

meinDUDERSTADT

Das Gesellschaftsmagazin für Duderstadt und Umgebung

STERNENZAUBER IN DER STADT

Duderstädter Weihnachtstreff
vom 27.11. - 23.12.2023

5

Wunschzettelaktion

Caritas& Partner schenken Freude

10

Landesgartenschau 2030

Duderstadt plant die Bewerbung



ABENDVISITE 2023

im St. Martini Krankenhaus in Duderstadt



ST. MARTINI KRANKENHAUS
DUDERSTADT

AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS
DER GEORG-AUGUST-UNIVERSITÄT GÖTTINGEN

Informationsveranstaltung für Patienten und Interessierte jeden 1. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr im Konferenzraum

In der Veranstaltungsreihe für Patienten, Angehörige sowie Interessierte bieten wir Ihnen regelmäßig kostenlose Vorträge unserer Ärzte aus den verschiedenen Fachdisziplinen sowie unseres pflegerischen Fachpersonals. Im Anschluss an den Vortrag haben Sie Gelegenheit, in ungezwungener Atmosphäre Ihre Fragen direkt mit den Experten zu klären.

Ihr Ärzte- und Referententeam



Dr. med. Andreas Press
Chefarzt Innere Medizin und Gastroenterologie
Telefon 05527 842-300



Dr. med. Jens Stöver
Chefarzt Hämatologie und Onkologie
Telefon 05527 842-318



Dr. med. Michael Bömeke
Chefarzt Kardiologie
Telefon 05527 842-380



Mohammed Chebbok
Chefarzt Geriatrie
Telefon 05527 842-320



Dr. med. Udo Iseke
Chefarzt Allgemein- und Visceralchirurgie
Telefon 05527 842-350



Rebecca Ausburg-Bole
Oberärztin und kommissarische
Leiterin Gefäßchirurgie
Telefon 05527 842-342



Dipl.-Med. Steffen Wiegleb
Chefarzt Unfallchirurgie und Orthopädie
Telefon 05527 842-340



Dr. med. Stefan Könsgen
Sektionsleiter Endoprothetik
Unfallchirurgie und Orthopädie
Telefon 05527 842-340



Hakan Adigüzel
Chefarzt Gynäkologie
Telefon 05527 842-370



Dr. med. Burkard Rudlof M.Sc.
Chefarzt Anästhesie und Intensivmedizin
Telefon 05527 842-360

Termine

06.09.2023

Delir im Alter

Referent: Mohammed Chebbok

04.10.2023

Osteoporose - eine Herausforderung
für die Unfallchirurgie

Referent: Dr. med. Steffen Wiegleb

01.11.2023

Der Gallenstein aus chirurgischer Sicht

Referentin: Irina Rollheuser

06.12.2023

Beckenbodenschwäche in verschiedenen
Lebensphasen

Referent: Hakan Adigüzel

— EDITORIAL —

Adventszeit im Eichsfeld mit
Punsch, Plätzchen und Päckchen packen

Liebe Leserinnen und Leser,

in der Vorweihnachtszeit ist wieder viel los in Duderstadt und Umgebung. Der Weihnachtstreff des Treffpunkt Stadtmarketing öffnet seine Tore vor St. Servatius, wo Duderstädter und Gäste sich zu Punsch und Plätzchen treffen, den Feierabend genießen oder sich eine Pause zwischen den Einkäufen in der Altstadt gönnen. Und auch das Duderstädter Ballhaus ist längst zu neuem Leben erwacht und bietet in der Adventszeit ein Programm mit Kindermusical und Comedy. Dazu mehr bei unseren Veranstaltungstipps.

Um auch denen zu Weihnachten eine Freude zu bereiten, die sich keine großen Geschenke leisten können, hat die Caritas Südniedersachsen mit Partnern wieder die Wunschzetteltaktion ins Leben gerufen, woran sich Bürgerinnen und Bürger mit Spenden oder beim Päckchenpacken beteiligen können. Schon mit Blick auf das neue Jahr bewegt sich auch einiges. Duderstadt möchte sich um die Landesgartenschau 2030 bewerben.

Ob und wie das umgesetzt wird, hängt u.a. von den Ideen und Anregungen der Duderstädter*innen ab, denn hier geht es nicht bloß um eine Blumenschau, sondern um nachhaltige Stadtentwicklung und um ein verbessertes Mikroklima.

Der Klimaschutz steht außerdem bei einer Preisauslobung der Duderstädter Bürgerstiftung auf der Agenda. Die Bewerbungsphase ist bereits angelaufen. Diese und viele weitere spannende Themen finden Sie in unserer Dezemberausgabe von **mein-DUDERSTADT**.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Stöbern und eine friedliche Adventszeit.



Claudia Nachtwey

Claudia Nachtwey

Redakteurin

nachtwey@mundus-online.de

0177 398 3891

Buchen Sie Ihre Weihnachtsgrüße in unserer Dezember Ausgabe.

Unseren Verkauf und Redaktion
erreichen Sie unter: 05541 957 99 - 0

Freiwillige kommen zur Pflanzaktion im LNS-Park

Modellkommune Duderstadt



Duderstadt ist Modellkommune für Insektenschutzprojekt

Duderstadt wird Modellkommune für ein Insektenschutzprojekt des BUND. Dazu wurde ein Kalkmagerhügel aus durchlässigem Substrat am Obertortteich angelegt und von Freiwilligen im Rahmen einer Fortbildung zum Insektenschutzbeauftragten bepflanzt. Zur langfristigen Betreuung der Fläche werden noch ehrenamtliche Blühpaten gesucht, die sich für mehr Biodiversität im Innenstadtbereich engagieren möchten.

Unter Anleitung der beiden Fortbildungsorganisatoren Ralph Mederake und Malika Groß vom BUND wurden im Rahmen der herbstlichen Pflanzaktion 150 Wildstauden – unter anderem Königskerze, Thymian und Flockenblume sowie ein zertifiziertes Regionalsaatgut zur Entwicklung eines Schmetterlings- und Wildbienen-saumes – in die Fläche eingebracht. Vorab wurde der Boden „abgemagert“, indem ein gebrochenes, grobkörniges Mineralgestein aus Kalk eingearbeitet wurde. Der Kalkschotter ist wasserdurchlässig, verfügt über eine gute Versickerungsfähigkeit, enthält wenig Nährstoffe und bietet somit beste Voraussetzungen für Pflanzen, die es sonnig

mögen und mit wenig Wasser auskommen. In diesem Fall bedeuten weniger Nährstoffe nämlich mehr Vielfalt. Im Biotop, bestehend aus Wildstauden, Kalksteinfindlingen und Totholz, sollen Insekten, Vögel und Kleintiere ein vielfältiges Nahrungsangebot und Rückzugsräume finden. Die Anlage entstand im Rahmen des Projektes „Fortbildung zum Insektenbeauftragten“ der BUND-Kreisgruppe Göttingen und wurde gefördert durch den Landkreis Göttingen, die Bingo! Umweltstiftung Niedersachsen und der BUND Stiftung. Zukünftig soll auch eine Schautafel über das Umweltprojekt und die Vorteile eines Kalkmagerhügels informieren, welcher aber keinesfalls zu verwechseln ist mit einem Schottergarten. Letzterer bietet keinen Lebensraum für Tiere und Pflanzen, ist meistens nicht wasserdurchlässig, heizt das Mikroklima um ein vielfaches auf und ist aus diesen Gründen bereits in vielen Gemeinden verboten.

„Wir freuen uns, Modellkommune für ein Projekt sein zu dürfen, welches uns nunmehr ermöglicht hat, auf der Grünfläche des LNS-Geländes ein Anschauungsprojekt zum wichtigen Thema Insektenschutz umzusetzen. Wir müssen uns immer vor Augen führen: Pflanzen und Insekten sind die Grundlage für stabile Ökosysteme“, sagte Bürgermeister Thorsten Feike und motivierte zum Mitmachen. Eine Blühpatenschaft kann durch Einzelpersonen, Vereine, Schulklassen, Seniorengruppen oder andere Interessierte übernommen werden.



Blühpatenschaft:

Interessierte können sich bei Bauhofleiter Frank Widera melden unter Telefon 05527 841 293 oder per E-Mail an f.widera@duderstadt.de.

Info:

Zur naturnahen und insektenfreundlichen Gartengestaltung hat die Stadt Duderstadt den Info-Flyer „Artenvielfalt statt Schottergärten“ herausgegeben, der kostenfrei im Duderstädter Bürgerbüro im Stadthaus, Worbiser Straße 9, erhältlich ist.

Freude schenken mit der Wunschzettelaktion 2023 der Caritas & Partner

Familienzentrum am Inklusiven Campus Duderstadt

Manchen Familien fällt es schwer, ihren Kindern etwas zu Weihnachten zu schenken. Daher organisiert das Team vom Familienzentrum am Inklusiven Campus der Caritas Südniedersachsen zum vierten Mal die Wunschzettelaktion für finanziell Benachteiligte in Duderstadt. Kooperationspartner sind auch in diesem Jahr das Orthopädietechnikunternehmen Ottobock, der Duderstädter Apotheker Adrian Knoch und die Pfarrgemeinde St. Cyriakus. Im vergangenen Jahr seien über 500 Wunschzettel abgegeben worden, berichtete Isabel Lubojanski, Caritas-Geschäftsbereichsleiterin Familienunterstützende Dienste. In diesem Jahr könnten es sogar noch mehr werden, schätzt das Caritas-Team, da die Preissteigerungen in allen Bereichen gerade jenen zu schaffen machten, die ohnehin jeden Cent umdrehen müssten.

Das seien Familien mit Kindern, aber auch Ältere mit geringer Rente und Obdachlose. „Ich bin sehr stolz auf die Kollegen und Kolleginnen von Ottobock, die schon im Vorfeld gefragt hatten, ob wir denn wieder dabei sind“, sagte Ottobock-Geschäftsführer Oliver Jakobi und brachte gleich den symbolischen



Übergabe des Spendenschecks in Höhe von 10.000€

Be Unterstützung bei der Vorbereitung gab es außerdem in diesem Jahr vom FSJler Vitus Hose.

Weitere Hilfe ist sowohl in Form von Spenden willkommen als auch mit tatkräftigem Einsatz beim Verpacken der individuellen Geschenke. „Das gemeinsame Päckchenpacken ist auch für alle Beteiligten immer eine sehr schöne Erfahrung, die Menschen miteinander verbindet und viel Freude bringt“, sagt Isabel Lubojanski.

Wer sich beteiligen möchte – vorgesehen ist der Zeitraum vom 27. November bis 1. Dezember 2023 – kann im Familienzentrum eine persönliche Zeit verabreden unter Telefon **0151 40246759**.

Spendenscheck über 10.000 Euro

mit ins Familienzentrum. Vom Ottobock-Team hätten viele schon zugesagt, auch in diesem Jahr wieder beim Verpacken der Geschenke mitzumachen. Der Apotheker Adrian Knoch beteiligt sich mit 3000 Euro an der Spende für die Wunschzettelaktion, und aus der Kirchengemeinde St. Cyriakus kommen noch 1500 Euro dazu.

Damit steht schon die Summe von 14.500 Euro zur Verfügung, um Herzenswünsche derjenigen zu erfüllen, die weniger haben als andere. „Außerdem kommen noch viele kleine Einzelspenden dazu“, betonte Caritas-Vorstand Holger Gatzemeyer, denn es darf ja noch weiter gespendet werden. Auch Caritas-Vorstandssprecher Ralf Regenhardt freute sich über die großzügige Unterstützung. „Die Wunschzettelaktion ist unser Herzensprojekt mit Strahlkraft. Wir erreichen so viele Menschen, die sich in schwierigen Lebenssituationen befinden“, erläuterte er. Domkapitular und Propst Thomas Berkefeld betonte, dass es zum Weihnachtsfest gehöre, anderen eine Freude zu machen. „Weihnachten sollte doch alle erreichen“, sagte er.

Die Wunschzettel haben in diesem Jahr ein neues Design erhalten und werden über die Schulsozialarbeit an benachteiligte Familien verteilt, ebenso in Kitas, Seniorenheimen und bei der Duderstädter Tafel. Auf dem Vordruck werden Kontaktdaten, Alter und Schuhgröße angegeben und es darf angekreuzt werden, von welchem Duderstädter Geschäft ein Gutschein gewünscht wird. Außerdem ist dort Platz für eine persönliche Notiz „Was ich dem Christkind noch sagen möchte“. „Es ist wirklich toll, was die Kinder dort hinschreiben oder malen. Manchmal ein ganzes Bild, ein Danke oder einfach ein Herz“, erzählt Konstantin Krolop, Caritas-Koordinator FamilySchooling. Gro-



Darüber hinaus bitten Kirchengemeinde und Caritas um weitere Spenden. Unter dem Stichwort „Wunschzettelaktion“ kann auf die bekannten Spendenkonten eingezahlt werden:

Spendenkonto Pfarrgemeinde St. Cyriakus Duderstadt
Wunschzettelaktion
VR-Bank Mitte eG
IBAN: DE79 5226 0385 0200 0038 24

Spendenkonto Caritasverband Südniedersachsen e.V.
Wunschzettelaktion
Sparkasse Duderstadt
IBAN: DE18 2605 1260 0010 1214 16

ottobock.

Caritasverband
Südniedersachsen e.V.



Duderstädter Weihnachtstreff 2023

Ein Besuch wird zum stimmungsvollen vorweihnachtlichen Erlebnis.



Hier mehr Informationen



Schlemmen und Flanieren auf dem kleinen aber feinen Duderstädter Weihnachtsmarkt

Der Duderstädter Weihnachtstreff beginnt am Montag, 27. November, um 17 Uhr und öffnet dann bis zum 23. Dezember von montags bis samstags 11 Uhr bis mindestens 19 Uhr und sonntags von 13 Uhr bis mindestens 19 Uhr.



Er ist ein kleiner aber feiner Weihnachtsmarkt, der in der malerischen Kulisse der Duderstädter Innenstadt seine Besucher empfängt. Eingebettet in einem Stadtkern mit liebevoll restaurierten Fachwerkhäusern ist das kleine Adventsdorf in erster Linie als vorweihnachtlicher Treffpunkt für alle Generationen angelegt, wo in Ruhe und netter Gesellschaft ein Glühwein getrunken oder eine Bratwurst verspeist wird. Angelockt vom Glühweinduft sich einfach mal eine kleine Auszeit gönnen – das ist hier ein besonderes Erlebnis. Die Augen der Kinder strahlen um die Wette mit den unzähligen Sternen, die in Duderstadt den Sternezauber ausmachen. Überall in der Stadt findet man leuchtende Sterne mit einem anheimelnden Lichterglanz. Ein besonderes Highlight ist der Adventskalender im historischen Rathaus. Jeden Tag wird ein neues Fenster mit einem Stern beleuchtet bis das Weihnachtsfest endlich da ist.

Das erwartet Sie beim Duderstädter Weihnachtstreff

Advent, Advent ein Lichtlein brennt ... Der kleine Weihnachtstreff lädt zum Verweilen ein. Mit leckerem Weihnachtsduft, ein Tässchen Glühwein oder auch täglichen Sonderaktionen bildet er den Abschluss der Duderstädter Marktsaison. Und wie könnte eine Saison schöner enden als mit ein wenig Lichterglanz und Kerzenschein?

