordhausen

nordhausen@mundus-online.de | Tel. 05541 95799-18

Nadine Rohpeter

rohpete@mundus-online.de | Tel. 05541 95799-15

Emilie Rozycki

rozycki@mundus-online.de | Tel. 05541 95799-13

Heidrun Wegener-Kerff

wegener-kerff@mundus-online.de | Tel. 05541 95799-14

Instagram, Facebook und Co. nehmen einen immer größeren Platz im Leben vieler Menschen ein. Influencer haben nicht nur hunderttausende Menschen, die ihren Profilen und damit ihrem Leben folgen, sondern laufen mittlerweile über rote Teppiche und sind die Idole der Jugend. Doch wie sieht eigentlich das Leben hinter der Kamera aus?

Sie erobert das Netz

im Sturm

Influencerin „Joschy_84“ berichtet aus ihrem Alltag als angehende Instagram-Star



Dem *meinWMK* stand Joanna Hanisevski dazu Frage und Antwort! Denn die 36-Jährige aus Bad Sooden-Allendorf ist auf Instagram als „Joschy_84“ unterwegs und hat mittlerweile über 220.000 Follower. Im Interview erzählt die dreifache Mutter und Restaurantbesitzerin, warum sie die App zu ihrem Beruf gemacht hat und wie sie Familie und Job unter einen Hut bringt.

Joanna, dir folgen hunderttausende Menschen auf Instagram. War es von Anfang an dein Ziel die App zu deinem Beruf zu machen und was bedeutet der Begriff „Influencer“ für Dich?

Joanna: Als ich zum dritten Mal Mama wurde, lud ich mir Instagram herunter, weil ich den Austausch mit anderen Menschen gesucht habe. Mein Mann war viel arbeiten und ich oft alleine mit den Kindern zu Hause und die App war mein Kontakt zur Außenwelt. Damals wusste ich weder was ein Influencer ist, noch dass das zu einem späteren Zeitpunkt mal mein Job sein wird. Influencer zu sein bedeutet, Menschen zu beeinflussen und das tue ich tagtäglich bewusst und unbewusst. Mal inspiriere und motiviere ich, mal bringe ich die Menschen zum lachen, oder zeige, welche neuen Lippenstifte es zu kaufen gibt. Ich bin sehr dankbar dafür, dass ich das, was ich am meisten liebe, beruflich machen darf.

Tausende Augen begleiten so deinen Alltag. Entsteht da nicht der Druck, immer alles perfekt machen zu müssen?

Nein, ganz im Gegenteil. Mein Fokus liegt insbesondere darauf, den Menschen zu zeigen, dass sie nicht perfekt sein müssen, um gemocht oder geliebt zu werden. Ich zeige das Leben mit all seinen Facetten. Ich weine und lache mit den Menschen und versuche den Druck zu nehmen, sich immer mit allen vergleichen zu müssen.

Dabei lässt du deine „Uschis“, wie du deine Follower nennst, an vielem teilnehmen. Gibt es Dinge, die für dich strikt privat bleiben?

Alles was meine Person betrifft teile ich, weil es für mich kein Problem ist. Probleme von Familienmitgliedern oder Freunden hingegen lasse ich privat und um sie zu schützen. Auch wenn meine Kinder Probleme in der Schule oder ähnliches haben, würde ich das nie in die Öffentlichkeit tragen. Viele denken, ich würde 24 Stunden meines Lebens filmen, meist sind es aber tatsächlich nur kleine Ausschnitte aus dem Tag.



Gefallen wird das aber sicherlich nicht allen. Hast du mit Hasskommentaren zu kämpfen?

Gott sei Dank halten sich die Hasskommentare wirklich in Grenzen, aber natürlich gibt es sie. Anfangs hat es mich häufig verletzt. Mit der Zeit habe ich gelernt, dass diese Kommentare genau darauf abzielen. Sie kommen von Menschen, die unzufrieden mit sich und ihrem Leben sind und anonym im Internet ihren Frust rauslassen. Oder von Leuten, die immer etwas finden werden, was sie kritisieren können. Solche Kommentare haben nichts mit mir zu tun, sondern mit dem Menschen hinter der Tastatur.

Du lebst mit deinem Mann und deinen Kindern in Bad Sooden-Allendorf, mitten im WMK. Ist das eher ein Vorteil oder ein Nachteil, um bei Instagram Erfolg zu haben und Kontakte zu knüpfen?

Das Schöne an Instagram ist, dass man es von überall machen kann, egal wo man wohnt. Zum Kontakte knüpfen ist es zwar schwieriger, weil es für viele hier noch Neuland ist, aber zusammen mit den Mädels der Agentur Maalia aus Eschwege, sind wir dabei das Influencer-Marketing auch hier in der Region auszubreiten.



Und das Ganze machst du als Mutter, Ehefrau, Restaurantbesitzerin und Influencerin – das sind alleine eigentlich schon Berufe, die viel Zeit brauchen. Wie bekommst du das alles unter einen Hut?

Gar nicht! Das ist auch gar nicht möglich und muss ich auch nicht, irgendwas bleibt immer auf der Strecke. Meistens ist das der Haushalt oder die Zeit für mich selbst, aber das ist okay. Mein Fokus liegt immer auf den Kindern, auch wenn Instagram & Co. viel Zeit beanspruchen. Mein Hauptjob wird immer Mama bleiben.

Und genau dafür lieben dich deine Follower und die Zahl der Menschen, die dir folgen steigt immer weiter. Was sind deine Ziele für die Zukunft?

Ich bin unfassbar dankbar über jeden Menschen, der mit mir diesen Weg auf Instagram geht. Ich möchte weiter Menschen zum Lachen bringen und sie an traurigen Tagen motivieren, das Beste aus ihrem Leben zu machen. Für das kommende Jahr steht auch eine eigene Produktlinie auf dem Plan und wer weiß, vielleicht schreibe ich ja irgendwann ein Buch darüber, wie Instagram mein Leben verändert hat!





AUTOHAUS HETZLER - IHR VOLVO PARTNER IN FRITZLAR UND KASSEL.



**AUTOHAUS
HETZLER GMBH & CO. KG**

Wolfhager Straße 5
34560 Fritzlar
Tel.: (05622) 99 300

**HETZLER AUTOMOBILE
VERTRIEBS GMBH & CO. KG**

Heiligenröder Straße 27
34123 Kassel
Tel.: (0561) 57 00 90

Studieren am Campus in BSA

Die DIPLOMA Hochschule bietet persönliche Betreuung und familiäre Studienatmosphäre

Das Abitur ist erfolgreich bestanden. Die Entscheidung, ob ein Studium der richtige, nächste Schritt ist, fällt einigen schwer. Und wenn ein Studium, dann in welchem Fach oder welchem Bereich? Ein Studium an der DIPLOMA Hochschule in Bad Sooden-Allendorf könnte da die Antwort sein.

In Bad Sooden-Allendorf werden die Studiengänge Betriebswirtschaft (BWL), Medienwirtschaft & Medienmanagement, Tourismusmanagement, Wirtschaftsrecht, Mechatronik, Wirtschaftsingenieurwesen und Wirtschaftsinformatik und neu seit 2019 die Bachelor-Studiengänge Kindheitspädagogik und Soziale Arbeit als klassisches Fachhochschulstudium angeboten. Alle Abschlüsse sind staatlich anerkannt und akkreditiert.

Als Studierender finden Sie auf dem Campus optimale Studienbedingungen vor. Nicht nur der Reiz der Umgebung und das Campusgelände machen das Studium in Bad Sooden-Allendorf aus: Als private Hochschule legen wir besonderen Wert auf eine intensive und persönliche Betreuung in kleinen Studierendengruppen mit Nähe zu den Dozierenden und ProfessorInnen. Außerdem haben Sie Zugriff auf die Online-Bibliothek mit über 50.000 Titeln von eBooks und Fachzeitschriften.

Bewerben Sie sich jetzt für das Studium „Soziale Arbeit“!

Soziale Arbeit ist ein wesentliches Fundament des gesellschaftlichen Zusammenhalts. Der Bedarf an gut ausgebildeten akademischen

Fachkräften ist entsprechend groß. Die Aufgaben sind vielfältig. Sie reichen von der Betreuung von Kindern und Jugendlichen über die Unterstützung von Suchtkranken oder psychisch belasteten Menschen bis zum Lösen sozialer oder interkultureller Konflikte.

Das Präsenzstudium Soziale Arbeit an der DIPLOMA Hochschule in Bad Sooden-Allendorf bereitet Sie auf die speziellen Herausforderungen am Arbeitsmarkt und in diesem sehr abwechslungsreichen Berufsfeld sehr gut vor. Sie profitieren von einer praxisnahen akademischen Ausbildung. Das grundständige Bachelor-Studium dauert in der Regel sechs Semester. Darin enthalten ist eine Praxisphase von 100 Tagen. Nach erfolgreicher Prüfung erhalten Sie den Grad Bachelor of Arts. Zusätzlich dürfen Sie die Berufsbezeichnung staatlich anerkannte Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin bzw. staatlich anerkannter Sozialarbeiter/Sozialpädagoge führen.

Das Studium Bachelor Soziale Arbeit eignet sich im Übrigen nicht nur für Schulabgängerinnen und Schulabgänger. Es richtet sich auch an Menschen, die sich beruflich umorientieren oder ihre Chancen am Arbeitsmarkt mit einer akademischen Qualifikation steigern möchten. Das Studium an der DIPLOMA ist ohne NC möglich.

Ebenfalls auf dem Campus ansässig ist die private Physiotherapieschule der Bernd-Blindow-Schule. Ab dem 1. August 2020 greift in Hessen die Schulgeldfreiheit für Gesundheitsfachberufe. Die Physiotherapie-Ausbildung oder das ausbildungsbegleitende Studium Physiotherapie ist daher ab dem Ausbildungsbeginn im Oktober 2020 in Bad Sooden-Allendorf schulgeldfrei erlernbar.

Vor dem Hintergrund des demografischen Wandels werden Fachkräfte in Gesundheitsfachberufen dringend benötigt.

Noch Fragen? Dann besuchen Sie uns am 21.08.2020 zwischen 14.00 und 18.00 Uhr zum Studiums- und Ausbildungsberatungstag und lassen Sie sich persönlich beraten. Natürlich sind jederzeit individuelle Beratungstermine möglich; damit wir uns genügend Zeit für Ihre Fragen nehmen können, bitten wir Sie, vorher einen Termin unter Tel. 05652 58777-0 oder bsa@diploma.de abzustimmen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch auf unserem Hochschulcampus in Bad Sooden-Allendorf.





Jetzt einfach auf Grün wechseln!

Als regionaler Energieversorger bieten wir
100% Ökostrom, faire Vertragsbedingungen
und persönlichen Service vor Ort.

Wir verstehen uns.

www.EAM.de
Tel. 0561 9330-9330



Kreative Menschen mit tollen
Geschäftsideen: Dafür stehen
Start-Ups. In Eschwege will
man innovative Ideen fördern
und hat dafür gleich zwei
große Projektideen ins Leben
gerufen um Gründern unter
die Arme zu greifen!



meinwmk
Wirtschaft

Zwei Projektförderungen stehen bereit

In Eschwege wird Gründern unter die Arme gegriffen

Seit 2019 steht die Projektentwicklungsgesellschaft Eschwege mbH (PEG) jungen Start-up-Unternehmen zur Seite und übernimmt für sie die ersten zwölf Monate die Kaltmiete. Mit der Social-Media-Agentur „Maalia“ und den Gründerinnen von „Make-Cake“ konnte das Projekt „Durchstarten“ bereits zwei Erfolgsgeschichten schreiben.

„ **Beide Unternehmen haben sich mittlerweile nicht nur in Eschwege etabliert, sondern sind auch eine Größe im Kreis geworden,** “

freut sich Wolfgang Conrad, Geschäftsführer der PEG, Wirtschaftsförderer der Kreisstadt und Ideengeber des Projekts. Ziel der Aktion war und ist es aber weiterhin, die Altstadt Eschweges, aber besonders die Enge Gasse mit innovativen und authentischen Geschäften zu füllen und so auch dem Leerstand entgegenzuwirken. Und diese Idee wird auch in diesem Jahr von zwei Start-ups gelebt!

Zwei neue Start-ups sind eingezogen

Der „Charisma Store“ von Heike Schilling und das Schuhreparatur & Schlüsseldienst-Geschäft der Familie Hanna. Beide nutzen die Unterstützung der Stadt Eschwege und hätten den Schritt der Expansion ohne die Förderung nicht gewagt. „Hätte es diese Möglichkeit nicht gegeben, dann wäre ich das Risiko mit Sicherheit nicht eingegangen. Besonders in der Corona-Zeit fehlt einfach die Kaufkraft und auch die Urlaubssaison war zu unserem Start noch nicht angelaufen“, so Heike Schilling. Durch das Projekt „Durchstarten“ kann sie nun die Miete einsparen und sich darauf konzentrieren durch die Corona-Krise zu kommen. Auch Mona Bahi vom Schuhreparatur & Schlüsseldienst Hanna findet nur gute Worte über das Programm: „Wir haben hier alles renoviert und neu gestaltet, wäre da die Miete noch dazu gekommen, hätten wir den Laden nicht auf die Beine stellen können.“

Dass die Geschäfte trotz der Corona-Krise eröffnen konnten, liegt auch an der Philosophie der Stadt Eschwege. Denn hier wollte man gerade wegen der Krise durchstarten und zeigen, dass auch in dieser wirtschaftlich schwierigen Zeit Neues möglich ist. ►



Wolfgang Conrad ist Geschäftsführer der PEG und Wirtschaftsförderer der Stadt Eschwege.
Foto: PEG

NEU ALU2000 NEU

GARTENTRÄUME WERDEN WAHR

ENDLICH
WIEDER PERSÖNLICH
FÜR SIE DA!!!
WIR FREUEN UNS
AUF IHREN
BESUCH!

KOSTENLOS: 10 LED-LAMPEN (Wert 399,-) inkl. Einbau

Aluminium-Terrassenüberdachung

500 x 300 mit Glasdach

~~3.943.⁵⁰~~ -20%
= 3.154.⁸⁰

Aluminium-Terrassenüberdachung

500 x 300 mit Stegplatten

~~2.788.⁵⁰~~ -20%
= 2.230.⁸⁰

Die Aluminium Terrassenüberdachungen sind in den Standard-Farben Weiß und Anthrazitgrau erhältlich, weitere RAL-Farben auf Anfrage. Hervorzuheben sind die Aluminium-Wandschiene, die integrierte Regenrinne, der innenliegende Sparren sowie einen Wasserablauf, welcher im Pfosten integriert ist. Wahlweise Doppelstegplatten 16 mm in Klar- oder Opalweiß mit 10 Jahren Garantie. VSG-Sicherheitsglas 8 mm oder 10 mm in Klar- oder Milchglas. Pfosten 11 cm x 11 cm. Sämtliche Profile sind pulverbeschichtet und entsprechen selbstverständlich der aktuellen DIN-Norm. Die Montage ist ab Auftragsingang innerhalb von 3-4 Wochen gegen Aufpreis möglich.



ALU2000 produziert und verkauft seit über 10 Jahren Terrassenüberdachungen, Carports und Kaltwintergärten. Wir beschäftigen zurzeit ca. 40 Mitarbeiter. Alle Projekte werden von über 25 Fachkräften aus den unterschiedlichsten Bereichen montiert, so können wir auch Ihr Vorhaben problemlos realisieren.



In unserem Lager von über 7000 m² sind alle Profile eingelagert und stehen für eine schnelle Montage zur Verfügung. Insgesamt verfügen wir deutschlandweit über 3000 m² Ausstellungsfläche. In Vellmar wurde die 2. Indoor-Ausstellung mit 700 m² eröffnet. Hier können Sie ganzjährig unsere Terrassenüberdachungen besichtigen.



Selbstverständlich werden wir die Ausstellung in den nächsten Wochen erweitern um Ihnen noch mehr Auswahl bieten zu können. ALU2000 steht für höchste Qualität und maximale Kundenzufriedenheit. Unser Slogan „Qualität aus Leidenschaft“ ist in jedem von uns verinnerlicht.



Ein Produkt MADE IN GERMANY.

Überzeugen Sie sich selbst von unserer Qualität. Wir freuen uns, Sie kennenlernen zu dürfen.

10 Jahre
Garantie

Alle
Größen
lieferbar!

ALU2000

34246 Vellmar · Berliner Straße 28
Tel. 0561 99859690

info@alu2000.de · www.alu2000.de

Mo.-Fr. 9.00-12.30 Uhr und 13.30-18.00 Uhr · Sa. 9.00-13.00 Uhr

Professionelle
Lösungen für Ihre
Terrasse!

Gute Preise und
Top-Qualität
von ALU2000!

Die Freude über den Erfolg des Projekts teilt Wolfgang Conrad und ein Ende der Idee ist noch nicht in Sicht, denn in der Engen Gasse ist noch Platz für ein oder zwei weitere Start-ups. Unbedingt muss der neue Standort aber nicht in der Engen Gasse sein, auch andere leerstehende Flächen können in gemeinsamer Absprache gefunden werden.

„ **Unternehmer, die nicht nur eine gute Idee und ein gutes Konzept haben, sondern vielleicht auch eine Idee, die etwas ungewöhnlich ist, können sich gerne bewerben,** “

erklärt der Geschäftsführer der PEG. Ideen für Outdoor-Aktivitäten oder im Kreativ-Bereich wären so zum Beispiel noch nicht im Programm vertreten. Die einzigen Bedingungen für die Gründer sind, dass sie über 18 Jahre alt sein müssen und die Idee grundsätzlich keine Konkurrenz zu den bereits bestehenden Geschäften in Eschwege darstellt.

Neues Innenstadt-Förderprogramm startet im September

Aber nicht nur Existenzgründern wird in Eschwege geholfen: Das neue Innenstadt-Förderprogramm steht neben den besagten Start-ups auch den bestehenden Unternehmen aus den Branchen Facheinzelhandel, Dienstleistungen, Handwerk, Gastronomie sowie Kultur- und Kreativwirtschaft offen und richtet sich an Kleinunternehmen, kleine und mittlere Unternehmen sowie Freiberufler. Unter dem Namen Eschwege Programm | Innenstadt „Lokale Ökonomie“ stehen EU-Fördermittel aus dem Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE) für Zuschüsse bis zu 25.000 Euro zur Verfügung. Gefördert werden in ausgewählten Gebieten der Innenstadt Erstinvestitionen und Investitionen in Umbaumaßnahmen oder in die Innenausstattung. „Das Programm haben wir schon einmal von 2010 bis 2015 durchgeführt und dabei 21 Geschäfte modernisiert oder neu geschaffen.“, so Conrad. In diesen fünf Jahren wurden 21 neue Arbeitsplätze geschaffen und zudem Investitionen von über einer Millionen Euro angeschoben. Ab dem 1. September diesen Jahres soll dieses Projekt nun wieder anlaufen. Als Neuerung kann bei Start-ups anstelle des Investitionszuschusses für sechs Monate die Miete übernommen werden.

„Hier ist in der Stadt nicht nur ein Netzwerk zwischen uns als Koordinatoren und den Start-ups entstanden, sondern auch zwischen den Unternehmen in der Stadt. Alle sind froh über mehr Vielfalt in der Innenstadt“, erklärt Conrad.

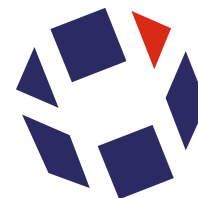
Start-up-Unternehmer, die Interesse an dem Programm haben, können sich unter 05651/304337 oder wolfgang.conrad@rat-haus-eschwege.de an Wolfgang Conrad wenden. „Wir beraten auch gerne, wenn die Frage im Raum steht, ob die Geschäftsidee oder die geplanten Investitionen zum Programm passen. Wir lassen unsere Start-ups nicht alleine und bleiben auch nach dem Projektende in ständigem Kontakt“, so der Initiator.



Heike Schilling (2.v.re.) ist mit ihrem Laden "Charisma" nun auch in Eschwege vertreten. Foto: Privat



Bei der Familie Hanna kann man sich nun auch Schuhe reparieren lassen. Foto: Wolfgang Conrad



Die Tischler – ein Traditionsberuf mit Zukunft

Die Abwechslung steht im Vordergrund

Wenn die Fenster nach Maß passen müssen, die Küche zum Einzelstück werden soll oder es neue Türen im Haus braucht, dann sind sie zur Stelle: Die Tischler. Nachdem wir Ihnen in den vergangenen Ausgaben des *meinWMK* schon einige Handwerksberufe aus der Friseurinnung, der Bau- und Elektroinnung und der Bäcker- und Fleischerinnung vorgestellt haben, wollen wir uns in dieser Ausgabe – gemeinsam mit der Kreishandwerkerschaft – einer der stärksten Innungen im Werra-Meißner-Kreis widmen. Der Innung Holz- und kunststoffverarbeitendes Handwerk.



Stephan Schenker,
Geschäftsführer
der Kreishandwerkerschaft
Werra-Meißner.
Foto: Schreivogel

Denn beim Tischlerberuf wird nicht nur mit Holz gearbeitet, sondern auch mit Kunststoff, Glas, Metall und Stein. „Das Berufsbild ist sehr abwechslungsreich, zahlreiche Materialien müssen gehandhabt und richtig bearbeitet werden“, erklärt Stephan Schenker, Geschäftsführer der Kreishandwerkerschaft Werra-Meißner. Diese Abwechslung zeigt sich auch in der Berufsbezeichnung, denn während in Nordhessen der Tischler unterwegs ist, ist es im Süden der Schreiner, „Das Berufsbild ist aber das Gleiche“, so Schenker.

Aktuell 43 Betriebe sind im Kreis in der Innung organisiert, 35 Auszubildende, verteilt über alle Lehrjahre, arbeiten derzeit darauf hin, zum Gesellen zu werden. Dabei lernen sie Möbel zu

bauen, ganze Inneneinrichtungen herzustellen und ganz individuell auf die Kundenwünsche einzugehen.

„Die Betriebe haben sich auf ganz unterschiedliche Felder des Berufs spezialisiert. Wir haben Treppenbauer, Fensterbauer, aber auch Betriebe, die an historischen Stücken arbeiten und diese restaurieren.“

sagt Stephan Schenker,

Zum Einsatz kommen bei allen Arbeiten auch hochmoderne Maschinen, die die Gesellen und Meister bei ihrer Arbeit unterstützen. „Tischler arbeiten mit einer hochtechnisierten Produktion, die aber nicht auf Quantität, sondern auf Qualität der Arbeit ausgerichtet ist, und somit das Produkt noch leistungsfähiger macht“, so Schenker.

