

meine **region**

Das Gesellschaftsmagazin für Südniedersachsen **Göttingen**



So klappt es mit der Berufswahl

Göttinger Berufsinformationstag (GöBit) am 25. Februar in der Göttinger Lokhalle



IHK gegen Kirchturm-Denken



Riverdance: Show der Superlative

WENDE MICH!



SONNTAGS-SPEZIAL JUBILÄUMSAUSGABE

2023 MESSE NEUHEITEN

IN ALLEN ABTEILUNGEN

VERKAUFSOFFENER
SONNTAG

12.

FEBRUAR

13-18 UHR GEÖFFNET
MIT BERATUNG UND VERKAUF

MONTAG

6.

FEBRUAR
9.30 - 19 UHR GEÖFFNET

DIENSTAG

7.

FEBRUAR
9.30 - 19 UHR GEÖFFNET

MITTWOCH

8.

FEBRUAR
9.30 - 19 UHR GEÖFFNET

DONNERSTAG

9.

FEBRUAR
9.30 - 19 UHR GEÖFFNET

FREITAG

10.

FEBRUAR
9.30 - 19 UHR GEÖFFNET

SAMSTAG

11.

FEBRUAR
9 - 16 UHR GEÖFFNET



*Angesagter
Cordbezug*



1) Nur gültig für Neuaufträge. Ausgenommen in Prospekten beworbene, als reduziert gekennzeichnete sowie mit Werbepreisen ausgezeichnete Ware. Ebenfalls ausgenommen ist Ware der Hersteller Casada, Coco Watson, Henders & Hazel und Xooon. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Gültig bis 12.02.2023.

**EINMALIG • RICHTIG
• SPAREN!**

MESSE

33%

KOMPLETT-
RABATT¹⁾

MESSE
NEU
-HEIT!

*Wir machen
das für Sie!*

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 9.00 - 16.00 Uhr | EMC-05-23-01

Liebe Leserinnen und Leser,

der Januar ist geschafft. Die Tage werden länger. Das Wetter ist noch ungemütlich. Manchmal fällt es schwer, sich zu motivieren oder gar energiegeladen zu fühlen. Meist muss man den inneren Schweinehund besiegen, um sich aktiv zu bewegen und frische Luft zu schnappen – obwohl es kalt und ungemütlich ist, hilft Sport, sowohl körperlich als auch geistig fit zu bleiben.

Man kann aber auch die bevorstehenden „tollen Tage“ nutzen, um sich mal wieder ins Faschingskostüm zu wagen und an den närrischen Feiern allerorts teilzunehmen, das Tanzbein zu schwingen und die Lachmuskeln zu trainieren, wenn sich die Redner in der Bütt übertrumpfen. Karneval ist eine Zeit der Freude, des Ausgelassenseins und der gesellschaftlichen Integration. In diesen Tagen werden Barrieren abgebaut und es wird gemeinsam gefeiert. Mit dem Blick auf die Nachrichten bleibt einem aber das Lachen mitunter im Hals stecken. Der Krieg in der Ukraine jährt sich am 24. dieses

Monats. Und wir finden keine Worte für das Geschehen: So viel Elend, Zerstörung und Tod. So viele trauernde Menschen, zerschmetterte Hoffnungen und gebrandmarkte Kinder. Das Jahr begann neu, der Krieg blieb.

Und wir bleiben bei unserem Plädoyer:

Frieden ist das Fundament für eine gerechte Welt. Ohne Frieden leiden Menschen unter Angst und Unsicherheit. Lasst uns für Gerechtigkeit, Toleranz, Dialog und Verständnis einsetzen, wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen unseres informativen Magazins.

Darüber hinaus möchten wir noch ein herzliches Dankeschön an alle Geschäftspartner, die unser Weihnachtsgewinnspiel mit ihren Sachspenden und Gutscheinen großzügig unterstützt haben, richten. Und natürlich geht auch ein großes DANKE an unsere Leser und alle Teilnehmer.

Ihr Jörg Christian Bornhoff



Nadine Rohpeter,
Verkaufsleitung
05541 95799-15



Jörg Christian Bornhoff,
geschäftsführender
Herausgeber



Lutz Conrad
Redakteur, Ltg.
conrad@mundus-online.de
Tel. 0175 522 06 20

**Sie erreichen unsere Redaktion
und unseren Verkauf unter: 05541 95799-0**



**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.pflegefamiliewerden.de



Jugendhilfe Süd-Niedersachsen e.V. - J S N -
Verband südniedersächsischer Jugendämter



KANZLEI KRONE
RECHTSANWÄLTE

Wir unterstützen Sie u. a. bei folgenden Rechtsangelegenheiten:

- Arbeitsrecht
- Baurecht
- Datenschutzrecht
- Erbrecht
- Familienrecht
- Gesellschaftsrecht
- Grundstücksrecht
- Internetrecht
- Mietrecht
- Strafrecht
- Verkehrsrecht
- Verwaltungsrecht

Gerne beraten und vertreten wir Sie auch auf Englisch, Französisch und Russisch.
Weitere Informationen finden Sie unter www.kanzlei-krone.de

KANZLEI KRONE - Rechtsanwälte

Rechtsanwalt	Wilbrand W. Krone (Inhaber)
Rechtsanwältin	Oksana Manachow
Rechtsanwalt	Cornelius Panse

NAMEN UND NOTIZEN

BG-Fans sammeln 1.200 Euro

Die Fans der BG Göttingen haben wieder einmal bewiesen, dass nicht nur ihre Begeisterung für den Basketball groß ist, sondern auch ihr Engagement für die gute Sache. Ende No-



vember fiel der Startschuss für die Krombacher Zipfelmützen-Aktion 2022. Und schon ein Blick auf die Ränge ließ erahnen, dass auch die dritte Auflage wieder ein voller Erfolg werden sollte. Hunderte lila-weiße Zipfelmützen waren in der Arena zu sehen. Dementsprechend erfreulich war auch die Spendensumme, die bei der Aktion zusammenkam: Insgesamt 1.200 Euro konnten dank der Unterstützung der Fans an die Tafel Göttingen übergeben werden. „Uns geht immer wieder das Herz auf, wenn wir merken, wie verlässlich unsere Fans und Zuschauer Aktionen für einen guten Zweck unterstützen. Das ist gerade in diesen Zeiten nicht selbstverständlich und dafür bedanken wir uns ausdrücklich“, sagt BG-Geschäftsführer **Frank Meinertshagen**.

Die Tafel Göttingen unterstützt zurzeit direkt rund 1.500 Menschen, darunter rund 500 Kinder und Jugendliche. Zudem beliefert die Tafel weitere Einrichtungen mit geretteten Lebensmitteln wie den Mittagstisch St. Michael oder das Drogenberatungszentrum Göttingen.

Mit dem von den BG-Fans gespendeten Geld soll der Kauf eines neuen Kühlfahrzeugs mitfinanziert werden, damit die Kühlkette bei der Lebensmittelabholung eingehalten wird und Kühlware wie Käse oder Wurst weiterhin an die Kundinnen und Kunden ausgegeben werden kann.

Ehrenmedaille für Stefan Hell

Der Göttinger Physiker und Nobelpreisträger **Prof. Dr. Stefan Hell** hat die Ehrenmedaille „In Publica Commoda“ der Universität Göttingen erhalten. Die Universität zeichnet ihn damit für seine Verdienste um die Grundlagenforschung am Standort Göttingen und die Entwicklung des Göttingen Campus aus. Hell ist Direktor am Max-Planck-Institut für Multidis-



ziplinäre Naturwissenschaften in Göttingen und Honorarprofessor für Experimentalphysik an der Universität Göttingen.

„**Stefan Hell** hat sich in den vergangenen Jahren mit großem Engagement für den Aufbau und die Entwicklung des Göttingen Campus eingesetzt“, so Universitätspräsident **Prof. Dr. Metin Tolan**. Hell ist an zahlreichen Forschungsprojekten mit Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern der Universität und Universitätsmedizin Göttingen beteiligt. „Indem er seinen Namen, seine Unterlagen und ein STED-Mikroskop zur Verfügung stellte, machte er 2017 die gut besuchte Ausstellung „ON/OFF. Vom Nobelpreis und den Grenzen der Wissenschaft“ als erste Teaser-Ausstellung für das Forum Wissen möglich“, so Tolan. „Mit seinem Engagement für die Fusion der Göttinger Max-Planck-Institute für biophysikalische Chemie und für Experimentelle Medizin zum Max-Planck-Institut für Multidisziplinäre Naturwissenschaften, dem größten in der Max-Planck-Gesellschaft, hat er in entscheidender Weise zur Zukunftssicherung des Wissenschaftsstandorts Göttingen beigetragen.“

Mit der Universitätsmedaille „In Publica Commoda“ würdigt die Universität Göttingen Menschen, die sich um die Universität und ihre im Leitbild festgehaltenen Ziele und Anliegen verdient gemacht haben. Verliehen wurde sie bisher an **Prof. Dr. Bernward Märländer** (2018) und **Prof. Dr. Horst Kern** (2021).

2.100 Tonnen CO₂ können gespart werden

Die Geschäftsleitungen der Refratechnik Cement GmbH und der Stadtwerke Göttingen AG haben einen Liefervertrag für die langfristige Nutzung der Abwärme aus dem Produktionsprozess des Göttinger Feuerfest-Unternehmens für das Fernwärmenetz des kommunalen Versorgers unterzeichnet. Dazu trafen sich am Standort der Stadtwerke in der Hildebrandstraße von Refratechnik der Geschäftsführer **Dr. Christian Meyre** und die projektleitende Mineralogin **Dr. Kathrin Weber** zusammen mit den beiden Vorständen der Stadtwerke, **Dr. Gerd Rappenecker** und **Frank Wiegelmann** sowie



dem projektverantwortlichen Bereichsleiter **Jochen Ritter**. Die Refratechnik betreibt in der Rudolf-Winkel-Straße im Gewerbegebiet Grone eine Produktionsanlage zur Herstellung von Feuerfestprodukten für industrielle Hochtemperaturprozesse. Die im Rahmen des Herstellungsprozesses anfallenden Wärmemengen sollen ab dem 1. Januar 2024 in das Fernwärmenetz der Stadtwerke eingespeist werden und damit den Anteil der erneuerbaren Wärmeversorgung um zehn Prozent steigern. Die Nutzung der Abwärme ist ein wesentlicher Baustein des klimafreundlichen Gesamtkonzeptes der Stadtwerke und der Sartorius Stedim Biotech GmbH. Anfang dieses Jahres startete das kommunale Versorgungsunternehmen das neue Großprojekt in Richtung Göttingens Nord-Westen zum Ausbau der erneuerbaren Wärmeversorgung, insbesondere der neuen Sartorius-Produktionsanlagen an der Otto-Brenner-Straße.

Sartorius, ein international führendes Unternehmen im Bereich der biopharmazeutischen Forschung und Industrie mit Hauptsitz in Göttingen, strebt die Klimaneutralität seines Göttinger Standortes bis 2030 an. Eine entsprechend nachhaltige Versorgung mit erneuerbarer Wärme und Kälte ist dabei ein wesentlicher Baustein. Einen Großteil der benötigten Energiemenge von 3 MW nachhaltiger Prozess- und Raumwärme soll aus der Abwärme des Produktionsbetriebes der Refratechnik in der Rudolf-Winkel-Straße gewonnen werden. Der Umwelt bleiben jährlich durch die Abwärmennutzung etwa 2.100 Tonnen CO₂ bei der Wärmeversorgung erspart. Mit der über die Refratechnik Cement GmbH eingespeisten Wärmemenge könnten jedes Jahr rund 320 Einfamilienhäuser versorgt werden. Die Stadtwerke investieren in das Kooperationsprojekt rund zwei Millionen Euro.

Neues von der Kreisfeuerwehr

Der Kreistag des Landkreises Göttingen hat Kreisbrandmeister **Volker Keilholz** und die stellvertretenden Kreisbrandmeister **Karsten Beuermann** und **Karsten Krügener** feierlich aus ihrem Dienst verabschiedet. Gleichzeitig wurden folgende Funktionsträger der Kreisfeuerwehr einstimmig vom Kreistag für die Dauer von sechs Jahren in das



Ehrenbeamtenverhältnis berufen: **Karsten Krügener** zum Kreisbrandmeister, **Claus Bode** und **Achim Spangenberg** zum stellvertretenden Kreisbrandmeister, **Heiko Böhlken** zum Abschnittsleiter BA II, **Jan-Niklas Steppat** zum stellvertretenden Abschnittsleiter BA I und **Marius Nienstedt** zum stellvertretenden Abschnittsleiter BA II. Landrat **Marcel Riet-hig** hob in seiner Dankesrede die herausragende Bedeutung des Ehrenamtes bei der Freiwilligen Feuerwehr hervor. „Es handelt sich nicht nur um einen Dienst an der Gemeinschaft, sondern auch um die verantwortungsvolle Übernahme einer gesetzlichen Aufgabe. Retten-Löschen-Bergenschützen - nicht selten wird dabei das eigene Leben aufs Spiel gesetzt und das rund um die Uhr. Gerade in unserer Kreisfeuerwehr haben wir Funktionsträger, die dafür stehen, dass das Feuerwehrwesen funktioniert. Für diese geleistete Arbeit können wir gar nicht genug danken“. Kreisrätin **Marlies Dornieden**, zuständig für die Kreisfeuerwehr. „Die Zusammenarbeit mit **Volker Keilholz**, **Karsten Beuermann** und **Karsten Krügener** war sehr gut. Die drei haben sich dabei in ganz besonderer Weise als Team ergänzt“.



Gruppenfoto beim Göttinger IHK-Jahresempfang mit (v.l.) IHK-Präsident **Gerhard Oppermann**, Uni-Präsident Prof. Dr. **Metin Tolan**, IHK-Vizepräsidentin **Birgitt Witter-Wirsam**, IHK-Geschäftsstellenleiter **Christian Grascha** und IHK-Hauptgeschäftsführerin **Maïke Bielfeldt**. Foto: IHK / Stephan Beuermann Trapezfilm

„Brauchen kein Kirchturm-Denken!“

400 Gäste beim IHK-Jahresauftakt in der Göttinger Lokhalle

Die Region hat großes Potenzial und mit der Südniedersachsen-Stiftung eine gemeinsame Plattform. Trotzdem: Der Erfolg komme nicht von selbst. Das sprach IHK-Vizepräsidentin **Birgitt Witter-Wirsam** beim IHK-Jahresauftakt in der Göttinger Lokhalle vor 400 Gästen deutlich an. Begrüßt wurden die Gäste auch vom neuen Geschäftsführer der IHK-Geschäftsstelle Göttingen, **Christian Grascha**, der die bisherige Leiterin **Nadia Mohseni** während ihrer Elternzeit vertritt.

Mit dem Fachkräftemangel nahm Witter-Wirsam ein Thema auf, das IHK-Präsident Gerhard Oppermann bereits angesprochen hatte und

das er als wesentliches Risiko für die Unternehmen auch in Göttingen hervorhob. Witter-Wirsam knüpfte daran unmittelbar an: Die Region müsse sich im Wettbewerb um Fachkräfte besser aufstellen, und das vor allem gemeinsam: „Unser Wirtschaftsraum hat viel Potenzial“, so die IHK-Vizepräsidentin. Die Voraussetzungen mit dem Oberzentrum und Wissenschaftsstandort Göttingen, der Nord-Süd-Achse sowohl beim Schienen- als auch beim Straßenverkehr sowie die Wohn- und Lebensqualität seien ideal.

Allerdings müssten diese Potenziale auch genutzt werden. Dazu sei eine gemeinsame Anstrengung von Wirtschaft, Politik, Verwaltung

Depression im Alter

Schulung für professionell Pflegende und Angehörige

 **GESUNDHEITSREGION**
Göttingen/Süd-niedersachsen

UNIVERSITÄTSMEDIZIN GÖTTINGEN **UMG**  **bündnis gegen DEPRESSION in südniedersachsen**



22. Februar 2023 | 10.00–11.30 Uhr
Tanzschule Krebs | Leibnizstraße 1A | 37083 Göttingen



connect-hc.de

Mit Dr. Katrin Radenbach, Oberärztin der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universitätsmedizin Göttingen und anschließender offener Gesprächsrunde.

Um Anmeldung wird gebeten unter:
info@gesundheitsregiongoettingen.de
www.gesundheitsregiongoettingen.de



Uni-Präsident Prof. Dr. Metin Tolan

und Wissenschaft notwendig, machte Witter-Wirsam deutlich. „Die letzten Jahre haben gezeigt, welche besondere Bedeutung in diesem Zusammenspiel die gemeinsam getragene Südniedersachsen-Stiftung hat.“ Wesentliche Ansatzpunkte für die Arbeit der Stiftung sieht Witter-Wirsam neben dem Regionalmarketing auch künftig im Technologie- und Wissenstransfer sowie – eng verbunden damit – bei der Gründungsförderung.

Eine starke Region brauche kein Kirchturm-Denken, mahnte die IHK-Vizepräsidentin. Wo genau Arbeitsplätze entstehen, sei für die Stärke der Region insgesamt unwichtig. Angesichts mancherorts knapper Gewerbeflächen, während anderswo noch genug Möglichkeiten sind, lobte Witter-Wirsam ausdrücklich den Ansatz der Landkreise Göttingen und Northeim, ein gemeinsames Gewerbeflächen- und Entwicklungskonzept zu erarbeiten. Sie dankte dafür ausdrücklich Göttingens Landrat **Marcel Riethig** und Northeims Landrätin **Astrid Klinkert-Kittel**. Das sei ein erster Schritt, bei dem es aber nicht bleiben dürfe: Auch die Vermarktung der Flächen sollte landkreisübergreifend und unter Beteiligung möglichst vieler Städte und Gemeinden erfolgen. Aus einer solchen Zusammenarbeit entstehe dann ein neues Wir-Gefühl – und das könne dann eine Grundlage sein, um die Region zukunftsfest zu machen. „Schließlich“, so Birgitt Witter-Wirsam, „wollen wir unsere Region nicht für die nächsten sechs Wochen, sondern für unsere und die kommenden Generationen aufstellen.“

Auch das Thema Bürokratieabbau lag der Vizepräsidentin am Herzen: „Wir brauchen endlich statt einer ‚Das-geht-nicht-weil-Gesellschaft‘ eine ‚Wir-machen-das-Gesellschaft‘ – unter dem Motto ‚einfach mal machen, könnt‘ ja gut werden.“

Bei all den ernsten Themen sorgte zwischendurch Universitätspräsident Prof. Dr. **Metin Tolan** mit seinem Vortrag „Geschüttelt. Nicht gerührt. James Bond im Visier der Physik“ für allerbeste Unterhaltung.



IHK-Vizepräsidentin Birgitt Witter-Wirsam konnte 400 Gäste in der Göttinger Lokhalle begrüßen.
Fotos: IHK / Stephan Beuermann Trapezfilm



Das Publikum war begeistert



Claudia Leuner-Haverich (Städt. Wohnungsbau) und Erste Kreisrätin Doreen Fragel



Dominik Kimyon (Sprecher Stadt Göttingen), André Sikulski und Rainer Nolte (beide Polizeiinspektion Göttingen, v.l.)



Landrat Marcel Riethig, Katharina Koschel (GF ABW Osterode), Olaf Feuerstein (Freizeit In) und Alexander Schneehain (sjs Rechtsanwälte, v.l.)

FREIgeist

QUARTIER HOTEL GÖTTINGEN
NORDSTADT

Internationaler Treffpunkt auf historischem Gelände: Mit dem FREIgeist Göttingen Nordstadt wurde das zweite Design Hotel™ in der Stadt eröffnet

Vor einem halben Jahr eröffnete die FREIgeist Hotel Gruppe ihr zweites Haus in Göttingen. Das A Member of Design Hotels™ FREIgeist Göttingen Nordstadt mit Tagungs- und Konferenzräumen sowie Sauna- und Fitnessbereich vereint außergewöhnliches Design mit einem modernen Nutzungskonzept und innovativen Gastro-Angeboten auf dem ehemaligen Werksgelände der Sartorius AG. Das sogenannte Sartorius Quartier umfasst knapp 2,3 Hektar und wurde mit dem renommierten Brownfield24 Award in der Kategorie Wohnen ausgezeichnet.



Mit seiner schlichten Steinfassade und großen Sprossenfenstern im Industrielook strahlt das neue Design Hotel™ eine urbane Coolness aus. Im Inneren überzeugt das Haus mit hochwertigen Designmöbeln, ausgewählten Vintage-Objekten und edlen Naturmaterialien. Hier trifft man sich im Viani Alimentari zu Cappuccino und Cornetto, im East of Italy zu Mezze und echter neapolitanischer Pizza und in der Weights & Measures oder Skybar auf einen After-Work-Drink. Nähere Informationen sind unter www.freigeist-nordstadt.de zu finden. Wie schon beim FREIgeist Göttingen in der Innenstadt liegt auch beim FREIgeist Göttingen Nordstadt ein besonderer Fokus auf dem Thema Design. Ziel von Georg Rosentreter, geschäftsführender Gesellschafter der FREIgeist Hotels, war es, den kosmopolitischen und modernen Look des Stadthotels mit warmen Elementen zu kombinieren. Innenarchitektur und Einrichtung des Hotels greifen dabei die Historie des Standorts auf. Entstanden ist ein individueller und vor allem authentischer Industrielook.



