

Das Gesellschaftsmagazin für den Werra-Meißner-Kreis

# mein **wmk**



Foto: Adobe Stock

# 12

## Advent, Advent, ein Lichtlein brennt

Die besten Weihnachtsmärkte, Ausflugsziele  
und Gewinnspiele für die Weihnachtszeit

# 06

## Vom Stromwerk zum Kultur-Hotspot

Interview mit Alexander Feiertag zur  
Entwicklung des Eschweger E-Werks

**MÖBEL**  
**JAEGER**  
*macht glücklich*

Entdecken Sie Ihre neue  
Wohlfühloase für das  
Wohnzimmer...

Mehr auf Seite 8





# 1 GLAS GESCHENKT:

Sparen Sie  
**50 % auf alle  
Brillengläser!**

Angebot gültig bis  
31.01.25. Nicht kombinierbar  
mit anderen Aktions- und  
Komplettangeboten und  
nicht im Neusehland  
Webshop. Wir behalten uns  
vor, die Aktion zu verlängern.

## ZEIT FÜR SCHÖNE AUGENBLICKE.

**Eschwege Stad 36**  
Telefon (0 56 51) 2 29 08 50

**Über 40-mal in und um Hessen**  
Eine Information der  
Neusehland Hartmann GmbH & Co. KG,  
Schöne Aussicht 5, 35396 Gießen  
[neusehland.de](http://neusehland.de)

**neusehland**   
Mein Augenoptiker & Hörakustiker

– Editorial –

Wir bringen Sie stimmungsvoll und inspiriert in die Vorweihnachtszeit

## Liebe Leserinnen und Leser,



die Weihnachtszeit läuft an, und wir mitten rein – die neue Ausgabe von „Mein WMK“ ist da, und wir haben einiges für Sie vorbereitet! Unsere Dezemberausgabe ist vollgepackt mit allem, was die Region jetzt zu bieten hat.

Erstes Highlight: die Weihnachtsmärkte! Im Werra-Meißner-Kreis und den angrenzenden Landkreisen funkeln die Stände um die Wette und bringen weihnachtliche Stimmung in jeden Winkel. Ob Sie auf den charmanten kleinen Markt mit regionalem Handwerk, einladenden Holzbuden und Glühwein am Lagerfeuer stehen oder sich lieber von einem größeren Markt mit Lichtershow und festlichen Konzerten verzaubern lassen – hier ist für jede Vorweihnachtslaune etwas dabei. In dieser Ausgabe haben wir für Sie die schönsten Märkte aufgespürt und zusammengestellt.

Dann nehmen wir Sie mit auf eine Reise ins E-Werk Eschwege. In unserer Hintergrundstory erzählen wir die Geschichte dieses einzigartigen Kulturzentrums und werfen einen Blick hinter die Kulissen eines Hauses, das rund ums Jahr Kultur auf die Bühne bringt und die Region bereichert.

Und damit Sie 2025 stilvoll starten, haben wir die ExpertInnen der heimischen Wirtschaft gefragt, welche Trends im neuen Jahr auf uns warten. Von Schmuck über Kosmetik bis hin zu Frisuren: Die Trends für 2025 versprechen frische Ideen und spannende Innovationen – von neuen Farbspielen bis zu extravaganten Stilrichtungen.

Lassen Sie sich inspirieren!

Viel Spaß beim Stöbern, Entdecken und natürlich beim Genießen dieser Vorweihnachtszeit.

[wesche@mundus-online.de](mailto:wesche@mundus-online.de) oder  
01716825995

Susanne Wesche  
Redakteurin



## DrösslerDental®

Perfekte Zähne für ein strahlendes Lächeln

**Zahntechniker m/w/d**  
für folgende Laborbereiche gesucht: **Verblendungstechnik, Gerütherstellung, Kombinationszahnerstanz/Modelguss**

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

Made in Germany

Wir produzieren ausschließlich in Deutschland.

sichere Implantologie

Wir verwenden nur Implantat-Originalteile.

modernste Technologien

Zahn technische Handwerkskunst mit modernsten computergestützten Fertigungstechniken.

Material-Technologie

Wir verwenden ausschließlich zertifizierte Qualitätswerkstoffe.

qualifizierte Mitarbeiter

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](mailto:info@droessler-dental.de) • [www.perfektezähne.de](http://www.perfektezähne.de)



## Selbsthilfegruppe gegen Einsamkeit

Selbsthilfekontaktstelle will neue Selbsthilfegruppe gründen

Die Digitalisierung macht es uns heute so einfach wie noch nie, mit Menschen auf der ganzen Welt in Kontakt zu kommen. Man könnte also glauben, dass Einsamkeit ein selteneres Phänomen geworden ist. Doch die Realität sieht oft anders aus. Laut einer Umfrage der Stiftung Deutsche Depressionshilfe aus dem Jahr 2023 fühlt sich jeder 4. Bundesbürger im Erwachsenenalter sehr einsam.

Selbsthilfe kann der Einsamkeit entgegenreten, ein Gefühl von Gemeinschaft erzeugen und das Wohl-



finden stärken. Denn Betroffene erhalten niederschwellig die Option auf einen Austausch mit Gleichge-

sinnten, können in der Gemeinschaft den Auswirkungen und Folgen begegnen und in der Gruppe Unterstützung erfahren. Deshalb will die Selbsthilfekontaktstelle auf das Thema aufmerksam machen und die Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe unterstützen. Betroffene, die sich hier wiedererkennen, sind eingeladen, sich bei der Selbsthilfekontaktstelle zu melden. (sw/WMK)

**Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner, Tel: 05651/ 302 25380**  
**selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de**

## WahlhelferInnen gesucht

Die bevorstehende Bundestagswahl wirft ihre Schatten voraus

Auch in Bad Sooden-Allendorf werden eine Vielzahl von ehrenamtlichen WahlhelferInnen für die Durchführung der Wahl gesucht. Sie benötigen keine besonderen Vorkenntnisse. Es wird dafür gesorgt, dass in jedem Wahlbezirk auch erfahrene WahlhelferInnen eingesetzt werden, die diese Aufgabe schon einmal wahrgenommen haben.

Zudem werden die WahlvorsteherInnen sowie die SchriftführerInnen



und die jeweiligen StellvertreterInnen rechtzeitig vor der Wahl über ihre Aufgaben detailliert informiert

und zu entsprechenden Schulungen eingeladen.

### Viele Einsatzmöglichkeiten

Bei der Urnen- und Briefwahl gibt es eine Vielzahl an Einsatzmöglichkeiten, die sich vor allem durch die Stellung im Wahlvorstand unterscheiden. Für Ihre Einsatzbereitschaft wird Ihnen je nach Tätigkeit ein „Erfrischungsgeld“ gezahlt. Weitere Infos: [www.bad-sooden-allendorf.de/die-stadt](http://www.bad-sooden-allendorf.de/die-stadt) (sw/BSA)

## Minigolfanlage zu verpachten

Freizeitanlage in Witzenhausen sucht neuen Pächter

Die Stadt Witzenhausen sucht zum 01. April einen neuen Pächter für die Minigolfanlage „Am Johannisberg“, die sich in mitten eines wunderschönen Parks in Witzenhausen befindet. Die Anlage bietet 18 abwechslungsreiche Bahnen, umgeben von herrlicher Natur und ist von April bis Oktober geöffnet – ideal für entspannte Stunden im Freien mit Familie und Freunden!

Der neue Betreiber hat die Möglichkeit, die Minigolfanlage eigenständig zu führen. Als Pacht sind zehn Pro-



Die Minigolfanlage befindet sich in mitten des Park „Am Johannisberg“ und verfügt über 18 Bahnen.

zent der Einnahmen aus den Benutzungsentgelten an die Stadt zu zahlen. Wenn Sie oder jemand, den Sie kennen, Interesse daran hat, melden Sie sich bitte bei der Stadt Witzenhausen.

Hier freut man sich auf Ihre Anfragen und darauf, die Minigolfanlage in der Natur weiterleben zu lassen!

**Bitte vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin oder informieren sich vorab telefonisch unter 05542 / 508 - 650 oder -654. (sw/Stadt Witzenhausen)**

## Umgestaltung des Bürgerhausvorplatzes

Bürgerhausvorplatz Hessisch Lichtenau wird deutlich grüner

In 2021 hatte sich die Stadt Hessisch Lichtenau erfolgreich um Fördermittel aus dem Landesprogramm „Zukunft Innenstadt“ beworben. In den vergangenen Jahren konnten mithilfe der erhaltenen Förderung in der Innenstadt verschiedene Vorhaben angestoßen und umgesetzt werden.

