



Sie warten auf ihr

Winterwunder

Das Tierheim in Eschwege
öffnet seine Türen

Foto: Mundus



Gans zu gewinnen!
Öx stellt sich vor



Geschmackvolles Fest
Leckere Äpfel und Birnen



Rund um die beliebte Tanne
Der Weihnachtsbaum

**MIT 100 MBIT/S JETZT
BIS ZU 249 € SPAREN!**

Sie haben die Wahl:

**ENTWEDER
ODER!**

**Startbonus
Satte 100 €
gespart!¹**

oder

**Technikbonus
FRITZ!Box 7590
geschenkt!¹**



+ 50 € Winter-Vorteil!¹

¹ Aktion gültig für die Produkte Sterntaler und Kassel-DSL 100 MBit/s und 50 MBit/s bei 24 Monaten Vertragslaufzeit. Gültig nur für Neukunden bis 31.12.2020. Bei Abschluss des Produkts Sterntaler oder Kassel-DSL mit 100 MBit/s hat der Kunde die Wahl zwischen 100 € Startguthaben oder einer FRITZ!Box 7590 (UVP bei Netcom Kassel: 199 €), bei Sterntaler oder Kassel-DSL mit 50 MBit/s die Wahl zwischen 50 € Startguthaben oder einer FRITZ!Box 7530 (UVP bei Netcom Kassel: 89 €). Der „Startbonus“ (= Startguthaben) wird einmalig auf die erste Rechnung gutgeschrieben. Der „Technikbonus“ (= jeweiliges FRITZ!Box-Modell) wird als Gratiszugabe zum Vertrag mitgegeben. Der „Winter-Vorteil“ in Höhe von 50 € wird einmalig gutgeschrieben. Eine Barauszahlung der Aktionsboni- und -vorteile ist nicht möglich. Eine Kombination beider Aktionsvarianten ist nicht möglich. Alle Preise sind inkl. der gesetzlichen MwSt. ² 100 MBit/s je nach technischer Verfügbarkeit, Verfügbarkeitsprüfung unter netcom-kassel.de. AGB und Leistungsbeschreibung unter netcom-kassel.de

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Stand: November 2020.

Jetzt bestellen unter **0561 920 209 9200**

Netcom
KASSEL
netcom-kassel.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Das Jahr 2020 ist fast vorbei und mitten in der anstehenden Weihnachtszeit möchten wir Ihnen die neue Ausgabe des *meinWMK*-Magazins präsentieren! Die Tage sind mittlerweile sehr kurz geworden und auch die Mäntel und Stiefel mussten schon aus dem Schrank genommen werden – und damit Sie auch in den kalten Monaten immer im Trend liegen, haben wir unter anderem einen Blick auf die Laufstege dieser Welt geworfen und herausgefunden, was unbedingt in die Winterkleidung aufgenommen werden muss. Eins kann ich Ihnen dabei schon verraten: Dunkel und eintönig wird es dabei nicht!

Besonders wird aber nicht nur die Mode auf den kommenden Seiten des Magazins, sondern auch unser Titel-Thema ist diesmal ziemlich außergewöhnlich. Denn wir haben einen Blick hinter die Kulissen des einzigen Tierheims im Kreis geworfen und sind dabei auch auf Benni gestoßen. Der Kater hat ein schweres Schicksal hinter sich und wartet nun darauf, endlich ein Zuhause finden zu können – und bei der Suche möchten wir ihm gerne helfen! Aber natürlich haben wir auch einen Blick auf die komplette Arbeit des Eschweger Vereins geworfen.

An Weihnachten steht aber nicht nur die Nächstenliebe weit vorne auf der To-Do-Liste, sondern auch das Essen – schließlich will doch niemand in der Weihnachtszeit auf die perfekten Plätzchen verzichten! Auf den kommenden Seiten finden Sie deswegen auch den ein oder anderen Trick, um die besten Plätzchen aus dem Ofen holen zu können.

Bevor Sie aber nun die Winterausgabe des *meinWMK*-Magazins aufschlagen, möchte ich Ihnen im Namen des gesamten WMK-Teams ein besinnliches Fest im Kreise Ihrer Liebsten und einen guten Rutsch in das neue Jahr wünschen! Auch 2021 werden Sie unser Magazin wieder in den Händen halten können. Bleiben Sie bis dahin gesund und starten Sie gut in das kommende Jahr.



Franziska Wehr,
Redaktionsleitung

Wir beraten, planen und
richten Ihr Büro ein!



Büroklammer
Büromöbel • Bürobedarf

Humboldtstraße 2 | 37269 Eschwege

☎ 05651 3366262

☎ 05651 3366282

✉ post@bueroklammer-claus.de

🌐 www.bueroklammer-claus.de

Pflegefamilie werden
Geben Sie Kindern ein Zuhause

Mehr Infos unter:

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

www.pflegefamilienwerden.de



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





Jetzt einfach auf Grün wechseln!

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

Wir verstehen uns.

www.EAM.de
Tel. 0561 9330-9330



Inhalt

58 Emotionaler Abschied	6 Hinter den Tierheim-Kulissen	9 Aus Wanfried zur Kanzlerin
54 Weihnachten im Kreis		13 Anlagenmechaniker brauchen Gefühl
51 Bunt im Winter		21 Gestüts-Geschichte hautnah
42 Die perfekten Plätzchen	39 So gelingt der Weih- nachtsschmauss	25 Das hilft der Psyche

Sie wollen *meinWMK* als Werbefläche nutzen?

Unsere Mediaberater helfen Ihnen gern und freuen sich auf Ihren Anruf:

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

Inga Bach
bach@mundus-online.de | Tel. 05541 95799-25

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

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

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

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

Das einzige Tierheim im Kreis hat seine Türen geöffnet

„Wir versorgen alle Tiere m

Von lautem Gebell und vielen aufgeregten Vierbeinern werden Besucher im Tierheim in Eschwege begrüßt. Hunde, Katzen, Hamster und Meerschweinchen tummeln sich in allen Farben und Größen in den zahlreichen Räumen des Tierschutzvereins Eschwege und Umgebung, während Tierheimleiterin Elvira Kaestner dafür sorgt, dass hier auch während der Corona-Pandemie alle gut versorgt sind.

„Derzeit sind wir schon ein wenig im Stress“, erklärt sie. Für das *meinWMK*-Magazin hat sie aber dennoch die Türen des einzigen Tierheims im Werra-Meißner-Kreis geöffnet und einen Einblick hinter die Kulissen gegeben. Über tausend Tiere haben hier seit der Gründung vor mehr als 60 Jahren ein temporäres Zuhause gefunden, mittlerweile sind es über 500 Tiere alleine in einem Jahr.

Zu den Bewohnern zählt derzeit auch noch Kater Benni. Das junge Tier kam vor wenigen Wochen in das Tierheim und ist ein besonderer Fall. „Benni hat einen Bruch, der anscheinend nie richtig behandelt wurde und zieht sein



Die Katzen im Tierheim warten darauf, endlich ihr zu Hause finden zu dürfen.

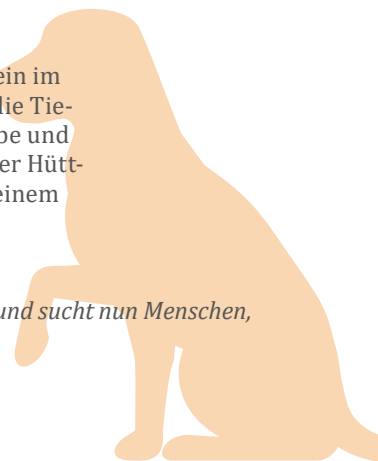
rechtes Vorderbein deswegen stark nach. Aber wir hoffen so sehr, dass wir schnell Besitzer für ihn finden, wo er unter Aufsicht auch nach draußen kann“, so Kaestner. Die Grundausstattung für ihr neues Tier - egal ob Hund oder Katze - bekommen Neu-Tierbesitzer beispielsweise bei Jasmin Füllgraf-Schmidt in ihrem Futterladen in Hessisch Lichtenau. „Wir haben von Futter und Leinen, über Decken bis hin zum Spielzeug wirklich alles, was sich ein Tier wünschen kann und beraten die neuen Besitzer natürlich auch bei allen Fragen“, erklärt die Inhaberin.

Aber was der Verein in den vergangenen Jahren so alles geleistet hat und wie die Geschichte des Tierheims begann, das hat Gudrun Schmidt, die Vorsitzende des Tierschutzvereins, unserem Magazin im Interview erzählt.

meinWMK: Das Tierheim in Eschwege besteht seit fast 65 Jahren, aber wie hat alles seinen Anfang genommen?

Gegründet wurde der Tierschutzverein im Januar 1956. Die Unterbringung für die Tiere bestand aus einer alten Gartenlaube und einigen Hundehütten am Grebendorfer Hüttchen. Seit 1986 ist das Tierheim an seinem

Benni hatte bisher ein schweres Leben und sucht nun Menschen, die es gut mit ihm meinen.





it viel Liebe und Hingabe“

jetzigen Standort in der Thüringer Straße untergebracht. Nur wenige Jahre nach dem Umzug musste aber schon ein Katzenhaus angebaut werden, das wir vor knapp zehn Jahren nochmals erweitern mussten, da immer mehr hilfsbedürftige Tiere aus dem Kreis und den angrenzenden Regionen im Tierheim abgegeben wurden.

Immer wieder werden Tiere nicht abgegeben, sondern auch ausgesetzt. Wie viele Tiere versorgen Sie in einem Jahr?

Letztes Jahr wurden insgesamt 523 Tiere aufgenommen. 2020 dürften es nicht wesentlich weniger Tiere sein, die unserer Hilfe bedürfen. Unsere Mitarbeiter und ehrenamtliche Helfer versorgen und betreuen die Tiere mit viel Liebe und Hingabe. Bevor ein Tier einfach ausgesetzt wird, stehen wir als Tierheim immer zur Verfügung! Wir versuchen immer zu helfen und stehen den Besitzern zur Seite.



Besonders "Willow" war über den Besuch des meinWMK-Teams sehr erfreut.



Gleich ein Dutzend Meerschweinchen haben derzeit im Tierheim ihr Zuhause gefunden.

Oft werden Tiere auch als Geschenke unter den Weihnachtsbaum gelegt, aber ist das wirklich eine gute Idee?

Tiere unter dem Weihnachtsbaum geht aus unserer Sicht gar nicht. Wenn wir aus Gesprächen heraushören, dass es sich um ein Weihnachtsgeschenk für ein Familienmitglied – oft für Kinder – handelt, versuchen wir zu erklären und zu überzeugen, dass Tiere grundsätzlich keine Geschenke sind und gerade an Feiertagen doch Unruhe und Trubel herrschen, die für Stress sorgen. ►

 „Königskomplexe“
 (Erfahrungsberichte)
 HeLiVital


Heike Trübenbach
 UNSERE TIERE SOLLTEN ES UNS WERT SEIN!
Tierhomöopathie & Oberonanalyse für Mensch und Tier
 Geschäft: HeLiVital, Kirchstr. 42, 37235 Hessisch Lichtenau

Praxis: Heinrichstr.46, 37235 Hessisch Lichtenau
 heike.truebenbach@gmx.de
 Tel.: 05602 92 99 742 • Mobil 0173 2401786
 www.königskomplexe.de

Termine nach Vereinbarung.

Dr. Katja Schinkel
Kleintierpraxis in Eschwege


Dr. med. vet. Katja Schinkel	Mo – Fr 10.00 – 12.00 Uhr
Freiherr-vom-Stein Str. 33	Di 16.00 – 19.30 Uhr
37269 Eschwege	Mo, Do 16.00 – 18.00 Uhr
www.tierarzt-schinkel.de	Fr 14.00 – 16.00 Uhr
05651 – 1 39 68	Termine nach Vereinbarung

Für einen entspannten Tierarzt Besuch bieten wir Ihnen eine individuelle Terminsprechstunde!



Das Team des Tierheims kümmert sich mit viel Hingabe um Tiere wie Dogge Wolfgang

Wir raten dazu, dass sich die ganze Familie bei uns im Tierheim die Tiere ganz in Ruhe anschaut. Ist dann eine Entscheidung gefallen, werden Zeit und Ruhe gebraucht, damit sich alle aneinander gewöhnen können.

Worüber sollte man sich bewusst sein, bevor man sich ein Tier aus dem Tierheim holt?

Wenn man sich ein Tier aus dem Tierheim holen möchte, sollte man bedenken, dass es sich dabei um ein Tier aus zweiter Hand handelt. Oft wissen wir nicht, wie es ihm in seinem „Vor-dem-Tierheim“-Leben ergangen ist. Wir versuchen die Tiere während ihres Aufenthaltes kennen zu lernen, ihre Eigenschaften zu ergründen und Vertrauen aufzubauen, um möglichst viele Informationen an die neuen Besitzer weitergeben zu können.

Wenn dann Mensch und Tier zueinander gefunden haben, wird ein Schutzvertrag, in dem alle uns bekannten Daten des Tieres vermerkt sind, geschlossen und eine entsprechende Schutzgebühr erhoben.



Im Katzenhaus gibt es die verschiedensten Kater und Katzen, die auf neue Besitzer warten.

Die Corona-Pandemie hat vieles verändert, wie sieht es im Tierheim derzeit mit den Regeln aus?

Auch in unserem Tierheim bekommen wir die Auswirkungen der Corona-Pandemie zu spüren. Bereits im Frühjahr - wie auch jetzt - haben wir Regeln für unsere Mitarbeiter, die Ehrenamtlichen und die Besucher erstellt. Die zahlreichen Hundespaziergänge haben wir gebeten nicht zu kommen, da bei der Entgegennahme und Rückgabe der Tiere nicht immer die Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden können. Trotzdem müssen die Tiere nicht auf ihre täglichen Spaziergänge verzichten, sie werden von unseren Mitarbeitern und Stamm-Ehrenamtlichen ausgeführt. Wer sich ein Tier ansehen möchte, der muss vorher telefonisch einen Termin vereinbaren. Wir können uns so nicht nur genug Zeit nehmen, sondern auch auf die Gesundheit und Sicherheit unserer Mitarbeiter und Besucher achten.



Wer auf der Suche nach einem Hund ist, der findet im Tierheim nicht nur eine große Auswahl an Vermittlungstiere, sondern auch die Expertenhilfe der Mitarbeiter. Fotos: Mundus



Futterladen Füllgraf

Poststraße 9
37235 Hessisch Lichtenau
Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 9-13 Uhr u. 15-18 Uhr
Sa.: 9-13 Uhr

Tel: 05602/7179

Fax: 05602/9194370

www.futterladen-fuellgraf.de
info@futterladen-fuellgraf.de



Bei Vorlage dieser Anzeige 20% auf Zubehör & 10% auf Futter



Groß und
Kleintierpraxis
Ute Wallner

Besuchen Sie uns auch im Internet auf unserer Webseite:
www.tieraerztin-sontra.de

Zur Zeit keine Sprechzeiten- bitte vereinbaren Sie einen Termin

Sontra, Schulstraße 19
Tel.: 0 56 53 - 9 17 79 40

Rotfichte aus Wanfried schmückt Bundeskanzleramt

Ein Stück Heimat bei der Bundeskanzlerin

Dass es in Nordhessen besonders schön ist, das wissen die Menschen aus dem Werra-Meißner-Kreis schon lange. Dass es hier aber auch besonders tolle Tannen gibt, davon kann sich Bundeskanzlerin Angela Merkel in diesem Jahr überzeugen! Denn der diesjährige Weihnachtsbaum, der auf dem Innenhof des Kanzleramtes aufgestellt wurde, stammt aus dem Schlierbachtal bei Wanfried!

Aus dem Privatwald von Hubertus Freiherr Roeder von Diersburg stammt die 16 Meter hohe Rotfichte. 70 Jahre stand der Baum im Schlierbachtal, Ende November machte er sich dann nach einer großen Fäll-Aktion auf den Weg nach Berlin und stand nur 24 Stunden später an seinem neuen Platz. Prächtig geschmückt verteilt der Baum nun seinen Glanz am Kanzleramt.

Zustande gekommen war die Vermittlung des Baumes nach Berlin durch die Arbeitsgemeinschaft Deutscher Waldbesitzer „Die Waldeigentümer“, die den Baum im Wechsel bei den unterschiedlichen Landesverbänden ordern. Traditionell findet im Bundeskanzleramt eigentlich eine große Zeremonie zur Übergabe des neuen Weihnachtsbaums statt, die musste aber in diesem Jahr durch den Corona-Virus ausfallen.

Dafür bedankte sich die Bundeskanzlerin später in einer Videokonferenz persönlich bei Hubertus Freiherr Roeder von Diersburg und bezeichnete die Fichte als ein gewachsenes Symbol der Deutschen Einheit – schließlich stammt der Baum direkt aus dem hessisch-thüringischen Grenzgebiet. Hans-Georg von der Marwitz, Präsident der AGDW – Die Waldeigentümer und der Präsident des Hessischen Waldbesitzerverbandes, Michael von der Tann, übergaben den Baum in der Videoschleife offiziell.