Restaurant East of Italy



Weights & Measures Bar



FREIgeist Homes

Restaurant East of Italy. Levante Küche trifft auf Italien: In der offenen Showküche des Restaurants East of Italy bereitet das internationale Küchenteam eine lebensfrohe levantinische Küche mit Einflüssen aus Israel, Syrien, Jordanien und dem Libanon zu – und kombiniert diese mit dem italienischen Klassiker schlechthin: Der Pizza. Aber nicht irgendeiner, sondern der echten neapolitanischen Pizza mit luftigem Rand und saftigem Teig. Damit diese gelingt, hat der Pizzaiolo des East of Italy den besten Pizzaofen Italiens zur Verfügung – einen 500 Grad heißen Ofen von Moretti. Es gibt also viel zu entdecken im East of Italy. Und das nicht nur kulinarisch. Auch das Interieur lädt dank des gekonnten Zusammenspiels von roughem Industrie-Charme und mediterran anmutenden Akzenten zum Staunen und Genießen ein.

Weights & Measures Bar & Skybar. In der Weights & Measures Bar gehen die Gäste auf eine Reise durch den östlichen Mittelmeerraum. Wer etwas Besonderes ohne Alkohol sucht, wird ebenfalls bei den Signature Cocktails fündig. Außerdem präsentiert die Getränkekarte eine große Auswahl an schottischen und deutschen Whiskeys. Hoch hinaus geht es in der Skybar im sechsten Stock des Hotels. Hier genießen Hotel- und Quartiersgäste gemeinsam mit Locals ihren After-Work-Drink mit Blick auf Göttingen und die Umgebung. Gemütliche Loungemöbel von Gommeire, Pflanzen und Sonnenschirme laden dazu ein, entspannte Stunden über den Dächern der Stadt zu verbringen.

FREIgeist Homes. Ein zweites Zuhause bieten auch die FREIgeist Homes. Die insgesamt 114 Apartments zwischen 18 und 52 Quadratmetern verfügen über eine voll ausgestattete Küchenzeile mit Induktionskochfeld und Kühlschrank, Mikrowelle mit Backofenfunktion, Kaffeemaschine und Wasserkocher. Ein Schreibtisch und High-Speed-WLAN sorgen für gute Arbeitsbedingungen. Wer mag, bucht ein Apartment mit Balkon und genießt außerdem die Vorteile des Hotels mit seinen beiden Bars und dem Restaurant sowie dem italienischen Feinkostgeschäft Viani Alimentari zum Einkaufen & Genießen vor Ort. Nur eines ist ganz exklusiv für die Gäste der FREIgeist Homes: Eine 120 Quadratmeter große Dachterrasse mit Blick auf das Quartier. Kochen in Gemeinschaft verspricht die 150 Quadratmeter große Quartiersküche im FREIgeist Homes, die komplett mit Miele-Markengeräten ausgestattet ist und viel Raum für gute Partys und gelungene Meetings bietet. Hier kann man sich mit Familie, Freunden oder den Kollegen einmieten und an einem FREIgeist-Kochkurs teilhaben. „Mit unseren Appartements bieten wir ein weiteres wichtiges Angebot auf dem modernen Areal, das Leben, Genuss, Wohnen und Arbeiten verbindet“, sagt Rosentreter.

FREIgeist

WISSEN HOTEL GÖTTINGEN
INNENSTADT

A Member of Design Hotels™ FREIgeist Göttingen Innenstadt

Dicht am Zeitgeist. Bereits im Juli 2018 hat die Stadt der Denker und Philosophen Hotelzuwachs mit dem FREIgeist Göttingen Innenstadt bekommen. Getreu seinem Namen ist das Haus ein Ort für Freidenker. Für Menschen, die sich durch ungewöhnliche Orte inspirieren lassen und urbane Konzepte mögen. Und dank der Aufnahme in das renommierte Portfolio handverlesener Design Hotels™ zudem Reiseziel für internationale Designliebhaber und Freunde individuell gelebter Gastfreundschaft.

Gemeinsam mit dem „Forum Wissen“ der Universität - dem neu entstandenen Wissens-Museum- sowie dem Sparkassen-Neubau bildet das Haus ein lebendiges Innenstadtquartier inklusive Restaurant und Bar - perfekt gelegen zwischen dem Hauptbahnhof und der Innenstadt. Und egal, wo man sich als Gast aufhält: Man spürt im gesamten Haus die Leidenschaft für Design. 118 Zimmer verteilen sich auf die fünf Stockwerke des Hauses. Sie alle sind im nordischen Design gehalten, schnörkellos und mit hochwertigen Materialien gebaut. Die Zimmer sind vollklimatisiert und verfügen über Smart TV, Safe und Minibar.

Restaurant INTUU. Teilen ist das neue Haben. Wer teilt, kann mehr probieren. Deshalb sind die Gerichte im Restaurant INTUU so konzipiert, dass man sie wunderbar teilen kann - aber natürlich nicht muss. Küchenchefs Dennis Düvel & Stefan Wiede präsentieren im INTUU eine moderne Nikkei-Küche - also das Beste aus Japan und Südamerika.

Sushi und Sashimi, Ceviche sowie Gemüse, Fisch und bestes Fleisch vom Jospier-Grill stehen auf der Karte und werden auf Serax-Geschirr serviert. Die offen einsehbare Küche mit Sushi-Tresen erlaubt Gästen, dem Küchenteam bei der Arbeit zuzuschauen. Ein großer, runder Tisch für bis zu zehn Personen garantiert ein lebendiges Miteinander in entspannter Atmosphäre. Im Sommer kann auch draußen gegessen werden. Der Innenhof bietet eine Restaurantbestuhlung, gemütliche Lounge-Ecken und eine Container-Bar.

HERBARIUM Bar. Pflanzengeist im Glas. Durch die HERBARIUM Bar zieht sich eine lange Theke. Kupferne, schwebende Sitzbänke und klar designte Sessel bestimmen das Interieur. Wer seinen Drink gerne am Feuer genießen will, lässt sich in der Lounge mit ihrem kupfernen Kamin nieder. Im Mittelpunkt der Bar steht die grüne, vertikale Wandinstallation aus Pflanzen und Kräutern, von der Barchef Yannick Bertram viele der verwendeten Zutaten direkt vor den Augen der Gäste erntet. Barchef und Konzept sind einzigartig, sodass Bertram und sein Team sich im Oktober 2022 über die Auszeichnung „Beste Hotelbar Deutschlands“ vom FALSTAFF freuen durfte. Die Dachterrasse ist bei gutem Wetter einer der schönsten Orte Göttingens. Feinkörniger Sand, Holzdielen und ein Sonnensegel lassen dort echtes Beach-Feeling aufkommen. Wer mag, entspannt also bei einem Boule-Spiel oder in einer der Hängematten und verbringt lässig-schöne Stunden über den Dächern der Stadt.



Reduziert und zeitlos elegant. 118 Zimmer verteilen sich auf die fünf Stockwerke des Hauses. Sie alle sind im nordischen Design gehalten, schnörkellos und mit hochwertigen Materialien gebaut. Eichenholz-Böden bringen Wärme in die Zimmer, Boxspringbetten mit einem Eschenholz-Kopfteil sorgen für höchsten Schlafkomfort.

Individuell ausgesuchte Designobjekte, wie Beton-Industrielampen von Serax, handgefertigte Sessel des niederländischen Labels pols potten und Beistelltische von Notre Monde, bringen das gewisse Extra und geben dem Haus einen unverwechselbaren Charakter. Besonderer Blickfang sind die eigens entworfenen Kleiderschränke in Retro-Kühlschrank-Optik. In den Bädern mit Betonsteinfliesen dominieren die Duschen mit ihrer blauen Glasrückwand. Die individuellen Waschtische aus Esche tragen ein Vallone-Waschbecken, die Pflegeprodukte kommen aus dem Hause L:A BRUKET, einer rein biologisch arbeitenden, schwedischen Kosmetikfirma.



Restaurant INTUU



HERBARIUM Bar

Nächste Premieren

2223 →

Hedwig and the Angry Inch

Rockmusical
ab 28.1.

Pirsch

Uraufführung
ab 29.1.

Mitwisser

ab 25.2.

deutsches
theater
göttingen

BIKELEASING.DE

Mehr als Dienstrad

Arbeiten und Karriere machen beim Bikeleasing-Service

Wer wir sind?

Umweltbewusst, engagiert und serviceorientiert: Unser Erfolg ist das Ergebnis starker Teamarbeit: An unseren Unternehmensstandorten im südniedersächsischen Uslar, im hessischen Vellmar und in Innsbruck (Österreich) sind zurzeit rund 140 Dienstrad-Begeisterte beschäftigt.

Was wir machen?

Wir bringen Arbeitnehmer, Selbstständige und Freiberufler aufs Dienstrad. Aktuell nutzen mehr als 40.000 Unternehmen und Organisationen des öffentlichen Dienstes mit über 2,3 Millionen Angestellten die Leistungen der Bikeleasing-Service GmbH & Co. KG.

Perspektiven für die Zukunft

Wir wachsen weiter und fördern zukunftsfähige, ökologische und sozial gerechte Mobilität, indem wir uns dafür einsetzen, dass in Zukunft noch mehr Menschen die Vorteile des leasingfinanzierten Dienstrads nutzen können. **Werde Teil unserer Erfolgsgeschichte!**

Klar, dass Du als Bikeleasing-Mitarbeiter über uns als Arbeitgeber bis zu zwei Fahrräder oder Pedelecs leasen kannst. Wir haben aber noch viel mehr zu bieten:

Alles was Du brauchst, um beruflich bei uns durchzustarten: Beim Bikeleasing-Service erwarten Dich spannende Aufgaben, ein durchdachtes Onboarding, technisch bestens ausgestattete Arbeitsplätze und faire Arbeitsbedingungen.

Beste Voraussetzungen für die Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben. Dafür sorgen wir mit unbefristeten Arbeitsverträgen für berufliche Planbarkeit, 30 Urlaubstagen, flexibler Arbeitszeiteinteilung und der Möglichkeit im Homeoffice zu arbeiten.

Eine starke Gemeinschaft, die sich zusammen für nachhaltige Mobilität einsetzt. Wir sind stolz auf unseren Erfolg und darauf, dass das Miteinander in unserem ständig wachsenden Team von gegenseitigem Respekt und Wertschätzung geprägt ist.

Neue Herausforderung gesucht?

Dann bist du bei uns richtig!

Wir suchen motivierte Mitarbeiter (m/w/d) für unser schnell wachsendes Unternehmen am Standort Uslar

- Sachbearbeiter Ausschreibungen
- Mitarbeiter Prozessmanagement
- Mitarbeiter Payroll/Entgeltabrechnung
- Sachbearbeiter Telefonsupport
- Sachbearbeiter Buchhaltung
- Jurist
- Zweiradmechaniker

Infos und weitere Stellenangebote:
bikeleasing.de/karriere

BIKELEASING.DE





ERFOLGREICHE ERÖFFNUNG:

Möbel Jaeger und Dieckmann Einrichtungen

„Ein Zuhause, so einzigartig, wie Sie selbst.“

Bernd und Gül Jaeger hatten gemeinsam mit Hausleiter Peter Tönies Stammkunden und viele weitere Gäste zur feierlichen Wiedereröffnung von Dieckmann Einrichtungen by Möbel Jaeger in die Burgstraße eingeladen. „Entdecken Sie den Luxus geschmackvollen Interieurs und lassen Sie sich von hochwertigen Materialien und zeitlosen Designs verzaubern. Unsere Kollektionen bieten eine perfekte Balance aus Funktionalität und Ästhetik, um Ihrem Zuhause ein angenehmes und einladendes Ambiente zu verleihen“, so Bernd Jaeger. Jedes Detail wurde sorgfältig ausgewählt, um ein harmonisches und unvergessliches Erlebnis zu schaffen. Verleihen Sie Ihrem Zuhause das gewisse Extra. Egal, ob es um zeitloses Design oder moderne Trends geht – das bekannte Göttinger Einrichtungshaus Dieckmann Einrichtungen bietet eine breite Palette an Optionen, um Ihren individuellen Geschmack zu treffen. Ende 2022 übernahm das Traditionsunternehmen Möbel Jaeger das Einrichtungshaus in der Göttinger Burgstraße, um anspruchsvollen Kunden eine noch breitere Palette hochwertigen Interieurs zu bieten.

„Kontaktieren Sie uns jetzt und starten Sie Ihre Reise zu traumhaftem Interieur.“

Lassen Sie sich inspirieren und erschaffen Sie ein Zuhause, das perfekt zu Ihrem persönlichen Stil und Ihren Bedürfnissen passt. Erfahrene Designer, neueste Kollektionen und exklusive Materialien bieten den Rahmen, um Ihre Visionen Wirklichkeit werden zu lassen.



Dieckmann Einrichtungen
 Burgstraße 47, 37073 Göttingen, Telefon: 0551 46655

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 10:00-18:30
Sa. 10:00-14:30



Herrenausstatter | Schneiderei | Änderungsschneiderei

PASSGENAU – FÜR MÄNNER MIT STIL

Maßanfertigung, Herrenausstatter und Änderungsschneiderei Gruhle

Wer das Geschäft in der Duderstädter Marktstraße 59 mit dem bezeichnenden Namen „Passgenau“ betritt, bemerkt sofort, dass ein besonderes Flair in der Luft liegt. Herrenmaßschneider Marco Gruhle vereint hier Handwerk und Handel mit Wohlfühlambiente – und manchmal auch mit Musik. Hier gibt es maßgeschneiderte und exklusiv konfektionierte Herrenmode für Männer, die ihren persönlichen Stil schätzen – oder erst entdecken möchten. Dafür steht der Chef mit Rat, Tat und Service parat.

Auf dem schweren Eichentisch liegen Maßband, Schere, Manschettenknöpfe und feine Zwirne. An Kleiderständern hängen elegante Anzüge, Sakkos und an der Wand steht ein Klavier. Dort spielt der 17-jährige Pianist und Organist Jonah Gruhle mit federleichter Hand ein Repertoire von Swing und Jazz-Improvisationen bis Klassik, zumindest an den Wochenenden, wenn schulfrei ist. Das schafft Aufmerksamkeit in der Marktstraße, manch einer geht der Musik nach und entdeckt das Geschäft.

Wenn Marco Gruhle von seinem von der Pike auf erlernten Beruf erzählt, leuchten die Augen. Sein Handwerk ist für ihn gleichermaßen Berufung und Leidenschaft. Um einen Anzug oder Hemd herzustellen, fügt er eine Reihe von genau durchdachten Details zusammen, und der Kunde wird an der Komposition beteiligt. Die Mitgestaltung des Kunden an seinen neuen Anzug ist Marco Gruhle sehr wichtig. Dem Kunden soll ja das vollendete Werk nicht nur perfekt passen, sondern auch gefallen.

Dazu muss er sich allerdings erst Mal vom Schneidermeister vermessen lassen. Anschließend geht es an die Auswahl: Die Stoffe für Anzug und Innenfutter, die Knöpfe, die Winkel der Taschen, mögliche Accessoires – all das und mehr kann vom Kunden individuell und dank professioneller Beratung perfekt zusammengestellt werden, sodass ein passgenaues Unikat entsteht.

„Rund 2,5 Stunden kann das Vermessen und Auswählen dauern. Nach 6 bis 8 Wochen ist der maßgeschneiderte Anzug fertig“, sagt Marco Gruhle.

Und Frauen? „Wir haben immer wieder Anfragen, ob wir auch Brautkleider ändern oder kürzen. Das machen wir natürlich auch“, sagt der Maßschneider Gruhle. Die Änderungsschneiderei, die im Geschäft integriert ist, läuft unter dem Motto: Was nicht passt, wird passend gemacht! Hier können jegliche Kleidungsstücke für alle Geschlechter geändert werden.



TERMINVEREINBARUNGEN FÜR MASSANFERTIGUNGEN:

05527 849400
massanfertigung-gruhle.com

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo. - Fr. 9 - 18 Uhr
Sa. 9 - 13 Uhr

Marktstraße 59 | 37115 Duderstadt | Telefon: 0151 61605040

E-Mail: massanfertigung-gruhle@gmx.de



Deine Zukunft bei der Stadt Göttingen



Ausbildung bei einem der größten Arbeitgeber vor Ort

Wir sind modern, kommunikativ...

... und auf der Suche nach Auszubildenden und dual-Studierenden für eine Vielzahl verschiedenster Berufe.

Die Stadt Göttingen bildet in bis zu 20 Berufsfeldern aus – von klassischen Verwaltungsberufen, über Berufe im Handwerk und in der IT-Branche bis zum Studiengang Soziale Arbeit.

Wir bieten eine große Aufgabenvielfalt, umfangreiche Fortbildungs- und Karrieremöglichkeiten, unterschiedliche Arbeitszeitmodelle und ein engagiertes Gesundheitsmanagement. Die Vielfalt der Bevölkerung auch in der Verwaltung abzubilden, ist ein wichtiger Teil unserer Unternehmenskultur.

Alle Informationen zur Ausbildung und unser Online-Bewerbungsportal findest Du unter

[https://www.goettingen.de/rathaus/
arbeitgeberin-stadt/ausbildung/](https://www.goettingen.de/rathaus/arbeitgeberin-stadt/ausbildung/)

Deine Ansprechspartner sind:

Kerstin Bornemann, Tel. 0551 / 400-2329

Dietmar Weiß, Tel. 0551 / 400-2046

[email: ausbildung@goettingen.de](mailto:ausbildung@goettingen.de)

**Bewerbe
dich bis zum
10. März**

**Wir sehen uns auf
dem GöBit in der
Lokhalle, Stand E 21**



charta der vielfalt

UNTERZEICHNET



GÖTTINGEN
STADT, DIE WISSEN SCHAFFT



Zertifikat seit 2009
audit berufundfamilie



Foto: Agentur für Arbeit Göttingen

Ausbildung und Beruf: 140 Aussteller informieren

Göttinger Berufsinformationstag (GöBit)
am 25. Februar in der Lokhalle

Am Samstag, 25. Februar, ist es wieder soweit! Dann öffnet der GöBit, die größte Messe zur Orientierung am Übergang Schule und Beruf, seine Pforten. Von 10 bis 15 Uhr wird die Göttinger Lokhalle, Bahnhofsallee 1, zum Treffpunkt für Schülerinnen und Schüler, Ausbildungs- und Studieninteressierte sowie Betriebe und Bildungseinrichtungen. 140 Aussteller informieren in diesen fünf Stunden an insgesamt 160 Ständen.

Mit ihren Kindern werden viele Mütter und Väter auf Entdeckungsreise gehen, schließlich gibt es auf dem GöBit auch für Eltern jede Menge Neues zu erkunden. Und wer seine Kinder bei der Berufswahl unterstützen möchte, braucht aktuelles Know-how. Schließlich ist die Zeit in der Arbeitswelt nicht stehen geblieben. Viele Berufe, die beispielsweise früher körperlich anspruchsvoll waren, sind heute in hohem Maße automatisiert. Und kein Beruf kommt heute noch ganz ohne IT aus. Für andere Berufe wurde aufgrund der technischen Entwicklung eine Spezialisierung notwendig, so dass es in manchen Ausbildungen inzwischen sogar mehrere Fachrichtungen gibt.

Organisiert wird der GöBit, der in diesem Jahr unter dem Motto „Barrieren überwinden – zueinander finden“ steht, von der Volkshochschule Göttingen-Osterode gGmbH, den Göttinger Berufsbildenden Schulen II und der Agentur für Arbeit Göttingen. Mit von der Partie sind am 25. Februar 140 Ausstellerinnen und Aussteller, die an rund 160 Ständen ihre Ausbildungs- und Studienangebote präsentieren. Aber auch weitere Angebote, wie etwa Freiwilligendienste, Auslandsaufenthalte oder allgemeine Berufsberatung, stehen zur Verfügung. Ergänzt wird das Programm mit Aktionen wie kostenlosen Bewerbungsfotos oder einem Berufswahltest für Unentschlossene, dazu gibt es ein spannendes Vortragsprogramm.

Übrigens: Berufsberatung ist nicht nur ein Thema für Jugendliche. Erwachsene, die sich neu orientieren möchten oder wieder ins Berufsleben einsteigen wollen, erhalten auch auf dem GöBit Informationen unter anderem am Stand der Berufsberatung.



**START FREI
IN DEINE
ZUKUNFT**



Bereite dich gezielt auf deinen GöBit Besuch vor!



UNIVERSITÄTSMEDIZIN GÖTTINGEN :UMG

Schule aus, Krankenhaus!