Ein wesentlicher Bestandteil des damaligen Förderantrags war die Umgestaltung des Bürgerhausvorplatzes, welche nun als Abschluss des gesam-



ten Projektes bevorsteht. Zusammen mit der Kommission für nachhaltige und zukunftsgerechte Stadtentwick-

lung haben der Magistrat, Vertreter der Stadtverwaltung sowie das Hessisch Lichtenauer Architekturbüro „a33 architekten“ eine Planung des Platzes entworfen, welche nach und nach umgesetzt wird.

Neben der Schaffung von Sitz- und Verweilmöglichkeiten war allen beteiligten Akteuren die Begrünung des Platzes ein besonderes Anliegen. Der Platz wird mit einem Pflanzstreifen und der Pflanzung von drei „klimarobusten“ Bäumen deutlich aufwerten. (sw/Hessisch Lichtenau)





IM INTERVIEW

Mit Alexander Feiertag

## Vom Stromwerk zum Kultur-Hotspot

In unserem Interview gibt Alexander Feiertag, Vorsitzender der Kulturfabrik Eschwege e.V., Einblicke in die Entwicklung, Herausforderungen und Highlights des E-Werks und verrät, was 2025 geplant ist

Von Susanne Wesche

nicht nur das Festival selbst, sondern auch andere Veranstaltungen zu organisieren und begannen damit, Konzerte in Turnhallen und ähnlichen Räumlichkeiten zu veranstalten. Das Junge Theater hatte zum Beispiel das gleiche Problem und hat Probe- und Spielorte gesucht. Wir haben uns connected und

### Tickets & Infos

Jetzt scannen



nach einem passenden Ort gesucht und gemeinsam den Verein Kulturfabrik gegründet. Im Jahr 2004 zogen die Stadtwerke aus dem E-Werk aus, und wir ergriffen die Gelegenheit, dieses historische Gebäude für unsere Zwecke zu nutzen. Dank Förderungen und Zuschüssen für die Sanierung alter Gebäude konnten wir das E-Werk

**Das E-Werk war ursprünglich ein Elektrizitätswerk und wurde dann zu einem Kulturzentrum umgestaltet. Was waren die größten Herausforderungen und Meilensteine?**

**Alexander Feiertag:** Als Arbeitskreis Open Flair haben wir stets versucht,

entsprechend unserer Bedürfnisse umbauen. Wir holten alle Vereine zusammen, die in Eschwege kulturell aktiv sind – insgesamt 14 Vereine, die nun gemeinsam Veranstaltungen im E-Werk organisieren. Dieses Modell ermöglicht es uns, das Kulturzentrum finanziell zu tragen. Was anfangs niemand für möglich gehalten hätte, wurde 2009 Wirklichkeit, als die erste Veranstaltung im E-Werk stattfand. Heute, 15 Jahre später, blicken wir stolz auf eine erfolgreiche Zeit zurück, in der das E-Werk zu einem festen Bestandteil der Kultur in Eschwege geworden ist.

**Was war die Vision hinter der Idee, das E-Werk als Kulturzentrum zu etablieren? Welche Ziele wollten Sie damit für Eschwege und die Region erreichen, und wie hat sich diese Vision seit der Eröffnung weiterentwickelt?**

**Alexander Feiertag:** Wir wollten einen Ort für Kulturveranstaltungen in Eschwege haben, da es keine gab. Mittlerweile ist das E-Werk an 160 bis 170 Tagen im Jahr belegt, davon sind rund 60 Kulturveranstaltungen, dazu kommen Vermietungen für Tagungen, Hochzeiten und Geburtstage. Unsere Idee ist



Von Comedy zu Kabarett oder als einzigartiger Veranstaltungsort für Tagungen, Hochzeiten und Geburtstage: Das E-Werk ist ein Zentrum für Kunst und Kultur. Auch das kommende Jahr verspricht eine Vielzahl an spannenden Veranstaltungen!

Fotos: Kulturfabrik Eschwege e.V.

komplett aufgegangen und das freut uns einfach sehr zu sehen.

**Das E-Werk hat viele großartige Veranstaltungen gesehen. Welche Events und Künstler sind Ihnen besonders in Erinnerung geblieben, und gibt es Höhepunkte, die die Geschichte des E-Werks besonders geprägt haben?**

**Alexander Feiertag:** Wir haben sehr viele beeindruckende Veranstaltungen mit vielen großartigen KünstlerInnen gemacht, am häufigsten waren wahrscheinlich Monsters of Liedermaking bei uns, die am 26. April auch wieder zu Gast sind. Aber auch KünstlerInnen wie Torsten Sträter, Michael Hatzius, Kay Ray und Suchtpotenzial sind regelmäßig bei uns zu Gast.

Im Rahmen des Open Flairs waren auch schon Felix Lobrecht, Marc Uwe Kling und viele andere hier, und es macht uns sehr viel Spaß zu sehen, wie die KünstlerInnen und Bands, die uns seit Jahren begleiten, wachsen.

**Wie sieht das zukünftige Programm des E-Werks aus? Gibt es neue Projekte oder Schwerpunkte, auf die sich das Publikum in den kommenden Monaten und Jahren freuen kann?**

**Alexander Feiertag:** In 2025 machen wir wieder sehr viele Comedy-, Kabarett- und Musikveranstaltungen, zum

Beispiel sind Hans-Werner Olm, Simon & Jan, die Monsters of Liedermaking und viele andere mehr zu Gast.

**Wie hat sich das Publikum des E-Werks im Laufe der Jahre verändert, und welche Bedeutung hat das E-Werk heute für die Kultur in Eschwege und der Region?**



*Früher hat niemand geglaubt, dass das was wird. Doch 2009 gab es die erste Veranstaltung. Und in diesem Jahr haben wir das E-Werk 15 Jahre als Kulturzentrum genutzt!*

Alexander Feiertag

**Alexander Feiertag:** Verschiedene Szenen und Menschen haben im E-Werk ein Zuhause gefunden. Alle Veranstaltungen sind unterschiedlich, der Jazz Club macht zum Beispiel jeden Monat eine Veranstaltung oder das Junge Theater vier oder fünf große Theater Produktionen pro Jahr.

Egal ob Jung oder Alt, für jeden gibt es bei uns etwas. Auch überregional besuchen Menschen unsere Veranstaltungen und das freut uns sehr.

### Veranstaltungen

6.12.

Michael Krebs – Comedy

28. und 29.12.

Bernd Giesecking – satirischer Jahresrückblick

11.01.

Simon & Jan – Musikkabarett

25.01.

Bluff – Jazz-Quartett

22.02.

jens , n' frens – Akkordeon-Jazz

08.03.

Michael Hatzius – Comedy

15.03.

Paddys Night – Konzertabend zum St. Patricks Day

26.04.

Monsters of Liedermaking – Liedermacherkonzert

02.05.

Hans Werner Olm – Comedy

26.09.

Jochen Malmsheimer – Kabarett

11.10.

Kay Ray – Comedy

31.10.

Florian Schroeder – Kabarett

6.12.25

Eure Mütter – Comedy



# Entdecke neue WOHLFÜHLOASEN

Verwandeln Sie Ihr Zuhause in eine Wohlfühloase mit unseren brandneuen Wohn- und Speisezimmern! Bei uns finden Sie Möbel, die nicht nur stilvoll und zeitlos sind, sondern auch individuell und modular an Ihre Bedürfnisse angepasst werden können. Egal, ob Sie ein gemütliches Wohnzimmer für entspannte Abende oder einen eleganten Essbereich für gesellige Runden gestalten möchten – wir bieten Ihnen die perfekte Lösung. Unsere Möbel vereinen modernes Design mit hoher Funktionalität und ermöglichen es Ihnen, Ihren Wohnraum ganz nach Ihren Vorstellungen zu gestalten.

Rufen Sie uns  
an, wir beraten  
Sie gerne!