„**Dieser Weihnachtsbaum soll ein Zeichen setzen, das Hoffnung und Zuversicht vermittelt,**“

sagte Hans-Georg von der Marwitz, „gerade in schwierigeren Zeiten, wie wir sie aktuell erleben, brauchen wir diese Signale.“ Begleitet wurde die Fichte von zwei Schachfiguren, einem hellen und einem schwarzen Bauern, mit denen die beiden Präsidenten der Bundeskanzlerin viel Glück für das neue Jahr wünschten: „Mit zwei starken Waldbauern an der Seite kann man jede Hürde nehmen“, sagten sie.



Die Wanfrieder Rotfichte lässt nun den Innenhof des Bundeskanzleramtes erstrahlen.
Foto: Bundesregierung/Bergmann

Wir feiern, Sie sparen!

FAMILY-RABATTE
ZUM GEBURTSTAG



Als Gül Jaeger 1990 ihre Ausbildung zur Einzelhandelskauffrau bei Möbel Jaeger begann, ahnte sie nicht, dass dies die Entscheidung ihres Lebens war. 30 Jahre später ist sie Prokuristin und Geschäftsführerin des Familienunternehmens, das hochwertige Möbel vertreibt, und wurde vor kurzem 50 Jahre alt.

„Ich habe in Möbel Jaeger wirklich meine Liebe gefunden und das nicht nur privat“, erinnert sich Gül Jaeger, die mittlerweile seit 26 Jahren mit Bernd Jaeger verheiratet ist und mit ihm drei erwachsene Kinder hat.

” **Hier hat von Tag eins an einfach alles für mich gestimmt und ich kann mir wirklich nicht vorstellen, irgendwo anders zu arbeiten,** “

so Jaeger weiter. Wenn sie auf ihre 50 Jahre Lebenserfahrung zurückblickt, dann sehe sie viel Glück und Zufriedenheit, sagt sie. „Dass ich meine Kreativität ausleben kann und dabei auch noch unsere Kunden glücklich mache, ist für mich die größte Erfüllung“, so Jaeger. Für die Zukunft hofft sie besonders, dass weiterhin alle Arbeitsplätze erhalten bleiben können. „Wenn wir dann noch alle gesund bleiben, dann ist mein größter Wunsch eigentlich erfüllt.“



01 Mayfair M Classic
Wir feiern, Sie sparen!
***Aktionspreis 1398,-**

nur solange der Vorrat reicht



02 Sunrise M Signature
Wir feiern, Sie sparen!
***Aktionspreis 1799,-**

nur solange der Vorrat reicht

03 Boxspringbett
Wir feiern, Sie sparen!
Aktionspreis 1899,-



- 1** Stressless Sessel Mayfair M Classic (wie abgebildet) in Leder Batick schwarz, Gestell Eiche
- 2** Stressless Sessel Sunrise M Signature, (wie abgebildet) in Leder Paloma, Gestell Signature
- 3** Boxspringbett mit motor. Verstellung
- 4** Adventskranz FINK Corona D40 H1, vernickelt B/H 40/14 cm



04 Adventskranz FINK
Wir feiern, Sie sparen!
***Aktionspreis 199,-**

37213 Witzhausen
Mündener Str. 19e | Tel. 05542 603-25

Öffnungszeiten
Mo. – Fr. 9:30 – 19:00 Uhr
Sa. 9:30 – 16:00 Uhr | April – September
Sa. 9:30 – 18:00 Uhr | Oktober – März

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



MÖBEL www.moebel-jaeger.de
JAEGER
macht glücklich

In den vergangenen Ausgaben des *meinWMK*-Magazins haben wir Ihnen schon die verschiedensten Berufe und Handwerksinnungen rund um Friseure, Metallbauer, Bäcker, Maler, Fleischer und viele mehr vorgestellt – diesmal wird sich auf den kommenden Seiten alles um die Innung der Sanitär- und Heizungstechnik drehen!

mein **wmk**

Wirtschaft

Anlagenmechaniker brauchen nicht nur ein schlaues Köpfchen

Fingerspitzengefühl ist gefragt

Die Innung der Sanitär- und Heizungstechnik ist mit über 50 Mitgliedsbetrieben nicht nur eine der größeren Handwerksinnungen im Werra-Meißner-Kreis, sondern auch besonders gut vernetzt.

„Hier sind nicht nur die einzelnen Betriebe organisiert, sondern in der täglichen Arbeit sind auch die Energieversorger aber auch das Schornsteinfegerhandwerk eingebunden. Schließlich sind manche Arbeiten in diesem Handwerk gefahrgeneigt, weshalb zahlreiche Zusatzqualifikationen erforderlich sind. Diese reichen von der Inbetriebnahme und Montage an Wassernetzen, bis hin zu Arbeiten an der Energieversorgung, über Strom, Gas, Öl, Pellet und weiteren Energieträgern“, erklärt der Obermeister der Innung, Bernd Schrader.

”

Zum Beruf des Anlagenmechanikers gehört ein breites Feld an Aufgaben!

“

Sie sorgen nicht nur dafür, dass die Wohnung geheizt ist, oder warmes Wasser aus dem Wasserhahn beziehungsweise der Dusche kommt. Sie machen u.a. auch das Badezimmer gegebenenfalls für ältere oder behinderte Menschen barrierefrei und ermöglichen so ihren Mitmenschen erst ein Leben in ihrer vertrauten Umgebung. Dinge, die oftmals erst dann bewusst werden, wenn in der anbrechenden kalten Jahreszeit etwas nicht funktioniert. Weitere Bereiche sind auch der Umweltschutz. Durch moderne Technik wird aktiv zum Klimaschutz beigetragen und zudem eine hohe Energie-Effizienz sichergestellt. Bei Heizungsanlagen, die mit Öl betrieben werden, wird auch der gesetzliche Gewässerschutz sichergestellt. ►



Anlagenmechaniker kümmern sich auch darum, dass die Heizung einwandfrei funktioniert.



Oft werden die Anlagenmechaniker dann allerdings mit dem Klempner gleichgesetzt – aber das stimmt nicht! Hierbei handelt es sich um zwei völlig verschiedene Berufszweige. Im Gegensatz zum Anlagenmechaniker, kümmert sich ein Klempner eher um das Montieren von Regenrinnen oder dem Verkleiden von Dächern und Schornsteinen mit Blechen.

Ausbildungen wurden zusammengelegt

Die Ausbildung zum Anlagenmechaniker für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik gibt es in der heutigen Form erst seit 2003, vorher war sie in die Berufe des Gas- und Wasser-Installateurs und des Zentralheizungs- und Lüftungsbauers aufgeteilt. Die Ausbildung zum Anlagenmechaniker dauert dreieinhalb Jahre, bei der neben den technischen und organisatorischen Grundlagen auch die fachpraktischen Fertigkeiten dieses Handwerks gelernt werden. Dabei untergliedert sich das Berufsbild des Anlagenmechanikers in die Spezialisierungen der Heizungstechnik und Sanitärtechnik. Beispielsweise lernen die Auszubildenden bereits während ihrer Ausbildung auf Kundenwünsche einzugehen, Kundenaufträge entgegenzunehmen, hieraus Arbeitsabläufe zu planen und durchzuführen. Zu den technischen Grundlagen gehören neben dem Einsatz von unterschiedlichsten Materialien und Werkstoffen, unter anderem besagte handwerkliche Grundlagen wie Bohren, Schrauben, Schweißen, Löten, Sägen, Feilen, Schneiden, Verpressen und Verkleben von Werkstücken, aber auch das Anfertigen von Rohren, Blechen und Profilen. Hierbei ist oftmals hohes handwerk-



*Bernd Schrader ist Obermeister der Sanitär- und Heizungstechnik-Innung.
Foto: Kreishandwerkerschaft*

WWW.HANDWERK.DE

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

DAS HANDWERK



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

liches Geschick gefragt, denn oft müssen Teile maßgefertigt werden, damit sie auch hundertprozentig passen. „Das Klischee, welches in dem Werner-Comic vermittelt wird, stimmt mit der Realität in keinsten Weise überein und wird den Ausbildungsinhalten dieses anspruchsvollen Ausbildungsberufes nicht gerecht“, so Stephan Schenker, Geschäftsführer der Kreishandwerkerschaft im Werra-Meißner-Kreis.

„Die Ausbildung ist dabei nicht nur wegen der vielen Maßanfertigungen anspruchsvoll, sondern sie erfordert ein hohes Maß an Achtsamkeit. Kleine Fehler können fatale Folgen haben. Schließlich arbeiten Anlagenmechaniker auch an Gasanlagen, die mit besonderer Vorsicht und viel Verständnis behandelt werden müssen“, so Schenker. Doch was braucht es, um ein guter Anlagenmechaniker oder Mechanikerin zu werden?

„**Voraussetzung für eine Ausbildung ist ein guter Hauptschulabschluss, ein gutes technisches und mathematisches Verständnis und natürlich das handwerkliche Geschick.**“

sagt Stephan Schenker. ►



Fotos: Adobe Stock

Schützen Sie sich für die Zukunft vor den hohen Energiekosten.
Wir installieren das für Sie richtige **HEIZSYSTEM.**

WALTER Weich GmbH
HEIZUNG • SANITÄR • KLIMA
Bauklempnerei • Rohrreinigung
Beratung • Planung • Installation • Service

Wir wünschen Ihnen ein frohes Fest. Kommen Sie gut ins neue Jahr!

WIZ (05542) 1540

Ein fröhliches Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr wünscht:

HUBERT POPP

SANITÄR • GAS • HEIZUNG
BERATUNG • PLANUNG • VERKAUF • INSTALLATION • KUNDENDIENST

Sebastian-Kneippstr. 24 • 37217 Witzhausen-Ziegenhagen
Tel: 05545/6224 • Fax: 05545/6595 • Funk-Tel: 0171/7138571

Einfach nur DANKE !

Wir vom Team Larbig möchten gern **DANKE** sagen!
Danke für Ihre Treue, Ihr Vertrauen und für die tolle Zusammenarbeit.

Wir wünschen frohe & erholsame Festtage sowie einen guten Rutsch in ein gesundes, erfolgreiches & glückliches neues Jahr!

Wir haben auch im neuen Jahr **#lustaufhandwerk** und freuen uns schon auf Sie!

Larbig Haustechnik
Tel. (05651) 97 98 0
www.feuer-wasser-larbig.de

B.C. Cassel Heizung • Sanitär

Komplettbäder • Gas- und Wasserinstallationen
Gas- und Ölheizungen • Pellets- und Stückgutheizungen
Solar- und Regenwassernutzungsanlagen • Bauklempnerei

Allen Kunden, Geschäftsfreunden und Bekannten wünschen wir ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr.

Berkastraße 60 • 37297 Berkatal-Frankershausen • Tel. 05657/1092 • Fax 7760

Besonders in kniffligen Aufgabenstellungen ist in diesem Beruf nicht nur der Sachverstand gefragt, sondern auch das Fingerspitzengefühl, da zum Teil sensible Lebensbereiche betroffen sind. Langeweile wird deswegen sicherlich nicht aufkommen! Die Arbeiten finden nämlich in den verschiedensten Umgebungen statt und das nicht nur in den Häusern der Kunden, sondern auch im Freien, oder in luftiger Höhe, beispielsweise wenn eine Solaranlage installiert werden muss. „Reizend ist dabei sicherlich nicht nur die

Abwechslung und die Arbeit im Team, sondern auch, dass dieser Berufszweig mittlerweile in hohem Maße digitalisiert ist. Tablets und Smartphones aber auch der Einsatz von Drohnen werden hier oft zu tagtäglichen Arbeitsmitteln“, erklärt Schenker.

Wer sich für die Ausbildung zum Anlagenmechaniker/ in interessiert, der kann sich auf der Internet-Plattform des Fachverbandes unter www.zeitzustarten.de nicht nur mehr Informationen einholen, sondern auch gleich Kontakt zu rund 25.000 Betrieben in ganz Deutschland aufnehmen. Eine weitere Möglichkeit bietet aber auch die Internet-Plattform der Handwerkskammern unter www.lehrstellen-radar.de.

„**Ich empfehle den jungen Menschen aber zudem immer, direkt mit den Betrieben in Kontakt zu treten, sei es weil Interesse an einem Praktikum oder aber an einer Ausbildung in einem der Betriebe im Kreis besteht.**“

„Der Jugendliche sollte einen Termin vereinbaren und seine Bewerbungsunterlagen persönlich vorbeibringen. Wie so oft im Leben, zählt der erste Eindruck, den Betrieb und Bewerber so gewinnen.“, sagt Stephan Schenker. Die Kreishandwerkerschaft Werra-Meißner ist bei der Suche nach Praktikums- oder Ausbildungsplätzen jederzeit gerne Ansprechpartner für Jugendliche.

Übrigens: Der Verdienst liegt nicht im Niedriglohn-Sektor! Bereits im ersten Lehrjahr gibt es eine Ausbildungsvergütung von 800 Euro und auch die Aufstiegs- und Verdienst-Möglichkeiten nach der bestandenen Abschlussprüfung sind sehr gut! Denn zahlreiche Optionen in der Weiterbildung, beispielsweise zum/zur Techniker/ in oder zum/zur Meister/ in eröffnen eine Karriere im Handwerk! – Mit dem Meisterabschluss ist sogar ein Studium an einer Hochschule oder Universität möglich!





DAMIT IHR HOME IHR CASTLE BLEIBT. Elektro Sanitär Klima Heizung Diagnosetechnik

Schmidt



Schmidt GmbH & Co. KG
Haus- und Kältetechnik
Am Scheiderasen 3
37242 Bad Sooden-Allendorf
Telefon 05652 2021

Folgen Sie uns auch auf  

www.schmidt-haustechnik.com



Weinfass

220-Liter-Eichenfass, 95 cm hoch, 70 cm Durchmesser, geschlossen

~~169,99 €~~

- 41 %

= 99,99 €



Aluminium Ibiza Terrassenüberdachung
500 x 300 mit Glasdach
(ALLE Größen lieferbar)

~~3505,89~~ -10%
= 3.154,80

3.154,80 - 2,52 % (79,50) = 3.075,30

-3%
Mehrwertsteuer



Aluminium Ibiza Terrassenüberdachung
500 x 300 mit Stegplatten
(ALLE Größen lieferbar)

~~2.478,97~~ -10%
= 2.230,80

2.230,80 - 2,52 % (56,22) = 2.174,58

Bestellung bis
31.12.2020
(Montage später)

ALU2000 GmbH

Mo.-Fr. 9-18 Uhr · Sa. 9-13 Uhr
34246 Vellmar · Berliner Straße 28 · Tel. 0561 99859690
info@alu2000.de · www.alu2000.de



Der Beruf braucht nicht nur handwerkliches Geschick, sondern besonders Fingerspitzengefühl ist bei vielen Aufgaben gefragt.

Frohe Weihnachten!



maler + lackierer
SVEN HORNER
www.maler-sontra.de
Chattenlohstraße 35 • Meißner-Weidenhausen
0 56 57 / 9 19 12 99
Hinter der Wachtmauer 4a • Sontra
0 56 53 / 26 55 70




VB Vicky Bommhardt
Elektro • Heizung • Lüftung • Sanitär
Planung • Ausführung • Betreuung
GmbH & Co.KG

Kai Kalk



Regenerative Energietechniken - Holz, Pellet - Öl und Gasheizungen
Sanitärinstallationen - Komplettbäder
Wasseraufbereitung - Solartechnik
Kundendienst - Kernbohrungen

Netraer-Weg 25
37296 Ringgau-Grandenborn
email: kaikalk@web.de

Tel.: 05659/9231666
Fax: 05659/9231667
Mobil: 0175/4151251




Wir wünschen eine schöne Weihnachtszeit und ein gesundes neues Jahr!

Wir wünschen Ihnen Frohe Weihnachten



Telefon 0 56 58 - 10 42
Landstraße 51 - 53 | 37284 Waldkappel-Bischhausen
Internet: www.bommhardt-haustechnik.de

Grafische Werkstatt von 1992 eröffnet
Filiale in Witzenhausens Innenstadt

Mehr als bloß ein Copy-Shop

Seit 1992 gibt es die Grafische Werkstatt und seit 10 Jahren befindet sich der Hauptsitz in der Mündener Straße in Witzenhausen. Nun ist eine Filiale in der Innenstadt hinzugekommen: Seit dem 2. November hat der „Copy-Blitz“ in der Brückenstraße 14 geöffnet.

Hier können Kunden Kleinaufträge aus dem Bereich Druck und Werbung direkt erledigen lassen oder einen Auftrag erteilen. Aber hier geht es um mehr als den typischen „Copy-Shop“: Die Grafische Werkstatt hat sich bereits als Druckdienstleister etabliert, der Projekte in der eigenen Werkstatt umsetzen kann und die auch weiterhin für größere Aufträge zur Verfügung steht und damit das Angebot des neuen „Copy-Shop“ erweitert.

Im frisch renovierten Laden in der Brückenstraße richtet sich das Angebot nun besonders an

End- und Privatkunden, die hier auch Geschenkartikel finden oder u.a. bedruckte Artikel herstellen lassen können.

