

Das Gesellschaftsmagazin für den Werra-Meißner-Kreis

# mein **wmk**

[www.meineregion365.de](http://www.meineregion365.de)

# 03

Kreisstadt wird zum internationalen Anlaufpunkt

40 Jahre Open Flair Eschwege:  
Musik, Kleinkunst und bekannte Acts

40  
JAHRE

OF  
OPEN FLAIR  
FESTIVAL



**Das sind die Erntefeste der Region!**

Mit Exklusiv-Interview, Programm-Highlights und vielem mehr...

- Jetzt wenden und direkt lesen -



# Perfekter Service & Top-Preise!

Ohne Mondpreise und Scheinrabatte.

Vergleichen lohnt sich! Mehr unter  
[www.moebelkreis.de](http://www.moebelkreis.de)



Möbelkreis Werraland GmbH & Co. Ausstattungshaus KG  
Thüringer Str. 6 · 37269 Eschwege · 05651 / 9217-0  
Di-Fr 9 - 18 Uhr, Sa 9 - 15 Uhr, Mo geschlossen



119 Bewertungen für  
Möbelkreis Werraland (Stand 30.07.2024)

★★★★★ 4,81 / 5

**MÖBELKREIS**® KÜCHE & EINRICHTEN

Eschwege · [www.moebelkreis.de](http://www.moebelkreis.de)

# Ein lebendiges Erbe fürs Flair

Das Open Flair Festival begann im Jugendzentrum in Eschwege als „Netzwerkknoten“ der Jugendclubs und Zentren unserer Region. Das erste Festival fand 1985 auf der Jugendburg Ludwigstein statt. Beim zweiten Open Flair, das auf dem „Werdchen“ in Eschwege stattfand, gründeten wir den ARBEITSKREIS Open Flair e.V. Jedes Jugendzentrum der Region übernahm Aufgaben wie Theke, Ordner, Bühne, Einlass und Künstlerbetreuung.

Unser Motto war: „Macht die Provinz bunt und lebendig!“ Unsere Region „klebte am Zaun zur DDR“ und war „abgehängt“ von der Bundesrepublik, daher wollten wir mit dem Open Flair unseren Lebensraum weiterentwickeln. Das Festival hatte jedes Jahr ein neues



Motto wie „Eigenständige Regionalentwicklung“ oder „BRD-DDR“, begleitet von Talkshows, Workshops und Theaterprojekten. Heute liegt unsere Region mitten in Deutschland und Europa, bleibt aber immer noch „Provinz“ – jedoch nicht provinziell. Die zweite Augustwoche zeigt,

wie bunt und lebendig Provinz sein kann. Der Anfang ist einige Jahre her, doch das Festival funktioniert immer noch dank 70 ehrenamtlicher Teams mit insgesamt 1.700 Personen aus ganz Deutschland. Das Festival ist gewachsen und zieht nun 20.000 Besucher an, mit zusätzlichen Locations wie der „Seebühne“, dem „Elektrogarten“, der „Hofbühne“ und dem „Schloßpark“.

Also, packen wir es gemeinsam an und gestalten unsere Welt bunt, lebendig und nachhaltig – darum geht's beim Open Flair!

Viele Grüße,  
Alexander Feiertag  
Geschäftsführer des Arbeitskreises  
Open Flair e.V.

*„Huhu“ und viele Grüße aus dem alten E-Werk in Eschwege*

# Liebe Leserinnen und Leser,

Herzlich willkommen in dieser Ausgabe des „meinWMK“. Es gibt etwas zu feiern. Okay, das ist jedes Jahr so, aber aus einem speziellen Grund findet dieses Jahr ein besonderes Open Flair Festival statt. Es ist ein runder Geburtstag. Das Flair wird 40! Und das ist sehr besonders, denn es gibt nicht viele Festivals, die auf eine so lange Tradition zurückblicken können. Das kommt aber nicht von ungefähr, denn das Open Flair kann neben den vielen ehrenamtlichen Helfern und einem motivierten Arbeitskreis auch auf die Unterstützung der Stadt Eschwege und des gesamten Landkreises bauen. Dafür möchten wir uns als Arbeitskreis Open Flair e.V. aus ganzem Herzen bedanken. Nicht umsonst hat dieses Zusammenspiel aus „Einheimischen“ und



Festival die Stadt Eschwege auch über die Landesgrenzen bekannt werden lassen, und nicht umsonst ist das Festival jetzt im dritten Jahr in Folge zum beliebtesten Festival Deutschlands gewählt worden. Wir möchten auch in diesem besonderen Jahr alle Esch-

weger und WMKler einladen, wieder Teil des Festivals zu werden. Stattet uns gern einen Besuch ab, egal ob Ihr die Konzerte besucht oder einfach mit Freund:Innen ein Bierchen trinkt. Wir haben uns auf jeden Fall wieder viel Mühe gegeben und einige Überraschungen vorbereitet. In diesem Sinne wünschen wir allen ein aufregendes und spannendes langes Wochenende und vor allen Dingen viel Spaß.

Auf die nächsten 40!  
Bleibt uns gewogen.

Viele Grüße,  
Sascha Pforr  
Erster Vorsitzender für den AK Open  
Flair e.V.





# Eine Reise durch Zeit und Klang

Die Magie des Open Flair Festivals

**E**s gibt Orte und Ereignisse, die über die Jahre hinweg zu Legenden werden, deren Geschichten von Generation zu Generation weitergegeben werden. Das Open Flair Festival in Eschwege ist zweifellos eines dieser Ereignisse. Was 1985 als kleines Provinzfestival begann, hat sich im Laufe der Jahre zu einem der bekanntesten und vielseitigsten Musikfestivals Deutschlands entwickelt.

## Die Anfänge: Ein Traum wird wahr

Im Sommer 1985, als die ersten Akkorde über die historischen Mauer der Jugendburg Ludwigstein hallten, konnte niemand ahnen, dass sich hier der Beginn einer langen und erfolgreichen Festivalgeschichte abzeichnete. Die Gründer, ein engagierter Kreis aus Musikliebhabern und Kulturbegleitern, hatten eine Vision:

**E**in Festival zu schaffen, das mehr als nur Musik bietet – ein Erlebnis für alle Sinne und Generationen. „Wir wollten die Welt retten“, so beschreibt Alexander Feiertag, Mitinitiator der ersten Stunde und heute noch Festivalchef, die damalige Motivation.

Erfahrungen in der Organisation hatten sie bereits bei kleineren Veranstaltungen und Konzerten, wie dem Konzert auf dem Parkdeck des Eschweiger Innenstadt-Kaufhauses Woolworth am Johannisfest-Freitag in Eschwege gemacht. Nun sollte es eine Nummer größer werden. Seit November 1984 kamen die Planungen in Gang.



## Ein Festival wächst heran

Bereits ein Jahr später gründete sich der Verein Arbeitskreis Open Flair, der die einzelnen Jugendinstitutionen verknüpfen sollte und bei Stadt, Kreis und Land als eine eigenständige Institution auftreten wollte, um Zuschüsse zu beantragen. Auch eine neue Location wurde gesucht: Umbauarbeiten auf der Jugendburg wurden als Hauptgrund angegeben, jedoch spielte auch die „Überfüllung“ des Vorjahres eine bedeutende Rolle. Aufgrund des schlechten Wetters hatten sich die Festivalbesucher in der gesamten Burg verteilt, was zu hohen Kosten führte.



”

*Wir wollten  
die Welt retten.*

Alexander Feiertag



# Eine Gemeinschaft entsteht

Mit unermüdlichen Einsatz zum Festival-Erlebnis

Was das Open Flair von vielen anderen Festivals unterscheidet, ist die einzigartige familiäre Atmosphäre und das starke Gemeinschaftsgefühl, das jedes Jahr tausende Besucher anzieht und begeistert. Es ist ein Event, bei dem sich nicht nur Musikliebhaber, sondern auch Familien, Freunde und ganze Dorfgemeinschaften treffen, um gemeinsam zu feiern und unvergessliche Momente zu erleben. Die Wurzeln dieses besonderen Geistes liegen in der engagierten Arbeit der zahlreichen ehrenamtlichen Helfer, die das Rückgrat des Festivals bilden.

Jedes Jahr kommen sie zusammen, um mit unermüdlichem Einsatz und echter Leidenschaft dafür zu sorgen, dass alles reibungslos verläuft. Ohne sie wäre das Open Flair nicht das, was es heute ist – ein Ereignis, das weit über die Region hinaus strahlt und Besucher aus ganz Deutschland und darüber hinaus anzieht.