Heiko Albrecht  
**05542 603 23**



**1 | Wohnwand**  
**1998 €**



**5 | Wohnwand**  
**1998 €**



**6 | Sideboard**



**2 | Couchtisch**



**3 | Esstisch**



**4 | Highboard**



**7 | Wohnwand**  
**2698 €**



**8 | Sideboard**

**1 | Wohnwand**  
Front Balkeneiche bianco massiv, Korpus Eiche bianco furniert, BxHxT ca. 300x204x50cm, inkl. Beleuchtung

**2 | Couchtisch**  
4 Türen / 2 Fächer, BxHxT ca. 115x44x65 cm  
**598 €**

**3 | Esstisch**  
ausziehbar mit Synchronauszug  
1 innenliegende Einlegeplatte à 50 cm  
BxHxT ca. 180(230)x77x100 cm  
**1298 €**

**4 | Highboard**  
1 Tür / 2 Türen mit Glas  
BxHxT ca. 150x128x37 cm  
**999 €**

**5 | Wohnwand**  
Front Ast/Balkeneiche massiv, Korpus Ast/Balkeneiche furniert, BxHxT ca. 272x207x50cm, Beleuchtung optional gegen Aufpreis erhältlich

**6 | Sideboard**  
Front Ast/Balkeneiche massiv Korpus Ast/Balkeneiche furniert BxHxT ca. 179x90x44cm  
**1249 €**

**7 | Wohnwand**  
Wohnwand, Ast/Balkeneiche bianco massiv, BxHxT ca. 293x207x50cm, Beleuchtung optional gegen Aufpreis erhältlich

**8 | Sideboard**  
Ast/Balkeneiche bianco massiv  
BxHxT ca. 184x91x44cm  
Beleuchtung optional gegen Aufpreis erhältlich  
**1749 €**



**WEIHNACHTS-SPECIAL!**

## Zauber der Weihnachtszeit: Unsere schönsten Weihnachtsmärkte

Lichterglanz, Duft von Glühwein und gebrannten Mandeln – Erleben Sie unvergessliche Momente auf den Weihnachtsmärkten der Region: Die Adventszeit steht vor der Tür, und mit ihr die zauberhaften Weihnachtsmärkte unserer Region, die in diesen Tagen ihre Tore öffnen. Stellen Sie sich vor: Während man durch die festlich geschmückten Stände schlendert, erfüllt der Duft von frisch gebrannten Mandeln, würzigem Glühwein und ofenwarmem Lebkuchen die Luft. Lichterketten funkeln in den Bäumen,

sanfte Musik begleitet das Stimmengewirr, und überall glitzern und leuchten kleine Details, die die Vorfreude auf Weihnachten wecken.

Ob handgemachter Christbaumschmuck, liebevoll gestaltete Geschenke oder traditionelle Köstlichkeiten – jeder Markt hat seinen eigenen Charme und kleine Besonderheiten, die es zu entdecken gilt. Die Kinder staunen vor der Krippe, die Erwachsenen halten sich an dampfenden Tassen fest, und überall schwebt das Gefühl von weihnachtlicher Vorfreude. Lassen Sie sich von unseren nachfolgenden Sonderseiten mit zahlreichen Ausflugstipps inspirieren und erleben Sie das Wunder der Adventszeit hautnah...



### Weihnachtsbaumverkauf

**Freitag, 06. Dezember 2024**  
Ab heute sowie zu unseren regulären Öffnungszeiten gibt es frisch geschlagene Weihnachtsbäume.

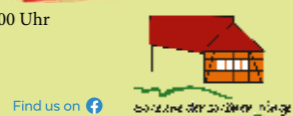
**Samstag, 14. Dezember 2024**  
Weihnachtsbaumverkauf von 10 - 16 Uhr.

Öffnungszeiten:  
Mo., Mi., Fr. 10:00 - 18:00 Uhr | Sa. 10:00 - 14:00 Uhr

Gesa Starke | Oberdorf 11 | 37124 Volkerode  
Tel. (05509) 18 93 | Mobil: (0170) 4 79 72 03  
www.scheune-der-schönen-dinge.de



**ACHTUNG!**  
An allen Adventssonntagen ist von 10 - 12 Uhr für Sie geöffnet.



## KUPFERSTÄDTER ADVENTSMARKT

**Fr. 29. Nov. 18 – 22 Uhr**     **Sa. 30. Nov. 14 – 20 Uhr**

**Marktplatz Sontra**

## Märchenhaftes Programm in Bad Sooden-Allendorf

Am 1. Adventswochenende verwandelt sich der Marktplatz der Badestadt in ein stimmungsvolles Winterparadies. Der „Winterzauber“ lädt mit geschmückten Holzhütten, kulinarischen Köstlichkeiten und handgefertigten Geschenken zum Verweilen ein. Ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm sorgt für Unterhaltung bei Groß und Klein. Freuen Sie sich auf Weihnachtskonzerte, historische Stadtführungen und zauberhafte Kinderaktionen. Ein besonderes Highlight ist das Postamt „Sternschnuppe“, wo der Weihnachtsmann persönlich Ihre Weihnachtswünsche entgegennimmt. Frau Holle sorgt mit tanzenden Schneeflocken für märchenhafte Momente. Für Adrenalinfans steht die Riesenrodelbahn „Speed Tubing“ bereit, während eine LED-Lichtchoreografie den Markt in festliches Licht taucht. Auch kulinarisch hat der „Winterzauber“ einiges zu bieten: Von süßen Leckereien bis zu herzhaften Genüssen ist für Jede/n etwas dabei. (sw)



Foto: Stadtmarketing BSA

## WINTERZAUBER Bad Sooden-Allendorf

**Weihnachtsmarkt**  
auf dem Marktplatz in Allendorf



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

**Fr, 29.11. - So, 1.12.2024**

Veranstalter: Stadt BAD SOODEN/ALLENDORF

**DEINE REGION. DEIN LEBEN.  
DEIN 365-TAGE-NEWSPORTAL.**

[WWW.MEINEREGION365.DE](http://WWW.MEINEREGION365.DE)

**18. DEZEMBER 2024**  
BAD SOODEN-ALLENDORF | WERRATAL KUK

**DAS DRSCHUNGEL BUCH**

DAS FAMILIEN MUSICAL

Jan & Henry  
LOBEN BEIDEN FÄLLEN

EINBECK

19. JANUAR 2025

TICKETS

**BAUSTOFFMARKT**

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit!

Perfekt bauen – gezielt modernisieren.

Ihr starker Partner für

- Neubau • Ausbau • Modernisierung

Telefon 0 56 02 / 93 52-0     Am Reichenbacher Weg 2-10  
Telefax 0 56 02 / 93 52-23     37235 Hess. Lichtenau

**meine REGION 365.de**

**WIR WÜNSCHEN EINE SCHÖNE ADVENTSZEIT!**



**13. - 15.12.2024 • Eschwege**

**WEIHNACHTS-MARKT mit Flair**

**Freitag**  
15.00 - 21.00 Uhr  
Bühnenprogramm u.a.:  
18.00 Uhr - Jens Haraldson  
20.00 Uhr - Denise

**Samstag**  
11.00 - 21.00 Uhr  
Kinderaktionen •  
Bühnenprogramm u.a.:  
18.00 Uhr - Womuka  
20.00 Uhr - PanneBierhorst

**Sonntag**  
11.00 - 18.00 Uhr  
Kinderaktionen •  
Bühnenprogramm u.a.:  
16.30 Uhr - Gemeinsames  
Weihnachtsliedersingen

ANZEIGE

## Bummeln und Verweilen in der Eschweger Innenstadt

Vom 13. Bis 15. Dezember kann es in der Eschweger Innenstadt Weihnachten werden. Der Weihnachtsmarkt mit Flair lädt mit seinem einzigartigen Charme zum Bummeln und Verweilen ein. In der weihnachtlich beleuchteten Innenstadt präsentieren regionale Handwerker ihre liebevoll gefertigten Produkte, während kulinarische Spezialitäten für Gaumenfreuden sorgen.

Ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm sorgt tagsüber für Unterhaltung, und am Abend schaffen Live-Bands auf der Bühne am Obermarkt eine stimmungsvolle Atmosphäre. Kinderherzen schlagen höher bei Rutsche, Karussell und einem liebevoll gestalteten Kinderprogramm. Der Weihnachtsmarkt mit Flair ist ein echtes Highlight in der Region und zieht seit Jahren Besucher aus nah und fern an. Er vereint Tradition und Moderne, bietet Erlebnisse für die ganze Familie und macht die Vorweihnachtszeit unvergesslich. (sw)

### Öffnungszeiten

**Freitag, 13.12.: 15:00 bis 21:00 Uhr**  
**Samstag, 14.12.: 11:00 bis 21:00 Uhr**  
**Sonntag, 15.12.: 11:00 bis 18:00 Uhr**

## Der Adventsmarkt auf der Burg Ludwigstein

Am 7. und 8. Dezember ist es wieder so weit, der Arbeitskreis Europäische Jugendwochen lädt zum Adventsmarkt auf der Burg Ludwigstein ein. Es erwartet Sie wunderschönes Kunsthandwerk, eine liebevoll erstellte Krippenausstellung und vieles mehr! Schlendern Sie durch die weihnachtlich geschmückten Gemäuer der Burg und lassen Sie sich von den Liedern der lebendigen Krippe in Weihnachtsstimmung versetzen. Finden Sie kreative und handgemachte Geschenke und genießen sie einen Kaffee, Glühwein, Crêpes oder eine Bratwurst, während Sie Ihr Glück bei der Tombola versuchen. „Krippen aus dem Nähkästchen“ zeigen gehäkelte, gestrickte, genähte, geklöppelte und gefilzte Krippen aus aller Welt. In der Bastelstube können sich die Kinder kreativ austoben, es gibt Esel und Alpakas zu bestaunen. Der Markt ist ab 10:00 Uhr geöffnet und schließt seine Türen am Samstag um 18:00 Uhr und am Sonntag um 17:00 Uhr. Ein kostenloser Pendelbus bringt Sie vom Parkplatz zur Burg und zurück.