Attraktionen dieses Marktes:

Auch in diesem Jahr gibt es einen Adventskalender mit den bekannten „Duderstädter Sternen“ im historischen Rathaus. Jeden Tag leuchtet ein Stern mehr, bis Weihnachten endlich vor der Tür steht. Bei Glühwein, Bratwurst, gebrannte Mandeln, Feuerzangenbowle und Crêpes können Sie sich beim familiären Duderstädter Weihnachtstreff mit lieben Menschen treffen und die Adventszeit genießen. Stimmen Sie sich mit uns in die Weihnachtszeit ein. Ein Besuch lohnt sich!



Neuer Standort, neue Ideen, neue Konzepte

Familienzentrum am Inklusiven Campus Duderstadt



Andreas Biebermann und Ann-Kathrin Osburg vor der neuen Geschäftsstelle des Treffpunkt Stadtmarketing

Seit Anfang des Jahres ist beim Treffpunkt Stadtmarketing Duderstadt e.V. ein neuer Vorstand aktiv. Inzwischen ist das Büro als erste Anlaufstelle von der Hinterstraße in die Steintorstraße 17 umgezogen, und weitere neue Ideen gibt es auch schon, verraten der Vorsitzende Andreas Biebermann und die Vorstandsassistentin Ann-Kathrin Osburg im Gespräch. Der neue Standort in der Steintorstraße, direkt am Sandwasser, präsentiert sich mit einem großen Schaufenster, wo auch das Treffpunkt-Logo und ein paar aktuelle Informationen Platz finden. Vor dem Schreibtisch, an dem Ann-Kathrin Osburg die Büroarbeiten erledigt, Telefonate führt und verschiedene Veranstaltungen koordiniert, steht eine moderne Sitzgruppe, wo Planungen und Gespräche stattfinden können. Einige Parkplätze gibt es direkt vor der Tür.

Die Themenmärkte werden fortgeführt

"Unsere Vorgänger Hubertus Werner und Anka-Maria Walther haben sehr gute Arbeit geleistet. Daher müssen wir das Rad nicht neu erfinden. Die großen Themenmärkte sind Klasse, die führen wir natürlich fort. Aber erstmal war alles neu für uns", sagt Andreas Biebermann. In diesem ersten Jahr sei es sehr viel Arbeit für den Vorstand gewesen, bestätigt auch Ann-Kathrin Osburg: "Für die Organisation der Märkte mussten wir die jeweiligen Zusammenhänge und auch die Marktbesucher kennenlernen. Außerdem mussten wir uns über die Stände, deren Größe, das Warenangebot und die behördlichen Vorgaben informieren", erklärt sie. Aber schon im ersten Jahr des neuen Vorstands habe es auch ein paar Veränderungen gegeben, die Andreas Biebermann erläutert: "Wir haben das Angebot der Märkte etwas erweitert, zum Beispiel mit der französischen Meile von St. Servatius, die sehr gut angenommen wurde. Außerdem ist auf Vorschlag von Treffpunkt-Mitglied Sabrina Lautenbach die Spiegelbrücke in die Märkte integriert worden. So mussten wir einiges umplanen, und mancher Stand musste an einen neuen Standort verlegt werden. Dazu haben wir die ganze Marktstraße neu vermessen."

Weihnachtstreff ab dem 27. November 2023

Über den längsten Zeitraum im Jahresverlauf wird wieder der Duderstädter Weihnachtstreff vom 27. November bis zum 23. Dezember 2023 stattfinden. Die tägliche Verlosung mit vielen Preisen aus den Duderstädter Geschäften bleibt weiterhin das abendliche Highlight. Aber das kulturelle und musikalische Bühnenangebot soll noch ausgebaut werden. Inwieweit das möglich sei, hinge noch von den Auflagen der GEMA ab, die gerade geklärt würden, erklärt Ann-Kathrin Osburg. "Und vorher findet ja noch der Eichsfelder Wurstmarkt am 11. und 12. November statt", weist sie auf die nächste Großveranstaltung hin, wo auch wieder ein verkaufsoffener Sonntag geplant sei.

Neue Ideen für 2024

"Ein paar weitere Ideen wollen wir dann im kommenden Jahr umsetzen", sagt Andreas Biebermann, der sich bereits in Clausthal-Zellerfeld über den Bergbauernmarkt informiert hat, der dort von Juni bis September jeden Donnerstag stattfindet. "So etwas Ähnliches könnten wir uns auch für Duderstadt vorstellen, ein kleiner, feiner Spezialitätenmarkt als After-Work-Veranstaltung, vielleicht mehrmals im Jahr, wo man nach Feierabend ein paar Leute treffen kann", erklärt er. Im Vorstand sei schon über das Konzept beraten worden. Dazu müssten aber noch einige Gespräche geführt werden, mit Marktbesuchern, Geschäftsinhabern, Ämtern und möglichen Kooperationspartnern. Es tut sich also etwas. Bewährte Konzepte bleiben erhalten, werden erweitert, Diskussionen werden angeregt und neue Ideen kommen dazu. Außerdem sollen Netzwerke gefestigt und weiter ausgebaut werden, z. B. im Duderstädter Tourismus und mit den Institutionen vor Ort.

Kontakt:

Bei Fragen, Anregungen oder zu Terminabsprachen ist der Treffpunkt Stadtmarketing in der Steintorstraße 17 zu erreichen unter Telefon 05527 9978 050 oder per E-Mail an tsd@marketing-dud.de.

FAMILIE & DAHEIM

BÜRO & BETRIEB

Mittagessen

täglich frisch gekocht

Meyer Menü
LIEFERT LECKER

vom 04.12. – 10.12.2023 / 49. Woche

-20%*
Neukunden
Aktion!

Menüpreis
8,50€
inkl. Lieferung
und Dessert

* Nur für Neukunden. Wenn Sie an 5 aufeinander folgenden Tagen bestellen, bezahlen Sie nur für 4 Tage. Gültig bis zum 24.12.2023

Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Vegetarisch	Vegetarisches Menü	Salat	
Montag – 04.12.2023	Spaghetti Bolognese Spaghetti mit herzlicher Bolognesauce und Kräutern der italienischen Küche. Parmesankeise extra	Kasselerbraten auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	Albondigas Spanische Fleischbällchen in leuchtend scharfer Tomatensauce mit Reis	Wirsing-Eintopf mit 4 Fleischklößchen	Feinschmecker Eteromelette auf Rahmspinat mit Kartoffelpüree	Gyrosbraten mit Krautsalat und hausgemachtem Tzatziki	Thunfisch Salat bunter Salat mit Thunfisch, Zwiebelringen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen
Dienstag – 05.12.2023	Schnitzel "Förster-Art" in Champignonsauce mit Eiern und Möhren, dazu Bauernspätzle	Hühnchen "süß-sauer" Hühnerbrustwürfel mit bunter Paprika, Karotten und süß-saurer Sauce und Reis	Tagliatelle in Käsekräutersauce grüne Bandnudeln mit Schinken	Gedünstetes Seehexenfilet in Petersiliensauce mit Kartoffeln und Spinat	Vegetarische Kontroulaide in Zwiebelrahmsauce mit Petersilienkartoffeln	Gebratenes Hähnchenschnitzel mit Nudelsalat	Caesar-Salat "Hähnchen" Römersalat mit Hähnchenfleisch, Tomaten, Gurken, Oliven und roten Zwiebeln, dazu Caesar-Dressing und 1 kleines Brötchen
Mittwoch – 06.12.2023	Feiner Porree-Eintopf mit Hackfleisch, Käse und Sahne, dazu 1 Brötchen	Pfeffersteak vom Schwein in Pfefferrahmsauce mit Erbsen-Möhrensauce und Salzkartoffeln	Hähnchenbrustfilet in Currysauc mit Früchten, dazu Broccoli-Nudeln	Grünkohlteiler mit Kasseler und Mettwurstchen, dazu Salzkartoffeln	Gebackener Hirtenkäse mit Käsegemüse und Pestospaghetti	Sylter Rote Grütze mit Vanillesauce	Frischkäse Salat mit Mangold, Spinat, Hähnchenbrust und Möhre, dazu Honig-Senf Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen
Donnerstag – 07.12.2023	Hacksteak "Meisterart" in Pfefferrahmsauce, Käsegrünsoße (Blumenkohl, Borsdickel, Pezocco) und Salzkartoffeln	3 Blaubeer-Plankuchen mit Vanillesauce	Spaghetti "Alfredo" mit Hähnchenfilets in italienischer Tomaten-Kräutersauce	2 Bratwürstchen "Thüringer Art" auf Blattpinac mit Salzkartoffeln	Frische Kartoffelsuppe mit einem kleinen Brötchen	Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat	Tropical Dream frischer Salat mit gebratener Hähnchenbrust und Mango, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen
Freitag – 08.12.2023	Ungarisches Gulasch mit Champignons und Ziti-Nudeln	Buntbarschfilet "Primavera" in Senfsauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln	Milchreis Sauerkirsch mit eingeleiteten Sauerkirschen	Lebergeschmetzeltes in feiner Apfel-Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree	Italienische Nudelplatte Käsetortellini und grüne Nudeln in Käsesahnesauce, Spaghetti in Kräuter-Tomatensauce	Eiersalat mit Mandarinen, Kochschinken und Mais, dazu Butter und Brot	Tortellini Salat frischer Salat mit Ricotta-Spinat Tortellini, Gurken, Tomaten, Oliven und roten Zwiebeln, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen
Samstag – 09.12.2023	Puten-Geschmetzeltes in Champignonsauce mit Spiral-Nudeln	Rostbratwurst mit feiner Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln					
Sonntag – 10.12.2023							
Sonntags-Menü (teigekühlt) – Lieferung am Freitag							
Sonntags-Menü (teigekühlt) – Lieferung am Freitag							

Einfach bestellen: Tel. 0800-150 150 5 nur Festnetz • lokale Tel. 0561-500 494 50 • www.meyer-menu.de

HOT BUTTERED RUM

Das Rezept für Hot Buttered Rum ist ein wahrer Genuss für die Sinne und ein perfekter Wärmespender an kalten Tagen. Die reichhaltige, cremige Butter verbindet sich harmonisch mit dem tiefen, süßen Aroma des braunen Zuckers und schafft eine samtige Basis für das Getränk. Die Zugabe von gemahlenem Zimt, Nelken und Kardamom fügt eine würzige Tiefe hinzu, die den Gaumen mit jedem Schluck erwärmt und die Sinne belebt. Der Rum bringt eine wohlige Wärme, die sich langsam von der Kehle ausbreitet und für ein anhaltendes Gefühl der Gemütlichkeit sorgt. An einem frostigen Abend ist eine Tasse dieses köstlichen Getränks nicht nur ein Geschmackserlebnis, sondern auch ein echtes Ritual, um sich zu entspannen, die Kälte zu vergessen und sich in eine Decke des Wohlfühls einzuhüllen.

Schnelle und einfache Zubereitung

Die Butter in einem Topf oder einer Pfanne zum Schmelzen bringen. Den Zucker, das Kardamom-, Nelken- und Zimtpulver sowie die Prise Salz hinzugeben und glatt rühren. Die Buttermischung mit jeweils 4 cl Rum in die Gläser verteilen und mit kochend heißem Wasser übergießen. Als letzten Schritt ein wenig Zimtpulver zur Dekoration auf den Hot Buttered Rum geben und genießen.



ZUTATEN

- 100 g brauner Zucker
- 100 g Butter
- 1 TL gemahlener Zimt
- ½ TL Gewürznelken
- ½ TL Kardamom
- 24 cl Rum
- Eine Prise Salz



Landesgartenschau 2030 in Duderstadt?

Eine Machbarkeitsstudie soll die Möglichkeiten aufzeigen – Meinungen der Bürger*innen sind gefragt



Bürgermeister Thorsten Feike und das Team der Gartenschau-Profis im Duderstädter Rathaus

Soll Duderstadt die Landesgartenschau 2030 ausrichten? Angeregte Diskussionen mit Bürgerbeteiligung gab es dazu im Duderstädter Rathaus. Nach einer kurzen Einführung zum aktuellen Sachstand ging es in die Workshops zur Ideenfindung. Bürgermeister Thorsten Feike hieß die Gäste im Rathaussaal willkommen und erklärte: "Es ist mir wichtig, die Bürgerinnen und Bürger im Planungsprozess für eine Landesgartenschau von Anfang an mit dabei zu haben. Sollte es zu einer Bewerbung kommen, können wir ein solches Vorhaben nur gemeinsam meistern."

Als Einstieg ins Thema gab er einen kleinen Rückblick auf die Landesausstellung Natur im Städtebau (LNS), die im April 1994 in Duderstadt eröffnet wurde. Daraufhin habe die Stadt einen langfristigen und nachhaltigen Entwicklungsschub erfahren, sagte Thorsten Feike und zählte einige Beispiele auf: Die Fußgängerzone, die Durchgänge am Wall, der Brehmelaufl durch die Altstadt, der große LNS-Spielplatz (heute Tabaluga-Spielplatz) und die Freilichtbühne sind im Rahmen der Ausstellung entstanden und wurden sogar nach 1994 weiterentwickelt. Es kamen u.a. noch ein fester Bühnenboden, eine Basketballspielfläche, ein Fußballtor, Spiel- und Fitnessgeräte im LNS-Park dazu, sowie weitere Pflanzaktionen an Straßen, in Parks



Bürgerinnen und Bürger beteiligen sich am Ideenaustausch zur Bewerbung um die Landesgartenschau

und im Bürgerwald. "36 Jahre nach der LNS haben wir wieder die Chance, unsere Stadt aufzuwerten", sagte der Bürgermeister und warb für die Beteiligung der Bürgerschaft. Falls sich Duderstadt um die Ausrichtung der Landesgartenschau 2030 – oder vielleicht schon 2029 im Rahmen des 1100-jährigen Stadtjubiläums? – bewerben möchte, müssten vorher Konzepte, Themen und mögliche Finanzmittel geklärt werden. So ist zunächst eine Machbarkeitsstudie geplant, durchgeführt vom Landschaftsarchitekten Clas Scheele, seiner Kollegin Johanna Pieritz und Christian Rast von der Freizeit- und Tourismusberatung GmbH (ift), die alle schon vielseitige Erfahrungen bei der Planung von Gartenschauen gesammelt haben.

Mit Unterstützung von Jürgen Germerott (Fachdienstleiter Bauen und Umwelt), Sophie Kahlmeyer (Fachdienstleiterin Tourismus) und Stefan Schmidt (Fachdienstleiter Stadtplanung) aus der Duderstädter Stadtverwaltung wurden die Workshops zur ersten Ideensammlung angeleitet. Nach den Auswertungen der gesammelten Vorschläge und Anregungen würde Anfang 2024 ein Finanzierungsplan aufgestellt werden, und bis April 2024 sollte dann die Machbarkeitsstudie fertig sein, die als Grundlage dienen wird, um das Thema im Stadtrat zu diskutieren.

Angeregte Diskussionen in den Workshops

Die Bürgerinnen und Bürger durchliefen im Rathaus innerhalb ihrer Workshop-Gruppen vier Themenblöcke:

- 1) Sport, Spiel, Naherholung, Tradition und Kultur
- 2) Anbindung Innenstadt, LNS-Gelände, Bildung, Anbindung Region
- 3) Duderstadt im Jahr 2035 – Entwicklung der Stadt nach der Landesgartenschau
- 4) Duderstadt und die Region – Schätze in der Region

Schon nach wenigen Minuten sprudelten die Ideen und es wurde in jeder Gruppe angeregt diskutiert.