Händchen und Köpfchen sind in der Ausbildung gefragt

Doch was braucht es um Tischler zu werden? „Ganz wichtig sind handwerkliches Geschick und technisches Verständnis. Mathematische Kenntnisse sollten auch vorhanden sein“, erklärt der Geschäftsführer der Kreishandwerkerschaft. Voraussetzung für den Start einer Tischler-Ausbildung ist ein guter Hauptschulabschluss, die Ausbildungsdauer beträgt drei Jahre. In dieser Zeit wird eine duale Ausbildung absolviert, bei der der praktische Teil im Ausbildungsbetrieb erlernt wird, die Theorie in der Berufsschule. Zudem gibt es auch drei überbetriebliche Lehrgänge bei denen der Umgang mit Maschinen, wie Sägemaschinen, Tischfräsen oder Hobelmaschinen erlernt wird. „Erst nach diesen Lehrgängen darf auch mit den Maschinen umgegangen werden, denn die Sicherheit muss immer gewährleistet werden“, so Schen-

WWW.HANDWERK.DE

**Wir sind
Handwerker.
Wir können das.**

DAS HANDWERK
DIE WIRTSCHAFTSMACHT VON NEBENAN



Die Gesellenprüfungsstücke



Diese Gesellenprüfungsstücke belegte Platz 1 (oben) bis Platz 3 (unten) beim Wettbewerb. Foto: Kreishandwerkerschaft

ker. Neben den Maschinenlehrgängen gibt es auch noch einen Oberflächenlehrgang. Hier lernen die Auszubildenden, wie die verschiedensten Oberflächen zu bearbeiten sind. Am Ende der Lehrzeit wird dann das Gesellenstück für die fachpraktische Prüfung angefertigt. Dabei müssen die Lehrlinge alleine ein von ihnen entworfenes Möbelstück bauen und den Prüfern um Martin Füllgraf, Obermeister der Innung, präsentieren. Dabei wird auch der Wettbewerb „Die gute Form“ ausgetragen, der unter den angetretenen Prüflingen einen Sieger kürt. Bei den Auszubildenden, die 2020 ihren Abschluss machten, konnte sich Jens Belling (Ausbildungsbetrieb Reiner Bader, Witzenhäusen) mit seinem Couchtisch aus Esche und Eiche den Sieg sichern. Mit einem weißen Sideboard belegte Florian Heckmann (Ausbildungsbetrieb Alexander Welch, Großalmerode) den zweiten Platz, Dritter wurde Johannes Küllmer (Ausbildungsbetrieb Schneider GmbH & Co.KG, Waldkappel) mit einem Barschrank.

„Wer gerne mit natürlichen Werkstoffen arbeitet und mit kreativen Lösungen sich selbst verwirklichen möchte, der ist für das Tischlerhandwerk geeignet. Hier erlebt man nicht nur jeden Tag etwas anderes, sondern hat auch ein breites Band an Entwicklungsmöglichkeiten, denn nach der Gesellenprüfung muss nicht Schluss sein“, erklärt Stephan Schenker. Für einen ausgelernten Tischler gibt es zum Beispiel die Möglichkeit, zur Meisterschule zu gehen oder eine Technikerausbildung zu absolvieren. „Der Tischlerberuf ist auch bei weitem kein Billig-Job, hier wird gutes Geld gezahlt und auch das Stigma, das nur Männer Tischler werden, stimmt nicht! Wir haben zahlreiche Tischlerinnen, darunter auch Meisterinnen, in unserer Innung, die ganz klar das Gegenteil beweisen“, erklärt Schenker stolz.

Schülern, die gerade einen Abschluss gemacht haben und nicht wissen, wie sie ins Berufsleben starten sollen, empfiehlt Schenker selber die Initiative zu ergreifen: „Wer Interesse an dem Beruf hat, der sollte einfach eine Bewerbung schreiben und sie am besten persönlich in einem der Betriebe abgeben.“

Übrigens müssen Ausbildungen nicht zwingend zum 1. August starten. Der Abschluss eines Lehrvertrages ist zu jedem Zeitpunkt möglich.

Füllgraf Möbel



- Innenausbau
- Einzel- und Serienfertigung
- Einbauküchen
- Elektrogeräte
- Brandschutz- und Rauchschutztüren

Harmuthsbach 11
37296 Rgg. Datterode
Telefon 05658 98940
Fax 05658 989498
info@fuellgraf.de

www.fuellgraf.de



Vorstand der VR-Bank Mitte Bank eG

Neues Mitglied und Jubiläum



Uwe Linnenkohl
Foto: VR-Bank

Einige Veränderungen und ein freudiges Jubiläum konnte die VR Bank Mitte eG vor kurzem begehen. So wurde der Vorstand der Bank im Juli durch Steffen-Peter Horn aus Witzenhausen komplettiert. In seiner neuen Stelle begrüßt wurde er von seinen Vorstandskollegen Rolf Döring, Björn Henkel und Uwe Linnenkohl, sowie den Aufsichtsräten.

„Fest verwurzelt und in der Region zu Hause“, so beschreibt Aufsichtsratsvorsitzender Hartwig Magerhans das neue Vorstandsmitglied. Der gebürtige Eschweiger und studierte Jurist „passt fachlich und menschlich hervorragend zu unserer Mitmachbank“, so der stellvertretende Aufsichtsratsvorsitzende Jörg Bringmann. „Gemeinsam schauen wir in eine spannende Zukunft und ich freue mich sehr, dass ich ab sofort fester Bestandteil der Mitmachbank bin“, so Steffen-Peter Horn bei seiner Vorstellung.

Seit 40 Jahren dabei

Ein besonderes Jubiläum konnte aber ein anderes Mitglied des Vorstands der VR Bank Mitte eG im August feiern. Denn Uwe Linnenkohl ist seit mittlerweile 40 Jahren ein fester Bestandteil der Bank! Er absolvierte von August 1980 bis Juni 1983 seine Ausbildung bei der damaligen Raiffeisenbank Witzenhausen. Als Prokurist und Bereichsleiter im Kreditbereich begleitete und gestaltete Uwe Linnenkohl seit Januar 2001 den Fusionsprozess zur VR-Bank Werra Meißner eG maßgeblich mit. Aufgrund seiner Kompetenzen wurde er am 1. August 2003 zum Vorstandsmitglied der VR-Bank berufen. Seine erfolgreichen Jahre kann Uwe Linnenkohl nun gemeinsam mit seiner Frau und seinen zwei Kindern feiern, bevor er im Anfang des kommenden Jahres schon die nächste Feier planen kann – dann wird Uwe Linnenkohl nämlich 60 Jahre alt.

vrbankmitte.de

NEU im Vorstandsteam
Morgen kann kommen.
 Wir machen den Weg frei.

VR-Bank Mitte eG
 Eichsfeld · Göttingen · Northeim · Werra-Meißner

Hier steht der Mensch im Mittelpunkt

Autohaus Stöber begann seine Erfolgsgeschichte vor 50 Jahren



Es hätte das Jahr der Feiern für das Autohaus Stöber in Bad Sooden-Allendorf sein sollen, denn seit 50 Jahren gibt es den Autohändler in der Badestadt. Wegen der Corona-Pandemie musste das eigentlich geplante Fest aber abgesagt werden. Dr. Michael Ludwig von der IHK Kassel-Marburg lies es sich aber dennoch nicht nehmen eine Urkunde zum Jubiläum zu überreichen. „Wir haben immer unser Ding gemacht und das mit Herzblut. Unsere Mitarbeiter und Kunden liegen uns am Herzen, hier steht der Mensch im Mittelpunkt“, erklärt Torsten Stöber, Geschäftsführer des Autohauses in Bad Sooden-Allendorf. Auch sein Bruder Jörn Stöber, verantwortlich für das Autohaus in Witzenhäusen, freut sich über den anhaltenden Erfolg des Unternehmens. Mit dem Verkauf an Glinicke im Jahr 2018 habe man zudem frühzeitig in die Zukunft investiert und die Standorte gesichert. Im kleinen Kreis können sich die Mitarbeiter aller drei Autohäuser im Kreis nun über das 50-jährige Bestehen des Autohaus Stöber freuen.

(V.li.) Dr. Michael Ludwig von der IHK Kassel-Marburg übergab die Urkunde zum Bestehen an die Geschäftsführer Torsten und Jörn Stöber und an Dominik Rauchhaus, Betriebsleiter der Stöber Niederlassung in Eschwege.

Foto: Wehr

MS

Gartengestaltung

Gärten... einfach schön

**Betriebsurlaub
vom 3. bis 15.8**

**Großer Ideengarten
in Hedemünden**

**ABVERKAUF
RESTPOSTEN!**

Teiche

Schwimmteiche

Wasserspiele

Gestaltung – Pflanzung – Pflege

Wassertechnik und Wasserpflanzen

Hofverkauf

Untere Trift 1 • 34346 Hann. Münden
 Tel. 05545 1053 / 6544
 E-Mail: info@ms-gartengestaltung.de
 www.ms-gartengestaltung.de

Öffnungszeiten:
 Mo-Fr 09.00 – 17.00 Uhr
 Sa 10.00 – 13.00 Uhr

Firma Dirk Luhn

- Baggerarbeiten
- Schachtarbeiten
- Pflasterbau
- Außenanlagen

Tel. 05655 923083
 Email: bauen@dirk-luhn.de
 Von-Steuben-Straße 13 • 37281 Wanfried

Möbelkreis Werraland in Eschwege

Mehr als nur Möbel



Der Möbelkreis-Werraland ist nun seit über fünf Jahrzehnten für seine Kunden im Einsatz. Ausschlaggebend für den Erfolg der Möbelkreis-Gruppe ist sicherlich das Vertrauen der Kunden und der perfekte Rundumservice! Dieser basiert auf der Möbelkreis-Firmenphilosophie:

„ Bei uns sind Sie als Kunde die Nr. 1 – Kundenzufriedenheit und Qualität werden bei uns im Möbelkreis großgeschrieben. “



UNSERE KÜCHEN- UND MÖBELEXPERTEN



Bernd Schöffler
Prokurist



Dirk Werner
Verkaufsleiter



Thomas Gebel
Verkaufsleiter Möbel



Dietrich Sauer
Einrichtungsberater



Frank Motz
Einrichtungsberater



Tanja Behnken
Einrichtungsberaterin



Christiane Bierschenk
Sachbearbeiterin

MÖBELKREIS
EINRICHTUNGSHAUS

Jetzt Planungstermin vereinbaren!

Möbelkreis Werraland GmbH & Co. Ausstattungshaus KG
Thüringer Str. 6 - 37269 Eschwege - Telefon: 05651 9217-0 - info.esw@moebelkreis.de
www.moebelkreis-eschwege.de - Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 09 - 19 Uhr, Sa. 09 - 14 Uhr



Seit 1969 gehört der Möbelkreis-Werraland in Eschwege zur erfolgreichen Möbelkreis-Gruppe, mit Hauptsitz in Meiningen. Mit sechs Standorten und über 130 Mitarbeitern zählt der Möbelkreis heute zu den größeren Anbietern eines Möbelkomplettsortiments in Nordhessen. Beim Rundgang durch die Ausstellung fallen immer wieder Einzelstücke auf, die in den eigenen vier Wänden zum Highlight werden können. Vom Polstermöbel, über die Küche bis hin zur Dekoration ist für jeden etwas dabei! Da die Kollektionen stetig wechseln, finden Sie in den Möbelkreis-Filialen derzeit eine schöne Auswahl an Abverkaufs-Artikeln in allen Abteilungen, zu fairen Preisen. Um bei all den Möglichkeiten nicht den Überblick zu verlieren, berät Sie das Möbelkreis-Team in jeder Situation gerne. Verkaufsleiter Dirk Werner und Thomas Gebel (Möbel) halten das Möbelhaus auf dem neusten Stand der Möbelbranche und erfüllen mit ihrem Team die Wünsche ihrer Kunden, auch wenn sie noch so knifflig erscheinen. Die Einrichtungsexperten präsentieren Ihnen, neben fair gerechneten Preisen, die neuesten Küchen- und Wohntrends, die besten Gestaltungsmöglichkeiten für Ihre Räumlichkeiten sowie die sinnvolle Anordnung von Geräten. Das alles wird abgestimmt auf Ihren persönlichen Tagesablauf und Ihre Wünsche. Ein wichtiges Credo für den

Möbelkreis ist außerdem der Umgang mit Schnäppchen. Vielerorts finden die Kunden Werbung mit ausgelobten Rabatten von 50, 60 oder gar 70 % auf selbst hochgerechnete Listenpreise. „Solche Machenschaften sind Betrug am Kunden. Deshalb kann ich nur dringend empfehlen, Serviceleistungen und Endpreise statt Rabatte zu vergleichen“, so Geschäftsführer Fritz Klug. Gerne können Sie auf der Homepage des Möbelkreis durch die Vielzahl der Artikel stöbern und sich Anregungen für die eigenen vier Wände holen. Oder Sie kommen direkt vorbei und machen sich vor Ort einen Eindruck von Ihrem neuen Traumöbel oder der neuen Küchenzeile. Sollten Sie den Wunsch nach einer frei geplanten Küche hegen, bittet Sie der Möbelkreis darum, vorab einen Planungstermin zu vereinbaren, damit Sie die beste Beratung erhalten und sich das Möbelkreis-Team die Zeit für Sie nehmen kann, die Sie verdient haben.

Profitieren Sie jetzt von der Erfahrung und der Kundennähe des Möbelkreis-Werraland und lassen Sie sich von den Möbelkreis- Einrichtungsexperten überzeugen. Reinschauen lohnt sich! Unser Möbelkreis-Team nimmt sich gerne Zeit für Sie: Mo.-Fr. 9-19 Uhr, Sa. 9-14 Uhr, Tel. 05651-92170, info.esw@moebelkreis.de, www.moebelkreis-eschwege.de



Trockeneis ist eine der besten Möglichkeiten der Autoreinigung, wenn es darum geht, empfindliche Materialien zu bearbeiten und Viren & Bakterien zu vernichten. Dafür wird das richtige Know-how gebraucht – und das finden Sie bei uns! Die Pellets müssen in der richtigen Größe, Form und Dosierung perfekt aufeinander abgestimmt werden, damit Ihr Auto wieder in einem neuen Glanz erscheinen kann.

Besonders an Ecken, an denen Rückstände komplett entfernt werden müssen, zeigen sich die klaren Vorteile des Eisstrahlens: Eine sanfte Art Schmutz zu entfernen und es fällt kein verschmutztes Wasser an, denn das Trockeneis verdampft beim Auftreffen auf die Oberfläche und hinterlässt damit kein Wasser. Autobesitzer, die ihrem Wagen eine schonende aber effektive Reinigung verpassen möchten, sind mit Trockeneis bestens beraten.

IHR KOMPETENTER EISSTRAHLER

Unterboden



Motorraum



Hohlräume



Innenraum & Stoffdächer



Sitze und Polsterreinigung



Photovoltaik-Anlage mit Energiespeicher

Stromkosten deutlich senken und unabhängig werden



Wohnhaus mit PV-Anlage. Foto: esg-solar.de

Von unseren Fachkenntnissen und der Energie aus der Sonne können Sie als Kunde optimal profitieren: Photovoltaik-Anlagen sind eine sehr wirtschaftliche und umweltfreundliche Möglichkeit zur Stromerzeugung. Die Herstellungskosten einer Kilowattstunde Strom mit einer Solaranlage liegt bei ca. neun bis zwölf Cent. Angesichts der steigenden Strompreise bedeutet die eigene Stromerzeugung eine finanzielle Entlastung und Unabhängigkeit von Stromkonzernen. Und: Wer Sonnenstrom nutzt, spart Kohlendioxid ein und trägt zum Umweltschutz bei. Privathaushalte, Gewerbebetriebe und Betrie-

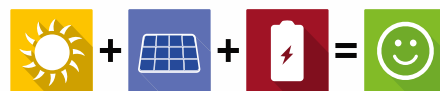
be aus der Landwirtschaft setzen zunehmend auf die Anschaffung eines Speichersystems zur PV-Anlage. Denn mithilfe des Speichersystems kann der Überschuss an produziertem Strom am Tag in eine Batterie geleitet werden. Dadurch geht der Überschuss nicht verloren, und eine Versorgung mit der Energie vom Dach wird auch in der Nacht möglich. Energiespeicher gehören somit zu jeder Solaranlage dazu. Bereits bestehende Solaranlagen können nachgerüstet werden.

Die Energiesysteme Groß GmbH & Co. KG unterstützt Sie gerne dabei, Ihre Energieversorgung mithilfe einer Solaranlage mit Speichersystem auf eine umweltfreundliche und wirtschaftliche Basis zu stellen. Lassen Sie sich hierzu von Giuseppe Stricagnolo, unserem Fachberater des Solarzentrums Werra-Meißner, ein kostenfreies und unverbindliches Angebot erstellen. Mehr Infos und Kontakt unter www.esg-solar.de

Energiewende: Sei dabei! Stromkosten senken - unabhängig werden!

Solarstrom lohnt sich mehr denn je! Die Energie aus der Sonne ist nicht nur die preiswerteste Art der Stromerzeugung, sie sorgt auch für nachhaltigen Schutz unserer Umwelt.

Zusammen sind wir **Groß!**
Jetzt Telefonberatung vereinbaren!



Photovoltaik-Anlagen | Energie-Speichersysteme
Strom- & Gastarife | Elektromobilität | Ladesysteme



**Energiesysteme Groß
GmbH & Co. KG**
Solarzentrum Werra-Meißner
Giuseppe Stricagnolo
Telefon: 05651 / 992 7517
Mobil: 0151 / 174 86 867
stricagnolo@esg-solar.de
www.esg-solar.de

DaBeTec

Dachbeschichtung & Bautenschutz

Udo Möller

Tel. 06621 / 7994710

Fax 06621 / 7994711

Mobil 0151 / 16765490





Werrabrücke in Witzenhausen. Foto: Halpape

Kesperstadt zieht in die Endrunde von Nachhaltigkeitspreis ein

Witzenhausen schafft es ins Finale!

Große Freude in Witzenhausen! In der Kategorie „Kleinstädte und Gemeinden“ - Orte mit bis zu 20.000 Einwohnern - hat es die Kesperstadt ins Finale für den Nachhaltigkeitspreis 2021 geschafft. Nun soll sich im August entscheiden ob Witzenhausen gegen die anderen Kandidaten Eltville am Rhein (Hessen), Markt Oberelsbach (Bayern) und den Flecken Steyerberg (Niedersachsen) gewinnen und sich 30.000 Euro Preisgeld sichern kann.

Um sich überhaupt für den Preis bewerben zu können, war in Witzenhausen eine Menge Arbeit angefallen. Gemeinsam mussten zahlreiche Projekte zusammengetragen werden, die sich in der Stadt für die Nachhaltigkeit einsetzen.

Doch die Arbeit hat sich gelohnt, denn die Jury des Preises lobte die Vielfalt in der Stadt und dabei ganz besonders das Projekt „Witzenhausen 2030“. Hier werden Bürger und Institutionen zusammen gebracht, um an mehr Nachhaltigkeit in der Stadt zu arbeiten.

Auch das wissenschaftlich begleitete Modellprojekt „Wirtschaftsförderung 4.0“, das Engagement innerhalb der „Ökolandbau Modellregion Nordhessen“ und die Mitgliedschaft als kleinste Kommune im Netzwerk der Bio-Städte hebt die Jury hervor. Positiv fielen auch die jährlich von Studierenden organisierte „Witzenhäuser Konferenz zu Ökologischer Landwirtschaft“ und die Zusammenarbeit mit dem weltweit ersten Fachbereich für Ökologische Agrarwissenschaften auf.

Der große Einzug ins Finale wurde aber nicht nur mit diesen vielen Projekten geschafft, sondern es musste auch noch ein zweistündiges Interview überstanden werden, bei dem die Jury hinter die Kulissen der Stadt und ihren Absichten zum Thema Nachhaltigkeit blickte – per Videoschaltung, damit die Pandemie-Regelungen eingehalten werden können.

Sollte Witzenhausen es tatsächlich schaffen, sich den Preis zu sichern, könnte es im Herbst eine Feier geben um den Erfolg gebührend mit den Bürgern zu teilen. Außerdem dürfen die Sieger der Kategorie in jedem Jahr zum Deutschen Nachhaltigkeitstag nach Düsseldorf fahren, um sich und seine Projekte dort vorzustellen.

Sprechen Sie uns an, wir sind für Sie da.

Schotterlieferung

Wurzelbeseitigung



Hiebenthal
Hoch + Tiefbau
GmbH
Eschwege

Tel.: 05651/98080
Helgoländer Straße 9
37269 Eschwege

Mutterbodenlieferung

Mulcharbeiten

Erdabfuhr

Thea Welland bekam in Witzenhausen Besuch vom hr

Schafmilch-Seife wird zum Fernseh-Star

Einen freudigen Besuch konnte Thea Welland in Witzenhausen auf ihrem landwirtschaftlichem Betrieb begrüßen, denn schon zum zweiten Mal in kurzer Zeit war ein Fernsehteam des hr zu ihr und ihren Schafen gekommen. „Wir haben zweimal gedreht, einmal für die Sendung ‚Herkules‘ und einmal für einen Beitrag über Selbstversorger. Gemeinsam mit dem Team habe ich dann meine Seife hergestellt“, erinnert sich Welland.

Denn auf ihrem Hof gibt es zahlreiche Schafe, die mit ihrer Milch die Grundlage für die beliebten Seifen aus Schafmilch bilden. Rund zwei Liter Milch am Tag gibt ein Schaf, das reicht für um die 100 Stück Seife, die Welland dann

über ihren Online-Shop unter www.schafmilch-naturseife.de vertreibt.

Das der erste Beitrag des hr bereits ausgestrahlt wurde, bekam Thea Welland besonders an den Bestellungen zu spüren. „Wir haben danach ein wirklich großes Bestellaufkommen gehabt, was uns in Corona-Zeiten natürlich umso mehr freut“, so die Unternehmerin. Allgemein sei sie aber relativ gut durch die Pandemie gekommen, denn ihre Seifen waren mit ihrem pflegenden Charakter in Zeiten der gesteigerten Hygiene weiterhin beliebt.

Ausgestrahlt wird der zweite Besuch des hr bei Thea Welland Anfang August.



Entspannen im Sommer für Mensch und Tier



Vital Kissen Outbag

Orthopädisches Kissen
für maximalen Schlafkomfort



TRIXIE



Yoga Kissen

in diversen Formen, Größen
& Farben

Angebote



Napf & Topping Gratis

beim Kauf von Belcando Mastercraft
10kg Sack frisches Fleisch mit Kräutern
und Olivenextrakt

Verschiedene Räucherwaren

Zitronenmelisse, Olibanum uvm.



20 - 50%
auf verschiedene Hundekissen

Wohlfühlen im Grünen Alles für Garten & Terrasse



Moderne Gartenmöbel
Bank AKAPULKO & Stuhl MIAMI

Outdoor Kissen
verschiedene Ausführungen

Sandrock's Stockbrot

mit Walnüssen

- 400 g Mehl
- 1 Pck. Trockenhefe
- 2 TL Salz
- ½ TL Zucker
- 3 EL Olivenöl
- 75g Walnüsse

Mehl, Trockenhefe, Walnüsse, Salz und Zucker in einer Schüssel vermischen. Olivenöl und 230ml lauwarmes Wasser zum Teig geben und alles 3 Min. auf höchster Stufe mit den Knethaken zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt ca. 30 Min. ruhen lassen.

Den Teig eng um den Holzstock zu einer Kordel herumwickeln. Das Ende dabei gut andrücken. So kann der Teig über dem Lagerfeuer nicht abfallen.

Guten Appetit



Buddha Statue
in diversen Formen, Größen & Farben

Feuerschalen

in unterschiedlichen Designs





meinwumk
Gesundheit

Nichts steht mehr für einen guten Sommer, als die Sonne! Doch das Bad unter ihren Strahlen kann auch gefährlich werden, besonders für die Haut.

Wie sich Sonnenanbeter am besten vor Sonnenbrand oder gar einem Sonnenstich schützen können, dass lesen Sie hier.