Foto: Burg Ludwigstein e.V.

Krippenausstellung  
Kunsthandwerk

# Advent auf Burg Ludwigstein

**7.-8. Dezember**

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

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

EUROPAISCHE  
Jugendwochen

ANZEIGE

## Der Weihnachtszauber in der Göttinger Innenstadt

Ab Ende November verwandeln sich die Plätze rund um das Alte Rathaus und die Johanniskirche in Göttingen in ein stimmungsvolles Weihnachtsparadies. Über 60 liebevoll dekorierte Stände laden mit Kunsthandwerk, originellen Geschenkideen und kulinarischen Spezialitäten zum Flanieren ein. Neben Klassikern wie Bratwurst und Glühwein locken finnische Flammkuchen und alpenländische Käsevariationen.

### Zahlreiche Stadtführungen zur Weihnachtszeit

Ein besonderes Highlight sind die zahlreichen Stadtführungen der Tourist-Information. Erleben Sie Göttingen in weihnachtlicher Beleuchtung oder tauchen Sie bei der Führung „Geheimnisse alter Gewölbekeller“ in die spannende Geschichte der Stadt ein.

Bis zum 23. Dezember lockt zusätzlich das Gewinnspiel „Göttinger Glücksbon“: Jeder Einkaufsbon ab 15 € kann als Los eingereicht werden, um Einkaufs-Gutscheine zu gewinnen.

**Weitere Infos zum Weihnachtsmarkt:**  
[www.goettinger-weihnachtsmarkt.de](http://www.goettinger-weihnachtsmarkt.de)

**Göttingen**  
Stadt, die Wissen schafft

**WEIHNACHTSMARKT  
IN GÖTTINGEN**

25. NOV  
–  
29. DEZ

Glühwein, Kunsthandwerk und festliche Lichter zaubern weihnachtlichen Glanz in die Göttinger Innenstadt. Erleben Sie den Advent auf dem Weihnachtsmarkt und in den Seitenstraßen.

**Informationen zum Programm:**  
[goettinger-weihnachtsmarkt.de](http://goettinger-weihnachtsmarkt.de)

#MEINGÖTTINGEN

**Heilbad Heiligenstadt**  
mittendrin erleben!

# HEILIGENSTÄDTER WEIHNACHTSMARKT

**vom 5. bis 22. Dezember**

Download zum  
Weihnachtsmarkt-  
programm »

**mit großem Programm am 2. und 3. Adventswochenende**

Am 5. Dezember öffnen sich die Tore wieder zum diesjährigen Heiligenstädter Weihnachtsmarkt und tauchen die historische Altstadt in einen märchenhaften Lichterglanz, um die traditionelle Adventszeit im Eichsfeld einzuläuten. An jeder Ecke erfüllen verlockende Düfte von Weihnachtsgebäck, Bratwurst und Glühwein die Luft. Schneeweißchen und Rosenrot laden Sie und Ihre Lieben zu einem zauberhaften Einkaufsbummel ein, nicht nur am 8. Dezember, dem verkaufsoffenen Sonntag. Entdecken Sie traditionelles Handwerk, Eichsfelder Köstlichkeiten und vieles mehr – Heilbad Heiligenstadt und seine Händler freuen sich auf Ihren Besuch!

**Tourist-Information**  
Marktplatz 15  
37308 Heilbad Heiligenstadt

Tel.: 03606 677-903  
Fax: 03606 677-900  
[touristinfo@heilbad-heiligenstadt.de](mailto:touristinfo@heilbad-heiligenstadt.de)

[f](https://www.facebook.com/heilbadheiligenstadterleben) [i](https://www.instagram.com/heilbadheiligenstadterleben) [y](https://www.youtube.com/heilbadheiligenstadterleben)

Mehr Informationen, Prospektanforderung und Stadtführungen buchen unter:  
[www.heilbad-heiligenstadt.de](http://www.heilbad-heiligenstadt.de)



# Weihnachtsmarkt in Hann. Münden

– Special Weihnachtsmärkte & Ausflüge –

Vom 29. November 2024 bis zum 29. Dezember 2024  
findet der Mündener Weihnachtsmarkt auf dem Kirchplatz statt.  
Kunsthandwerk, Geschenkideen, weihnachtliche Leckereien und wärmende Getränke  
laden zu einem Besuch ein.



## Lichterzauber in Hann. Münden

Begleitet wird der  
Weihnachtsmarkt vom  
Lichterzauber.

Die beeindruckenden  
Lichtskulpturen können von  
Ende November 2024 bis Ende  
Januar 2025 bewundert werden  
und erstrahlen täglich von  
17:00 – 22:00 Uhr.



## Funkelnde Winterwelt in der Kirschenstadt

Wir freuen uns, Sie auf dem Witzenhäuser Weihnachts- und Kunsthandwerkermarkt vom 28. November bis 1. Dezember begrüßen zu dürfen! Der Marktplatz wird zur funkelnden Winterwelt voller Charme und Vorfreude. Zur Eröffnung am Donnerstagabend begrüßen Pro Witzenhäuser GmbH, Bürgermeister Lukas Sittel, das Kirschenkönigshaus und die Kinder des Kindergartens „Haus der kleinen Freunde“ die Gäste. Anschließend zeigt das Edertaler Puppentheater das Stück „Auf der Suche nach dem Weihnachtsmann“. Am Freitag findet ein Konzert der Johannisberg- und Ernst-Reuter-Schule statt, gefolgt von einem Laternenumzug mit dem Spielmannszug Witzenhäuser. Die Gelstertaler spielen auf der Marktplatzbühne, während der Kunsthandwerkermarkt im Rathaussaal öffnet. Samstag treten die „Crazy Dancing Frogs“ auf, und der Förderverein 4kids e.V. verkauft Plätzchen. Der Auftritt der Waldkindergärten und Sascha Möllers Lieder runden den Tag ab. Sonntag beginnt mit dem Posaunenchor der evangelischen Kirchengemeinde. Die Figuren der Deutschen Märchenstraße, eine LED-Jonglage-Show von Jan Daumin und der Musikzug Kleinalmrode sorgen für Abwechslung. Um 18 Uhr gibt es Weihnachtsbäume zu kaufen. Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Zeit in Witzenhäuser!

## Adventsmarkt auf dem Burghof

Am 30. November und 01. Dezember werden auf der Burg Hanstein zum 32. Mal Eichsfelder Heimatkrippen im oberen Rittersaal auf Burg Hanstein ausgestellt. Gezeigt werden auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Hauskrippen aus der Region. In der Verantwortung der Gemeinde Bornhagen und organisiert durch die Eichsfelder Ritterschaft werden die Krippen liebevoll arrangiert. Natürlich darf der Besucher sich auch auf den traditionellen Adventmarkt auf Burg Hanstein freuen. An den verschiedenen Ständen kann im Burghof, im alten Rittersaal, in der Kernburg und im unteren Rittersaal das eine oder andere Geschenk zu Weihnachten erworben werden. Unter den vielen Angeboten der Händler wie zum Beispiel Basteleien, weihnachtlichen Gestecken, Schmuck, Holzarbeiten oder Keramik wird man bestimmt fündig werden. Die Eichsfelder Ritterschaft, der Heimatverein Bornhagen und Händler aus der Region sorgen für das leibliche Wohl. Umrahmt wird der Markt durch weihnachtliche Musik von diversen Chören aus der Region. Ergänzt wird das Programm durch Märchenlesungen für die Kinder und selbstverständlich wird auch der Weihnachtsmann seine Rentiere vom Nordpol zum Hanstein lenken und für jedes Kind die eine oder andere Süßigkeit aus seinem Sack holen. Öffnungszeiten: 30.11. von 10:00 bis 21:00 Uhr und 1.12. von 10:00 bis 20:00 Uhr.