FERTIG MIT DER SCHULE und keine Ahnung, wie's weiter geht?

Besuche uns auf dem GöBit an Stand C06 und C07!

Starte deine Zukunft bei uns und informiere dich jetzt!

<https://ausbildung.umg.eu> | ausbildung@med.uni-goettingen.de



Besuchen Sie uns auf der GöBit 2023!

 PRIVATE UNIVERSITY of Applied Sciences

Jetzt Traumstudium sichern!

Unsere Bachelor-Studiengänge

- Psychologie
- General Management
- Business Administration
- Wirtschaftspsychologie
- Wirtschaftsinformatik (dual)
- Wirtschaftsrecht





Beratung 0551 54700-600
WhatsApp Chat 0151 55001803
E-Mail beratung@pfh.de

www.pfh.de/studium

Für Jugendliche, die kurz vor der entscheidenden Berufswahl stehen, lohnt es sich allemal, sich ein wenig auf den Besuch des GöBit vorzubereiten. Welche Berufe interessieren dich und welche Aussteller sind interessant? Schau dir die Berufeliste an und wähle entsprechend deiner Berufswünsche Aussteller aus! Informiere dich im Vorfeld über die Aussteller, die dich interessieren!

Überlege dir Fragen, die du den Ausstellern stellen möchtest!

- Welcher Schulabschluss ist für die Ausbildung/Studium erforderlich?
- Welche Fähigkeiten soll ich mitbringen?
- Wie sieht das Auswahlverfahren aus?
- Gibt es Bewerbungsfristen?
- Können Sie mir etwas zu den Ausbildungsinhalten / Inhalten des Studiums sagen?
- Welche Kosten kommen auf mich zu?
- Wie hoch ist die Ausbildungsvergütung?
- Wie sehen bei Ihnen Übernahmechancen nach der Ausbildung aus?
- Kann ich bei Ihnen ein Praktikum absolvieren?

Zur weiteren Unterstützung kannst du hier: die Checkliste runterladen, ausdrucken und direkt ausfüllen. So bist du perfekt vorbereitet!



Checkliste

GöBIT
Göttinger Berufsinformationstag

Aktionen und Vorträge

Wissenswertes über Ausbildung und Beruf gibt es auf dem GöBit nicht nur an den Ständen der 140 Aussteller, sondern auch im Rahmen zahlreicher Aktionen und Vorträge.

Zu den ganztägigen Aktionen zählen unter anderem kostenlose Bewerbungsfotos (Stand A01, bis 12.30 Uhr), Skulpturen aus Zucker erstellen – erlebe die Welt der Konditoren (D07), Quiz mit AR-Brillen (H0), Vermittlung von Stellen für Ausbildung und duales Studium (F11), Berufs- und Studienberatung, Bewerbungsmappencheck, Zuschüsse zu Bewerbungs- und Vorstellungskosten (E15), VR-Brillen – unterwegs mit der Bundespolizei (F14), Ein XR-Lab stellt sich vor – die digitale Welt ganz real erleben (B16) oder auch die Sondersendung live vom GöBit durch das StadtRadio Göttingen (C08).

Die Vorträge finden in den Räumen 1, 2 und 3 statt. Dazu gehört auch das Thema „Ich weiß nicht, was ich werden will“ – ein Berufswahltest für Kurzentschlossene (10 bis 13 Uhr, Raum 1). In Raum 2 gibt es verschiedene Vorträge zu Themen wie „Jetzt noch in die Ausbildung“ (10.45 bis 11.15 Uhr), „Tipps für eine gelungene Bewerbung“ (12 bis 12.30 Uhr), „Abi oder Fachhochschulreife“ (12.45 bis 13.15 Uhr), „Transformation und ich“ (13.15 bis 14 Uhr) oder „Hand in Hand Barrieren überwinden“ (14 bis 14.30 Uhr). Themen in Raum 3 sind „Inklusiv im Alltag, inklusiv in die Ausbildung“ (10 bis



10.45 Uhr), „Jetzt noch in die Ausbildung“ (11 bis 11.30 Uhr), „Fragerunde Fachpraktiker“ (11.30 bis 12 Uhr), und „Persönlichkeit statt NC – Management, Law und Psychologie in Göttingen studieren“ (12 bis 12.45 Uhr).

Da es kurzfristig zu Änderungen der Aktionen und Vorträge kommen könnte, lohnt sich ein Blick auf die aktuelle Übersicht unter www.goebit.de/aktionen.

**Zu Risiken und Nebenwirkungen
lesen Sie die Packungsbeilage
oder starten Sie Ihre
Ausbildung bei NextPharma**

Wir suchen unsere **Next**Generation am Standort Göttingen:

- Industriemechaniker (m/w/d)
- Elektroniker Betriebstechnik (m/w/d)
- Chemielaborant (m/w/d)
- Pharmakant (m/w/d)
- Fachlagerist (m/w/d)
- Industriekaufleute (m/w/d)
- Fachinformatiker Systemintegration (m/w/d)

NextPharma



#speed #passion #service
www.nextpharma.com

Ab in den Beruf: So klappt der Ausbildungsstart nahezu sorgenfrei

Nach der Schule direkt ins Berufsleben zu starten, kann sich auch mal überwältigend anfühlen. Mit diesen Kniffen fällt der Übergang in einen neuen Lebensabschnitt leichter: Aufregung in den Griff bekommen: Tiefenentspannt geht wohl keiner am ersten Tag in den Ausbildungsbetrieb. Ein wenig Lampenfieber könne naber sogar ein gutes Zeichen sein, sagt Carolin Klaus, Coachin aus Augsburg. Am besten spreche man die Nervosität direkt an. „Man ist ja zurecht ein wenig aufgeregt.“ Das sei besonders für junge und eher schüchterne Lehrlinge ein guter Weg, mit ihrer Unsicherheit umzugehen.

Hallo, ich bin die Neue! Anschluss im Team finden

Neugierig auftreten: Je offener und neugieriger ein junger Mensch ist, desto leichter falle ihm der Einstieg in den neuen Kollegenkreis, sagt Carolin Klaus. „Als Azubi bin ich in einer Position, in der ich noch nicht so viel weiß, aber das ist auch in Ordnung.“ Mit Interesse an die neue Tätigkeit heranzugehen, kann schon ein wichtiger Beitrag sein. Zum Beispiel, indem man viele Fragen stellt.

Anschluss im Team finden: Wer offen auf das neue Team zugeht, wird meist auch herzlich aufgenommen. „Oft sind es auch Gruppen von Azubis, die anfangen - ein enges Netzwerk bilden und sich gegenseitig unterstützen“, sagt Klaus.

Aber auch mit Kolleginnen und Kollegen, mit denen man etwa Gemeinsamkeiten teilt, lässt sich schnell Kontakt knüpfen.

Hilfe, alles wird zu viel! Neue Strukturen schaffen

Überforderung vermeiden: Carolin Klaus empfiehlt, stets Block und Stift zur Hand haben. Gerade zu Beginn müssen sich Azubis mit einer Fülle an neuen Informationen auseinandersetzen. Da sei es völlig normal, sich nicht alles merken zu können. Entscheidend sei, Engagement zu signalisieren und die Informationen zu strukturieren.

Klaus rät außerdem, den Feierabend bewusst zur Entspannung zu nutzen. Am besten fragen sich Azubis, was ihnen als Ausgleich zum neuen Arbeitsalltag guttut - sei es Sport, Freunde oder ein gutes Buch.

Das hab ich mir anders vorgestellt! Mit Enttäuschung umgehen

Mit Stress umgehen lernen: Nimmt die Belastung in der Ausbildung überhand, empfiehlt Beraterin Klaus, das Gespräch mit anderen Auszubildenden oder Freunden zu suchen. Wer sich mit der neuen Situation zunehmend überfordert fühlt, könne das Problem auch mit dem Ausbildungsleiter

KAYSER®
AUTOMOTIVE SYSTEMS

**KARRIERE FÄNGT
MIT K AN!**
#startyourfuture



Erlebe die spannenden Herausforderungen der weltweiten Automobilindustrie und starte mit uns in dein Berufsleben. An unseren 12 internationalen Standorten in Europa, Asien und Amerika entwickeln und fertigen wir innovative Produkte für Hybrid-, Brennstoff- und E-Fahrzeuge sowie für klassische Antriebsarten.

Deine Ausbildungsmöglichkeiten (m/w/d):

- | Mechatroniker
- | Industriekaufmann
- | Fachkraft für Lagerlogistik
- | Fachinformatiker für Systemintegration
- | Fachinformatiker für Anwendungsentwicklung
- | Verfahrensmechaniker Kunststoff und Kautschuk
- | Duales Studium Mechatronik
- | Duales Studium Business Administration
- | Duales Studium Wirtschaftsinformatik

#start
yourfuture



besprechen und um Feedback bitten. „Das gibt wieder Sicherheit, weil man häufig positives Feedback bekommt.“

Mit Enttäuschung klarkommen: Azubis müssen sich im Klaren sein, dass es auch Momente im Job geben kann, die langweilig sind oder keinen Spaß machen. Dann ist es ratsam, zunächst in sich hineinzuhorchen: Macht die Arbeit an sich Spaß? Womöglich handelt es sich nur um ein Motivationstief.

Wer merkt, dass der Beruf an sich nicht das Richtige ist, sollte rechtzeitig handeln. Klaus empfiehlt ein Gespräch mit den Eltern und im Anschluss mit dem entsprechenden Ausbilder.

Auch das noch! Papierkram gehört dazu

Die Finanzen im Blick: Mit dem ersten Schritt ins Berufsleben gilt es auch, die eigenen Finanzen zu regeln. Laut Julian Uehlecke, Referent für Berufsausbildung bei der Jugendabteilung des Deutschen Gewerkschaftsbunds (DGB), brauchen Azubis vor dem ersten Arbeitstag ein eigenes Bankkonto und sollten sich mit ausreichend zeitlichem Vorlauf um eine Steueridentifikations- und Sozialversicherungsnummer kümmern. Die müssen sie dann dem Arbeitgeber mitteilen.

Wer auf finanzielle Unterstützung angewiesen ist, hat Uehlecke zufolge zwei Möglichkeiten. Zum einen gibt es die Berufsausbildungsbeihilfe der Bundesagentur für Arbeit. Zum anderen können Azubis in schulischer Ausbildung Bafög beantragen. Für Azubis, die alleine wohnen, gibt es unter Umständen Wohngeld. dpa



Bei uns sind noch Plätze frei!

Starte Deine berufliche Karriere mit einem FSJ/BFD im Kinderhaus e.V.

www.khgoe.de

Informiere Dich jetzt und nutze Deine Chance zum Einstieg.

Erfahre mehr unter: www.khgoe.de/fsj.html
Melde Dich unter fsj@khgoe.de oder ruf an: 0551.5213930

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung!

Kinderhaus e.V.
Spielend die eigene Welt entdecken.

Gefördert vom:

„Barrieren **überwinden**, zueinander **finden!**“

GöBIT
Göttinger Berufsberatungstag

2023

Ausbildung Studium Ausland & Freiwilligendienste Aktionen

Start frei in Deine ZUKUNFT

25.02.2023, 10:00 bis 15:00 Uhr
Lokhalle Göttingen, Bahnhofsallee 1

Neben Schülerinnen und Schülern sind auch Eltern, Lehrerinnen und Lehrer willkommen!

Der Eintritt ist frei

Was will ich werden?

Vor Ausbildung Überbrückungsangebote nutzen

Wer sich nach der Schule unsicher über den weiteren Berufsweg ist, kann ein Überbrückungsangebot wahrnehmen. Darauf weist die Bundesagentur für Arbeit auf ihrem Portal „Planet-Beruf“ hin.

Zu diesen Überbrückungsangeboten zählt zum Beispiel die Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme (BvB). Teilnehmerinnen und Teilnehmer können sich in Praktika Eindrücke



von verschiedenen Betrieben und Berufsfeldern verschaffen und bekommen auch theoretischen Unterricht.

Laut „Planet-Beruf“ ist die BvB zum Beispiel für junge Menschen empfehlenswert, die nicht mehr berufsschulpflichtig sind und noch keinen Ausbildungsplatz haben.

Mit Einstiegsqualifizierung auf Ausbildung vorbereiten

Daneben lässt sich auch mit einer Einstiegsqualifizierung (EQ) die Zeit bis zur Ausbildung überbrücken. Laut „Planet-Beruf“ geht es hier um eine Art Praktikum zur Ausbildungsvorbereitung. Die EQ eigne sich für Jugendliche, die schon wissen, was sie werden möchten, aber noch keinen Ausbildungsplatz gefunden haben. Sie können dann ein längeres Praktikum in ihrem Wunschberuf machen und sich so darauf vorbereiten.

Wer noch gar nicht wirklich weiß, was der Wunschberuf ist, oder ob es überhaupt eine Ausbildung sein soll, kann auch überlegen, ob ein Bundesfreiwilligendienst oder ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) eine gute Alternative zum Ausbildungsstart ist.

dpa



UNIVERSITÄT GÖTTINGEN

STUDIERE SOZIALWISSENSCHAFTEN IN GÖTTINGEN

ETHNOLOGIE / GESCHLECHTERFORSCHUNG / MODERNE INDIENSTUDIEN / POLITIKWISSENSCHAFT / SOZIALWISSENSCHAFTEN / SOZIOLOGIE / SPORTWISSENSCHAFTEN

Einzigartige Studienmodelle
Ausdifferenzierte Beratungsangebote
Verbindung von Theorie & Praxis

GOBIT 2023
STAND B20

Expect the best. **REFRA**TECHNIK



refra.com

Wir brennen für dich. Auch in deiner Nähe bieten wir spannende Ausbildungsberufe an.



mein **becker's bester**
natürlich für mich

GEMEINWOHL
ÖKONOMIE für Wirtschaftsmittel mit Zukunft
Mitgliedsunternehmen

Besuch uns online unter:
www.beckers-bester.de



Wir sind dabei!



Wir Schulen für morgen.



Akademie Göttingen
Private Berufsfachschulen

Ausbildung Technische*r Assistent*in

+ Option Fachhochschulreife

Infotage **komm rein**
Am Leinekanal 4

11.02. + 13.05.'23
samstags, 11–14 Uhr



PTA  CTA  BTA  FHR 



Ausbildung mit Karriereversprechen.

**Eine starke Sparkassen-
Gemeinschaft bringt Dich
einfach weiter.**

- Ausbildung zum Bankkaufmann/ zur Bankkauffrau
- Ausbildung zum Dialogmarketingkaufmann/
zur Dialogmarketingkauffrau
- Praxisstudium zum Bachelor of Science in Kooperation
mit der PFH-Göttingen
- Jahrespraktikum im Rahmen der FOS-Wirtschaft

Sichere Dir jetzt Deinen Ausbildungsplatz bei einem
Top Arbeitgeber in Südniedersachsen.

**Bist Du neugierig?
Dann bewirb Dich jetzt online unter:
www.spk-goettingen.de.**



Besucht uns am
25.02.2023 auf dem



 **Sparkasse
Göttingen**



**Frühlings-
Markt**
Gesundheit Fitness Mobilität

25. & 26. März in Duderstadt

**Verkaufsoffener Sonntag
von 13:00 - 18:00 Uhr**

treffpunkt
Stadtmarketing
Duderstadt e.V.



Hahnenklee

Mystische Walpurgisnacht am 30. April Rendezvous mit Hexen und Teufeln

- ☛ Wolfshäger Hexenbrut zu Gast – das Original!
- ☛ Hexenbasar mit teuflischen Leckereien ab 13 Uhr
- ☛ Kinderwalpurgis mit Hexenumzug, Spielstationen und Hexenfeuer ab 14.30 Uhr
- ☛ höllisch gute Live-Musik von „Re-Play“ und der Showband „Hit Radio Show“
- ☛ viele mystische Programmpunkte
- ☛ großes Walpurgisfeuer
- ☛ spektakuläre Mitternachtsshow mit Höhenfeuerwerk

Hahnenklee Tourismus GmbH
Tel. 05325 5104-0 · E-Mail: info@hahnenklee.de
www.hahnenklee.de · www.walpurgis-harz.de

  Hahnenklee.Bockswiese



Save the dates: Die Duderstädter Themenmärkte 2023

Die großen Duderstädter Themenmärkte des Treffpunkt Stadtmarketing Duderstadt e.V. (TSD) sind weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt. Im Mittelpunkt stehen regionale Produkte, kurze Lieferketten, Nachhaltigkeit und eine große Vielfalt bei den Angeboten. Kulinarisches kann gleich vor Ort gekostet werden, aber auch Dekoration für Haus und Garten, Produkte zur Förderung der Gesundheit und Mobilität sowie touristische Angebote werden präsentiert. Die Händler und Hersteller stehen direkt vor Ort für Fragen, Beratung und Gespräche bereit.

Die Daten für die großen Duderstädter Themenmärkte im Jahr 2023 stehen bereits fest. An den jeweiligen Sonntagen haben auch die Geschäfte in der Innenstadt geöffnet.



25./26. März

Frühlingsmarkt

6./7. Mai

Gartenmarkt

7./8. Oktober

Apfel- und Birnenmarkt

11./12. November

Eichsfelder Wurstmarkt

Dezember 2023

Duderstädter Weihnachtstreff



HAPPY VALENTINS DAY



- 1 WH BECHER PUCCINI 310ml 6,95 €
- 2 LD BECHER PUCCINI 560ml 6,95 €
- 3 WEIßWEINGLAS PUCCINI 560ml 6,95 €
- 4 SEKTGLAS PUCCINI 280ml 6,95 €
- 5 ROTWEINGLAS PUCCINI 750ml 6,95 €



blomus



Brotkorb -DESA- Moon-beam
versch. Farben und Größen, pulverbeschichtet Stahl.
Size S 34,95 €
Size L 39,95 €



Pfeffer- / Salzmühle Yono
Größe 15 cm 45,90 €
Größe 19 cm 55,90 €



MÖBEL JAEGER
macht glücklich

EXKLUSIV IN GÖTTINGEN & WITZENHAUSEN

KUMO ROLF BENZ

Mit seinen organisch-sanften Formenkonzentriert sich Rolf Benz Kumo darauf, Sie und Ihren Wohnraum zu umarmen.



++ EXKLUSIV ++ EXKLUSIV ++

ROLF BENZ



Sofa Rolf Benz 322

Das Sofa Rolf Benz 322 hat immer einen starken Auftritt. Egal, ob in einem großzügigen Grundriss oder in kleinen Räumen, es bietet überall die ideale Basis zum stilvollen Wohnen und Wohlfühlen.

Als Kunst der Gegensätze lässt sich das Zusammenspiel des kompakten Korpus mit der weichen Linienführung des Klassikers Rolf Benz 322 wohl am treffendsten beschreiben. Harmonisch fügen sich die schräg gestellten, markanten Aluminiumfüße in die geschwungenen Seitenteile. Das Ergebnis: spannendes Design für unvergleichbare Entspannung. Ca. 210 cm breit.

1.898,-€, nur solange der Vorrat reicht!



Ledersofa MERA

ohne Dekokissen, solange Vorrat reicht

5.998,-€, nur solange der Vorrat reicht!



Möbel Jaeger



moebeljaeger



guels-wohngefluester

MÖBEL
JAEGER

EXKLUSIV IN GÖTTINGEN & WITZENHAUSEN

Premium
by JAEGER



ECHTES LEDER ZUM STOFFPREIS!



Stressless®

Bei allen Sesseln.¹



Profitieren Sie jetzt von unserer Leder-Aktion:

z. B. Stressless® Sunrise (M) mit Classic Untergestell
und Hocker in Leder „Paloma“ zum Stoffpreis:

jetzt 2.399,- EUR* statt 2.899,- EUR



Plus™ System



www.stressless.com

**500,-
sparen!**

¹Vom 01.02. bis zum 31.03.2023 erhalten Sie die Lederkategorien „Batick“, „Paloma“ und „Cori“ zum attraktiven Stoffpreis.

Gültig beim Kauf eines Stressless® Sessels inkl. Hocker (ausgenommen Urban Collection: Stressless® Rome, Metro, Paris, London, Tokyo, Berlin).