Tipps gegen Sonnenstich, Sonnenbrand und Sonnenallergie

Wenn die Sonne zur Gefahr wird

Die Sonne ist unser liebster Begleiter in den Sommertagen. Sie sorgt dafür, dass unsere Haut schön braun wird, dass die Tage länger und wärmer sind und dass die Laune steigt. Doch die Sonne ist nicht nur warm, sondern kann auch zu heiß werden. Nach einem ausgedehnten Bad in der Sonne, kann die Diagnose dann schon einmal Sonnenbrand oder schlimmer: Sonnenallergie oder Sonnenstich heißen. Um das zu verhindern, sollte man neben der unerlässlichen Sonnencreme noch auf ein paar andere Dinge achten, bevor der Sommertag genossen wird.

Was tun bei einem Sonnenstich?

Menschen, die zu viel Sonne in den Nacken oder auf den Kopf bekommen haben, können einen Sonnenstich entwickeln. Durch die starke Hitze kommt es zu einer Irritation des Hirns und der Hirnhaut, die zu Hirnswellungen und Entzündungen führen können. Bemerkbar macht sich der Sonnenstich mit Übelkeit, Unruhe, Kopfschmerzen und manchmal auch Ohrengeräuschen. Typisch sind auch Nackenschmerzen – eine erhöhte Temperatur haben Sonnenstich-Patienten allerdings nicht! Um einen Sonnenstich zu verhindern, gilt es sich nicht zu lange in der Sonne aufzuhalten, oder den Kopf mit einem hellen Hut zu schützen.

Übrigens: Ein Sonnenstich und ein Hitzschlag werden im allgemeinen Sprachgebrauch zwar oft durcheinander geworfen, sind aber zwei völlig unterschiedliche Dinge. Ein Hitzschlag ist deutlich gefährlicher als ein Sonnenstich, denn hier steigt die Körpertemperatur auf über 40 Grad und es herrscht akute Lebensgefahr, wenn die betroffene Person nicht schnell behandelt wird!

Besteht der Verdacht, dass es zu einem Hitzschlag gekommen ist, sollte der Patient auf gar keinen Fall alleine gelassen werden – der Zustand kann sich nämlich unvermittelt verschlechtern, außerdem besteht die Gefahr, dass sich die Betroffenen übergeben müssen. Am besten helfen kann man, indem schnell der Schatten aufgesucht wird und die Haut und damit auch die Körpertemperatur



Ein Sonnenbad gehört zum Sommer dazu, doch dabei sollte man nicht unvorsichtig werden. Foto: pixabay

gekühlt werden. Dabei sollten Kühl- oder Eispackungen nur mit einem Handtuch auf die Haut gelegt werden, damit keine Erfrierungen entstehen. Wichtig ist außerdem, dass immer der Notarzt gerufen wird, ein Hitzschlag kann sich nämlich schnell in einen Hitzekollaps und damit in einen Atemstillstand entwickeln.

Was steckt hinter einer Sonnenallergie?

Aber nicht nur ein Sonnenstich oder ein Hitzschlag können gefährlich und unangenehm werden, sondern auch eine Sonnenallergie. Besonders Haut, die noch nicht an viel Sonne gewöhnt ist, kann mit Bläschen, Rötungen und Juckreiz reagieren. Häufig sind davon Frauen betroffen und das an Körperstellen, die sonst wenig Sonne sehen, wie das Dekolleté, die Schultern, oder die Innenseite der Arme. ►

Um das zu verhindern, sollte man die Haut langsam an die Sonne gewöhnen und mit dem Sonnenbad im Schatten beginnen. Calcium, Fischölkapseln oder auch homöopathische Mittel können ebenfalls vorbeugend helfen. Sollte die Sonnenallergie allerdings regelmäßig auftreten, geht nichts an einem Gang zum Arzt vorbei.

Die wohl häufigste Form der Hautirritation durch die Sonne, ist und bleibt aber der Sonnenbrand. Gerötete Hautstellen, teilweise mit Blasen und sich schälender Haut, sind an den Seen der Region ein häufiger Anblick und das obwohl immer wieder vor den Gefahren der Sonne gewarnt wird. Deswegen gilt auch in diesem Sommer: Die Sonnencreme muss mit dabei sein und regelmäßig benutzt werden! Menschen, die bereits einen Sonnenbrand erlitten haben, sollten zudem die Sonne meiden oder die verbrannten Hautstellen mit ihrer Kleidung schützen. Werden diese Tipps beachtet, steht einem Sommer, den auch die Haut genießen kann, nichts mehr im Wege!



Auch Kinder können an einer Sonnenallergie leiden und dabei Juckreiz empfinden. Foto: pixabay

Susanne Benthhaus bietet Design in neuen Räumen an

Schönheit im Ausdruck von Körper, Seele, Raum und Geist

BENTHAUS DESIGN

Unterstützung für das, was im Menschen nach Lösung und Erfüllung strebt.

Klein aber fein:

- Einzelsitzungen
- Seminare
- Meditationsabende

Eine Oase voller Frieden und Schönheit finden Sie am Hang des Meißner Berges inmitten der Natur.

Susanne Benthhaus

Diplom Designerin für die innere und äußere Schönheit
Meißnerstraße 4, 37242 Bad Sooden-Allendorf, OT Dudenrode

Tel.: 05604 93 69 850

Seit 1991 ist Susanne Benthhaus Diplom-Designerin und hat sich auch zu einer Designerin für die feinstofflichen Ebenen qualifiziert. Seit Februar ist ihr neues zu Hause Dudenrode.

Umgeben von der Natur des Meißners, bietet sie Unterstützung für das an, was im Menschen nach Lösung und Erfüllung strebt. „Ich habe mir eine große Bandbreite an Fähigkeiten, auch im feinstofflichen Bereich erarbeitet. Dadurch kann ich die Wechselwirkungen zwischen den inneren Ebenen des Menschen und den Erscheinungen in der materiellen Welt erkennen und korrigierend einwirken“, so Benthhaus. Wer mehr Wissen und Verstehen zu diesen Themen einsammeln möchte, ist in ihren Seminaren immer willkommen. In Einzelsitzungen unterstützt sie Menschen dabei, sich wohler zu fühlen, Blockaden im Leben zu lösen und die eigene Schönheit und Fähigkeiten zum Ausdruck zu bringen.

Neben dieser Arbeit bietet die Diplom-Designerin einen offenen Meditations-Kreis an. „Hier kann jeder vorbeikommen, neue Kräfte tanken und erste Erfahrungen mit seinen feinstofflichen Aspekten machen.“

Genauere Informationen dazu und zu ihren Angeboten gibt die Diplom-Designerin gerne am Telefon, auch um den Pandemie-Bestimmungen gerecht zu werden.

Meine

Eiweißbrote + Toastbrötchen

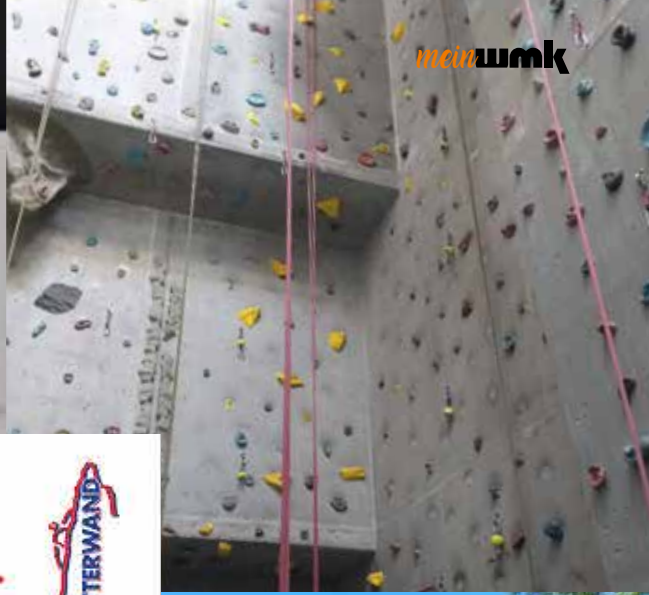


„Mestemacher ist Weltmarktführer ungeöffnet lang haltbarer Vollkornprodukte und Förderer der Gleichstellung Frau + Mann.“

Initiatorin Aktivitäten Gleichstellung Prof. Dr. Ulrike Detmers

Gesellschafterin, Vorsitzende der Geschäftsführung Mestemacher Management GmbH, Sprecherin der Gruppe

Förderer
Gleichstellung
**Frau
+
Mann**
www.mestemacher.de/
gleichstellungsaktivitaeten



Bornemannweg 8, 37213 Witzenhausen
Tel.: 05542 910700



Dem Immunsystem unter die Arme greifen

Family-Fitness in Witzenhausen bietet ein breites Angebot



Seit 1987 gibt es das von Jennifer und Peter Dimmer gegründete Gesundheitsstudio Family-Fitness in Witzenhausen. Das Familienunternehmen hat sich zu einem Ort für sportliche Aktivitäten, Herz-Kreislauftraining, Wellness und Lebensfreude entwickelt.

Gemeinsam mit Tochter Jasmin und Team bietet das Studio verschiedene Gesundheitstrainingsprogramme an, um ein ausgewogenes und motivierendes Training zu ermöglichen.

Sie haben eine hervorragende Mischung aus Soft- und Hardware. Die Software ist das Team aus tollen und qualifizierten Mitarbeitern und natürlich die Mitglieder. Die Hardware sind die Geräteausstattung und das Inventar.

Sie finden einen modernen erstklassigen und großzügigen Gerätepark vor. Dieser reicht von Kräftigung bis zum Herz-Kreislauftraining, von Kletterwand, Abnehmprogrammen, einem umfangreichen Kursangebot mit Indoor-Cycling, Taekwon Do, Yoga, Tabata, Power Mix, Rehabilitationssport, bis hin zu Sauna, Bistro und vielem mehr.



Jasmin Dimmer ist qualifizierte Fitnessfachwirtin und angehende Nachfolgerin des Unternehmens. Foto: Dimmer



myintense+
myintense+ ist ein Markenname

**Du nimmst ab,
deine Krankenkasse zahlt!**

Sichere dir jetzt deinen persönlichen
WUNSCHFIGUR-TERMIN

Inklusive 8 Wochen gratis Figurtraining
- 8 Wochen Online-Abnehmprogramm
- Du startest, wann du willst
- Du bist, was dir schmeckt
- Deine Krankenkasse zahlt!



Wir machen dich fit!



Gesundheitsorientiertes Verhalten und vorbeugende Maßnahmen werden sich in Zukunft dauerhaft auswirken, aber vor allem auf die Lebensqualität durch Corona. „Gerade wenn eigentlich der Urlaub anstehen würde, der aber ausfallen musste, ist das die perfekte Zeit um etwas für das nun so wichtige Immunsystem und die gesamte Gesundheit zu tun“, empfiehlt Jasmin Dimmer.

Family Fitness bietet neben Firmenfitness auch ein breites Angebot mit Kooperationspartnern an, z. B. CherryMan 2020, Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), das „Myintense+“-Abnehmprogramm,

das bis zu 100% von Krankenkassen gefördert wird, Rehasport Deutschland e.V. Unter anderem ist das Studio nach DIN 33961 durch die anerkannte BSA-Dienstleistungszertifizierungsstelle zertifiziert.

Family Fitness bietet als Sonderleistung eine kostenlose und unverbindliche persönliche Beratung nach Terminabsprache an. Dafür können Sie Kontakt aufnehmen unter 05542-910700 oder familyfitness@gmx.de. Weitere Infos zu den Angeboten gibt es auch auf der Homepage www.familyfitness-witzenhausen.de.

MTZ Kopp GmbH

Medizinisches TherapieZentrum Kopp für Ergo- und Physiotherapie in Fürstehagen

Seit 2019 ist das Medizinische TherapieZentrum Kopp an der Leipziger Straße in Fürstehagen wiedereröffnet – viele bekannte Gesichter begegnen dem Hilfesuchenden hier wieder, wenn auch in diesen Zeiten mit Mund-Nasen-Schutz.

Schon 1981 hatte der damals 24-jährige Leonhard Kopp seine erste Praxis, damals für Massage und Bäder, eröffnet. Ein ereignisreicher und durchaus erfüllter Berufsweg führte ihn immer wieder vor neue Herausforderungen. Er absolvierte nicht nur drei Ausbildungen erfolgreich mit Staatsexamen, sondern auch ein Diplomstudium.

Bis zu seinem privaten Neuanfang vor drei Jahren war er auch in einem therapeutischen Zentrum an der orthopädischen Klinik in Hessisch Lichtenau tätig – nun heißt es: Zurück zu den Wurzeln!

Aus der kleinen Praxis an der B7 ist unter der Hand des 63-Jährigen ein freundlich-modernes Therapiezentrum geworden, dessen Schwerpunkt die Manuelle Therapie ist.

Was ist Manuelle Therapie?

Der GKV definiert die Manuelle Therapie als den von Therapeuten durchgeführten Teil der manuellen Medizin auf der Grundlage der Biomechanik und Reflexlehre zur Behandlung von Dysfunktionen der Bewegungsorgane mit reflektorischen Auswirkungen. (Quelle: Anlage 1a zu den Rahmenempfehlungen nach § 125 Abs. 1 SGB V vom 1. August 2001 in der Fassung vom 1. Juni 2006, S. 21, als PDF im Internet verfügbar.)

Zum Fürstehagener Team gehören Dorothee Putz, Domenic Appel, Matthias Steinberger und Elisabeth Heepe als Physiotherapeut*innen. Jana Oetzel verstärkt das Team als Ergotherapeutin, während Heike Siebert die administrativen Aufgaben übernimmt.

Dorothee Putz ist zertifizierte Manualtherapeutin und führt als fachliche Leitung das Team. Die engagierte Therapeutin ist durch ihre sorgfältig genaue Arbeit und ihre warmherzige Art eine unersetzliche Größe in der Praxis von Leonhard Kopp. Sie spezialisiert sich



Team Fürstehagen, v.li.: Elisabeth Heepe, Domenic Appel und Dorothee Putz.



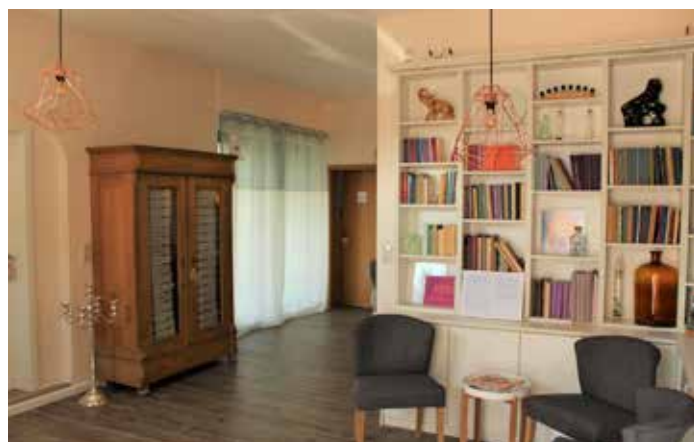
Matthias Steinberger



Jana Oetzel



Heike Siebert



Wartebereich in Fürstehagen

vor allem auf orthopädische Diagnosen. Patient*innen mit Schmerzen und Funktionsstörungen des Bewegungsapparates können bei ihr Linderung finden. Regelmäßige Fortbildungen bringen sie immer auf den aktuellen Wissensstand. Neben ihrer Arbeit am Patienten gibt sie ihr Wissen als praktische Lehrerin an der Physiotherapie-Schule in Bad Sooden-Allendorf an den therapeutischen Nachwuchs weiter.

Domenic Appel, selbst sportlich sehr engagiert und im Besitz einer Trainerlizenz, ist durch sein umfassendes Wissen, sein handwerkliches Geschick und sein fröhliches Wesen bei Sport- wie auch Alltagsleiden sehr gefragt. Der fürsorgliche junge Mann hat stets ein offenes Ohr für alle, die es brauchen. Er ist unter anderem zertifizierter Lymphtherapeut und befindet sich derzeit mitten in seiner Ausbildung zum Manualtherapeuten, um seinen von orthopädischen Leiden betroffenen Patient*innen noch präziser helfen zu können.

Auch Matthias Steinberger spezialisiert sich auf orthopädische Diagnosen. Der junge Vater ist zudem Lymphtherapeut und studierte nebenberuflich Gesundheitswissenschaften, um seinen Wissensdurst zu stillen. Seine ruhige, fokussierte Art und die zielorientierte Arbeitsweise machen ihn zu einem der Lieblinge bei den Patient*innen, weil sie wissen, dass der auch gern mal zu kleinen Späßen aufgelegte Therapeut sie liebevoll durch gute und schlechte Zeiten begleitet.

Elisabeth Heepe ist ebenfalls zertifizierte Manualtherapeutin und bildet sich seit drei Jahren zur Osteopathin weiter, um den ganzheitlichen Ansatz der Praxisphilosophie zu vertiefen. Ein berufsbegleitendes Studium im Bereich des Gesundheitsmanagements schloss sie vor zweieinhalb Jahren erfolgreich ab. Sie spezialisiert sich in ihrer physiotherapeutischen Arbeit vor allem auf Kiefergelenkbehandlungen und ist zudem zertifizierte Vestibular- und auch Migränetherapeutin.

Jana Oetzel führt ihre einfühlsame Arbeit meist bei betroffenen Patient*innen zu Hause aus und kann sie so bestens in ihren Alltagshandlungen und ihrer Selbständigkeit fördern. Ihre langjährige Berufserfahrung vertiefte sie nach ihrer Ausbildung zur staatlich anerkannten Ergotherapeutin durch vielfältige Fortbildungen.

Heike Siebert ist im Praxisalltag unersetzlich. Ihre fröhliches, offenes Wesen ist ein Sonnenschein sowohl innerhalb des Teams als auch im Umgang mit Patient*innen, Kund*innen und Geschäftspartner*innen. Ihre ordnende Hand bringt in die übliche Vielzahl verschiedenster Aufgaben eine souveräne Struktur, womit sie allen die Arbeitsabläufe wesentlich erleichtert.

MTZ Kopp GmbH

Ergo- und Physiotherapie Kopp in Mühlhausen



Wartebereich Mühlhausen

Das Medizinische TherapieZentrum Kopp kooperiert eng mit der Praxis für Osteopathie Alan, die im gleichen Gebäude ansässig ist. Deren Betreiber, Baris Alan, selbst Vater von drei Kindern, hat sich auf die Behandlung von Babys und Kindern spezialisiert, aber auch Erwachsene können bei ihm osteopathische Hilfe finden.

Verstärkt wird das Band auch durch Herrn Alans Berufung als Geschäftsführer in Leonhard Kopp's MTZ Kopp GmbH, die die beiden Standorte in Fürstentagen und Mühlhausen betreibt. Der Juniorchef kümmert sich außerdem um den Standort in den Diakonie-Kliniken Kassel, wo die MTZ Kopp GmbH die outgesourcte Therapieabteilung übernommen hat.

Die Mühlhäuser Praxis, seit 2013 in Betrieb, wurde in 2019 unter der MTZ Kopp GmbH neu eröffnet und in diesem Jahr um eine ergotherapeutische Abteilung erweitert.

Auch diese Praxis konzentriert sich schwerpunktmäßig auf die Manuelle Therapie, außerdem wird hier in der Physiotherapie seit Kurzem Krankengymnastik am Gerät (also an Trainingsgeräten) angeboten.

Nancy Leitert und Christin Köthe, beide aus Mühlhausen, sind seit Jahren ein eingespieltes Duo, das von der Ergotherapeutin Isabel Wagner verstärkt wird.

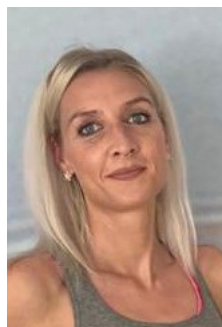
Nancy Leitert, fachliche Leitung der Praxis, besitzt neben dem Zertifikat für Manuelle Therapie auch das für Lymphdrainage, zudem ist sie qualifizierte Wellnesstherapeutin. Die zierliche Frau mit großem Herz sieht in jede*m Patient*en den Menschen, der sich hilfesuchend an sie wendet. Für sie ist klar, dass Therapie nicht nur ein Beruf ist, sondern eine Berufung.

Christin Köthe, die sich durch ihr liebenswürdiges Wesen auszeichnet, verfügt ebenfalls nicht nur über eine abgeschlossene Zertifikatsweiterbildung zur Manualtherapeutin, sondern ist auch Lymphtherapeutin und medizinische Trainingstherapeutin. Sie hat sich zum ehrenwerten Motto erwählt, dass ihre Patient*innen glücklich und zufrieden nach Hause gehen mögen.

Isabel Wagner verstärkt als neuestes Mitglied das Mühlhäuser Team und erweitert das Angebotsspektrum um ergotherapeutische Leistungen. Die junge Therapeutin bezog ihre ergotherapeutischen Räumlichkeiten gleich neben der altbekannten Praxis. Nun können Betroffene umfassend in interdisziplinärer Zusammenarbeit Hand in Hand therapiert werden.



Behandlungsräume Mühlhausen



Christin Köthe



Isabel Wagner



Nancy Leitert



DrösslerDental®

Perfekte Zähne für ein strahlendes Lächeln



Zahntechniker m/w/d

für folgende Laborbereiche gesucht: Implantatprothetik, CAD / CAM, hochwertige Kunststoffprothetik, Modellguss- und Kombinationsprothetik

Es erwarten Sie

- hochqualifizierte Kollegen
- eine unbefristete Festanstellung in Vollzeit
- leistungsgerechte Vergütung
- umfassende Weiterbildungsmöglichkeiten
- flexible und individuell gestaltbare Arbeitszeiten

Laborsekretärin für zahntechnische Abrechnung gesucht (m/w/d)

Haben Sie Interesse? Dann freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme.



... für Ihr gesundes Lächeln.

**Drössler
Dental®**

Zentrum für zahnärztliche Prothetik und Zahnimplantologie

Drössler-Dental GmbH • 37269 Eschwege • Forstgasse 21
Tel. 05651 2 27 55 27 • info@droessler-dental.de



Pflegetipps für Ihre gesunden Zähne

Schöne Zähne lächeln gern

Schöne und gepflegte Zähne bis ins Alter müssen kein Wunschtraum sein. Denn mit wenigen einfachen Regeln bleiben Zähne länger gesund: Morgens und abends nach den Mahlzeiten die Zähne gründlich putzen. Für die Reinigung zwischen den Zähnen entweder Zahnseide oder sogenannte Interdentalbürsten verwenden. Die richtige Putztechnik ist ebenso wichtig wie eine geeignete Zahnbürste. Zahnärzte empfehlen mittelharte bis weiche Borsten. Beim Putzen nicht zu viel Druck ausüben, um den schützenden Zahnschmelz nicht zu schädigen. Zahnpasta mit Fluorid erhöht die Widerstandsfähigkeit der Zahnoberfläche. Antibakterielles Mundwasser gelangt auch in die Zahnzwischenräume und desinfiziert gleichzeitig die Oberfläche der Zunge. So haben es Bakterien schwerer, sich anzusiedeln. „Wer seine Zähne mindestens einmal im Jahr vom Zahnarzt kontrollieren lässt, ist in der

Regel seltener auf Zahnersatz angewiesen“, sagt Dr. Thomas Wöhler, Gesellschaftsarzt der Barmenia Versicherungen. Und wenn doch einmal Zahnersatz oder Inlays notwendig sein sollten, lohnt sich eine Zahnzusatzversicherung. Sie übernimmt im Bedarfsfall einen Großteil der Kosten. Übrigens: Auf Süßigkeiten zu verzichten, ist nicht nur gut für die Figur, sondern reduziert auch aggressive Plaquebakterien im Mund. (txn-p)



Der regelmäßige Besuch beim Zahnarzt trägt zur Zahngesundheit bei. Der Experte erkennt mögliche Schäden schon im Vorfeld und gibt Hinweise zur besseren, individuellen Pflege. Foto: stockyimages/Fotolia/Barmenia

Individuelle Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Das richten von Zähnen und Kiefer ist unsere Berufung.