Witzenhäuser

# Weihnachts Markt 2024

**Marktplatz  
Witzenhäuser**

**28.11. – 01.12.**

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

ANZEIGE

## Burg Hanstein

in winterlicher  
Weihnachtsstimmung

- ✦ Romantischer Weihnachtsmarkt am ersten Adventswochenende von Sa. 10:00 - 21:00 Uhr und So. 10:00 - 20:00 Uhr
- ✦ Krippenausstellung am ersten, zweiten und dritten Adventswochenende von 10:00 - 16:00 Uhr
- ✦ Weihnachtsleckereien, Märchenlesungen, Schmuck, Basteleien, von Künstlerhand gefertigte Krippen und allerlei mittelalterlicher Tand
- ✦ Der Weihnachtsmann verteilt Süßigkeiten

Weitere Informationen unter [www.burgguine-hanstein.de](http://www.burgguine-hanstein.de)



# Die größte Adventskerze der Region

Auch in diesem Jahr verwandelt sich der Natermanturm in der Weihnachtszeit in eine leuchtende Kerze. Die festliche Beleuchtung, welche wieder von der Mündener Gilde mit Unterstützung durch VHM, KDM und der Firma Arflow organisiert wird, lässt den Turm über der Altstadt erstrahlen und gemeinsam mit dem Lichterzauber einzigartige Weihnachtsstimmung verbreiten. Besonders in den Abendstunden, wenn das warme Licht die winterliche Dunkelheit durchbricht, wird der Natermanturm zum leuchtenden Herzstück der Stadt. Ob als Fotomotiv, Treffpunkt oder stiller Begleiter eines winterlichen Spaziergangs – die größte Adventskerze der Region ist ein unvergesslicher Anblick, der die Vorfreude auf das Fest bei jedem Betrachter weckt.

## Adventsshopping am 15. Dezember

Am Sonntag, 15. Dezember, öffnet Hann. Münden seine weihnachtlich geschmück-

te Altstadt für ein besonderes Shopping-Erlebnis. Von 12:00 bis 17:00 Uhr laden die Mündener Gilde und die teilnehmenden Geschäfte dazu ein, durch liebevoll dekorierte Schaufenster zu stöbern, besondere Angebote zu entdecken und sich von der festlichen Atmosphäre inspirieren zu lassen. Während die funkelnden Lichterketten und der Duft von Glühwein und gebrannten Mandeln die Straßen erfüllen, wird das Einkaufen zu einem Erlebnis für die ganze Familie.

## Einzigartiges Ambiente

Die Mündener Gilde sorgt für ein unvergleichliches Ambiente in der Innenstadt: Über 100 Weihnachtsbäume werden in den Einkaufs- und Nebenstraßen aufgestellt, und die Beleuchtung wird mit Lichter- und Motivketten festlich gestaltet. So erstrahlt Hann. Münden in weihnachtlichem Glanz und lädt ein, die besondere Atmosphäre der historischen Altstadt zu genießen. (sw/red)



Unser Geschenketipp: Die Stapelkarte  
Gültig in zahlreichen Mündener Geschäften



Verkaufsoffener  
**SONNTAG\***  
mit Adventsshopping

# 15. DEZEMBER

## Hann. Münden

### 12 - 17 Uhr

\*nach Erholungsortregelung

# Geschenkefinder

Der  
Kurdirektor  
Jens Lüddecke aus  
Bad-Sooden-Allendorf  
empfiehlt:



*Geschenketipp* Göttinger  
Symphonie  
Orchester

## NEUJAHRSKONZERT

„An der schönen blauen Donau“  
Freitag, 17. Januar 2025, 19:30 Uhr  
Tickets: 05652 95870  
BAD SOODEN-ALLENDORF

## WERRATALTHERME

BAD SOODEN-ALLENDORF • NATURKRAFT DER SOLE

### Verschenken Sie Gutscheine für Wellness & Gesundheit

Am Gradierwerk 2A  
37242 Bad Sooden-Allendorf  
Tel. 05652 9587-70  
www.werrataltherme.com

## Mittelalterliches Spektakel bei den Keilertagen

Nach dem großen Erfolg der Keilertage 2024 geht die Veranstaltung in die nächste Runde. Vom 30. Mai bis 1. Juni entsteht auf dem Gelände der Hardenberg Distillery erneut ein mittelalterliches Spektakel der Extraklasse. Bekannte Headliner wie Schandmaul, Letzte Instanz, Fiddler's Green, Mr. Hurley & Die Pulveraffen und Heavysaurus rocken dann die große Festivalbühne.

Parallel dazu gibt es ein buntes Programm für die ganze Familie. Dazu gehört ein großer Mittelaltermarkt, viele spannende Acts auf der Tagesbühne, ein ritterliches Reitturnier, sowie ein spektakuläres Höhenfeuerwerk am Samstag und zahlreiche Walking Acts.

Ideales Weihnachtsgeschenk  
für alle Frühbucher!

Frühbucher erhalten bis zum 30. Dezember auf der Website [www.keilertage.de](http://www.keilertage.de) alle Tickets zum stark vergünstigten Preis. Das ideale Weihnachtsgeschenk!

Speziell für Kinder bietet sich der Sonntag an, an dem die Heavy Metal Dinos von Heavysaurus am Nachmittag die Bühne entern werden.

# KEILERTAGE

MITTELALTERFEST @ HARDENBERG DISTILLERY

**KILKENNY BASTARDS**  
**MR. HURLEY & DIE PULVERAFFEN**  
FR 30.05. **LETZTE INSTANZ**

**SCHANDMAUL**  
SA 31.05. **FIDDLER'S GREEN**

**HEAVYSAURUS**  
SO 01.06.

## EARLY BIRD RABATT

NÖRTEN-HARDENBERG  
BIS 30.12.24 TICKETS SICHERN UNTER:  
[www.keilertage.de](http://www.keilertage.de)



# IDEALER URLAUB

## SONNENSCHNEIN STATT WINTERBLUES

IHR REISEBÜRO IN HANN. MÜNDEN



### TÜRKEI

Trendy Aspendos Beach  
★★★★★ 15.01. - 22.01.2025  
ab Hannover  
All Inclusive  
pro Person 521 €



### ÄGYPTEN

Fort Arabesque Beach Resort  
★★★★★ 13.01. - 20.01.2025  
ab Leipzig  
All Inclusive  
pro Person 672 €

### MAROKKO

TUI BLUE Riu Tikida Beach  
★★★★★ 11.12. - 18.12.2024  
ab Frankfurt  
All Inclusive  
pro Person 983 €



### TENERIFFA

Hotel Riu Garoe  
★★★★★ 11.12. - 18.12.2024  
ab Leipzig  
Halbpension  
pro Person 777 €

### MADEIRA

Baia Azul  
★★★★★ 21.01. - 28.01.2025  
ab Frankfurt  
Halbpension  
pro Person 754 €



### FUERTEVENTURA

Hotel Riu Palace Tres Islas  
★★★★★ 13.12. - 20.12.2024  
ab Frankfurt  
Halbpension  
pro Person 881 €

### KAP VERDEN

Hotel Riu Karamboa  
★★★★★ 16.12. - 23.12.2024  
ab Hannover  
All Inclusive  
pro Person 1.336 €



### ABU DHABI

Khalidiya Palace Rayhaan by Rotana  
★★★★★ 15.01. - 22.01.2025  
ab Frankfurt  
Halbpension  
pro Person 1.176 €

### DOMINIKANISCHE REPUBLIK

Royalton CHIC Punta Cana  
★★★★★ 11.12. - 21.12.2024  
ab Frankfurt - All Inclusive  
pro Person 1.927 €



### MEXIKO

Dreams Playa Mujeres Golf & Spa Resort  
★★★★★ 06.12. - 16.12.2024  
ab Frankfurt  
All Inclusive  
pro Person 2.169 €

Weitere Informationen zu den Reiseangeboten:



**BUCHEN SIE JETZT IHRE TRAUMREISE BEI UNS!**

Reisebüro Ideal UG / Quedlinburgerstr. 8, Hann. Münden  
www.reisebueroideal.de / Telefon: 05541 4456  
WhatsApp: 0157 50396614 / E-Mail: info@reisebueroideal.de  
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10:00 - 13:00 Uhr & 13:30 - 18:00 Uhr, Samstag nach Absprache



Elisabeth Burghardt



Sandra Turba



Christiane Henze

– Special Weihnachten –

## Was von den Festen übrig bleibt

Bald ist es wieder soweit, die gemütlichste Zeit des Jahres kommt: Weihnachten und bald darauf folgt der Jahreswechsel. Doch was passiert mit dem Abfall?