Flächen und deren naturnahe Strukturen, Erreichbarkeit verschiedener Anlaufpunkte, Einbezug der Duderstädter Dörfer und touristischen Ziele in der Region, Belebung der Innenstadt und deren Anknüpfung an mögliche Ausstellungsflächen, Kulturangebote und Gastronomie, Bildung, Einbezug der Schulen, Vereine und Institutionen, Ökologie, Biodiversität, Klima- und Energieaspekte gehörten zu den Inhalten, die in Stichworten auf den jeweiligen Tafeln festgehalten wurden.



LNS-Park mit Spielplatz und Bühne



Baumpflanzaktionen, z.B. im Bürgerwald, als Weiterentwicklungen der LNS

Klimabedingte Veränderungen im Städtebau

Die drei erfahrenen Gartenschauexperten hatten im Vorfeld bei einem Rundgang in und um Duderstadt die Möglichkeiten der vorhandenen Flächen analysiert. Anhand einiger Beispiele führten sie auf, wo ohnehin in absehbarer Zeit Investitionen anstehen würden. Im Rahmen der Vorbereitungen einer Landesgartenschau könnten solche Punkte gleich in die Planungen mit einfließen. So sei das LNS-Gelände beispielsweise in einem guten Zustand, aber würde sich im Laufe der kommenden Jahre vermutlich auch klimabedingt verändern müssen. Um das zukünftige Stadtklima positiver zu beeinflussen, sei es vielleicht ratsam, einige Versiegelungen aufzubrechen und u.a. mehr Bäume zu pflanzen, meinte Clas Scheele. Manche der hier genannten Themen werden in Duderstadt schon länger kontrovers diskutiert. Die Gespräche in den kleinen Workshops ließen jedoch erahnen, dass die Planungen einer Landesgartenschau manche der bisherigen Punkte zur zukunftsorientierten Stadtentwicklung in eine konstruktive Richtung lenken könnten. Im Niedersächsischen Ministerialblatt werden die Grundsätze zur Ausrichtung einer Landesgartenschau wie folgt beschrieben: "Die Landesgartenschauen sollen Impulse für die mittelständische Wirtschaft, den Tourismus, den

Städtebau, den Landschafts-, Natur- und Umweltschutz, sowie die Gartenkultur und Landschaftsarchitektur geben. Sie sind damit ein integraler Bestandteil der Gemeinde- und Stadtentwicklungspolitik und unterstützen das lokale Handeln der Kommunen."



Im Rahmen der LNS entstanden - Fußgängerzone mit Brehmelaufl

Eine große Chance für Duderstadt?

Wer schon Landes- oder Bundesgartenschauen besucht hat, konnte vielleicht den Eindruck gewinnen, sich vor allem in einer groß angelegten Werbekampagne von exklusiven Gartenbauunternehmen zu befinden. Unter Aspekten des Klimawandels und der bedrohten Biodiversität ist allerdings auch eine zeitgemäße Konzeption solcher Schauen für die Zukunft gefragt. Duderstadt hätte dafür schon eine solide und ausbaufähige Basis, auch dank der Entwicklungen seit

der LNS. Vielleicht liegt mit einer sorgfältigen Planung unter Einbezug aller klimarelevanten und zukunftsorientierten städtebaulichen Aspekte eine große Chance für Duderstadt in der Ausrichtung einer innovativen und beispielgebenden Landesgartenschau. Eine weitere Veranstaltung mit Bürgerbeteiligung ist für das erste Quartal 2024 geplant. Der Termin wird dann rechtzeitig bekanntgegeben.

Für die Zukunft der jungen Generation

Umwelt- und Klimapreis der Bürgerstiftung Duderstadt

Bewerbungen können ab sofort eingereicht werden

Bewerbung:
Die vollständigen Konzepte für die Projekte können bis zum 5. April 2024 per E-Mail eingereicht werden bei info@buergerstiftung-duderstadt.de. Dabei ist es unerheblich, ob die Projekte bereits begonnen wurden oder sich in der Ideen- oder Planungsphase befinden. Eine Realisierung sollte bis Juni 2025 erfolgen.



Die Bürgerstiftung Duderstadt verleiht einen Umwelt- & Klimapreis. Dazu können sich ab sofort alle bürgerschaftlich Engagierten, sowohl Einzelpersonen als auch Gruppen, Initiativen und Vereine bis spätestens zum 5. April 2024 bewerben. Voraussetzung für die Bewerbung ist ein Engagement innerhalb des Gebietes der Stadt Duderstadt,

das zudem dem Stiftungszweck der Bürgerstiftung entspricht und folglich der Förderung von Kindern und Jugendlichen dient. Der Umwelt- und Klimapreis der Bürgerstiftung Duderstadt wird thematisch offen ausgeschrieben, d. h. alle Projekte und Ideen mit Umwelt- bzw. Klimaschutzrelevanz können grundsätzlich für die Auszeichnung in Frage kommen. Nach der Bewerbungsfrist wird eine fachlich breit aufgestellte Jury die eingereichten Projekte prüfen und anschließend über die Prämierungen entscheiden. Die Jury setzt sich aus sechs Mitgliedern zusammen.

Vor dem Hintergrund des Klimawandels und dessen Folgen für die künftigen Generationen – unsere Kinder und Jugendlichen! - hat sich die Bürgerstiftung zum Ziel gesetzt, für umweltorientiertes und nachhaltiges Handeln zu sensibilisieren. Die Vergabe des Umweltpreises soll bürgerschaftliches Engagement zum Erhalt der natürlichen Lebensgrundlagen grundsätzlich fördern. Für den 1. Preis werden 3.000 Euro als Projektförderung verliehen, für den 2. Preis 2.000 Euro und für den 3. Preis 1.000 Euro. Die Preisverleihung ist am 5. Juni 2024 um 18 Uhr im Duderstädter Rathausaal vorgesehen.

BEWIRB DICH JETZT!

Duderstädter Klima- & Umweltpreis
für die Zukunft unserer Kinder und Jugendlichen

1. Preis 3.000€
2. Preis 2.000€
3. Preis 1.000€

Haar du eine tolle Idee für ein Projekt in Duderstadt und Umgebung? Jede Idee ist willkommen.

Bewerbungsschluss: 05. April 2024

Infos & Teilnahmebedingungen findest du auf www.buergerstiftung-duderstadt.de

Mit einem großen Herz für Pflanzen

Der Duderstädter Gisbert Käsehage bietet einen Gartenpflege-Service der besonderen Art



Die Arbeit mit Pflanzen geht für Gisbert Käsehage über die einfache Routine hinaus. Seit acht Jahren bietet der gebürtige Eichsfelder in Duderstadt und Umgebung einen Gartenpflege-Service an. Die Arbeit macht dem ihm viel Freude. Mit viel Liebe und einem feinen Gespür für Pflanzen widmet er sich der Gartenarbeit. Das wissen seine Kunden zu schätzen. Das tiefe Verständnis für Pflanzen im Garten ermögliche es ihm, die Lebensbedingungen der Pflanzen zu erkennen. „Die Arbeit erfordert viel Aufmerksamkeit für die Bedürfnisse der Kunden und eine empathische Verbindung zur Natur“, verrät Käsehage. Der Gartenexperte berät und gibt gerne Tipps, wie man den Garten so gestalten kann, um mit der Pflege weniger Aufwand zu haben.

Der Garten als Lebensraum

„Entfernen Sie Pflanzen, die stören mit Bedacht und frühzeitig, um Ihrem Garten einen persönlichen Ausdruck zu verleihen“, rät Käsehage. Er setzt auf präventive Maßnahmen, um Krankheiten und Schädlinge zu verhindern. „Pflanzen müssen so platziert sein, dass sie gut durchlüftet sind, um Krankheiten und Pilze fernzuhalten“, erklärt er weiter. Beim Baumschnitt ist Fingerspitzengefühl gefragt. „Entfernen Sie nur, was notwendig ist, um das Wachstum zu fördern und die

Form zu erhalten. Ein zu rigoroser Schnitt kann das Gleichgewicht des Baumes stören“, erläutert Gisbert Käsehage. Bei der Gartenpflege verwendet er organischen Dünger, um eine nachhaltige Nährstoffquelle für Pflanzen bereitzustellen. „Das fördert das Wachstum und die Bodenfruchtbarkeit“, erklärt Gisbert Käsehage. So wird ein gesunder Lebensraum geschaffen, der vielfältige Pflanzen und Insekten anzieht und zur Erholung der Menschen beiträgt.

SERVICE VON GISBERT KÄSEHAGE:

- Grabpflege
- Baumschnitt
- Heckschnitt
- Strauchschnitt
- Hausmeisterservice
- Dachrinnenreinigung
- Hochdruckreinigung
- Auch gerne kleine Aufträge
- Unkrautentfernung von Steinplatten im preiswerten Schnittverfahren
- Kostenlose Info und Beratung vorab und vor Ort

0178 173 49 43



KOSTENLOSES
Beratungsgespräch
vor Ort



Christmas Shopping leicht gemacht!

Lebenskunst
- die Kunst zu leben -

Marktstraße 23-25
37115 Duderstadt
05527 / 8497195

Bei uns finden Sie
etwas Geschmackvolles

für die Sinne, die ganze
Familie, Geschäftspartner
und Freunde.



**MODEHAUS
E+R**
Duderstadt

Marktstraße 29
37115 Duderstadt
05527 / 4091

GUTSCHEIN

bei Abgabe dieses
Gutscheins erhalten Sie
vom 01. - 31.12.23
20%* Rabatt auf
Ihren Einkauf.

* ausgenommen Gutscheine & Änderungen



Glücksfall
No. 1
London Dry Gin
aus der Region

Bald ist wieder Weihnachten!
Hier noch ein Geschenktipp!

www.gluecksfall-gin.de • info@gluecksfall-gin.de • Instagram: gluecksfall1



**Wir wünschen Allen viel
Spaß beim Stöbern!**

DIE ZUKUNFT KOMMT NACH HAUSE.



Fahrzeugabbildung enthält
aufpreispflichtige Sonderausstattungen.

**15.070 €
UMWELTBONUS¹**

**Der Korando e-Motion. Das erste
vollelektrische SUV von SsangYong.**

- Erleben Sie elektrisches Fahren in einem echten SUV – viel Fahrspaß und Komfort
- Umfangreiche Ausstattung, Fahrerassistenzsysteme und Wärmepumpe serienmäßig
- Bis zu 1.500 kg max. zulässige Anhängelast

7 JAHRE GARANTIE²
BIS 150.000 KM

Korando e-Motion Titanium
140 kW (190 PS)

37.620 €³

Stromverbrauch in kWh/100 km: 16,8 (kombiniert), 12,0 (Stadtverkehr).
Elektrische Reichweite in km: 339 (kombiniert), 474 (Stadtverkehr).
CO₂-Emission in g/km (kombiniert): 0; Effizienzklasse: A+++.
(Werte nach gesetzlichen Messverfahren).

¹ Der Umweltbonus von 15.070 € besteht aus einem von SsangYong gewährten erhöhten Elektrobonus in Höhe von 10.570 € und einem Umweltbonus des Bundesamtes für Wirtschaft- und Ausfuhrkontrolle (BAFA) in Höhe von 4.500 €. Die Auszahlung des BAFA-Anteils des Umweltbonus setzt einen gesonderten Antrag des Käufers mit Vorlage eines Zulassungs- und Verwendungsnachweises für den Korando e-Motion voraus. Die Auszahlung des Anteils ist abhängig von der Erfüllung der Bewilligungsvoraussetzung der BAFA und der Bewilligung. Der Umweltbonus endet mit Erschöpfung der bereit gestellten Fördermittel. Zu den Einzelheiten siehe: www.bafa.de. Es besteht im Einzelfall kein Anspruch auf Bewilligung der staatlichen Förderung.

² Die Garantie umfasst 7 Jahre oder 150.000 km Garantie auf Fahrzeug und Fahrbatterie und 7 Jahre oder 150.000 km SsangYong europaweite Mobilitätsgarantie. Das jeweils zuerst Erreichte gilt. Es gelten die aktuell gültigen Garantiebedingungen des Herstellers.

³ Unser Angebot für einen Korando e-Motion Titanium mit Elektroantrieb 140 kW (190 PS) nach Abzug des Herstelleranteils des Umweltbonus in Höhe von 10.570 € und inkl. Überführungskosten in Höhe von 450 €.

Jetzt bei uns Probe fahren!



Rohde und Ahlers oHG
Mündener Straße 45
37213 Witzenhausen
Tel. 05542 93330 - www.rohde-ahlers.de



SSANGYONG

Winterzaubermarkt
in Hann. Münden

Vom 24. November 2023 bis zum 30. Dezember 2023 findet der Mündener Weihnachtsmarkt auf dem Kirch- und Szeneplatz statt. Kunsthandwerk, Geschenkideen, weihnachtliche Leckereien und wärmende Getränke laden zu einem Besuch ein.
Neu in diesem Jahr ist eine 18 x 10 Meter große Eisbahn für Jung und Alt.

Erlebnisregion HANN.MÜNDEN
IM WESERBERGLAND

Lichterzauber
in Hann. Münden

Begleitet wird der Weihnachtsmarkt vom Lichterzauber.
Die beeindruckenden Lichtskulpturen können vom 27. November 2023 bis Ende Januar 2024 bewundert werden und erstrahlen täglich von 17:00 – 22:00 Uhr.

Hahnenklee – Die Welt ist draußen

In Hahnenklee ist auch im Winter die Welt draußen, denn auch in der kalten Jahreszeit warten in dem Bergort viele abwechslungsreiche Erlebnisse. Hahnenklee-Bockswiese liegt etwa 16 Kilometer südlich von Goslar inmitten der idyllischen Oberharzer Natur. Auf einer Höhe von 560 bis 726 Metern über Null wartet auf Schneeliebhabende bei der richtigen Witterung ein wahres Winterparadies. Auf dem Erlebnis-Bocksberg sorgen vier alpine Pisten, von leicht bis mittel, für ein unbegrenztes Schneevergnügen. Die 1.500 Meter lange Naturrodelbahn ist eine der längsten im Harz und garantiert Spaß für Groß und Klein. Auch Langläufer kommen in Hahnenklee auf den Loipen mit unterschiedlichen Streckenlängen auf Ihre Kosten. Besonderen Spaß verspricht auch der 2 km lange Schneeschuhwanderweg. Das weitverzweigte Wanderwegnetz garantiert auch im Winter schöne Stunden. Bei Schnee werden insgesamt 11 Wanderwege mit 18 km geräumt. Wenn der Kranicher Teich im Kurpark gefriert, lädt dieser zum Schlittschuhlaufen, Eisstockschießen oder Eishockeyspielen ein. Zu den niedersächsischen Zeugnisferien, vom **01.02. bis 04.02.2024**, findet in der Rathausstraße das **Winterfest** statt. Auf dem gemütlichen Wintermarkt werden leckere Speisen und Getränke angeboten. Zudem stehen winterliche und abwechslungsreiche Aktivitäten auf dem Programm.