Einfach ‚nur‘ gedruckt werden kann im neuen Geschäft aber weiterhin. Besonders einfach geht das, wenn die Dokumente direkt der Mail (copy@gw92.de) gesendet und dann am vereinbarten Termin abgeholt werden. „Wer keine Zeit zum Abholen hat, für den können wir alle unsere Produkte mit unserem ‚Copy-Taxi‘ aber auch liefern“, erklärt Inhaber Markus Jaquemoth.

Geöffnet ist aktuell montags und freitags von 10 bis 14 Uhr. Dienstags, mittwochs und donnerstags steht die Tür von 15 bis 18 Uhr offen, telefonisch zu erreichen ist der Laden unter 05542/5073303.





Beratung vor Ort: Creditreform Kassel / Fulda unterstützt Mitglieder im Raum Nord- und Osthessen mit Wirtschaftsinformationen und Dienstleistungen rund um das Forderungs- und Kreditmanagement. Foto: Creditreform

Mit Sicherheit bessere und vertrauensvolle Geschäfte

Creditreform Kassel steht Ihnen zur Seite

In der schnelllebigen und herausfordernden Geschäftswelt von heute, ist es entscheidend, den Markt und die eigenen Kunden genau zu kennen. Egal ob Neukunde oder langjähriger Geschäftspartner – nur Kunden, die am Ende auch bezahlen, bringen den Betrieb voran.

Creditreform schützt mit hochwertigen Bonitätsinformationen zu Firmen sowie Privatpersonen und erfolgsorientierten Inkassodienstleistungen vor Forderungsausfällen und sorgt mit innovativen Forderungslösungen und flexiblem Factoring für mehr Liquidität.

„Im Bereich des Forderungsmanagements bieten wir unseren Kunden den gesamten Prozess vom Mahnwesen über das Inkasso bis hin zur Titelüberwachung und Factoring. Damit unterstützen wir Ihre Debitorenbuchhaltung, steigern die operative Effizienz, senken Ihre Kosten und sorgen vor allem für einen schnellen, erfolgreichen Einzug Ihrer Forderungen, national und weltweit“, erklärt das Unternehmen Creditreform Kassel. Dabei werden die Kunden möglichst schonend behandelt, um die zukünftige Geschäftsbeziehung nicht zu gefährden.

Mit ihren Payment-Services bietet Creditreform zudem den optimalen Zahlartenmix in allen Vertriebskanälen und wickelt die Zahlungsströme für Händler sicher und komfortabel ab. Seit Mai 2020 bietet Creditreform auch einen kompletten Onlineshop in nur 48 Stunden an. Auf Basis eines Shopware-Shopsystems inkl. Konfiguration, Hosting, Produktintegration, Risikomanagement, Payment und Forderungsmanagement ist der Weg zum eigenen Onlineshop schnell bewältigt. „All unsere Leistungen im Risiko- und Forderungsmanagement können wir als integrierte Lösungen in Ihren Systemen abbilden. Zudem sind viele unserer Services online oder via App abrufbar“, so Creditreform.

Mit ihren Marketing Services hilft Creditreform sämtlichen Unternehmen jeglicher Größe und Branche auf Grundlage der aktuellsten und größten Datenbank zu deutschen Unternehmen außerdem die gewünschten Zielkunden zu finden.

Haben Sie Interesse an den Angeboten? Dann erreichen Sie die Creditreform Kassel unter 0561/78456-922 oder vertrieb@kassel.creditreform.de.

PACOMA und DIPLOMA

Erweiterte Kooperation um Industrieschulungen

Die erfolgreichen Absolventen zeigen das erhaltene Zertifikat, hier mit den Initiatoren Klaus Roselieb, Prof. Dr. Michael Namokel und Robert Wiegel.
Foto: Diploma



Nach etwa fünf Jahren erfolgreicher Umsetzung von Industrieprojekten unter Einschluss von ingenieurwissenschaftlichen Abschlussarbeiten erweitern die PACOMA in Eschwege und die DIPLOMA Hochschule in Bad Sooden-Allendorf die Kooperation. Als Pilotprojekt ist ein Industriekurs „Pneumatik und Hydraulik“ für Auszubildende angeboten worden.

„Eine echte Bereicherung und Vertiefung von fachtheoretischen Inhalten in Verbindung mit der Praxis“, meint Robert Wiegel, Produktion Manager der PACOMA. So war das Feedback der Teilnehmer auch durchweg positiv, wobei die Weiterbildung in einer sehr motivierenden Umgebung gesehen wurde. Die Praxisteile wurden im Labor umgesetzt und die Inhalte der Schulung anschließend durch eine schriftliche Klausur abgeprüft.

Die Ereignisse rund um Covid-19 verzögerten die Feedback-Gespräche und die Übergabe der Zertifikate konnte nun endlich erfolgen.

Mecklenburgische Versicherung

Danke für Ihr Vertrauen

Das Jahr 2020 hat es uns in den vergangenen Monaten nicht einfach gemacht. Wir alle mussten unser komplettes Leben umstellen, denn Dinge, die selbstverständlich waren, waren plötzlich nicht mehr möglich. Die Corona-Pandemie hat nicht nur die Wirtschaft und die Gastronomie hart getroffen, sondern besonders diejenigen, die geliebte Menschen an die Krankheit verloren haben. Mit dem Dezember ist nun nicht nur die Weihnachtszeit angebrochen, sondern auch die letzten Wochen dieses herausfordernden Jahres und ich wünsche Ihnen und Ihrer Familie nur das Beste zum Fest! Im Kreis der engsten Familie wird es ein Weihnachtsfest werden, das wir so schnell nicht vergessen und dennoch können wir uns darauf freuen.

Näher rückt aber auch das neue Jahr, in dem wir hoffentlich wieder etwas in die Normalität zurückkehren können. Deswegen wünsche ich Ihnen auch einen guten Rutsch in das Jahr 2021 und hoffe, dass all Ihre Wünsche in den kommenden Monaten in Erfüllung gehen werden!

Studium und Ausbildung in Bad Sooden-Allendorf!

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

**Beratungstag
am 18.12.2020**
14–18 Uhr
Anmeldung unter
05652-58777-0

In Kooperation mit den
**BERND BLINDOW
SCHULEN**



DIPLOMA

DIPLOMA HOCHSCHULE
Private Fachhochschule Nordhessen
University of Applied Sciences

Das komplette
Studienangebot unter:
diploma.de
+49 (0)5652 58777-0



Marcel Bernhardt

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

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr., 09:00 - 13:00 Uhr

Do. 15:00 - 19:00 Uhr

Mi. geschlossen

Weitere Termine nach Vereinbarung.

- Kleiner Kirchrain 7 · 37247 Großalmerode -

Lassen Sie sich beraten...
M Mecklenburgische
VERSICHERUNGSGRUPPE



Mehr, als „nur“ ein Gestüt

Das Gestütsmuseum Altefeld wartet mit besonders viel Hingabe auf

Seit mehr als 100 Jahren gibt es das Hauptgestüt Altefeld auf der Hochebene zwischen dem Ringgau und Herleshausen. In einer malerischen Umgebung züchten Manfred und Doris Graf mittlerweile seit fast 40 Jahren erfolgreiche Sportpferde. „Dieses Gestüt ist etwas ganz Besonderes, und das nicht nur wegen seiner besonderen Lage und unseren Pferden. Die Geschichte der vergangenen 100 Jahre ist turbulent“, weiß Manfred Graf zu berichten.

Nachdem er das Gestüt 1981 erstanden hatte, war ihm schnell klar, dass es hier nicht nur um den Erfolg der Zucht geht. „Ich hatte damit begonnen, ein Buch zu schreiben, habe dabei auch Material aus der Geschichte Altefelds zusammengesucht und konnte gar nicht mehr aufhören“, berichtet Graf, der mittlerweile gleich mehrere Bücher über die Pferdezucht und den Ringgau herausgebracht hat.

Damit das Wissen um die Vergangenheit und die sportlichen Erfolge der Altefelder Pferde nicht in Vergessenheit gerät, entschied er und seine Frau sich dazu, 1991 ein Gestütsmuseum einzurichten. Dazu wurde eine alte Stallung umgebaut und mit immer mehr hochwertigen und exklusiven Exponaten gefüllt. „Das Ganze ist eigentlich aus einem Zufall heraus entstanden, aber ist nun wirklich zu einer Herzensangelegenheit geworden“, betont die Familie Graf. Im Museum wird so nicht nur die Geschichte hinter dem Gestüt und seinen Erfolgspferden - darunter unter anderem acht Derby Sieger - erzählt, sondern auch ein Blick in die Pferdekunst geworfen. „Kunst ist eine meiner Leidenschaften und sie ließ sich super in das Museum integrieren“, erklärt Graf. Durch die Corona-Pandemie musste das Muse-

um in den vergangenen Monaten geschlossen bleiben, im kommenden Jahr soll es aber wieder für Besucher geöffnet werden. „Am besten sind Gruppenführungen, denn dann kann ich den Besuchern direkt viel Hintergrundwissen zu den einzelnen Ausstellungsstücken vermitteln“, sagt Manfred Graf. Das Museum wartet dabei aber nicht nur mit den Exponaten auf, sondern auch mit der Möglichkeit, die traumhafte Umgebung zu genießen.

Sobald Führungen wieder möglich sind, sind diese nur unter Voranmeldung möglich. Alle Informationen rund um das Gestüt und sein Museum, gibt es unter www.gestuet-altefeld.de.



Manfred Graf freut sich darauf, wenn er wieder Besucher in seinem Gestütsmuseum begrüßen darf. Fotos: Privat

„Ich bin ein Macher“

Markus Claus möchte Eschweges neuer Bürgermeister werden

Am 14. März 2021 wird es ernst für Markus Claus. Dann stehen die Bürgermeisterwahlen in der Kreisstadt Eschwege an - und Claus tritt für die SPD gegen Amtsinhaber Alexander Hepe (CDU) an. „Ich bin ein waschechter Diemann und liebe meine Heimatstadt. Ich möchte neuen Schwung in die Stadt bringen und zusammen mit engagierten Bürgerinnen und Bürgern einiges bewegen“, erklärt Claus den Grund hinter seiner Kandidatur.

Der Vater von fünf Kindern hat sein komplettes Leben in der Kreisstadt verbracht, ist hier bekannt wie ein bunter Hund. „Ich kenne sehr viele Menschen in und um Eschwege – dank meiner Familie, meines Berufs und meiner ehrenamtlichen Tätigkeiten“, so der 50-Jährige. Neben seiner Leidenschaft für den Sport vertritt Claus seit 2006 als Stadtverordneter die Interessen der Eschweger Bürger. Am Herzen liegen ihm für seine politische Zukunft besonders zwei Themen: „Die Belebung der Innenstadt ist ein immens wichtiger Punkt, den ich unbedingt an-



Markus Claus will im kommenden März die Bürgermeisterwahl in Eschwege gewinnen. Foto: Privat

gehen möchte. Außerdem kenne ich niemanden in Eschwege - egal ob jung oder alt - dem die Situation mit einem fehlenden Freibad gefällt. Hier will ich endlich Nägel mit Köpfen machen und ein für alle Generationen attraktives Freibad realisieren“, so Markus Claus. Er sei kein Mensch, der Projekte lange in der Schublade liegen lassen könne. „Ich bin ein Macher“, sagt der SPD-Bürgermeisterkandidat über sich selbst.

☎ 05542-507 33 03
copy@gw92.de

Druck von
Geschäftspapier, Broschüren,
Büchern, Abschlussarbeiten
Textil- und Sublimationsdruck

NEU!

Jetzt neu
in der

Brückenstraße 14
Witzenhausen



**COPY
Blitz**

**COPY
TAXI**

Grafische Werkstatt
Folie. Druck. Werbung.

Öffnungszeiten:
Mo und Fr
10-14 Uhr
Di, Mi, Do
15-18 Uhr



SuedLink-Trasse soll mitten durch den Kreis verlaufen

Kommt es noch zur Klage?

Lange haben die verschiedensten Initiativen im Werra-Meißner-Kreis dagegen gekämpft, nun ist eine Entscheidung gefallen: Die Bundesnetzagentur hat im Dezember entschieden, die SuedLink-Trasse doch mitten durch den Werra-Meißner-Kreis zu führen. Mit großem Bedauern und Enttäuschung haben sowohl Landrat Stefan Reuß als auch der Erste Kreisbeigeordnete Dr. Rainer Wallmann darauf reagiert.

„In Fachgutachten und Stellungnahmen“, so Landrat Reuß, „haben wir sehr deutlich auf die Belastung der Bevölkerung durch ortsnahe Trassenführungen hingewiesen und auch die Schädigung unserer ökologisch hochsensiblen Landschaftsräume thematisiert, ebenso haben wir auf erhebliche Fehler in der bisherigen Planung hingewiesen, leider wohl ohne Erfolg. Wir behalten uns selbstverständlich vor, alle

möglichen Rechtsmittel gegen die Entscheidung einzulegen“, so Stefan Reuß.

„Selbstverständlich sind wir für eine konsequente Energiewende“, betont der Erste Kreisbeigeordnete Dr. Rainer Wallmann, „schließlich wird im Werra-Meißner-Kreis an vielen Punkten bereits eine dezentrale Energiewende umgesetzt. Klar ist aber auch: wir akzeptieren nur eine auf nachvollziehbaren Fakten basierende und nicht politisch motivierte Entscheidung zum Trassenverlauf!“.

„Wir werden die verfügbaren und sehr umfangreichen Begründungen der Entscheidung der BNA prüfen und uns mit der Stadt sowie dem Landkreis Göttingen abstimmen, um das weitere Vorgehen zu besprechen. Selbstverständlich werden wir uns anschließend auch mit den betroffenen Thüringer Nachbarlandkreisen abstimmen“, ergänzen Reuß und Dr. Wallmann.

☎ 05542-500 68 98

kontakt@gw92.de



**Weiterhin
für Sie da!**

Grafische Werkstatt
Folie. Druck. Werbung.

Wie gewohnt
in der
Mündener Str. 15
Witzenhausen
Termin nach Vereinbarung!

Werbetechnik seit 1992
Folienbeschriftung, Schilder,
Banner, Großformatdruck, Plakate,
Drucksachen, Glasbeschichtung,
Sonnenschutz, Sicherheitsfolien





mein **wmk**

Gesundheit

Das Jahr 2020 war nicht einfach, denn unsere komplette Welt wurde auf den Kopf gestellt. Während sich viele Sorgen darum machen, wie sie ihre Figur trotz Schließung der Sportvereine und Fitnessstudios beibehalten, gibt es viel mehr Menschen, die mit den psychischen Folgen der Krise zu kämpfen haben. Denn der Kopf steht derzeit selten still.

A close-up, slightly blurred photograph of a person's hair and ear, occupying the left side of the page. The hair is dark and appears to be pulled back. The ear is visible in the lower part of the frame.

Mit einfachen Tipps gegen die Corona-Krise im Kopf

Wenn die Gedanken kreisen

Die Corona-Krise hält uns auch am Ende des Jahres in Atem und die erneuten Beschränkungen des öffentlichen Lebens sind auch für den Kopf eine Belastung. Im Vergleich zu der Situation im Frühjahr kommt hinzu, dass die ernste Lage dieses Mal auch durch den Winter zieht, der viele Menschen sowieso schon betrübt. Umso mehr gilt es, achtsam mit sich selbst und seinen Freunden und Verwandten zu sein und mögliche Anzeichen psychischer Probleme ernst zu nehmen. Fachleute sind jedenfalls alarmiert.

Psychische Belastung in der dunklen Jahreszeit

„Die zweite Welle der Corona-Pandemie führt für alle Menschen zu einer langen und schwierigen Zeit der Anpassung“, erwartet der Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer, Dietrich Munz. Anders als im Frühjahr gibt es zudem keinen schnellen Rückgang der Ansteckungswelle. Das mache es schwieriger, psychisch gesund durch die Wintermonate zu kommen. Eine hohe Belastung, die nicht unterschätzt werden sollte!

Die Bedrohung durch Corona führe dazu, dass sich viele Menschen zurückziehen und irgendwie durchzuhalten versuchen, so Experten. Das sei bei psychischen Beschwerden jedoch nicht ratsam. Empfohlen wird, dass jeder, der sich psychisch mehr als zwei Wochen lang anders als normal fühlt, in die Sprechstunde einer psychotherapeutischen Praxis gehen sollte. ►

Dass die eigene Belastungsgrenze überschritten ist, kann sich an unterschiedlichen Belastungssymptomen zeigen - dazu zählen unter anderem sozialer Rückzug, innere Unruhe, Angst, Anspannung, Erschöpfung und Resignation, aber auch körperliche Beschwerden wie Magenprobleme, Kreislaufschwäche, Tinnitus oder Allergieschübe.

Tipps gegen das Grübeln

Doch was hilft, wenn einem die ganze Situation über den Kopf zu wachsen droht? Zeit in der Natur zu verbringen ist ein großer Tipp der Experten, denn das helfe durch die Ruhe besonders dem eigenen Wohlbefinden. Und ausgedehnte Spaziergänge durch die Region lassen sich während der Pandemie auch wunderbar umsetzen!