ANZEIGE



WERRA-MEISSNER-KREIS  
Der Kreisausschuss

Viele Familien treffen sich, es wird festlich zusammen gespeist, Geschenke werden ausgetauscht und bald ins neue Jahr gefeiert. Was übrig bleibt sind oft große Mengen Abfälle der verschiedensten Sorten. Wenn man sich nicht schon bei der Planung der Ereignisse mit dem Thema Abfallvermeidung auseinandersetzt, können sich große Mengen ansammeln, die im ungünstigsten Fall nicht mal mehr in die Abfalltonnen passen. Umso besser ist es daher, wenn man sich bei der richtigen Zuordnung der Abfälle oder ungeliebter Geschenke sicher ist.

### Die Verpackungen

Aus Papier/Pappe = Papiertonne oder kreativ wiederverwenden

Aus Kunststoff = Gelbe Tonne (falls es sich um Gemische Papier/Kunststoff handelt, falls möglich trennen und in die Papiertonne oder gelbe Tonne geben)

### Die Essensreste

Biotonne, besser die Reste von Mahlzeiten einfrieren und zu einem späteren Zeitpunkt genießen.

### Die leeren Flaschen

Nach Farben getrennt in die Altglascontainer geben (blaues Glas gehört zu Grünglas und Rotes zu Braunglas).

### Die ungeliebten Weihnachtsgeschenke

Bei einem Internetportal anbieten oder in die Gebrauchtwarenzentren Eschwege oder Witzgen bringen. Im nächsten Jahr die Wünsche deutlicher äußern.



### Der Baumschmuck und sonstige Deko

Im nächsten Jahr wiederverwenden oder in den Gebrauchtwarenzentren abgeben. Kaputte Leuchtmittel gehören zur Elektroschrottsammlung.

### Der Weihnachtsbaum

Vollständig abschmücken! Bäume mit Wurzelballen natürlich in den Garten pflanzen, kleine Bäume können auch in die Biotonne, gerne können sie auch zur Baum- und Strauchschnittsammlung

oder Vereinen/Feuerwehr übergeben werden.

### An Silvester

Falls man Feuerwerkskörper anzünden will (besser für die Umwelt ist, darauf zu verzichten) gehören die kalten Reste, die man Neujahr von der Straße fegen muss, in den Restmüll.

Sollte mal ausversehen ein Feuerwerkskörper nicht abbrennen, muss dieser gewässert werden, bevor er über den Restmüll entsorgt werden kann. Am besten den Feuerwerkskörper, den Sie wegschmeißen möchten, in eine Plastiktüte geben und diese mit Wasser zu füllen. Verknoten Sie die Tüte – dabei das Wasser nicht abgießen – und geben Sie sie nach einigen Stunden in der Tüte in den Restmüll.

Es genügt nicht, Raketen und Böller nur kurz ins Wasser zu tauchen, um sie unschädlich zu machen, da das enthaltene Schwarzpulver gründlich durchfeuchtet werden muss.

### Allen Leserinnen und Lesern ruhige und besinnliche Festtage!

Vermeidung ist die beste Lösung! Hierzu gibt es viele Tipps. Fragen beantwortet die Umweltberaterin Gabriele Maxisch unter der Rufnummer: 05651 302 4751 oder gabriele.maxisch@werra-meissner-kreis.de



DEINE  
CHANCE AUF  
TOLLE  
GEWINNE!

JETZT BIS  
ZUM 06.12.  
MITMACHEN!

# DEIN NIKOLAUSGEWINN

## GEWINNE DEIN WEIHNACHTSGESCHENK

REISEGUTSCHEINE

BÜCHER & TICKETS

UND VIELES MEHR

### ADVENT, ADVENT – DEIN GLÜCKSMOMENT!

Der Nikolaus hat einen prall gefüllten Sack mit fantastischen Gewinnen dabei, und die könnten schon bald dir gehören! Ob stylische Gadgets, coole Accessoires oder kleine Luxusmomente – es ist für jeden etwas dabei.

#### So einfach geht's:

1. Variante 1: like und kommentiere unseren Post auf unserem Social Media Kanal.
2. Oder Variante 2: schreibe uns per E-Mail oder Karte, welche Titelstory sich in diesem Magazin versteckt.
3. Lande direkt auf der Weihnachtswunschliste – der Nikolaus wartet nicht!

### JETZT TEILNEHMEN UND GEWINNEN!

**Teilnahmebedingungen:** Teilnehmen dürfen alle Personen ab 18 Jahren, Einsendeschluss ist der 6. Dezember 2024, 23:59 Uhr. Die Gewinner werden per Losverfahren ermittelt und zeitnah benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Dieses Gewinnspiel steht in keinem Zusammenhang mit Facebook oder einem anderen Social Media Anbieter, auf dem dieses Gewinnspiel ebenfalls bekannt gegeben wird. Teilnehmer ist immer nur eine bestimmte natürliche Person. Eine mehrfache Teilnahme etwa unter Pseudonym oder weiteren E-Mail-Adressen ist ausgeschlossen und führt zum Ausschluss von dem Gewinnspiel. Personenbezogene Daten werden ausschließlich für die Ausführung des Gewinnspiels genutzt.



#### GEWINNCHANCE SICHERN!

Scanne einfach den QR-Code und gelange direkt zum Gewinnspiel!



**Teilnahme per Mail:**  
gewinnspiel@mundus-online.de

**Teilnahme per Post:**  
Karte mit Name, Adresse, Telefonnummer und Titelstory an Mundus Marketing

## Trends 2025: Was das neue Jahr bringt

Erleben Sie die neuesten Trends direkt von regionalen ExpertInnen

Auf unseren Sonderseiten blicken wir gemeinsam in die Zukunft und zeigen Ihnen die Trends für 2025, direkt aus dem heimischen Einzelhandel. Die Macher und Trendsetter vor Ort verraten, welche Innovationen und Designs im kommenden Jahr die Nase vorn haben. Im Bereich Mode werden Farben, Materialien und Schnitte die Highlights setzen. Zarte Pastelltöne, kombiniert mit kräftigen Akzenten, stehen ebenso im Fokus wie nachhaltige Stoffe aus recycelten Materialien. Schnitte bewegen sich zwischen lässiger Eleganz und funktionalem Design, das sowohl im Alltag als auch zu besonderen Anlässen überzeugt. Auch der Bereich Schmuck hält aufregende Neuheiten bereit: Minimalistische Formen treffen auf auffällige Statement-Pieces. Besondere Materialien wie nachhaltiges Gold, farbige Edelsteine oder innovative Kombinationen aus Metall und Emaille setzen funkelnde Akzente.

#### Smarte Helfer für den Alltag

Spannende Entwicklungen stehen auch in den Bereichen Gesundheit und Technik an. Smarte Helfer, die den Alltag vereinfachen, und Produkte, die Wohlbefinden und Komfort steigern, gehören zu den Innovationen des kommenden Jahres. Lokale Händler setzen auf Beratung und Qualität, um diese Trends für ihre KundInnen greifbar zu machen.

Erfahren Sie auf unseren folgenden Sonderseiten aus erster Hand, wie der Einzelhandel vor Ort die Wünsche und Bedürfnisse der KundInnen aufgreift und mitgestaltet. Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie, was das Jahr 2025 an Stil, Innovation und Lebensqualität bereithält!

MEHR AUF  
SEITE 22!







## Das Fahren der Zukunft

Autonome Technik und smarte Vernetzung in der Autobranche

Das Auto der Zukunft steht längst nicht mehr nur für Mobilität – es wird immer mehr zum smarten Begleiter, der unser Leben einfacher, sicherer und nachhaltiger macht. 2025 zeichnet sich ab, dass Innovationen im Bereich Elektromobilität, vernetzte Systeme und autonome Technologien die Verkehrslandschaft nachhaltig prägen werden.

Während vor wenigen Jahren noch Benziner und Diesel dominierten, gehören sie mittlerweile vielerorts der Vergangenheit an.

Elektroautos setzen sich 2025 endgültig durch – und das nicht nur in urbanen Zentren. Reichweiten von über 600 Kilometern, ultraschnelle Ladezeiten und flächendeckende Ladeinfrastruktur machen das Reisen elektrisch so komfortabel wie nie zuvor.

### Vernetzung wird Alltag

Autos sind nicht länger isolierte Fahrzeuge, sondern Teil eines intelligenten Netzwerks. Dank smarter Verkehrssysteme, die in Echtzeit Daten zu Staus, Wetter oder freien Parkplätzen liefern, wird der Verkehr flüssiger und stressfreier. Besonders in Großstädten zeigt sich, wie effektiv diese Technologie funktioniert.