Auf in das Winterparadies Hahnenklee-Bockswiese! Hahnenklee Tourismus GmbH Kurhausweg 7 | 38644 Goslar-Hahnenklee 05325 5104 0 | info@hahnenklee.de | www.hahnenklee.de | www.liebesbankweg.de



ZAUBERHAFFE WEIHNACHTSZEIT AUF DEM WITZENHÄUSER WEIHNACHTS- & KUNSTHANDWERKERMARKT

In der Vorfreude auf die besinnlichste Zeit des Jahres dürfen sich Einheimische und BesucherInnen gleichermaßen auf den alljährlichen Weihnachts- und Kunsthandwerkermarkt in Witzenhausen freuen. Vom 30. November bis zum 3. Dezember 2023 öffnet dieser seine Pforten und lädt dazu ein, den neu gestalteten Marktplatz sowie den Rathauskeller in eine zauberhafte Oase der Weihnachtsfreude zu verwandeln.

Der Witzenhäuser Weihnachtsmarkt ist mehr als eine Veranstaltung, er ist ein wahres Erlebnis. Unter glitzernden Lichtern und einer liebevoll gestalteten Kulisse finden sich Besucher:innen inmitten einer festlichen Atmosphäre wieder. Diese Zeit des Miteinanders lädt dazu ein, die wahre Bedeutung der Weihnachtssaison zu entdecken. Hier können handgefertigte Kunstwerke bewundert und regionale Köstlichkeiten genossen werden. Wir laden alle herzlich dazu ein, mit Ihren Liebsten unvergessliche Momente zu teilen und den Zauber der Weihnacht zu erleben. Ganz besonders freuen wir uns in diesem Jahr, auch in den Hütten auf dem Marktplatz noch mehr tolles und hochwertiges Kunsthandwerk anzubieten. Neben den traditionellen Höhepunkten wie dem Laternenumzug am Freitag und dem Besuch des Weihnachtsmannes am Samstag und Sonntag, gibt es dieses Jahr auch besondere Highlights, die es zu entdecken gilt. Das Figurentheater GINGGANZ präsentiert „Oh, wie schön ist Panama“, lokale (Kinder-)Chöre sorgen für weihnachtlichen Klang, Musiker Ludwig Wright und die Band Amplitude versprechen musikalische Unterhaltung. Ebenso erwartet die Gäste der Stadtrundgang „Frohes Schlürfen: die Glühweintour“, die Symbolfiguren am Sonntag und der Weihnachtsbaumverkauf am Sonntag. Der Weihnachts- und Kunsthandwerkermarkt in Witzenhausen verspricht ein festliches Erlebnis für die ganze Familie zu werden. Weitere Informationen und das vollständige Veranstaltungsprogramm sind auf unserer offiziellen Website unter www.kirschenland.de zu finden.

Datum: 30. November bis 3. Dezember
Öffnungszeiten: Donnerstag 17:00 – 21:00 Uhr
Freitag und Samstag 11:00 – 21:00 Uhr
Sonntag 11:00 – 20:00 Uhr
Veranstaltungsort: Marktplatz, 37213 Witzenhausen

Witzenhäuser
**Weihnachts
Markt** 2023



**Marktplatz
Witzenhausen**

30.11. – 03.12.

www.kirschenland.de

**LOKAL EINKAUFEN.
REGION STÄRKEN.**



Adventskino

**AKTION CAPITOL KINO
WWW.CAPITOLKINO.DE**

ab
**02.12.
2023**

immer
um
14 Uhr

Verkaufsoffener
Sonntag
Adventsshopping
17.12.2023
12 - 17 Uhr

5 €
mit Coupon

**Programm-Preis:
Kinoticket 7 € je Besuch
mit Coupon 5 €**

Auf diese Filme dürfen sich Deine Kinder freuen!

- 02. Dezember - Der Räuber Hotzenplotz
- 09. Dezember - Der gestiefelte Kater
- 16. Dezember - Checker Tobi
- 23. Dezember - Das fliegende Klassenzimmer

Filmzauber und Schnäppchenjagd

Adventssamstage im Capitol Hann. Münden

Stell Dir vor: Du sitzt im warmen Kinossessel, draußen rieseln die Schneeflocken, und auf der Leinwand beginnt das Abenteuer. Klingt das nicht nach einem perfekten Adventssamstag? Hier laufen die coolsten Kinderfilme – und das zu Knallerpreisen. Das Capitol Kino und die Mündener Gilde machen's möglich – mit einer Prise Magie, einer Handvoll Spaß und einem Hauch von Weihnachtszauber. Die 2-Euro-Rabatt-Coupons, die den Kinopreis von 7 auf 5 Euro schmelzen lassen, findest Du in den Geschäften

der Mündener Gilde. Jeder bekommt einen oder mehrere, also keine Sorge, niemand geht leer aus! Jetzt wird's spannend: Was machen die Kids, während die Eltern durch die Läden bummeln? Klar, ab ins Kino! Oder noch besser: Die ganze Familie schnappt sich Popcorn und taucht gemeinsam in die Filmwelt ein. Dabei gibt es für die Eltern die Möglichkeit noch die letzten Geschenke zu besorgen – denn viele Geschäfte haben bis 16 Uhr auf; und auch der Weihnachtsmarkt und der Lichterzauber laden zum Verweilen ein.

**COUPON
COUPON
2€**

auf Deinen nächsten Kinobesuch bei unserer Adventsaktion



Kommt vorbei und taucht ein in eine Welt voller Filmhelden. Wir sehen uns im Capitol Hann. Münden.

Die Coupons sind in teilnehmenden Geschäften erhältlich.

Burg Hanstein in Weihnachtsstimmung

Am 2. und 3.12. öffnet die Burg Hanstein die Tore für die 31. Ausstellung der Eichsfelder Heimatkrippen.

Gezeigt werden auch in diesem Jahr zahlreiche Weihnachtskrippen, liebevoll aufgebaut und arrangiert im oberen Rittersaal von den Krippenbauern der Eichsfelder Ritterschaft. Die Besucher können sich beim Betrachten der Weihnachtskrippen schon auf Weihnachten einstellen, welches durch die besondere Atmosphäre des Saales und durch das lodernde Kaminfeuer bestimmt leichtfallen wird. Ebenfalls öffnet im Schatten der Burg Hanstein am 1. Adventwochenende der traditionelle kleine aber feine Weihnachtsmarkt. Die Ritterschaft, unterstützt von regionalen Händlern und Vereinsmitgliedern der Gemeinde Bornhagen, bietet für den Besucher an diversen Ständen sowohl Kulinarisches als auch Vorweihnachtliches zum Kauf an. Neben Bratwurst und Glühwein wird unter anderem Suppe aus dem Suppenkessel, gebrannte Mandeln oder Crêpes angeboten, aber auch Kakao für die Kinder oder Kaffee für die erwachsenen Besucher wird ausgeschenkt. Die Händler bieten des weiteren Basteleien, weihnachtliche Gestecke, Schmuck oder Keramik an, so dass das eine oder andere Geschenk für Weihnachten erworben werden kann. Umrahmt wird der Markt durch weihnachtliche Musik sowie Märchenlesungen und natürlich wird auch der Weihnachtsmann die Kinder mit Süßigkeiten erfreuen.

Geöffnet ist der Markt am Samstag den 2.12. von 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr und am Sonntag den 3.12. von 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr. Am 2. und 3. Adventwochenende wird zu den Öffnungszeiten der Burg auch die Krippenausstellung für die Besucher zugänglich sein. Die Eichsfelder Ritterschaft freut sich auf zahlreiche Besucher.

Advent auf Burg Ludwigstein

Am 9. und 10. Dezember öffnen sich die Türen der Burg Ludwigstein um Ihnen wundervolles Kunsthandwerk der Aussteller:innen in der einmaligen Atmosphäre der Burg zu präsentieren.

Der Arbeitskreis Europäische Jugendwochen auf Burg Ludwigstein e.V. freut sich, Sie auch dieses Jahr wieder zum Adventsmarkt einladen zu dürfen. Schlendern Sie durch die liebevoll geschmückten Gemäuer, versuchen Sie Ihr Glück an der Tombola oder verweilen Sie bei einem Kaffee oder Glühwein, während die Kinder in der Bastelstube ihre eigene Kunst herstellen. Lassen Sie sich von der lebendigen Krippe im Burghof in Weihnachtsstimmung versetzen und erkunden Sie unsere alljährliche Krippenausstellung, die dieses Jahr besonders Kunstwerke aus Papier zur Schau stellt. Entdecken Sie Handgefertigtes aus Holz, Stein, Metall und Glas und lassen Sie sich zu besonderen Weihnachtsgeschenken für Ihre Liebsten inspirieren. Außerdem können Sie nebenbei auch noch Alpakas kennenlernen. Der Markt ist am 9. und 10. Dezember ab 10 Uhr geöffnet und schließt seine Türen am Samstag um 18 Uhr und am Sonntag um 17 Uhr. Der Eintritt kostet 4€ für Erwachsene und 2€ für Jugendliche ab 14 Jahren und Menschen mit einer Schwerbehinderung. Kinder unter 14 Jahren haben freien Eintritt. Ein kostenloser Pendelbus bringt Sie vom Parkplatz zur Burg und zurück. Veranstalter des Adventsmarktes ist der Arbeitskreis Europäische Jugendwochen auf Burg Ludwigstein e.V. Der Erlös der Veranstaltung dient der Finanzierung der Europäischen Jugendwoche, die jedes Jahr im Sommer auf Burg Ludwigstein stattfindet. **Weitere Informationen zum Adventsmarkt und der Eurowoche finden Sie unter www.eurowoche.org.**

Burg Hanstein

in winterlicher Weihnachtsstimmung

- ★ Romantischer Weihnachtsmarkt am ersten Adventswochenende von 10:00 - 18:00 Uhr
- ★ Krippenausstellung am ersten, zweiten, dritten und vierten Adventswochenende von 10:00 - 16:00 Uhr
- ★ Weihnachtsleckereien, Märchenlesungen, Schmuck, Basteleien, von Künstlerhand gefertigte Krippen und allerlei mittelalterlicher Tand
- ★ Der Nikolaus verteilt Süßigkeiten

Weitere Informationen unter www.burgruine-hanstein.de

ADVENT AUF DER BURG

9.-10. Dez. 2023
Burg Ludwigstein
kostenloser Pendelbus ab B27

**Krippenausstellung
Kunsthandwerk**

Sa. 10 - 18 Uhr
So. 10 - 17 Uhr

Erwachsene 4,00 €
Jugendl. + Schwerbeh. 2,00 €
Kinder bis 12 Jahre frei

24.11. - 02.12.23

BLACK WEEK

BIS ZU **500%** AUF AUSSTELLUNGSSTÜCKE

10% auf Leuchten

20% auf Boutique

0% Finanzierung möglich. Vieles noch vor Weihnachten lieferbar.

111 Jahre



MÖBEL JAEGER

macht glücklich

Besuchen Sie uns auf Social Media



Göttingen-Weende | Lutteranger 10 | Tel.: 0551 38360-0
Öffnungszeiten: Montag geschlossen **Green Monday**
 Di. – Fr.: 10:00 – 19:00 Uhr | Sa.: 09:30 – 18:00 Uhr

Witzenhausen | Mündener Straße 19e | Tel.: 05542 603-25
Öffnungszeiten: Montag geschlossen **Green Monday**
 Di. – Fr.: 09:30 – 19:00 Uhr | Sa.: 09:30 – 16:00 Uhr

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

www.moebel-jaeger.de

Gutes tun... Für andere da sein... Gemeinsam etwas bewegen...

Dies und vieles mehr sind gute Gründe, sich für Kinder und Jugendliche zu engagieren

Der Jugendhilfe Süd-Niedersachsen e.V. sucht für die Fachdienste:

- Familiäre Bereitschaftspflege
- Familiensonderpflege
- Gastfamilien für junge Flüchtlinge

Familien mit Zeit und Herz, die mit uns zusammenarbeiten. Als Familiäre Bereitschaftspflege (FBB) können Sie einem Kind für eine vorübergehende Zeit ein liebevolles Zuhause geben und es danach auch wieder verabschieden.

Se begleiten das Kind feinfühlig bei Kontakten mit den leiblichen Eltern und helfen ihm bei dem Übergang in eine Folgehilfe. Sie erleben durch Ihre einfühlsame Arbeit, wie aus einem verängstigten, vernachlässigten Kind ein fröhlicher, besser entwickelter kleiner Mensch wird. Als Sonderpflegestelle (FSP) und Pflegefamilie für Jugendliche sind Sie erfahrene Eltern, bestenfalls mit pädagogischem Profil. In Ihrer Familie unterstützen und begleiten Sie kleine und größere junge Menschen mit belastenden Lebenserfahrungen und deren Folgen. Mit Ihrer Geduld und Ihrem Einfühlungsvermögen geben Sie diesen Kindern und Jugendlichen einen stabilen Lebensrahmen bis sie flügge werden. Als Gastfamilie für unbegleitete minderjährige Ausländer (UMA) geben Sie diesem jungen Menschen in Ihrer Familie einen Ort der Sicherheit und Geborgenheit, wo sie nach langer Flucht alleine ohne Eltern zur Ruhe kommen dürfen. Bei Ihnen kann sich der junge Mensch durch die entstehende feste und verlässliche Beziehung auf den Weg machen, ein eigenständiges Leben und eine langfristige Perspektive zu entwickeln.



Pflegefamilie werden
Geben Sie Kindern ein Zuhause

Mehr Infos unter:

„Als Pflegeeltern braucht man viel Geduld, Gelassenheit und natürlich viel Liebe – ohne Wenn und Aber.“

www.pflegefamilienwerden.de



Jugendhilfe Süd-Niedersachsen e.V. - JSN -
 Verband süd-niedersächsischer Jugendämter



Gewinnen Sie Ihre Unabhängigkeit mit einem VELA-Trippeelstuhl



Die Stühle VELA Tango 700/700E in einem benutzerfreundlichen Design bieten Unabhängigkeit zu Hause und am Arbeitsplatz. Wenn Sie sich in einen VELA-Stuhl setzen, können Sie Ihre gewohnten Tätigkeiten im Stehen sicher und bequem ausführen, ohne dass Sie dabei Ihre Energie verbrauchen. Und das alles dank einer sicheren Handbremse, leicht rollenden Rädern, einem stabilem Sitzkomfort und dem elektrische Lift, der Ihnen auf Knopfdruck beim Aufstehen hilft.



Individuelle Beratung für gesünderes Sitzen.
 Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin mit uns.

Studio Neues Sitzen der Tilman Shastri Raumvision
 Friedrich-Ebert-Straße 26
 37077 Göttingen
 ☎ 05 51.38 48 99 62

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

STUDIO
NEUES
SITZEN
bewegt

TRAUMREISEN – WIE SIE SICH WÜNSCHEN!

MOMENTO BY FRÖLICH-REISEN BIETET MIT „FLIEGEN AB KASSEL“ NEUE TRAUMREISEN AN. IM KOMMENDEN FRÜHJAHR STEHEN PORTUGAL, MAROKKO & ITALIEN AUF DEM PROGRAMM.



Einzigartige Reiseziele, persönliche Begleitung und fliegen fast wie im Privatjet - das ist momento by Frölich-Reisen. Portugal und Marokko stehen im Frühjahr 2024 erstmals als neue Reiseziele auf dem Programm. Auch Italien, als eine der beliebtesten Destinationen, ist wieder mit dabei.