In den eigenen vier Wänden sollte es sich zudem so gemütlich wie möglich gemacht werden, damit in den vielen Stunden zu Hause kein Lagerkoller auftritt. Helfen kann dabei auch ein Pandemietagebuch. Das Tagebuch kann einen nämlich nicht nur in zehn Jahren an die aktuelle

außergewöhnliche Situation erinnern, sondern mit dem Schreiben kann man seinen Gefühlen zudem leicht Ausdruck verleihen! Interessant werden kann das später auch einmal für die eigenen Kinder, die die Situation bisher gar nicht so wirklich begreifen können.

Ein Tipp ist zudem für uns alle hilfreich: Schreibt auf, was ihr nach der Pandemie am liebsten tun wollt! Denn wir alle sehnen uns doch in die Zeiten zurück, als man Menschen noch ohne Angst umarmen konnte, oder nicht?!

Beziehung zu sich selbst stärken

Um sich und seinen Kopf aus dem ständigen Grübeln über die Situation herauszubekommen, ist es zudem wichtig, die Beziehung zu sich selbst zu stärken. Einige Minuten am Tag reichen dabei aus, um sich Gedanken darüber zu machen, ob man in der aktuellen Lage genug auf die eigenen Kosten kommt und wie man sich selbst etwas Gutes tun kann. Besonders hilfreich ist es dabei die sozialen Kontakte mit Telefonanrufen oder Videochats aufrecht zu erhalten.



DrösslerDental[®]

Perfekte Zähne für ein strahlendes Lächeln

Wir wünschen unseren Kunden, Patienten und dem gesamten Laborteam besinnliche Weihnachten und ein glückliches, gesundes neues Jahr!

Ihr Dentallabor im Werra-Meißner-Kreis
Dentale Technologie auf höchstem Niveau

Drössler-Dental GmbH

Zentrum für zahnärztliche Prothetik und Zahnimplantologie

Forstgasse 21 • 37269 Eschwege • Tel.: 05651-2275527 • Fax: 05651-2275528

info@droessler-dental.de • www.perfektezähne.de

Turbo für das Immunsystem

So sperren Sie Erkältungen und Co. aus

Die kalte Jahreszeit ist angebrochen und damit steigt nicht nur der Wunsch nach dem Weihnachtsfest, sondern auch Kälte, Nässe und Wind haben ihren Einzug im Alltag gehalten. Für das Immunsystem kann das zu einer großen Aufgabe werden. „Die kommenden Wintermonate werden unser Immunsystem wieder vor eine besondere Aufgabe stellen. Gerade auch, da die Corona-Pandemie unsere Abwehrkräfte zusätzlich fordert“, weiß Kerstin Walger-Wenisch vom Reformhaus Walger in Witzenhausen.

Doch mit einigen einfachen Mitteln kann man das eigene Immunsystem stärken und damit gegen Viren und Bakterien wappnen! Viel Bewegung an der frischen Luft, genug Schlaf, eine ausgewogene Ernährung und jeden Tag ausreichend Flüssigkeit – das sind die Geheimnisse hinter einer guten Gesundheit. Besonders die Bewegung an der frischen Luft ist wichtig, damit die wenigen Sonnenstrahlen, die es im Winter gibt auch aufgesogen werden können. Denn nur so kann das für den Körper wichtige Vitamin D produziert werden, das Zellen aktivieren, die kranke Zellen erkennen und abtöten kann. Einfach ist es aber nicht, die Sonnenstrahlen zu erwischen, denn meist ist es bereits dunkel, wenn der Feierabend beginnt. Doch das heißt nicht, dass man sich dann nicht mehr nach draußen wagen sollte. Denn genauso wichtig wie die Sonnenstrahlen, ist der Sport. Studien belegen, dass sportlich aktive Menschen seltener an Infekten erkranken. Vor allem Ausdauersportarten wie Laufen oder Schwimmen aktivieren in unserem Körper wichtige Zellen, die unser Immunsystem stärken und schützen. Die Grundlage für ein gesundes und starkes Immunsystem bildet aber eine ausgewogene Ernährung.

Auf die Ernährung kommt es an

Achten Sie während der kalten Jahreszeit besonders darauf, viele frische Lebensmittel wie Obst und Gemüse zu essen. So bekommt das Immunsystem genügend Vitamine und Mineralstoffe, die es während der Erkältungszeit zur Bekämpfung von Viren und Bakterien und für den Erhalt der Gesundheit braucht. Genauso wichtig, wie die richtige feste Nahrung ist aber auch das, was getrunken wird. Mindestens zwei Liter Wasser oder ungesüßter Tee werden von Experten empfohlen und das gilt auch im Winter, obwohl wir durch die kälteren Temperaturen weniger schwitzen. Denn auch während der

Erkältungszeit müssen die Schleimhäute von innen heraus ausreichend befeuchtet werden, damit sie bei der Abwehr von Krankheitserregern aktiv bleiben. Die trockene Heizungsluft trägt außerdem dazu bei, dass die Schleimhäute schneller austrocknen - deswegen sollte auch regelmäßig gelüftet werden.

Gesunde Geheimwaffen

„Neben einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend Bewegung an der frischen Luft, können uns aber auch zahlreiche Heilkräuter und Naturprodukte dabei unterstützen unser Immunsystem zu stärken“, so Kerstin Walger-Wenisch. So sei die Zistrose (auch Cistus) ein wahrer Infektblocker, verrät sie. ►

Kornblume Bioladen

Naturkost, Naturkosmetik, Geschenke,
Backwaren, Weine, Käse, Tierfutter, Sämereien uvm.
Ich gönne mir ja sonst nichts!



**10% auf alle
„streich's drauf“ Produkte!**

Noch bis 31.12.20

Öffnungszeiten Do. u. Fr. 9-18 Uhr, vom 21.12. - 01.01. Di. u. Mi. 9-18 Uhr
Landgrafenstraße 36, 37235 Hessisch Lichtenau • Tel.: 05602 4655

Viren & Bakterien

rechtzeitig abblocken

Alsiroyal® Cistus PLUS Infektblocker

- Hindert Viren & Bakterien daran, in den Körper zu gelangen
- Bildet einen Schutzfilm auf der Rachenschleimhaut
- Auch anwendbar beim ersten Kratzen im Hals



Alsiroyal®

Lutschpastillen mit fruchtig frischem Geschmack



Die Originale. Mehr als nur Honig.



schön & gesund

Walger

Reformhaus Kosmetik

Witzenhausen Walburger Str. 8



Die Frucht zählt zu den polyphenolreichsten Pflanzen Europas. Sie kann daher eine physikalische Schutzbarriere auf den Mund- und Rachenschleimhäuten bilden. Dadurch werden Viren und Bakterien effektiv abgewehrt. Neben dem Cistus gibt es dabei auch noch Tropfen, Kapseln oder Lutschtabletten im Handel.

Ein weiterer „Tausendsassa“ ist der neuseeländische Manukahonig. Er hat eine außergewöhnliche stark antimikrobielle Wirkung. Jeder Manukahonig wird auf seinen MGO-Gehalt getestet und zertifiziert. Je höher der Wert desto wertvoller und aktiver ist er in seiner innerlichen und äußerlichen Heilwirkung. Zahlreiche Produkte, wie Mundspray, Mundwasser, Zahnpasta, Öl und Bonbons runden das Angebot ab. Für Fragen rund um das Thema Immunsystem, und wie man sich in den kalten Monaten am besten schützen kann, steht Ihnen das Team des Reformhaus zur Verfügung.

Medizinischer Info-Service
der AOK Hessen

Fachpersonal beantwortet Fragen zum Corona-Virus und Impfungen

Selten war ein medizinisches Thema erklärungsbedürftiger als die Corona-Pandemie. Die AOK Hessen weist deshalb und angesichts des bevorstehenden Winters, in dem es erfahrungsgemäß zu besonders vielen Atemwegsinfekten kommt, auf ihren medizinischen Informations-Service Clarimedis hin.

Unter der für AOK-Versicherte kostenfreien bundesweiten Servicenummer 0800 1 265 265 beantwortet ein 55-köpfiges Team alle Fragen rund um das Virus – und darüber hinaus. Es besteht aus Fachärztinnen und -ärzten, medizinischem Personal wie etwa Hebammen sowie Apothekerinnen und Apothekern. Beantwortet werden gesundheitsbezogene Fragen schnell und unkompliziert – ohne Termin, ohne Wartezeit, ohne zusätzliches Infektionsrisiko. Aktuell stellen die Anruferinnen und Anrufer besonders viele Fragen zu Impfungen und dazu, wie sie sich am besten vor einer Ansteckung mit dem Corona-Virus schützen können.

Fachbegriffe laiengerecht erklärt

Die Hilfe von Clarimedis geht jedoch weit darüber hinaus. Man kann beispielsweise die Bedeutung medizinischer Fachbegriffe erfragen, sich über Medikamente und Impfungen informieren oder sich nach einer Blutuntersuchung Laborwerte genauer erklären lassen. Auch bei den Themen Vorsorge und Kindergesundheit ist das Team bestens aufgestellt. Selbstverständlich gilt auch für Clarimedis die ärztliche Schweigepflicht. Allerdings ersetzt das Gespräch mit den Expertinnen und Experten nicht jeden Besuch in einer Praxis. Ferndiagnosen und konkrete Therapieempfehlungen sind nicht möglich. Dafür unterstützt das Team von Clarimedis auf Wunsch bei der Suche nach besonders geeigneten Ärztinnen oder Ärzten und sogar bei der Terminvereinbarung.

Weitere Informationen
über uns finden Sie unter
www.klinik-kurhessen.de



Wir stellen ein ab 01.03.2021

Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d)

Fachrichtung: Orthopädie & Pneumologie

39 Std./Woche im Schichtdienst mit
regelmäßigem Nachtdienst

Vergütung nach TgDRV, zusätzliche Altersversorgung (VBL).

Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen richten Sie bitte bis zum
15. 01. 2021 per E-Mail an stellenangebote-klinik-kurhessen@drv-hessen.de
oder an Klinik Kurhessen, Am Haintor 7, 37242 Bad Sooden-Allendorf.

Schwerbehinderte
Menschen werden
bei gleicher Eignung
bevorzugt.



**Klinik
Kurhessen**
Bad Sooden-
Allendorf

Wir sind Ihr zuverlässiger Partner für
moderne orthopädische und
pneumologische Rehabilitation und
Anschlussheilbehandlungen.

Neue Zähne über Nacht – Na Claar!

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



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



Das Zahnärzteteam der Praxis Dr. Claar



Dr. Mirjam Mujakovic und Dr. Michael Claar

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

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

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

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

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

CLAAR ZAHNÄRZTE

Praxis Bad Wilhelmshöhe

Druseltalstraße 178
34131 Kassel
Tel. 0561-574 32 60

Praxis Leipziger Platz

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

www.dr-claar.de



*mein***wmk**

Aktiv leben

Der Winter bringt tolle Lichterketten, den Geruch nach Glühwein in den eigenen vier Wänden, Stollen und Plätzchen mit sich. Aber nicht alle Effekte der kalten Jahreszeit sind erfreulich - und das besonders für Senioren. Denn mit dem ersten Frost steigt auch die Gefahr, dass die Gehwege und Straßen besonders glatt werden. Damit Senioren aber dennoch sicher durch die kommenden Monate kommen, gibt es einige einfache Tipps!

So geht's für Senioren
sicher durch den Winter

Von Spikes bis Reflektoren

In den Wintermonaten sind besonders Senioren von einer erhöhten Unfallgefahr betroffen, denn vereiste Gehwege oder Straßen sind prädestiniert für einen Sturz, der schnell im Krankenhaus enden kann. Damit so etwas nicht passieren kann, gibt es in dieser Ausgabe des *meinWMK*-Magazins einige wichtige Tipps für den Winter, damit das Weihnachtsfest zwar im kleinen Kreis, aber nicht in der Klinik gefeiert werden muss.

Sobald die Temperaturen merklich sinken, sollten Senioren bereits einige Vorkehrungen für die kommenden kalten Monaten treffen, denn nichts ist besser, als gerüstet in den Winter zu gehen! Denn die Straßen sind nicht nur durch Schneeschlamm, Dreck oder Eis rutschig, sondern auch fallendes Laub kann zur Gefahr werden. Ein wichtiger Punkt ist deswegen festes Schuhwerk für den sicheren Halt. Festes, rutschsicheres Schuhwerk mit Profil ist eine wichtige Voraussetzung, wenn man seine Wohnung verlässt. Dieses schützt vor einem Sturz. Wer auf Nummer sicher gehen will, der kann übrigens auch noch Schuhspikes unter der Sohle anbringen, die für zusätzlichen Halt sorgen! Bei den Schuhspikes handelt es sich um Metallstifte oder Krallen, die mithilfe einer Halterung aus Gummi oder Kunststoff über den normalen Schuh gestreift werden, diese können in jedem Sportfachhandel gekauft werden.

Wer in keine Spikes investieren möchte, der sollte auch beim Gang in die Wohnung, oder in ein Geschäft nicht vergessen, dass der Boden in Kombination mit der Nässe der Schuhsohlen dafür sorgen kann, dass es nochmal extra glatt wird. Schuhe, die direkt an der Tür ausgezogen werden, verhindern nicht nur eine erhöhte Sturzgefahr, sondern auch Pfützen in der Wohnung, die zu einem späteren Zeitpunkt gefährlich werden können. ►

Vergesst die Brille nicht!

Aber nicht nur die Schuhe sind in den kalten Monaten wichtig, sondern auch die Brille! Der Winter ist die perfekte Jahreszeit, um dem heimischen Optiker mal wieder einen Besuch abzustatten, denn die Sehschärfe ist eine große Hilfe, wenn es darum geht, Gefahren frühzeitig zu erkennen. Also, wann waren Sie das letzte Mal bei ihrem Optiker?

Besonders für Senioren, die mit einem Rollator unterwegs sind, stellt der Winter aber noch ganz andere Gefahren dar. Denn wenn der Rollator nicht einwandfrei funktioniert, kann er auf den glatten Straßen eher zu einer Behinderung, als zu einer Hilfe werden. Was viele Menschen nicht wissen: Rollatoren können in Fachgeschäften - oft kostenlos - von den Experten auf ihre Funktion geprüft werden! Denn auf dem winterlichen Boden sind funktionierende Bremsen genauso unersetzlich, wie Reflektoren.

Letztere helfen besonders Verkehrsteilnehmern, Rollator und Mensch frühzeitig zu erkennen.

Unser Tipp: Nehmen Sie sicherheitshalber auch immer eine kleine Taschenlampe mit. Dadurch lassen sich Stolperfallen, zum Beispiel bei schlecht beleuchteten Gehwegen, besser erkennen.

Je heller, umso besser

Dass der Zwiebel-Look im Winter die beste Möglichkeit ist, sich im Freien warm zu halten, muss den meisten Senioren mit ihrer großen Lebenserfahrung nicht mehr erzählt werden. Aber dabei kommt es nicht nur auf das richtige Tragen der verschiedenen Schichten an, sondern ganz besonders auch auf die Farbe! Denn im Winter wird es bekanntlich viel früher dunkel und manchmal lässt es sich eben nicht vermeiden in der Dunkelheit noch im Ort unterwegs zu sein. Ein besonders guter Tipp: weiße Schuhe! Denn das Licht der Autoscheinwerfer fällt auf den Boden, helle Schuhe reflektieren dies und Senioren werden im Zweifelsfall eher gesehen.

Einen ratsamen Tipp zum Abschluss, haben wir noch. Informieren Sie andere Personen, wenn Sie beispielsweise alleine weggehen. Besonders dann, wenn Sie ein Handy besitzen, mit dem ein Notruf abgesetzt werden kann. Falls einmal etwas passiert, sind zumindest andere informiert und können entsprechende Maßnahmen einleiten.

Augenoptik Heitzenröder

Ihr Augenoptik-Fachgeschäft in

SOODEN

Im Herzen unseres
schönen Werratales!

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



**PFLEGEDIENST
OLIVER RITZ**

Einfach gut aufgehoben.

Einfach gut aufgehoben.

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

Wir wünschen allen Patienten und Angehörigen, Freunden und Bekannten ein friedvolles Weihnachtsfest und einen schönen Start ins neue Jahr.