- ✓ Zusammenarbeit mit Chirurgen, Logopäden, Physiotherapeuten, Zahn- und Kinderärzten.
- ✓ Korrekturen auch im Milchgebiss, das vorrangige Ziel ist es keine Zähne zu ziehen.

Lassen Sie sich jetzt beraten.

Wir bitten Beratungstermine telefonisch zu vereinbaren und sich exklusiv zu reservieren. Eigene Praxisparkplätze sind an den Standorten vorhanden.

Wir bieten das komplette, moderne Spektrum an. Ob herausnehmbar, festsitzend oder fast unsichtbar.

Dr. Fladimir Tarabain

Fachzahnarzt für Kieferorthopädie im Werra-Meißner-Kreis
37213 Witzenhausen, Tel.: 05542 4646 | 36205 Sontra, Tel.: 05653 9764-0



Schöne, feste Zähne - Na Claar!

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

**Wir sind
für Sie da!**
In guten und
in schlechten
Zeiten



Das Zahnärzteteam der Praxis Dr. Claar



Dr. Mirjam Mujakovic und Dr. Michael Claar

Feste und schöne Zähne – Na Claar! Unter diesem Motto bietet die Kasseler Zahnarztpraxis Dr. Claar an zwei Praxisstandorten in Kassel modernste Zahnheilkunde an: an der Leipziger Straße 164 in Bettenhausen und an der Druseltalstraße 178 in Bad Wilhelmshöhe, der erst im Jahr 2017 eröffnet wurde. Elf Behandlungsräume, modernste technische Ausstattung und ein zahntechnisches Meisterlabor bieten bestmögliche Voraussetzungen für zahnmedizinische Behandlungen auf höchstem Niveau. Zudem verfügt die verkehrsgünstig gelegene Praxis über kostenfreie Parkplätze und eine hauseigene Tiefgarage.

»Es ist unser Ziel, patientenorientierte Zahnheilkunde anzubieten, die ästhetischen und funktionell höchsten Ansprüchen gerecht wird«, erläutert Dr. Michael Claar, Zahnarzt und Fachzahnarzt für Oralchirurgie. Neben den normalen zahnärztlichen Behandlungen ist das Team auf die Zahnimplantologie spezialisiert – die hochwertigste und optisch ansprechends-

te Form des Zahnersatzes. Selbst wenn der Kieferknochen stark geschädigt sei, könne man dank diverser Möglichkeiten des Knochenaufbaus ein Implantat setzen. »Eine häufig angewandte Methode ist das Auffüllen des Knochendefekts mit Knochenaufbaumaterial biologischen Ursprungs«, sagt Dr. Claar. Innerhalb weniger Monate werde das Material vom Körper in Knochensubstanz umgewandelt, was den Kiefer deutlich stabilisiert.

Das Einsetzen eines Implantats ist ein Routine-Eingriff, der mit einem kleinen Schnitt durch die Schleimhaut einhergeht. Dr. Michael Claar bietet aber auch das schonende Implantieren ohne Skalpell an: »Voraussetzung sind ein intakter Kieferknochen und eine gute Planung des Eingriffs.« Dafür steht in der Praxis ein hochmodernes 3-D-Röntgengerät zur Verfügung. Älteren Patienten, denen es oft an ausreichender Knochensubstanz und mehreren Zähnen fehlt, bietet er sogenannte Mini-Implantate an, auf denen eine Prothese unkompliziert

befestigt wird. Sie sind deutlich schlanker und können meist ohne Schleimhautöffnung eingebracht werden. Eines ist Dr. Michael Claar bei jeder Lösung wichtig: ein Plus an Lebensqualität für seine Patienten. Denn nicht umsonst lautet das Praxiscredo seit 1929: Feste und schöne Zähne – Na Claar!

CLAAR ZAHNÄRZTE

Praxis Bad Wilhelmshöhe

Druseltalstraße 178
34131 Kassel
Tel. 0561-574 32 60

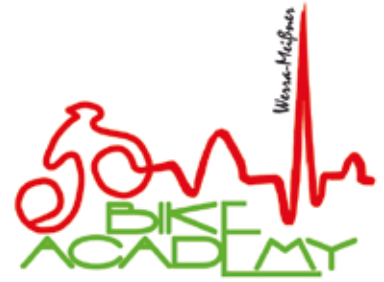
Praxis Leipziger Platz

Leipziger Str. 164
34123 Kassel
Tel. 0561-510 880 00

www.dr-claar.de

Ganz bequem zum passenden Fahrrad

BikeStation startet mit großem Miet-Angebot



Mit ihrer neuen Fahrradvermietung hat sich die BikeStation in Eschwege ein ganz besonderes neues Projekt ausgedacht. Ganz bequem über das Internet wird die große Mietflotte verschiedener Fahrräder buchbar sein und das über ein neuartiges Buchungssystem. Unter www.dein-mietbike.de können sich Interessierte dann ein passendes Bike aussuchen und es für einen Ausflug mieten.

„Unser Ziel ist es, den gesamten Werra-Meißner-Kreis mit Mieträdern aller Art zu versorgen“, heißt es von der BikeStation. Egal ob Mountainbike, Tourenräder oder Kinderräder mit oder Motor – alles soll es über die BikeStation ganz einfach zum

mieten geben. Alleine will man dieses Angebot aber nicht auf die Beine stellen, sondern auch Gastronomie- und Hotelbetriebe im Kreis sollen von der Idee profitieren.

„Wir suchen noch Betriebe, die mit uns kooperieren wollen. Praktisch soll es so aussehen, dass wir z.B. in einem Hotel unseren ‚Miet-Terminal‘ aufstellen und Gäste dann ganz bequem ihr Mietrad über das Terminal buchen und zum Hotel liefern lassen können“, erklären die Ideen-Geber. Der Terminal soll dabei aus einem Tablet mit einer entsprechenden Halterung bestehen. Interessierte Betriebe können sich per Mail an info@bike-esw.de wenden. Mit diesem Projekt will die Bike-

Station das Radfahren in der Region noch attraktiver machen und aus dem Werra-Meißner-Kreis einen „Fahrrad-Kreis“ machen! Und das soll nicht nur den Einheimischen zu Gute kommen, sondern natürlich auch den Touristen. So könne man sich auch touristische Betriebe wie Tourist-Informationen als Terminal-Partner vorstellen.

Mietbikes können aber bereits jetzt unter www.bike-esw.de gebucht werden, allerdings ist eine Lieferung noch nicht möglich und die Räder müssen bei der BikeStation in Eschwege abgeholt werden. An den Start gehen soll das Liefer-Angebot dann aber im Frühjahr 2021!

Fahrrad zu gewinnen!

Gemeinsam mit der BikeStation verlost der meinWMK ein hochwertiges Damen-Fahrrad der Marke „Victoria“!

Um zu gewinnen, senden Sie uns eine E-Mail mit dem Stichwort „Fahrrad“ und Ihrem schönsten Fahrradtour-Foto an redaktion@mundus-online.de. Einsendeschluss ist der 14. August, unter allen Einsendungen entscheidet das Los über den Gewinner, dessen Bild in der nächsten Ausgabe des meinWMK erscheinen wird! Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



BikeStation Eschwege

Max-Woelm-Straße 1 • 37269 Eschwege • Tel. 05651 3336999 • Montag - Freitag: 09.00 - 18.00 Uhr • Samstag: 09.00 - 14.00 Uhr

Was hilft wirklich gegen Zecken?

So schützen Sie sich richtig gegen die kleinen Blutsauger



Andrea Bräutigam,
Apothekerin,
Foto: privat

Die Tage werden länger, die Temperaturen sind mild und das ruft nicht nur die gute Sommerlaune auf den Plan, sondern auch kleine Blutsauger, die uns den Spaß verderben können: Zecken. Apothekerin Andrea Bräutigam erklärt, wie man sich vor Zecken und den Krankheiten, die sie übertragen, schützen kann.

Helle Kleidung hilft bei der Suche

Das wunderbare Sommerwetter lädt dazu ein, lange Spaziergänge zu absolvieren oder die Wanderwege der Region zu erkunden. Doch dabei sollten immer lange Hosen getragen werden, die am besten auch noch in den Socken stecken, damit Zecken keine Chance haben an unsere Haut zu gelangen. „Helle Kleidung hilft außerdem dabei, die kleinen Parasiten nach dem Ausflug leichter zu finden“, so Andrea Bräutigam, Inhaberin der Adler Apotheke in Eschwege. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, der sollte zudem glatte Stoffe wählen, denn an denen können sich die Winzlinge schwerer festhalten.



Zecken verstecken sich besonders gerne im hohen Gras und können gefährliche Krankheiten übertragen. Foto: pixabay

Die Haut selbst kann auch mit Insektenabwehrmittel für zwei bis drei Stunden geschützt werden. „Welches Produkt dabei am besten zu Ihrem Hauttyp passt, dazu sollten Sie sich direkt in der Apotheke beraten lassen. So können Reaktionen vermieden werden“, erklärt Andrea Bräutigam.

Zecken überleben Waschgang

Ist der Ausflug beendet gilt die Devise: Gründlich die Haut UND die Kleidung absuchen! Denn die kleinen Zecken können sich nicht nur an den verschiedensten Körperstellen festgebissen haben, sondern sich auch in der Kleidung verstecken. Die sollte deswegen nicht nur ausgeschüttelt, sondern auch gewaschen werden – und das gründlich. Zecken schaffen es nämlich einen Waschgang von bis zu 40 Grad zu überleben.

„Hat es dann doch eine Zecke geschafft sich festzubeißen, sollte sie schnell entfernt werden, bevor sie Krankheiten wie FSME oder Borreliose übertragen kann“, so die Apothekerin. „Wichtig ist, dass man eine Zecke nicht ‚falsch‘ entfernen kann. Das einzige was falsch wäre, wäre sie nicht zu entfernen“, erklärt Andrea Bräutigam. Deswegen gilt es, die Zecke beherzt, aber dennoch mit Vorsicht senkrecht aus der Haut zu ziehen.

„Das kann man mit einer Pinzette tun. In der Apotheke gibt es aber auch spezielle Zeckenpinzetten oder Zeckenschlingen. Auch Zeckenkarten gibt es, bei denen das Tier eher weggeschoben, als herausgezogen wird“, so Bräutigam.

Corona-Pfunde loswerden - leichtgemacht!

Lassen Sie sich rund um das Thema gesunde Ernährung und gesundes Abnehmen von unserem Team beraten.



Adler
A P O T H E K E

VENENFACHCENTER

Med. by BELSANA

Obermarkt 23
37269 Eschwege
Telefon: 05651 335430
Fax: 05651 9919984
info@adler-apotheke-esw.de
www.adler-apotheke-esw.de



mein **wmk**

Aktiv leben

Wochenlang stand in Deutschland und auf der Welt alles still, der Corona-Virus hat noch immer unser Leben in großen Teilen im Griff. Doch die Geschäfte öffnen wieder, aber für Menschen aus der Risiko-Gruppe steht nun die Frage im Raum: Wie geht's nach dem kompletten Lockdown weiter?

Der Weg zurück in den Alltag

Wie sich Senioren nach dem Lockdown verhalten sollten

Die Gefahr einer Infektion mit dem Corona-Virus ist noch nicht gebannt! Wichtig ist es deshalb besonders für Senioren sich die Hände zu waschen, einen Mundschutz zu tragen und auch weiterhin einen intensiven Kontakt mit fremden Menschen zu meiden. Dabei sollte aber nicht vergessen werden, dass das Leben weitergeht!

Sind Senioren besser auf die Situation vorbereitet?

Experten sehen bei Senioren nämlich einen großen Vorteil. Hat man schon ein paar Jahrzehnte gelebt, ist die Corona-Krise sicherlich trotzdem ein Novum, aber bestimmt nicht die erste Lebenskrise die überwunden werden muss. Die Erfahrung mit schwierigen Situatio-

nen kann hier zum Tragen kommen, denn körperlich sind Senioren in dieser Phase vielleicht anfälliger, seelisch aber gerüstet.

Übermut sollte jetzt aber nicht aufkommen, denn COVID ist eine unsichtbare Bedrohung und eine „Mir wird schon nichts passieren“-Einstellung kann ein gefährlicher Trugschluss sein. Es gilt sich auf die eigenen Stärken zu besinnen und mit Hygiene-Regeln wieder in die Gesellschaft einzutreten.

Denn sich monatelang in den eigenen vier Wänden einzuschließen, ist nicht das Ziel! Auch Senioren sollten sich – mit gebührendem Abstand – wieder mit ihren Freunden treffen, oder die Familie zum Frühstück einladen. Auch ein Spaziergang kann wahre Wunder für die Seele bewirken. Besonders hilfreich ist ein

Tagesablauf, auch wenn nichts auf dem Plan steht. So entsteht Langeweile viel langsamer. Einfach am Morgen aufstehen und sich fertig machen, als stünde etwas an – auch wenn es nur ein Telefonat mit den Kindern oder Bekannten ist!

Komfort-Falle Jogginganzug

Jeden Tag mit dem Jogginganzug auf der Couch zu sitzen, davon raten Experten dringend ab. Denn gemütlich auf dem Sofa zu liegen, kann für einige Tage sehr entspannend sein, doch dann beginnt das Grübeln. Und dann wird erst recht liegen geblieben. Ein gefährlicher Teufelskreis, den man erst gar nicht beginnen lassen sollte.

Also heißt es auch für Senioren: Raus an die frische Luft und den normalen Alltag langsam wieder beginnen lassen – auch wenn die Hygiene weiterhin an erster Stelle stehen sollte.



Senioren sollten weiterhin auf die Hygieneregeln achten, aber langsam wieder in den Alltag finden. Foto: pixabay

RUNDUM GUT VERSORGT!
Diakonie  **05658 93293**
ESCHWEGE-LAND

Team Herleshausen
 Hainertor 11, 37293 Herleshausen

Team Meißner
 Kupfergasse 7, 37290 Meißner-Abterode

Team Ringgau
 Rödelbach 6, 37296 Ringgau-Datterode

Team Sontra
 Hinter der Mauer 20, 36205 Sontra

Team Waldkappel
 Leipziger Straße 67, 37284 Waldkappel

info@diakonie-esw-land.de www.diakonie-esw-land.de

 **HAUS SALEM WITZENHAUSEN**
 EVANGELISCHE ALTENHILFE
 GESUNDBRUNNEN

Witzenhausen

MENSCHLICHKEIT PFLEGEN

– Mit 125 Jahren Erfahrung –

Unsere Leistungen

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Palliative Pflege
- Eingestreuete Tagespflege
- Demenzbereich
- Mobiler Mittagstisch

Sprechen Sie uns an. Wir beraten Sie gern.
05542 5036-300
 Am Johannisberg 4, 37213 Witzenhausen
 info@witzenhausen-gesundbrunnen.org
 witzenhausen.gesundbrunnen.org



Sommeraktion

Hören ohne Batterien

Akkugeräte

Sonderangebot



Paar* **698 €**

* Eigenanteil für gesetzlich Versicherte



Hörgeräte Studio Susanne

2x ganz in Ihrer Nähe

37242 Bad Sooden-Allendorf
 Am Gradierwerk 2a
 Tel. 05652 9190981
 Fax 05652 9190983

37213 Witzenhausen
 Brückenstraße 11
 Tel. 05542 5073290
 Fax 05542 934243

info@hoergeraete-susanne.de | www.hoergeraete-susanne.de

Den Tag selbstständig meistern Elektromobile sorgen für mehr Lebensqualität

Maik Köpke hat in Hessisch Lichtenau einen Fachhandel mit eigener Werkstatt gegründet, der sich mit dem Thema Mobilität im Alter beschäftigt. Er bietet mit Elektromobilen, Elektro-Rollstühlen, Aufsteh-Sesseln, Badewannenliften, Badewannen-kissen und Treppenliften mobile Lösungen für mehr Lebensqualität an.

Köpke möchte mit seinem Unternehmen Menschen ermuntern mobil zu bleiben und möchte Interessierten völlig unverbindlich einen Beratungstermin (Hausbesuch) vor Ort anbieten. Um eine optimale Beratung zu gewährleisten hat Köpke einen Bedarfsanalysebogen entwickelt, um herauszubekommen, welches E-Mobil und Model das richtige für den Kunden sein könnte. „Der Kauf eines E-Mobils ist wie der Kauf eines Kfz, da geht man ja auch nicht ins Autohaus und kauft das erst Beste. Verschiedene Geschwindigkeiten (6, 10, 12, 15 km/h) und Reichweiten bis zu 100km stehen zur Verfügung“, so Maik Köpke.



*Mit den Angeboten von Maik Köpke können Menschen weiterhin mobil bleiben, auch wenn sie auf Unterstützung angewiesen sind.
Foto: Köpke*

Auch auf das Finanzielle wird geachtet: Eine Finanzierung ist genauso gut möglich wie eine Anzahlungnahme, gemeinsam wird eine Lösung gefunden, deshalb bietet Köpke nicht nur Neu-Fahrzeuge, sondern auch Vorführmodelle und auch Gebrauchte mit Garantie an.

Alles aus einer Hand: Inspektionen, Vor-Ort-Service und Reparaturen nimmt Köpke gerne vor. Elektromobil-Zubehör hat er auch in seinem Programm.

köpke.
HEALTHCARE



Elektromobile Treppenlifte Badewannenhilfen



**Kostenlose Beratung
und Probefahrt vor Ort.
Große Modellauswahl**
(neu- u. gebraucht; 6-/10-/15-km/h-Modelle)

500€ - Gutschein*

beim Kauf eines Elektromobils
(Neu- oder Vorführmodell)

*gültig bis 30.09.2020



köpke HEALTHCARE • Tel.: 05602 / 919 64 64

Biegenstraße 7 • 37235 Hessisch Lichtenau

info@koepke-healthcare.de • www.koepke-healthcare.de

Gemeindeschwestern nehmen ihre Arbeit auf

Landrat Reuß begrüßt Schwestern offiziell im Amt

Seit Juni ist auch die fünfte Gemeindeschwester 2.0 aktiv im Werra-Meißner-Kreis unterwegs – deshalb hat es sich Landrat Stefan Reuß zur Aufgabe gemacht, die Gesundheitsprofis offiziell in ihrem Amt zu begrüßen: „Es gibt ältere Menschen in unserem Kreis, die noch zu Hause leben und Hilfe benötigen, aber durch das Raster des Systems fallen. Genau da setzen die Gemeindeschwestern 2.0 an, die Hilfe anbieten und beraten können. Wir sind stolz darauf, dass wir das Pilotprojekt – unter anderem gemeinsam mit dem Gesunden Werra-Meißner-Kreis – in die Region holen konnten.“

Für die Gemeindeschwestern startet nun die Arbeit, die die Lücke zwischen medizinischer und psychosozialer Versorgung schließen soll. Die Gemeindeschwestern führen selbst keine Pflegeleistungen durch, sondern beraten und kümmern sich um die Bedürfnisse der Patienten. „Ich war erschrocken, wie viele Menschen im Alter doch hilflos und allein und auf unser aller Hilfe angewiesen sind. Ich hoffe, dass die Tätigkeit der Gemeindeschwestern diese Lücke ein wenig schließen kann. Jeden Tag schenken mir die Menschen Dankbarkeit und ein Lächeln, wenn ich sie besuche“, erklärt Gemeindeschwester Julia Beyer ihre Beweggründe.



Landrat Stefan Reuß (2.v.li.) mit den neuen Gemeindeschwestern, die nun alle ihre Arbeit aufgenommen haben. Foto: Gesunder Werra-Meißner-Kreis.

Die Gemeindeschwestern stehen telefonisch für Fragen bereit:

► **Marion Sangmeister** 05651/992260
zuständig für Eschwege, Weißenborn, Wehretal und Meinhard

► **Julia Beyer** 0170/2289373
zuständig für Waldkappel, Wanfried, Sontra, Ringgau, Herleshausen, Wehretal, Meinhard und teilweise Eschwege/Weißenborn

► **Maren Gerlach** 0175/2166423
zuständig für Bad Sooden-Allendorf, Meißner und Berkatal

► **Jessica Pautz** 0174/7537024
zuständig für Hessisch Lichtenau, Großalmerode und den Kaufunger Wald

► **Ines Mühlhausen** 05542/2008
zuständig für Witzzenhausen und Neu-Eichenberg

Sanitätshaus Mielke

Witzzenhausen • 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

Werra-Reha-Klinik BSA • Berliner Str. 3
Tel. 0 56 52 / 951-555

ergoflix®-Beratung nur in Witzzenhausen

Faltbarer Elektrorollstuhl
ab 3.290,00 Euro

Beantragung über die Krankenkasse ist möglich.

ergoflix



PFLEGEDIENST OLIVER RITZ

Einfach gut aufgehoben.

Einfach gut aufgehoben.

Der Pflegedienst Oliver Ritz ist seit 2015 ein Unternehmen der häuslichen Krankenpflege mit Sitz in Nordhessen, Ringgau-Datterode.

Wir sind Arbeitgeber für 20 Mitarbeiter aus der Region in Voll- und Teilzeit sowie Ausbilder. Unser Ziel ist es, pflegebedürftige Menschen im familiären Umfeld professionell und qualifiziert zu versorgen.

Wir sehen unsere Pflicht und Aufgabe darin, unser Unternehmen ständig zu verbessern und weiter zu entwickeln.

Unser Pflegedienst steht für:

- ✘ Häusliche Krankenpflege sowie Betreuung, Begleitung und Hauswirtschaft
- ✘ 24 h Rufbereitschaft an 7 Tagen die Woche
- ✘ Qualifiziertes und ständig geschultes Personal
- ✘ Maximal mögliches Pflegeresultat und höchste Patientenzufriedenheit
- ✘ Zusammenarbeit mit regionalen Unternehmen der Gesundheitsbranche
- ✘ Mitglied der bpa

Leipziger Str. 40 | Nahkauf
37296 Rgg. Datterode
Tel. 05658 923633
Tel. 0172 3230375
www.pflege-ritz.de

Pflegedienst Oliver Ritz setzt auf E-Ups

Innovativ in die Zukunft fahren

Ganz innovativ ist der Pflegedienst Oliver Ritz aus Datterode seit kurzem unterwegs - denn in der Fahrzeugflotte des Pflegedienst gibt es nun auch zwei Autos, die mit Elektrostrom zu den Patienten fahren! „Die beiden E-Ups habe ich vor knapp einem Monat gekauft. Außerdem haben wir zum Aufladen eine eigene Ladesäule vor unser Gebäude gebaut“, erklärt Geschäftsführer Oliver Ritz. Beide Autos können so zwischen den Besuchen gleichzeitig aufgeladen werden und sind dann sofort für den Einsatz bereit.

„Bisher sind unsere Erwartungen wirklich übertroffen worden! Laut Hersteller können wir rund 250 Kilometer mit einer Ladung fahren, wir haben aber festgestellt, dass wir teilweise weit über 350 Kilometer unterwegs sein können“, so Ritz. Das erste Fazit von Geschäftsführer und Mitarbeiterinnen fällt damit durchgehend positiv aus. „Wir warten jetzt erst einmal ein wenig ab, wie die Sache sich einspielt. Aber wenn es so weiter geht, würde sich ein Kauf von weiteren E-Fahrzeugen sicherlich lohnen“, freut sich Oliver Ritz.

Doch der Pflegedienst will mit seinen neuen Fahrzeugen nicht nur etwas für die Umwelt tun und innovativ sein, sondern auch ein gutes Beispiel setzen.