Stellen Sie sich Ihre persönliche Traumreise zusammen und wählen Sie aus einer großen Auswahl an Hotels, vom 3-Sterne bis zum 5-Sterne Hotel, Ihre perfekte Unterkunft. Wählen Sie die Verpflegungsleistung vom Frühstück bis zu All Inclusive dazu und kombinieren Sie Ihre Reise - wenn gewünscht - mit abwechslungsreichen Ausflügen. Von der Erholungsreise am Strand bis zur Erlebnisreise mit Kultur, Natur und Abenteuer ist alles möglich. Und das Beste: Wir lassen Sie vor Ort nicht allein. Die momento-Reisebegleitungen sind vom Abflug in Kassel bis zur Rückkehr mit dabei. Vor Ort geben die qualifizierten Reiseleitungen außerdem gerne persönliche Tipps und wissen viel über Land und Leuten zu berichten. So wird Ihr Urlaub zur perfekten Traumreise!

REISEN & TERMINE

Italien	
Rom	05.04. - 10.04.2024 6 Tage* ab 699,- €
Sizilien	29.04. - 06.05.2024 8 Tage ab 699,- €
Liparische Inseln	29.04. - 06.05.2024 8 Tage ab 1249,- €
Sardinien	20.05. - 27.05.2024 8 Tage ab 699,- €
Marokko	
Agadir	02.04. - 09.04.2024 8 Tage* ab 699,- €
Marrakesch & Agadir	02.04. - 09.04.2024 8 Tage* ab 1249,- €
Königsstädte Marokkos	02.04. - 09.04.2024 8 Tage* ab 1249,- €
Portugal	
Algarve	30.04. - 07.05.2024 8 Tage ab 699,- €
Lissabon & Algarve	30.04. - 07.05.2024 8 Tage ab 1399,- €

*Termin in den Osterferien

Traumreise an die Algarve | 8 Tage ab nur 699,- €

Portugals Süden lockt jedes Jahr Sonnenanbeter und Aktivurlauber aus aller Welt. Raue Buchten und schöne Strände mit tiefblauem Meer an der Küste, im Inland charmante Dörfer und eine Berglandschaft mit vielen Möglichkeiten aktiv zu werden. Erleben Sie den Kontrast und die Vielfalt der Natur und spüren Sie den Flair Portugals am süd-westlichsten Ende Europas, wenn eine leichte Brise Ihnen die Klänge der Fado-Sänger in die Ohren trägt.

Rundreise-Highlight: Königsstädte Marokkos | 8 Tage ab nur 1249,- €

Erleben Sie Rabat, Fez und Marrakesch - die Königsstädte Marokkos - und wandeln auf den Spuren alter Eroberer zwischen Küstenstädten und dem Atlasgebirge. Bei dieser eindrucksvollen Rundreise zu den historischen Residenzstädten der alten Kalifen erleben Sie Land und Leute hautnah. Herzliche Gastfreundschaft, morgenländische Mentalität und der Charme aus 1001 Nacht erwarten Sie.

Fliegen ab Kassel



www.fliegen-ab-kassel.com

Traumreise ab nur 699,- € buchen!

momento Reisen für mich

Infos, Buchungen & Katalogbestellung:

05602-80070
0561-102993
05651-50066

Veranstalter:
Frölich-Reisen GmbH
Ludwig-Frölich-Straße 1-5
37235 Hessisch Lichtenau
info@froelich-reisen.de

LASSEN SIE DIE KALTEN TEMPERATUREN EINFACH HINTER SICH UND GENIEßEN SIE IHRE AUSZEIT GANZ ENTSPANNT.

BIS 27.11.2023 TOP-ANGEBOTE SICHERN.

7 Nächte – Östliches Mittelmeer mit Piräus/ Rhodos/Korfu

Mein Schiff 2 | Mein Schiff 5
12.04. – 19.04. | 19.04. – 26.04. | 28.06. – 05.07.2024
ab 899 € p.P.
inkl. Flug ab 1.419 € p.P.

14 Nächte – Kanaren mit Kapverden

Mein Schiff 1
24.03. – 07.04.2024
ab 1.649 € p.P.
inkl. Flug ab 2.219 € p.P.

26 Nächte – Azoren ab Bremerhaven

Mein Schiff 3
28.03. – 23.04.2024
ab/bis Hafen ab 2.749 € p.P.

10 Nächte – Ostsee mit Tallinn

Mein Schiff 1
04.07. – 14.07.2024
ab/bis Hafen ab 1.449 € p.P.

13 Nächte – Barbados bis Mallorca I

Mein Schiff 6
01.04. – 14.04.2024
ab 999 € p.P.
inkl. Flug ab 1.859 € p.P.

14 Nächte – Hongkong bis Singapur

Mein Schiff 5
24.04. – 08.05.2024
ab 1.599 € p.P.
inkl. Flug ab 2.989 € p.P.

9 Nächte – Kreta bis Mallorca

Mein Schiff 2
26.04. – 05.05.2024
ab 1.049 € p.P.
inkl. Flug ab 1.519 € p.P.



BLACK WEEK

FREUEN SIE SICH AUF DIE VIelfALT DES ÖSTLICHEN MITTELMEERES, DIE FaszINATION ASIENS, SKANDINAVISCHES FLAIR ENTLANG DER OSTSEE ODER ENTschLEUNIGENDE TRANSREISEN.

Reisebüro Ideal Inh. Elisabeth Burghardt-Meyerhoff e.K.
Quedlinburgerstr. 8, 34346 Hann. Münden | Tel. 05541 4456 | WhatsApp: 0157 50396614
reisebueroideal@t-online.de | www.reisebueroideal.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10:00 – 13:00 Uhr / 14:00 – 18:00 Uhr
Samstags nach Terminvereinbarung

CAVALLUNA

PASSION FOR HORSES



GRAND MOMENTS



07. - 08.12.2024 Göttingen Lokhalle



www.cavalluna.com

Ein kleiner Vorgeschmack auf unsere Reisen 2024

- 09.03. – 16.03.24 Kurreise nach Swinemünde
- 19.03. – 24.03.24 Blumenriviera mit Fürstentum Monaco – San Remo – Nizza – Cannes
- 29.03. – 01.04.24 Weltstadt Paris im Hilton Hotel
- 04.04. – 07.04.24 Jubiläums-Überraschungsreise
- 10.04. – 14.04.24 Wunderschöne Normandie mit Alabasterküste
- 15.04. – 18.04.24 Die Schätze von Hollands Nordosten
- 23.04. – 27.04.24 Wien & Wachau mit Schifffahrt
- 03.05. – 08.05.24 Frühlingsfarben am Gardasee
- 21.08. – 27.08.24 Wunderbare Fjordwelt in Norwegen
- 19.09. – 25.09.24 Majestätisches Schottland
- 12.10. – 21.10.24 Rundreise Pyrenäen – Andorra – Costa Brava mit Barcelona

und viele weitere
finden Sie hier!



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



Das neue Betriebsgebäude des Grünen Boten in Witzenhausen-Hübenthal

MEHR ALS OBST UND GEMÜSE BIO-QUALITÄT SEIT 1984 DER GRÜNE BOTE

1984, als die Witzenhäuser Gärtner:innen ihre Bio-Gärtnerei gründeten, war ökologischer Gemüseanbau noch Pionierarbeit.

Mittlerweile blickt das Grüner Bote-Team auf langjährige Erfahrungen zurück. Schon bald nach der Gründung entwickelten die Öko-Pionier:innen eines der ersten Liefersysteme für Gemüse und andere Bioprodukte in Deutschland. Über private Haushalte hinaus nutzen auch Firmen, Kitas und andere Einrichtungen den Service des Grünen Boten.

Obst und Gemüse kommen aus der eigenen Gärtnerei. Was dort nicht wächst, liefern regionale Partnerbetriebe. Zwei Bio-Großhändler ermöglichen ein umfangreiches Vollsortiment – der Onlineshop des Grünen Boten bietet inzwischen eine Auswahl von über 3000 Bioprodukten. Die wichtigsten Kriterien für den hohen Qualitätsstandard sind immer die ökologischen und sozialen Aspekte in der gesamten Lieferkette.

Beim Grünen Boten kann im Onlineshop oder telefonisch bestellt werden, bei allen Fragen ist die Kundenbetreuung immer persönlich zu erreichen.

Mehr als Obst und Gemüse – Brot, Eier, Milch, Käse, Fleisch, Tofu, Kaffee, Nudeln, Getränke bis hin zu Hygieneartikeln oder Spülmittel ... die freundlichen Fahrer*innen bringen alles bis an die Tür.

Ganz gleich, ob der Warenkorb individuell zusammengestellt oder mit regelmäßig wiederkehrenden Lieferungen kombiniert wird, kann jede Bestellung bis zwei Tage vor dem Liefertermin verändert oder storniert werden. Verpflichtungen, Laufzeiten oder Kündigungsfristen gibt es beim Grünen Boten nicht.

Grüner Bote GmbH & Co. KG
DE-ÖKO-006
Hübenthal 14
37218 Witzenhausen
info@gruener-bote.de
Tel.: 05542-71077



Die Fahrer*innen bringen alles bis an die Haustür.

besser als
Luxus

gruener-bote.de



Deine TRAUMKÜCHE

%

BAD INDIVIDUELL

%



1 | Aktionspreis

5.199.-

36 x 144,⁴²



2 | Aktionspreis

6.999.-

36 x 194,⁴²

*Energie-Effizienzklasse: ¹auf einer Skala von A bis G; ²auf einer Skala von A+++ bis D; Alle Preise sind Aktions-/Abholpreise. Dekorationsstücke sind in den Angeboten nicht enthalten.

Kleine Bäder, große Bäder, komplizierte Bäder, viel Stauraum oder lockere Planung, Bäder modern oder im Landhausstil - bei Möbel Jaeger verkaufen wir nicht nur Bäder, sondern finden Lösungen für jede Bad-Situation.



Cascada schilf

Wohnliches Bad im modernen Landhausstil, Cascada schilf matt Lack, auch in weiß, grau oder blau lieferbar, ca. 120cm, Waschtisch weiß, mit großem Auszug, beleuchteter Spiegel, Rückwand. Armatur hansgrohe in chrom, Art.-Nr.: #13090059 (Abbildung ähnlich) [hansgrohe](#)

Aktionspreis

1.449.-



Easytouch fjordblau

Modernes Bad mit pflegeleichter Easytouch Front in fjordblau, auch in weiß, grau, grün, rot oder schwarz lieferbar, ca. 124cm breit, mit großem Auszug, Einbauwaschbecken weiß, beleuchteter Spiegel, Rückwand. Das Bad kann individuell verändert und erweitert werden. Armatur hansgrohe in chrom, Art.-Nr.: #13090059 (Abbildung ähnlich) [hansgrohe](#)

Aktionspreis

1.699.-



Senso weiß

Kleines Bad für Gäste-WC mit pflegeleichter matter Oberfläche, in vielen Farben lieferbar (alles PG3), 41x23cm, Midischrank 40x38x158cm, beleuchteter LED Spiegel. Das Bad kann individuell verändert und erweitert werden. Armatur hansgrohe in chrom, Art.-Nr.: #13090059 (Abbildung ähnlich) [hansgrohe](#)

Aktionspreis

999.-

1 | KÜCHE BIELLA IN SATINLACK-LACKFRONT
viele Farben wählbar, 300cm + 203x90cm. Die Lackfront ist besonders Umweltfreundlich und sehr robust gegen Kratzer und Abrieb.

AUSGESTATTET MIT GERÄTEN VON

Juno

Backofen JB040A2, EEK A, Ceranfeld JKSN807F5, Kühlschrank JCN102F0S1, EEK F

Airforce

Dunsthaube/Abzug F206TSEBK, EEF A

hansgrohe

Armatur Zesis M33 chrom #13090057

2 | KÜCHE TOUCH

nobilis

BORA

340 schwarz supermatt mit Riva 840 Nussbaum Dekor, ca. 360 x 270 x 120 cm mit **BORA-KOCHFELD MIT DUNSTABZUG**, GP4U/88372, Umluft, Induktionskochfeld 76cm mit Dunstabzug.

AUSGESTATTET MIT GERÄTEN

Backofen Laurus LEB5 EEK A Ober-/Unterhitze, Geschirrspüler Laurus LSV60-4 EEK E, Kühl-/Gefrierkombination Laurus LKG122EDD EEK E, Edelstahlspüle

www.moebel-jaeger.de



MÖBEL JAEGER

macht glücklich



Besuchen Sie uns auf Social Media



37213 Witzhausen

Mündener Straße 19e Tel.: 05542 603-25

Di. - Fr. 09.30 - 19 Uhr | Sa. 09.30 - 16 Uhr | Mo. Ruhetag | Di. - Fr. 10 - 19 Uhr | Sa. 9.30 - 18 Uhr | Mo. Ruhetag
CJ Möbel Jaeger ist ein Unternehmen der CJ Möbel Jaeger GmbH & Co. KG, Mündener Straße 19e, 37213 Witzhausen

37077 Göttingen-Weende

Lutteranger 10 | Tel.: 0551 38360-0

Ab Kassel fliegen und endlich wieder...

... Frühe ins Wasser halten

Kreta, Kavros
Vantaris Beach****
7 Nächte vom
07.05.-14.05.2024
Halbpension
ab 816,-
im DZ p.P.



... die Schönheit genießen

Teneriffa, Costa
Adeje Riu Arecas****
7 Nächte vom
22.01.-29.01.2024
Halbpension
ab 1.144,-
im DZ p.P.



... Sand zwischen den Zehen spüren

Fuerteventura,
Jandia Playa Iberostar Playa
Gaviotas****, 7 Nächte vom
27.01.-03.02.2024
All inclusiv
ab 1.093,-
im DZ p.P.



... aufs Schiff



Kanaren mit Lanzarote,
7 Nächte
Mein Schiff 1
vom 25.02.-03.03.2024
All inclusiv
ab 1.399,- p.P.

Kanaren & Madeira mit La
Palma, 7 Nächte, Aida Stella
vom 31.12.-07.01.2023
Balkonkabine
Vollpension
ab 1.989,- p.P.

... auf die Lieblingsinsel



Mallorca, Paguera
BQ Bulevar Paguera****+
7 Nächte vom 02.05.-
09.05.2024
Halbpension
ab 821,- im DZ p.P.

Mallorca, Can Picafort
YS Yate****+
7 Nächte vom 02.05.-
09.05.2024
Halbpension
ab 748,- im DZ p.P.

... tief tauchen



Hurghada, Makadi Bay
Jaz Makadi Oasis Resort
7 Nächte vom 08.12.-
15.12.2023
All inclusiv
ab 752,- im DZ p.P.

Nilkombination Schiff und
Baden
MS Lady Carol und Jungle
Aqua Park
14 Tage vom 01.12.-
15.12.2023
All inclusiv
ab 1.108,- im DZ p.P.

21.12. BIS 14.1.2024 IN KASSEL

14. FESTIVAL DER ARTISTEN

Nach dem großen Zuspruch und der Begeisterung des vergangenen Festivals der Artisten in Kassel auf dem Friedrichsplatz – un-mittelbar gelegen am Kasseler Weihnachtsmarkt, hat sich der Circus Flic Flac wieder große Ziele gesetzt, um auch zum jetzt bereits 14. Festival der Artisten das Festival Publikum wieder so richtig begeistern zu können.

Und nur in Kassel findet jährlich dieses in der Circuswelt mittlerweile viel beachtete Flic Flac Festival der Artisten statt, für das sich die Teilnehmer aus aller Welt bewerben und den Termin schon lange vorher freihalten.