**OF**  
OPEN FLAIR  
FESTIVAL



Fotos: nh

Jedes Jahr kamen mehr Besucher nach Eschwege, und das Open Flair entwickelte sich stetig weiter. Die Veranstalter blieben ihrer ursprünglichen Idee treu und erweiterten das Programm kontinuierlich. Neben Rock- und Popkonzerten fanden immer mehr Kleinkunst, Kabarett, Theater und sogar ein Kinderprogramm ihren Weg ins Festival. Die bunte Mischung aus Unterhaltung und Kunst machte das Open Flair einzigartig und zog immer größere Massen an.

## Highlights und Sternstunden

Wenn man an das Open Flair Festival denkt, kommt man nicht umhin, an die

eindrucksvolle Liste von Künstlern zu denken, die hier bereits die Bühne gerockt haben. Es ist ein Line-up, das sich wie das Who's Who der Musikszene liest. Die Toten Hosen, eine Band, die seit Jahrzehnten die deutschen Rock-Charts dominiert, haben hier genauso gespielt wie Die Fantastischen Vier, die Pioniere des deutschen Hip-Hop. Farin Urlaub, bekannt als der charismatische Frontmann der Ärzte, hat mit seinen Soloprojekten das Publikum begeistert.



Aber das Open Flair wäre nicht das, was es heute ist, ohne die vielen internationalen Größen, die hier ihre Spuren hinterlassen haben.





## Internationale Note fürs Open Flair

**D**ie Toten Hosen, eine Band, die seit Jahrzehnten die deutschen Rock-Charts dominiert, haben hier genauso gespielt wie Die Ärzte oder Die Fantastischen Vier, die Pioniere des deutschen Hip-Hop. Aber das Open Flair wäre nicht das, was es heute ist, ohne die vielen internationalen Größen, die hier ihre Spuren hinterlassen haben. Iggy Pop, Korn, Limp Bizkit, The Offspring, The Hives, Biffy Clyro und Rise Against waren alle schon im beschaulichen Eschwege.



**D**ie Magie des Open Flair liegt nicht nur in den großen Namen. Es ist die Plattform für aufstrebende Künstler, die hier die Möglichkeit haben, sich einem größeren Publikum zu präsentieren. In einem Jahr spielen sie noch am frühen Nachmittag vor wenigen Besuchern und im nächsten Jahr als eine der Top-Acts, wie etwa bei Wir sind Helden und Kraftklub. Die COVID-19-Pandemie zwang das Open Flair, sich neu zu erfinden. In den Jahren 2020 und 2021 fand es in kleinerem Rahmen als „Insel Flair“ statt. Das Festivalteam ließ sich nicht entmutigen: „Machen was geht“ war die Devise. 2020 fand das Flair an zwei Tagen mit 250 Besucher:innen statt, 2021 an vier Tagen mit rund 1000 Gästen. 2022 kehrte das Open Flair mit voller Kraft zurück und bewies einmal mehr seine Beliebtheit: Bereits zum dritten Mal konnte das Festival den Helga! Award für das Beste Festival Deutschlands nach Eschwege holen.



# Rückschläge und Comebacks

In den Anfangsjahren kämpfte das Open Flair mit finanziellen Engpässen und organisatorischen Herausforderungen. Besonders in den frühen 90er Jahren stand das Festival aufgrund von Geldmangel und logistischen Problemen mehrmals kurz vor dem Aus. Dank der unermüdlichen Anstrengungen und dem Engagement der ehrenamtlichen Helfer konnte jedoch jedes Mal ein Weg gefunden werden, das Festival zu retten und fortzuführen.



Auch die COVID-19-Pandemie zwang das Open Flair, sich neu zu erfinden. In den Jahren 2020 und 2021 fand es in kleinerem Rahmen als „Inselflair“ statt. Doch das Festivalteam ließ sich nicht entmutigen. 2022 kehrte das Open Flair mit voller Kraft zurück und bewies einmal mehr seine Ausdauer und Beliebtheit.

## Heute und Morgen

Mit rund 20.000 Besuchern pro Jahr und über 100 Bands, die an fünf Tagen auftreten, hat das Open Flair seinen festen Platz in der deutschen Festivalzene gefunden. 2024 wird das Festival zum 40. Mal stattfinden – ein Beweis für seine ungebrochene Anziehungskraft. Das Gelände am Werratalsee bietet dabei den perfekten Rahmen für ein unvergleichliches Erlebnis.



# Kreative Vielfalt

## Kleinkunst und besondere Programmpunkte beim Open Flair 2024

**D**as Open Flair Festival bietet nicht nur ein beeindruckendes Musikprogramm, sondern auch eine Vielzahl an Kleinkunst- und besonderen Programmpunkten, die für abwechslungsreiche und inspirierende Unterhaltung sorgen. Die Besucher erwarten spannende Auftritte von Rainald Grebe, Eure Mütter, Florian Schroeder und El Hotzo. Rainald Grebe wird mit seinem einzigartigen Humor und musikalischen Talent die Bühne zum Beben bringen, während Eure Mütter das Publikum mit ihrer scharfsinnigen Comedy begeistern. Florian Schroeder, bekannt für seine pointierten Kabarettprogramme, wird ebenfalls für intelligente und unterhaltsame Momente sorgen.

El Hotzo, der durch seine witzigen und gesellschaftskritischen Beiträge in den sozialen Medien berühmt wurde, rundet das Line-up ab und verspricht, die Zuschauer mit seiner scharfsinnigen Satire zu fesseln. Ein vielfältiges Programm, das für jeden Geschmack etwas bietet und das Open Flair Festival zu einem unvergesslichen Erlebnis macht.



### **Open Flair Gottesdienst: Raus aus der Bubble**

Unter dem Motto „Raus aus der Bubble“ findet der diesjährige Open Flair Gottesdienst statt. Kevin Kühnert, SPD-Generalsekretär, spricht in seiner Predigt über die Herausforderungen und Wahrheiten in einer von Algorithmen bestimmten Welt. Musikalisch begleitet wird der Gottesdienst von der Band Womuka, die mit Akustikgitar-

ren, Punkrock und Boomer-Humor die Waldbühne zum Beben bringen wird. Ein Shuttleservice wird ab der Tränenbrücke zur Waldbühne fahren.

### **Krönung der Slam-Königin oder des Slam-Königs**

Nach mehreren Vorrunden und Halbfinals, in denen sie das Publikum mit ihren Wortkünsten, ihrer Kreativität und ihrem Charisma begeistern konnten, stehen sie am Sonntag, 11. August vor der ultimativen Herausforderung: dem großen Finale. Hier geht es nicht nur um Ruhm und Ehre, sondern um die begehrte Krone des Open Flair Festivals 2024. Tage zuvor haben die poetischen Gladiatoren das Publikum mit ihren einzigartigen Performances in den Bann gezogen. Jeder Auftritt verspricht ein Feuerwerk aus Emotionen, Witz und Tiefsinn.

Die Themen reichen von persönlichen Geschichten über gesellschaftskritische Beobachtungen bis hin zu humorvollen Alltagsanekdoten. Im Finale werden die Besten der Besten noch einmal alles geben, um die Zuschauer zu beeindrucken.

### **Die Rückkehr der Königstiger der Zauberszene**

Mit glühender Energie und angestauter Euphorie kehren Siegfried & Joy zurück auf die Bühne. Die beiden Berliner Disco-Magier lassen mit neuen Tricks und der gleichen Portion Charme und Witz ihre Zuschauer staunen. Ihre preisgekrönte Show ist ein Muss für alle, die sich verzaubern lassen wollen.





# Kinder ganz groß

Kinderprogramm beim Open Flair Festival 2024:

**D**as Open Flair Festival in Eschwege ist nicht nur ein Highlight für Musikliebhaber, sondern auch ein Paradies für Kinder. Das diesjährige Kinderprogramm bietet eine bunte Mischung aus Musik, Geschichten und interaktiven Shows, speziell für die jüngsten Besucher.

## **Bernd Giesecking: Ein Seemann auf hoher See**

Seit 13 Jahren fester Bestandteil des Kinderprogramms, präsentiert Bernd Giesecking auch dieses Jahr am Sonntag seine traditionellen Gute-Nacht-Geschichten.