* UVP des Herstellers.

www.moebel-jaeger.de

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

Longueville Landscape
Belgisches Handwerk
mit italienischem Flair,
Sofa mit drehbarer Armlehne



CUBE BOLD Sideboard
ca. 300 cm x 87 cm x 50 cm
Breite x Höhe x Tiefe
Korpus und Front : Malve
Fugenprofil : Rosenquarz

interlückbe



COR

CONSETA Leder Dreisitzer Schwarz Sofa Couch

Conseta ist nicht nur ein Sofaprogramm, sondern auch ein Elementmöbelprogramm mit unzähligen Möglichkeiten. Eine Vielzahl an Typen und Elementen kombiniert mit den Armlehnenformen, läßt einen Gestaltungsspielraum zu, der für fast jede Raumplanung die passende Einrichtungslösung bietet.
B: 235 cm, H: 82 cm, T: 89 cm, Sitzhöhe 45 cm, Leder, schwarz



SINUS

Ledergruppe 100, mit Armlehnen und Hocker
Sinus ist ein moderner Klassiker von 1976, der damals schon seiner Zeit voraus war. Mit schwingenden Federstahlkufen, deren Form ihm den Namen gab, und einer ungewöhnlichen Polsterung. Ledergurte halten beim Sitz und im Rücken die runden Polster Elemente.
7.444,- €



Möbel Jaeger



moebeljaeger



guels-wohngeluester

Premium
MOBEL
by JAEGER

CONSETA Wohnlandschaft

294 cm x 181 cm, Bodenfrei, Stoff : 10071 Grapefruit
 Dieses neue Liegeelement mit 120 cm Kissenbreite ist der beste Platz, um mit Lieblingmenschen bequem zu lümmeln und zu fläzen.



brühl 



Moule Medium Ecksofa (wie abgebildet)
 mit puristischem Designs ausgestattet mit High-End-Multikomfort und einer breiten Auswahl an kombinierbaren Elementen. Stoff 20.

6998,-



Sofa Roro (wie abgebildet)

die opulent weichen Polster von Roro soft bieten Gemütlichkeit und Wohlgefühl, während die klare Formsprache es leicht macht, Roro zu kombinieren. B x T x H: 65 x 65 x 76 cm.

 **de Sede**
SWITZERLAND

DS-167/30

Modulares Sitzsystem

verschiebbare Rückenlehne, besonders strapazierfähig, pflegeleichtes Finish, 1,5 bis 1,7mm Stärke



37077 Göttingen-Weende

Lutteranger 10
 Tel.: 0551 38360-0

Montag geschlossen

Green Monday

Di. – Fr. 10:00 – 19:00 Uhr

Sa. 09:30 – 18:00 Uhr

 Montag ist Klimatag!

37213 Witzenhausen

Mündener Str. 19e
 Tel.: 05542 / 603 - 25

Montag geschlossen

Green Monday

Di. – Fr. 09:30 – 19:00 Uhr

Sa. 09:30 – 16:00 Uhr

 Montag ist Klimatag!



MÖBEL www.moebel-jaeger.de

JAEGER

Juwelier
TRAUCING
Wochen
 bis Mitte März
Sontra
 Herrenstr. 22, Tel. 05653643



Outdoor-Hochzeiten liegen im Trend

Hochzeitstrends ändern sich jedes Jahr und 2023 verspricht, keine Ausnahme zu sein

Während einige Traditionen weiterhin beliebt bleiben, werden auch neue Trends die Art und Weise beeinflussen, wie Paare ihre Hochzeit planen und

feiern. Einer der größten Trends für 2023 wird die Rückkehr zur Natur sein. Immer mehr Paare entscheiden sich für Outdoor-Hochzeiten in atemberaubenden natürlichen Umgebungen wie Wäldern, Gärten und auf Farms. Diese Art von Hochzeiten bietet den Gästen nicht nur eine wunderschöne Umgebung, sondern auch die Möglichkeit, sich von der Hektik des Alltags zu erholen.

Ein weiterer Trend, der in 2023 an Bedeutung gewinnen wird, ist die Personalisierung der Hochzeit. Paare werden immer mehr darauf achten, dass ihre Hochzeit ihre Persönlichkeit und ihre Geschichte widerspiegelt. Dazu gehört die Wahl von farbenfrohen und ungewöhnlichen Blumenarrangements, die Verwendung von persönlichen Fotos und Erinnerungsstücken, sowie die Gestaltung eines individuellen Hochzeitsmenüs.

Ein weiterer Trend, der zunehmend an Bedeutung gewinnt, ist die Umweltfreundlichkeit. Immer mehr Paare achten bewusst darauf, dass ihre Hochzeit nachhaltig und umweltfreundlich ist. Dazu gehört die Verwendung von biologischen und lokalen Produkten, die Verwendung von recyceltem Papier für die Einladungen und die Vermeidung von unnötigem Plastik.

In Bezug auf die Unterhaltung werden in 2023 auch neue Trends zu beobachten sein. Immer mehr Paare entscheiden sich für interaktive Unterhaltungsformen wie Escape Rooms oder Live-Escape-Spiele, die sowohl unterhaltsam als auch erinnerungswürdig sind. In Bezug auf die Mode werden wir in 2023 auch neue Trends sehen. Immer mehr Paare entscheiden sich für unkonventionelle Brautkleider, die ihre Persönlichkeit und ihren individuellen Stil widerspiegeln. Auch der Trend zu farbenfrohen Anzügen und Kombinationen aus Anzug und Kleid wird weiter an Bedeutung gewinnen.

**SAMSTAG
IMMER BIS
16 UHR!**

Konfirmation | Abiball | Beruf | Hochzeit | Feiern

**DER
PERFEKTE
AUFTRITT!**

**STILSICHER & COOL.
ANZÜGE FÜR DIE
KLEINEN & GROßEN
ANLÄSSE.**

Mackenrodt
ANZIEHEND | MÄNNLICH

Altendorfer Str. 10 | 37574 Einbeck
Tel. 05561-6839 • www.mackenrodt-mode.de

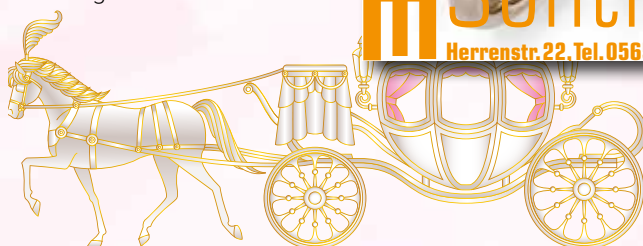
Auf dem Weg zum Standesamt: Kutsche oder Limousine?

Es gibt viele verschiedene Arten von Hochzeits-Mobilen, die für jeden Geschmack und jeden Geldbeutel geeignet sind.

Eine Hochzeitskutsche kann ein stilvoller Bestandteil der Hochzeit sein und bietet Braut und Bräutigam eine romantische Möglichkeit, zum Traualtar zu gelangen. Eine der beliebtesten Arten von Hochzeitskutschen ist die Pferdekutsche. Sie wird von einem Pferd oder einem Pferdegespann gezogen und eignet sich besonders für Hochzeiten im Freien oder in ländlichen Gebieten.

Eine weitere beliebte Wahl ist die Vintage- oder Oldtimer-Kutsche. Diese Art von Kutsche ist ideal für Paare, die einen klassischen und eleganten Look bevorzugen. Sie kann in vielen verschiedenen Stilen und Farben gebucht werden, von einem eleganten Rolls Royce bis hin zu einem charmannten VW Käfer. Für Paare, die einen modernen und luxuriösen Look bevorzugen, eignet sich eine Limousine. Sie bietet viel Platz und Komfort für Braut und Bräutigam und kann mit zusätzlichen Annehmlichkeiten wie einer Bar oder einer Musikanlage ausgestattet werden. Eine weitere Option sind Oldtimer-Busse, die sich besonders für Paare eignen, die einen einzigartigen und unvergesslichen Auftritt haben möchten. Sie können in verschiedenen Größen und Farben gebucht werden und bieten Platz für die gesamte Hoch-

zeitsgesellschaft. Es gibt auch neuere Trends wie das Mieten von Fahrrädern oder Elektrorollern als Hochzeits-Mobil, diese sind besonders für Paare geeignet, die einen nachhaltigen und umweltfreundlichen Ansatz bevorzugen.



Juwelien

Trauring Wochen bis Mitte März

Sontra

Herrenstr. 22, Tel. 05653 643

| HOCHZEIT
| KONFIRMATION
| ABIBALL



**FEIERN können Sie!
ANZIEHEN können Wir!**

RADZIWIŃSKI
M Ä N N E R M O D E N

MEN-SHOP

Stark in Übergrößen!

Lange Straße 71 | Hann. Münden | Tel. 05541 2873

IHRE FACHBERATUNG FÜR
Trauringe
DIE 1. WAHL BEI QUALITÄT

NEUE
KOLLEKTION



Diamonds Graded
by GIA

B

JUWELIER BABYLON
JEWELRY FACTORY SINCE 1994

STAD 34 37269 ESCHWEGE TEL. 05651-70859

EUROPAS BELIEBTESTE PFERDESHOW IST ZURÜCK IN GÖTTINGEN

Nach der letzten Show „Legende der Wüste“ mit insgesamt 450.000 Besuchern startet Europas beliebteste Pferdeshow CAVALLUNA mit einem neuen Programm in die Saison: „Geheimnis der Ewigkeit“ ist seit Oktober auf Tour und gastiert am 22. und 23. April 2023 mit insgesamt vier Shows in der LOKHALLE in Göttingen!

Mit einem einzigartigen Zusammenspiel von 53 edlen Pferden, Europas besten Reitern sowie einem internationalen Tanz-Ensemble begeistert CAVALLUNA seit nunmehr 20 Jahren das Publikum und berührt die Herzen von Groß und Klein. Ob fröhliche Comedy, actionreiches Trickreiten oder die magische Freiheitsdressur – es ist für jeden etwas dabei! Atemberaubende Inszenierungen mit verschiedensten Reitdisziplinen und spektakulären Show-Acts, unterstützt von beeindruckenden Masken und Kostümen vor traumhaften Kulissen, beschenken jedes Jahr aufs Neue Jung und Alt unvergessliche Showerlebnisse.

Das Konzept für die neue Show „Geheimnis der Ewigkeit“ wurde auch diesmal von dem erfahrenen CAVALLUNA-Kreativteam rund um den Emmy-nominierten Regisseur und Komponisten Klaus Hillebrecht erarbeitet und umgesetzt, der sich bereits für die erfolgreichen Programme der letzten

Jahre verantwortlich zeichnet. Auch die aktuelle Inszenierung sorgt wieder für emotionale Momente und leuchtende Augen bei den Zuschauern: „CAVALLUNA - Geheimnis der Ewigkeit“ führt das Publikum diesmal in die Weiten Mittelamerikas, wo sich die beiden Protagonisten Mamey und Joaquim auf eine abenteuerliche Mission um ein uraltes Geheimnis begeben: Der Stein der Ewigkeit muss an seinen Ursprungsort zurückgebracht werden, um das alte Volk der Guyavos zu retten. Mit treuen Pferden an ihrer Seite treten die beiden die spannende Reise an und müssen unterwegs einige Hindernisse überwinden und ihrem Widersacher Arturo mutig die Stirn bieten. Werden sie es mit vereinten Kräften schaffen, ihr Ziel zu erreichen?

**„CAVALLUNA – Geheimnis der Ewigkeit“
ist in der LOKHALLE Göttingen an folgenden
Tagen zu sehen:**

**Samstag, 22.04.2023 um 15:00 Uhr und 20:00 Uhr
Sonntag, 23.04.2023 um 13:00 Uhr und 17:30 Uhr**

**Informationen und Tickets
zur Show unter: www.cavalluna.com
und unter 01806 – 73 33 33**
(0,20 €/Anruf inkl. MwSt. aus dem deutschen Festnetz,
max. 0,60 €/Anruf inkl. MwSt. aus den Mobilfunknetzen).



CAVALLUNA
PASSION FOR HORSES

EUROPAS BELIEBTESTE
PFERDESHOW
IST ZURÜCK!

**GEHEIMNIS
DER EWIGKEIT**

22. - 23.04.23 Göttingen
LOKHALLE Göttingen
www.cavalluna.com

RTL | Bild | PferdeCo | Pferd | Tier | HNA



Die Show der Superlative

Irishes Tanzensemble Riverdance am 11. März in der Göttinger Lokhalle

Die atemberaubende irische Tanzshow „Riverdance“ feiert sein 25-jähriges Bühnenjubiläum und kehrt auf die großen Bühnen zurück. Da darf auch Göttingen nicht im Kalender fehlen, am Samstag, 11. März, um 20 Uhr ist die atemberaubende Show in der Lokhalle zu Gast. Bei ihrer Jubiläumstour wird sich die Show der Superlative noch energetischer als je zuvor zeigen.

Riverdance – wie man es noch nie zuvor gesehen hat.

Die Show erzählt bewegend vom facettenreichen Schicksal des irischen Volkes: Von Auswanderung, Abschied, Aufbruch und Heimkehr. Riverdance zeigt auch das Zusammenspiel und das Aufeinandertreffen der verschiedenen Kulturen. Mit vollendeter Körperbeherrschung und in einem rasanten Tempo präsentieren die Tänzer eine spektakuläre Performance aus irischer Passion und internationalen Tanzstile wie Flamenco, Breakdance und russischer Folklore. Die live gespielte traditionelle Musik, für deren Komposition Riverdance 1997 sogar einen Grammy erhielt, ist geprägt von Tiefe, Sehnsucht, aber auch Hoffnung und Zuversicht. Die Tänzer erwecken die Geschichte und Kultur Irlands mit synchroner Tanzperfektion und traumhaften Kostümen zum Leben! Die Presse war stets begeistert: „Atemberaubende Perfektion“ (Die WELT), „Größtes Tanzspektakel aller Zeiten.



Respekt!“ (Süddeutsche Zeitung). Jeder, der Riverdance schon einmal live erlebt hat, möchte die Show unbedingt wiedersehen!

Tickets für die Show am 11. März in der Göttinger Lokhalle gibt es online und an den bekannten Vorverkaufsstellen.

VHS startet ins Frühjahr!

Das neue Frühjahrsprogramm der VHS Göttingen ist da! Das gedruckte Programmheft gibt es in den VHS-Geschäftsstellen in Göttingen, Rosdorf, Duderstadt, Osterode und Hann. Münden. Zudem liegt es in zahlreichen Buchhandlungen, Lebensmittelgeschäften, Cafés, Banken und öffentlichen Einrichtungen aus, online ist es unter www.vhs-goettingen.de zu finden.

Was erwartet Interessierte in diesem Frühjahr an der VHS? Neben den gewohnten Kursangeboten wurden auch neue Projekte zum (Wieder-) Einstieg in die Arbeitswelt entwickelt. Auch in Bezug auf den Erwerb von Grundkenntnissen im Lesen und Schreiben beziehungsweise eines Schulabschlusses oder einer Hochschulzugangszulassung werden Interessierte im Programm der VHS fündig. Das Programm ist vielfältig: Die VHS bietet regelmäßig Veranstaltungen zu lokalhistorischen Themen an. In diesem Semester zur jüdischen Geschichte Duder-



stadts und zum Bau des Mündener Tunnels. Wer sich lieber selbst mit Geschichte beschäftigen möchte, kann sich in Archivrecherche und dem Lesen alter Schriften schulen lassen oder auch direkt Sütterlin erlernen. Ganz neu im Programm sind EDV-Kurse für Menschen mit geringen Deutschkenntnissen. Die VHS-Lehrkräfte vermitteln Grund- und Aufbaukenntnisse in den gängigen MS Office-Programmen und nehmen dabei Rücksicht auf den Sprachstand der Teilnehmenden. Und apropos Sprachen: es starten wieder rund 190 Sprachkurse in 20 Sprachen.

vhs
go

JETZT ANMELDEN
vhs-goettingen.de

Das neue Semester beginnt

in Göttingen | Duderstadt | Hann. Münden | Osterode am Harz

Ihre Volkshochschule:
GÖTTINGEN LANDKREIS GÖTTINGEN

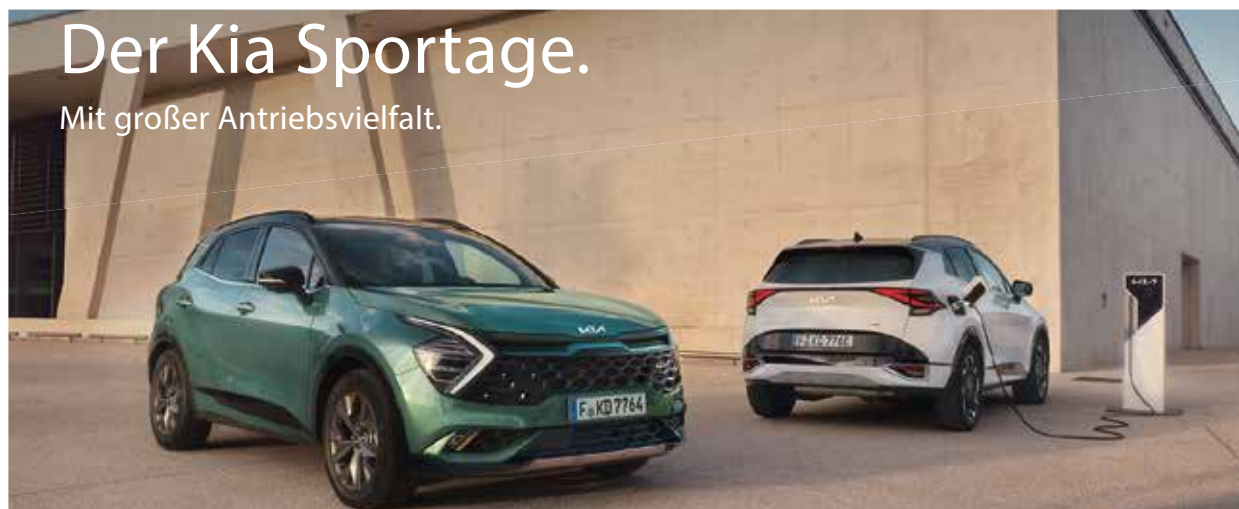
© Rido - stock.adobe.com

Gottschalk

Auto & Garten Gottschalk e.K.



KIA ISUZU STIHL LAR



Der Kia Sportage.

Mit großer Antriebsvielfalt.

Der Kia Sportage gehört zu den beliebtesten SUV-Modellen und macht in jedem Detail Innovation erlebbar. Überzeuge dich selbst im Auto und Garten Gottschalk e.K.

Der Kia Sportage gehört zu den beliebtesten SUV-Modellen und macht in jedem Detail Innovation erlebbar.

Überzeuge dich selbst Auto und Garten Gottschalk e.K.

Technologie, die dich weiterbringt.

Schon seit Jahren ist der Kia Sportage bei vielen SUV-Fans die erste Wahl. Mittlerweile hat bereits die fünfte Generation des Kia Bestsellers die Straßen erobert. Sie bringt noch mehr von allem mit, was die Kunden schon lange am Kia Sportage begeistert: technischen Fortschritt für ein unvergessliches Fahrerlebnis. Am deutlichsten zeigt sich das beim Blick auf die Antriebsformen, denn mit dem Sportage geht Kia den Weg der Elektrifizierung konsequent weiter. So ist neben Benzin- und Dieselvarianten mit moderner 48-Volt-Mildhybridtechnologie dank der neu entwickelten Plattform nun auch eine Plug-in-Hybridversion verfügbar. Die 132 kW (180 PS) des starken 1,6-Liter-Turbobenziners ermöglichen zusammen mit dem 66,9-kW-Elektromotor eine kraftvolle Systemleistung von 195 kW (265 PS). Effiziente und schadstoffarme Turbobenziner und Turbodiesel, teils mit 48-Volt-Mildhybridtechnologie, komplettieren die Palette und sorgen bei Kunden für eine umfangreiche Auswahl.

Mehr Entscheidungsspielraum bieten darüber hinaus Handschalt- und Automatikgetriebe sowie Zwei- oder Vierradantrieb, wobei sich der Allradantrieb dank der neuen „All-Terrain Mode“-Funktion im Plug-in Hybrid optimal an unterschiedliche Untergründe (Sand, Matsch, Schnee) anpasst. Der einfachste Weg, diese Vielfalt kennenzulernen? Ein Besuch im Auto und Garten Gottschalk e.K.

Dynamik in jedem Detail.

Der Kia Sportage begeistert nicht nur durch State-of-the-art-Technologien. Schon auf den ersten Blick beeindruckt auch seine dynamische Präsenz. Basierend auf der Kia Designphilosophie der „vereinten Gegensätze“, gelingt dem SUV ein gleichermaßen markanter wie emotionaler Auftritt, der für Aufmerksamkeit sorgt. Das beginnt an der Front mit dem groß dimensionierten, hochwertigen schwarzen Kühlergrill sowie weiteren Blickfang-Elementen wie dem LED-Tagfahrlicht in Bumerang-Form und adaptiven LED-Scheinwerfern. Dass sein Name Programm

ist, beweisen auch die sportlich geprägte Silhouette und das kraftvolle Steilheck, das durch die verbindende Leiste zwischen den innovativ gestalteten Rückleuchten noch an optischer Breite und Selbstbewusstsein gewinnt. Ein Look, der Jan Apel vom Auto und Garten Gottschalk e.K. schwärmen lässt: „Der Kia Sportage zeigt für mich, wie man ein bekanntes und beliebtes SUV auf den Weg in die Zukunft bringt – optisch wie technologisch. Hinter seinem unverwechselbaren Design verbirgt sich modernste Antriebstechnik mit verschiedenen nachhaltigen Optionen.“

Bereit für mehr.