### Autonomes Fahren auf der Überholspur

Die größte Revolution steht jedoch in Form des autonomen Fahrens bevor. 2025 werden in vielen Ländern bereits Level-4-Systeme zugelassen – Fahrzeuge, die unter bestimmten Bedingungen komplett ohne menschliches Eingreifen fahren können. Besonders Pendler profitieren: Während das Auto selbstständig navigiert, bleibt Zeit zum Lesen, Arbeiten oder Entspannen. Sicherheitsbedenken werden durch Fortschritte in Sensorik und KI zunehmend ausgeräumt.



### Nachhaltigkeit als zentrales Thema

Neben neuen Technologien rückt die Nachhaltigkeit noch stärker in den Fokus. Recyclingfähige Materialien im Fahrzeugbau, CO<sub>2</sub>-neutrale Produktionsprozesse und die verstärkte Nutzung regenerativer Energien gehören zur Standardausstattung moderner Fahrzeuge. Zudem steigt die Akzeptanz für alternative Verkehrskonzepte wie Carsharing oder E-Bikes, die sich nahtlos in das Mobilitätsnetz einfügen. (sw/red)

## Genuss mit Mehrwert

2025 geht der Snack-Trend in eine neue Richtung



Statt Kalorienbomben und leeren Kohlenhydraten setzen die neuen Snack-Stars auf hochwertige Zutaten, natürliche Inhaltsstoffe und funktionelle Zusatznutzen. Ob im Supermarktregal oder als kreatives DIY-Projekt – „Better-for-You“-Snacks bieten Naschereien, die gut schmecken und gleichzeitig den Körper unterstützen. Immer mehr Unternehmen entwickeln Produkte, die über bloße Sättigung hinausgehen. Der Fokus liegt auf natürlichen Zutaten wie Nüssen, Samen, Hülsenfrüchten und Gemüse, die nicht

nur satt machen, sondern auch Energie spenden und den Körper mit wertvollen Nährstoffen versorgen.

### Snacks mit funktionellen Inhaltsstoffen fördern gezielt die Gesundheit

„Better-for-You“-Snacks 2025 gehen noch einen Schritt weiter und enthalten Inhaltsstoffe, die einen speziellen gesundheitlichen Nutzen haben. Beispielsweise setzen immer mehr Unternehmen auf Snacks mit Adaptogenen – das sind pflanzliche Stoffe, die den Körper bei

Stress unterstützen können. Marken wie Moon Juice integrieren Adaptogene in ihre Riegel und Pulver, um dem Körper beim Stressabbau zu helfen und das Immunsystem zu stärken. Auch Vive Organic greift diesen Trend auf und bietet Snacks und Shots an, die mit Superfoods und Immunboostern wie Ingwer, Kurkuma und Echinacea angereichert sind. Diese Inhaltsstoffe sind dafür bekannt, das Immunsystem zu stärken und Entzündungen zu reduzieren und bieten so gerade in der Erkältungssaison eine wohlschmeckende Abwehrkraft. (sw)

## Rezept-Idee

### Der „Better-for-You“-Chia-Pudding-Snack

Wer es selbst ausprobieren möchte, kann sich mit einem DIY-Snack selbst etwas Gutes tun. Chia-Pudding ist dabei eine schnelle und nahrhafte Option, die individuell anpassbar ist. Rezept für einen Better-for-You-Chia-Pudding-Snack:

- 3 Esslöffel Chiasamen
- 200 ml Pflanzenmilch (z.B. Mandel- oder Hafermilch)
- 1 Teelöffel Honig oder Ahornsirup
- Topping nach Wahl: frische Beeren, gehackte Nüsse, Kokosflocken oder dunkle Schokostückchen

**Zubereitung:** Chiasamen und Pflanzenmilch in einer Schüssel verrühren und für mindestens zwei Stunden – oder über Nacht – im Kühlschrank quellen lassen. Vor dem Servieren den Pudding umrühren und mit Toppings nach Wahl garnieren.

Offen für Ihren Einkauf.  
Montag - Samstag  
von 7  
**22** Uhr  
bis geöffnet.

Jeden Tag ein bisschen besser. **REWE**

**REWE Drietchen oHG**  
Städersweg 1  
37242 Bad Sooden-Allendorf

**VOLVO**

**Unser kleinstes SUV aller Zeiten.**

Der Volvo EX30 Fully Electric.

Zukunftsweisende Technologie, vielseitiger Stauraum und begeisternde Innenraumdesigns aus recycelten Materialien – in unserem kleinen vollelektrischen Volvo EX30 steckt wahre Größe, die beeindruckt.

**Besuchen Sie uns für eine Probefahrt.**

**HETZLER**

Autohaus Hetzler GmbH & Co. KG  
Hans-Böckler-Straße 29, 37079 Göttingen, Tel. 055150522-0

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

Autohaus Hetzler GmbH & Co. KG  
Wolffhager Straße 5, 34560 Fritzlar, Tel. 056229930-0  
volvocars-haendler.de/hetzler



## Die Reise der Zukunft

Franziska Reichmann über Design und smarte Ausstattung



In einem Interview mit Franziska Reichmann vom Autohaus Vogelei in Witzhenhausen werfen wir einen Blick auf die neuesten Trends im Bereich Wohnmobile und Caravans für das Jahr 2025.

**Welche neuen Design- und Ausstattungstrends erwarten Sie bei Wohnmobilen und Caravans für 2025?**

**Franziska Reichmann:** Im Design geht der Trend zu klaren Linien und schlichten Formen mit modernen, hellen Farbtönen. Funktionale Chassis wie das Renault-Chassis für Reisemobile vereinen ästhetische und praktische Aspekte und bieten 2025 ein markantes Aussehen. Bei der Ausstattung stehen Solarpanels für autarkes Campen im Fokus, ebenso wie tragbare Ladelösungen und flexible Technik-Optionen. Bluetooth-Schnittstellen zur

Batterieüberwachung und integrierte Smart-Home-Installationen – wie wir sie mit Revotion anbieten – sorgen für komfortable Bedienung und erhöhen die Flexibilität.

**Welche umweltfreundlichen Technologien wie Elektro- oder Hybridantriebe setzen sich bei Wohnmobilen und Caravans zunehmend durch?**

**Franziska Reichmann:** Elektro- und Hybridantriebe sind im Kommen, doch der klassische Verbrenner bleibt aufgrund der aktuellen Herausforderungen beliebt. Wohnmobile haben hohe Energieanforderungen, was die Reichweite von Elektroantrieben einschränkt. Auch die Traglast sinkt, und die Ladeinfrastruktur für Langstreckenreisen ist noch ausbaufähig. Daher sind sparsame Dieselmotoren, wie sie im Renault Master verbaut sind, derzeit oft die bessere Option. Zusätzlich ist das Reisen mit Wohnmobilen bereits nachhaltiger als Flugreisen, da weniger CO<sub>2</sub> und Abfall erzeugt wird und der Ressourcenverbrauch vor Ort reduziert ist.

**Wie entwickelt sich die Integration von Smart-Home-Technologien in Wohnmobilen und Caravans?**

**Franziska Reichmann:** Smart-Home-Systeme sind im Kommen, besonders solche, die sich einfach per App steuern lassen und mehrere Geräte integrieren. Unsere Zusammenarbeit mit Revotion ermöglicht beispielsweise die Bedienung der Truma-Heizung und des Boilers per App, sodass man aus der Ferne den Innenraum vorwärmen kann. Auch sicherheitsrelevante Funktionen wie GPS-Ortung und Alarmanlagen sind immer beliebter und sorgen für ein Plus an Komfort und Sicherheit beim Reisen.

**Wie reagieren Hersteller auf die Nachfrage nach flexiblen und multifunktionalen Wohnmobilen?**

**Franziska Reichmann:** Die Nachfrage nach multifunktionalen Wohnmobilen steigt, vor allem bei Menschen, die kompakte, alltagstaugliche Fahrzeuge suchen. Hersteller setzen daher verstärkt auf kleinere, kürzere Modelle, die auch als Zweitwagen nutzbar sind. Flexible Raumkonzepte wie im ACA 640 ermöglichen das Arbeiten, Wohnen oder gemeinsame Abende mit Freunden auf einer kompakten Fahrzeuglänge. Kreative Stauraumlösungen mit Magnet- und Saugnapfhaltern sowie bewährte Systeme wie Airlineschienen sind beliebt und bieten hohe Funktionalität. (sw)

## Ein Blick ins Auge

Nachhaltige Materialien: Das sind die Brillentrends 2025



Die Brillenbranche ist ständig in Bewegung, und auch für 2025 zeichnen sich spannende Entwicklungen ab. Im Interview mit Branchenexperte Markus Emmelmann erfahren wir, welche Designtrends und Materialien in der Augenoptik künftig im Fokus stehen. Von innovativen und nachhaltigen Materialien wie Meeresplastik und Bio-Acetat bis hin zu langlebigen Titanfassungen – die Auswahl an Brillenfassungen wächst rasant.