Anlässlich des 40-jährigen Jubiläums bringt er eine Premiere mit: die Geschichte von Matjes, dem unerschrockenen Seemann, und seinem Tattoo. Mit Figuren wie Hein, Fiete, Kuddel und Prinzessin Mirabelle nimmt Bernd die Kinder mit auf eine magische Reise.

## **Fritzi Bender: Kabarett-Liedershow mit Puppen**

Fritzi Bender begeistert mit ihrer Kabarett-Liedershow „Zwergenlala“, unterstützt von Karlotta und Herr Kauz. In dieser Show singt sie über das Anderssein und interagiert humorvoll mit dem

Publikum. Begleitet wird sie von Hennes, ihrem Ukulele-Spieler.

## **M.I.A Courage Gruppe BGS: Musikalische Tiefgründigkeit**

Die M.I.A Courage Gruppe der Brüder-Grimm-Schule Eschwege bringt eine besondere musikalische Note ins Kinderprogramm. Angeführt von der 12-jährigen Mia, die mit ihrer beeindruckenden Stimme und tiefem musikalischen Verständnis begeistert, gibt die Gruppe Einblicke in Themen, die Kinder und Jugendliche heute bewegen.

Unterstützt von Lennart Rottstädt, der ihre musikalischen Visionen im eigenen Tonstudio zum Leben erweckt, präsentiert die Gruppe unter anderem „Viele Farben“, einen Song über Courage und das Lernen aus Vielfalt.

## **Spiel und Spaß**

Auf dem OF-Spielfeld gibt es zahlreiche Aktivitäten für Groß und Klein. Von Hüpfburgen über Rollenrutschen bis hin zu Bastelstationen ist für jeden etwas dabei. Das Spiel-o-Top Team sorgt für Unterhaltung. Das gesamte Kinderprogramm im Schlosspark ist kostenfrei, während Kinder unter 12 Jahren auf dem Festivalgelände freien Eintritt haben.

## **SPONSOREN**



Fliegen ab  
Kassel



Reisetermin: 17.-24.10.2024

AdobeStock: 94663234

## Herbstferien an den schönsten Stränden Spaniens 8 Tage Urlaub – mit Flug ab Kassel

### Andalusien – die Costa de la Luz

An der "Küste des Lichts" ganz im Süden Spaniens treffen Atlantik und Mittelmeer aufeinander. An den endlosen Sandstränden, die sich kilometerlang am azurblauen Meer erstrecken, finden Urlauber - ob Familien mit Kindern, Paare oder Alleinreisende - eine Kulisse für Erholung und Entdeckungen.

### Sommerliche Temperaturen laden zum Wohlfühlen ein

Bei angenehmen Temperaturen um die 25°C können Sie die Tage an den schönen Stränden und den Pools der angebotenen Hotels verbringen oder u.a. die kleinen Fischerdörfer entdecken. Nirgendwo in Europa gibt es mehr Wale und Delfine zu sehen als in Tarifa, der südlichsten Stadt Spaniens. Bei leckeren Tapas und dem Jerez-Wein können Sie die Abende ausklingen lassen und atemberaubende Sonnenuntergänge genießen.

### Ausflüge nach Sevilla, Gibraltar, Cádiz

Andalusien beheimatet prächtige Kulturhighlights und architektonische Juwelen. Gehen Sie mit einer deutschsprachigen Reiseleitung auf Entdeckungstour. Die Ausflüge sind optional hinzubuchbar.



Gibraltar, einer der wohl kuriosesten Orte Europas

AdobeStock: 283762452

### Pauschalangebote für jeden Geschmack

Mit einer großen Hotelauswahl, entspannten Flugzeiten ab Kassel sowie einem Angebot an abwechslungsreichen Ausflügen bietet Frölich-Reisen mit seiner Marke momento – Reisen für mich Pauschalangebote für jeden Geschmack und Geldbeutel an. Wählen Sie Ihre Unterkunft vom Familienhotel bis zur Luxus-Herberge und kombinieren Sie nach Lust und Laune Ausflüge hinzu. Gestalten Sie sich Ihren Urlaub – wie Sie es sich wünschen!

### Informationen & Buchungen

Frölich-Reisen GmbH  
Im „Haus der Reise“ | Leipziger Str. 73 – 75 | 34123 Kassel  
05602-80070 | info@froelich-reisen.de  
[www.fliegen-ab-kassel.com](http://www.fliegen-ab-kassel.com)



momento  
Reisen für mich  
by Frölich-Reisen

Jetzt Herbsturlaub  
entdecken & buchen



[www.fliegen-ab-kassel.com](http://www.fliegen-ab-kassel.com)



## Die HarzerWanderWochen in Hahnenklee

**D**ie HarzerWanderWochen in Hahnenklee vom 13.09. bis 22.09.2024 – das sind 10 Tage Wanderspaß quer durch den Harz und das auf abwechslungsreiche Touren verteilt. Lerne in den HarzerWanderWochen die abwechslungsreiche Landschaft des Harzes kennen und genieße unser vielfältiges Programm. Es erwarten dich täglich mehrere spannende, in Streckenlänge und Schwierigkeit variierende, Touren. Egal ob du lieber auf eigene Faust losziehst oder bei einer geführten Themenwanderung dein Wissen aufbesserst – du findest garantiert deine Lieblingsroute. Auf alle Stempeljäger wartet ein Sonderstempel der Harzer Wandernadel.

Während der HarzerWanderWochen findet am 14.09. der 10 Teiche Marathon und am 21.09. der Wandermarathon statt. Wir bieten dir bei beiden Veranstaltungen mit vier verschiedenen Kategorien in unterschiedlichen Längen und Schwierigkeitsgraden die richtige Gelegenheit, um deine Fitness zu testen und über dich hinauszuwachsen. Es warten bis zu 1014 Höhenmeter auf dich! Die Marathonstrecken sind alle landschaftlich einmalig schön. Das bunte Programm am Start- und Zielpunkt rundet die Veranstaltungen ab.

Weitere Informationen und Anmeldung unter  
[www.hahnenklee.de](http://www.hahnenklee.de)

ANZ



## HarzerWanderWochen

### 13.09. – 22.09.2024

- 10 Teiche Marathon am 14.09.2024
- Wandermarathon am 21.09.2024
- abwechslungsreiche geführte Wanderungen

[www.hahnenklee.de](http://www.hahnenklee.de)  
  [Hahnenklee.Bockswiese](https://www.facebook.com/Hahnenklee.Bockswiese)

 

 Glück beginnt in Hahnenklee

Foto: dieidenden.de

## „Glücksmomente“ in Bad Harzburg

**D**ie Natur erforschen, Abenteuer erleben, grandiose Ausblicke genießen, sich entspannen und ganz viele neue Eindrücke sammeln – all das ist in Bad Harzburg möglich. „Auf geht’s! Rauf geht’s“ heißt es auf dem 1000 Meter langen barrierefreien Baumwipfelpfad Harz, der mit Hängebrücke, Glassteg und 50 Erlebnisstationen durch die Baumwipfel des Kalten Tals führt. Oder vielleicht doch lieber durch die Baumkronen fliegen? Dann ist die BaumSchwebeBahn Harz genau das richtige Ausflugsziel. Mit einem eindrucksvollen Blick vom Startturm zum Brocken beginnt hier gemütlich in einem Gurt sitzend das rund 6-minütige Flugerlebnis mit 12 bis 15 km/h den Großen Burgberg hinunter. Rund um das Areal zwischen Hausberg, Baumwipfelpfad, BaumSchwebeBahn und dem neuen Erlebniskino warten viele weitere attraktive Freizeitmöglichkeiten auf ihre Besucher. Besonderer Beliebtheit erfreuen sich auch die tierischen Bewohner wie Wildkatzen und Luchse. Beide Gehege sind perfekt mit Wanderungen zu verbinden, aber auch zeitweise mit Bussen erreichbar. Und für Erholungssuchende ist ein Tag in der Sole-Therme mit Sauna-Erlebnisswelt, Beauty- und Therapiebereich besonders zu empfehlen.

Weitere Infos unter [www.bad-harzburg.de](http://www.bad-harzburg.de)



 Baumwipfelpfad HARZ Burg

[www.baumwipfelpfad-harz.de](http://www.baumwipfelpfad-harz.de)



 BaumSchwebeBahn HARZ Burg

[www.baumschwebbahn-harz.de](http://www.baumschwebbahn-harz.de)



 nICK HACK um die HARZBURG  
Euer bewegtes Kinoleben

[www.harzventure.de](http://www.harzventure.de)



## SAGENHAFT GRENZENLOS

Heilbad Heiligenstadt  
Region Eichsfeld

122. Deutscher Wandertag / 19.–22.09.2024

Wir freuen uns auf Sie beim  
122. Deutschen Wandertag

**9 Tage\***

**234 Touren**

**80 Veranstaltungen**

\* Inklusive Wanderwoche



Scan mich!