Wer entspannt unterwegs ist, findet immer wieder neue Augenblicke der Inspiration – und genau darum geht es im fahrerorientierten Innenraum des Kia Sportage. „Mit ihm erlebt man Komfort und Konnektivität auf einem völlig neuen Niveau“, freut sich Jan Apel vom Auto und Garten Gottschalk e.K. und verweist insbesondere auf das beeindruckende neue Panoramadisplay: Mit zwei 12,3-Zoll-Bildschirmen macht es das Cockpit zur digitalen Kommandozentrale. Ein exklusives Ambiente, in dem auch Ergonomie und Funktionalität großgeschrieben werden – unter anderem durch ein flexibles Laderaumvolumen von bis zu 1.780 Litern¹ (je nach Antriebsvariante). Dass der Kia Sportage das gute Gefühl seiner Insassen auch durch eine umfangreiche aktive und passive Sicherheitsausstattung bewirkt, versteht sich bei diesem modernen SUV von selbst.

Freiraum für Ideen.

Mit neuen und teilweise verbesserten Assistenzsystemen unterstützt der neue Kia Sportage seinen Fahrer in vielen Aspekten des Alltags – und zeigt gleichzeitig, wie mühelos Mobilität sein kann. Ein Plus an Bequemlichkeit und Sicherheit, das den SUV für Jan Apel vom Gefährt zum Gefährten werden lässt: „Mit intelligenten Helfern wie dem Blind-Spot-View-Monitor², dem Autobahnassistenten², der navigationsbasierten adaptiven Geschwindigkeitsregelanlage² oder dem Kollisionsvermeidungsassistenten² fürs Ausparken bringt der neue Kia Sportage starke Unterstützung an den Start!“ Und ergänzt: „Es ist schon beeindruckend, wie viel Fortschritt in diesem Fahrzeug steckt. Selbst als Auto-Fachmann ist man immer wieder aufs Neue überrascht.“

Kia Sportage 1.6 T-GDI AWD DCT GT-line (Super, 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe), 132 kW (180 PS): Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 7,0; außerorts 5,4; kombiniert 6,0; CO₂-Emission kombiniert 137 g/km. Effizienzklasse: A.³
 Kia Sportage 1.6 T-GDI 2WD DCT GT-line (Super, 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe), 132 kW (180 PS): Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 6,6; außerorts 5,2; kombiniert 5,7; CO₂-Emission kombiniert 130 g/km. Effizienzklasse: A.³
 Kia Sportage 1.6 CRDi 48V AWD DCT GT-line (Super, 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe), 100 kW (136 PS): Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 4,7; außerorts 4,7; kombiniert 4,7; CO₂-Emission kombiniert 124 g/km. Effizienzklasse: A+.³
 Kia Sportage 1.6 CRDi 48V 2WD DCT GT-line (Super, 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe), 100 kW (136 PS): Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 4,6; außerorts 4,4; kombiniert 4,4; CO₂-Emission kombiniert 117 g/km. Effizienzklasse: A+.³
 Kia Sportage Plug-in Hybrid 1.6 T-GDI AWD AT (Benzin/Strom, 6-Stufen-Automatikgetriebe), 195 kW (265 PS): Kraftstoffverbrauch in l/100 km: kombiniert 1,1; Stromverbrauch: kombiniert 16,9 kWh/100 km; CO₂-Emission: kombiniert 26 g/km. Effizienzklasse: A+++.³

¹ Nach VDA, bei umgeklappter Rücksitzbank. ² Der Einsatz von Assistenz- und Sicherheitssystemen entbindet nicht von der Pflicht zur ständigen Verkehrsbeobachtung und Fahrzeugkontrolle. ³ Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.

Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.

Das Faszinierende an modernen Technologien: Sie geben dir alle Möglichkeiten und eine ganz neue Freiheit. Ob du im Kia Sportage mit effizientem Verbrennungsmotor oder alternativem Antrieb unterwegs sein willst - du hast die Wahl. Folge einfach deinen Zielen, immer mit dem guten Gefühl, dass intelligente Assistenzsysteme dich auf jeder Fahrt begleiten. Erlebe den Kia Sportage jetzt bei einer Probefahrt.

Kia Sportage 1.6 T-GDI Vision, 110 kW (150 PS), schon für € 279,- monatlich¹

Fahrzeugpreis	€ 28.255,-	48 mtl. Raten à	€ 279,-
Einmalige Leasingsonderzahlung	€ 1.442,88	Gesamtbetrag	€ 14.549,28
Laufzeit in Monaten	48	Effektiver Jahreszins	5,99 %
Gesamtleistung	40.000 km	Gebundener Sollzinssatz p. a.	5,83 %

Kia Sportage 1.6 T-GDI Vision (Super, 6-Gang-Schaltgetriebe), 110 kW (150 PS): Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 7,3; außerorts 5,2; kombiniert 5,9; CO₂-Emission kombiniert 136 g/km. Effizienzklasse: A.²

Auto & Garten Gottschalk e. K.

Unter den Weinbergen 2 | 37213 Witzenhausen
 Tel.: 05542 / 507180 | Fax: 05542 / 507189
 www.kia-gottschalk-witzenhausen.de

¹ Ein unverbindliches Leasingbeispiel der KIA Finance, ein Geschäftsbereich 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. Vorstehende Angaben stellen den Beispielwert des nach § 17 Abs. 4 PAngV zu erwartenden effektiven Jahreszinses in 2/3 aller voraussichtlich aufgrund der Werbung zustande kommender Verträge dar. Bonität vorausgesetzt. Überführungskosten in Höhe von 999,- EUR enthalten. Alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis 31.03.2023.
² Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.

FRÜHBUCHER SIND IM VORTEIL



Ob Familienurlaub oder Honeymoon: „Wer an Daten gebunden ist, sollte so früh wie möglich seine Reise buchen“, empfiehlt Isabell Große, Inhaberin vom Reisebüro sonnenklar.TV in Duderstadt. Bei den rasant steigenden Kosten gehen auch die Preise für den Urlaub in die Höhe. „Günstiger als jetzt wird es nicht“, schätzt die Reise-Expertin die momentanen Entwicklungen ein. Als Nachwirkungen der Pandemie sei zudem einerseits ein Personalschwund in der Reisebranche zu verzeichnen, der als Folge auch das Reiseangebot schmälert – andererseits sei die Nachfrage deutlich gestiegen. „Viele freuen sich, endlich wieder verreisen zu können. Je eher gebucht wird, desto größer ist die Chance, auch das zu bekommen, was man sich vorstellt und von den Frühbücherrabatten zu profitieren“, sagt Isabell Große. Eine Veränderung bemerkt sie zudem in den Reisetrends: „Nach der Pandemie scheinen die Menschen unternehmungslustiger geworden zu sein. Wir verzeichnen eine große Nachfrage an exotischen Reisen, nach z.B Israel, Japan oder mit dem Mietwagen durch Island. Man möchte wieder etwas erleben.“

Für eine individuelle Beratung wird um einen Termin gebeten: Telefon 05527 9998873
E-Mail duderstadt@sonnenklartv.de

Brauchen Sie Urlaub?

Jetzt wissen Sie, wie Sie mit uns ganz einfach Ihr nächstes Reiseziel finden!

Bei uns erhalten Sie **alle tagesaktuellen Angebote des führenden Reiseshoppingsenders sonnenklar.TV** – sowie Pauschalreisen, Kreuzfahrten, Hotels, Flüge und Ferienhäuser aus dem Programm aller namhaften deutschen Reiseveranstalter.

Daher können wir Ihnen für ihre Reise immer einen optimalen Preisvergleich anbieten.

UND DAS BESTE:

Bei uns gibt es die persönliche Beratung noch on top.

Wir sind für Sie da – Gerne vereinbaren wir einen persönlichen Termin bei uns im Reisebüro, um gemeinsam mit Ihnen ihren Traumurlaub zu planen.

Sie erreichen uns auch auf Facebook, Instagram und Tik Tok. Außerhalb unserer Geschäftszeiten haben Sie die Möglichkeit ihre Reise auf unserer Website

www.sonnenklartv-reisebuero.de/duderstadt zu buchen.

Marktstr. 69 | 37115 Duderstadt
05527 - 999 88 73
duderstadt@sonnenklartv.de

Reisebüro
sonnenklar.TV
Scan mich



JETZT URLAUB FÜR 2023 PLANEN!



Die Nr. 1
für Caravaning

WOHNWAGEN
BECKER

Reisemobile mieten
für 6 Nächte, inkl.
Servicepauschale und
1.800 Freikilometer

ab 650€

ADAC
INTERCARAVANING
KASSEL

Dörnbergstr. 15 - 17
Direkt an der B3 KS - GÖ

www.wohnwagen-becker.de

34233 FuldaTal b. Kassel
Tel. 0561 / 9 81 67 - 0

MIETEN | KAUFEN | SERVICE | ZUBEHÖR

Eine der schönsten Küsten der Erde

Blumenriviera mit Fürstentum Monaco – San Remo – Nizza – Cannes

Als Riviera bezeichnet man den schmalen Küstenraum des Mittelmeeres von Marseille bis La Spezia. Das milde Klima, das blaue Meer, die großartige Gebirgsumrahmung, der südliche Pflanzenwuchs, die verträumten Fischer- und Hafenstädte, die mondänen Kurorte und die exklusiven Badeorte machen diesen Küstenstreifen zu einer der schönsten Landschaften und zu einem der Hauptanziehungspunkte des Mittelmeerraumes. Diano Marina liegt geschützt in einer Bucht, die sich nach Süden öffnet, zwischen Imperia und Alassio am Südabhang der Alpen.

Nicht nur wegen der günstigen Ausgangslage für unsere Ausflüge haben wir Diano Marina als Standort gewählt. Der Badeort hat viel zu bieten: Die Promenade am Meer, Strand, Vegetation und Anlagen, Pizzerien und Cafés, günstige Möglichkeiten zum Einkauf und Unterhaltung. Hier werden Sie sich wohlfühlen.

1. Tag: Anreise

Anreise an die Blumenriviera nach Diano Marina.

2. Tag: San Remo

Nach dem Frühstück erwartet Sie Ihr Reiseleiter für den heutigen Ausflug. Prachtige Parkanlagen, palmengesäumte Promenaden und elegante Geschäftsstraßen kennzeichnen den Hauptort der Blumenriviera: San Remo ist der älteste Winterkurort dieser Küste, und u.a. durch sein Spielcasino berühmt.

3. Tag: Nizza und Cannes

Heute geht es mit Ihrem Reiseleiter nach Südfrankreich. In Nizza erhalten Sie auf einer Stadtrundfahrt entlang des Hafens und vorbei am Luxushotel Negresco einen Überblick und bummeln dann über den bunten Blumenmarkt. Weiterfahrt in das elegante Cannes, das vor allem durch das Filmfestival weltberühmt wurde.

Seine Lage und seine Luxushotels haben es zum Jet-Set-Treffpunkt der ganzen Welt gemacht.

4. Tag: Fürstentum Monaco und Monte Carlo

An diesem Tag erleben Sie mondänes Flair, wenn Sie in die Stadt der Schönen und Reichen kommen. Das Fürstentum Monaco liegt auf einem Felsen über dem Meer, überragt vom Palast der Fürstenfamilie und der Kathedrale. Sie können den Exotischen Garten, das Ozeanische Museum oder das Spielcasino (alles gegen Aufpreis) besichtigen – ganz nach Ihrem Belieben.

5. Tag: Zwischenübernachtung

Nach dem Frühstück Fahrt in den Raum Feldkirch zur Zwischenübernachtung.

6. Tag: Heimreise

Unsere Busreisen 2023

07.03. – 10.03.23	Seeluft tanken in Graal-Müritz an der Ostsee im IFA Hotel	€ 480
11.03. – 18.03.23	Luxus-Kurerlebnis in Swinemünde im **** Hotel AUSGEBUCHT	€ 729
22.03. – 27.03.23	Blumenriviera – Fürstentum Monaco – Nizza – Cannes	€ 625
01.04. – 04.04.23	Sächsisches Vogtland – einzigartige Naturerlebnisse	€ 433
06.04. – 08.04.23	Holland – Das Land der Millionen Tulpen – Keukenhof	€ 415
11.04. – 18.04.23	Frühlingszauber in der Provence und die Lichter der Camargue	€ 1199
20.04. – 24.04.23	Malerischer Schwarzwald mit romantischem Elsass	€ 639
26.04. – 29.04.23	Wunderschönes Ostfriesland – Wiesmoor mit Insel Norderney	€ 516
06.05. – 11.05.23	Millstätter See – Das Juwel in Kärnten – Hotel Seebodnerhof	€ 699
17.05. – 19.05.23	Die Perlen Flanders mit Antwerpen – Brüssel – Leuven	€ 416
21.05. – 26.05.23	Ein Hauch von Luxus am Gardasee – **** Hotel Savoy Palace	€ 796
28.05. – 04.06.23	Kühlungsborn an der Ostseeküste – Sand – Sonne – Meer	€ 1045
06.06. – 09.06.23	Schleswig-Holstein mit Schifffahrt auf dem Nord-Ostsee-Kanal	€ 546
11.06. – 16.06.23	Die Schweiz – Matterhorn – Eiger, Mönch und Jungfrau – Mont Blanc	€ 827
18.06. – 23.06.23	Zur Almrosenblüte nach Schladming am Dachstein **** Hotel	€ 829
25.06. – 26.06.23	Bundesgartenschau in Mannheim – BUGA 23 – Special	€ 219
28.06. – 30.06.23	Überraschungsfahrt nach ????	€ 422

06.07. – 10.07.23	„Volle Kanne“ nach Ulm, Augsburg & die Romantische Straße	€ 625
14.07. – 16.07.23	Schiff Ahoi in Königswinter am Rhein – **** MARITIM Hotel	€ 399
20.07. – 25.07.23	5-Flüsse-Fahrt – Main, Mosel, Saar, Neckar und Rhein	€ 754
27.07. – 30.07.23	Unterwegs im „echten Norden“ Auf den Spuren des Landarztes	€ 535
06.08. – 12.08.23	Traumziel Schweden – Ein Land mit vielen Gesichtern	€ 1099
15.08. – 20.08.23	Masurische Seenplatte – Das Land der 1000 Seen	€ 749
22.08. – 27.08.23	Abtenau im Lammertal im **** Superior Wellnesshotel Gutjahr	€ 769
04.09. – 13.09.23	„All-Inklusive“ – Urlaub am Plattensee in Balatonfüred	€ 1149
19.09. – 21.09.23	Naturparadies Spreewald – Brandenburgisches Auenland	€ 409
24.09. – 29.09.23	Luxus-Reise nach Ried in Tirol – **** Superior-Hotel Linde	€ 827
03.10. – 07.10.23	Naturerlebnis Insel Usedom – **** Hotel in Heringsdorf	€ 540
09.10. – 15.10.23	Ein Hauch von Luxus am Gardasee – **** Hotel Savoy Palace	€ 939
18.10. – 28.10.23	Erlebnisreise „Griechenland-Rundreise“ Kultur-Natur-Antike	€ 1759
01.11. – 05.11.23	Kleine Auszeit auf der Sonneninsel Rügen ****+ IFA Hotel	€ 569

6 Reisetage

22.03. bis 27.03.2023

UNSERE LEISTUNGEN:

- ✓ Fahrt im Komfortbus
- ✓ 4 x Übernachtung in Diano Marina – Zimmer DU/WC
- ✓ 4 x Frühstücksbuffet
- ✓ 1 x 3-Gang-Abendmenü
- ✓ 2 x 3-Gang-Wahlmenü mit Gemüsebuffet
- ✓ 1 x ligurisches 3-Gang-Abendmenü
- ✓ 1 x Zwischenübernachtung in Feldkirch
- ✓ 1 x Abendessen in Feldkirch
- ✓ 1 x Frühstück in Feldkirch
- ✓ 1 x ganztägige Reiseleitung San Remo
- ✓ 1 x ganztägige Reiseleitung Fürstentum Monaco
- ✓ 1 x ganztägige Reiseleitung Cannes und Nizza
- ✓ Rundfahrten laut Programm

Reisepreis p.P. im DZ: € 625,-

Einzelzimmerzuschlag: € 95,-

Eintritte nicht enthalten.

Anfallende Kurtaxe ist von jedem Gast vor Ort zu entrichten.

IHR HOTEL:

In Diano Marina wohnen Sie im guten **** Hotel Residence Mediterraneo. Das Hotel hat eine hervorragende Lage in unmittelbarer Nähe zum Ortszentrum und liegt knapp 100 m vom Strand entfernt.

Zur Ausstattung gehören Aufzug, Bar, Restaurant, Aufenthalts- und TV-Raum, Dachterrasse mit Sonnenliegen.

Die Zimmer verfügen über Bad oder Dusche WC, Telefon, SAT-TV, Safe und Balkon.

Klimaanlage gegen Gebühr.



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

und viele Reisen mehr!

schauinsland
reisen 

Urlaub vor Freude

Ägypten · Hurghada · Pickalbatros Neverland Resort *****
7 Tage · Premium Family Suite · All Inclusive
z. B. am 10.3.23 ab Kassel · p. P. ab **1.059€**

Fuerteventura · Jandia
R2 Alameda de Jandia Aparthotel
7 Tage · Appartement · Unterkunft
z. B. am 11.3.23 ab Kassel
p. P. ab **749€**

Kapverden · Boa Vista · Praia de Chaves
Iberostar Boa Vista *****
7 Tage · Doppelzimmer · All Inclusive
z. B. am 23.4.23 ab Frankfurt · p. P. ab **1.379€**

URLAUBSVORFREUDE GIBT'S IN DEINEM REISEBÜRO

Reisebüro Ideal
TUI TravelStar
Quedlinburger Str. 8
34346 Hann. Münden · Tel.: 05541-4456
Whatsapp: 0157-50396614
reisebueroideal@t-online.de

Veranstalter: schauinsland-reisen gmbh
Stresemannstraße 80 · 47051 Duisburg



Vom Gewinnspiel zum Traumurlaub

Alexandra Heinz aus Hann. Münden hat bei unserem Online Adventskalender Gewinnspiel auf Instagram mitgemacht und einen der Hauptpreise, eine 3-tägige Kurzreise, gewonnen. Der Preis wurde uns freundlicherweise vom Reisebüro Ideal zur Verfügung gestellt. Mitte April werden die sympathische Mündnerin und ihre Begleitung in das wunderbare Wellness-Hotel Mühl Vital Resort nach Bad Lauterberg aufbrechen. Dort erwartet sie neben einer großen Wellnessoase mit zwei Pools und Saunalandschaft auch Bars & Lounges und eine Sonnenterrasse.

Wir gratulieren Alexandra Heinz herzlich zu diesem großartigen Gewinn und wünschen ihr eine entspannte Auszeit im schönen Harz.

Impressum

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff | Mundus Marketing & Interactive GmbH, 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.), Heidrun Wegener-Kerff, Sinja Nordhausen, Kathrin Hennemann | Redaktion: Martina Stöneberg, Lutz Conrad, Claudia Nachwey | redaktion@mundus-online.de | Grafik & Layout: Ahmed Granica (Ltg.), Alice Walter, Michelle Merk | Social Media: Viktoria Kuke, Janne Amend, socialmedia@mundus-online.de | Vertrieb: Jan Kerff | Erscheint monatlich, haushaltsdeckende Verteilung in und um Göttingen sowie Auslage an ausgewählten Ablagestellen | Druck: DDM GmbH & Co. KG, Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel | Auflage: 95.000 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

Das ist mein Urlaub.

SAVE THE DATE



kassel airport 

JORDANIEN

08.11. bis 15.11.2023
Direktflug ab/an Kassel

Zeit für Entspannung &
Kulturhistorische Städte

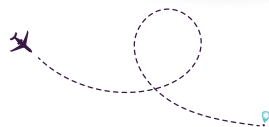
VORANKÜNDIGUNG
**EXKLUSIVE
LESERREISE**

von Mundus Marketing & Interactive GmbH

Mehr Informationen unter:

Reisebüro Ideal
Inh. Elisabeth Burghardt
Tel. 05541 4456, WhatsApp: 0157 50396614, reisebueroideal@t-online.de

Reiseveranstalter: vianova GmbH, In der Buttergrube 1, 99428 Weimar



Wir suchen Verstärkung!

REINIGUNGSKRAFT m/w/d

- ▶ ab dem 01.03.23
- ▶ 5 Tage die Woche
- ▶ Vormittags
- ▶ 3 - 6 Stunden am Tag
- ▶ Schicke deine Bewerbung an info@moebel-jaeger.de oder per Telefon.: 05542 603 25

 **MÖBEL
JAEGER**

Marcel Bargholz übernimmt Leitung im Eichsfelder Möbelcenter

Neue Trends: Samtstoffe in hellen, leuchtenden Farben und schwarze Küchen

Eine neue Ära beginnt im Eichsfelder Möbelcenter (EMC): Marcel Bargholz übernahm zum Jahresbeginn die Leitung des renommierten Möbelhauses in Gieboldehausen an der B 27. Die Inhaberfamilie, Hedi und Klaus Rheinländer, zeigte sich überzeugt davon, dass sie gemeinsam mit Marcel Bargholz die Erfolgsgeschichte des Unternehmens weiter fortschreiben.