Pflegedienst Oliver Ritz
Leipziger Str. 40 | Nahkauf
37296 Rgg. Datterode

Tel. 05658 923633
Tel. 0172 3230375
www.pflege-ritz.de



**HAUS SALEM
WITZENHAUSEN**
EVANGELISCHE ALTENHILFE
GESUNDBRUNNEN

Witzenhausen

MENSCHLICHKEIT PFLEGEN

– Mit 125 Jahren Erfahrung –

Unsere Leistungen

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

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

Ein frohes Weihnachtsfest und ein glückliches erfolgreiches Jahr wünscht Ihnen das Haus Salem.



wmk *service*

Verkehr

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

Abfall

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

Beratung

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

Kultur + Tourismus

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

Notrufnummern

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

Impressum

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff | Mundus Marketing & Interactive GmbH, Sichelsteinerweg 2, 34346 Hann. Münden, Tel. 05541 95799-0, info@mundus-online.de, www.mundus-online.de | **Kaufmännische Leitung:** Claudia Tarsa | **Verkauf:** Heidrun Wegener-Kerff, Emilie Rozycki, Nadine Rohpeter, Sinja Nordhausen, Inga Bach | **Redaktion:** Franziska Wehr (Ltg.), redaktion@mundus-online.de | **Grafik & Layout:** Karin Hildebrand (Ltg.), Ahmed Granica, Hannah Marten | **Social Media:** Viktoria Kuke | **Vertrieb:** Jan Kerff | Erscheint zweimonatlich, Auslage an ausgewählten Ablagestellen im Werra-Meißner-Kreis sowie in Teilen der Landkreise Kassel, Göttingen und Eichsfeld, auch im Umland | **Druck:** Silber Druck oHG, Otto-Hahn-Straße 25, 34253 Lohfelden | **Auflage:** 25.000 Stk. | Bild- und Textnachweis – soweit nicht anders angegeben – Mundus Marketing & Interactive GmbH, Adobe Stock, Shutterstock, Fotolia, Pixabay, bei Gewinnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. <https://meinwmk.de>

Wenn die Zeit endet, beginnt die Ewigkeit

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

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

**24 h
 für Sie da**

Inh.: Marcus Böttger

Taxi Herud

24h  **05651 - 66 00
 oder 76 000**

- alle Arten von Personentransport
- Krankenfahrten sitzend
- Kurierfahrten

 **AUTOLACKIERUNG**
CLAUS

*Allen Kunden, Freunden
 und Bekannten
 Fröhliche Weihnachten!*

Hessenring 28
 37269 Eschwege
 Telefon 05651 96245



DaBeTec

Dachbeschichtung & Bautenschutz

Udo Möller

Tel. 06621 / 7994710
 Fax 06621 / 7994711
 Mobil 0151 / 16765490





Neueröffnung

Eschwege bekommt ein neues Sanitätshaus! Ihr Komplettversorger in der Augustastraße 61: o|r|t



**Rollstühle, Rollatoren | Pflegebetten
Pflegehilfsmittel | Prothesen | Orthesen
Bandagen | Kompressionsstrümpfe
Kinder-Rehabhilfsmittel | Wundversorgung
Nahrung | Einlagen | Orthopädische Schuhe**

Sanitätshaus o.r.t. GmbH
Eschwege | Augustastr. 61
Telefon: 05651-3386130
www.o-r-t.de

o|r|t

Sanitätshaus



Vertriebsmanager Süd
Pflegerberater nach § 7a SGB XI
Marcus-Philipp Moll



o|r|t - die Gesundheitsexperten

Die ganzheitliche Gesundheitsberatung hat sich das Sanitätshaus o|r|t zur Aufgabe gemacht. Dieser Versorgungs- und Beratungsansatz geht weit über das „klassische“ Sanitätshaus hinaus - klare Vorteile, die die Kunden an o|r|t besonders schätzen, denn hier stehen sie im Mittelpunkt.

LEBENSQUALITÄT ERHALTEN „Einer der wichtigsten Aspekte bei unserer Arbeit ist die unbedingte Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität unserer Kunden“ sagt Inhaber Armin Asselmeyer.

Dafür sorgen mittlerweile über 200 Spezialisten in den acht Niederlassungen in Göttingen, Northeim, Einbeck, Bad Lauterberg, Hildesheim, Salzgitter und ab dem 04. Januar 2021 auch in Eschwege mit einer wohnortnahen Versorgung, in Notfällen sogar mit 24-Stunden-Service. „Wir unterstützen, damit unsere Kunden weniger auf fremde Hilfe angewiesen sind!“

Großzügige Verkaufsflächen und Behandlungsräume mit Wohlfühl-Ambiente sorgen für eine individuelle Beratung und Behandlung in privater Atmosphäre.

„Hier können sich unsere Kunden absolut wohl und in guten Händen fühlen“, zeigt sich Asselmeyer überzeugt und weist dabei auch auf die ständige Weiterbildung der Fachkräfte hin, „Wir sorgen dank aktuellstem Know-How für höchste Versorgungsqualität.“

Besonders wichtig ist ihm dabei auch die gute Zusammenarbeit mit Ärzten, Therapeuten und Krankenhäusern,

„Unser ganzheitlicher Beratungsansatz schließt immer die gesamte Beurteilung aller Experten mit ein, wir verstehen uns dabei als sehr gut vernetzter Partner, der bei weitem mehr als nur gutes Handwerk liefert“. Nur so könne man alle Maßnahmen für eine optimale Rehabilitation erzielen.

Mehr Lebensqualität mit o|r|t

Das Sanitätshaus o|r|t steht für mehr Lebensqualität nunmehr auch in der Region Eschwege und kann auf ein breitgefächertes firmeneigenes Kompetenznetzwerk zurückgreifen, das über Spezialisten in den Bereichen Orthopädietechnik, Orthopädie-Schuhtechnik, Podologie, Rehabilitationstechnik, Brustprothetik, Kompressionstherapie, Homecare und Alltagshilfen verfügt. Die Kunden profitieren von dem gut abgestimmten Außendienst und der schnellen Reaktionsmöglichkeit durch kurze Wege innerhalb des Unternehmens.

Ein weiterer Pluspunkt für o|r|t-Kunden ist die gute Erreichbarkeit sowie die barrierefreien Parkplätze direkt vor dem Sanitätshaus in der Augustastraße 61. Somit erspart man sich eine aufwändige Parkplatzsuche, die sonst in Innenstadtlagen unvermeidlich wäre. Für die verschiedensten Versorgungsbereiche der richtige Partner: egal ob bei Sportverletzung, bei Behinderung oder für Rehabilitations- und Pflegebedürftige – das Team von o|r|t ist für Sie da!

ISO-ZERTIFIZIERUNG

Durch ISO-Zertifizierung unterliegen alle Prozesse im Unternehmen einem einheitlichen Verfahren, das eine gleichhohe Qualität der Produkte und Dienstleistungen garantiert.

Unser Team für Sie vor Ort



Marcel Helmerichs
Orthopädieschuhtechnik



André Konradi
Orthopädie und Prothetik



Marcus Philipp Moll
Vertrieb/allg. Versorgung



Simon Montag
Rehabilitation



Frank Lattisch
Rehabilitation



Nicole Utz
Homecare/Kompression



Lena Bartels
Homecare/Kompression



Gemeinsam durch die Krise

Seit März 2020 ist alles anders.

Lockdown, Kontaktverbote, Ausgangsbeschränkungen – das Corona-Virus hat unser Leben komplett verändert.

Der Gesundheitsschutz für unser Haus steht an oberster Stelle. Besuche von engsten Angehörigen und Kontaktpersonen ist nach vorheriger telefonischer Terminvergabe möglich. Nur so können wir die uns anvertrauten Bewohner gut schützen. Unser gesamtes Team hat in den vergangenen Monaten sehr viel geleistet und dazu beigetragen, dass wir auch während der Krise gesund geblieben sind. Man kann ihnen einfach ein Lächeln und ein Danke durch die Maske schicken. Lächeln geht auch mit Maske!

Unseren Alltag versuchen wir hin und wieder mit einer jahreszeitlichen Veranstaltung zu gestalten. Zu den Geburtstagsritualen hat sich ein Lindenhof-Chor gebildet, der mittlerweile gut zusammengewachsen ist. Kleine Spaziergänge bei schönem Wetter rund ums Haus erfreuen sich großer Beliebtheit. In dieser außergewöhnlichen Zeit ist der Zusammenhalt extrem wichtig für uns alle.

Was bei uns zählt, sind die Bewohner

Besuche durch Interessent*innen für Beratung und Wohnungsbesichtigung sind nach vorheriger Terminvereinbarung mit Frau Eckert oder Frau Degenhardt unter der Rufnummer 05651-746000 möglich.

Wir freuen uns auf Sie!





Frischer Wind im Lindenhof

Seit dem 01. Oktober 2020 ist Herr Christian Beyer als neuer Einrichtungsleiter im Wohn- und Pflegezentrum Lindenhof.

Herr Beyer hat durch seine vorherigen Tätigkeiten als Einrichtungsleiter im Bereich Pflege- und Sozialmanagement große Erfahrungen gesammelt und ist damit ein erfahrener Branchenkenner.

„Ich freue mich sehr auf die neue Herausforderung im Unternehmen der Cosiq-Gruppe“, so Herr Beyer. „Es ist mir ein großes Anliegen, mich für Bewohner, Mitarbeiter und Angehörige gleichermaßen zu engagieren.“ Weiterhin ist es eine Herzensangelegenheit, dass mitarbeitende Kollegen einen wertschätzenden Umgang erleben können und dass wir hilfsbedürftigen Menschen ein Zuhause bieten, in dem sie sich wohlfühlen. Ein Umfeld zu schaffen, in dem pflegebedürftige Menschen Teilhabe erleben dürfen und in dem „Wir“ uns auf den Bewohner einlassen, nicht der Bewohner auf uns.



„Pflegebedürftigkeit muss kein Stoppschild sein um neue Wege zu gehen“



Der Lindenhof bietet ein vielfältiges Angebot, sei es die Kurzzeitpflege/Dauerpflege oder noch die eigenen vier Wände im Betreuten Wohnen. Auch unser Pflege-Reha-Zentrum im Bereich der Phase F ist eine große Bereicherung für unsere Region.

Das gesamte Lindenhof-Team wünscht Ihnen ein besinnliches Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr!



Wohn- und Pflegezentrum Lindenhof GmbH
Lessingstrasse 2
37269 Eschwege
05651-7460210

Weitere Infos finden Sie unter:
www.lindenhof-pflege.de



meinwink

Geschmack- voll

Ganz ohne Stress
zum Weihnachtsbraten

So gelingt die perfekte Gans

Mit der Weihnachtszeit kommt auch die Frage auf, was eigentlich zum Fest auf den Tisch kommen soll. In vielen Haushalten steht dabei die Gans weit oben auf der Wunschliste! Aber ganz einfach ist die Zubereitung nicht, deswegen hat das *meinWMK*-Magazin einige Tipps und Tricks für die perfekte Weihnachtsgans gesammelt.

Es ist ein ebenso schöner wie genussbringender Brauch, sei es nun zu Heiligabend, den Feiertagen danach oder – für ganz Gewiefte – last minute, wenn die noch nicht verkauften Gänse als delikate Schnäppchen angeboten werden: Ein Gänsebraten gilt als eines der festlichsten Gerichte überhaupt, auch wenn nicht ganz klar ist, woher die Tradition eigentlich stammt. Doch wie bekommt man den Braten auf den Tisch, ohne völlig in Stress zu geraten? Genau diesem Problem werden wir uns in dieser Ausgabe des *meinWMK*-Magazins widmen!

Dass die Gänse sowohl an Sankt Martin, als auch im Advent auf den Tisch kommen, ist seit Jahrhunderten Tradition. Grund dafür könnte sein, dass Sankt Martin aufgrund von schnatternden Gänsen erwischt wurde und als Märtyrer sterben musste. Zur „Strafe“ werden die Nachkommen der geschwätzigen Gänse, die ihn verriet, gerne an seinem Namenstag, dem 11. November verspeist. Bei der Adventszeit könnte es sich um eine Belohnung nach dem Fasten handeln, denn das wurde in früheren Jahrhunderten gemacht. Am Ende stand dann nicht nur das Versprechen von der Vergebung aller Sünden an, sondern auch ein leckerer Gänsebraten. ►



Hilfe ist bei der Zubereitung einer Gans immer gern gesehen. Foto: Adobe Stock



Das Rezept hinter einer guten Weihnachtsgans kennt man auf dem Biolandhof Öx. Foto: ÖX

Wer früher anfängt, hat weniger Ärger

Doch egal woher der Trend zum Gänseessen auch kommt, für denjenigen, der sich dazu bereit-erklärt hat, den Braten auf den Tisch zu bringen, bedeutet das meist viel Stress. Schließlich muss die Gans immer beobachtet werden und allein die Garzeit bindet den Koch mindestens vier Stunden an den Ofen. Währenddessen müssen dann auch noch die Beilagen zubereitet werden und eigentlich will man ja nach dem Braten auch noch Soße aus der Gans ziehen. Am Ende stehen dann meistens angespannte Nerven und ein großer Haufen dreckiger Teller zu Buche. Aber das muss nicht sein!

Denn wer sich diesem ganzen Stress nicht aussetzen will, der sollte seine Gans schon am Vortag fast (!) fertig braten lassen. Dann braucht sie am eigentlichen Tag nur noch knapp eine Stunde in den Ofen und es kann in Ruhe die Soße aus den Knochen gezogen werden. Beilagen, wie Rotkraut, müssen dann nicht darunter leiden, dass der Koch eigentlich schon völlig genervt vom Hauptgericht ist. Eine „Last Minute“-Gans ist also keine gute Idee, denn durch das aufwendige Gericht wird der Abend sicherlich eher anstrengend als angenehm.

Wer seine Einkäufe frühzeitig erledigt, der sollte sich also direkt eine Gans mitbringen und diese bereits einen Abend oder einen Tag vorher vorbereiten, damit das gemeinsame Essen dann wirklich von jedem genossen werden kann! Und wer noch auf der Suche nach dem passenden Rezept ist, für den haben wir uns bei Sybille Bucella vom Biolandhof Öx nach ihrem Geheimnis hinter der perfekten Gans erkundigt und sie hat uns ihr Lieblingsrezept verraten!

Die perfekte Weihnachtsgans

von Sybille Bucella vom Biolandhof Öx

Das wird gebraucht:

eine 4,5 Kilo schwere Gans

Salzlösung

Pfeffer, Majoran

beliebige Füllung (z. B. Toast, Zwiebeln, Äpfel, Maronen)

Und so geht's:

Die ungefähr 4,5 Kilo schwere Gans wird ausgenommen und gesäubert und dann über Nacht in eine vier prozentige Salzlösung eingelegt, aus z.B. 10 Litern Wasser auf 400 Gramm Salz. Am nächsten Tag wird dann mit Pfeffer und Majoran gewürzt, bevor die Gans mit einer beliebigen Füllung gestopft und zugenäht wird. Ob dabei Toast, Zwiebeln, Äpfel, Maronen oder ähnliches verwendet wird, das ist völlig egal und hängt vom persönlichen Geschmack ab!

Nach dem Füllen kommt die Gans auf den Kugelgrill, der indirekt auf 120 Grad bis 140 Grad vorgeheizt wird. Hier wird das Geflügel pro Kilo jeweils eine gute Stunde auf dem Rücken liegend gegrillt. Die Gans ist gar, wenn eine Kerntemperatur von ca. 83 Grad erreicht ist. Unter der Gans befindet sich ein Metallgefäß mit genügend Wasser, in dem auch das auslaufende Fett der Gans aufgefangen wird. Es wird zum Bestreichen der Gans und am Schluß mit zur Soße genommen.

Wer eine Soße zur Gans haben möchte, muss diese aus dem Gänseklein herstellen. Diese Methode sieht keine Soße vor, ist aber sicherlich eine Möglichkeit, um eine ganz besondere Gans auf den Tisch zu bringen!



Landwirtschaft Öx besteht seit über 30 Jahren

Wir sind Öx!

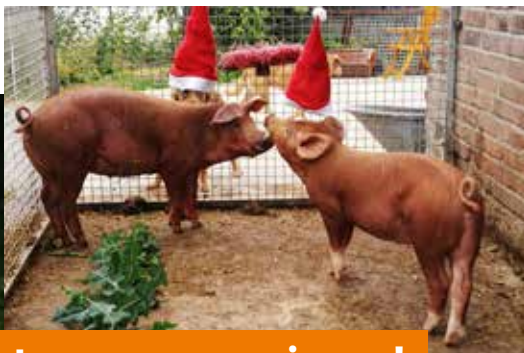
Vor 33 Jahren begann die Geschichte der Landwirtschaft „Öx“ in Frankershausen. Eine Gruppe studierter und praktischer Landwirte kaufte den damaligen Gasthof „Zum Stern“ und macht ihr Konzept zum Erfolg.

Sieben Hektar Pachtland, ein paar Schweine und Rinder standen am Anfang, mittlerweile kann der BIOLAND-Betrieb auf 140 Hektar Ackerbau und Grünland, Freilandgänse und -puten, Rinder und Schweine blicken. Verschiedene Schinkensorten, Ahle Wurst und Frischfleisch für die Direktvermarktung und den Handel werden hier zudem hergestellt.

„Wir versuchen, alles vom Tier zu verarbei-

ten, von der Nase bis zum Schwanz“, erklärt Sybille Bucella. Über die Landesgrenzen hinaus berühmt ist aber auch das „Öx‘ler Baguette“. Gemeinsam mit dem Dorfbäcker Norbert Schill entstand die Idee zum überbackenen Baguette, das es mittlerweile in acht verschiedenen Varianten gibt!

Aber nicht nur die Landwirtschaft entwickelte sich immer weiter, sondern auch die Kneipe. „Wir wollten etwas Besonderes schaffen, und was Anderes als die anderen Gasthöfe. Jung und Alt kommen im Sommer in unseren Innenhof, freuen sich auf ein kühles Bier und die vielen Leckereien, die wir uns ausgedacht haben. In unserem Saal veranstaltet die Kulturinitiative „Hängnichrum“ regelmäßig Veranstaltungen - nur im Moment nicht, aber das wird auch wieder, da sind wir uns sicher“, so Bucella.