Jetzt QR-Code scannen und Ihren Besuch planen!

[www.dwt2024.de](http://www.dwt2024.de)



# Die Poesie als Wegweiser und als Quelle der Hoffnung

Die 15-jährige Teresa Elin Hennemuth aus Bad Sooden-Allendorf hat ihr erstes Buch veröffentlicht

**I**n „Papiermond – Poesie für dein inneres Licht“ nimmt Teresa Elin Hennemuth ihre Leserinnen und Leser mit auf eine Reise der Selbstfindung. Mit ihren Texten und Gedanken ermutigt sie dazu, an sich zu glauben, aus alten Mustern auszubrechen und zuversichtlich auf die Zukunft zu schauen.

## Das Gefühl festzustecken

„In schwierigen Zeiten verlieren wir oft den Kontakt zu uns selbst. Wir halten an Befürchtungen und begrenzenden Überzeugungen fest oder haben das Gefühl, festzustecken. Poesie kann ein Wegweiser, eine Quelle der Hoffnung sein, nach



Die Autorin Teresa Elin Hennemuth.  
Foto: nh

der wir uns in solchen Momenten sehnen“, sagt die 15-jährige Schülerin.

## In Kooperation mit hiesigen Verlag

„Papiermond – Poesie für dein inneres Licht“ ist in Zusammenarbeit mit dem ebenfalls in Bad Sooden-Allendorf ansässigen Verlag „Weg & Vision“ entstanden. Es ist erhältlich auf der Website des Verlags ([www.weg-und-vision.de](http://www.weg-und-vision.de)), bei Amazon sowie in Bad Sooden-Allendorf in der Buchhandlung Frühauf, bei Physiotherapie Astrid Richter, Eden Gesund & mehr und im Café Clown sowie in Witzenhausen in der Buchhandlung Hassenpflug.

ANZ

## Berufsunfähigkeit? So geht das Leben weiter

**E**twa jeder Vierte in Deutschland wird im Laufe seines Arbeitslebens berufsunfähig, meist wegen psychischer Erkrankungen und Rückenleiden. Für die Betroffenen sehen die Rentenerwartungen düster aus. „Vielen ist nicht bewusst, was es finanziell bedeutet, wenn ihre Arbeitskraft entfällt“, warnt Olaf Klahr von der Mecklenburgischen Versicherungsgruppe in Eschwege. Sein Rat: eine leistungsstarke Berufsunfähigkeitsversicherung, die im Ernstfall eine Rente zahlt. Auf die staatliche Erwerbsminderungsrente allein sollte man sich nicht verlassen. „Um Anspruch zu haben, muss man fünf Jahre in der gesetzlichen Rentenversicherung versichert gewesen und in den letzten fünf Jahren drei Jahre Pflichtbeiträge gezahlt haben“, so Klahr. Wer täglich nicht mehr als drei Stunden arbeiten kann, erhält die volle Erwerbsminderungsrente, die nur etwa die Hälfte des letzten Nettoeinkommens beträgt. Klahr empfiehlt eine private Berufsunfähigkeitsversicherung, die bei der Mecklenburgischen zu günstigen Beiträgen abgeschlossen werden kann. Für junge Leute bis 30 Jahre gibt es eine günstige Starteroption. „Welcher Versicherungsschutz individuell sinnvoll ist, ermitteln wir gerne in einem persönlichen Beratungsgespräch“, so Klahr. Interessierte erreichen die Agentur in Eschwege telefonisch oder per E-Mail.

**Für Sie und Ihre Sicherheit nehme ich mir Zeit.**

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

**Sicher durch den Beruf:  
Mit uns gegen jede Unwägbarkeit.**

Generalvertretung Olaf Klahr  
Neustadt 104 · 37269 Eschwege  
Telefon 05651 5368 · Mobil 0172 6088668  
[info.klahr@mecklenburgische.com](mailto:info.klahr@mecklenburgische.com)  
[olaf-klahr.mecklenburgische.de](http://olaf-klahr.mecklenburgische.de)

 **Mecklenburgische**  
VERSICHERUNGSGRUPPE

FAMILIE  
& DAHEIM

BÜRO &  
BETRIEB

# Mittagessen

täglich frisch gekocht



Einfach bestellen,  
liefern lassen und  
genießen!



Menüpreis  
9,50€  
inkl. Lieferung  
und Dessert

vom 09.09. – 15.09.2024 / 37. Woche



Montag – 09.09.2024

Dienstag – 10.09.2024

Mittwoch – 11.09.2024

Donnerstag – 12.09.2024

Freitag – 13.09.2024

Samstag – 14.09.2024

**1** **2 Hacksteaks in Pfefferrahmsauce**  
mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln

**1** **4 Bratwürstchen "Nümlberger Art"**  
auf Sauerkraut und Kartoffelpüree

**1** **Feiner Porree-Eintopf**  
mit Hackfleisch, Käse und Sahne, dazu 1 Brötchen

**1** **Schinken-Makkaroni**  
in feiner Tomatenkräutersauce

**1** **Alaska-Seelachsfilet im Knuspermantel**  
gebraten mit Remouladesauce und Petersilienkartoffeln

**1** **Gebratenes Hähnchenschnitzel**  
in feiner Sauce mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree

**2** **Hähnchenbrustfilet "India"**  
in fruchtiger Currysauce mit Ananas und Pflanzfleisch, dazu Gemüsesais

**2** **Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art"**  
mit Champignons in Sahne, dazu hausgemachte Spätzle

**2** **Rancher Steak**  
mit Kräuterbutter, Speckbohnen und Salzkartoffeln

**2** **Gebratene Hähnchenkeule**  
in feiner Sauce mit Rotkohl und Kartoffelpüree

**2** **Braten mit Kräuterkruste**  
in Basilikumsauce mit Kohlrabi und Salzkartoffeln

**2** **Fettuccine "Florentiner Art"**  
Bandnudeln mit Hähnchenfilet in Sahnesauce und Blattspinat

**3** **Tagliatelle "al prosciutto"**  
gerüne Bandnudeln mit Schinken und Pilzen in milder Sahnesauce

**3** **Makkaroni "alla Bolognese"**  
mit einer herzhaften Tomaten-Hackfleischsauce und Parmesan extra

**3** **Chili con Carne**  
feurig-mexikanisches Bohnengericht mit Reis

**3** **Zarte Kasselerstreifen**  
in mild-würziger Käsesahnesauce mit Broccoli-Stielen und Kartoffelrosti

**3** **Fettuccine "Florentiner Art"**  
Bandnudeln mit Hähnchenfilet in Sahnesauce und Blattspinat

**2** **"Florentiner Art"**  
Bandnudeln mit Hähnchenfilet in Sahnesauce und Blattspinat

**4** **Hühnersuppenkopf**  
mit frischer Gemüseemlage und Reis

**4** **Gebratenes Buntbarschfilet**  
in feiner Rieslingsauce mit Blattspinat und Salzkartoffeln

**4** **Schweinerollbraten**  
in herzhafter Sauce mit Kohlrabi und Salzkartoffeln

**4** **Rinderbraten**  
in herzhafter Bratensauce mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln

**4** **Milchreis**  
mit eingeleagten Sauerkirschen

**5** **5 Königsberger Klopse**  
in feiner Kapernsauce und Salzkartoffeln

**5** **2 Gemüsefrikadellen**  
auf Tomaten-Basilikum-Spaghetti

**5** **Senfeier**  
mit Petersilienkartoffeln

**5** **Spaghetti Vegetariano**  
mit fruchtigem Tomatengemüsesugo, dazu Parmesankäse

**5** **Gemüseplatte**  
verschiedene Gemüsesorten in Sauce Hollandaise mit Schnittlauchpüree

**5** **Bunte Reispfanne**  
mit Paprika und Mais, dazu eine Tomaten-Basilikumsauce garniert mit Hirtenkäse

**1** **Pfeffer-Hacksteak**  
in Pfefferrahmsauce mit Speckbohnen und Salzkartoffeln

**6** **Heringsstipp "Hausfrauener Art"**  
mit Äpfeln und Zwiebeln in Sahnesauce, dazu Brot und Butter

**6** **Gebratenes Hähnchenschnitzel**  
mit Nudelsalat

**6** **Pfrsich-Vanillecreme**  
mit gewürfelten Pfirsichen und Keksen, dekoriert mit Schokoraspeln  
Wird in einer Klarsichtschale geliefert