In 13 einmaligen Acts werden 33 Artisten – ausgezeichnet mit Preisen und Trophäen vieler Circusevents – zum 14. Festival in Kassel um die Gunst der Besucher-Jury werben, um einen der drei hochdatierten Preise, die zu jedem Festival der Artisten vom Ticket-Anbieter Reservix, dem Autohaus Glinicke und der HNA-Kassel gesponsert werden, zu gewinnen.

Freuen Sie sich mit uns auf eine tolle und aufregende Festivalzeit vom 21.12. bis zum 14.01.2024 in Kassel auf dem Friedrichsplatz. Die Preisverleihung findet traditionell dann immer zur letzten Show statt. Sind wir gespannt, welche drei Acts wohl dann am Besten dem Publikum gefallen haben und mit einer weiteren Auszeichnung ihren erfolgreichen Werdegang fortführen können.

„Exit 15“, das italienisch-spanische Duo, das mit ausgefeilter Partnerakrobatik am Fangstuhl begeistert sowie die drei „Messoudi Brothers“ aus Italien, die mit ihrer Jonglage und Hand to Hand Darstellung besticht. „Max-4“ aus Taiwan zeigt die wohl schnellste und atemberaubendste Diabolo-Performance, die ohne technische Hilfsmittel möglich ist und das Team um den Illusionisten „Andre Blake“ präsentiert scheinbar Unmögliches. Müheloses Steigen, Drehen präsentiert in einer mitreißenden Performance „Viviana Rossi“ aus Spanien an den Strapaten und „Georg Gummi“ - der Name sagt alles - beeindruckt als Schlangenmensch mit seinem extrem flexiblen Körper und mit Jonathan Heidel nimmt ein Supertalent auf dem Trial-Bike an diesem Wettbewerb teil. Mit der jungen ukrainischen Artistin „Ameli Bilyk“ präsentiert sich dem Festival Publikum ein Ausnahmetalent auf dem Schlappseil. Der in seiner eigenen Welt lebende deutsche Sänger und Moderator „Frank Fabry“ setzt dem 14. Festival seinen ganz besonderen Stempel auf. Eine ganz eigene Art einer Messerwerfer-Performance wird durch das französische Künstlerpaar „Collectif A4“ dem Publikum präsentiert und als Krönung an einer frei schwingenden Pole-Stange beweist sich dem Publikum der ukrainische Artist Denys Zhygaltsov. Mit den 10 Artisten der Flying Trapeze Troupe aus Argentinien wird eine ganz besondere Truppe ihr Können am Fliegenden Trapez in Kassel 2023/24 präsentieren.

Tickets gibt es online unter www.flicflac-kassel.de oder vor Ort ab dem 21.12.23 an der Flic Flac Kasse oder an allen HNA-Ticket-Vorverkaufsstellen.



Reisebüro Ideal Inh. Elisabeth Burghardt-Heyerhoff e.K.
Quedlinburgerstr. 8, 34346 Hann. Münden | Tel. 05541 4456 | WhatsApp: 0157 50396614
reisebueroideal@t-online.de | www.reisebueroideal.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10:00 - 13:00 Uhr / 14:00 - 18:00 Uhr
Samstags nach Terminvereinbarung

Jetzt verfügbare KIA-Lagerfahrzeuge EV6, Niro EV und Soul EV sichern!

Z.B.: Der vollelektrische Kia EV6. Jetzt Innovationsprämie¹ sichern.



mtl. leasen für € 369,-²
Kia EV6 RWD, 58-kWh-Batterie

Fahrzeugpreis	€ 40.080,-
Einmalige Leasing-sonderzahlung	€ 4.584,-
Laufzeit in Monaten	60
Gesamtleistung	50.000 km
60 mtl. Raten à	€ 369,-
Gesamtbetrag	€ 28.232,46
Gebundener Sollzinssatz p. a.	7,21 %

Z.B.: Der Kia Niro EV. Jetzt Innovationsprämie¹ sichern.



mtl. leasen für € 329,-²
Kia Niro EV 64,8-kWh-Batterie Vision

Fahrzeugpreis	€ 38.440,-
Einmalige Leasing-sonderzahlung	€ 4.520,50
Laufzeit in Monaten	48
Gesamtleistung	40.000 km
60 mtl. Raten à	€ 329,-
Gesamtbetrag	€ 21.720,96
Gebundener Sollzinssatz p. a.	4,81 %

Kia EV6 RWD, 58-kWh-Batterie (Strom/Reduktionsgetriebe); 125 kW (169 PS): Stromverbrauch kombiniert 16,6 kWh/100 km; CO2-Emission kombiniert 0 g/km. Effizienzklasse A+++.⁴ Reichweite gewichtet, max. 394 km.³ Reichweite Citymodus, max. 578 km.³

Kia Niro EV 64,8-kWh-Batterie Vision (Strom/Reduktionsgetriebe); 150 kW (204 PS): Stromverbrauch kombiniert 16,2 kWh/100 km; CO2-Emission kombiniert 0 g/km. Effizienzklasse A+++.⁴ Reichweite gewichtet, max. 460 km.³ Reichweite Citymodus, max. 604 km.³

Profitieren Sie jetzt von:

- sofort verfügbaren Neuwagen / Lagerfahrzeugen
- attraktiven Angeboten sowie Privat- und Gewerbeleasingkracher
- Innovationsprämie – noch bis zum 31.12.2023

Gottschalk

Auto & Garten Gottschalk e.K.

KIA ISUZU STIHL LMC

37213 Witzzenhausen
Unter den Weinbergen 2
Tel.: 05542 - 507180
Mail: info@autogottschalk.de
www.autogottschalk.de

¹ Die Innovationsprämie beläuft sich beim Kauf eines Elektrofahrzeugs bei Beantragung im Jahr 2023 auf € 6.750,- (Nettolistenpreis bis 40.000 Euro). Die Innovationsprämie wird in Höhe eines Betrages von € 4.500,- für Elektrofahrzeuge als staatlicher Zuschuss und in Höhe von weiteren € 2.250,- für Elektrofahrzeuge als Herstelleranteil durch eine Reduzierung des Nettokaufpreises gewährt. Die Höhe und Berechtigung zur Inanspruchnahme der Innovationsprämie wird durch die auf der Webseite des Bundesamtes für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (Bafa) unter www.bafa.de abrufbare Förderrichtlinie geregelt. Es besteht kein Rechtsanspruch auf die Gewährung der Innovationsprämie, keine Barauszahlung des Herstelleranteils. ² Ein unverbindliches Leasingbeispiel der KIA Finance, eines Geschäftsbereichs der Hyundai Capital Bank Europe GmbH, Friedrich-Ebert-Anlage 35-37, 60327 Frankfurt am Main. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Abgebildetes Modell kann zusätzliche kostenpflichtige Ausstattungspakete und Sonderzubehör enthalten, die im Leasingbeispiel nicht berücksichtigt sind. Bonität vorausgesetzt. Überführungskosten in Höhe von 1.200,- EUR enthalten. Alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis 30.11.2023. ³ Die Reichweite wurde nach dem vorgeschriebenen EU-Messverfahren ermittelt. Die individuelle Fahrweise, Geschwindigkeit, Außentemperatur, Topografie und Nutzung elektrischer Verbraucher haben Einfluss auf die tatsächliche Reichweite und können diese u. U. reduzieren. ⁴ Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen. Abbildungen zeigen kostenpflichtige Sonderausstattungen.



Nikolauskonzert in St. Cyriakus

Der MitMachChor des Caritas-Familienzentrums gibt gemeinsam mit dem Orchester „Ohr and more“ der Lebenshilfe Eichsfeld, dem Singkreis der Pfarrgemeinde St. Cyriakus und dem Frauenchor St. Pankratius Fuhrbach ein adventliches Konzert am Nikolausabend, 5.

Dezember 2023. Beginn ist um 17.30 Uhr in der Basilika St. Cyriakus. Der Nikolaus wird auch erwartet. Nach dem Konzert ist ein gemütliches Beisammensein bei Punsch, Glühwein und Keksen geplant.

WINTERZAUBER

Bad Sooden-Allendorf

Weihnachtsmarkt

auf dem Marktplatz in Allendorf

- Historische Altstadt
- Weihnachtsstimmung
- Vielfältiges Rahmenprogramm
- Weihnachtsbuden und Kulinarisches
- Postamt des Weihnachtsmanns „Sternschnuppe“
- Frau Holle „verzaubert ...“
- Kinderkarussell
- Eröffnungskonzert
- LED-Lichtchoreographie
- Riesenrodelbahn „Speed Tubing“ (Samstag & Sonntag)

Fr, 1.12. - So, 3.12.2023

Veranstalter: Stadt BAD/SOODEN/ALLENDORF

WINTERZAUBER

Bad Sooden-Allendorf

PROGRAMM

Freitag, 1. Dezember 2023 15.00 - 21.00 Uhr

- 14.00 Uhr Kindermusical „Little Loui und die Mäusebande in Bethlehem“ im Kurtheater
- 15.00 Uhr Beginn des Weihnachtsmarktes
- 17.00 Uhr Märchenstunde mit „Frau Holle“ auf der Weihnachtsmarkttribüne
- 18.00 Uhr Offizielle Eröffnung des Weihnachtsmarktes - „Frau Holle“ schüttelt die Betten
- 18.15 Uhr Eröffnungskonzert auf dem Marktplatz: „Swinging Christmas, Sascha Möller & Friends“
- 19.00 Uhr Mittelalterliche Stadtführung „Allendorf bei Nacht“, Tiefpunkt: Marktplatz

Samstag, 2. Dezember 2023 13.00 - 21.00 Uhr

- 14.00 Uhr Männerchor 1842 e.V. Bad Sooden-Allendorf
- 15.30 Uhr Aus der Märchenkiste gib's was Feines für Rätsel raten und Gedichte auflesen mit „Frau Holle“ auf dem Marktplatz
- 16.00 Uhr Puppentheater „Der Weihnachtshase“ im Hochzeitshaus
- 19.00 Uhr LED Lichtchoreographie „Glowing Christmas, ein Lichteerchen“

Sonntag, 3. Dezember 2023 13.00 - 19.00 Uhr

- 13.00 Uhr Die Kaffeebar im Seniorentreffpunkt ist geöffnet
- 15.00 Uhr Göttinger Postorchester spielt auf dem Marktplatz
- 16.00 Uhr Lichteerchen in der St. Crucis-Kirche
- 18.00 Uhr „Frau Holle“ schüttelt zur Verabschiedung die Betten
- 19.30 Uhr Festliches Adventskonzert in der St. Crucis-Kirche

(Kurzfristige Änderungen im Programmablauf sind möglich)

Samstag & Sonntag: Die Riesenrodelbahn „Speed-Tubing“ ist geöffnet!

Liebe Kinder: Eure gemalten Weihnachtswunschzettel könnt Ihr an den Weihnachtsmann am Freitag, Samstag und Sonntag von 16.00 - 18.00 Uhr beim Postamt „Sternschnuppe“ abschicken!

Wir freuen uns auf Euch

auf dem historischen Marktplatz in Allendorf



MitMachChor

NIKOLAUSKONZERT

Konzert des MitMachChors mit dem Orchester „Ohr and more“ der Lebenshilfe, dem Singkreis der Pfarrgemeinde St. Cyriakus und dem Frauenchor Pankratius Fuhrbach.

Di., 5. Dezember 2023 ★ 17.30 Uhr ★
Basilika St. Cyriakus ★ Duderstadt

Der Nikolaus ist auch dabei!
Anschließend laden wir zu einem gemütlichen Beisammensein bei Punsch, Glühwein und Keksen ein.

Sei dabei, mach mit!

www.sei-dabei-mach-mit.de

WINTERZAUBER IN BAD SOODEN-ALLENDORF



Das Familien-Musical kommt nach Duderstadt

Das Theater Liberi bringt das bekannte Märchen „Die Schöne und das Biest“ als Kindermusical auf die Bühne. Am Freitag, 15. Dezember 2023, ist das Familienstück um 16 Uhr im Duderstädter Ballhaus zu sehen.

Das für seine fantasievollen Musicals bekannte Theater Liberi präsentiert das französische Volksmärchen in einer zeitgemäßen und unterhaltsamen Fassung. Ein bestens ausgebildetes Ensemble begeistert das Publikum mit abwechslungsreichen Choreografien zu romantischen Balladen und poppigen Songs mit Hitpotenzial. Auf der Bühne entsteht eine märchenhafte Kulisse: das wandelbare Bühnenbild wechselt zwischen Belles Zuhause und dem verzauberten Schloss, das mit den traumhaften Kostümen um die Wette funkelt. Das Märchen „Die Schöne und das Biest“ erzählt von der Kraft ihrer Liebe, die so stark ist, dass sie sogar einen Fluch brechen kann. Einen Fluch,

der den Prinzen in ein furchteinflößendes Biest verwandelt hat. Als sich eines Tages ein armer Kaufmann in den Schlossgarten verirrt und dort eine Rose pflückt, fordert das Biest dafür einen hohen Preis. Fortan muss die jüngste Tochter Belle im verwunschenen Schloss leben. Belles anfängliche Angst weicht jedoch schnell der Neugier, als sie feststellt, dass hinter der harten Schale des Biestes ein weicher Kern steckt und dass sie mit ihm sogar lachen und tanzen kann. Doch Belle ist hin- und hergerissen, denn sie stellt sich viele Fragen: Was hat es mit dem geheimnisvollen Prinzen im Spiegel auf sich? Und warum gibt es diese verzauberten Wesen im Schloss? Was wird Belle herausfinden?

Das Musical dauert zwei Stunden inklusive 20 Minuten Pause und ist geeignet für Zuschauer ab vier Jahren. Tickets gibt es in der Duderstädter Gästeinformation, Telefon 05527 841200, E-Mail info@duderstadt.de oder an der Abendkasse.



Duderstädter Weihnachtstreff

Ab dem 27. November ist der kleine, aber feine Weihnachtsmarkt in der historischen Duderstädter Altstadt montags bis samstags ab 11 Uhr, und sonntags ab 13 Uhr geöffnet. Jeden Abend findet eine Verlosung statt. Zu gewinnen gibt es Gutscheine und Geschenke aus den Duderstädter Geschäften. Auf der Bühne werden verschiedene adventliche Darbietungen geboten. Letzter Tag des diesjährigen Weihnachtstreff ist der 23. Dezember 2023.



„Eine Weihnachtsgeschichte“ mit den „Stillen Hunden“

Das Schauspieler-Duo „Stille Hunde“ hat sich der berühmten Geistergeschichte von Charles Dickens angenommen und ein raffiniert konstruiertes Zwei-Personen-Stück daraus gemacht. Veranstalter sind die Theater- und Konzertvereinigung Duderstadt und die Duderstädter Stadtbibliothek. Das Stück wird am Sonntag, 10. Dezember 2023, um 17 Uhr im historischen Rathaus gezeigt. **Tickets gibt es in der Duderstädter Gästeinformation, Telefon 05527 841200, E-Mail info@duderstadt.de.**



Weihnachtsmarkt auf Gut Herbigshagen

Ein ländlicher Weihnachtsmarkt mit Kunsthandwerk, Deko aus Naturmaterialien, Seifen und Öle, Wolle und Textilien, Kränze und vieles mehr findet am Sonntag, 3. Dezember 2023, im Naturerlebniszentrum auf Gut Herbigshagen statt.