Weihnachtsgans zu gewinnen!

Gemeinsam mit dem Biolandhof Öx aus Frankershausen verlost das *meinWMK*-Magazin eine Weihnachtsgans!

Um in den Lostopf zu kommen, muss eine Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer an redaktion@mundus-online.de gesendet werden. Das Stichwort ist „Gans“. Das Los entscheidet, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss ist der 21. Dezember.



„In der Weihnachtsbäckerei...“

So kommen die perfekten Plätzchen auf den Tisch

Wenn die Lichter an den Häusern angebracht und die Temperaturen immer kälter werden, dann steht nicht nur das Weihnachtsfest vor der Tür, sondern auch die perfekte Zeit um Plätzchen zu backen! Wer liebt es nicht Vanillekipferl, Butterkekse und Co. aus dem Ofen zu holen und am besten noch warm zu verzehren?! Aber Plätzchen sind nicht gleich Plätzchen und auch in der Weihnachtsbäckerei gibt es so einige Fehler, die die Freude am Fest verderben können. Denn was soll getan werden, wenn der Teig sich nicht richtig ausrollen lässt, zu klebrig oder zu bröselig ist, oder die Plätzchen einfach steinhart werden?

Damit das nicht passiert, haben wir in dieser Ausgabe des *meinWMK*-Magazins die besten und wichtigsten Tipps gesammelt, damit das Plätzchenbacken vor Weihnachten auch wirklich noch zu einem vollen Erfolg wird!

Ganz wichtig bei der Planung der Back-Aktion: Die meisten Plätzchen können nicht einfach mal schnell zwischendurch gemacht werden, denn in den Rezepten sind oft Ruhezeiten für den Teig vermerkt. Und die sollten dringend beachtet werden, denn Teig, der zu warm verarbeitet wird, sorgt dafür, dass die Plätzchen zu klebrig werden und er sich nicht richtig ausrollen lässt. Zu lange darf der Teig aber auch nicht ruhen, denn dann kann er schlecht werden. Es kommt also auf alle Fälle auf ein gutes Timing an.

Ein Perlonstrumpf zum Ausrollen

Ist der Teig bereit fürs Ausstechen, geht es daran, auch alles ordentlich auszurollen. Denn wer ist nicht schon einmal daran verzweifelt, dass der halbe Teig plötzlich nicht mehr auf

dem Tisch, sondern am Nudelholz geklebt hat? Altbewährt ist dabei der Trick, immer genügend Mehl auf der Arbeitsfläche und auf dem Nudelholz zu haben. Aber Vorsicht! Wer zu viel Mehl benutzt, der sorgt dafür, dass die Plätzchen trocken werden. Profis drücken den Teig vor dem Ausrollen schon einmal in den Handflächen platt und wer ganz raffiniert sein will, der zieht einen Perlonstrumpf über das Nudelholz. So bleiben nämlich keine Teigreste am Holz kleben.

Nach dem Ausrollen und dem Ausstechen kommt dann alljährlich wieder die gleiche Frage. Kommen die Plätzchen nun am besten mit Umluft oder mit Ober- und Unterhitze in den Ofen? Gibt es im Rezept keine genauen Angaben, kommt es darauf an, was und besonders wie viel gebacken wird. Denn mit Umluft lassen sich gleich mehrere Bleche auf einmal backen, allerdings werden die Plätzchen auch schneller trocken. Für Plätzchen mit geringem Fettanteil kann das gefährlich werden. Wird in der Adventszeit ein neues Rezept ausprobiert, dann bietet es sich an, die Kreationen immer im Ofen im Auge zu behalten, damit auch wirklich nichts schief gehen kann.

Übrigens: Plätzchen dunkeln auf dem Backblech durch die übrig gebliebene Hitze deutlich nach. Am besten sollten sie also direkt aus dem Ofen vom Blech genommen werden, damit auf der Zielgerade nicht doch noch etwas schief geht.

In vielen Familien ist es zudem Tradition, dass die Plätzchen nicht nur gegessen werden, sondern auch an den Weihnachtsbaum kommen. Wer das ausprobieren möchte, der sollte während des Backens eine Nudel in den Teig

Schicken Sie
uns Ihr
Lieblingsrezept



Foto: pixabay

drücken, damit sich das Loch zum Aufhängen nicht wieder schließt. Kommen die Plätzchen aus dem Ofen, muss die Nudel aber gleich wieder herausgezogen werden, denn wird der Teig kalt und hart, kann es passieren, dass das Plätzchen beim Herausziehen bricht und die ganze Mühe umsonst war. ►

Zimtsterne wie bei Oma

Das ist drin:

500g gemahlene Mandeln

300g Puderzucker

2 Teelöffel Zimt

2 Eiweiß

2 Esslöffel Amaretto

Für die Baiserhaube

125g Puderzucker

1 Eiweiß

Und so geht's:

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen und Mandeln, Puderzucker und Zimt verrühren. Eiweiß und Amaretto dazugeben und zu einem Teig verkneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und Sterne ausstechen. Für die Baiserhaube Eiweiß mit gesiebttem Puderzucker steif schlagen und auf den Zimtsternen verteilen. Im heißen Ofen werden die Kekse dann 10 bis 15 Minuten gebacken und fertig sind die Plätzchen à la Oma!



Wolfs knusprige Frische

Regional und nachhaltig hergestellte Brot- und Brötchenspezialitäten und viele weihnachtliche Leckereien.

Selbst gebacken
nach Familienrezepten

Stammgeschäft Eschwege

Wallgasse 21

Tel. 05651 33550

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

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

Auf die richtige Verpackung kommt es an

Nicht nur während des Backens können so einige kleine oder große Fehler passieren, sondern auch dann noch, wenn die Arbeit eigentlich schon vorbei ist. Denn sind die Plätzchen fertig verziert und liegen neben dem Blech, kommt es

auch darauf an, wie sie danach weiter gelagert werden, ansonsten können sie ganz schnell trocken und hart werden!

Am besten eignen sich gut verschließbare Blechdosen, um die Plätzchen auch wochenlang frisch und lecker halten zu können. Am besten werden dabei die verschiedenen Sorten auch einzeln gelagert, gibt es dafür nicht genügend Dosen, sollten zumindest trockene Sorten wie Lebkuchen, von „feuchten“ Sorten, wie Makronen, getrennt werden. Wichtig ist aber in jedem Fall, dass die Kekse vollständig ausgekühlt sein müssen und dass Kekse mit Schokoladenüberzug nicht im Kühlschrank landen. Grundsätzlich gilt, dass sich trockene Plätzchen deutlich länger halten, als Kekse mit Füllung. Während man erste noch nach acht Wochen ohne Bedenken genießen kann, sollten gefüllte Kekse nach einer Woche spätestens verzehrt sein.



Verzierte Kekse sind besonders schön, müssen dafür aber wirklich ausgekühlt sein, damit alles am Platz bleibt. Foto: pixabay

Holen Sie sich ein Stück Teichhof nach Hause. Wir kochen an Weihnachten und den Wochenenden für Sie und Ihre Familie. Die aktuelle Speisekarte finden Sie auf unserer Homepage, bei Facebook und Instagram.



Unser Hofladen ist für Sie geöffnet.

Dienstag bis Sonntag 10:00 – 18:00 Uhr.
Verschenken Sie regionale und handgemachte Köstlichkeiten.



Genießen Sie bei uns ...

-  Ahle Wurst
-  nordhessische Gastlichkeit
-  entspannte Nächte

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



Weihnachtlicher Genuss

Deswegen sind Apfel und Birne der perfekte Schmaus zum Fest

Vom Bratapfel über warmen Apfelkuchen, bis hin zu Birnen-Tiramisu und Birnen-Marmelade. Äpfel und Birnen sind auch - oder gerade besonders - in der Weihnachtszeit in den verschiedensten Ausführungen sehr beliebt. „Äpfel sind das beliebteste Obst der Deutschen, über 20 Kilo essen wir im Jahr durchschnittlich davon“, weiß Obstbauer Ferdinand Schuler vom Obsthof Bausch in Strahlshausen bei Eschwege zu berichten.

Kein Wunder also, dass wir auch im Winter die Finger nicht von dem gesunden Tausendsassa lassen können, denn auf eine große Auswahl an verschiedenen Apfelsorten muss auch in den kalten Monaten nicht verzichtet werden. „Von Cox RubINETTE, dem Elstar und dem besonders beliebten Boskoop gibt es unter anderem auch im Winter genügend, denn diese Sorten lassen sich gut für eine längere Zeit lagern“, so Schuler, der auf seinem Obsthof in jedem Jahr das Ziel verfolgt, immer Äpfel zum Verkauf bereit zu haben. Wer es in den Wintermonaten auf einen Bratapfel abgesehen hat, der findet im Boskoop eine besonders geeigneten Sorte. Welche Sorten es in jedem Jahr zu welchem Zeitpunkt gibt, dass hängt nicht nur von den Möglichkeiten der Lagerung ab, sondern besonders vom Ernteertrag der wiederum abhängig von der Temperaturgradzahl in der Blütezeit ist. Das gleiche gilt dabei auch für die Birne, die sich in Deutschland zu einer Marktlücke

entwickelt hat. Die meisten der Birnen, die wir in unseren Supermärkten finden kommen nämlich nicht aus den heimischen Gefilden, sondern aus Holland und Belgien. „Dort wird die Birne in großem Stil gezüchtet und angebaut. In Deutschland ist die Birne ein tolles Nischenprodukt, dem wir uns angenommen haben“ sagt Schuler.

Der Birnenanbau ist nicht einfach, besonders in den heimischen Gärten. Es muss nicht nur der Standort passen, sondern auch das geschulte Auge, um rechtzeitige Erkrankungen des Baumes sowie der Frucht erkennen zu können. Im Hofladen von Ferdinand Schuler gibt es neben den vielen Apfelsorten nun mittlerweile über zehn verschiedene Sorten von Birnen.

Wichtig dabei zu wissen ist, dass Birnen noch „grün“ verkauft werden. Richtig reif werden sie erst auf dem Küchentisch in den eigenen vier Wänden. Wer also Lust hat auf einen vitaminreichen, gesunden und ganz besonders leckeren Weihnachtsschmaus, der kann weder mit dem Apfel noch mit der Birne etwas falsch machen!

In der vergangenen Ausgabe des *meinWMK*-Magazins aus dem Oktober wurden die Bildunterschriften auf den Seiten rund um die Naturheilsäfte vertauscht. Hier wurden Holunder und Aronia falsch bezeichnet, wir bitten diesen Fehler zu entschuldigen.



Obsthof Bausch
 Inh. Ferdinand Schuler
 37269 Strahlshausen
 Telefon 05651 20222
 Handy 0171 295 15 80
 Fax 05651 220701
 Mail info@obsthof-bausch.de

Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag:
8.30 bis 18.00 Uhr
Samstag
8.30 bis 13.00 Uhr

Besuchen Sie uns in
unserem Hofladen
in Strahlshausen!

www.obsthof-bausch.de



Ein Beitrag für die Demokratie

Daniel Schindewolf übernimmt neuen Fachbereich

Der Werra-Meißner-Kreis hat einen neuen Fachbereich zur Extremismusprävention eingerichtet. „Man kann unterschiedlicher

Meinung bei konkreten Sachthemen sein, dennoch sind wir alle als Demokraten aufgerufen, die Demokratie in ihren Grundwerten zu schützen, sowie menschenverachtenden Tendenzen entgegenzutreten. Wir freuen uns, mit der Einrichtung der neuen Fach- und Beratungsstelle einen Beitrag zur Demokratieförderung im Landkreis leisten zu können“, so Landrat Stefan Reuß.



Das Team des neuen Fachbereichs hat seine Arbeit bereits aufgenommen. Foto: Werra-Meißner-Kreis

Die Fach- und Beratungsstelle bietet die Möglichkeit, sich bei Bedarf an die im Landratsamt verortete Beratungsstelle zu wenden. Dabei ist die Fach- und Beratungsstelle für phänomenübergreifenden Extremismus ansprechbar, also Rechts- und Linksextremismus sowie religiösen Extremismus. Neben der Beratungsarbeit ist die Stärkung der Präventionsarbeit in Schulen in den Bereichen Hate-Speech und Fake-News ein weiterer Schwerpunkt. Daniel Schindewolf ist unter 05651/302-1454 oder unter Daniel.Schindewolf@Werra-Meissner-Kreis.de erreichbar.

Bornhagerer
Fleisch - und
Wurstspezialitäten
GmbH

"Eichsfelder Fleisch- und Wurstspezialitäten"
• Hausmacherart • altbewährte Rezeptur •

Am Kulturzentrum 12a | 37318 Bornhagen | Tel. (036081) 61361
www.hansteinwurst.de

Öffnungszeiten: Mo. geschlossen, Di.–Fr. 9.00–17.30 Uhr, Sa. 7.30–11.00 Uhr

Geänderte Öffnungszeiten

Do. 24.12. von 7 - 11 Uhr

29.12. - 04.01.2021 geschlossen

Ab dem 05. Januar sind wir wieder für Sie da.



Regionale Brotspécialität
für die Weltbevölkerung



Das Gründerehepaar Wilhelm und Sophie Mestemacher

Bis zu 180 Tagen genussfrisch

1985 betrug der Gesamtumsatz 3,2 Millionen Euro. 2019 lag der Gesamtumsatz der Mestemacher-Gruppe bereits bei 166 Millionen Euro.

Das Wachstum des Familienunternehmens ist das Ergebnis von gesundheitsorientierten Vollkornbrot, Westfälischem Pumpernickel und internationalen

Brotspécialitäten. Alle Mestemacher-Brotarten sind ungeöffnet bis zu 180 Tagen genussfrisch.

Diese optimale Beschaffenheit macht es möglich, die herzhaften Brotspécialitäten im In- und Ausland zu verkaufen.

Mestemacher ist Weltmarktführer in diesem Segment und exportiert in über 80 Länder der Erde.

Verkauft werden die gebackenen Spécialitäten sb-verpackt über das Brotregal des deutschen und internationalen Lebensmittel Einzelhandels.

In Deutschland zählen zu den beliebtesten Händlern die Edeka-Gruppe, die Rewe-Gruppe, Kaufland, Metro, Globus, Hit und Tegu.



Die aktuelle Unternehmensleitung: Marta Glowacka, Prof. Dr. Ulrike Detmers, Fritz Detmers, Anita Bruns-Thedieck, Albert Detmers, Käthi Penner und Kim Folmeg

Ökologisch und sozial engagiert

Als erster Hersteller von verpackten Vollkornbrot aus kontrolliert biologischem Anbau fördert das Unternehmen die Existenz und das betriebliche Wachstum von Öko-Landwirtinnen und Öko-Landwirten. Seit der ersten Erzeugung im Gütersloher Backbetrieb mit haus-eigener Großmühle sind jährlich neue delikate Geschmacksrichtungen ent-wickelt worden.

Mestemacher tritt in Deutschland seit vielen Jahren als Akteur in Erscheinung, der sich mit einer Vielzahl von sozia-len Projekten für die Gleichstellung von Frau und Mann in der Gesellschaft und die Vereinbarkeit von Beruf und Familie nach skandinavischem Vorbild einsetzt. So werden jedes Jahr mehrere Preise vergeben, zum Beispiel an die „Manage-rin des Jahres“ und den „Spitzenvater des Jahres“.

All diese Aktivitäten wirken zusammen und verstärken die Wahrnehmung von Mestemacher bei relevanten Kundengrup-pen und beflügeln nicht zuletzt die Steige-rung von Umsatz und Marktanteil.

Quelle: Westfalium Nr. 74, Seite 54



Der Firmensitz in Gütersloh

FIRMENJUBILÄUM



Mestemacher GmbH • 33254 Gütersloh • Telefon + 49 (0) 5241 / 87 09-0

www.mestemacher.de





Trends

mein **wmk**

Das Jahr ist zwar fast vorbei, aber in der Modewelt wird es erst jetzt so richtig bunt! Denn wer noch immer die dunklen Mäntel aus den vergangenen Jahren im Schrank hat, der liegt nicht mehr im Trend. Aber nicht nur auf den Laufstegen gibt es viel Neues zu entdecken, sondern auch in den eigenen vier Wänden halten so manche neuen Ideen Einzug.

Funktional und Elegant

Die Trends im Winter werden grell!

Das Jahr 2020 neigt sich langsam dem Ende zu, aber die Mode wirft ihre Blicke schon auf das kommende Jahr, und da sprüht es nur so vor Farbe! Während wir uns im Winter oft recht trist fühlen, zeigt die Mode genau das Gegenteil, denn hier kann man besonders mit grellen Farben nichts falsch machen.

Eine Farbe hat es den großen Designern auf den Laufstegen besonders angetan: Scharlachrot! Von Hermès bis Balmain, über Koché, haben alle drei französischen Marken dieses satte und leuchtende Rot bei Outdoor-Stücken, Anzügen oder im Couture-Stil einstimmig aufgegriffen. Der Farbton, ein Symbol der Sinnlichkeit, der Leidenschaft, aber auch der Stärke, wird dabei sehr großzügig eingesetzt, und das nicht nur im Muster. Scharlachrote Mäntel, Jacken oder Kleider sind also perfekt für die kalten Monate.