**6** **Gebratenes Schweinekotelett**  
mit Senf und Kartoffelsalat

**6** **2 hausgemachte Frikadellen**  
mit Tsatsiki und griechischem Bauernsalat

**2** **Rindergulasch**  
mit Rotkohl und Salzkartoffeln

**7** **Grüner Salatmix**  
mit Hähnchenfiletstreifen, Paprika, getrockneten Tomaten, Pinienkernen und roten Zwiebelringen, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Chetsalat**  
bunter Salat mit Käse und Schinkenstreifen und Tomaten, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Wildkräuter Salat**  
Eisbergsalat, Wildkräutersalat, Baraucht-Kartoffeln, gebratene Champignons und Hirtenkäse, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Salat mit Feigen**  
grüner Salat mit frischen Feigen, Rucola, Ziegenkäse, Pinienkernen und Walnusskernöl, dazu Honig-Senf-Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Salat Sweet Dreams**  
Salat mit Melonenwürfeln, Apfelspäßen, Weintrauben, Walnüssen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen

**7** **Grüner Salatmix**  
mit Hähnchenfiletstreifen, Paprika, getrockneten Tomaten, Pinienkernen und roten Zwiebelringen, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Chetsalat**  
bunter Salat mit Käse und Schinkenstreifen und Tomaten, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Wildkräuter Salat**  
Eisbergsalat, Wildkräutersalat, Baraucht-Kartoffeln, gebratene Champignons und Hirtenkäse, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Salat mit Feigen**  
grüner Salat mit frischen Feigen, Rucola, Ziegenkäse, Pinienkernen und Walnusskernöl, dazu Honig-Senf-Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen

**7** **Salat Sweet Dreams**  
Salat mit Melonenwürfeln, Apfelspäßen, Weintrauben, Walnüssen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen

**Sonntags-Menü (tiefgekühlt) – Lieferung am Freitag**  
**Sonntag – 15.09.2024**

**1** **Pfeffer-Hacksteak**  
in Pfefferrahmsauce mit Speckbohnen und Salzkartoffeln

**2** **Rindergulasch**  
mit Rotkohl und Salzkartoffeln

**Samstags-Menü (gekühlt) – Lieferung am Freitag**  
**Samstag – 14.09.2024**

**1** **Gebratenes Hähnchenschnitzel**  
in feiner Sauce mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree

**2** **"Florentiner Art"**  
Bandnudeln mit Hähnchenfilet in Sahnesauce und Blattspinat

**5** **5 Königsberger Klopse**  
in feiner Kapernsauce und Salzkartoffeln

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



# Think Green: Der Nachhaltigkeitstrend

Der grüne Trend: Nachhaltig leben und die Welt schützen

*Der grüne Trend erfordert Umdenken in vielen Lebensbereichen. Vom Transport über Mode und Kosmetik bis hin zum täglichen Konsum – jede Entscheidung zählt.*

**N**achhaltigkeit ist mehr als ein Modethema – sie ist notwendig. Es geht darum, unseren Lebensstil umweltfreundlich zu gestalten und Ressourcen zu schonen. Dieser Ansatz umfasst verschiedene Bereiche wie Mobilität, Mode, Kosmetik und den Alltag. Nachhaltigkeit beginnt oft bei der Wahl unserer Fortbewegungsmittel. Zugreisen und Elektrofahrzeuge sind umweltfreundliche Alternativen. Züge haben geringere CO<sup>2</sup>-Emissionen als Flugzeuge und bieten intensive Landschaftserlebnisse.

## **Grüne Mode: Nachhaltig und schick**

Green Fashion ist ein Kernstück des grünen Trends. Viele Marken setzen auf nachhaltige Materialien und faire Produktionsbedingungen. Die Modeindustrie wandelt sich hin zu mehr Transparenz und Umweltschutz. Kleidung aus biologisch angebauten Materialien und recycelten Stoffen zeigt, dass Nachhaltigkeit und Stil sich nicht ausschließen. Auch im Bereich der Kosmetik wächst der Zero Waste-Trend. Produkte ohne Plastikverpackungen und mit natürlichen Inhaltsstoffen sind auf dem Vormarsch. Feste Shampoos, wiederverwendbare Abschminkpads und plastikfreie Zahnbürsten reduzieren Müll und sind oft besser für die Gesundheit.

Nachhaltigkeit im Alltag bedeutet bewusste Entscheidungen. Dies umfasst den Verzicht auf Einwegplastik, die Nutzung von Mehrwegbechern und das Einkaufen auf lokalen Märkten. Lebensmittelverschwendung lässt sich durch Planung und kreative Resteverwertung vermeiden. Auch der Umstieg auf erneuerbare Energien zu Hause und das bewusste Sparen von Wasser und Strom tragen zum Umweltschutz bei.

**MEHR AUF  
SEITE 16!**

# Fast-Fashion: Wenn die Modewelt schnell und kostengünstig wird

Im Interview: Gabriele Maxisch spricht über die negativen Auswirkungen von Fast Fashion

**D**ie Modeindustrie hat sich in den letzten Jahrzehnten dramatisch verändert, wobei das Phänomen der „Fast Fashion“ eine zentrale Rolle spielt. Es beschreibt die Praxis, Mode schnell und zu niedrigen Kosten zu produzieren, um aktuelle Trends auf den Markt zu bringen. Diese Entwicklung hat jedoch erhebliche negative Auswirkungen auf die Umwelt und die Gesellschaft, sowohl global als auch lokal. Die Produktion von Fast Fashion führt zu hohen CO<sub>2</sub>-Emissionen, enormem Wasserverbrauch und einer beträchtlichen Menge an Textilabfällen.

Zudem sind oft schlechte Arbeitsbedingungen in den Herstellungsländern an der Tagesordnung. Im Werra-Meißner-Kreis stehen diese Themen ebenfalls im Fokus. Gabriele Maxisch, die Umweltberaterin des Kreises, beschäftigt sich intensiv mit den regionalen Auswirkungen von Fast Fashion und den möglichen Maßnahmen zur Reduktion dieser negativen Effekte. In unserem Interview beleuchten wir die Problematik und diskutieren Lösungsansätze.

**Wie sehen Sie die Auswirkungen der Fast-Fashion-Industrie auf die Umwelt im Allgemeinen und speziell auf den Werra-Meißner-Kreis?**

**Gabriele Maxisch:** Der Trend hat fatale Wirkungen auf die Umwelt. Die gesamte Kleidungsindustrie verursacht schon heute mehr Emissionen als die Schifffahrt und Luftfahrt zusammen. Die billigen hergestellten Kleidungsstücke landen aufgrund ihrer meist schlechten Qualität nach kurzer Zeit in der Restmülltonne oder in der Altkleidersammlung, wo sie aber nicht mehr einer Wiederverwendung zugeführt, sondern nur noch entsorgt werden können.

**Welche speziellen Herausforderungen bringt Fast Fashion für die Abfallbewirtschaftung in unserer Region mit sich?**

**Gabriele Maxisch:** Für die Abfallwirtschaft sind noch keine gravierenden Auswirkungen feststellbar. Die Auswirkungen treffen den Markt der Secondhand-Kleidungsindustrie.



Gabriele Maxisch ist die Umweltberaterin des Kreises. Foto: nh

Durch den anhaltenden Trend zu Fast Fashion haben die Mengen von Textilien minderer Qualität in den Sammlungen in den vergangenen Jahren drastisch zugenommen. Damit steht letztlich das System der kostenlosen Kleiderspende an gemeinnützige Organisationen in Deutschland akut in Frage. Bislang besteht FairWertung zufolge in Deutschland ein flächendeckendes, akzeptiertes und eingeübtes Altkleidererfassungssystem. Das System der Erfassung und Behandlung von Alttextilien finanziert sich derzeit über die Erlöse aus der Wiederverwendung der tragbaren Textilien in den Sammlungen. In den vergangenen Jahren sind die Mengen an Textilien von minderer Qualität allerdings drastisch gestiegen. Hinzu kommen immer weiter steigende Kosten in der Erfassung.