Für Kinder gibt es Spiel- und Bastelangebote, und aufwärmen können sich die Gäste bei Punsch, Glühwein und Gegrilltem.



Ihr Mietwagenunternehmen in Duderstadt

Jung Reisen Duderstadt

Rufen Sie uns an! 05527 98490

seit 1930



Shuttle-Service

Fahrdienst regelmäßig oder auch für eine Veranstaltung



Mietwagenverkehr

Schnell zum Einkaufen, Arzt oder Termin



Flughafentransfer

Hin und Zurück vom Flieger oder Zug



Krankentransport

Krankenhaus-, Dialyse-, Onkologie-, Rollstuhl-, und Arztfahrten sitzend

Abrechnung über alle Krankenkassen möglich, bitte kontaktieren Sie uns gern!

Jung-Reisen | Sachsenring 7 | 37115 Duderstadt
E-Mail: jung@jung-reisen.de | www.jung-reisen.de



Neujahrskonzert des Göttinger Symphonie Orchesters



Zu einem Gastspiel im Duderstädter Ballhaus präsentiert das Göttinger Symphonie Orchester unter der Leitung von Dr. Nicholas Milton sein Neujahrskonzert am Mittwoch, 3. Januar 2024. Beginn ist um 20 Uhr. Das Programm umfasst viele bekannte Evergreens, Walzer, Polka und einige Arien aus weltbekannten Opern. Als Solistin ist Eva Hartová zu hören. Tickets gibt es in der Duderstädter Gästeinformation im historischen Rathaus oder an der Abendkasse.



Die „Dresdener Salondamen“ im Rathaus

Evergreens und Filmmelodien von den 20er bis 50er Jahren präsentieren die „Dresdener Salondamen“ am Sonntag, 3. Dezember 2023, um 17 Uhr im Duderstädter Rathaus. Da die Damen schon zwei Mal an diesem Ort für große Begeisterung gesorgt haben, hat die Theater- und Konzertvereinigung sie erneut eingeladen.

Tickets gibt es in der Duderstädter Gästeinformation, Telefon 05527 841200, E-Mail info@duderstadt.de, an der Abendkasse oder online bei goeticket.de.



Comedian Bernd Stelter im Ballhaus

„Hurra! Ab Montag ist wieder Wochenende“ heißt die aktuelle Comedy-Show von Bernd Stelter. Am Freitag, 8. Dezember 2023, gastiert er im Duderstädter Ballhaus. Tickets gibt es in der Duderstädter Gästeinformation, Telefon 05527 841200, E-Mail info@duderstadt.de, an der Abendkasse oder online bei goeticket.de.



Klosterkonzert in der Liebfrauenkirche: „Klänge des Südens“

Gitarrenmusik aus Spanien, Italien und Südamerika präsentiert am Freitag, 29. Dezember 2023, der Gitarrist Maximilian Mangold in der Duderstädter Liebfrauenkirche des Ursulinenklosters. Im Programm stehen Werke u.a. von Domenico Scarlatti, Francisco Tarréga, Augustin Barrios und Astor Piazzolla. Der vielfache Preisträger nationaler und internationaler Wettbewerbe in USA, Kanada und Europa gibt als gefragter Solist und Ensemblesmusiker zahlreiche Konzerte im In- und Ausland. Beginn ist um 18.30 Uhr.

Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.



„The Attic Groove Connection“ live in der Baguetteria Sabri

Kreuzberg on KulTour e.V. präsentiert „The Attic Groove Connection“ am Freitag, 15. Dezember 2023, ab 20 Uhr in der Baguetteria Sabri in Duderstadt. Mit zwei akustischen Gitarren, zweistimmigem Gesang (Uwe Freymuth, David Nolte) und einem fünfsaitigen E-Bass (Fania Fromm) werden selten gehörte Covers, aber auch eigene Stücke aus den Bereichen Pop, Rock, Folk und Jazz in eigenen groovigen Arrangements zu Gehör gebracht.

Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.

Göttinger Rehasentrum Rainer Junge

Göttinger Rehasentrum Rainer Junge GmbH ist die beste ambulante Rehabilitationseinrichtung Deutschlands



Das Göttinger Rehasentrum Rainer Junge ist ein ambulantes Zentrum für Rehabilitation (Fachbereich Orthopädie und Kardiologie) und Prävention.

Ambulante Rehabilitation ist zu einer unverzichtbaren Säule in der medizinischen Versorgung geworden, wenn es gilt, die Folgen einer Erkrankung oder eines Unfalls zu überwinden und möglichst zu alter Leistungsfähigkeit, Beweglichkeit und Sicherheit zurückzufinden. Ein neues Qualitäts-Ranking der Deutschen Rentenversicherung hat jetzt gezeigt, dass das Göttinger Rehasentrum Rainer Junge die beste Adresse hierfür ist.

Göttingen | Das Göttinger Rehasentrum Rainer Junge hat sich durch Kompetenz und Erfahrung schon lange einen Namen als führendes Rehasentrum Niedersachsens gemacht. Auf über 5000 Quadratmetern (standortübergreifend in Göttingen) finden Rehabilitandinnen und Rehabilitanden hier die optimalen Voraussetzungen für die Wiederherstellung, erfolgreiche Förderung und bestmögliche Erhaltung ihrer Gesundheit. Auf ihrem Weg zurück in ein aktives Leben mit größtmöglicher Lebensqualität werden sie von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern auf fachlich höchstem Niveau begleitet und erhalten wertvolle Therapie, Tipps, Anleitungen und Übungen, um mit mehr Bewegung und einer gesünderen Lebensweise einen gesundheitsfördernden Alltag zu schaffen.

Platz 1 in der ambulanten orthopädischen Versorgung »In guten Händen« ist traditionell das Leitbild des Rehasentrums – und das gesamte Team sorgt in allen Bereichen mit vollem Einsatz dafür, ihren Patientinnen und Patienten die bestmögliche Behandlung und Therapie zu bieten. Mit Erfolg – wie jetzt im Rahmen eines neuen Systems zur Vergabe von Rehabilitationsleistungen der Deutschen Rentenversicherung (DRV) als größtem Kostenträger Deutschlands im Portal „Meine Rehabilitation“, dem Qualitäts-Ranking der DRV, ermittelt worden ist. Grundsätzliches Ziel dieser Informationsplattform ist es, das Wunsch- und Wahlrecht der Versicherten bei ihrer Suche nach einer geeigneten und qualitätsgesicherten Rehabilitationseinrichtung zu stärken. Denn in Deutschland werden Rehaeinrichtun-

gen zur Erbringung von Rehabilitationsleistungen von Kostenträgern (wie z.B. der Rentenversicherung oder den gesetzlichen und privaten Krankenkassen) zugelassen und unterliegen damit immer auch einem strengen Qualitätssicherungssystem und Vorgaben. Mit dem neuen digitalen Service wiederum kommt auch die Rentenversicherung ihrem gesetzlichen Auftrag zur Veröffentlichung der Qualitätsergebnisse von Rehabilitationseinrichtungen (Public Reporting) nach.

Das neue Portal macht außerdem deutlich, dass als beste Einrichtungen Deutschlands überwiegend ganztägig ambulante Rehabilitationseinrichtungen aufgeführt werden. Denn insgesamt 33 der besten 50 Einrichtungen sind ambulante Rehabilitationseinrichtungen.

Das Göttinger Rehasentrum Rainer Junge GmbH nimmt dabei als beste Einrichtung Deutschlands für den Fachbereich Orthopädie den ersten Platz ein: »Auf dieses Ergebnis dürfen wir mit Stolz blicken, denn es bestätigt die kontinuierliche und herausragende Arbeit des gesamten Teams, das seit Jahren tagtäglich mit größtem Engagement, mit herausragender Expertise, voller Leidenschaft und Hingabe dafür sorgt, die Patientinnen und Patienten zu behandeln, zu versorgen und zu betreuen«, so André Weimer, Geschäftsführer des Rehasentrums.

Das Rehasentrum Junge hat sich neben dem Fachbereich Orthopädie zudem auch auf die ambulante kardiologische und neurologische Rehabilitation spezialisiert.



So kommen Senioren sicher und wohlbehalten durch die kalte Jahreszeit

Der Winter stellt für uns alle eine besondere Zeit dar, in der wir uns auf festliche Feiertage, gemütliche Abende und schneebedeckte Landschaften freuen. Doch für Senior*innen und ihre Pflegekräfte bringt diese Jahreszeit auch spezifische Herausforderungen mit sich. Die kalten Temperaturen, rutschigen Wege und die kurzen Tage können das Wohlbefinden älterer Menschen beeinträchtigen. Mit dem richtigen Wissen und einigen Anpassungen kann man sicherstellen, dass Senior*innen den Winter gesund und zufrieden überstehen. Gefahr durch Kälte und Nässe. Ältere Menschen sind anfälliger für Unterkühlung und Erfrierungen, da ihr Körper nicht mehr so effizient Wärme produziert.

Es ist daher wichtig, darauf zu achten, dass sie warm genug gekleidet sind, insbesondere wenn sie das Haus verlassen. Mehrere dünne Schichten Kleidung können dabei helfen, die Körperwärme besser zu speichern. Sturzrisiko minimieren. Schnee und Eis erhöhen das Risiko von Stürzen, die bei Senioren zu schweren Verletzungen führen können. Die kurzen Tage und der Mangel an Sonnenlicht können zu einem Vitamin-D-Mangel führen und das Stimmungsbild beeinflussen. Es ist hilfreich, wenn Senioren täglich etwas Zeit im Freien verbringen, selbst wenn es nur ein kurzer Spaziergang ist. Zudem können spezielle Tageslichtlampen helfen, das Wohlbefinden zu steigern. Gesundheitliche Überwachung.

Winterliche Erkältungen und Grippe können für ältere Menschen besonders gefährlich sein. Eine jährliche Grippeimpfung kann zudem vor schweren Verläufen schützen. Soziale Kontakte pflegen. Die kalte Jahreszeit kann dazu führen, dass Senioren weniger soziale Kontakte haben, da sie das Haus seltener verlassen. Regelmäßige Telefonate, Besuche oder auch digitale Kommunikationsmittel können hier Abhilfe schaffen. Ernährung anpassen. Im Winter benötigt der Körper oft andere Nährstoffe.

Eine ausgewogene Ernährung mit saisonalem Gemüse, Vollkornprodukten und ausreichend Flüssigkeit unterstützt das Immunsystem und das allgemeine Wohlbefinden.



FÜREIN ANDER DA SEIN

...damit 24-Stunden-Pflege gelingt.



Ihr Sascha Thiel
Pflegehelden® Göttingen
05527 - 849 8536
pflegehelden.de



-  Sofortige Entlastung als Alternative zum Pflegeheim
-  Ihr Ansprechpartner vor Ort mit 98% Weiterempfehlung
-  Jederzeit kündbar & volle Kostentransparenz



Zuhause. Sicher. Gepflegt.

KOMM IN UNSER TEAM

ALS
AZUBI ODER
PFLEGEKRAFT

caritas-suedniedersachsen.de/karriere

JETZT
BEWERBEN!





Caritasverband
Süd-niedersachsen e.V.

Schützenring 1
37115 Duderstadt
Tel.: 0 55 27 / 98 13-0

Von Ausflügen bis zum täglichen Training

Altenpflege- und Senioren-Wohnheim „Am Park“ in Duderstadt bietet zahlreiche Beschäftigungsmöglichkeiten

Das Altenpflege- und Senioren-Wohnheim „Am Park“ liegt idyllisch mitten im Herzen der historischen Altstadt von Duderstadt. Das Haus bietet viel Wohnkomfort unter einem Dach: Zimmer mit moderner, pflegebedarfsgerechter Ausstattung, zum Teil mit klimatisierten Räumen, behagliche Gemeinschaftsräume, begrünte Wintergärten über drei Etagen, Sonnendachterrasse sowie eine parkähnliche Gartenanlage. Sogar ein Friseur befindet sich direkt im Haus.

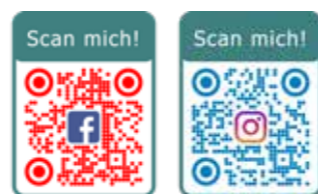


Ausflüge zum Brotmuseum gehören zu dem gewohnten Angeboten.

In dem Haus „Am Park“ lässt es sich nicht nur gut leben und wohnen, hier gibt es auch eine Menge an Beschäftigungsmöglichkeiten und Unternehmungen. So gibt es Ausflüge ins Theater, zu Konzerten, zum Kegeln, ins Brotmuseum Ebergötzen, zum Schlachteessen und vieles mehr wie zum Beispiel die Planwagenfahrt durchs Mohnfeld. Durch die Stadtnähe des Hauses ist auch der regelmäßige Marktbesuch ein fester Termin.

Neben diesen Ausflügen finden tägliche Trainings zur motorischen und geistigen Stärkung statt: Sporteinheiten wie Sitzyoga, Fang- und Wurfübungen, Gedächtnistraining oder autogenes Training gehören zum vielfältigen Angebot. „Es geht uns darum, die Bewohnerinnen und Bewohner auch im Alter individuell zu aktivieren und die vorhandenen Fähigkeiten zu nutzen oder bestenfalls zu verbessern“, so die Geschäftsführerinnen Franziska Thyssen und Marion Riepenhausen.

Wer mehr über das Altenpflege- und Senioren-Wohnheim „Am Park“ und seine Beschäftigungsmöglichkeiten erfahren möchte, schaut einfach mal hier vorbei:



Netzwerktechnik Leinemann

Der Partner bei WLAN und Glasfaser

Bei allen Fragen zu Glasfaseranschlüssen, WLAN, Telefonie und LAN bietet der Duderstädter Fachinformatiker Thomas Leinemann Hilfe an. Mit seinem unabhängigen Jungunternehmen nimmt er mit dieser kompakten Bündelung der Angebote eine Sonderposition in der Region ein.

Der Glasfaserausbau in Duderstadt und den zugehörigen Dörfern ist die Basis für eine wettbewerbsfähige Zukunft im ländlichen Raum. Allerdings sind viele Bürgerinnen und Bürger noch etwas verunsichert im Hinblick auf die neue Technik mit direktem Hausanschluss. Netzwerktechnik Leinemann bietet umfassende Unterstützung an – beginnend bei der Beratung vor der Verlegung und Vorbereitung im Rahmen des Ausbaus bis zur Installation vor Ort nach der Bereitstellung des Anbieters.



neuen Kommunikationstechniken ist er bestens vertraut. Seit dem Start seiner Firma hat er schon über 100 Anschlüsse in der Region neu eingerichtet und das Vertrauen seiner Kundinnen und Kunden gewonnen, die eine schnelle Hilfe direkt vor Ort zu schätzen wissen.