„**Ich bin davon überzeugt, dass Elektro-Fahrzeuge die Zukunft sind, und als Unternehmen müssen wir da voran gehen, damit auch Privatmenschen die Vorteile erkennen,**“

sagt Ritz. Für seine Idee wurde auf dem Gelände des Marktwert/Neukauf in Datterode so einiges umgebaut, damit die Ladesäule die beiden Ups auch wirklich mit Strom versorgen kann. „Wir mussten schon relativ viel aufreißen, aber die Arbeit hat sich gelohnt“, resümiert Oliver Ritz. Denn innerhalb von vier Stunden lassen sich die beiden Autos nun ganz einfach auf dem eigenen Hof aufladen, bevor sie gemeinsam mit einer Pflegerin wieder durch die Region fahren. Und das nicht nur leise, sondern auch schonend für Mensch und Natur.





Das Pflegezentrum Am Hanstein – Ein Zuhause zum Wohlfühlen

Jeder Mensch ist einzigartig und ebenso individuell sind die Wünsche und Bedürfnisse des Wohnens, Lebens und der Freizeitgestaltung im Alter. Unser Ziel ist es, die individuellen Ansprüche an Freiraum, Sicherheit und Geborgenheit genauso zu erfüllen, wie dem Wunsch nach höchst möglicher Selbstbestimmung und Freude am Leben zu entsprechen.

Die Bewohner unseres Hauses werden nicht nur fachlich hochqualifiziert versorgt, sondern finden auch eine neue oder zweite Heimat im Pflegezentrum „Am Hanstein“. Unsere Einrichtung verfügt über 11 Plätze für aktivierende Pflege, Betreuung und Therapie für Menschen mit Schädel-Hirn-Trauma, im Wachkoma Phase F, nach einem Schlaganfall, mit Multipler-Sklerose, Chorea Huntington oder Beatmungspflege.

Zum anderen stehen 46 Plätze für Wohnen, Pflege und Betreuung für psychiatrisch und gerontopsychiatrisch erkrankte Pflegebedürftige zur Kurzzeit-, Verhinderungs- und Dauerpflege zur Verfügung.





Verliebt, verabredet, verlobt.

„Unser Ziel ist es, die individuellen Ansprüche an Freiraum, Sicherheit und Geborgenheit genauso zu erfüllen, wie dem Wunsch nach höchst möglicher Selbstbestimmung und Freude am Leben zu entsprechen.“

Ganz getreu dieses Motos feierten wir die silberne Verlobung unserer Bewohner Lina König und Ralf Lepkes.

Am 29. Mai 1995 hat sich das Paar in einem festlichen Gottesdienst verlobt. Lebten sie zu diesem Zeitpunkt noch in der Vorgängereinrichtung des Pflegezentrums Am Hanstein in Wahlhausen, zählen die beiden zu jenen Bewohnern unseres Hauses, welche seit dem Bezug des Neubaus bei uns leben und hier ihre Heimat gefunden haben.

Gemeinsam zu tanzen, so wie sie es früher oft und gern bei jeder sich bietenden Gelegenheit taten, ist nun nicht mehr möglich. Doch haben Frau König und Herr Lepkes gemeinsam ihren ganz besonderen Tag genossen.



„Wir sind froh, dass wir uns haben.“ sagen sie.

25 gemeinsame Jahre sollten gefeiert werden, am liebsten mit allen Mitbewohner*innen, Blasmusik und reichlich guter Stimmung. Aufgrund der Einschränkungen durch die SARS-CoV-2- bedingten Abstandsregeln und Besuchseinschränkungen war es nicht möglich, eine solche ausgelassene Feier zu gestalten.

Allerdings sollte dieser besondere Tag trotz allem gewürdigt und gefeiert werden.

Die Mitarbeiter*innen des Pflegezentrums Am Hanstein planten also neu, ein wunderbares Ständchen vom Leierkastenmann wurde organisiert. Den Mitbewohner*innen des Jubelpaares, war es möglich, von den Balkonen aus teilzuhaben an der Musik. Für das leibliche Wohl sorgten Konditor und Partyservice. Ganz besonders freuten sich beide über die neuen Ringe.

Unsere Mitarbeiter*innen der Betreuung organisierten einen feierlichen Nachmittag im allerkleinsten Kreis und gestalteten diesen mit Musik und Gesang so, dass er Frau König und Herrn Lepkes in wunderbarer Erinnerung blieb.

Pflegezentrum Am Hanstein GmbH

An der Kreisstrasse 2-4 37318 Wahlhausen

hanstein@wolf-pflege.de

036087-96000



www.wolf-pflege.de

wmk *service*

Verkehr

Nahverkehr Werra-Meißner (05651) 7475-0
 Nordhessischer Verkehrsverbund (0800) 939-0800

Abfall

Zweckverband Abfallwirtschaft (05657) 9895-0
 Abfallwirtschaft/-beratung (05651) 302-4750 / 4751

Beratung

EUTB Ergänzende unabhängige
 Teilhabeberatung (05651) 3390170
 Friedrich-Wilhelm-Str. 50, Eschwege
 Öffnungszeiten: Mo. 9–14 Uhr, Di. 13–17 Uhr,
 Do. 14–18 Uhr und nach telefonischer Absprache

Kultur + Tourismus

Kultur Werra-Meißner (05651) 302-1161
 Museumsverbund Werra-Meißner (05651) 70511
 Geo-Naturpark Frau-Holle-Land (05651) 99233-0
 Werratal Tourismus Marketing (05651) 99233-0

Notrufnummern

Rettungsdienst 112
 Feuerwehr 112
 Polizei 110
 Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117
 Giftnotruf (06131) 19240
 Krankentransport (05651) 19222
 Zahnärztlicher Notfalldienst (0180) 5607011
 Tierärztlicher Notruf (05652) 919555
 (05651) 8588 oder (05542) 1001
 Frauenhaus Eschwege (05651) 32665

Inh.: Marcus Böttger

Taxi Herud

24h  05651 - 66 00
 oder 76 000

- alle Arten von Personentransport
- Krankenfahrten sitzend • Kurierfahrten

Wir nehmen Sie hoch ...

... wenn sie nicht über 5 Tonnen wiegen

Ford Vertragswerkstatt

- Verkauf von Neu- und Gebrauchtwagen
- Finanzierung und Leasing
- TÜV und AU im Hause
- Klimageservice
- Reparaturen aller Fabrikate

Autohaus Eymmer GmbH & Co. KG
 Werrastraße 17 · 37242 Bad Sooden-Allendorf
 Tel. 0 56 52 / 9 15 36 · www.autohaus-eymer.de




HPE

Hochbau Planung Ebrecht
 Beratung – Planung – Montage
 Staatl. gepr. Techniker Christian Ebrecht
 Landgrafenstr. 5 | 37235 Hessisch Lichtenau
 05602/8050627 | kontakt@hpe-online.de | www.hpe-online.de



AUTOLACKIERUNG CLAUS

Wir beseitigen kleine Dellen oder Hagelbeulen mit sanfter Drücktechnik ohne zu lackieren.

Hessenring 28 | 37269 Eschwege | Telefon 05651 • 962 45

Impressum

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff | Mundus Marketing & Interactive GmbH, Kasseler Straße 20, 34346 Hann. Münden, Tel. 05541 95799-0, info@mundus-online.de, www.mundus-online.de | **Kaufmännische Leitung:** Claudia Tarsa | **Objekt- und Anzeigenleitung:** Karin Apel | **Verkauf:** H. Wegener-Kerff, Emilie Rozycki, Nadine Rohpeter, Sinja Nordhausen | **Redaktion:** Franziska Wehr (LtG.), redaktion@mundus-online.de | **Grafik & Layout:** Karin Hildebrand (LtG.), Ahmed Granica, Hannah Marten | **Social Media:** Viktoria Kuke | **Vertrieb:** Jan Kerff | Erscheint zweimonatlich, Auslage an ausgewählten Abgestellen im Werra-Meißner-Kreis sowie in Teilen der Landkreise Kassel, Göttingen und Eichsfeld, auch im Umland | **Druck:** Silber Druck oHG, Otto-Hahn-Straße 25, 34253 Lohfelden | **Auflage:** 25.000 Stk. | Bild- und Textnachweis, soweit nicht anders angegeben, Mundus Marketing & Interactive GmbH, Adobe Stock, Shutterstock, Fotolia, Pixabay, bei Gewinnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. <https://meinwmk.de>

Mecklenburgische Rechtsschutzversicherung

Hohe Prozess- und Anwaltskosten sparen

Die Wahrscheinlichkeit in einen kostspieligen Rechtsstreit zu geraten, ist ziemlich hoch. Wichtig ist deshalb kompetente juristische Beratung und Hilfe, die durch eine zuverlässige finanzielle Rückendeckung abgesichert ist. Die Mecklenburgische Versicherungsgruppe bietet dafür ein komplettes Rechtsschutzpaket an: alternativ können aber auch einzelne Bereiche versichert werden.

Die Standarddeckung umfasst die Beratung bei Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

Zudem sind volljährige, ledige Kinder in Ausbildung bis zu 30 Jahre mitversichert – und das jetzt auch im Verkehrsbereich! In der neuen Komfortdeckung wurde die Deckungssumme auf zwei Millionen Euro aufgestockt. Weitere Verbesserungen finden sich hier unter anderem beim Rechtsschutz in Bausachen, bei Beratungsrechtsschutz für Familien-Erbrecht, bei der Erstellung von Testamenten und bei Streitigkeiten aus Kapitalanlagen.

Die Kunden können wählen, ob sie den Rechtsschutz ohne Selbstbeteiligung wünschen oder ob sie die kostengünstige Variante mit 150 Euro oder 250 Euro je Rechtsfall bevorzugen. Wer eine Rechtsschutzversicherung bei der Mecklenburgischen abgeschlossen hat, kann telefonische Rechtsberatung auf allen Rechtsgebieten erhalten. Weiterhin übernimmt der Versicherer Kosten für eine Mediation sowie für eine anwaltliche Erstberatung, wenn bei der Internetnutzung vermeintlich gegen Urheberrechte verstoßen wurde. Auch Gewerbetreibende profitieren vom umfassenden Service. So erhalten Selbstständige zum Beispiel Rechtsschutz bei Streitigkeiten aus betrieblichen Versicherungsverträgen ab Gericht sowie Steuer- und Verwaltungs-Rechtsschutz für den betrieblichen Bereich.

Der
Versicherungstipp

BAUSTOFFMARKT
Perfekt bauen – gezielt modernisieren.
Ihr starker Partner für
 • **Neubau** • **Ausbau** • **Modernisierung**
 Telefon 0 56 02/93 52-0 Am Reichenbacher Weg 2-10
 Telefax 0 56 02/93 52-23 **37235 Hess. Lichtenau**

Wenn die Zeit endet, beginnt die Ewigkeit.

INH. DIRK HOCHAPFEL
**BESTATTUNGEN
 HALBRITTER
 & KRAFT-SÖDER**

Rothesteinstraße 5 · 37242 Bad Sooden-Allendorf
 Telefon 05652 2440 oder 918289 · Mobil 0170 580 1531 · Fax 05652 4024
 Walburger Straße 17 · 37213 Witzhausen · Telefon 05542 3272

**24 h
für Sie da**

seit 1990 zu Ihren Diensten
**CONTAINER JÜNEMANN
 LENTERODE**

- Containerdienst
- Kies, Sand, Schotter, Erde
- Sperrmüll, Bauschutt, Asbest
- Industrie- und Gewebermüll
- Metalle und Schrott
- Sondermüll
- Haushaltsauflösungen
- Entrümpelungen
- Abfallberatung

37318 Lenterode, Friedensstraße 60 • Tel. 036087971772

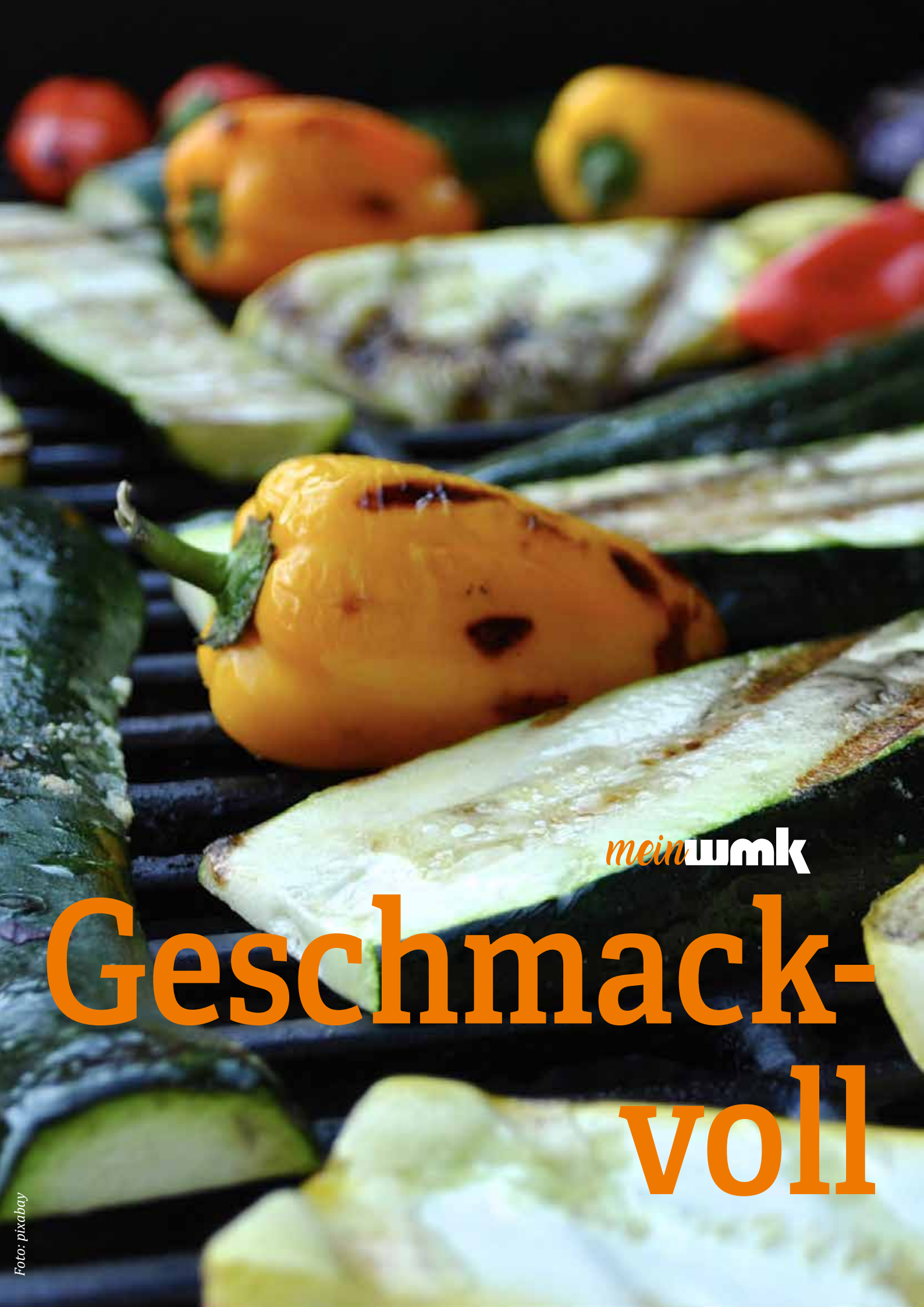
Marcel Bernhardt
 Tel.: 05604 919 944 9
 Fax: 05604 919 945 0
 Mobil: 0177 572 417 6

Öffnungszeiten:
 Mo., Di., Do., Fr., 09:00 - 13:00 Uhr
 Do. 15:00 - 19:00 Uhr
 Mi. geschlossen
 Weitere Termine nach Vereinbarung.

- Kleiner Kirchrain 7 · 37247 Großalmerode -

Lassen Sie sich beraten...
**M Mecklenburgische
 VERSICHERUNGSGRUPPE**

zum Ausschneiden



*mein*umk

Geschmack- voll

So geht das Grillen 2.0

Veganes Grillen liegt im Trend und der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt

Für viele Deutsche ist ein Sommer ohne Grillen kein richtiger Sommer – dabei wird immer noch am liebsten mit der traditionellen Holzkohle gegrillt. Auf dem Rost landen dann meist Bratwürstchen oder Steaks in den verschiedensten Ausführungen. Doch muss es immer Fleisch sein, das beim Grillen auf den Tisch kommt? Nein, denn Gemüse und vegane Alternativen erfreuen sich immer größerer Beliebtheit.

Auf den folgenden Seiten präsentieren wir Ihnen die besten Tipps, die einen veganen Grillabend garantiert zu einem Erfolg machen werden! Wer zum Beispiel nicht völlig auf den Anblick von Bratwurst oder Steak verzichten möchte, für den gibt es eine große Palette an Fleischalternativen wie Tofuwürstchen oder Seitansteaks. Die meisten veganen Grillprodukte sind schon vorgegart und müssen auf dem Rost nur noch eine schöne Kruste bekommen, weswegen sie bei voller Glut besser am Rand platziert werden sollten. Unser Profi-Tipp: Bestreichen Sie die Produkte vorher mit Öl, denn vegane Fleischalternativen haben oft einen geringen Fettanteil und kleben so schneller am Grill fest. Dabei sollte Öl verwendet werden, das stark erhitzt werden kann.

Fast jedes Gemüse kann auf den Grill

Einen großen Aufschwung erleben aber nicht nur Fleischalternativen, sondern auch Gemüse, das auf den Grill gelegt wird. Und dabei sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt! Ganz gleich ob Tomate, Paprika, Mais, Pilze oder Kartoffeln: Das Ausprobieren lohnt sich und bringt Farbe auf den Teller. Auf ein paar Dinge sollte dabei aber doch geachtet werden. So ist es zu empfehlen harte Gemüsesorten wie Maiskolben, Karotten oder Kohlrabi vorher zu kochen, zartes Gemüse wie Brokkoli, Blumenkohl oder Fenchel sollten hingegen blanchiert werden.

Wer den Geschmack des Gemüses noch besonders unterstreichen möchte, dem ist das Marinieren ans Herz zu legen. Auch hier ist erlaubt, was gefällt. Besonders frisch schmeckt das

Knisternde Hitze unter dem Rost, Freunde und Familie um den Tisch - die Grillzeit gehört zu den schönsten Zeiten des Jahres. Doch dabei muss nicht immer nur Fleisch auf den Grill kommen! Hier gibt es die besten Tipps und Tricks für einen Grillabend der etwas anderen Art.



Fotos: pixabay

Ganze, wenn frische Kräuter im Spiel sind. Dabei kann es aber ratsam sein, die Kräuter erst kurz vor Ende der Grillzeit aufzutragen, damit sie auf dem Rost nicht verbrennen. Wichtig dabei ist auch, das Gemüse richtig zu schneiden, schließlich soll möglichst viel Fläche auf dem Rost landen. Ratsam ist es deswegen Zucchini, Aubergine und Co. in Scheiben oder Streifen zu schneiden, anstatt in Würfel. Wer auf Nummer sicher gehen will, dass das Gemüse nicht von außen schwarz und von Innen roh wird, der kann weiches Gemüse wie die Paprika auch in Alufolie packen. Außerdem gilt der Grundsatz: Lieber einmal mehr wenden, als zu wenig. Grillkörbe verhindern zudem, dass kleines Gemüse durch den Rost fallen kann und anstatt auf dem Teller in der Kohle landet.

Das gewisse Etwas kommt zum Schluss

Für besondere Abende können auch vegane Maultaschen oder Gemüse auf dem Spieß eine tolle Idee sein. Bei Gemüsespießen sollte allerdings darauf geachtet werden, dass Gemüse mit ähnlichen Garzeiten auf einem Spieß landen. Tomaten oder Pilze sind so schon nach ein paar Minuten fertig, Kartoffeln brauchen hingegen länger. Damit das Gemüse nicht zu weich oder zu hart wird, gilt es also, die Garzeiten zu beachten. Eine weitere tolle Idee ist es einfach Pizza, Stockbrot oder eine gusseiserne Pfanne auf den Grill zu stellen und ein leckeres Gericht darin zubereiten.

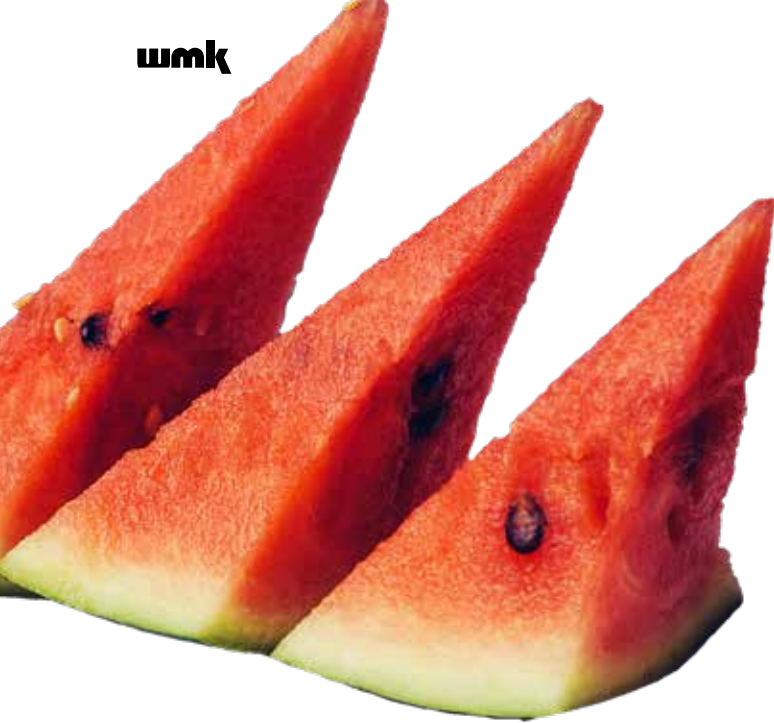


Genießen Sie bei uns ...

-  Ahle Wurst
-  nordhessische Gastlichkeit
-  entspannte Nächte

Metzgerei - Restaurant - Hotel
Am Teich 5
37296 Ringgau-Grandenborn
Tel 05659/810 Fax 92131
www.derteichhof.de





Das Sortiment der Idee endet aber nicht mit dem Gemüse, sondern auch Obst kann auf dem Rost landen. Ananasringe, Birnen, Erdbeeren oder Bananen können einen perfekt fruchtigen Abschluss zu einem lauen Sommerabend mit Freunden bilden! Richtig lecker wird es übrigens, wenn man die Bananen längs anstatt quer aufschneidet und sie dann mit veganer Schokolade füllt. Auch bei anderen Obstsorten spricht nichts dagegen sie mit allem was schmeckt zu füllen und sie auf dem Grill zu einem einmaligen Geschmackserlebnis werden zu lassen.

Familienbetrieb verbindet den Mohn mit der Wurst

Landmetzgerei Henning bietet ganz besondere Ahle Wurst

Seit 41 Jahren gibt es die Landmetzgerei Henning in Germerode. Der Familienbetrieb hat nicht nur ein großes Wurstanteangebot, sondern auch verschiedene Mohnspezialitäten. „Wir haben z.B. Apfel-Mohn-Leberwurst, aber auch Ahle Wurst mit Mohn“, erklärt Hans-Joachim Henning. Auf seine Ahle Wurst ist der Metzger besonders stolz: „Wir sind stolz darauf Handwerk zu sein und das es uns immer noch gibt. Unsere Wurst wird warm verarbeitet, besitzt nur die Hälfte vom Salz der industriellen Wurst und wird natur gereift.“ Alle Produkte rund um die Wurst und den Mohn gibt es auch im Online-Shop unter www.landmetzgerei-henning.de. Interessierte können sich aber auch unter 05657/642 oder info@landmetzgerei-henning.de an das Geschäft wenden.