**Welche Maßnahmen hat der Kreis bereits ergriffen, um die negativen Auswirkungen von Fast Fashion zu bekämpfen?**

**Gabriele Maxisch:** Die Kreisverwaltung kann da mit Information entgegenwirken. Wir haben beispielsweise zusammen mit dem Gebrauchtwarenzentrum Eschwege vor zwei Jahren eine tolle Modenschau mit Secondhand Mode veranstaltet. Diese Mode ist schick und hochwertig. Der Hauptgewinner des diesjährigen Umweltpreises hatte das Thema Fast Fashion von allen möglichen Seiten eingehend beleuchtet und beurteilt. Das hat mich persönlich sehr gefreut, da es sich um junge Menschen der Johannisbergschule in Witzenhausen handelt, die sich mit ihrem eigenem Modekonsum auseinandersetzen. In diesen Köpfen ist viel passiert.

DAS GESAMTE INTERVIEW?



SCAN ME!

Was auch Sie dazu beitragen können?



WERRA-MEISSNER-KREIS  
Der Kreisausschuss

Gabriele.Maxisch@Werra-Meissner-Kreis.de  
Telefonnummer: 05651 302 4751



# Schnäppchen-Jäger aufgepasst!

Kinder-Markenmode im Lagerräumungsverkauf bei Flick-Flack Moden

**K**inder-Markenmode zu Tiefstpreisen bei Flick-Flack Moden in Bischhausen. Ob T-Shirts, Jacken, Shirts, Hosen kurz und lang, hier finden Sie in einem großen Sortiment aus Baby-, Kinder- und Jugendmode in den Größen 56 bis 176 bestimmt Ihr Schnäppchen! Jetzt ist Ihre einmalige Gelegenheit, sich Ihre Wunschteile im Lagerräumungsverkauf zu sichern! In familiärer Atmosphäre können Sie Ihren Wunschtermin individuell vereinbaren und unkompliziert direkt vor dem Haus parken. Flick-Flack Moden bietet neben Kinderbekleidung auch eine große Auswahl an festlicher Mode für die gan-

ze Familie (Damen, Herren u. Kinder), die keine Wünsche offen lässt und das auch in Sondergrößen! Besuchen Sie uns bei Flick-Flack Moden und lassen Sie sich von unserer festlichen Mode inspirieren. Machen Sie die Festtage zu etwas ganz Besonderem – mit einem Outfit, das Ihren persönlichen Stil unterstreicht und Ihnen unvergessliche Momente beschert. Finden Sie aus einer großen Auswahl aktueller Mode das passende, trendige Outfit!

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

## Eleganz und Vielfalt

**B**esuchen Sie uns bei Flick-Flack Moden und lassen Sie sich von unserer festlichen Mode inspirieren. Machen Sie die Festtage zu etwas ganz Besonderem: mit einem Outfit, das Ihren persönlichen Stil unterstreicht und Ihnen unvergessliche Momente beschert. Kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich von der großen Auswahl an tollen Kleidern in kurz und lang, Jumpsuits und Anzügen in verschiedenen Größen und Ausführungen. Daneben bietet Martina Bachmann mit ihrem Team neue und kreative Ideen, Hilfe in Stil- und Modefragen und eine auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Beratung.

Auch Änderungen sind möglich und werden schnell, unkompliziert und professionell ausgeführt. Parkplätze befinden sich direkt vor dem Haus. Entdecken Sie eine große Auswahl an ge-

schmackvollen Outfits und finden Sie den passenden Look für Ihren besonderen Tag.



Bischofstraße 13  
 37284 Bischhausen  
 05658-8336

Besuchen Sie uns auf Facebook:  
[flick-flack-moden](https://www.facebook.com/flick-flack-moden)

**AB SOFORT**

**AB 50% BIS ZU 70% REDUZIERT**



**KINDER-MARKENMODE**

**Größe 56 - 176**

Nur solange der Vorrat reicht - große Lagerräumung über 5000 Artikel!

**Termin nach Vereinbarung**



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

# Campingplatz Witzenhausen: Ein Paradies für Naturliebhaber

Er ist ein besonderes Augenmerk in der Kirschenstadt und ein Drehort für den bekannten „Camping Check“

**E**in Sommertag wie gemalt, perfekte Kulisse für einen Fernsehdreh – so präsentierte sich der Campingplatz in Witzenhausen in der neuen Folge von „Der Camping Check“. Der Platz besticht durch seine Sauberkeit und die idyllische Lage, die Gäste in ihren Bann zieht. Gepflegte Grünflächen, klare Wege und liebevoll gestaltete Ecken zeugen von der Hingabe der Betreiber.

Besonders hervorzuheben ist die Rolle des Witzenhäuser Unternehmens Vogelei, das für den Dreh mehrere Wohnwagen zur Verfügung stellte. Diese modernen und gemütlichen Modelle boten den idealen Rahmen, um die Flexibilität und den Komfort des Campens zu

demonstrieren. Friso Richter und sein Team testeten die Funktionalität und zeigten, wie man auf kleinstem Raum alles Wichtige unterbringen kann.

Während des Drehs kam das neue Konzept des Campingplatzes besonders gut zur Geltung. Die Inhaber, Familie Bürmann, haben den Platz 2023 übernommen und verwandeln ihn seitdem Stück für Stück in ein kleines Paradies. Die Gäste schätzen die Sauberkeit und die familiäre Atmosphäre, die den Aufenthalt zu einem besonderen Erlebnis machen. Ein besonderes Augenmerk liegt auf Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein. Jedes Jahr unterstützt der Betreiber des Campingplatzes den Verein zur Förderung der Lehre im ökologischen

Landbau mit kostenloser Bereitstellung von Booten zu einer Reinigungsaktion entlang des Werraufers. Dieses Engagement für die Umwelt sorgt nicht nur für ein sauberes und einladendes Umfeld, sondern stärkt auch die Verbindung zur lokalen Gemeinschaft und Natur.

Egal ob Frähschwimmer, Familien oder Naturfreunde – der Campingplatz Witzenhausen bietet für jeden etwas. Die positive Resonanz der Besucher und die Aufmerksamkeit durch den Fernsehdreh bestätigen den Erfolg des neuen Konzepts. Ein Besuch lohnt sich definitiv!

**Für weitere Informationen und um die Folge zu sehen, besuchen Sie die ARD Mediathek.**



**Entdecken Sie die idyllische Region  
rund um die historische Kirschenstadt**

## Ihr Campingplatz im Herzen von Witzenhausen

Camping

Kanuspaß

Miethütten



Am Sande 11 | 37213 Witzenhausen | Telefon: 05542 14 65 | Handy: 0170 4676 91 23 | Mail: info@campingplatz-werratal.de

## KURZFRISTIGE VERFÜGBARE WOHNMOBILE UND PKW

| Ahorn ACA 640  | Ahorn Camp T640<br>Plaus Modell 2024  | Büirstner Premio<br>395 TS   | RS-Camp ES-3  | Ahorn Canada TE+  | Ahorn Van 550<br>Modell 2022/23  |
|--|---|--|---|---|--|
| <br><small>Neufahrzeug, Bj. 2024, 107 kW (145 PS), Diesel, Euro 6d, zul. Gesamtgew. 3500 kg, Schaltgetriebe, Länge 6480 mm, Höhe 3060 mm, 4 Schlafplätze, XL Bad im Heck, Mittelsitzgruppe, Alkove, Heckgarage, Standheizung, Markise, Finanzierung bis 150 Monate ohne Anzahlung möglich</small><br><b>65.900 €</b>  | <br><small>Neufahrzeug, Bj. 2024, 107 kW (145 PS), Diesel, Euro 6d, zul. Gesamtgew. 3500 kg, Schaltgetriebe, Länge 6480 mm, Höhe 3060 mm, 4 Schlafplätze, Mittelsitzgruppe, Heckgarage, Standheizung, Markise, Finanzierung bis 150 Monate ohne Anzahlung möglich</small><br><b>67.200 €</b> | <br><small>EZ 05/2020, 2. Hd., Länge 6510 mm, Höhe 2640 mm, Breite 2300 mm, Zul. Gesamtgewicht 1700 kg, 4 Schlafplätze, Seitensitzgruppe, GFK-Dach, Dusche WC, Küche, etc.</small><br><b>16.900 €</b> | <br><small>Neufahrzeug, Bj. 2024, Zul. Gesamtgew. 750 kg, Farbe Pearl-Blue, Länge 4.110 mm, Höhe 1.896 mm, Offroad Bereifung 215-75-15, Dachgepäckträger (Traglast 300 kg)</small><br><b>21.490 €</b> | <br><small>Neufahrzeug, Bj. 2024, 107 kW (145 PS), Diesel, zul. Gesamtgew. 3500 kg, Schaltgetriebe, Länge 7.480 mm, Höhe 2.960 mm, Anzahl Schlafplätze: 3(5), Dinettebett, Seitensitzgruppe, Finanzierung bis 150 Monate ohne Anzahlung möglich</small><br><b>68.500 €</b> | <br><small>Neufahrzeug, Bj. 2022, 99 kW (135 PS), Euro6d-TEMP, Diesel, zul. Gesamtgew. 3500 kg, Klimaanlage, Länge 5.540 mm, Höhe 2.600 mm, Finanzierung bis 150 Monate ohne Anzahlung möglich</small><br><b>52.900 €</b> |
| <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="display: flex; gap: 10px;">     </div> <div style="text-align: right;">  <p style="font-size: 8px; margin: 0;">Am Eschenbornrasen 16<br/>37213 Witzenhausen<br/>www.autohaus-vogelei.de</p> </div> </div> |   |  |   |   |  |