Der neue EMC-Chef und gebürtige Bad Segeberger erlernte den Beruf des Möbelkaufmanns und qualifizierte sich bereits in jungen Jahren für höhere Aufgaben. Er übernahm sodann Leitungstätigkeiten in verschiedenen Häusern, war lange für Vertrieb und Einkauf als Prokurist verantwortlich. Zuletzt leitete er ein Möbelhaus im hessischen Korbach.

Seine neue Tätigkeit im Eichsfeld sieht er als eine Herausforderung an. Er will die persönliche, kompetente, freundliche Beratung der Kundinnen und Kunden weiter intensivieren, das Möbelcenter-Team weiter fördern und deren Ansprechpartner sein, denn zufriedene und motivierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter seien der Grundstein des Erfolges. Weitere Ziele sind: Die Digitalisierung zu forcieren und den Kunden eine interessante Erlebniswelt schaffen. Dazu zählen auch besondere Aktionen. „Ich übernehme die Leitung eines gut geführten Unternehmens, dass sich in all den vergangenen Jahrzehnten einen hervorragenden Platz in Südniedersachsen erobert hat“, betont er.

Das Eichsfelder Möbelcenter beschäftigt derzeit ca. 40 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Die Kunden stammen aus verschiedenen Bundesländern. Besonders beliebt ist das Unternehmen bei Kunden im Raum Göttingen, in Thüringen, im Eichsfeld und im Harz. Das EMC umfasst eine Ausstellungsfläche von ca. 10 000 Quadratmetern und ist einer der größten Möbelanbieter der Region. Es verfügt über eine attraktive Küchen-, Polstermöbel-, Speisen- und Schlafzimmerabteilung sowie über Studios der führenden deutschen Marken.

Auch den neuen Trends trägt das EMC Rechnung. Dazu Marcel Bargholz: Wir präsentieren u.a. ein großes Farbspektrum bei den Polsterstoffen mit leuchtenden Farben und natürlich aktuell auch Samt- und Cordstoffe. Polstergarnituren mit einer hohen Funktionalität für besten Komfort. Es versteht sich von selbst, dass wir in unserer Angebotspalette auch Möbel von nachhaltig produzierenden Lieferanten anbieten, darunter auch viele Produkte mit dem Gütesiegel das „Goldenen M.“ Und der Trend bei den Küchen: Nachdem über viele Jahre helle Küchen ganz oben auf der Wunschliste der Kundinnen und Kunden standen, werden jetzt immer mehr dunkle und sogar schwarze Fronten nachgefragt, so Bargholz. Die Nachfrage sei bei Küchen nach wie vor sehr groß.



Das Eichsfelder Möbelcenter wird auch weiterhin Partner der Menschen in der Region sein. V.l. Die Inhaber Hedi und Klaus Rheinländer, Geschäftsleiter Marcel Bargholz und Prokurist André Hunold.



NEUBAU •
SANIERUNG •
PLANUNG •
UMBAU •

IHRE FACHKUNDIGE BAUFIRMA AUS DER REGION!

HOCH- UND TIEFBAU • HOLZRAHMENBAU
ZIMMEREI • TISCHLEREI • BEDACHUNGEN



MÖNNIG
BAU seit 90 Jahren

Tel. 05552-99300 • www.moennig-bau.de •

Topthema Energiesparen

Baumesse Göttingen vom 17. bis 19. Februar in der Lokhalle



Am 17. Februar startet in der Göttinger Lokhalle wieder die Baumesse für alle Hausbesitzer, Bauherren und alle Interessierten, die von den eigenen vier Wänden träumen. Die Messe rund um das Bauen, Wohnen, Renovieren und Energiesparen deckt alle Fragen zum Thema Hausbau ab, von der Baufinanzierung bis hin zu den Themen wie Haustechnik, Renovierung oder Dekoration und Einrichtung. Die Baumesse Göttingen gibt es bereits seit 2016, in dieser Zeit hat sich an diesem Messe-Standort Energiesparen als Top-Thema etabliert. So sind auch bei der Baumesse Göttingen 2023 besonders viele Betriebe vertreten, die Lösungen zum energetischen Bauen und zur Verbesserung der Energieeffizienz anbieten.

Von Freitag bis Sonntag, 17. bis 19. Februar, treffen die Besucher in der Lokhalle aber auch auf viele Handwerks- und

Dienstleistungsbetriebe aus den Bereichen Bauen, Wohnen und Renovieren, rund 140 Aussteller präsentieren ihre Produkte und Dienstleistungen und stehen für alle Fragen drei Tage lang zur Verfügung.

Göttingen war der erste Baumesse-Standort in Niedersachsen. Die Menschen in der Universitätsstadt schätzen das Baumesse-Konzept nach Einschätzung des Veranstalters Baumesse GmbH ganz besonders. „Denn traditionell setzen wir während der Messe-Vorbereitung alle Hebel in Bewegung, möglichst viele etablierte Betriebe aus der Stadt und der Region als Aussteller zu gewinnen. Und das gelingt uns ausgesprochen gut!“, so Marketingleiter Tim Erlei.

Interessierte können sich also darauf freuen, dass sie für ihre konkreten Fragen gleich mehrere Expertinnen und Experten finden werden und so direkt mehrere Angebote vergleichen können. Mit dem Besuch der Baumesse Göttingen unternehmen die Besucher die ersten Schritte, um ihre geplanten Bau-, Renovierungs- oder Verschönerungsprojekte erfolgreich umzusetzen.

Die Baumesse ist mehr als eine bloße Wirtschaftsschau. Sie will ihren Gästen auch die jeweils aktuellsten Informationen zu den Fragen liefern, die Häuslebauer und Wohnungseigentümer gerade bewegen. Deswegen sollten die Besucher keinesfalls die kostenfreien Fachvorträge im Vortragsraum versäumen. In Kooperation mit der Energieagentur Region Göttingen haben die Veranstalter an allen drei Tagen einen bunten Reigen spannender und informativer Themen zu vielen wichtigen Bau-Themen auf die Beine gestellt. Tickets gibt es unter www.baumesse.de.



www.baumesse.de

DIE MESSE RUND UM

**BAUEN
WOHNEN
RENOVIEREN
ENERGIESPAREN**



**17.-19.02.
GÖTTINGEN
Lokhalle
Täglich 10 - 18 Uhr**

Bei Vorlage dieser Anzeige freier Eintritt für eine Person

FREIKARTE



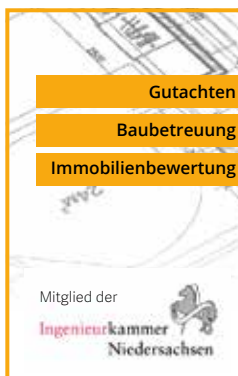
www.baumesse.de/eintrittskarte

Für Ihre papierlose Eintrittskarte besuchen Sie unsere Internetseite.

Freikartenummer ▶



27578



Ingenieurbüro

Dipl.-Ing. (FH) Ralf Desenritter

Immobilienbewerter (IfS)

Herzberger Straße 85
37136 Ebergötzen

Tel.: 0 55 07 / 99 91 65
Fax: 0 55 07 / 99 91 48

info@baugutachter-goettingen.de
www.baugutachter-goettingen.de



*Raus aus
der Miete!*

**Town & Country
HAUS**
... hier zieht' ich ein.

Jetzt informieren! Telefon: 0551-5053000

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

Energieverbrauch senken und CO₂-Emission reduzieren



Dies kann durch die Verbesserung der Wärmedämmung, den Einsatz von erneuerbaren Energien oder die Modernisierung der Heiz- und Kühlsysteme erreicht werden. Ein wichtiger Bestandteil des energetischen Sanierens ist die Verbesserung der Wärmedämmung. Dies kann durch die Anbringung von Dämmstoffen an der Außenwand, dem Dach oder den Fenstern erreicht werden. Dies reduziert nicht nur den Energieverbrauch des Gebäudes, sondern verbessert auch den Wohnkomfort und senkt die Heizkosten. Ein weiterer wichtiger Aspekt des energetischen Sanierens ist der Einsatz von erneuerbaren Energien. Dies kann durch die Installation von Photovoltaik- oder Solarthermieanlagen erreicht werden, die Strom oder Wärme aus der Sonnenenergie gewinnen. Auch die Nutzung von Wärmepumpen oder Biomasseheizungen kann dazu beitragen, den Energieverbrauch zu reduzieren und CO₂-Emissionen zu vermeiden. Eine weitere Möglichkeit des energetischen Sanierens ist die Modernisierung der Heiz- und Kühlsysteme. Dies kann durch den Austausch von alten und ineffizienten Heizungen gegen moderne und energieeffiziente Systeme erreicht werden. Auch die Installation von Regelungstechnik, wie Raumthermostaten oder Smart Home-Systeme, kann dazu beitragen, den Energieverbrauch zu optimieren und die Kosten zu senken.

Dipl.-Ing.
Ralf Desenritter
Hoch- & Tiefbausanierung

Restaurator im Maurerhandwerk

- Fachwerkrestaurierung
- Innendämmung
- Kanalsanierungsarbeiten
- Kellerwandabdichtung
- Lehmbauarbeiten
- Pflasterarbeiten
- Maurer- und Putzarbeiten

Herzberger Straße 85
37136 Ebergötzen
Tel. 0 55 07 /9991 65
Fax 0 55 07 /9991 48
Web: www.sanierung-desenritter.de



Treppen in ihrer schönsten Form

TREPPEN MEISTER® LEINETAL Braunschweig | Kassel
Das Original Kreiensen | Hildesheim

www.treppen-leinetal.de Tel.: 05563 - 5092

CUBORG²
Individuell planen und bauen

- ✓ Neubau
- ✓ Umbau
- ✓ Bauplanung
- ✓ Nachhaltigkeitsauditor nach QNG-BNK (KfW 40 NH)
- ✓ Baumanagement
- ✓ Energieberatung (KfW)
- ✓ Sanierung

www.cuborg.de

An der Stufe 5 · 37124 Rosdorf · Tel. 0551.5002517

TOOLBROTHERS
YOUR POWER TOOLS

GÖTTINGEN ERROBERT DIE WERKZEUG-WELT!
Die Plattform rund ums Werkzeug & DIY aus Göttingen

- Umfassender Preisvergleich
- Alle Werkzeuge von **Bosch, Makita & Co!**
- Beratung, Erklärung und Vorstellung

@toolbrothers

Als **TB Club Mitglied** nochmal extra sparen und Vorteile genießen! Besuch uns unbedingt auf der **Baumesse am 17.02 - 19.02 (Lokhalle Göttingen)**

Gute Jobchancen: So klappt der Einstieg in die Pflege

Die Personalnot in der Pflege ist in Deutschland teils riesig - und sie könnte sich in den nächsten Jahren weiter verschärfen.

Wer sich für eine Tätigkeit in der Pflege interessiert, hat also beste Aussichten, auch einen Job zu bekommen. Doch welche Wege führen in den Beruf? Ein Überblick.

Hilfskräfte im Pflegebereich

Hilfskräfte helfen Pflegebedürftigen beim Aufstehen, begleiten sie zur Toilette und helfen auf Stationen im Krankenhaus bei der Essensverteilung. Zudem räumen sie in Patientenzimmern auf - und assistieren Pflegefachpersonal beispielsweise beim Besorgen von Wäsche. Hilfskräfte arbeiten in Krankenhäusern sowie in Pflege- und Altenheimen, aber auch bei ambulanten Pflegediensten.

Die formalen Voraussetzungen für eine Tätigkeit als Hilfskraft sind vergleichsweise niedrig. „Ein Hauptschulabschluss ist nicht erforderlich, aber sicherlich hilfreich“, sagt Prof. Christel Bienstein vom Deutschen Berufsverband für Pflegeberufe.

„Die meisten Arbeitgeber erwarten aber zumindest den Besuch eines Lehrgangs“, erklärt Anke Jürgensen vom Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB) in Bonn. Ein solcher Lehrgang, den anerkannte Organisationen wie etwa das

Deutsche Rote Kreuz (DRK) oder die Johanniter anbieten, gliedert sich in einen theoretischen Teil sowie ein Pflegepraktikum und umfasst insgesamt 250 bis 500 Stunden. Der monatliche Bruttoverdienst von Hilfskräften liegt laut Biensstein bei bis zu 2.100 Euro.

Qualifizierte Pflegehelfer und Pflegeassistenten

Sie gibt es neben Hilfskräften. Tätig sind sie in Krankenhäusern und Heimen oder bei ambulanten Diensten. „Als Pflegehelfer beziehungsweise Pflegeassistent ist qualifiziert, wer eine ein- bis zweijährige Ausbildung nach Landesrecht absolviert hat“, erklärt Anke Jürgensen. Das Ausbildungsprofil ist von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich. Qualifizierte Pflegehilfskräfte unterstützen beispielsweise bei der Körperpflege, helfen beim Anziehen von Stützstrümpfen oder begleiten im Krankenhaus Patienten beispielsweise zum Röntgen. Im Prinzip unterscheide sich das Aufgabengebiet nicht groß von dem einfacher Hilfskräfte, so Bienstein. Der Unterschied: Die qualifizierten Pflegehilfskräfte verfügen über mehr pflegerisches Wissen - und sie haben eine in der Pflege anerkannte Berufsausbildung. Der Verdienst beträgt laut Bienstein bis zu 2.400 Euro brutto im Monat.



WIR für SIE

- | Pflege in Ihrer gewohnten Umgebung
- | Hauswirtschaft
- | Betreuung und Begleitung
- | Hausnotruf
- | Entlastung pflegender Angehöriger

amedes Pflegedienst
Waldweg 29 | 37127 Dransfeld
Tel. 05541 31495 / 05502 2023
Tel. 0551 307 50502
www.amedes.pflegedienst.de



Ausbildung zu Pflegefachpersonen

Die klassische Ausbildung zur Pflegefachperson dauert drei Jahre. Voraussetzung ist eine zehnjährige Schulausbildung. Seit 2020 gehören die früher getrennten Ausbildungen in der Kranken-, Kinderkranken- und Altenpflege der Vergangenheit an. Alle Azubis im Pflegebereich absolvieren die ersten zwei Jahre der generalistischen Ausbildung gemeinsam.

Im dritten Ausbildungsjahr haben Azubis dann die Wahl: Entweder setzen sie die generalistische Ausbildung fort und erlangen die Berufsbezeichnung „Pflegefachmann“ oder „Pflegefachfrau“. Oder sie legen ihren Schwerpunkt auf die Pflege von älteren Menschen oder die Versorgung von Kindern - in solchen Fällen erwerben sie einen Abschluss als „Altenpflegerin“ bzw. „Altenpfleger“ oder „Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen“.

Pflegefachpersonen haben vielseitige Aufgaben. Sie betreuen Patienten in stationären oder ambulanten Versorgungsbereichen pflegefachlich eigenständig, ihnen zur Seite stehen dabei häufig Hilfskräfte. Pflegefachpersonen versorgen Wunden, legen Verbände an und setzen medizintechnische Geräte wie etwa Überwachungsmonitore oder Beatmungsgeräte ein. Sie geben Medikamente aus, erstellen Pflegedokumentationen und Dienstpläne oder führen beispielsweise Patientenakten.

„Vorrangig ermitteln sie den Pflegebedarf eines Patienten oder einer Patientin“, so Anke Jürgensen. Sie planen Maßnahmen, führen sie durch und sichern die Pflegequalität. Außerdem unterstützen sie die Ärztinnen und Ärzte etwa bei der Diagnostik.

Pflegefachpersonen verdienen laut Christel Bienstein zwischen 3.400 Euro und 4.100 Euro brutto monatlich, schon in der Ausbildung ist ein Verdienst von 1.100 Euro brutto monatlich möglich.

Karrieremöglichkeiten für Pflegefachpersonen

Übrigens: Auch eine akademische Ausbildung zur Pflegefachperson ist möglich. Bei den primärqualifizierenden Studiengängen „Pflege“ lernen Studierende wissenschaftlich fundiert und selbstständig Menschen in jedem Alter zu pflegen und zu versorgen. Wer einen solchen Studiengang absolviert, erwirbt zum Berufsabschluss den akademischen Bachelor-Grad.

„Möglich ist auch, erst die dreijährige Ausbildung zur Pflegefachperson zu absolvieren und dann noch ein pflegebezogenes Studium dranzuhängen“, sagt Anke Jürgensen.

Für alle, die nicht mehr zur Uni möchten, gibt es zahlreiche Weiterbildungsmöglichkeiten. So ist etwa eine Fortbildung als Pflegeberaterin oder in speziellen Fachbereichen wie zum Beispiel Psychiatrie möglich. Auch die Übernahme der Stationsleitung ist nach entsprechender Weiterbildung eine Karriereoption. Und wer sich selbstständig machen will, kann etwa mit einem eigenen ambulanten Pflegedienst durchstarten.

Sozialstationen Duderstadt und Göttingen / Gleichen
Zu Hause pflegen, helfen und beraten

Tagespflegen in Duderstadt und Gieboldehausen
Sicher begleitet und gut betreut durch den Tag

Carena im Untereichsfeld
Gruppenbetreuung für Pflegebedürftige

Ambulant betreute Wohngemeinschaften in Duderstadt
Die Alternative zum Heimaufenthalt

Wir pflegen Menschlichkeit.



Sozialstation Duderstadt
Industriestraße 26
37115 Duderstadt
Telefon: 05527 / 98 13-700
sstdud@caritas-suedniedersachsen.de
www.caritas-suedniedersachsen.de



Caritasverband
Süd-niedersachsen e.V.

ALLE INFOS! 





Die herzliche Alternative zum Pflegeheim

Bezahlbare 24-Stunden-Pflege und Betreuung im eigenen Zuhause durch liebevolle polnische Pflegekräfte

- ✓ Pflege ohne Zeitdruck
- ✓ Entlastung der Angehörigen
- ✓ Würdevoll leben in vertrautem Umfeld
- ✓ Über 14 Jahre Erfahrung



Pflegehelden® Göttingen
Sascha Thiel
Wipperstr. 1, 37115 Duderstadt

✉ goettingen@pflegehelden.de
☎ 05527 - 849 8536
www.pflegehelden-goettingen.de



Personalschlüssel, Arbeitszeiten und gesellschaftliche Anerkennung

Im Gespräch mit Gudrun Surup: „Motivierte Pflegekräfte brauchen mehr als nur Geld“

Gudrun Surup arbeitete von 1977 bis 1986 in verschiedenen Krankenhäusern Deutschlands als Exami-nierte Krankenschwester. Ein Sozialwesen-Studium an der GHK Kassel sowie ein Aufbaustudium der Sozialen Gerontologie schlossen sich an. „Mein Leben lang konnte ich in den verschiedenen Funktionen die Entwicklung und Professionalisierung der Pflege erleben bzw. begleiten. Ich habe erlebt, welch hartem Alltag diese Berufsgruppe aus-gesetzt ist.“

Gudrun Surup ist seit 2008 im Vorstand des DRK-Kreisver-bandes Münden. 2015 fusionierte der DRK-Kreisverband Münden mit dem DRK-Kreisverband Göttingen. Es wurde dort ein aufsichtsführendes „Präsidium“ gebildet, bei dem sie die stellvertretende Präsidiumsleitung innehat und An-sprechpartnerin für soziale Belange ist. Wir sprachen mit Gudrun Surup über die Anhebung des Mindestlohnes in der Pflegebranche.

Frau Surup, kaum eine Branche leidet so sehr unter Per-sonalmangel wie der Bereich Pflege. Kann die Anhebung des gesetzlichen Mindestlohnes diesen Mangel beheben?

Gudrun Surup: Vielen Dank für die Möglichkeit einer per-sönlichen Einschätzung der heutigen Situation. Sie haben Recht, ein wesentlicher Anteil unseres Pflegenotstandes besteht in der Unterbesetzung und dem Personalmangel. Dieses Problem ist nicht neu. Seit den 90er Jahren des letzten Jahrhunderts machen sich kluge Köpfe Gedanken darum, wie man diesem Pflegemangel abstellen kann und doch zeigt sich, dass es ein vielschichtiges Problem ist, das nicht allein durch finanzielle Maßnahmen gelöst werden kann.

Eine gut ausgebildete Krankenpflegekraft ist nicht vom ge-setzlichen Mindestlohn abhängig, sie verdient – wenn es bei ihrem Arbeitgeber eine tarifliche Vergütung gibt – einen Tariflohn deutlich über dem Mindestlohn. Dies gilt im Ü-brigen auch für Pflegehilfskräfte. Indirekt nützt es den Pfl-egekräften natürlich, denn dadurch wird bei der nächsten Tarifrunde mit Sicherheit auch ein höherer Tarifabschluss vorgesehen werden.