Hufgard
Inh. Bodo Zeuch, Eschwege, Neustadt 66/68
www.baeckerei-hufgard.de

Maximilians Urbrot
Linsenzbrot, Vegan und ohne Verwendung von Brotweizen
500g nur 3 €

Ein Traum aus Mohn
Probieren Sie unsere vielen Köstlichkeiten



Neue Öffnungszeiten
Montag bis Donnerstag 6 - 13 Uhr
Freitag 6 - 13 Uhr
Freitagnachmittag 14.30 Uhr - 17 Uhr
Samstag 6 - 12 Uhr



Landmetzgerei Henning Die Meißner Wurst
Das Original aus Germerode im Frau Holle Land



Angebote aus unserem Haus finden Sie unter:
www.landmetzgerei-henning.de

Ihre Spezialitäten-Metzgerei
Lindenweg 1 37290 Meissner Germerode
Tel: 05657/642 Fax: 05657/913211

Der Alleskönner unter den Obstsorten

Äpfel überzeugen nicht nur mit ihrer Vielfalt,
sondern auch als Energiewunder

Ihr süßer Geschmack, ihre vielen Vitamine und die zahlreichen Möglichkeiten mit ihnen aus jedem Essen etwas besonderes zu machen, das macht den Apfel zum beliebtesten Obst der Deutschen. Von rot und süß bis grün und sauer – den Apfel gibt es in den verschiedensten Sorten, bei denen für Jeden etwas dabei ist. Hochsaison haben Äpfel ab September, hier werden in ganz Deutschland die Apfelbauern besonders aktiv und versorgen uns und die Geschäfte mit dem runden Alleskönner.

Denn der Apfel ist nicht nur ein gesunder Snack für Zwischendurch. Über 15 Kilo frischen Apfel isst jeder Deutsche durchschnittlich im Jahr, dazu kommen nochmals zehn Kilo verarbeiteter Apfel z.B. in Kuchen, Rotkraut oder Suppen. Auf den kommenden Seiten werden wir Ihnen zeigen, warum der Apfel einen festen Platz in jedem Haushalt haben sollte und welche Geheimnisse hinter der Schale stecken.

” **An Apple a day
keeps the Doctor away** “

*Ein Apfel am Tag erspart
den Weg zum Doktor.*

Wer kennt dieses Sprichwort nicht? Und im Fall des Apfels kann es wörtlich genommen werden. Das Obst besteht zwar zu 85 Prozent aus Wasser, liefert dem Körper aber mit einem Bissen, Vita-

mine aus den Gruppe A und B und ganz wichtig: Vitamin C! Auch stecken zahlreiche Mineralstoffe und Ballaststoffe mit cholesterinsenkender Wirkung in dem Obst. Wer wirklich alle Nährstoffe mitnehmen möchte, der sollte aber auf gar keinen Fall die Schale abschneiden – denn hier stecken die meisten Vitamine des Apfels! Außerdem ist der runde Alleskönner gut für die Zähne und den Darm, der Trauben- und Fruchtzucker liefert dabei auch noch schnelle Energie, die man im Alltag immer gebrauchen kann.

Ein wahrer Tausendsassa

Wer sich den Apfel nach Hause holt, hat aber nicht nur eine mobile Energiequelle in der Hand, sondern besonders in der Küche einen wahren Tausendsassa. Ob süß oder herzhaft, ob im Auf- lauf oder im Kuchen – die deutschen Apfelsorten eignen sich für jeden Zweck. Feste, säuerliche Sorten wie der Boskop, empfehlen sich eher für einen Kuchen. Eine der beliebtesten Arten, einen Apfel im Kuchen zu genießen ist und bleibt dabei der altdeutsche Apfelkuchen. In den Filialen der Bäckerei Wolf gibt es diesen schmackhaften Genuss im Werra-Meißner-Kreis in bester Qualität zu kaufen. Hier werden nur frische Äpfel benutzt, um die süße Versuchung herzustellen!

Wer seinen Apfel im Obstsalat genießen möchte, der kann sich dem Braeburn zuwenden. Und wer den Apfel etwa mit Speck in der Pfanne anbraten will, der sollte sich an den Gala-Apfel halten! Als Faustregel gilt: In süßen

Schicken Sie
uns Ihr
Lieblingsrezept



Foto: pixabay

Speisen kommen säuerliche Sorten besser zum Ausdruck, sie runden den Geschmack ab. In pikanten Gerichten sind süße Sorten besser aufgehoben. Der Apfel ist also nicht nur ein vitaminreicher Energielieferant, sondern zu recht das beliebteste Obst in der Bundesrepublik. Denn welches andere Obst kann von sich schon behaupten, wirklich überall hineinzupassen?!

pudding-Äpfelkuchen

Das ist drin:

120 Gramm Butter

80 Gramm Zucker

1 Eigelb

150 Gramm Mehl

Salz

1 Kilo Äpfel

2 EL Zitronensaft

2 Pk. Backfeste Vanille-Puddingcreme

0,5 L Milch

1 EL Puderzucker

Und so geht's:

Butter, 50 Gramm Zucker, Eigelb, Mehl und eine Prise Salz vermischen, in die Backform geben und am Rand ein wenig hoch drücken. Den Teig bei 200 Grad im Ofen für 10 Minuten vorbacken. In der Zwischenzeit die Äpfel schälen, vierteln, an der runden Seite einschneiden und mit Zitronensaft bestreichen. Puddingcreme mit Milch zubereiten und auf den vorgebackenen Boden streichen, die Äpfel danach darauf verteilen. Das ganze dann mit 30 Gramm Zucker bestreuen und nochmal für 40 Minuten backen lassen – fertig ist der leckere Apfelkuchen!

Wir sind auf den Geschmack gekommen und schon auf der Suche nach dem nächsten Lieblingsrezept. Dazu brauchen wir Ihre Hilfe, liebe Leser.

Senden Sie uns Ihre Lieblingsrezepte mit einem köstlichen Foto an redaktion@mundus-online.de. Wir drucken die besten Kreationen an dieser Stelle im nächsten meinWMK ab.

Wolfs knusprige Frische



Himmelisch!

Leckeren
Kuchen genießen...

wie zum Beispiel den
altdeutschen Apfelkuchen



Filialen in Eschwege
Stammgeschäft Wallgasse 21
Tel. 05651 33550

Stad 38, Tel. 05651 70064
Goldbachstr. 2, Tel. 05651 6526

Boyneburger Straße 8a
Tel. 05651 220326

Filiale im Bahnhof
Tel. 05651 2277407

Filiale im tegut-Markt
Bahnhofstraße 25-27

Augustastraße 63
im Herkules-Markt
Tel. 05651 6546

Filiale in Wanfried
Bahnhofstraße 1
Tel. 05655 923546

Filiale in Bad Sooden Allendorf
Werrastr. 6 im tegut-Markt
Tel. 05652 9183332

Brunnencafé, Rothesteinstraße 4
Tel. 05652 4020

Kirchstraße 83 im REWE-Markt
Tel. 05652 6343

Weiterhin finden Sie unsere
Produkte in folgenden Rewe-
Nahkauf-Stellenwert-Filialen
Niederhone-Eschwege
Taschegasse 4

Ringgau-Datterode
Leipziger Str. 40

Selbst gebacken
nach Familienrezepten



the lifestyle-bakery

Meine

BIO BROTE



**GEMEINSAM
gegen
HUNGER!**

welt
hunger
hilfe

Brot
Mitteln

Mestemacher GmbH · 33254 Gütersloh · Telefon + 49 (0) 5241 / 87 09-0 · www.mestemacher.de

„Wir fördern
Gemeinsam gegen Hunger
seit 2013“

Prof. Dr. Ulrike Detmers
Gesellschafterin
Vorsitzende der Geschäftsführung
Mestemacher Management GmbH
Sprecherin der Gruppe



Kreativer Essensgenuss

Pizzeria La Famiglia kreiert eigene Pizza für **meinwmk**-Magazin

Seit Jahren ist die Pizzeria La Famiglia in Witzhenhausen für ihre tollen Pizzen bekannt – und die kann man sich auch ganz individuell zusammenstellen lassen! Für den **meinWMK** hat sich die Pizzeria etwas ganz besonderes einfallen lassen und ein eigenes Design für das Magazin entworfen! Wer sich auch eine persönliche Pizza bestellen möchte, der kann sich unter 05542/6139968 beim Ristorante melden.



Foto: Nordhausen



„Eschweger Klosterbräu“- Sommergewinnspiel

Brauerei startet
mit Kronenkorken-Aktion

Seit dem 1. Juli gibt's was für „Eschweger Klosterbräu“-Freunde zu gewinnen! Denn seitdem befinden sich auf den Flaschen Glückscode-Kronenkorken mit der Chance auf tolle Gewinne. Die Aktions-Kronenkorken sind teilweise innen mit einem Glückscode bedruckt, mit dem man sich registrieren und dann tollen Preise im Wert von 600 bis 1.100 Euro gewinnen kann.

Weitere Infos gibt's auf www.eschweger-klosterbrauerei.de, dort finden sich auch alle Preise, die es zu gewinnen gibt!

Betriebsferien

La Famiglia
RESTAURANTE PIZZERIA

Wir haben vom
**10.08.20 bis
24.08.20**
geschlossen.
Ab dem 25.08.20
sind wir wieder
für Sie da.

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Sonntag
11.30 – 14.30
17.30 – 22.30 Uhr
Montag Ruhetag

Walburger Str. 18, 37213 Witzhenhausen



Hier wird Qualität groß geschrieben

Tobias Knauf führt Traditionsbetrieb seit zehn Jahren

Seit 1991 gibt es die Bornhagener Fleisch- und Wurstspezialitäten. Seit 2010 führt Tobias Knauf das Unternehmen, in dem der Fleischermeister schon seine Ausbildung absolviert hatte. „Wir sind ein traditionsreiches Unternehmen und machen hier noch alles selber. Die Schweine, die wir für die Produktion verwenden, kommen aus der Region.“ erklärt Kathrin Knauf, die den Laden gemeinsam mit ihrem Mann führt.

„Wir bieten unseren Kunden nur die beste Qualität und legen Wert darauf, stets mit Sorgfalt und Liebe zu produzieren.“

Für die Kunden gibt es in Bornhagen alles was das Herz begehrt. Von Grillspezialitäten, über verschiedene Wurstprodukte aus der eigenen Hausschlachtung, bis hin zur ganz besonderen Walnuss-Stracke. „Die gibt es nur bei uns und das jetzt auch das ganze Jahr über“, so Kathrin

Knauf. Kunden, die den Laden und sein Angebot entdecken möchten, finden das Geschäft in der Straße „Am Kulturzentrum 12“ in Bornhagen. „Außerdem haben wir einen Verkaufswagen, der mehrmals die Woche seine Tour fährt und super angenommen wird“, sagt Kathrin Knauf über die vielen Möglichkeiten ihre Produkte zu entdecken.



Kathrin und Tobias Knauf mit ihren Kindern und leckeren Wurstspezialitäten, die es in ihrem Laden zu kaufen gibt. Foto: Nordhausen

Gewinnen Sie einen Wurstkorb!

Gemeinsam mit dem *meinWMK*-Magazin verlost die Bornhagener Wurst- und Fleischspezialitäten Metzgerei einen reichhaltigen Wurstkorb voller Produkte aus dem traditionsreichen Geschäft! In dem Korb enthalten sind unter anderem Hausmacher Kopfwurst, Hausmacher Leberwurst, eine Stracke und noch einige weitere Überraschungen.

Wurstkorb gewinnen!

Wer einen Wurstkorb gewinnen möchte, der muss nur eine E-Mail mit dem Stichwort „Wurst“ an redaktion@mundus-online.de schreiben. In der E-Mail enthalten sein müssen außerdem der Name, eine Adresse und Telefonnummer. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, das Los entscheidet über den Gewinner.



Bornhagener
Fleisch - und
Wurstspezialitäten
GmbH

Öffnungszeiten
Mo. geschlossen
Di. - Fr. 9.00 - 17.30 Uhr
Sa. 7.30 - 11.00 Uhr

Am Kulturzentrum 12a ❖ 37318 Bornhagen ❖ Tel. (03 60 81) 6 13 61
www.hansteinwurst.de

Masken Garderobe

Alltagsmaske

Sonntagsmaske

Ersatzmaske

Trends

mein **wumk**



Fotos: pixabay

GIA
GEOLOGICAL INSTITUTE OF AMERICA®

B

JUWELIER BABYLON

STAD 34 37269 ESCHWEGE

KOSMETIK DORIS ENGLISH

Kurhausstr. 2
37242 BSA - Stadtteil Sooden
Tel.: 05652-589577

Öffnungszeiten:
Montag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag
10.00 – 13.00 Uhr
14.00 – 17.30 Uhr
Termine nach Vereinbarung

bis zu 40% auf Sommerware!

Brückenstr. 4
(neben Ernsting's family)
37213 Witzenhausen
Tel. 05542 1887

Modeparadies

Mode für Sie!

Modisch in den Spätsommer

Knallig durch den Sommer

An ihnen geht in diesem Spätsommer kein Weg vorbei: Neonfarben! Von Limettengrün, über Signalorange oder Pink, der Trend geht zur Farbe – und dabei muss es nicht bei einer bleiben! Denn wer in diesem Sommer wirklich gut gekleidet sein will, der kombiniert und macht seinen Kleiderschrank bunter. Aber nicht nur die Klamotten können Neon sein, ein gut gewähltes Accessoire, wie eine Handtasche, in den knalligen Farben gibt jedem Outfit das gewisse Etwas.

Denim in allen Variationen

Wir alle lieben sie: die Jeans. Und in diesem Modejahr kommt alles in den Mixer, was auf dem Markt ist! Alle möglichen Waschungen und Jeansfarben dürfen und sollen aufeinander treffen. Davon ausgenommen sind auch

Kleider nicht, die im leichten Western-Stil derzeit besonders weit vorne bei den Modeexperten stehen.

Der Dreiteiler ist zurück

Wenn Mann sich gut kleiden will, dann sollte in diesem Sommer auf den Dreiteiler gesetzt werden. Wo in den vergangenen Jahre eher die Zweiteilige Variante angesagt war, kommt die Weste nun wieder zurück in Mode. Sitzt der Anzug dann noch etwas lockerer, sind alle Voraussetzungen des Modetrends erfüllt!



SALE

bis zu 70%

Marktstraße 2 | Eschwege

Nürnberger Str. 44 | Bebra

Holiday
by testoni



Zahlreiche bunte Masken gibt es im "Nadelöhr" in Witzzenhausen zu kaufen. Foto: Nordhausen

Schutzmasken müssen nicht langweilig sein

Bunt und stylisch schützen



Sie liegen zur Zeit mehr als alles andere im Trend und das nicht nur wegen ihres Aussehens: Schutzmasken. Durch die Corona-Krise sind die Masken jeden Tag auf der Straße und in den Geschäften zu sehen – doch dabei muss es nicht immer die Standardvariante sein! Denn auch wenn die Masken hauptsächlich dazu gedacht sind, uns und andere vor einer Ansteckung mit dem Corona-Virus zu schützen, gibt es sie mittlerweile in allen möglichen Farben.

Im „Nadelöhr“ von Maria Lupu in Witzzenhausen gibt es diese bunten und völlig individuellen Masken, die nicht nur Schutz bieten, sondern auch noch gut aussehen! Dabei gibt es hier eine so große Auswahl, das man sich für jeden Tag eine andere stylische Schutzmaske zulegen könnte.



Nadelöhr Witzzenhausen

handmade with love

Schöne Stoffe, Dekoration, Geschenke & Mode & Accessoires
Wir besticken und nähen für Sie.
Schöne Sachen für Kinder und Erwachsene.

Sie brauchen noch ein Geschenk oder einen Stoff für Ihr nächstes Nähprojekt? Schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!

Brückenstr. 11 | 37213 Witzzenhausen
Telefon 05542 - 3037196

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 10.00 – 13.00 Uhr & 15.00 – 18.00 Uhr
Mi. & Sa. 10.00 – 13.00 Uhr

Facebook: Nadelöhr Witzzenhausen Maria Lupu
Instagram: nadeloehr_witzzenhausen | Google: Nadelöhr Witzzenhausen



Eschwege:
Am Stad 9 / Tel. 05651 333555
Am Stad 32 / Tel. 05651 333555 2

Sandrina Kühn-Heuckeroth
Geschäftsführerin
Mobil 0160 / 6 54 74 99
friseursalon.head@gmail.com

Bad Sooden-Allendorf:
Kirchstr. 36 / Tel. 05652 589 589
Herleshausen:
Am Anger 3 / Tel. 05654 788

NEUE
ADRESSE

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 9:00 – 18:00 Uhr, Sa. 9:00 – 13:00 Uhr

SPORT 2000
Matejcek
DU willst es doch AUCH
Dein Teamsport-Spezialist
in Witzzenhausen
Witzzenhausen · Tel. 05542 6199257 · www.sport-matejcek.de

Die Sonneninsel ruft

Mallorca kann noch viel mehr als nur Traumstrand und perfektes Wetter

Mallorca ist bei den Deutschen so beliebt, wie kein anderes Urlaubsziel. Die Baleareninsel wird jedes Jahr von tausenden Touristen aus der Bundesrepublik besucht und das aus gutem Grund! Denn Mallorca ist nicht nur Ballermann und Party, sondern in erster Linie eine Insel, auf der es sich bei bestem Wetter unglaublich gut entspannen lässt!

Auf der Insel – die rund 170 Kilometer von Barcelona und dem Festland entfernt liegt – herrscht das ganz Jahr über ein warmes Klima und durchschnittlich 300 Sonnentage im Jahr sprechen ihre eigene Sprache. Besonders in der Hauptsaison von Mai bis Oktober gibt es auf der Insel aber so gut wie keinen Regen und die Sonne scheint für bis zu zehn Stunden am Tag. Dem Gang zum Strand, zum Pool oder dem Sonnenbad auf Balkon und Terrasse steht damit nichts im Wege. Der kurze Flug von um die zwei Stunden sorgt zudem dafür, dass sich Mallorca auch für einen Kurztrip oder einen spontanen Besuch in der Sonne perfekt anbietet.

Und nachdem sich Spanien in der Corona-Krise zu einem der Länder, mit dem strengsten Einschränkungen entwickelt hat, kehren seit wenigen Wochen, die Touristen wieder zurück an die Strände und die zahlreichen Angebote auf der Insel nehmen ihren Betrieb wieder auf. Reiseverkehrskauffrau und Geschäftsführerin Tanja Apel-Kreger von Apel Reisen in Witzhausen hat sich von der Sicherheit auf der Insel schon selber ein Bild gemacht und saß in einem der ersten Testflüge nach Spanien.



Traumhafte Strände locken in die Buchten auf Mallorca. Foto: pixabay



Beste Lage

Platz am Meer

Mallorca · Can Picafort · Gran Bahia ****

z. B. am 18.9.2020 ab Kassel

7 Tage · Doppelzimmer · HP · p. P. ab **279€**

Mallorca · Can Pastilla · BG Java ****

z. B. am 21.8.2020 ab Kassel

7 Tage · Doppelzimmer Superior · HP · p. P. ab **299€**

SPIELEND GEBUCHT IN DEINEM REISEBÜRO

Reisebüro Ideal
Ottlienstr. 1

37235 Hessisch Lichtenau

+49 5602 6780 · reisebuero_ideal@t-online.de



TUI TRAVELStar Reisebüro Ideal

Quedlinburgerstr. 8

34346 Hann. Münden

+49 5541 4456 · reisebueroideal@t-online.de



Veranstalter: schauinsland-reisen gmbh · Stresemannstraße 80 · 47051 Duisburg

„ Wir waren unter den 9000 Menschen, die Mitte Juni zum ersten Mal wieder auf die Insel durften, und wir haben uns völlig sicher gefühlt! Sowohl im Hotel, als auch in den bereits geöffneten Geschäften wurden die Hygienevorschriften wunderbar beachtet, “

erinnert sich Tanja Apel-Kreger. Besonders genossen hätten sie es aber, dass die Insel nicht so voll war, wie in einem üblichen Sommer. „Die Strände waren zwar nicht leer, aber die meisten Menschen waren tatsächlich Mallorquiner. Die Tage die wir auf der Insel verbracht haben, waren wirklich entspannend“, so Apel-Kreger. Auch der Mundschutz, der teilweise getragen werden musste, habe das Urlaubserlebnis nicht zunichte gemacht.

Auf in die geheimen Buchten

Wer sich also nun auf den Weg zur Baleareninsel machen will und dabei etwas ganz Besonderes entdecken möchte, der sollte sich auf keinen Fall das In- und Hinterland der Insel entgehen lassen! Hier gibt es versteckte Buchten, wie in Portals Vells im Südwesten. Die dort gelegenen drei kleinen Buchten bieten ein Paradies der Ruhe, dass von den Stränden an den Hauptorten ablenkt und einen Einblick in die beeindruckende Natur auf Mallorca gibt. Wer das Inland auf eigene Faust erkunden will, der kann sich auch einen der zahlreichen Roller ausleihen und damit durch die Berglandschaft fahren. Vielleicht hält man dabei auch einfach mal in einem der kleineren Orte an und lässt sich von der Gastfreundschaft der Mallorquiner begeistern – denn die gelten als eines der offensten und gastfreundlichsten Völker der Welt!

Ausfallen lassen sollten Urlauber aber dennoch nicht den obligatorischen Trip in die Hauptstadt Palma. Der Besuch der Kathedrale von Palma, dem Castell de Bellver oder dem Königspalast La Almudaina lässt in vergangene Zeiten auf der Baleareninsel eintauchen und nebenbei



schauinsland
reisen



Beste
Lage

Platz am Meer

Mallorca · Playa de Muro · JS Alcudi Mar*****

z. B. am 18.9.20 ab Kassel · 7 Tage
Doppelzimmer · Halbpension · p.P. ab **549 €**

Mallorca · Playa de Palma · Grupotel Playa de Palma Suites & Spa*****

z. B. am 7.9.20 ab Kassel · 7 Tage
Juniorsuite · Halbpension · p.P. ab **869 €**

Mallorca · Cala Millor · Hipotels Hipocampo Playa*****

z. B. am 18.9.20 ab Kassel · 7 Tage
Super Spazimmer · Halbpension · p.P. ab **839 €**

SPIELEND GEBUCHT IN DEINEM REISEBÜRO

Apel-Reisen Touristik GmbH
Südbahnhofstr. 3 · 37213 Witzzenhausen
Tel. 05542 71515 · Fax 05542 910681
wiz@apelreisen.de

Veranstalter: schauinsland-reisen gmbh
Stresemannstraße 80 · 47051 Duisburg



kann man auch noch die wunderschöne Altstadt mit seinen zahlreichen kleinen Geschäften erkunden. Vom Flughafen Kassel-Calden aus, landet man direkt in der Hauptstadt und kann sich von deren Charme verzaubern lassen. Wer einen Blick von oben auf die Stadt werfen möchte, der kann das aber nicht nur aus dem Flieger heraus machen, sondern auch auf den Klippen von Cala Blava. Hier oben gibt es einen traumhaften Blick auf Palma und gleichzeitig noch einige Zugangswege zu den vielen Buchten und Felsen.