# So werden zukunftsfähige Lebensräume geschaffen

Umweltfreundliche Materialien und energieeffiziente Technologien verringern den ökologischen Fußabdruck

**N**achhaltigkeit spielt beim Bauen und Wohnen eine entscheidende Rolle, da der Gebäudesektor erheblich zur CO<sub>2</sub>-Emission beiträgt. Durch bewusste Entscheidungen und moderne Technologien kann dieser Einfluss reduziert werden. Die Wahl der Materialien ist essenziell. Holz aus nachhaltiger Forstwirtschaft, recycelte Metalle und Beton mit geringem CO<sub>2</sub>-Fußabdruck schonen Ressourcen und reduzieren Treibhausgase. Der Einsatz recycelter Baustoffe wie Ziegeln und Glas senkt die Umweltbelastung.



Energieeffizienz ist zentral beim nachhaltigen Bauen. Passivhäuser benötigen durch optimale Dämmung kaum Heiz-

energie. Solaranlagen, Wärmepumpen und moderne Heiztechnologien reduzieren den Energieverbrauch weiter. Erneuerbare Energien können den

Energiebedarf eines Gebäudes nahezu vollständig decken.

Grünflächen, Gemeinschaftsgärten und Parks in Städten fördern Biodiversität und verbessern das Mikroklima. Urbane Landwirtschaft und vertikale Gärten gestalten städtische Räume nachhaltiger. Gebäude mit gemeinschaftlich genutzten Räumen reduzieren den Platzbedarf und fördern soziale Interaktionen. Regenwassernutzungssysteme und/oder wassersparende Armaturen dagegen helfen, den Wasserverbrauch zu reduzieren. Kompostierung und die richtige Trennung von Abfällen tragen zur Müllreduktion und zum Recycling wertvoller Ressourcen bei.

## Schon gewusst?

**N**achhaltige Innenraumgestaltung umfasst Möbel aus recycelten Materialien, Teppiche aus natürlichen Fasern und ökologische Farben ohne schädliche Chemikalien. Zero Waste-Prinzipien im Haushalt, wie die Nutzung von Mehrwegprodukten und die Vermeidung von Plastik, fördern einen nachhaltigen Lebensstil.

Erleben Sie Ihr Bad schon im Voraus hautnah!  
3D-Planung mit virtueller Brille

**fliesen lukas**  
Ihr Fliesenlegermeister

**UNSERE LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK:**

- Fliesen-, Platten- und Natursteinverlegung
- Herstellung von Fliesen Formteilen
- Komplettbadbau
- Bodenbeläge
- Treppen
- Beratung und Verkauf
- Steinteppiche
- Spanndecken

Steinweg 12, 37287 Wehretal | Tel.: 0151 / 73047817 | Mail.: info@fliesen-lukas.de  
www.fliesen-lukas.de

**NATURHAUS SPARBIER**

**NATURHAUS**  
**MONTAGEN ALLER ART**

**WIR SIND IHR PARTNER VOR ORT VON:**  
Aufmass, Lieferung & Montage von Markisen, Plissees  
Insektenschutz, Vorbaurolläden, Garagentoren und Torantrieben  
Planung, Lieferung u. Montage von Einzelmöbel bis zur kompletten Ladeneinrichtung sowie Ladenumbauten!

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

*Raus aus der Miete!*

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

**Jetzt informieren! Telefon: 0551-5053000**

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



## Wasser im Sommer: Die Quelle des Lebens

Besonders im Sommer sollte auf die Gesundheit geachtet werden

**D**er Sommer ist die Jahreszeit, in der die Sonne am höchsten steht und die Temperaturen uns ins Freie locken. Doch mit der Hitze steigt auch unser Bedarf an einer elementaren Ressource: Wasser. Es ist nicht nur ein wichtiger Durstlöcher, sondern auch eine Quelle des Wohlbefindens und der Vitalität. Wasser spielt eine zentrale Rolle für die Gesundheit, insbesondere im Sommer, wenn der Körper durch das Schwitzen mehr Flüssigkeit verliert und die Gefahr der Dehydratation steigt. Auf den folgenden Seiten werden wir uns eingehend mit der Bedeutung der Hydratation in den heißen Monaten beschäftigen. Wir geben Ihnen wertvolle Tipps, wie Sie Ihren Flüssigkeitshaushalt im Gleichgewicht halten und welche Getränke sich besonders gut eignen. Zudem entdecken wir die vielfältigen Möglichkeiten des Ganzkörpertrainings im Wasser, das nicht nur erfrischend ist, sondern auch unseren gesamten Körper stärkt. Aquafitness bietet eine gelenkschonende und effektive Alternative zu herkömmlichen Trainingsmethoden und ist ideal, um in Form zu bleiben oder fit zu werden.

Begleiten Sie uns auf dieser Reise, um mehr über die lebenswichtige Rolle des Wassers zu erfahren und wie Sie es optimal für Ihre Gesundheit und Fitness nutzen können. Hier finden Sie alles, was Sie für einen gesunden und aktiven Sommer benötigen.

**MEHR AUF  
SEITE 21!**



# So bleiben Sie hydriert: Richtig trinken im Sommer

Bei heißen Temperaturen und Sonne satt stellt sich schnell die Frage: Wie viel Wasser braucht der Körper?

**I**m Sommer ist es entscheidend, ausreichend zu trinken, um den Körper gesund und leistungsfähig zu halten. Besonders bei hohen Temperaturen verliert der Körper durch Schwitzen viel Flüssigkeit, die ersetzt werden muss, um Dehydrierung zu vermeiden. Wasser ist essenziell für zahlreiche Körperfunktionen, einschließlich der Temperaturregulierung und des Nährstofftransports. Im Sommer erhöht sich der Bedarf an Wasser, und eine unzureichende Flüssigkeitszufuhr kann zu Dehydrierung

führen, die sich durch Kopfschmerzen und Müdigkeit äußert.

## Wie viel Wasser sollte man täglich trinken?

Die allgemeine Empfehlung liegt bei zwei bis drei Litern pro Tag, kann aber je nach individuellen Faktoren wie Aktivitätsniveau und Klima variieren. Wasser bleibt die beste Wahl, aber auch ungesüßte Kräutertees und Infused Water mit Zitronen oder Gurken sind hervor-

ragende Alternativen. Kokoswasser ist ebenfalls nützlich, da es Elektrolyte enthält, die nach dem Schwitzen verloren gehen.

Tipps zur ausreichenden Flüssigkeitsaufnahme: Trinken Sie regelmäßig über den Tag verteilt, tragen Sie immer eine Wasserflasche bei sich und essen Sie wasserreiche Früchte und Gemüse wie Melonen und Gurken. Kinder und ältere Menschen sollten besonders auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten.

## Schon gewusst?

**V**iele Softdrinks aus dem Supermarkt enthalten viel Zucker oder künstliche Zusätze. Dabei sind an heißen Sommertagen erfrischende Getränke unverzichtbar. Selbstgemachte Getränke, wie aromatisiertes Wasser, bieten eine gesunde Alternative mit natürlichen Zutaten. Darunter können zum Beispiel Zitronenscheiben, Gurken und Minze sein, die eine einfache und erfrischende Möglichkeit bieten, mehr zu trinken. Auch ungesüßte Kräutertees wie Pfefferminz- oder Hibiskustee sind nicht nur erfrischend, sondern bieten auch gesundheitliche Vorteile.