Was müsste darüber hinausgetan werden, um den Pfl-egeberuf attraktiver zu machen - sowohl für eine beruf-



INNERE
MISSION
NORTHEIM

Wir bilden
aus zur
**Pflegefach-
kraft (m/w/d)**

Komm ins Team!



Als **moderner, attraktiver Arbeitgeber** bieten wir:

- ✓ leistungsgerechte Bezahlung nach Tarif (TVDN)
- ✓ 30 Tage Urlaub
- ✓ Jahressonderzahlung
- ✓ individuelle Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- ✓ Mitarbeitererevents

Die Berufsbekleidung stellen wir Ihnen zur Verfügung.

WIR SUCHEN EINE
✓ **Pflegefachkraft**
(m/w/d)
✓ **Pflegeassistentz**
mit Ausbildung (m/w/d)

liche Neuorientierung als auch für Jugendliche auf Ausbildungsuche?

Gudrun Surup: Der Pflegeberuf ist eigentlich ein sehr attraktiver Beruf, denn entgegen der allgemeinen Auffassung erlebt man als Pflegekraft oft eine Dankbarkeit, die zum Weitermachen aktiviert.

Allerdings sind die Rahmenbedingungen nach wie vor schlecht: Mehrschichtensystem, ständiges Vertreten durch kurzfristige krankheitsbedingte Ausfälle von Kolleg*innen, ein zu geringer Personalschlüssel, zu wenig junge Pflegekräfte, die sich für den Beruf entschieden haben, d.h. zu viele offene Stellen. Dann kommen noch geringe Aufenthaltstage der Patient*innen, d.h. ein ständiges einstellen auf neue Personen, zu denen eine Arbeitsbeziehung aufgebaut werden muss, Doppelschichten in Pflegeheimen u.v.m. führen seit längerem zu relativ schnellem Burnout bei vielen Pflegekräften. Hinzu kommt die geringere Möglichkeit des „Aufstiegs“ oder der alternativen, aber fachbezogenen Tätigkeit, die auf dem Wissen aufbaut, aber neue Anwendungsfelder sind. Deshalb verlassen viele den Krankenpflegebereich nach einigen Jahren und arbeiten in ganz anderen Branchen.

Junge Leute schreckt sicherlich der Dienst zu ungünstigen Zeiten, die hohe Anzahl der älteren, pflegebedürftigen Kranken zurück, vielleicht aber auch eine fehlende Aufklärung und vor allem ein zu wenig gelebtes positives Image der Pflegekräfte in unserer Gesellschaft zurück.

Reichen die neuen Mindestlöhne aus Ihrer Sicht und Ihrer Erfahrung aus oder hätten Sie sich einen höheren Anstieg gewünscht?

Gudrun Surup: Ich möchte zunächst mit einer kleinen Witzfrage antworten: Wie hoch liegt das Mindesteinkommen eines Managers? Antwort: Immer 10% über dem jetzigen Verdienst, den er in seiner jetzigen Stellung bekommt. Nein, Spaß beiseite: Geld allein wird in der Pflege keine

neuen Pflegekräfte herbeilocken, keine ausgebildeten Pflegekräfte heilen oder neue Pflegestellen schaffen. Es ist eine von vielen Voraussetzungen, um Arbeitsbedingungen attraktiver zu machen, aber nicht die alleinige. Es müssen mehr Stellen geschaffen werden, die Attraktivität durch Verbesserung der Rahmenbedingungen, z.B. besserer Personalschlüssel, gute Arbeitszeiten und vor allem gesellschaftliche Anerkennung, die gesellschaftlich gelebt wird, gehören ebenfalls dazu.



Gudrun Surup

Können die Einrichtungen die Mehrkosten tragen, ohne das an anderen Stellen gespart werden muss?

Gudrun Surup: Da sehe ich ein wenig schwarz. In den vergangenen Zeiten waren es dann leitende Ärzte, Vertreter des Managements und ggf. IT-Kräfte, die in freien Verhandlungen gute Spitzenlöhne und beste Rahmenbedingungen aushandeln konnten, dafür mussten dann ggf. die unteren Chargen Abstriche hinnehmen. Ich hoffe, dass dies irgendwann einmal der Vergangenheit angehören wird, denn es sind die Arbeitskräfte am Patienten, die eigentlich die alltägliche Qualität eines Hauses ausmachen. Ich gehe davon aus, dass die Mehrkosten des Mindestlohnes bei den nächsten Budgetverhandlungen der Einrichtung mit einbezogen werden und deshalb keine Einsparungen erfolgen müssen.

Wir wissen ja seit den jüngsten Medienberichten zu der Krankenhaus-Situation in Deutschland, dass mehr als die Hälfte wirtschaftlich und finanziell am Abgrund steht und sich das Gesundheitsministerium um ein neues Finanzierungsmodell bemüht, das heißt, dass hoffentlich die „Fallpauschalen“ bald der Vergangenheit angehören werden. Unsere Gesellschaft altert nach wie vor sehr stark, deshalb brauchen wir ein gesundes Gesundheitssystem mit gesunden Krankenhäusern, Pflegediensten und Pflegeheimen sowie genügend zufriedenen Pflegekräften, um gesund „unsere alten Tage“ erleben zu können.

GEMEINSAM STARK – UND DAS SEIT 30 JAHREN

Altenpflege- und Senioren-Wohnheim "Am Park"

SENIORENGERECHT WOHNEN IM HERZEN DUDERSTADTS

VEREINBAREN

Sie einen Info- und Besichtigungstermin
T. 05527 913-0

Mit täglich wechselnder Beschäftigungstherapie

- Ausflüge
- Gedächtnistraining
- Themenwochen
- und vieles mehr

Löwengasse 2 | 37115 Duderstadt | T. 05527 913-0
info@altenheimampark.de | www.altenheimampark.de

Wer sagt denn, dass der Lebensabend trist und einsam sein muss?

Wir garantieren nicht.

WIR SUCHEN

Pflegefachkräfte (m/w/d)
Pflegehilfskräfte (m/w/d)

Bezahlung: angelehnt an den TVöD

0551 / 7076-0

info@seniorenzentrum.goettingen.de

DAUERPFLEGE - KURZZEITPFLEGE
TAGESPFLEGE
BETREUTES WOHNEN
PFLEGE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Seniorenzentrum Göttingen gGmbH

Ingeborg-Nahnen-Platz 1
37083 Göttingen
Telefon: 0551 / 70 76 - 0
www.seniorenzentrum.goettingen.de

Mindestlohn in der Pflege steigt in diesem Jahr

Der Mindestlohn in der Pflege wurde eingeführt, um sicherzustellen, dass Pflegekräfte angemessen entlohnt werden und um die Attraktivität der Branche zu steigern.

In Deutschland wurde der gesetzliche Mindestlohn in der Pflege im Januar 2015 eingeführt. Er betrug zunächst 8,50 Euro pro Stunde und wurde seitdem mehrfach angehoben. Ab Januar 2022 betrug der Mindestlohn in der Pflege 10,45 Euro pro Stunde. Dieser Mindestlohn gilt für alle Arten von Pflegeeinrichtungen, einschließlich Krankenhäusern, Alten- und Pflegeheimen sowie für ambulante Pflegedienste.

Die Pflegekommission einigte sich im Herbst des vergangenen Jahres einstimmig auf eine weitere Erhöhung der Mindestlöhne für Beschäftigte in der Pflege: Für Pflegehilfskräfte empfiehlt die Pflegekommission eine Anhebung auf 14,15 Euro pro Stunde, für qualifizierte Pflegehilfskräfte eine Anhebung auf 15,25 Euro pro Stunde und für Pflegefachkräfte auf 18,25 Euro pro Stunde. Auf Grundlage der Empfehlung der letzten Pflegekommission wurde eine Staffelung der Mindestlöhne nach Qualifikationsstufe vorgenommen.

Der gesetzliche Mindestlohn in der Pflege hat dazu beigetragen, die Löhne von Pflegekräften zu erhöhen und die Attraktivität der Branche zu steigern. Es hat jedoch auch dazu geführt, dass einige Pflegeeinrichtungen Schwierigkeiten haben, ihre Kosten zu decken und dass die Pflegebedürftigen höhere Kosten für die Pflege tragen müssen.

Einige Kritiker argumentieren, dass der gesetzliche Mindestlohn in der Pflege nicht ausreicht, um eine angemessene Entlohnung für Pflegekräfte sicherzustellen. Sie fordern eine weitere Erhöhung des Mindestlohns, um die Attraktivität der Branche weiter zu steigern und die Qualität der Pflege sicherzustellen.



Pflegemindestlöhne ab 1. Mai 2023

Im Einzelnen sieht die Empfehlung der Pflegekommission folgende Regelungen vor: Für Pflegefachkräfte erhöht sich der Pflegemindestlohn von derzeit 17,10 Euro auf 17,65 Euro und ab 1. Dezember auf 18,25 Euro; das bedeutet bei einer 40-Stunden-Woche ein Grundentgelt von 3.174 Euro monatlich.

Für Pflegekräfte mit ein- bzw. zweijähriger Ausbildung steigt der Mindestlohn von derzeit 14,60 Euro auf 14,90 Euro ab 1. Mai und auf 15,25 Euro ab 1. Dezember; damit kommen dann Beschäftigte bei einer 40-Stunden-Woche auf ein Monatsgrundentgelt von 2.652 Euro.

Für Pflegekräfte ohne Ausbildung wird der Mindestlohn von derzeit 13,70 Euro ab 1. Mai angehoben auf 13,90 Euro und ab 1. Dezember auf 14,15 Euro; das entspricht bei einer 40-Stunden-Woche einem Monatsgrundentgelt von rund 2.461 Euro. Zudem erhöht sich der Urlaubsanspruch für Pflegekräfte von derzeit 27 Tage auf 29 Tage bei einer Fünftageswoche.

Die Malteser-Tagespflege – weil Nähe zählt

Malteser Hilfsdienst gGmbH Tagespflege

Der Alltag wird immer schwieriger, das Pflegeheim noch keine Option...

Warum nicht die Tagespflege?

Diese bietet Unterstützung, Begleitung, Entlastung und Beratung in familiärer Atmosphäre. Eigenständigkeit, freie Wahl, eigene Entscheidung, Selbstbestimmung stehen bei uns an erster Stelle.

All diese kleinen, aber doch so wichtigen Wünsche sind für die Zufriedenheit von besonderer Bedeutung.

Und das Schöne ist, am Abend kehrt man zurück in das eigene Heim.

Unsere Leistungen:

- Individuelle Versorgung durch zusätzliche Betreuungskräfte
- Einbeziehung der Tagesgäste in Alltagsverrichtungen
- Stimulation der Sinne durch vielfältige Angebote z.B. Duftgarten
- Bei Bedarf Grund- und Behandlungspflege
- Einbeziehung und Integration der Angehörigen

www.malteser-duderstadt.de

Malteser Hilfsdienst gGmbH
Jaqueline Haase (Dienststellenleiterin)

Schützenring 6 • 37115 Duderstadt
05527 9892-60 • jaqueline.haase@malteser.org



TREFFPUNKT AUSZEIT bei den Maltesern

Die Malteser beabsichtigen, ab März in den Räumen der Geschäftsstelle am Schützenring mit einem neuen Angebot in den Frühling zu starten, das sich an verschiedene Gruppen richtet.

Die Idee dafür wuchs durch Gespräche und Kontakte im Rahmen der Schnelltestungen im Malteser-TESTZENTRUM während der Pandemie. Es ist ein Treffpunkt geplant, wo sich Alleinstehende, pflegende Familienangehörige, aber auch Interessierte und Bekannte bei Kaffee, Kuchen, Spielen und netten Gesprächen austauschen, und sich für einen Moment eine „Auszeit“ vom Alltag nehmen können. Geschultes Personal und Ehrenamtliche werden sich um das Wohl der Gäste kümmern und, wenn nötig Tipps und Hilfestellung anbieten.

Infos und Anmeldungen bei J. Haase Tel: 05527 989260 oder H.-Jürgen Bonitz Telefon: 0170 7750609.



IMPRESSUM

Herausgeber:

ASC Göttingen von 1846 e. V.

Danziger Str. 21

37083 Göttingen

Telefon: (0551) 517 46 45

E-Mail: info@asc46.de

Erscheinungsweise: halbjährlich

Satz und Layout: Sven Winkler, Linda Volkmann

Fotos: Sven Winkler, Linda Volkmann

Redaktion: Jörg Schnitzlerling, Linda Volkmann

Die Artikel spiegeln nicht in jedem Falle die Meinung des Vorstandes wider:

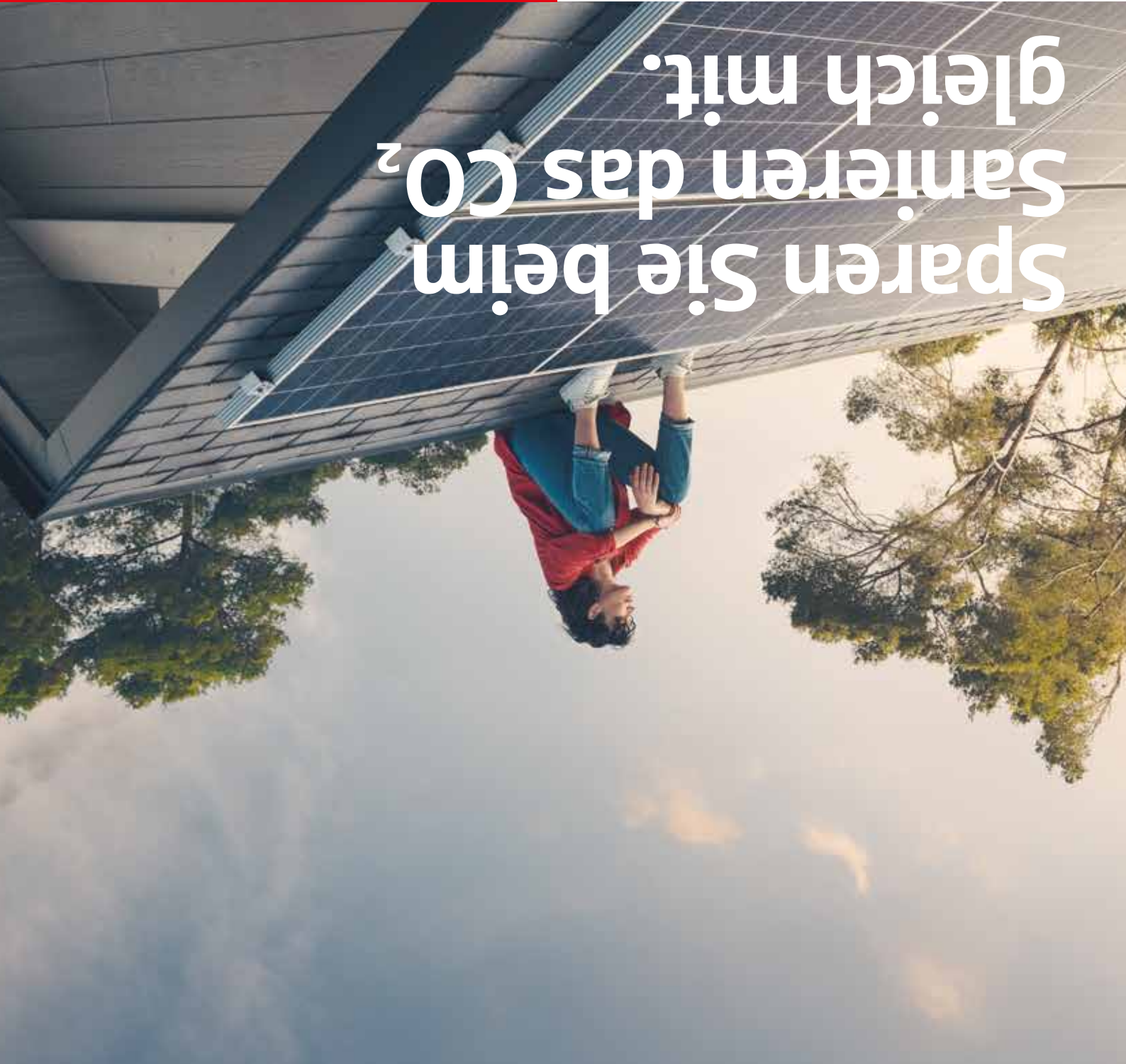
Druck: DMMedia GmbH, Kassel

Vertrieb: haushaltsdeckende Verteilung mit der Deutsche-Post plus ausgewählte Ablagestellen

„Hier kann ich Vielfalt leben.“ (Antonia Braun, Leiterin der ASC Kitas)



Gesamtherstellung & Projektmanagement:
Mundus-Marketing & Interaktive GmbH, Sichelsteinener Weg 2,
34346 Hann.Münden
Datenschutzutzerklärung unter
www.asc46.de/datenschutz
Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personen-
bezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern die
männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im
Sinne der Gleichbehandlung für alle Geschlechter. Die verkürzte
Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine
Wertung.



Sparen Sie beim Sanieren das CO₂ gleich mit.

Jetzt beraten lassen,
wie Sie Ihre energetische
Sanierung finanzieren.

Mehr auf spk-goettingen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Göttingen

!ICH BIN DANN MAL WEG ...

bewegen und persönliche Erfahrungen zu sammeln. „Ich mache einen Freiwilligendienst, weil ich nicht nur Spaß an der Arbeit mit Kindern habe, sondern auch ganz viel über mich lerne!“, sagt Miriam und Rabia ergänzt, dass die persönliche Weiterentwicklung von uns Freiwilligen eine wichtige Rolle spiele. Das konnten inzwischen mehr als 650 Freiwillige aus ganz Deutschland mit dem ASC erleben.

Mehr Infos zu weltweit

(0551) 517 46 500
info@itwd-sport.de
itwd-sport.de

„Die Herzlichkeit und Offenheit der Erwachsenen und Kinder, die uns begleiten, ist ganz anders als in Deutschland“, sagen Nils und Toni, die in Windhoek ihren Freiwilligendienst absolvieren. Steffen und Hannah berichten aus dem Norden Namibias (Ongwediva): „So intensiv eine andere Kultur kennenzulernen, ist einmalig.“

Es ist etwas Besonderes, wenn junge Menschen ihren Freiwilligendienst in anderen Teilen der Welt verbringen können und dort Projekte in Schulen, Kinderheimen, aber immer mit viel Sport umsetzen können. „Weltwärts“, der entwicklungspolitische Freiwilligendienst des BMZ, macht es möglich. Seit 2008 setzt der ASC Göttingen diesen im Bereich Sport um und ermöglicht jungen Freiwilligen ein Jahr im Ausland, um dort etwas zu

INTERNATIONALE FREIWILLIGEN- DIENSTE IM SPORT



ENGAGIERT SPORTLICH SOZIAL



FREIWILLIGEN- DIENSTE IM SPORT

Mehr Infos zum FWD im Sport
(0551) 517 46 500
info@fwd-sport.de
fwd-sport.de

Der ASC Göttingen ist seit über 20 Jahren Träger für die Freiwilligendienste (FWD) im Sport. Weit mehr als 10.000 junge Menschen haben inzwischen ihren FWD im Sport über den ASC in Niedersachsen gemacht. Die Freiwilligen engagieren sich sozial in einem sportlichen Umfeld und sorgen mit ihrem Einsatz dafür, dass Kinder in Schulen und Kindertagesstätten, aber auch Senioren in Sportvereinen bewegt werden.

„Ich habe mich für den Bundesfreiwilligendienst entschieden, da ich etwas Soziales machen wollte, um die Zeit bis zu meiner Ausbildung zu überbrücken. Auf der Göbit im Sommer 2022 bin ich auf den ASC aufmerksam geworden. Durch die verschiedensten Aufgaben und die Zusammenarbeit mit Menschen wurde meine Neugier geweckt und ich habe mich zu diesem Schritt entschlossen. Als ich dann den Probetag hatte, waren die Menschen sehr nett und sympathisch und ich fühle mich sofort heimisch“, erzählt Noah, der seinen FWD aktuell direkt beim ASC absolviert.

Der Freiwilligendienst ist eine große Chance für junge Menschen, ihren Weg zu finden. Der ASC unterstützt sie dabei, bringt Freiwillige und Einsatzstellen zusammen, sorgt für die Organisation des Dienstes und die Ausbildung zu Übungsleitenden.

„Ich habe mich für einen Freiwilligendienst entschieden, weil ich noch nicht direkt anfangen wollte, zu studieren, aber gleichzeitig etwas Sinnvolles tun wollte. Rückblickend kann ich sagen, es war eine richtig gute Entscheidung, den Freiwilligendienst im Sport anzutreten. Ich habe so viele tolle Menschen kennengelernt, ob im Verein, in den Sportgruppen oder auf den Seminaren und Erfahrungen gesammelt, die ich sonst nie gemacht hätte!“, sagt Landessprecher Johannes.