Mallorca ist aber nicht nur für einen entspannten Urlaub geeignet, sondern auch ein empfehlenswerter Ort für Menschen, die auch im Urlaub Sport betreiben wollen. Mit seiner abwechslungsreichen Landschaft, die zwischen steinigen Bergen und weichen Sandstrand wechselt, eignet sich die Insel perfekt dafür, die Umgebung mit dem Rad oder zu Fuß zu erkunden. Zahlreiche Wanderwege im Tramuntana-Gebirge erfreuen sich großer Beliebtheit und für Wassersportler gibt es ein breites Angebot von Kitesurfing über Windsurfing bis hin zum Segeln. Ein Urlaub auf Mallorca kann also alles sein: Entspannt, lebendig oder sportlich – aber in keinem Fall langweilig!



Der Strand im Küstenort Port de Soller ist beliebt bei Urlaubern.
Foto: pixabay

**JETZT VON KASSEL
DIREKT NACH
MALLORCA FLIEGEN!**



Nicht nur am Strand, sondern auch auf einem Boot kann man die Insel und ihre Geheimnisse erkunden. Foto: pixabay

Flughafen GmbH Kassel
Fieseler-Storch-Straße 40 • 34379 Caldén
Tel.: +49 5674 2153-0
info@kassel-airport.aero
www.kassel-airport.aero

kasselairport

Urlaub direkt ab zu Hause



Zu Fuß durch die Region

So gelingt der Wander-Start

Der Sommer eignet sich nicht nur perfekt dazu, sich an die vielen Seen der Region zu legen, oder die wieder eröffneten Freibäder zu besuchen. Immer mehr Menschen erfreuen sich nämlich mittlerweile an den zahlreichen Wanderwegen der Region – und die sind nicht nur für geübte Wanderer geeignet!

Gründe für einen ausgedehnten Gang in der Natur gibt es zahlreiche: Die Ruhe, die Nähe zur Natur, die eigene Region vom Boden aus neu entdecken oder um etwas für die eigene Fitness und Gesundheit zu tun. Doch was sollten Wanderanfänger beachten, wenn sie sich das erste Mal die Wanderschuhe schnüren?

Ganz wichtig ist bei einer Wandertour, die richtige Route zu wählen und sich dabei nicht zu überschätzen! Am Anfang sollten Wege gewählt werden, die keine zu großen Anforderungen stellen. Anfängern wird von Profis empfohlen, kürzere Strecken auf gut ausgeschilderten Wanderwegen zu wählen und immer einen gut gepackten Rucksack dabei zu haben.

Wichtig ist es auch, die Uhr im Auge zu behalten, denn die Angaben auf den Wanderschildern rechnen mögliche Foto- oder Picknick-Pausen nicht mit ein und so kann es schneller dunkler werden, als gedacht.

Die Schuhe sind die Surfbretter der Wanderer

Direkt hinter der Auswahl der richtigen Route stehen dann auch schon die Wanderschuhe. Denn was für den Surfer das Brett ist, das ist für den Wanderer der Schuh. Ohne das richtige Schuhwerk, kann eine längere Wanderung schnell zur Qual werden. Deswegen sollten sich Wanderanfänger vor ihrem Start in einem Fachgeschäft beraten lassen und so die passenden Schuhe finden. Auch die Socken sind wichtig, denn sie schützen die Füße davor, sich wund zu scheuern.

Aber nicht nur die Schuhe sind ausschlaggebend, sondern auch der Rest des Outfits. Zum Wandern empfiehlt sich immer der Zwiebel-Look. Hier werden einfach mehrere Kleidungsschichten übereinander gezogen, denen man sich im Laufe des Tages entledigen kann. Wird es am Abend dann wieder kälter, können die zusätzlichen Schichten einfach aus dem Rucksack geholt werden.

Grundlegend gilt für Wanderanfänger neben der richtigen Kleidung auch genügend Wasser dabei zu haben. Die Gruppe sollte in Sichtweite zusammenbleiben und der Wetterbericht muss stimmen. Schließlich will niemand plötzlich in einem Gewitter landen. Sollte es dann doch einmal zu einem Unfall oder einem Problem kommen, ist es wichtig immer einen Notfallkontakt parat zu haben.

Hier wandert es sich in der Region am Schönsten

Sind alle Vorbereitungen getroffen, kann der Gang in die wunderschöne Natur des Werra-Meißner-Kreis los gehen! Doch welche der 396 Strecken die es im Landkreis gibt, eignet sich für Anfänger? Besonders beliebt sind in unserer Region die Premiumwanderwege. Sie führen quer durch den Kreis und teilweise auch durch die angrenzenden Bundesländer – und die meisten dieser Strecken können auch von Anfängern ganz einfach gewandert werden.

Besonders der P2 um die Frankershäuser Karst ist mit seinen zehn Kilometern keine besonders lange Tour, bietet am Fuße des Meißners aber einen wunderschönen Panoramablick auf das Naturschutzgebiet Hielöcher. Wer es schon ein wenig anspruchsvoller mag, der kann sich auch auf den P23 quer durch das Höllental mit einem atemberaubenden Blick auf den Meißner begeben.

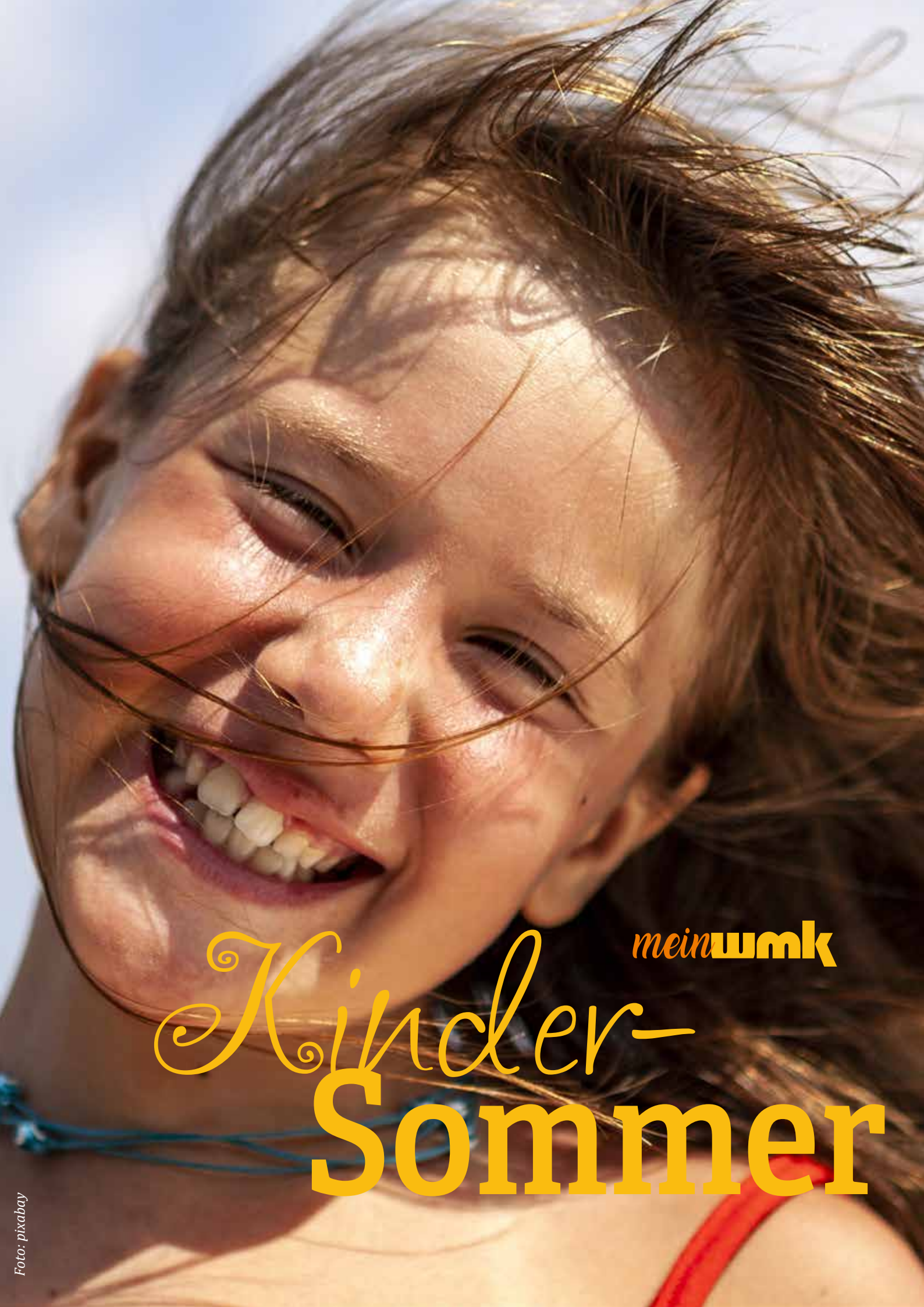


Blick vom Bilstein ins Höllental, P23.



Auf dem P23 vorbei am Abteröder Bär und der Kirchenruine aus dem 14. Jh. Fotos: privat





mein **wmk**

Kinder-
Sommer

Wie wäre es mit einer Erlebnisliste um die Ferien voll auszuschöpfen?



So wird der Sommer unvergesslich

In diesem Sommer dreht sich für die Kinder alles um die Ferien und das es in den noch bevorstehenden Woche ordentlich viel zu Erleben gibt! Dabei müssen Mama und Papa mit Gewissheit dafür sorgen, dass der Abenteuer- und Wissensdurst gestillt wird. Aber dafür muss es kein großer Ausflug werden, der jeden Tag wo anders hinführt, auch die kleinen Dinge im Leben können für große Faszination im Sommer sorgen.



Wie wäre es dabei also einfach eine Erlebnisliste mit den Kindern aufzustellen und diese nach und nach in den Sommertagen abzuarbeiten? Wir haben hier ein paar Ideen für einen unvergesslichen Kinder-Sommer gesammelt.

Ein Ausflug wird zum Abenteuer

Nicht immer muss für einen tollen Tag das eigene Grundstück verlassen werden. Wer einen Garten zu bieten hat, der kann ganz einfach eine Picknicktasche packen, die Decke zu rechtlegen und ein wunderschönes Dinner im Freien genießen! Richtig lecker wird es, wenn es dabei auch noch selbstgepresste Limonade gibt. Verbinden kann man ein gemütliches Picknick aber auch mit einer Fahrradtour - oder für Schatzsucher, mit dem Geocaching! Alles was es dazu braucht ist ein Smartphone und die Geocaching-App und die Suche kann los gehen. Ist der Tag über schon mit Fußball spielen, Inline skaten oder anderen tollen Aktivitäten ausgelastet, dann kann am Abend ein Lagerfeuer mit leckeren Marshmallows für die passende Entspannung sorgen. Das ist nicht nur für Kinder ein Highlight, sondern auch für die Erwachsenen, die genauso die süße Versuchung oder Stockbrot über die Flammen halten können. Den Abend ausklingen lassen kann man dann z.B. mit dem gemeinsamem anschauen der Sterne. Einfach auf den Rücken gelegt und den Ausblick genießen. Dabei kann auch gleich das Wissen über die verschiedenen Sternbilder aufgefrischt werden, denn neben dem kleinen und großen Wagen - die sich immer leicht erkennen lassen - gibt es natürlich am Nachthimmel noch viel mehr zu sehen.



Werdet kreativ!

Kreativität und Phantasie sind bei Kindern besonders ausgeprägt und um das noch zu fördern, bietet es sich den Sommer über an, immer mal wieder gemeinsam zum Farbtopf zu greifen. Für Mamas Garten können da Steine gesammelt und mit allen möglichen Motiven verziert werden. Oder der Kinderschrank wird ein wenig aufgepeppt, mit selbstgestalteten Shirts. Den Möglichkeiten sind keine Grenzen gesetzt und die kleinen und größeren Kinder werden es ihren Eltern mit Sicherheit danken, wenn der Sommer mit vielen kleinen Aktivitäten unvergesslich wird.

McDonald's® Junior Club

Der exklusive Club für Kids und Familien!

Im McDonald's Junior Club finden eure Kids alles, nur keine Langeweile! Denn hier warten Spiel, Spaß, Überraschungen und vieles mehr auf alle McDonald's Junior Club Mitglieder. **So versenden wir mehrmals im Jahr persönliche Club-Post mit Gutscheinen, attraktiven Gewinnspielen, spannenden McDonald's News und vielem mehr.** Aber das Beste kommt jetzt:

Das alles ist für unsere Club-Mitglieder gratis!



Ein
Happy Meal®
gratis zur
Anmeldung
eurer Kids

Da steckt jede Menge Spaß drin!

- **1 Happy Meal® gratis** zu jeder Anmeldung
- **Tolle Gewinnspiele** im Rahmen der Aktionsmailings 
- **Cooler kostenlose Magazine:**
 - **Family Time:** das Magazin für die ganze Familie
 - **Bäm!:** das Magazin für die Kids
 - **like:** das Magazin für die Teens
- **Exklusive Gutscheine** für alle Mitglieder von teilnehmenden Restaurants.

Gleich für den Family- Newsletter anmelden:

- **Inspiration** für ein buntes Familienleben
- **Rätsel und lustige Spiele** für die ganze Familie
- **Gewinnspiele, Gutscheine und Mitmach-Aktionen**
- **Und vieles mehr!**



Jetzt anmelden:

QR-Code scannen
oder online auf
mcdonalds.de/junior-club
anmelden.





Club-Mitglieder dürfen sich auf viele Angebote freuen

Aktionsreiche Sommerferien mit McDonald's

Kontaktlos



Sicher

Eins soll in den Ferien auf keinen Fall aufkommen: Langeweile! Den Spaß mit dem Essen verbinden kann man da ganz einfach mit dem McDonald's Junior Club. Denn hier warten Spiel, Spaß, Überraschungen und vieles mehr auf alle McDonald's Junior Club Mitglieder und das auch in den Filialen in Hessisch Lichtenau und Eschwege! Für Mitglieder gibt es nämlich coole Bonus-Aktionen, wie ein Happy-Meal gratis bei der Anmeldung, tolle Gewinnspiele, interessante Magazine wie die „Family Time“, das Magazin für die ganze Familie oder auch die „Bäm!“, bei dem sich alles um die Kids dreht. Natürlich werden auch die Teenager bei McDonald's nicht ausgeschlossen und haben mit der „like“ ebenfalls ihr eigenes Magazin bekommen, dass es bei einer Mitgliedschaft im Junior Club mit Sicherheit in die eigenen vier Wände schafft – und das kostenlos!

Ganz viele Vorteile warten also auf die gesamte Familie und eine Anmeldung ist nicht schwer. Unter www.mcdonalds.de/junior-club.de gibt es alle Informationen dazu, wie Eltern das Erlebnis McDonald's noch besonderer machen können. ►



So gibt's für Mitglieder nicht nur mehrmals im Jahr Post von McDonald's mit leckeren Gutscheinen, tollen Bastelaktionen und exklusiven Gewinnspielen, sondern auch eine Überraschung zum Geburtstag! Aber auch Mama und Papa werden im Club nicht vergessen – für sie gibt es den Family Newsletter bei dem sich alles um exklusive Lifestyle-Theme, Gewinnspiele, Mit-Mach-Aktionen und Neuigkeiten dreht. Das bei einem Besuch in den Filialen in Eschwege oder Hessisch Lichtenau Langeweile aufkommt ist da doch ausgeschlossen!

Soziales Engagement anstatt Smartphone

Aber nicht nur Mitglieder im Junior Club können bei McDonald's tolle Aktionen erleben, sondern auch die Besitzer einer Juleica-Card. Diesen Ausweis bekommen ehrenamtliche Helfer, die in der Jugendarbeit aktiv sind. Sie wird nur an Menschen verliehen, die eine festgeschriebene Ausbildung nach Juleica-Qualitätsstandards absolviert haben und sich damit bewusst dazu entscheiden, anderen Menschen und Organisationen zu helfen. So müssen unter anderem mindestens 40 Schulungseinheiten, ein Erste-Hilfe-Kurs und Fortbildungsveranstaltungen besucht werden um die Card zu bekommen und zu behalten.

Und um dieses Engagement in der sozialen Arbeit zu fördern und zu unterstützen, gibt es auch in den Filialen von McDonald's Vergünstigungen für Inhaber der Juleica-Card! Zehnmal zwei McMenü Small sind so in Eschwege und in Hessisch Lichtenau zum Preis von einem zu erhalten. Schließlich sollen engagierte Menschen für ihre Arbeit auch belohnt werden und das McDonald's dieses Motto lebt, beweist das Unternehmen schon seit Jahrzehnten. Neben der McDonald's Kinderstiftung, die jedes Jahr mit Millionen von Euro das Wohl und die Gesundheit von Kindern in Deutschland

ERLEBNIS-RUNDFAHRT-WERRATALSEE
FAHRGASTSCHIFF „WERRANIXE“



TÄGLICH SEERUNDFAHRTEN

Montag bis Sonntag

Anlegestellen :

Ostufer/Schwebda

14.00 / 15.00 / 16.00 Uhr

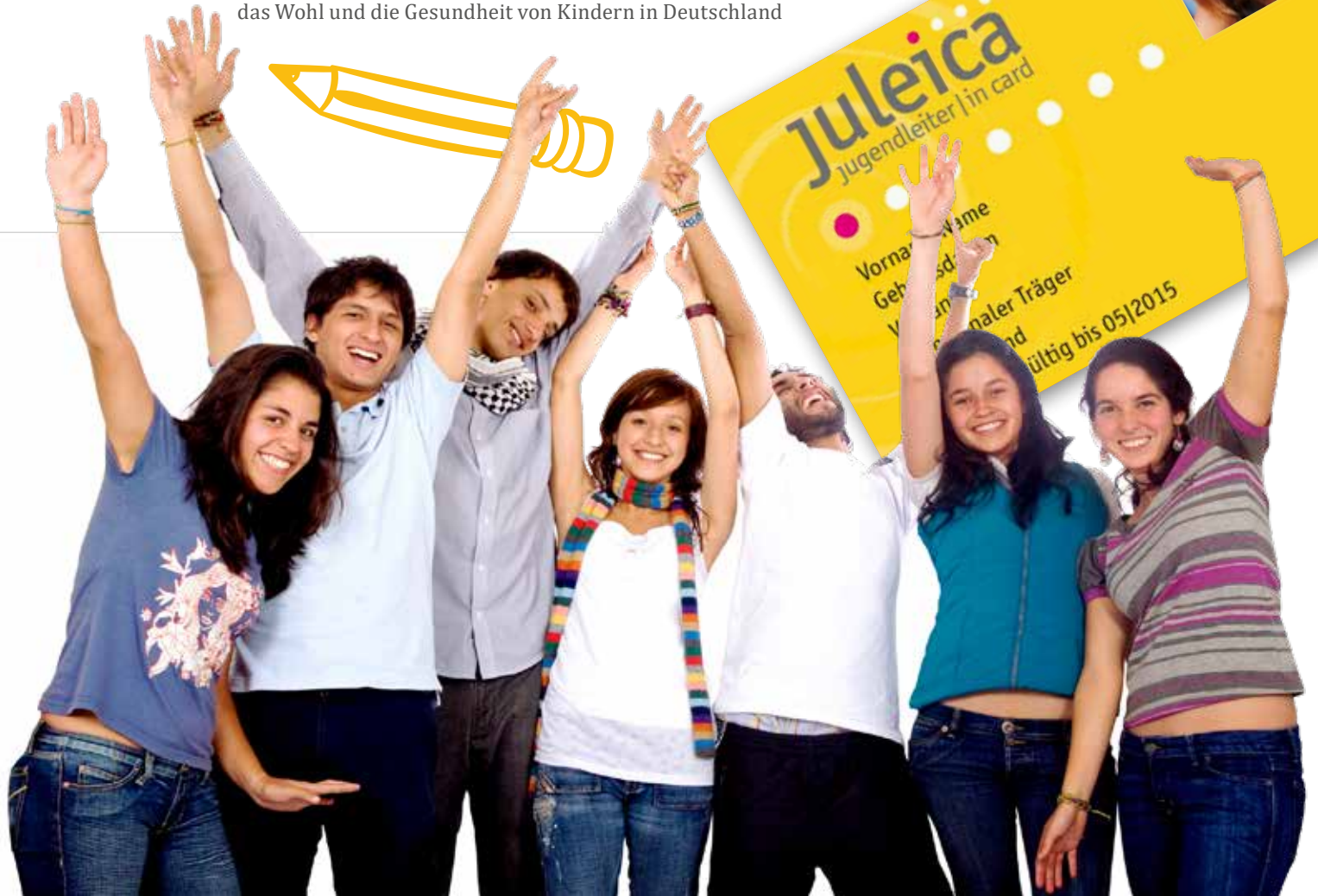
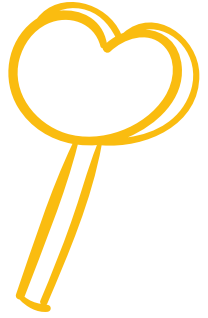
Südufer/Eschwege

14.30 / 15.30 Uhr

T. Bretschneider
Mühlhäuser Str. 15
37276 Meinhard/Schwebda
Tel. 05651/ 33 80 32
Email : info@werranixe.de
Internet : www.werranixe.de



werranixe.de





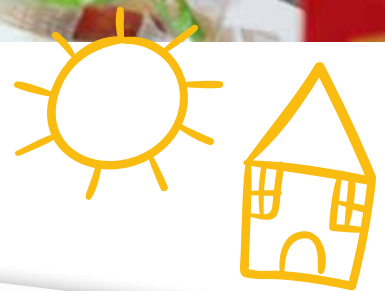
unterstützt, gibt es auch noch die Ronald McDonald Häuser. Sie sind für Familie mit schwer kranken Kindern in der Nähe von Kliniken erbaut worden, um den Stress langer Autofahrten oder großer Trennungen vermeiden zu können.

„Wir sind überzeugt, dass jedes Unternehmen der Gesellschaft etwas zurückgeben kann“, heißt es in der Firmenpolitik von McDonald's und deswegen werden auch die Besitzer der Juleica-Card unterstützt. Für sie steht die Hilfe für andere Menschen im Vordergrund und die Zeit, die viele andere mit ihrem Smartphone verbringen nutzen sie, um die Gesellschaft zu verbessern und andere junge Menschen zu unterstützen.

Gemeinsam stark in Eschwege

In Eschwege gibt es neben diesen tollen Angeboten für engagierte Menschen noch eine Aktion für Familien, die in Zusammenarbeit mit einem Projekt der Stadt stattfindet. Denn hier gibt es die Eschweger FamilienKarte. Besitzer der Karten haben in den verschiedensten Geschäften in der Kreisstadt die Möglichkeit einer finanziellen Vergünstigung. Beantragen kann die Karte jede Familie mit mindestens einem Kind unter 18 Jahren. Sie kostet inklusive einer Partnerkarte an der Infozentrale im Rathaus oder in der Tourist-Information in Eschwege sieben Euro.

Bei McDonald's in Eschwege gibt es für Inhaber der FamilienKarte 10 Prozent auf das gesamte Sortiment und damit eine tolle Möglichkeit, einen schönen Tag mit der Familie bei einem Burger oder Pommes enden zu lassen!