Übrigens: Auch bei der Länge darf in diesem Jahr nicht gespart werden, denn sowohl Mäntel als auch Kleider werden am liebsten bis zu den Knöcheln verlängert. Mit dabei ist nun auch oft ein weißer Kragen, der uns nach Meinung der Modeexperten auch in den kommenden Trends noch begleiten wird. Für einen eleganten Kontrast wird er dabei am Besten über einem schwarzen Oberteil getragen.

Fehlen darf in diesem Jahr aber auch eins nicht: die Funktionalität im Outdoor-Bereich! In grellen Farben gehalten, feiern Daunenjacken auch in diesem Jahr wieder große Erfolge, denn sie sind mittlerweile nicht nur gut gefüttert und halten warm, sondern sehen auch noch gut aus! Besonders beliebt sind aber auf allen Kleidungsstücken auch Fransen und das in allen Varianten. Ob kurz und schwarz oder lang und glitzernd, alles ist dabei.

Glitzer ist dabei ein Stichwort, dass sich auch auf vielen anderen Kleidungsstücken finden lässt, denn genauso grell wie die Winterfarben, sind auch die Muster und besonders Glitzer findet seinen Weg zurück in die Modewelt. ►



Christine
B
JUWELIER BABYLON
JUWELIERFACHGESCHÄFT SEIT 1996

Anna & Leon

SCHMUCK SO
EINZIGARTIG WIE SIE.

Ihr persönliches Unikat in Gold und Silber
mit Wunschtext- oder Fotogravur

STAD 34
37269 ESCHWEGE

Photo by Freepik

Moderne in der Dekoration

Nicht nur auf den Laufstegen der Welt gibt es im Winter neue Trends, sondern auch rund um die Einrichtung der eigenen vier Wände. Besonders beliebt ist dabei in den kommenden Monaten die Abstrakte Kunst und das nicht nur als Bild, sondern auch als Muster auf Kissen oder Decken! Verspielte Farblöcke und handgezeichnete Skizzen sorgen für mehr Lebendigkeit in Ihren vier Wänden. Egal ob auf Geschirr, Vasen oder Leuchten – auf die Symmetrie kommt es an. Und dabei kann es im neuen Jahr gar nicht kuschelig genug werden! Mit weichen Kissen, Grobstrickdecken oder Faux Fur wird dem Ambiente Gemütlichkeit und Wärme verliehen. Sofas zum Einsinken bilden die Basis für eine Atmosphäre zum Wohlfühlen. Dekoration und Wohnaccessoires in den Farben Cool Blue, Grau sowie Akzente in Pink und Braun verdeutlichen die Stilsicherheit.

Alles muss aber nicht neu werden, denn einige Trends bleiben uns auch aus dem vergangenen Jahr erhalten – darunter der Scandi-Style. Der

KOSMETIK DORIS ENGLISCH

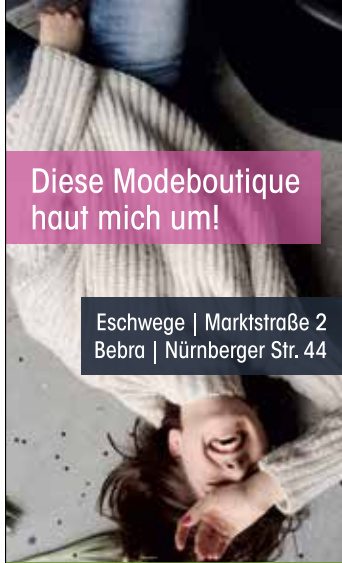
Kurhausstr. 2
37242 BSA - Stadtteil Sooden
Tel.: 05652-589577

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

Frohe Weihnachten!



Holiday by testoni



Diese Modeboutique
haut mich um!

Eschwege | Marktstraße 2
Bebra | Nürnberger Str. 44

...die etwas andere Mode!

WEIHNACHTEN RÜCKT NÄHER!

Weihnachtsoutfit

Geschenkgutscheine

Verpackungsservice

Fachgerechte Beratung
für Damen und Herren

Textilhaus Leopold

Sonnenscheinweg 23 · 37269 Eschwege · Tel. 0 56 51 / 2 11 68

www.textilhausleopold.de

Mo. -Fr. von 9.00 bis 13.00 und 14.30 bis 18.00 geöffnet,
jeden Sa. von 9.00 bis 13.00 Uhr

Einrichtungsstil der Nordlichter ist nach wie vor sehr gefragt. Kein Wunder! Helle, heimische Hölzer, monochrome Farbkombinationen, geometrische Muster und eine schlichte Eleganz sind die Grundlagen für den Nordic Look. Auf-

gepeppt werden kann das Ganze dabei auch mit floralen Designs, die in ihrer Beliebtheit auch im kommenden Jahr nicht abnehmen werden. Denn nichts zaubert mehr Lebendigkeit in eine Wohnung, als Dekorationen im floralen Look!

V O L V O

God Jul och God Nytt År.

Frohe Weihnachten und ein glückliches, gesundes neues Jahr wünscht Ihnen Fam. Host und unser Team von Kassel und Fritzlar



Hetzler-Automobile GmbH & Co.KG
Heiligenröder Str. 27 • 34123 Kassel
Tel. 0561 570090
volvocars-haendler.de/hetzler-automobile

Autohaus Hetzler GmbH & Co. KG
Wolfhager Straße 5 • 34560 Fritzlar
Tel. 05622 9930-0
volvocars-haendler.de/hetzler-kg

So wird die Weihnachtszeit zum Familienabenteuer

Die Weihnachtszeit ist DIE Zeit für die Familie, doch was ist, wenn zu Hause doch die Langeweile aufkommt und die Decke droht auf den Kopf zu fallen? Genau dafür gibt es viele tolle Tipps für die Familie, die garantiert dafür sorgen, dass keine schlechte Laune aufkommen wird!

Klassiker, wie das gemeinsame Plätzchenbacken, oder das Dekorieren der Wohnungen – am besten werden die Weihnachtsdekorationen auch noch mit den Kindern gemeinsam selber gebastelt – sind schon ein guter Weg, um die Langeweile aus dem familiären Alltag zu vertreiben, wenn es draußen kalt und dunkel wird. Doch es gibt auch noch andere, vielleicht etwas ungewöhnlichere Wege, um den Spaß auch im Winter nicht zu kurz kommen zu lassen!

Seit über 30 Jahren
Ihr kompetenter SEAT-Partner
im Werra-Meißner-Kreis

Unsere Leistungen für Sie...

- ✓ Neuwagenvermittlung, Tageszulassungen,
- ✓ Gebrauch- und Jahreswagen
- ✓ Finanzierung und Leasing
- ✓ Freier Werkstattservice
- ✓ HU §29 (DEKRA)
- ✓ Unfallschadeninstandsetzung
- ✓ Reifen 1+ Partner
- ✓ Glasservice
- ✓ Achsvermessung
- ✓ Tankstelle/Waschanlage



Leppermühle 2 • 37297 Berkatal-Frangershausen
Tel.: 05657/1088 • www.autohausschaefer.info

Schäfer
Autohaus
freundlich, fair & familiär



EURO
MOBIL
RENT-A-CAR

Von den eigenen Kerzen bis zum selbst gemachten Schnee

Wie wäre es zum Beispiel damit, einfach mal die Weihnachtskerzen selber zu machen?! Dazu braucht es im Grunde nur Kerzenrohlinge, Seidenstoffe, Filzstifte, einen Föhn und ganz viel Kreativität. Das Seidenpapier wird so zurechtgeschnitten, dass es genau um die Kerze passt und kann dann nach Lust und Laune bemalt werden. Sind die Kinder fertig, muss das Papier nur noch um die Kerze gelegt und angeföhnt werden. Denn durch das geschmolzene Wachs wird das Papier nicht nur durchsichtig, sondern bleibt auch an der Kerze haften.

Vermisst haben wir in den letzten Jahren ja doch den Schnee rund um die Weihnachtszeit und wer seine Dekoration mit ein wenig Kunstschnee verzieren möchte, der muss

dafür nicht extra einkaufen gehen, sondern kann ihn auch relativ einfach selber machen! Mit zwei Packungen Speisestärke und Rasierschaum kann man sich das Winterwunderland in die eigenen vier Wände holen. Die Speisestärke wird dafür einfach in eine Schüssel geschüttet und der Rasierschaum nach und nach dazu gegeben. Aus der entstandenen Masse kann man dann super Schneemänner oder Ähnliches formen. Aber Achtung liebe Eltern: Behaltet Eure Kinder dabei immer im Blick, denn die Masse sorgt gerne dafür, dass die kleinen Racker in eine spontane Schneeballschlacht IN der Wohnung verfallen.

Kretzschmar & Lehmann Ladenbau
Ihr Partner für individuelle Verkaufs- und Objekteinrichtungen

Wir wünschen allen unseren Kunden eine schöne Weihnachtszeit!



Helgoländer Str. 16 · 37269 Eschwege
Tel. 056 51 - 228 69 46
www.lehmann-ladenbau.de




HPE
Hochbau Planung Ebrecht

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



Haarstudio R + W
Unsere Zeit gehört Ihnen!!!
Begeben Sie sich bei uns in erfahrene Hände:

- Perfekte Haarschnitte
- Farb- und Typberatung
- Passendes Nageldesign

Frohe Weihnachten

Auf dem Herrengraben 4
37242 Bad Sooden-Allendorf (Stadtteil Sooden)
Tel. 05652-3632
renee.haakman@t-online.de
www.haarstudio-rw.de

Systemische Beratung Eschwege
Einzel-, Paar-, Familienberatung

Sabine Theile
An den Anlagen 7
37269 Eschwege
05651 4744141

Ich wünsche allen Kunden ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr

www.systemische-beratung-eschwege.de

Minicar A.H.
Wir sind für Sie da!



Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten!

Minicar Heer
Inhaber Andrea Heer
Gelsterstraße 4
37247 Großalmerode
Telefon: 05604/1792
Fax: 05604/916369

Wir bieten Ihnen:

- Personenbeförderung sitzend
- Krankenfahrten Dialysefahrten
- Strahlefahrten Rollstuhlfahrten
- Flughafentransfer
- Fifty-fifty Taxi
- Disco Hin- und Rückfahrten AST
- Mobilfalt
- Shuttle Service



Der Winter
kann kommen!

Wir wünschen
Ihnen eine schöne
Weihnachtszeit!

Geschenkideen für Mensch und Tier

Winterhäuschen
und Vogelfutter
in großer Auswahl

Gardman



TRIXIE



Heizware
in großer Auswahl
Heizöl, Holzpellets (DIN Norm), Holz-
briketts, Holzrolle, Anmach-, Sackholz

Fehrschalen
in unterschiedlichen Designs

Jetzt wird's
gemütlich.



Entspannen im Weihnachts- Stress...



Klangschalen
in vielen verschiedenen
Ausführungen



Vital Kissen Outbag
Orthopädisches Kissen
für maximalen Schlafkomfort

TRIXIE



Zur Meditation
Räucherstäbchen
und passende Halter



Buddah Statue
in diversen Formen, Größen
& Farben



Yoga Kissen
in diversen Formen, Größen
& Farben



Verschiedene Räucherwaren
Zitronenmelisse, Olibanum uvm.

„Ihre Träume sind und waren uns wichtig“

Reisebüro Ideal muss in Hessisch Lichtenau schließen



TUI TRAVEL Star

Erlebnisreise griechische Inseln und Adria

Verbringen Sie ohne Seetage noch mehr Zeit auf den griechischen Inseln.

NCL NORWEGIAN
CRUISE LINE®

Norwegian Dawn

7 Tage griechische Inseln und östliche Adria ab Venedig
Zeitraum: Mai bis November 2021, jeden Sonntag

Route: Venedig – Kotor – Korfu – Santorin – Mykonos – Argostoli (Kefalonia) – Dubrovnik – Venedig

pro Person **ab 958 €***
Free at Sea Upgrade für 99 € pro Person

Tipp: Bis 10.12.2020 30 % Rabatt auf den Kreuzfahrtpreis und ALLE Free at Sea-Pakete zum regulären Upgrade-Preis sichern!

*Weitere Infos auf ncl.com

Veranstalter: NCL (Bahamas) Ltd., Europa-Niederlassung Wiesbaden

Ihren Traumurlaub finden Sie bei uns im:

Reisebüro Ideal, Inh. Elisabeth Burghardt-Heyerhoff e.K.
Quedlinburgerstr. 8,
34346 Hann. Münden
Tel. 05541 4456, Fax 05541 4523

Seit 1993 kümmern sich Els Burghardt und ihr Team des Reisebüros „Ideal“ in Hessisch Lichtenau um die Reiselust ihrer Kunden. Sie sorgten nicht nur für das passende Ziel, sondern auch für Hotel, Flug und Programm. Doch damit ist nun Schluss. „Die Corona-Krise zwingt uns leider dazu, unser Büro am 19. Dezember schließen zu müssen“, gibt die Inhaberin schweren Herzens bekannt. 27 Jahren hat man gemeinsam für tolle Erinnerungen gesorgt und teilweise drei Generationen einer Familie betreut. „Seit 1993 durften wir viele schöne Momente mit Ihnen gemeinsam erleben. Besonders gefreut haben uns Ihre Rückmeldungen über die gebuchten Reisen, die Ihren Wünschen und Vorstellungen voll und ganz entsprochen haben. Ihre Träume zu erfüllen war uns immer wichtig, dafür haben wir uns leidenschaftlich und erfolgreich eingesetzt“, erinnert sich Burghardt.

Büro in Hann. Münden bleibt bestehen

Doch komplett von der Bildfläche verschwinden wird das Reisebüro „Ideal“ nicht! Denn die Filiale in Hann. Münden, in der Quedlingburger Straße 8, wird erhalten bleiben. „Wir haben in den vergangenen Wochen wahnsinnig viele Reaktionen erhalten und viele Kunden wollen uns auch in Hann. Münden besuchen kommen. Das freut mich wirklich sehr, denn meine Kunden in Nordhessen sind mir sehr ans Herz gewachsen“, so Els Burghardt. Für das langjährig entgegengebrachte Vertrauen und die Treue, wollen sich das Team des Reisebüros besonders bedanken, denn der Abschied fällt schwer.

„Wir hoffen, dass wir uns in Hann. Münden wiedersehen, und wenn Sie gerade einmal zufällig dort sind, dann kommen Sie doch einfach einmal vorbei“, lädt die Inhaberin in das Büro in der Dreiflüsstadt ein. Bis dahin, kann sich aber auch telefonisch, per Mail oder per Videoschaltung an das Reisebüro gewendet werden – denn für persönliche Beratungen wird sich hier auch weiterhin viel Zeit genommen, damit der geplante Traumurlaub auch wirklich in Erfüllung gehen kann!



Im Büro in Hann. Münden werden Els Burghardt und ihr Team weiter für die Kunden da sein.



Das Büro in Hessisch Lichtenau muss das Team des Reisebüros schweren Herzens ausräumen.
Fotos: privat

Bye bye Hess. Lichtenau, wir schließen...

...und sehen uns in Hann. Münden!

REISEBÜRO
IDEAL

Inh. Elisabeth Burghardt-Heyerhoff e.K.

Ottlienstraße 1, 37235 Hess. Lichtenau



TUI TRAVEL Star

Reisebüro Ideal

Inh. Elisabeth Burghardt-Heyerhoff e.K.

Quedlinburger Straße 8, 34346 Hann. Münden
Tel. 05541 4456, Fax 05541 4523

reisebueroideal@t-online.de, www.reisebueroideal.de

Die Sterne ins Wohnzimmer holen

Gerade in der kalten und nassen Jahreszeit gibt es aber kaum etwas Schöneres, als sich gemütlich im Warmen zusammen zu kuscheln. Egal, ob dabei ein schönes Buch gelesen, ein spannender Film gesehen oder ein unterhaltsames Hörspiel gehört wird. Für noch mehr Abwechslung sorgt ein Planetarium in den eigenen vier Wänden. Sterne sind einfach in jedem Alter faszinierend und ganz nebenbei wird durch ihre Betrachtung auch der eigene Horizont und das Allgemeinwissen erweitert. ▶

Starten Sie als Vermögensberater in unserem Team.

Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten & einen guten Start ins neue Jahr



Deutsche Vermögensberatung
Vermögensaufbau für jeden!

Büro für Deutsche Vermögensberatung
Georg Zeuner

Kespermarkt 4
37213 Witzenhausen
Telefon 05542 502813
Georg.Zeuner@dvag.de



FILZRING

Wir wünschen Ihnen besinnliche Weihnachtstage



- Kfz-Teile
- PKW- u. Industrielacke
- Klebstoffe
- Dichtmassen

Werrastraße 3-4 37242 Bad Sooden-Allendorf Tel. 0 56 52 / 91 96 21

Wir nehmen Sie hoch ...

... wenn sie nicht über 5 Tonnen wiegen



Frohe Weihnachten!

Ford Vertragswerkstatt

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

Autohaus Eymmer GmbH & Co. KG

Werrastraße 17 · 37242 Bad Sooden-Allendorf
Tel. 0 56 52 / 9 15 36 · www.autohaus-eymer.de



Edeka Brandl Hessisch Lichtenau

wünscht Ihnen Frohe Weihnachten

Heinrichstraße 19

37235 Hessisch Lichtenau

Tel.: 05602 9190099



Wir haben Lebensmittel.