Dass es beim ASC auch Berufe abseits des Sports, insbesondere am Beispiel von Alican deutlich. Er macht derzeit eine Ausbildung zum Fachinformatiker Systemintegration. „Ich lerne in meiner Ausbildung alle relevanten IT-Anwendungen und -Systeme kennen. Ich erstelle und betreue unserer IT-Lösungen und unterstütze dabei vor allem meine Kolleginnen und Kollegen bei Fragen und Problemen“, beschreibt er seine Aufgaben.

Einig sind sich alle aktuellen und ehemaligen Auszubildenden bei der Fragestellung, was ihnen besonders an der Arbeit beim ASC gefällt. „Das familiäre Umfeld und die Vielseitigkeit der Aufgaben“, antwortet Malte (Auszubildender zum Sport- und Fitnesskaufmann). Oliver, der seine Ausbildung vor einem halben Jahr beendet hat und nun als Sport- und Fitnesskaufmann in den Fitnessstudios arbeitet, betont: „Der ASC ist für mich ein super Arbeitgeber, der immer das Wohl seiner Mitarbeiter im Fokus hat. Ich konnte in den drei Jahren Ausbildung viel mitnehmen - sportlich und kaufmännisch. Das Wichtigste für mich ist, Spaß bei der Arbeit zu haben und den habe ich beim ASC noch heute.“ Das unterstreicht auch Emma (duale Studentin für Bewegungskoaching & Gesundheit): „Am schönsten ist eigentlich das Miteinander, sowohl zwischen den Kollegen als auch zwischen uns und den Mitgliedern“ und Büsra (Auszubildende zur Kaufrau für Büromanagement) ergänzt: „Im Büro gibt es mit den Kollegen immer etwas zu lachen, aber auch mit zu sein“. Um diesem Ziel noch näher zu kommen, entschied auch Daria sich nach der Ausbildung für das BWL-Fernstudium, welches sie mittlerweile erfolgreich beendet hat. Das erlernte Wissen bringt sie nun in der Personal- und Finanzabteilung des Vereins ein.



„Wenn Du Dir bei der Arbeit Spaß und respektvollen Umgang mit Deinen Kollegen wünschst und Interesse am Sport hast, komm zum ASC!“

Meine Zukunft: Sportverein

GEMEINSAM, IN DIE ZUKUNFT!

Du hast die Wahl. Werde Teil unseres Teams.



asc46.de



Ausbildung:

Sport- und Fitnesskauffrau/-mann

Kauffrau/-mann für Büromanagement

Fachinformatiker/in Systemintegration

Bewirb Dich jetzt per Mail an Jan Feldhusen: jf@asc46.de



Immiten des Göttinger Jahnstadions befindet sich das ASC Performance. Es richtet sich an ambitionierte Athletinnen und Athleten, die an ihrer Leistungsfähigkeit arbeiten wollen. Dabei spielt es keine Rolle, ob man Hobby-, Leistungs- oder professioneller Sportler ist. Der Schwerpunkt liegt auf funktionellem Training mit freien Gewichten, Seilzügen, TRX und Kleinequipment. Darüber hinaus gibt es verschiedene High Intensity Ausdauergeräte wie ein Echo Bike, SkillMill, SkiErgs, Battle Ropes und Slideboard. Das geschulte ASC-Trainerteam mit Leistungssport-Erfahrung und sporttherapeutischem Hintergrund begleitet vor Ort bei der Erreichung individueller Ziele wie Muskelaufbau, sportartspezifischer Trainingsplanung, Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit oder auch der erweiterten Rehabilitation und Wiedereingliederung in sportliche Aktivität nach Verletzung. Ergänzend dazu gibt es im Kursraum die Möglichkeit, sich in den High Performance Classes gemeinsam mit anderen beim „Workout of the day“ auszupowern.

„Für mich ist das ASC Performance ein Knotenpunkt für Athleten unterschiedlicher Disziplinen geworden, was auch die besondere Atmosphäre ausmacht. Außerdem überzeugt mich die fundierte und breit aufgestellte Qualität des Trainerteams.“ (Naima, 32)

„Mich begeistert die Top-Ausstattung an Trainingsgeräten und die Lage des Studios im Jahnstadion, die mir die Möglichkeit gibt, Outdoor- mit Indoor-training zu kombinieren.“ (Denny, 36)

Eine besondere Ausrichtung hat das Fitnessstudio in der Benzstraße. Das Angebot des **ASC Frauenstudio**, richtet sich ausschließlich an weibliche Personen. Frauen allen Alters, ob gesund oder mit Einschränkung, fitnesserprobt oder ohne jegliche Vorerfahrung im Sport finden hier ein sportliches Zuhause. Diverse Cardio- und Fitnessgeräte sowie ein Bereich für Functional Training bieten vielfältige Trainingsmöglichkeiten, um an den individuellen Trainings- und Fitnesszielen zu arbeiten. Dabei stehen die ASC-Trainerinnen jederzeit unterstützend zur Seite. Eine Auswahl an Group Fitnesskursen sowie die Sauna mit großzügigem Ruhebereich komplettieren das Angebot.



„Meine Trainingsziele sind mehr Wohlbefinden, Schmerztrennung und weniger Bewegungseinschränkungen. Hier im ASC Frauenstudio werde ich von den netten Trainerinnen dabei optimal unterstützt, denn der ASC leistet gute Arbeit.“ (Wiebke, 48)

„Ich bin Läuferin und nutze das Training als Ausgleich. Ich finde es gut, dass hier nur Frauen trainieren, schätze die entspannte Atmosphäre, den Kontakt zu anderen, das tolle Kursangebot und das nette Team.“ (Katja, 51)

ASC FITNESS

... ist die Marke des ASC Göttingen, die alle Aspekte zur Erhaltung, Stärkung oder Wiederherstellung der Gesundheit vereint. Mit der Vielzahl an Sport- und Bewegungsmöglichkeiten in den drei Fitnessstudios, ASC Sportzentrum, ASC Frauenstudio und ASC Performance, die durch motivierte, engagierte und gut ausgebildete Trainer angeleitet werden, findet jeder das passende Angebot, um persönliche Ziele zu verwirklichen.

Das **ASC Sportzentrum** auf den Zielenterrassen ist das größte Fitnessstudio des ASC Göttingen. Hier kann an modernen Geräten mit elektronischer Trainingsdatenerfassung oder aber auch mit freien Gewichten im neu eingerichteten Functional Bereich trainiert werden. Zusätzlich bietet das ASC Sportzentrum fünf Kurssäle, in denen von Aerobic über Boxfitness, Cycling und Hot Iron bis hin zu Jumping, Pilates, Yoga und Zumba ein breites Kursangebot umgesetzt wird. Erholung und Regeneration bietet der Saunabereich mit Außenterrasse.

„Ich habe das ASC Sportzentrum durch mein Funktionstraining kennengelernt und mich so wohl gefühlt, dass ich über meine Verordnung hinaus hier trainiere.“ (Anja, 46)

„Das Besondere am ASC Sportzentrum ist das vielfältige Sportangebot in cooler, innovativer Location. Allerdings ist die beste Sporteinrichtung nur halb so gut, wenn das soziale Umfeld nicht stimmt. Glücklicherweise müssen wir darüber hier nicht diskutieren.“ (Julian, 25)



Der Wert des Wettkampfsportes

In einer Achterbahn der Gefühle wirbelt es Dich von einem Moment auf den nächsten vom höchsten Berg ins tiefste Tal. Erst der Jubel und der Sieg, dann die Niederlage und die tiefe Enttäuschung. Wettkampfsport lässt dich gewinnen und verlieren, und zeigt dir den Zauber der Herausforderung, wieder aufzustehen. „Sportvereine leisten, vor allem in der Jugend, einen wichtigen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung – der Gewinner muss hier verlieren lernen, der Verlierer erfährt seine Bedeutung für das Team“, sagt Sabine aus der Bogensportabteilung.

Wir sind als Mensch gefordert, der Erfolg ist immer ein Gemeinschaftswerk von Spielern, Trainern und einem passenden Umfeld. „Zum Realisieren meiner eigenen Ambitionen und Ziele ist ein Verein, der mir sowohl gute Trainingsmöglichkeiten als auch eine Gemeinschaft, mit der ich mich wohlfühle, bietet, sehr wichtig“, betont Meihuan die Wichtigkeit der Rahmenbedingungen. Die ambitionierte Bogenschützin ergötzt ihr Training auf dem Bogensportgelände mit zusätzlichen Einheiten im Fitnessstudio des ASC.

Für mich darin, dass ich mich mit anderen Personen direkt messen und meine eigene Trainingsleistung auf die Probe stellen kann“, beschreibt Tischtennisspielerin Janina ihre Motivation. Bogenschützin Mirja ergänzt: „Wettkampf bedeutet für mich, im jeweiligen Sport besser zu werden und immer wieder eigene Grenzen zu überwinden. Dies ist gerade im Verein so viel einfacher, weil man Gleichgesinnte trifft“. Erfolg im Wettkampf braucht Training und Fleiß, den Willen und die Energie zur Perfektion und Geschwindigkeit, gepaart mit Teamgeist und Fairness. Sowohl im Individual- als auch im Mannschaftssport ist der Wettkampf immer eine Herausforderung für Körper und Geist. Die eigene Leistungsfähigkeit, aber auch die des gesamten Teams zu verbessern, ist für Johanne, die bereits seit fast 15 Jahren Basketball spielt, der Ansporn: „jede Woche aufs Neue herausgefordert zu werden, sich durch den Wettkampfgedanken zu verbessern und als Team gemeinsam zu wachsen, macht den Reiz aus.“

Es geht im Wettkampfsport also um sehr viel mehr als „nur“ das Kräftemessen mit anderen. Es geht um persönliches Wachstum und vor allem um die Gemeinschaft, in der wir Emotionen und Erfahrungen teilen können. „Die Zusammenarbeit mit den Freunden, das Fachsimpeln nach dem Training, das Tuning des Equipments, das gemeinsame Feiern der Ergebnisse ohne Neid, all das macht es für mich aus“, so Bogensportler Effrattios.

Der Sport im Verein verbindet Menschen, gibt uns Gemeinschaft und schafft Freundschaften. Es ist das gemeinsame Erleben, das Adrenalin des Erfolges und das Miteinander in der Niederlage, das wir nicht vergessen und mit anderen teilen wollen. Genau das beschreibt auch Bogensportlerin Lilian: „Der Sport versammelt Menschen mit den verschiedensten Hintergründen und zeigt doch auf, dass wir alle gleich sind und verbindet uns miteinander. Nicht der Sieg ist das, was mich anspricht mein Bestes zu geben, sondern die Freude, die ich durch den Sport immer an meiner Seite habe.“ Auch Volleyballerin Aliya schätzt den Wert des Mannschaftssports im Verein und den Mehrwert durch die sozialen Interaktionen: „Die Community ist etwas ganz Besonderes. Innerhalb der Mannschaft, einer Sportart, aber auch sportartübergreifend unterstützen wir uns. Für mich ist Vereinsport ein wichtiges Stück Lebensqualität.“

Geht es also weniger um den Wettkampf, als um das Miteinander? Brauchen wir den Wettkampfsport noch, ist es noch zeitgemäß, sich zu messen? Der ASC hat eine große Tradition, Wettkampfsport ist ein elementarer Teil des Vereins. Und wenn wir uns fragen, was uns motiviert, zu trainieren und immer besser werden zu wollen, dann haben wir alle unsere eigene Antwort. Der Vergleich mit anderen ist dabei jedoch nach wie vor relevant: „Der Wert von Wettkampfsport besteht



“Die Zusammenarbeit mit den Freunden,
das Fachsimpeln nach dem Training, das
Tuning des Equipments, das gemeinsame
Feiern der Ergebnisse ohne Neid, all das
macht den Wettkampfsport für mich aus.

Der Verein, der ASC



im Verein. Parkour und Volleyball sind aktuell ihre Lieblings Sportarten. Schön finde ich auch, dass unsere Kinder im Verein mit vielen Kindern aus anderen Kulturen zusammenkommen. War gut im letzten Urlaub zu sehen, wie sie sich dauernd beschäftigen und mit anderen Kindern Kontakt aufnehmen konnten.

Meine Eltern sind auch schon lange im Verein. Ich glaube, sie haben sich sogar beim Schwimmen kennengelernt. Inzwischen wandern sie regelmäßig, mein Vater geht noch zum Rückentraining bei Kati und meine Mutter zum Kurs „Herz & Kraft“ bei Elke - ich glaube die Gruppe gibt es auch schon immer. Oma macht jetzt Rollatortraining. Echt cool, was die Da kann er bei den Requisiten helfen, er bastelt halt gern, und hat eine Statistenrolle.

Das alles geht in meinem Verein, dem ASC! Es wird Zeit, dass ich als Übungsleiter, Helfer oder Vorstand dem Verein etwas zurückgebe.

MEIN WEIßES

„Meine Eltern sind auch schon lange im Verein. Ich glaube, sie haben sich sogar beim Schwimmen kennen-gelernt.“

Mein Hausarzt sagt immer, was du dir bis 20 muskular erarbeitet hast, hilft dir dein ganzes Leben. Ich glaube, er meinte damit auch: Was du bis dahin nicht aufgebaut hast, fehlt dir dein ganzes Leben. Bei mir wars halt ok. Als Kind habe ich natürlich Fußball gespielt, war auch gar nicht so schlecht, bin dann aber trotzdem zum Basketball gegangen, da fallen mehr Körbe.

Irgendwann habe ich den Wettkampf nicht mehr in meinen Wochenplan bekommen und habe kurzfristig weniger Sport gemacht. Das war ziemlich doof, aber Familie und Beruf stehen an erster Stelle. Jetzt gehe ich ins ASC Fitnessstudio auf den Zielerterrassen und immer mal wieder zu Kursen, bin sogar schon mal beim Lauffreil gewesen. Ein Marathonläufer wird aber nicht mehr aus mir. Meine ersten kleinen Wehwehchen am Rücken oder an der Schulter bekommen die Sporttherapeuten im ASC Sportzentrum zum Glück immer schnell in den Griff. Da hilft es auch, dass ich immer Sport treiben habe. Wenn ich die anderen so sehe, bin ich immer wieder schnell zurück im Sport. Meinen alten Basketballfreunden geht es auch so, sie erzählen ähnliche Geschichten, wenn wir uns mal wieder zum Bierchen treffen. Schon interessant, wie gut diese alten Freundschaften halten.

Und auch meine Frau konnte ich vom Sport überzeugen. Sie macht jetzt Yoga, das bringt ihr Entspannung von Job und Familie sagt sie und macht ihr richtig Spaß. Ob ich da auch mal hingehen sollte?

Richtig großartig finde ich das Engagement des ASC in den Kitas und Schulen. So machen unsere Kinder dort viel Sport und lernen gleich schon ein bisschen Englisch. Leichtathletik, Schwimmen, Turnen, Ballett: sie haben gefühlt alles mal ausprobiert

Der Sport vereint uns alle

Mit der Idee, den Sport einmal andersherum zu betrachten, wollen wir nicht alles auf den Kopf stellen, aber trotzdem zeigen, dass der Sport in Göttingen eine wichtige Aufgabe übernimmt. Der ASC Göttingen von 1846 ist mit rund 11.000 Mitgliedern der größte Sportverein im südniedersächsischen Oberzentrum und zeigt mit seiner Vielfalt, was Sport bedeuten kann, oder noch besser, wie wichtig und gesund Bewegung für uns alle ist. Und eine solch' große Zahl von Menschen kann nur bewegt werden, wenn wir auch eine große Vielfalt in unserem Verein zulassen. „Gemeinsam. In Bewegung!“ ist das Motto, das uns dabei leitet.

Der ASC Göttingen will mit der Öffnung seines Magazins „KONTAKT“ als Teil von „meine Region Göttingen“ mehr Menschen für den Sport in Göttingen und im Umland ansprechen und gewinnen. Wir wollen zeigen, welchen Wert eine Sportgruppe für jeden von uns haben kann und dass sich ehrenamtliches Engagement lohnt.

Dafür geben wir in dieser Ausgabe unseres KONTAKTS den Menschen aus unserem Verein zu verschiedenen Themen eine Stimme.

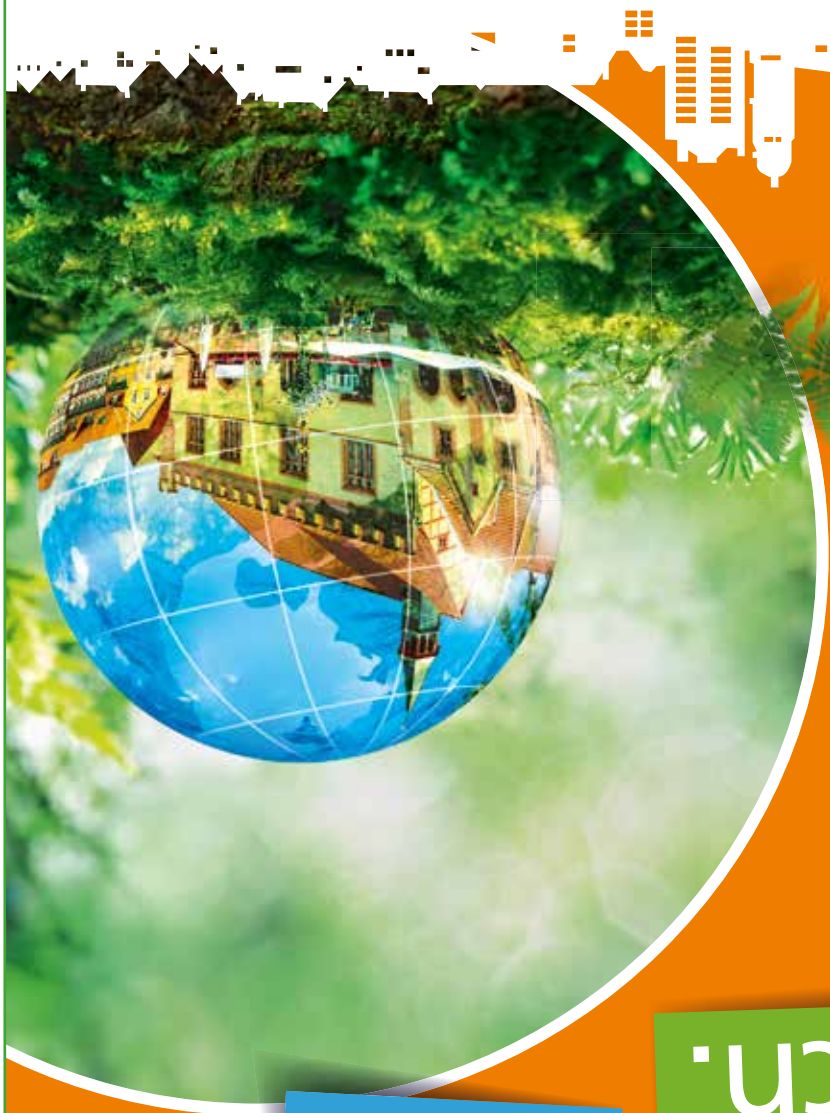
Wir begleiten Menschen jeden Alters, Geschlechts sowie sozialer und kultureller Herkunft auf ihrem Lebensweg, im Sportverein, in der Kindertagesstätte, der Schule, im Freiwilligendienst und beim ehrenamtlichen Engagement. Der Verein kann Familien einen Rückhalt geben und hält alle mit den vielen Angeboten im Gesundheits-, Wettkampf- und Breitensport beweglich, fit und gesund.

Wir freuen uns auf Sie!

Jörg Schnitzerling, Vorsitzender

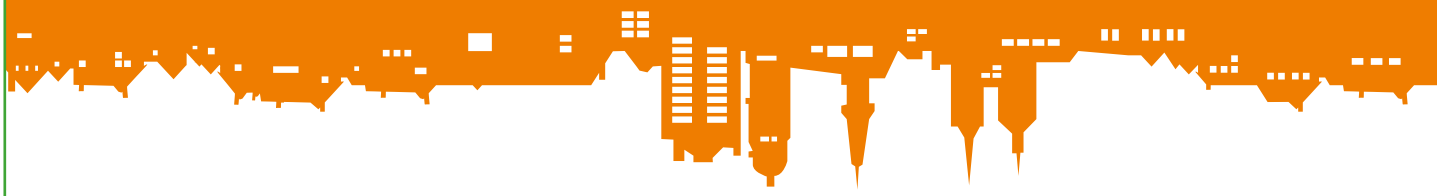


stadtwerke göttingen



Wir machen uns für
die Menschen in
Göttingen stark.
Gemeinsam
gestalten wir
nachhaltig
die Zukunft
unserer Stadt.

zuverlässig.
ehrlich.
fair.





WENDE MICH!

meuregion
Göttingen



ASC 46 gemeinsam. In Bewegung!

Mein Verein, der ASC | Der Wert des Wettkampfsportes | ASC Fitness
Meine Zukunft: Sportverein | FWD | FWD

01/2023 VEREINSMAGAZIN DES ASC GÖTTINGEN VON 1846 E.V.

KONTAKT