Geschichte an einem einzigartigen Ort

Zeitreise durch 75 Jahre Migration



Foto: MuseumFriedland/Swen Pfortner

Das Museum Friedland zeigt Migrationsgeschichten an einem einzigartigen Ort. Mehr als vier Millionen Menschen sind seit 1945 über das Grenzdurchgangslager Friedland in die Bundesrepublik Deutschland gekommen: Flüchtlinge, Vertriebene und Ausgewiesene, entlassene Kriegsgefangene und Displaced Persons, AussiedlerInnen und SpätaussiedlerInnen, Schutzsuchende aus vielen Teilen der Welt. Die Dauerausstellung „Fluchtpunkt Friedland“ erzählt mit spannenden Einblicken, beispielhaften Biografien und berührenden Objekten von der Arbeit und Bedeutung des Lagers im Wandel der Zeit. Und sie wirft ganz aktuelle Fragen auf: Was bringt Menschen dazu, ihre Heimat zu verlassen? Wie kommen sie nach Deutschland? Wie werden sie aufgenommen? Darüber hinaus eröffnen sich vielfältige Perspektiven auf die deutsche, europäische und globale Zeitgeschichte.

Das barrierearm gestaltete Museum befindet sich im historischen Bahnhof von Friedland und öffnet mittwochs bis sonntags von 10 Uhr bis 18 Uhr. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre haben freien Eintritt, Erwachsene zahlen 5 Euro, ermäßigt 3 Euro. Weitere Infos gibt es unter 05504/8056-200 oder unter www.museum-friedland.de.

Weserstein
TOURISTIK GMBH

Schiff bietet Biergarten und regelmäßige Rundfahrten

MS Weserstein legt wieder ab

Im Mai hat die MS Weserstein ihre Jungfernfahrt in Hann. Münden erlebt und sichert damit die Schifffahrt in der Drei-Flüsse-Stadt. Mittlerweile hat sich das Schiff auch zu einem beliebten Ausflugsziel entwickelt! Denn hier kann man nicht nur über die Flüsse schipern, sondern sich auch im Biergarten verwöhnen lassen. „Unser Biergarten hat ab 18 Uhr geöffnet und bietet eine große Auswahl, mit allem was das Herz begehrt“, so die Geschäftsführer Tina Herwig und Mike Förster. Wer sich selber einen Eindruck von der entspannten Atmosphäre an Bord machen möchte, der kann sich unter 0171/2218505 oder info@wesersteintouristik.de einen Platz reservieren lassen. Neben dem Biergarten legt die MS Weserstein aber auch regelmäßig zu ihren Rundfahrten ab und lässt Besucher die Natur rund um Hann. Münden vom Wasser aus genießen.

FAHRPLAN:
Montag
Ruhetag

**Dienstag-
Donnerstag**
11.00 &
14.30 Uhr
je ca. 90 min.

Freitag
11.00 &
14.00 Uhr
je ca. 90min.
& wenn der
Wasserpegel
stimmt:
16.00 Uhr
Weser Tour
ca. 180 min.

Samstag
11.00
ca. 90 min.
14.30 Uhr
ca. 150-180 min.

Sonntag
9.30 Uhr
Frühstücks-
Tour
ca. 150-180 min.
13.30 Uhr &
16.00 Uhr
ca. 90 min.

Rundfahrten **Party Boot**

Biergarten ab 18 Uhr geöffnet

Firmen- Hochzeiten- und Familienfeiern

Kontakt:
Tel. 0171 221 85 05
Email info@wesersteintouristik.de



Mittlerweile dürfen die Kindergartenkinder wieder mit ihren Erzieherinnen unterwegs sein und können den Alltag im Kindergarten wieder voll genießen. Foto: Kindergarten Hundelshausen

Erzieherinnen berichten von ihren Erfahrungen in der Corona-Krise

Wenn der Kindergarten nach Hause kommen muss

Ein Kindergarten ohne Kinder. Genau so stellte sich in den Kindergärten des Kreises die Situation dar, als der Corona-Lockdown am 16. März in Kraft trat. „Eine Horror-Vorstellung für jede Erzieherin. Das ist es doch was wir an unseren Job so lieben. Das Lachen, das Trösten, das Herumtoben, das Forschen, auf einmal war alles anders“, erinnert sich Kindergartenleiterin Sandra Ullrich von den „Gelstertaler Spatzen“ aus Hundelshausen, an die völlig neue Normalität im Kindergarten.

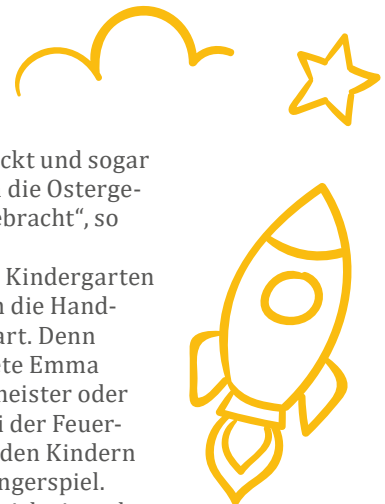
Zwar durften kurz danach wieder Notgruppen betreut werden, doch in Hundelshausen war dem Team schnell klar, dass das nicht reicht und man den Kindern auch zu Hause eine Freude machen wollte. Kurzerhand wurde für jedes Kind eine ganz individuelle Tasche gestaltet, die einmal in der Woche am Zaun der Kita abgeholt werden konnte.

„Darin waren kleine Überraschungen, zusammen mit einer Traumgeschichte. Es gab Bastel-

arbeiten, Edelsteine waren versteckt und sogar zu Ostern habe wir Erzieherinnen die Ostergeschenke persönlich nach Hause gebracht“, so das Team aus Hundelshausen.

Damit auch wirklich niemand den Kindergarten vergessen konnte, übernahm auch die Handpuppe „Emma“ einen wichtigen Part. Denn über die Sozialen Medien berichtete Emma von ihren Ausflügen zum Bürgermeister oder zum Direktor der Schule! Auch bei der Feuerwehr war sie zu Gast und brachte den Kindern neue Lieder bei, oder zeigte ein Fingerspiel.

„In dieser schwierigen Zeit zeigte sich einmal mehr, wie wichtig der Zusammenhalt ist. Für uns Erzieherinnen ist es schwierig Abstand zu den Kindern zu halten, denn eine emotionale Bindung ist so einfach nicht möglich. Selbstverständlich setzen wir uns aber unserem eigenen erhöhten Risiko aus, um für die Kinder und Eltern da zu sein“, erklären die Erzieherinnen aus Hundelshausen, die mit dieser Aussage sicherlich für alle Kindergärten in der Region stehen.



Großes Gewinnpaket zum Kinostart!

„Max und die Wilde 7“ starten durch

Liebenswert-kauzige Charaktere, ein mysteriöser Serientieb und eine alte Ritterburg!

Mit „Max und die Wilde 7“ kommt am 6. August im Verleih von LEONINE eine spannende, rasante und humorvolle Abenteuerkomödie in die Kinos. Der Film basiert auf der beliebten Buchreihe von Lisa-Marie Dickreiter und Winfried Oelsner, der auch Regie führte.

Um eine mysteriöse Diebstahlserei aufzuklären, ermittelt der neunjährige Max gemeinsam mit einer gewieften Rentnergang. Ein Kinoabenteuer vor eindrucksvoller Kulisse, über Freundschaft und den Glauben an sich selbst. Und das soll den Lesern des *meinWMK* nicht vorenthalten werden!



die Wilde 7 – Das schwarze Ass“, 2x das Hörspiel zum Film und 2x das Film- poster. Dazu muss einfach eine E-Mail mit dem Wunschge- winn, dem Gewinn- Betreff „Max“, Name, Adresse und einer Telefonnummer an redaktion@mundus-online.de geschrieben werden. Unter den Einsendungen entscheidet das Los über die Gewinner. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, Einsendeschluss ist am 14. August.

Wunsch-Verlosung

Deswegen verlosen wir ein großes Paket rund um Max und die Wilde 7. Zu gewinnen gibt es 2x2 Kinofreikarten, 2x das Buch „Max und

Spaß in den eigenen vier Wänden

„Challenge in a Box“ holt Ferienspiele nach Hause



Diese Boxen sollen die Ferien ver- süßen. Foto: Werra-Meiß- ner-Kreis

In diesem Sommer können viele traditionelle Ferienangebote nicht wie gewohnt stattfinden. Um in die Sommerferienwochen wenigstens ein wenig Ferienspiel- oder Freizeitatmosphäre zu bringen, haben sich die kommunalen Jugendarbeiter, die Kreisjugendförderung und der Kreisjugendring Werra-Meißner e.V. etwas ganz Besonderes ausgedacht: Jede Woche eine Kiste voller Herausforderungen. Kinder von 8 bis 12 Jahren können bis zur 6. Ferienwoche Erlebnisboxen bekommen, die für viel Abwechslung sorgen werden. Jede Woche steht dabei unter einem besonderen Thema. So enthält eine Box Rezepte, Zutaten und Gewürze für eine kulinarische Reise um die Welt, eine

weitere Box bietet z.B. digitale Schnitzeljagden und Ralleys, mit deren Hilfe unser Kreis erkundet werden kann.

„Ziel der Aktionen ist es, in einer Zeit, wo nur wenig in größeren Gruppen stattfinden kann, Angebote zu machen, die alleine, mit Geschwistern oder auch mit der ganzen Familie gemeinsam Spaß machen. Und damit nicht jede Boxencrew allein vor sich hin werkelt, wird das Angebot online begleitet“, so die Organisatoren. Unter www.challenge-in-a-box.de gibt es weitere Informationen zum Projekt.

Wer sich für die Boxen interessiert, kann sich auf der Homepage dafür anmelden. Abgeholt werden können die Boxen dann jeweils montags bei den Verwaltungen in Eschwege, Witzzenhausen, Hessisch Lichtenau, Sontra und Bad Sooden-Allendorf. Weitere Kisten sind bei den Verwaltungen in Großalmerode, Berkatal, Meißner und Neu-Eichenberg erhältlich. Dabei muss ein Eigenanteil von 3 Euro pro Kiste bezahlt werden. Beim Werra-Meißner-Kreis können übrigens auch die Kinder eine Box erhalten, deren Kommunen sich nicht am Projekt beteiligen.

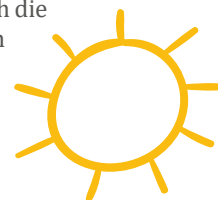




Foto: privat

„Reptil des Jahres“
in Witzenhausen entdeckt

Besonderer Gast im Garten

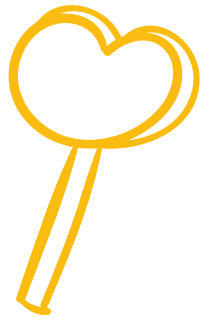
In jedem Jahr kürt die Deutsche Gesellschaft für Herpetologie und Terrarienkunde das „Reptil des Jahres“ und in diesem Jahr ist der Gewinner die Zauneidechse. Und die ist auch im Werra-Meißner-Kreis kein Unbekannter! Eine meinWMK-Leserin entdeckte in ihrem Garten in Witzenhausen die knallgrüne Eidechse und zückte schnell die Kamera.

Denn auch wenn das Reptil sich am liebsten in natur-nahen Gärten in der Nähe von Straßen, Bahnhöfen oder eben Zäunen aufhält, ist ihre Zahl in den vergangenen Jahren gesunken. Mittlerweile stehen sie sogar auf der Roten Liste der bedrohten Tierarten. Der Schutz der Eidechsen wird daher hoch geschrieben und hin und wieder taucht der Name der Zauneidechse bei großen Bauvorhaben auf. Denn die müssen unterbrochen werden, bis die Reptilien umgesiedelt werden können.

Umso schöner ist es doch zu sehen, dass sich die so schön gefärbten Eidechsen in Nordhessen doch noch zu Hause fühlen!

Conni und das Baumhaus

Ein neues Hörspiel-Abenteuer



Ein eigenes Baumhaus? Natürlich sind Conni und ihre Freunde sofort Feuer und Flamme! Schon wird losgezimmert und gewerkelt, aber so einfach ist das gar nicht. Und dann ist da auch noch der kauzige Nachbar, der ihnen fast den Spaß verdirbt. Doch als die Kinder hinter sein Geheimnis kommen, stellen sie fest: Eigentlich ist der alte Mann ganz nett. Ob sie am Ende echte "Meine Freundin Conni"-Fans werden?

Die 61. Folge der beliebten Conni-Reihe nach dem gleichnamigen Buch von Julia Boehme ist ein absolutes Muss für echte "Meine Freundin Conni"-Fans.



Hörspaß gewinnen!

meinWMK verlost dreimal eine CD. Wer sich dieses weitere spannende Abenteuer sichern will, schickt einfach eine Mail mit dem Betreff „Conni WMK“ an redaktion@mundus-online.de. Vergesst eure Adresse nicht. Einsendeschluss ist der 21. August. Das Los entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Viel Glück!

Ihr Laden für alle Fälle

traditionelle Handwerksbäckerei,
mit vielen regionalen Spezialitäten,
Lebensmittel- und Getränkemarkt.



Kontakt

Thomas und Heiko Liese GbR
Hauptstraße 14, 36205 Ulfen
Tel. 05653 / 1296
info@ulfe-landbaecker.de

Ulfe Landbäcker



EDEKA-Markt



Witzenhäuser
Nachhilfe



Die Nachhilfe-Profis für:

Deutsch, Englisch, Latein, Französisch, Russisch,
Spanisch, Mathematik, Biologie, Physik, Chemie & WL

Steinstraße 2 | 37213 Witzenhausen | Tel. 05542/999812 und 05542/8969

Mo. bis Fr. von 14 bis 17 Uhr und nach Vereinbarung

www.witzenhausen-nachhilfe.de

Große Ideen für die Innenstadt

Sontra startet neues Förderprogramm um die Stadt zu beleben

Unter dem Titel „Sontra 2030“ startet ein Entwicklungsprozess für die Innenstadt der Stadt im Rahmen des Förderprogramms „Lebendige Zentren in Hessen“. Durch die Aufnahme der Stadt Sontra in das Programm können bis 2028 öffentliche und private Vorhaben in der Altstadt und der Barbarasiedlung Förderanträge stellen. Hierzu wird nun zunächst ein sogenanntes Integriertes Städtebauliches Entwicklungskonzept (kurz: ISEK) für den Stadtkern erarbeitet. Das Konzept beinhaltet eine Analyse der aktuellen Situation sowie die zur Umsetzung vorgesehenen Projekte, aufbauend auf der studentischen Arbeit aus dem Jahr 2018.



Thomas Eckhardt,
Bürgermeister
in Sontra

Foto: Stadt Sontra

In diesem Prozess sind auch die Bürgerinnen und Bürger gefragt: Die unterschiedlichen Aspekte des Entwicklungskonzeptes werden mit allen Interessierten öffentlich diskutiert. Dies betrifft nicht allein die Themen Wohnen und Familienfreundlichkeit, sondern auch die Innenstadtentwicklung und die Geschäfte sowie den Freiraum und die Barrierefreiheit.

Zum Start lädt die Stadt Sontra zu einer Auftaktveranstaltung für alle ein. Es werden

sowohl das Förderprogramm, Erkenntnisse und Analysen vorgestellt als auch schon erste Diskussionen zur zukünftigen Entwicklung des Stadtkerns geführt. Die so entwickelten Projekte und Maßnahmen haben gute Aussichten, mithilfe der Fördermittel bis zum Jahr 2030 umgesetzt zu werden.

Vor der Veranstaltung im Bürgerhaus wird ein Innenstadtrundgang durchgeführt, bei dem besonders die Niederstadt, die Herren- und die Bahnhofstraße und die Straße Hinter der Mauer in den Blick genommen werden. Die Situation der Läden, die Zukunftsperspektiven der Innenstadt und die Straßengestaltung sind Themen, die im Entwicklungskonzept eine große Rolle spielen werden.

Wer sich über das Förderprogramm informieren möchte, seine Meinung einbringen will, die Planungsbüros unterstützen möchte oder auch Ideen für Projekte im Kopf hat, ist eingeladen, zur Auftaktveranstaltung am Donnerstag, 20. August 2020 um 19:30 Uhr, ins Bürgerhaus zu kommen. Der öffentliche Stadtrundgang startet am selben Tag um 17:00 Uhr an der Zigarrenfabrik.



Energiesparen im Homeoffice

Foto: Gorodenkoff/stock.adobe.com/spp-o

Ein Standard-Laptop für typische Büroanwendungen verbraucht während eines achtstündigen Arbeitstages im Dauerbetrieb nur etwa ein Drittel Strom gegenüber einem etwa gleichstarken Desktop-PC. In Arbeitspausen sollte der PC in den Energiesparmodus versetzt sowie nachts und bei längeren Arbeitspausen ausgeschaltet werden. Bei vielen Routern hilft eine zeitliche Begrenzung oder Abschaltung der Datenübertragungsfunktionen. Empfehlenswert ist es, nachts WLAN-Empfänger (PC, Handy, Smart TV) komplett auszuschalten. Einige ausgeschaltete elektrische Geräte, die

in der Steckdose stecken, verbrauchen Strom. Hier hilft eine abschaltbare Mehrfachsteckdose. Wer Glüh- oder Halogenlampen für Arbeitsplatzbeleuchtung verwendet, verbraucht fünf bis sechsmal so viel Strom wie mit LED-Lampen.

Wer viel zu Hause ist, kocht wahrscheinlich auch mehr. Frische Lebensmittel statt Tiefkühlkost zuzubereiten verbraucht weniger Energie. Man spart sich das Tiefkühlen und Wiederauftauen. Wasser bringt man am energiesparendsten mit dem Wasserkocher zum Kochen statt mit dem Herd. Nur ein Induktionsherd kann das genauso effizient. Eine Geschirrspülmaschine sollte voll beladen und ein Sparprogramm ausgewählt werden. Wäschetrockner verbrauchen sehr viel Strom. Wenn möglich, sollte die Wäsche lieber zum Trocknen aufgehängt werden. Das ist im Homeoffice in kurzen Arbeitspausen vielleicht leichter möglich als sonst. Beim Kauf von Elektrogeräten sollte auf das Umweltzeichen „Blauer Engel“ geachtet werden. Individuelle Stromspartipps gibt die bundesweite Energieberatung der Verbraucherzentrale (www.verbraucherzentrale-energieberatung.de). spp-o

Der
Verbraucher-
tipp



Vor kurzem gab es für die Essensausgabe eine Spende von 1000 Euro von der Firma o.r.t. aus Göttingen: (v.li.) Anette Ruske-Wolf, Alexandra Kobusch, o.r.t.-Geschäftsführer Armin Asselmeyer, Marcus Philipp Moll, Vertriebsmanager Süd bei o.r.t. und Bürgermeister Frank Hix.
Foto: Wehr

„Kauf 2 - spende 1“ trifft auf große Solidarität

Spendenaktion geht in die nächste Runde

Das Solidarprojekt „Wir machen uns stark – Lebensmittelspenden an Bedürftige zu Zeiten von Corona“ unter dem Dach des Bündnisses für Familie geht in Bad Sooden-Allendorf in eine neue Runde.

Auf Einladung des Sozialen Krisenmanagements BSA kamen kürzlich die teilnehmenden Marktleiter der ortsansässigen Märkte zur Beratung zusammen. Gemeinsam wurden die Fortführung und die künftige Umsetzung der Spendenaktion beraten. Und alle Beteiligten haben festgestellt: Der Bedarf ist immer noch groß! Hierbei kristallisierte sich die Idee „Kauf 2 – spende 1“ als geeignete Variante heraus, wobei jede Kundin und jeder Kunde ein Produkt seiner Wahl an Bedürftige aller Art abgeben kann. Dies ermöglicht den Spenderinnen und Spendern, aber auch den Märkten mehr Flexibilität bei der Gestaltung ihrer solidarischen Mitwirkung. Die gespendeten Produkte werden gesammelt an das Aktionsteam weiter- und an die Hilfesuchenden ausgegeben. Die Marktleiter von REWE, dm, tegut, Aldi und Nahkauf bereiten entsprechende Maßnahmen vor und hoffen nun auf weiterhin gute Unterstützung durch die Kundschaft.

Für die bisherigen Mühen und Mithilfen zeigten sich Bürgermeister Frank Hix und stellvertretend

die beiden städtischen Mitarbeiterinnen Anette Ruske-Wolf und Alexandra Kobusch erkenntlich und bedankten sich ausdrücklich für die überwältigende Fürsorge in der Bevölkerung.

Neben den Spenden an Bedürftige gibt es aber auch noch die Aktion „Gemeinsam gegen Not – wir machen uns stark“, bei der Lebensmittel an Bedürftige ausgegeben werden. Diese macht nun erst einmal Sommerpause! Noch bis zum 13. August bleibt die Essensausgabe geschlossen, danach findet sie ab dem 20. August immer donnerstags von 14 bis 16 Uhr in der Rathofstraße 2 statt. Die Aktion der Supermärkte läuft in dieser Zeit aber ganz normal weiter.

Augenoptik Heitzenröder



„Das Leben ist bezaubernd,
man muss es nur durch die
richtige Brille sehen.“

Wir erfüllen Ihnen fast jeden Wunsch!

Ihr Augenoptik-Fachgeschäft in



S O O D E N 37242 Bad Sooden-Allendorf
Tel. 0 56 52 / 91 85 55

Nachhaltigkeit für Ihren Komfort

Deutsches Design und unschlagbarer Service bei CJ Möbel Jaeger



1599,-



1799,-

▲ **Liege Ferdinand** inkl. Relaxfunktion mit Motor, Leder

◀ **Sofa Alexander** verstellbar, bestehend aus Longchair mit Armteil links klappbar, 3-Sitzer Sofa mit Armteil rechts klappbar, alle Rücken echt

▼ **Sofa David** mit klappbaren Armlehnen und manueller Kopfteilverstellung, Stoffbezug, bestehend aus 1,5-Sitzer, Armteil klappbar links, verstellbare Kopfstütze, Longchair groß, Armteil klappbar rechts, verstellbare Kopfstütze, alle Rücken echt

Komfort kann man nicht beschreiben,
man muss ihn (be-)sitzen

Comfort
REPUBLIC

3978,-





4599,-



2549,-

▲ **Garnitur San Andreas** in echt LongLife Leder,
inkl. manuelle Rückenverstellung, stufenlose
Kopfteilverstellung und 7-fach klappbares
Armteil

◀ **Eckgarnitur** in vielen
Kombinationsvarianten

▶ **TV-Sessel Melbourne**
in echt LongLife Leder mit
2-motorischer Verstellung,
inkl. Kopfteilverstellung



2469,-



MÖBEL www.moebel-jaeger.de
JAEGER
macht glücklich



37213 Witzenhausen
Mündener Straße 19e
Tel.: 05542 603-25
Mo – Fr 9:30 – 19:00 Uhr
Sa 9:30 – 16:00 Uhr | Apr – Sep
Sa 9:30 – 18:00 Uhr | Okt – Mär

99986 Oberdorla
Eisenacher Landstraße 9
Tel.: 03601 7511-0
Mo – Fr 9:30 – 19:00 Uhr
Sa 9:30 – 16:00 Uhr | Apr – Sep
Sa 9:30 – 18:00 Uhr | Okt – Mär

37077 Göttingen-Weende
Lutteranger 10
Tel.: 0551 38360-0
Mo – Fr 10:00 – 19:00 Uhr
Sa 09:30 – 18:00 Uhr

37339 Leinefelde-Worbis
Hausener Weg 43
Tel.: 036074 9911-0
Mo – Fr 9:00 – 18:30 Uhr
Sa 9:00 – 14:00 Uhr
Hier erhalten Sie Küchen, Polstermöbel
und Couchtische.

Ein Weg,
der sich lohnt.



www.persch-die-kueche.de

**20 Jahre
Erfahrung**



**Peter Persch
... die Küche!**

Donnershag 4 · 36205 Sontra · Telefon 05653 919490