„Friedland war ein Anfang.“

Foto: Fritz Paul

Migrationsgeschichte(n) an einem einzigartigen Ort

www.museum-friedland.de

Museum Friedland | Bahnhofstraße 2 | 37133 Friedland

Tel. 05504.8056-200 | besuch@museum-friedland.de

Für das eigene Planetarium braucht es eine Taschenlampe, Muffin-Formen, einen Stift, eine Nadel und ein Gummiband. Dann müssen noch schöne Sternbildervorlagen aus dem Internet ausgedruckt werden und die Bastelaktion kann beginnen. Die Vorlagen werden auf die Muffin-Förmchen übertragen und an den Stellen, an denen ein Stern verzeichnet ist, wird mit der Nadel hindurchgestochen. Nun muss das Förmchen über die Taschenlampe gezogen und mit dem Gummiband befestigt werden. Nun nur noch das Zimmer verdunkeln, leise Musik auflegen, sich zusammenkuscheln, mit der Taschenlampe an die Decke leuchten und die traumhaften Sternbilder genießen!

Wer noch Fensterdekoration braucht, der kann übrigens auch diese ganz einfach mit den Kindern selber machen und dafür braucht es nichts anderes als Kreidestifte. Mit denen können die kleinen Künstler ganz einfach direkt auf die Scheiben malen und sich dort austoben. Ist die Weihnachtszeit vorbei können die Kunstwerke ganz einfach mit einem Lappen und Wasser wieder entfernt werden.

Auch in der Weihnachtszeit gibt es also viele Möglichkeiten, die ganze Familie für kleine aber feine Aktivitäten an den Tisch zu holen und gemeinsam die ein oder andere tolle und gemütliche Stunde miteinander zu verbringen!

Emmelmann zieht Augen an.

Fachgeschäft für Augenoptik



Ihr Sehexperte ist für Sie da!

Frohe Weihnachten!

Marktplatz 6 · Bad Sooden-Allendorf · Tel. 0 56 52 - 9 15 50



Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten!



Firma Dirk Luhn

- Baggerarbeiten
- Schachtarbeiten
- Pflasterbau
- Außenanlagen



Frohe Weihnachten!

Tel. 05655 923083

Email: bauen@dirk-luhn.de

Von-Steuben-Straße 13 · 37281 Wanfried

Damenoberbekleidung, Hosen, Jacken, Freizeitmode, Nacht- oder Unterwäsche und Accessoires

20% Rabatt

Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr!

Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie einmalig einen Rabatt von 20 % auf einen Artikel Ihrer Wahl.



Modeparadies

Mode für Sie!

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

Die Geschichte hinter dem Weihnachtsbaum ist noch jung

Warum musste es ein Baum sein?

In jedem Jahr werden in Deutschland Millionen Weihnachtsbäume in den Wohnzimmern aufgestellt, die wochenlang in den buntesten Farben leuchten - doch warum stellen wir uns eigentlich eine Tanne ins Haus und was steckt hinter diesem beliebten Brauch?

Die Geschichte des Weihnachtsbaum ist erstaunlicherweise noch relativ jung! Zwar gab es den Brauch schon einige Jahrhunderte zuvor, zu einem flächendeckenden Ritual wurde das aufstellen eines Baumes an Weihnachten aber erst im 19. Jahrhundert. Über die Grenzen des christlichen Kulturkreises hinaus, verbreitet sich der Tannenbaum seit Mitte des 20. Jahrhunderts als internationales Symbol des Weihnachtsfestes.

Wann genau der erste Baum zu Weihnachten geschmückt wurde, lässt sich heute nur noch schwer nachvollziehen. Klar ist aber, dass immergrüne Pflanzen - wie die Tanne - schon immer eine große Bedeutung für den Menschen hatten. Die Germanen hielten so während des Mittwinterfests mit Nadelholz böse Geister fern und die Bäume standen nicht nur für die Rückkehr des Lebens im Frühling, sondern auch für Lebenskraft und Gesundheit. Eine nicht belegbare Legende besagt, dass 1419

Witzenhäuser
Nachhilfe
Die Nachhilfe-Profis für:

*Frohes Fest und
gesundes neues Jahr!*



NEU! Mathematik
auch als Tele-Unterricht.

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

Steinstraße 2 | 37213 Witzenhausen | Tel. 05542/999812 und 05542/8969
Mo. bis Fr. von 14 bis 17 Uhr und nach Vereinbarung
www.witzenhausen-nachhilfe.de

Ria's
Wolle und mehr

**Wir wünschen Ihnen ein
besinnliches Weihnachtsfest
& einen guten Rutsch ins
neue Jahr.**

Inhaberin: Ria Gemmeke
Weinreihe 19
37242 Bad Sooden-Allendorf

☎ 05652 2507 ab 12 Uhr
✉ rgemmeke@t-online.de

Sprechen Sie uns an, wir sind für Sie da.

**Schotter-
lieferung**

**Mutterboden-
lieferung**

Erdabfuhr

**Wurzel-
beseitigung**

**Mulch-
arbeiten**



Hiebenthal
och + Tiefbau
GmbH
Eschwege
Tel.: 05651/98080
Helgoländer Straße 9
37269 Eschwege



Fesch-Bau
Familienbetrieb seit 1925 • GmbH
www.Fesch-Bau.de

Wir wünschen unseren Geschäftspartnern, Bekannten
und Freunden eine schöne Weihnachtszeit.

die Bäckerschaft in Freiburg zum ersten Mal einen Baum mit Gebäck, Nüssen und Früchten schmückte und aufstellte. In Forstverordnungen finden sich allerdings Hinweise darauf, dass bereits vorher im Elsass die Zimmer mit Tannenzweigen geschmückt wurden, die an der Decke angebracht waren.

Als frühester Beleg für einen Weihnachtsbaum im heutigen Sinne gilt eine Bremer Zunftchronik von 1570. Diese berichtet von einem kleinen Tannenbaum der im Zunfthaus stand und mit Früchten, Nüssen und Papierblumen geschmückt war. Von hier aus verbreitete sich der Brauch von Stadt zu Stadt und wurde immer ausgefallener. Denn während die Bäume in den Anfangsjahren noch mit Äpfeln, Nüssen und Puppen behangen wurden, fanden Mitte des 19. Jahrhunderts die ersten Glaskugeln ihren Weg an die Bäume. Ende desselben Jahrhunderts kommen in den USA die ersten elektrischen Weihnachtsbaumlichter auf.

Was in Zukunft mit dem Brauchtum rund um den Weihnachtsbaum passiert, wird sich zeigen. Aktuell erfreut er sich einer uneingeschränkten Beliebtheit. Aber auch der Zeitgeist zu einem bewusstem und ressourcenschonenden Konsum, macht vor dem Tannenbaum nicht halt. Fair gehandelte und ökologisch aufgewachsene Weihnachtsbäume sind bereits auf dem Markt zu finden und werden immer beliebter.

Woher der Weihnachtsbaum wirklich stammt, das wird wohl ein Geheimnis der Geschichte bleiben. Sicher kann man sich aber sein, dass sich auch die kommenden Generationen noch an dem geschmückten Nadelbaum im Wohnzimmer erfreuen werden!



Ambulantes Pflorgeteam
Kleeblatt
 Silvia Krengel

Moritz-Werner-Str. 16 Kirchstraße 87
 37269 Eschwege 37242 Bad Sooden-Allendorf

Tel.: 0 56 51 / 61 89 Tel.: 0 56 52 / 48 50
 Fax: 0 56 51 / 7 16 06 Fax: 0 56 52 / 48 08

Wir wünschen allen Kunden und Angehörigen ein schönes und fröhliches Weihnachtsfest!

Wir wünschen ein frohes Weihnachtsfest!



Reinhard Heppe
 Hoch- und Tiefbau GmbH

Kalkschotter • Kiesgrube • Container • Abbruch

Hubenröder Str. 36 • 37217 Witzenhausen
 Tel.: 05542-910306 • Fax: 05542-910308
 Email: info@heppebau.de • www.heppebau.de



Sanitätshaus Mielke 

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

ergoflix® Beratung nur in Witzenhausen

Faltbarer Elektrorollstuhl
 ab 3.290,00 Euro

Beantragung über die Krankenkasse ist möglich.

Wir wünschen frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr!

GROTE Container

Container von 1 – 40 m³ ab **30,- €**

Unsere Leistungen:

- Containerdienst
- Baggerbetrieb
- Fuhrunternehmen
- Reststoffentsorgung

Wir wünschen eine besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.
 Wir Machen Urlaub vom 19.12.2020 bis 03.01.2021

Sie finden unseren Recyclinghof in Neu-Eichenberg (BHF) in der Ladestr. 1
 Öffnungszeiten: Mo. – Fr. von 8.00 – 16.30 Uhr • Sa. 10.00 – 12.00 Uhr
 Tel.: 05542 2130 o. 0171 4635536 • Fax: 507909 info@grote-container.de

www.grote-container.de



Inventurverkauf im Möbelkreis

Jetzt Tiefpreis-Schnäppchen sichern!

Das Möbelkreis Einrichtungshaus startet den jährlichen Inventurverkauf, der am 12. Dezember 2020 endet. Das Warensortiment wird erneuert und aktualisiert.

Geschäftsführer Fritz Klug möchte mit seinem Team die Ausstellung des Einrichtungshauses stets lebendig und interessant halten. Dies bedingt natürlich auch, dass in gewissen Abständen Ausstellungsware abverkauft werden muss, um die Präsentation zu erneuern. Da heißt es: Raus mit vielen Ausstellungsstücken, und das zu drastisch reduzierten Preisen. Für aufmerksame Kunden ist dies eine einmalige Chance, kräftig zu profitieren und ihr Heim mit neuen Möbeln aufzupeppen. „Zum Verkauf stehen topaktuelle Modelle namhafter Marken, die nun für kleines Geld zu haben sind“, bestätigt Klug. Darunter befinden sich gemütliche Schlafzimmer, moderne Wohnwände, Einbauküchen, Essgruppen, Polstergarnituren – von der Wohnlandschaft bis zur Schlafcouch – und zahlreiche Kleinmöbel. Dabei handelt es sich um Qualitätsware bekannter Hersteller und Labels wie: SCHÜLLER, NOBILIA, SIEMENS, MIELE, HIMOLLA, GRUBER, OELSA, GLOBAL und NATURA – um nur einige zu

nennen. Selbstverständlich stehen unsere Fachberater auch während des Inventurverkaufes zu allen Fragen rund um die Einrichtung Rede und Antwort – fordern Sie uns, wir freuen uns darauf“, verspricht Fritz Klug. Neben dem Verkauf von Qualitätsprodukten wird der Service in dem bekannten Möbelhaus besonders großgeschrieben. Auch in Finanzierungsfragen sind die Kunden beim Möbelkreis in besten Händen. Die neue Einrichtung kann gern in bequemen Monatsraten bezahlt werden. Eine Laufzeit von bis zu 36 Monaten wird den Kunden kostenlos angeboten, erklärt der Geschäftsführer. In diesem Jahr unterstützt der Möbelkreis die Aktion-Mensch Soziallotterie und die Kunden profitieren daraus. Pro Haushalt wird ab einem Einkaufswert von € 1.000,00 ein Jahreslos der „Aktion Mensch“ verschenkt. Mit dem Jahreslos ist eine monatliche Gewinnchance von 500.000,00 € verbunden. Es werden 100 Jahreslose verschenkt – schnell sein lohnt sich!

Das Möbelkreis Einrichtungshaus in der Thüringer Straße 6 in Eschwege hat Montag bis Freitag von 9.00 bis 19.00 Uhr und Samstag von 9.00 bis 14.00 Uhr geöffnet.

INVENTURVERKAUF

JETZT TIEFPREIS-SCHNÄPPCHEN SICHERN!

BIS ZUM 12. DEZEMBER 2020



100 JAHRESLOSE

DER „AKTION MENSCH“

Pro Haushalt erhalten Sie, ab einem Einkaufswert von € 1.000,-, ein Jahreslos der „Aktion Mensch“, mit der monatlichen Gewinnchance auf € 500.000,-.

NUR SOLANGE DER VORRAT REICHT – SCHNELL SEIN LOHNT SICH!

HIER KÖNNEN SIE
EINEN TEIL UNSERER
SCHNÄPPCHEN SEHEN:



WWW.MOEBELKREIS-ESCHWEGE.DE

✓ 0% FINANZIERUNG BIS 36 MONATE ✓ KOSTENLOSE LIEFERUNG ✓ INDIVIDUELL PLANBAR

MÖBELKREIS

Möbelkreis Werraland GmbH & Co. Ausstattungshaus KG - Thüringer Straße 6 - 37269 Eschwege
05651 / 9217-0 - info.esw@moebelkreis.de - www.moebelkreis-eschwege.de - Mo. bis Fr. 9 - 19 Uhr, Sa. 9 - 14 Uhr

JETZT NOCH
16% MWST
SICHERN!

IHR KOMPETENTER EISSTRAHLER

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

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



Unterboden



Motorraum



Felgen

Du bist bereit für neue Aufgaben?
ALLROUNDER GESUCHT
Bei uns findest Du sie!

Deine neuen Aufgaben:

- ✔ Aufbereitung
- ✔ Trockeneisstrahlen
- ✔ Fahrzeuge vor Korrosion schützen durch Hohlraumversiegelung, Unterbodenschutz mit Dinitrol
- ✔ Schleifen, spachteln, abkleben der Fahrzeugteile und polieren

Du bringst mit:

- ✔ Liebe zu Fahrzeugen aller Art
- ✔ Führerschein Klasse B
- ✔ Teamfähigkeit
- ✔ Fähigkeit Fahrzeugteile (Stoßfänger, Radkasten z.B.) ab- und anzubauen
- ✔ Keine Angst vor Öl und Schmutz

Das bieten wir dir:

- ✔ Ein freundliches Team
- ✔ Festes Gehalt
- ✔ eigenverantwortliches Arbeiten

Bewerbungen bitte per Mail an: info@jg-fahrzeuglackierung.de
oder per Post: JG Fahrzeuglackierung, In der Aue 19, 37213 Witzenhausen



ENTDECKE DIE WELT DER **WERBUNG.** MIT UNS.

Unser junges und kreatives Team steht bereit, um Dich bei Deinem **Social-Media-Auftritt** zu unterstützen!



Jetzt informieren: www.mundus-online.de

Wir helfen bei:

- Erstellung und Überarbeitung von Accounts
- Erstellung von Content (Inhalten)
- Erstellung von Video & Bild bis hin zu Texten
- Erstellung eines individuellen Redaktionsplans

Wir sind *Ihr* stetiger *Ideengeber*!

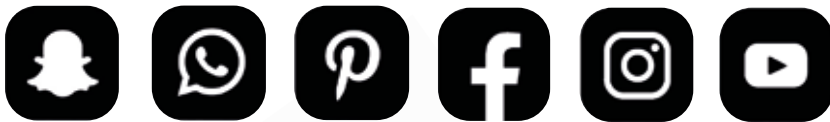
Ruf uns gerne an und tauch mit uns in die Social-Media-Welt ein. **Wir freuen uns auf Dich!**



Sinja Nordhausen
Medienkauffrau Digital & Print
nordhausen@mundus-online.de
05541/95799-18



Viktoria Kuke
Social-Media Managerin
kuke@mundus-online.de
05541/95799-12



Dein Marktplatz. Deine Händler. Eine App.



Jetzt informieren: www.UseMe.de

*Erhalte die besten Angebote und
exklusive Top-Deals. Jeden Tag!*

*Nutze einen innovativen
Vertriebsweg und erreiche neue Käufer.*





RISIKEN ERKENNEN KRISE MEISTERN

[CREDITREFORM.DE/KASSEL](https://creditreform.de/kassel)

Corona-Krise: Zunehmende Unsicherheiten belasten Geschäftsbeziehungen. Mit Creditreform können Sie Geschäftsrisiken schnell einschätzen und haben die wirtschaftliche Lage Ihrer Kunden immer genau im Blick. So können Sie Ihre Vertriebspotenziale besser nutzen und Zahlungsausfälle verhindern.

Verlässlich, vertrauensvoll und auf Augenhöhe: Creditreform Kassel / Fulda
Tel. 0561 / 78456 922 · vertrieb@kassel.creditreform.de · creditreform.de/kassel



Creditreform
KASSEL / FULDA

Familie Persch wünscht frohe Weihnachten
und einen gesunden Start ins neue Jahr!

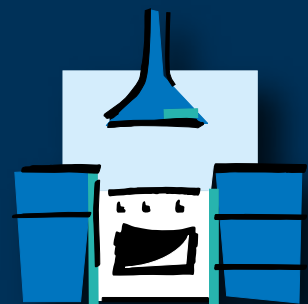
Auch 2021 bleiben wir ...

regional, zuverlässig, sozial engagiert.



www.persch-die-kueche.de

**20 Jahre
Erfahrung**



Peter Persch
... die Küche!

Donnershag 4 · 36205 Sontra · Telefon 05653 9194 90