KONTAKT:
Tel. / WhatsApp: 05527 998028
Mail: info@nwtl.de

MVZ-TEAM WIEDER KOMPLETT

WIR BEGRÜßEN SIE HERZLICH IN DER MARKTSTR. 91

WIR BEGRÜßEN SYLVIA GRÖNE
AB 1.11. ALS NEUE HAUSÄRZTIN
IM TEAM

MARC A. DOORLAG
Ärztlicher Leiter
Facharzt für Allgemeinmedizin

SYLVIA GRÖNE
Fachärztin für
Allgemeinmedizin

UNSERE ERWEITERTEN SPRECHSTUNDENZEITEN

TERMINSPRECHSTUNDE

Montag	08:00 – 18:00 Uhr
Dienstag	07:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch	08:00 – 14:00 Uhr
Donnerstag	08:00 – 14:00 Uhr
Freitag	08:00 – 14:00 Uhr

Ohne vorherige tel. Anmeldung

AKUTSPRECHSTUNDE

Montag	08:00 – 10:00 Uhr
Dienstag	07:00 – 09:00 Uhr
Mittwoch	08:00 – 09:00 Uhr
Donnerstag	08:00 – 09:00 Uhr
Freitag	08:00 – 09:00 Uhr

INFektionssprechstunde und Hausbesuche nach tel. Vereinbarung

PRAXIS MARKTSTR. DUDERSTADT
Marc A. Doorlag | Sylvia Gröne
Fachärzte für Allgemeinmedizin
Marktstraße 91 | 37115 Duderstadt

☎ TELEFON 05527 71922
🌐 WWW.MVZ-DUD.DE

♿ Ab sofort ist ein barrierefreier Zugang über eine mobile Rollstuhlrampe möglich!

Die St. Martini MVZ GmbH ist eine Einrichtung der St. Martini GmbH Duderstadt – Krankenhaus und Altenpflegeheim. Die St. Martini MVZ GmbH gehört zum Elisabeth Vinzenz Verbund.

„Zu den Glasfaseranschlüssen kann eine direkte und unabhängige Beratung viele Fragen klären. Manchmal merken die Kunden auch erst nach dem fertigen Anschluss, dass das Internet doch nicht so schnell ist wie man gehofft hatte. Das könnte zum Beispiel an einem schlechten WLAN im Heimnetz liegen“, erklärt Thomas Leinemann. Er bietet Hilfe an bei jeglichen Verkabelungen zu Modem, Router, Decken- und Wanddurchbrüchen, Konfiguration an Endgeräten und auch LAN-Verkabelungen. Außerdem beseitigt er Fehlerquellen beim WLAN oder Störungen in der Telefonie.

Thomas Leinemann blickt auf eine 20-jährige Berufserfahrung zurück und hat sich im April 2023 selbstständig gemacht. Mit allen

Ruhe & Co
BODENBELÄGE PARKETT TAPETEN SONNENSCHUTZ

**BODENBELÄGE • PARKETT
TAPETEN • SONNENSCHUTZ**

Öffnungszeiten der Ausstellung:
Mo. - Fr. von 9.00 - 18.00 Uhr / Sa. 9.00 - 14.00 Uhr
Hannoversche Straße 55 37075 Göttingen
Tel.: 05 51 / 38 90 8 - 40

Jeden 1. Sonntag im Monat ist Schautag bei Ruhe & Co.!!!

NETZWERKTECHNIK LEINEMANN
GLASFASER | WLAN | TELEFONIE | LAN

HILFE BEIM
EINRICHTEN VON
GLASFASER
GESUCHT?

FUNKTIONIERT
DAS WLAN
NICHT RICHTIG?

PROBLEME
MIT DEM
TELEFON?

LAN
VERKABELUNG
BENÖTIGT?

☎ +49 5527 998028

📞 +49 5527 998028

📘 NETZWERKTECHNIK LEINEMANN

📷 NWTL.DE

✉ INFO@NWTL.DE

WWW.NWTL.DE

Virtuelle Ausstellung mit Werken von Dirk Malecki öffnet im Internet

Ergebnis der erfolgreichen „Stadt-Land-Fluss“-Präsentation bei Betten Kraft



Dirk Malecki

Am 14. November startete eine Dauerausstellung mit Gemälden von Dirk Malecki im Internet. Unter der Adresse www.dirk-malecki.de präsentiert der Maler „Impressionen aus Hann. Münden und Umgebung“ sowie unterschiedliche Portraitserien. Vom Start weg werden über 100 Werke in einem Kunst-katalog im PDF-Format als auch einem Flipbook der Öffentlichkeit präsentiert. Dabei können Kunstinteressierte der Seite durch großformatige Abbildungen der Gemälde „blättern“ wie in einem Kunstband. Im Laufe der Zeit wird die virtuelle Gemäldesammlung weiterwachsen.

Inspiziert zu seiner Online-Galerie wurde Dirk Malecki durch den großen Erfolg der von ihm initiierten und kuratierten Ausstellung „Gemalte Impressionen aus Hann. Münden und Umgebung“. Zwischen dem 21. Oktober und dem 11. November 2023 zeigten lokale

Künstler und Künstlerinnen in den Geschäftsräumen von Betten Kraft, dessen Inhaber Malecki ist, zahlreiche Landschaftsbilder aus der Region. Malecki: „Unsere Ausstellung fand so großen Zuspruch, dass ich mich entschlossen habe, meine Bilder dauerhaft der Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Das Internet bietet hierfür eine ideale Plattform.“

Im Netz ist die Ausstellung rund um die Uhr geöffnet und es gibt genug Platz für meine umfangreiche Bildersammlung.“ Derzeit kommen beinahe laufend neue Werke von Dirk Malecki hinzu. Zurzeit entstehen neben klassischen Landschaftsbildern und Darstellungen bekannter Motive aus der Region auch immer wieder eher ungewöhnliche Portraits. Ungewöhnlich sind vor allen Dingen die Modelle: Inspiriert von den Tierbildern des niederländischen Malers Paulus Potter portraitiert Malecki mit großer Leidenschaft Kühe:

„Ihre massigen Körper bieten eine perfekte Reflexionsfläche für das Spiel von Licht und Schatten. Auch scheinen Kühe in sich selbst zu ruhen. Sie sind dankbare Motive für eine entschleunigte Betrachtung, für eine Malerei der Ruhe und inneren Gelassenheit. Vielleicht kein schlechter Ansatz, in unserer hektischen Zeit.“

Nahezu alle Bilder, die Dirk Malecki in seiner Online-Ausstellung zeigt, stehen auch zum Verkauf. Jedoch weist der Künstler darauf hin, dass er keinen Online-Shop anbietet. Wer sich für eines seiner Werke interessiert, möge sich die Zeit nehmen und das Werk im Original ansehen.

„So viel Zeit muss sein“, meint der Maler. Interessierte wenden sich unter www.dirk-malecki.de für eine Terminvereinbarung an kontakt@dirk-malecki.de.

Grenzlandmuseum Eichsfeld: Ausstellung „Leseland DDR“

Zum 34. Jahrestag der Grenzöffnung zwischen der Bundesrepublik und der DDR hat das Grenzlandmuseum Eichsfeld die Sonderausstellung „Leseland DDR“ eröffnet. Einführend gab es einen Vortrag vom Archivar des Grenzlandmuseums Stefan Berndt über die spannende Geschichte des Insel Verlags, der 1901 gegründet wurde und während der deutschen Teilung in beiden deutschen Staaten existierte. Das Besondere des Insel Verlags sei nicht nur seine lange Geschichte, sondern auch die zwei Verlagshäuser nach der deutschen Teilung – eines im westdeutschen Wiesbaden und das Stammhaus im ostdeutschen Leipzig.

Die außergewöhnliche Historie des Verlages ist eingeflochten in die politischen Entwicklungen eines Jahrhunderts. In der Ausstellung „Leseland DDR“ erzählt der Historiker Dr. Stefan Wolle vom Schlangestein nach Büchern und von den Zensurmaßnahmen gegen kritische Schriftsteller, aber auch von sowjetischen Klassikern, Kinderbüchern und Science-Fiction in der DDR. Die Schau handelt nicht zuletzt von der grenzüberschreitenden Kraft, die Bücher entfalteten, die Weltreisen über die Grenzen des Landes hinweg ermöglichten. „Leseland DDR“ versteht sich als Anregung für Jung und Alt, alte Bücher aufzuschlagen, um die Geschichte der DDR im Spiegel ihrer Literatur (neu)

zu erkunden. Die Ausstellung wird gefördert von der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur. Bücher und Comics von DDR-Verlagen ergänzen die Plakatausstellung und stammen alle aus der Bibliothek des Grenzlandmuseums. Mehr Informationen zum Bibliotheksbestand unter: grenzlandmuseum.de/ernort/#bibliothek

Die Ausstellung wird bis März 2024 präsentiert.



„Weltzirkus“ - Ausstellung fantastischer Traumreisen von Ingo Schwan

Unter dem Titel „Weltzirkus“ stellt der Künstler Ingo Schwan, der den Duderstädtern vor allem als Musiker der Band Road Jack bekannt ist, einige seiner Werke in der Kulturstube aus. Die Vernissage beginnt am Freitag, 8. Dezember 2023, um 19 Uhr, musikalisch begleitet von der Pianistin Maria Schlechter.

Als fantastischen Realismus ordnet Ingo Schwan seine Bilder ein, die den Betrachter verweilen lassen, da es so viel zu entdecken gibt: traumhafte Welten, zahlreiche Details und Andeutungen, bunt und vielfältig, manchmal auch abgründig, so wie das Leben selbst.

Ingo Schwan studierte von 1976 bis 1979 an der Hochschule für Bildende Künste und Musik in Bremen mit dem Abschluss des Diplom-Designers und engagierte sich u.a. im Bund Bildender Künstlerinnen und Künstler Niedersachsen (BBK), wo er von 1995 bis 1997 auch Mitglied der Aufnahmekommission war. Zahlreiche Kunstausstellungen präsentierte Ingo Schwan bereits in ganz Norddeutschland. Die Ausstellung in der Duderstädter Kulturstube, Marktstraße 26, ist bis zum 7. Januar 2024 samstags von 12 bis 14 Uhr und am sonntags von 15 bis 18 Uhr zu sehen, oder nach telefonischer Vereinbarung.



Der Eintritt ist frei.

INGO SCHWAN

WELTZIRKUS

Arbeiten in Mischtechniken auf Papier



08. 12. 2023 - 07. 01. 2024
KULTURSTUBE, Marktstr. 26, Duderstadt

MATRATZENBERATUNG

mit Rückenmessung

Ihr Beratungstermin
☎ 05545 / 6312
Di - Fr 10 - 17h
Sa 10 - 14 h

BETTEN KRAFT
GUT LIEGEN - GUT SITZEN

Exklusiv-Beratung mit Termin Di, Mi und Fr 17 - 19 h, Mo geschlossen
A7 KS-GÖ / Abf. Hedemünden · Mündener Str. 9 · www.betten-kraft.de

Bildaufgaben bauen Barrieren auf Webseiten



«Klicken Sie auf alle Felder mit Fahrrädern», fordert die Webseite, während ein Kachelfeld mit Fotos angezeigt wird. Oder man muss Buchstaben vor einem verworrenen Hintergrund erkennen und abtippen. Mit solchen Captcha-Tests wollen Betreiber von Webseiten Menschen von Maschinen unterscheiden und missbräuchliche, automatisierte Anmeldeversuche, andere Formulareingaben oder Abfragen verhindern.

Kein Zutritt für Bots - und Blinde?

Das ist ein berechtigtes Interesse, um etwa Spam-Angriffe abzuwehren. Und Bot-Software kommt an dieser Stelle oft tatsächlich nicht weiter. Menschen mit Sehbehinderungen allerdings auch nicht. Ohne fremde Hilfe ist für sie bei den auf visueller Wahrnehmung basierenden Captchas Schluss, erklärt der Deutsche Blinden- und Sehbehindertenverband (DBSV). Wer eine Webseite neu erstellt oder eine bestehende Webseite betreut, tut also gut daran, bei Bedarf neben Bildaufgaben parallel eine auf Hören basierende Alternative einzurichten, um Barrierefreiheit für möglichst viele Menschen zu gewährleisten.

Raus aus der Miete!

Jetzt informieren! Telefon: 0551-5053000

Borchard Massivhaus GmbH & Co. KG
37079 Göttingen - Gerhard-Zillich-Str. 8
www.borchardmassivhaus.de

Containerdienst MARHENKE

Gewerbemüll	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.2em;">Telefon 05528 1316</p>
Speremüll	
Bauschuttentsorgung	
Container	

fachgerechte Entsorgung von Abfällen

Transport- u. Containerdienst
Marhenke Preiss GbR
Ludwig-Erhard-Straße 9
34434 Gieboldehausen

Zustellung per an alle Haushalte

Die nächste Ausgabe erscheint im Dezember 2023



Impressum

Mundus Marketing & Interactive GmbH

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff

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

Kaufmännische Leitung: Claudia Tarsa

Verkauf: Nadine Rohpeter (Ltg.), Sinja Nordhausen,
Heidrun Wegener-Kerff, Inga Bach, Silke Thorhauer

Redaktion: Claudia Nachtwey, Susanne Wesche, Bernard Marks,
redaktion@mundus-online.de

Grafik & Layout: Viktoria Kuke, Paulina Müller

Social Media: Viktoria Kuke, Michelle Merk

Vertrieb: Jan Kerff

Erscheint monatlich, postalische Verteilung an alle Haushalte in Duderstadt sowie Auslage an ausgewählten Ablagestellen

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

Auflage: 15.000 Stk.

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

www.meineregion365.de

Weitere Titel von Mundus:



Ihre Mediaberaterinnen



Heidrun Wegener-Kerff 05541 95799-14
Sinja Nordhausen 05541 95799-18
Nadine Rohpeter 05541 95799-15



meineRegion365.de

FESTLICH AUFTISCHEN! TISCHGRUPPEN gigantische RÄUMUNG

SCHNELL SEIN LOHNT SICH - SOFORT - GÜNSTIG - SCHÖN!

Auch viele...

POLSTERGARNITUREN, BOXSPRINGBETTEN

SCHLAFZIMMER, ANBAUWÄNDE

...sofort verfügbar

Vorsprung durch Design und Qualität

make schneidwerk

Das neue Wohnerlebnis

...und viele andere mehr!

**Was weg ist,
ist, weg!!!**

JETZT
BARES
SPAREN

MUSTERSTÜCKE,
AUSSTELLUNGSMÖBEL
UND VIELES MEHR!

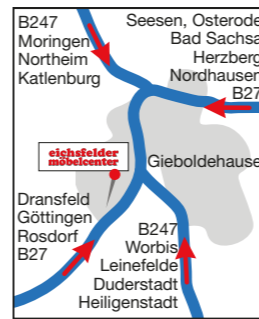


Weitere
Impressionen?
Dann einfach mit
dem Smartphone
oder Tablet den
Code scannen und
mehr erfahren...

Alles Abholpreise. Gültig bis 23.12.2023

eichsfelder möbelcenter

Gieboldehausen



eichsfelder möbelcenter GmbH & Co. KG, 37434 Gieboldehausen, Ludwig-Erhard-Straße 1
Tel. 0 55 28/999-666 Mo. – Fr. 9.30 bis 19 Uhr Samstag 9 bis 16 Uhr

Schenken und schauen – Das Geschenkabo

23/24 →



... das ideale Geschenk zu Weihnachten und allen anderen festlichen Anlässen: Sie schenken zwei Besuche für Aufführungen im dt.1 und einen Besuch für das dt.2. Stücke und Termine können frei gewählt werden. Das Geschenkabo gibt es zum Preis von 66,00 Euro und ist bis zum Ende der aktuellen Spielzeit 23/24 gültig. Ausgenommen sind Premieren, Sonderveranstaltungen und Gastspiele.



Karten und Infos
0551.49 69-300
www.dt-goettingen.de

deutsches
theater
göttingen