Haus Salem  
Witzenhausen  
Evangelische Altenhilfe  
Gesundbrunnen



## Menschlichkeit pflegen

### Unsere Leistungen

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Palliative Pflege
- Eingestreuete Tagespflege
- Demenzbereich
- Hauseigene Küche

Sprechen Sie uns an. Wir beraten Sie gern.

**05542 5036-300**

Am Johannisberg 4, 37213 Witzenhausen  
info@witzenhausen-gesundbrunnen.org  
witzenhausen.gesundbrunnen.org



## Systemische Beratung Eschwege

Einzel-, Paar-, Familienberatung

Sabine Theile  
An den Anlagen 7  
37269 Eschwege

05651 4744141

www.systemische-beratung-eschwege.de

Auch in  
Treffurt und  
Großburschlag





## Schwimmen, Surfen und Aqua-Fitness: Die perfekten Ganzkörpertrainings

**D**er Sommer ist die perfekte Jahreszeit, um das Element Wasser in all seinen Facetten zu genießen. Ob Schwimmen, Surfen oder Ganzkörpertraining im Wasser – diese Aktivitäten bieten nicht nur Spaß und Erfrischung, sondern auch zahlreiche gesundheitliche Vorteile.

Schwimmen ist eine der beliebtesten Sommeraktivitäten und gilt als hervorragendes Ganzkörpertraining. Es beansprucht nahezu alle Muskelgruppen und verbessert die Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Besonders gut für das Herz-Kreislauf-System, sorgt Schwimmen für eine verbesserte Durchblutung

und stärkt das Herz. Darüber hinaus ist es gelenkschonend, da das Wasser den Körper trägt und so die Gelenke entlastet.

Eine Studie des Centers for Disease Control and Prevention (CDC) zeigt, dass Schwimmen das Risiko chronischer Krankheiten wie Herzkrankheiten und Typ-2-Diabetes senken kann. Zudem verbessert regelmäßiges Schwimmen die Stimmung und kann als Stressabbau dienen. Nicht umsonst wird es oft als „perfektes Workout“ bezeichnet.

Surfen auf der anderen Seite ist mehr als nur ein Sport – es ist eine Lebensphilosophie. Es verbindet körperliche Fitness

Gutes Team & moderne Ausstattung

# KOMM ZU UNS

**Zahnmedizinische/r  
Fachangestellte/r** (M/W/D)

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

- Vorbereitung
- Assistenz
- Praxishygiene
- Röntgen
- Patientenaufklärung

Praxis Bad Wilhelmshöhe  
Druseltalstrasse 178, 34131 Kassel  
0561 5743260

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





mit Naturerlebnis und Abenteuer. Beim Surfen werden vor allem die Oberkörpermuskulatur, der Rumpf und die Beine trainiert. Das Paddeln auf dem Surfbrett stärkt die Arme, Schultern und den Rücken, während das Balancieren und Steuern auf der Welle die Rumpfmuskulatur und Beine beansprucht. Surfen fördert zudem die Ausdauer und verbessert das Gleichgewicht. Es erfordert mentale Stärke und Konzentration, was zusätzlich zur körperlichen Fitness beiträgt. Laut einer Studie des British Journal of Sports Medicine kann Surfen auch positive Effekte auf die psychische Gesundheit haben, indem es Stress reduziert und das Wohlbefinden steigert. Wasser bietet einen natürlichen Wi-

**MEHR UNTER:**



derstand, der das Training intensiviert und gleichzeitig die Gelenke schont. Ein Ganzkörpertraining im Wasser kann Schwimmen, Wassergymnastik oder Aqua-Fitness umfassen. Diese Übungen stärken nicht nur die Muskulatur, sondern verbessern auch die Beweglichkeit und das Herz-Kreislauf-System. Eine Studie der University of New Mexico zeigt, dass Wasser-Workouts besonders effektiv sind, um die Muskelausdauer zu erhöhen und das Herz-Kreislauf-System zu stärken. Die Auftriebskraft des Wassers ermöglicht es, intensive Übungen durchzuführen, ohne die Gelenke zu belasten, was besonders für Menschen mit Arthritis oder anderen Gelenkproblemen vorteilhaft ist.



# DrösslerDental®

Perfekte Zähne für ein strahlendes Lächeln

## Ihr Dentallabor im Werra-Meißner-Kreis

Dentale Technologie auf höchstem Niveau



Wir produzieren ausschließlich in Deutschland.



Wir verwenden nur Implantat-Originalteile.



Zahn technische Handwerkskunst mit modernsten computergestützten Fertigungstechniken.



Wir verwenden ausschließlich zertifizierte Qualitätswerkstoffe.



Alle Mitarbeiter sind hoch motiviert und bestens weitergebildet.



geprüft, zuverlässig, konstant.



### Drössler-Dental GmbH

Zentrum für zahnärztliche Prothetik und Zahnimplantologie

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

## Wir suchen Dich – ab sofort:



### **Mechatroniker / Mechaniker (m/w/d)** für Forst- und Gartentechnik

Du bist ein Technik-Multitalent  
und mit Deinem Know-how bringst  
Du jede Maschine zum Laufen?

Dann bewirb Dich jetzt bei uns per Mail:  
[carsten.gottschalk@autogottschalk.de](mailto:carsten.gottschalk@autogottschalk.de)

# Gottschalk

Auto & Garten Gottschalk e.K.



**KIA ISUZU STIHL LMC**

37213 Witzzenhausen  
Unter den Weinbergen 2  
Tel. 05542-507180  
[www.autogottschalk.de](http://www.autogottschalk.de)

## Die nächste Ausgabe erscheint im September 2024



## Impressum

Mundus Marketing & Interactive GmbH

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff

Sichelsteiner Weg 2, 34346 Hann. Münden,  
Tel. 05541 95799-0, [info@mundus-online.de](mailto:info@mundus-online.de),  
[www.mundus-online.de](http://www.mundus-online.de)

**Kaufmännische Abteilung:** Claudia Tarsa (LtG.), Stephanie Gundlach

**Verkauf:** Nadine Rohpeter (LtG.), Sinja Nordhausen,  
Heidrun Wegener-Kerff

**Redaktion:** Susanne Wesche, Bernard Marks,  
Rainer Lomen, Lutz Conrad, Claudia Nachtwey,  
[redaktion@mundus-online.de](mailto:redaktion@mundus-online.de)

**Grafik, Layout & Web:** Volker Schäfer (LtG.), Paulina Müller

**Social Media:** Viktoria Kuke, Michelle Merk, Jordan Meisel

**Video Creator:** Nils Rehnbein

**Vertrieb:** Jan Kerff

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

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

Auflage: 60.000 Stk.

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



[meineRegion365.de](http://meineRegion365.de)



V O L V O

## Platz für das Leben und seine Abenteuer.

Der Volvo V60 Plug-in Hybrid.

Der dynamische skandinavische Plug-in Hybrid-Kombi  
mit integrierten Google Services<sup>1</sup>. Bereit für alles,  
was das Leben zu bieten hat.

**Besuchen Sie uns für eine Probefahrt.**

Energieverbrauch gewichtet 16,3–18,7 kWh Strom/100 km  
plus 0,7–1,0 l Benzin/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission 17–23 g/km,  
CO<sub>2</sub>-Klasse B; bei entladener Batterie: Kraftstoffverbrauch  
6,4–7,3 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Klasse E–F; (kombinierte WLTP-  
Werte).

<sup>1</sup> Google Services sind nach Auslieferung 4 Jahre gebührenfrei verfügbar. Danach  
ist die Nutzung der Digital Services inkl. Google Services kostenpflichtig. Google ist  
eine Marke von Google LLC.



Hetzler-Automobile Vertriebs GmbH & Co. KG  
Heiligenröderstr. 27, 34123 Kassel, Tel. 056157009-0

Autohaus Hetzler GmbH & Co. KG  
Wolfhager Straße 5, 34560 Fritzlar, Tel. 056229930-0

[volvocars-haendler.de/hetzler](http://volvocars-haendler.de/hetzler)

unter allen wipfeln ist ruh!  
**RuheForst Werraland Herleshausen**  
Ihr Ansprechpartner zu Fragen einer Waldbestattung  
unter den Kronen des Waldes  
Besichtigungen nach persönlicher Vereinbarung gern möglich  
[info@ruheforst-werraland.de](mailto:info@ruheforst-werraland.de)  
05654 92 30 42  
[www.ruheforst-werraland.de](http://www.ruheforst-werraland.de)  RuheForst. Ruhe finden.