Unser Gesprächspartner gibt zudem interessante Einblicke in die Herausforderungen der Nachhaltigkeit in der Produktion, den Wert langjähriger Qualität und die Unterschiede zwischen traditionellen Fachgeschäften und großen Optikketten.

**Welche neuen Designtrends und Materialien sehen Sie für Brillen im Jahr 2025? Werden bestimmte Formen, Farben oder nachhaltige Materialien besonders im Fokus stehen?**

**Markus Emmelmann:** Bei Brillenfassungen, oder man kann auch von Brillenmode sprechen, sind nach wie vor leichte Materialien auf dem Vormarsch. Neue Kunststoffe, Meeresplastik, Spritzguss aus dem 3D-Drucker, klassische Kunststoffmaterialien wie Acetate, Bio-Acetate oder auch Büffelhorn und Holz sind der letzte Schrei. Nicht jedes Material, welches angeboten wird, ist praxistauglich! Hochwertige traditionelle Kunststoffe kommen zum Beispiel aus Italien von der Firma Mazzucchelli. Der Brillenfassungsmarkt ist sehr groß und auch von langjährigen Profi-Optikern schwer zu überblicken. Einen guten groben Überblick kann man sich zum Beispiel auf der Messe in München verschaffen.

**Das Thema Nachhaltigkeit wird auch in der Brillenbranche immer wichtiger. Welche umweltfreundlichen Entwicklungen oder Marken setzen auf recycelte Materialien und nachhaltige Produktionsmethoden?**



**Markus Emmelmann:** Durch zunehmende Umwelteinflüsse werden auch sehr hochwertige allergiefreie Titanmaterialien angeboten. Hochwertige deutsche Brillenfassungsfirmen beziehen das Grundmaterial aus Japan und mittlerweile auch aus China. Die Farbbeschichtungen hochwertiger Titanfassungen sind für unsere Umwelt immer noch ein großes Problem. Durch die Langlebigkeit einer hochwertigen Titanbrillenfassung sind sie trotz alledem durch sehr lange Tragezeit als nachhaltig anzusehen. Natürlich spiegelt sich das im Preis wider. Der Trend vieler Optik-Kettengeschäfte möchte keine langlebigen Brillenfassungen. Hier wird unbewusst auf kürzere Wiederbeschaffungsrythmen

gesetzt. Alteingesessene traditionelle Brillengeschäfte, welche noch vom Inhaber geführt werden, haben eine andere Philosophie. Sie können durch intensive Beratung besser auf Kundenwünsche eingehen und auch schneller auf Trends reagieren. Länger haltbare hochwertigere Brillenfassungen mit guter Qualität sind unser Ansporn.

Zum Thema Umwelt: Brillengläser erzeugen beim Schleifen Mikroplastik im Abwasser. Wir von Optik Emmelmann arbeiten schon seit unserer Firmengründung 2009 zusammen mit der Brillenglasfirma Rupp und Hubrach in Bamberg. Diese Firma war die erste Firma auf dem Markt, welche seit etwa 1994 eine Fernformrandung möglich gemacht hat. Somit bleibt der Abfall beim Schleifen der Brillengläser beim Hersteller und wird dort zentral recycelt. Wir sind stolz auf diese Firma, die in diesem Jahr erneut zum 11. Mal zum besten deutschen Brillenglashersteller gekürt wurde. Trends bei den Brillengläsern: Hier stehen heute immer bessere Gleitsichtgläser für den Kunden zur Verfügung. Große Blickfelder in allen Lebenslagen sind das Ziel. Modernste CNC-Fertigungsmaschinen werden mit den Daten gefüttert und immer individueller produziert. Gute Hartschichten, spezielle Entspiegelungen und Blaufilter sind heute im Digitalzeitalter immer stärker gefragt. Sie machen aber nur Sinn, wenn man längere Zeit am PC oder Tablet beziehungsweise Handy beschäftigt ist. (sw)



Dipl.-Ing. (FH) Markus Emmelmann  
Marktplatz 6 (gegenüber Rathaus)  
Bad Sooden-Allendorf  
www.optik-emmelmann.de  
☎ (05652) 91 55 0

### BLACK WEEK DEALS

NEUFAHRZEUG-DEAL  
ACA 640

ALL-INCLUSIVE  
**61.500€**  
~~78.815€~~

MIET-DEAL

**10%**  
Frühbuchermiet-  
rabatt für Reisen  
2025

37213 Witzhenhausen  
autohaus-vogelei.de  
05542/93570

**14.-30.11.2024**



# Hören neu definiert

Über die Zukunft des Hörens und smarte Vernetzung

**M**oderne Hörsysteme eröffnen ihren Trägern neue Dimensionen des Hörens und Verstehens. Im Interview mit Susanne Bersenkowitsch vom Brillen + Hörgerätestudio sprechen wir über das innovative Hörsystem Audéo Sphere™ und seine bahnbrechende Technologie. Mit dem DEEPSONIC KI-Chip, der speziell für optimale Klangverarbeitung entwickelt wurde, passt sich das System in Echtzeit an die Umgebung an und sorgt für klare Sprachverständlichkeit, selbst in lauten Umgebungen.

**Das Audéo Sphere™ ist das erste Hörsystem mit einem eigenen KI-Chip. Wie genau verbessert dieser KI-Chip die Klangverarbeitung, und was bedeutet das konkret für die Sprachverständlichkeit in lauten Umgebungen?**

**Susanne Bersenkowitsch:** Der DEEPSONIC KI-Chip ist das Herz des Hör-

systems. Er verbessert die Klangverarbeitung des Hörsystems, weil er mit 22 Millionen Klangbeispielen trainiert wurde, dadurch feinfühlig Klänge erkennt und so das Hörsystem vollautomatisch an seine Klangumgebung anpasst.

**Ein großer Vorteil des Audéo Sphere™ ist die klare Sprachwiedergabe aus allen Richtungen, selbst in lauten Umgebungen. Können Sie erläutern, wie das System Lärm herausfiltert und die Sprache für den Träger mühelos verständlich macht?**

**Susanne Bersenkowitsch:** Durch eine höhere Verarbeitungsleistung des Chips und die antrainierte Klangerkennung werden Störgeräusche in komplexen Umgebungen herausgefiltert, unterdrückt und Sprache aus jeder Richtung klar erkannt. Der Hersteller Phonak bezeichnet diese neue Funktion in seinem Portfolio als Spheric Speech Clarity.



**PHONAK**  
life is on

## Weniger Lärm. Klare Sprache. Unbeschwert Hören.

Das weltweit erste Hörsystem mit eigenem KI-Chip.

**Audéo Sphere™ Infinio** ist die neueste, bahnbrechende Hörtechnologie von Phonak. Das Hörsystem wird von zwei Chips angetrieben, davon ein spezieller KI-Chip für die Klangverarbeitung. Es bietet beste Sprachverständlichkeit, ganz gleich, aus welcher Richtung die Sprache kommt und filtert Störgeräusche heraus. So führen Sie mühelos Gespräche auch in den lautesten Umgebungen.

- Das Hörsystem setzt künstliche Intelligenz für die Klangverarbeitung ein. Es entfernt unerwünschte Störgeräusche und filtert Sprache so rein und klar heraus, wie es bisher mit keiner Technologie möglich war.
- Erweitert den hörbaren Bereich in alle Richtungen: Führen Sie Gespräche auch in den lautesten Umgebungen, ohne sich mehr anstrengen zu müssen.
- Verbinden Sie sich mit mehr bluetoothfähigen Geräten als mit jedem anderen Hörsystem auf der Welt.

Testen Sie die neuen, bahnbrechenden Phonak Hörsysteme kostenlos bei uns!



**Hörgeräte Studio Susanne**

Am Gradierwerk 2a | 37242 Bad Sooden-Allendorf  
Telefon: 05652 - 91 90 981 | Mail: info@hoergeraete-susanne.de  
Web: www.hoergeraete-susanne.de

# Für persönliche Akzente

Von warmen Goldtönen bis Smart Jewelry

**N**eben den beliebten warmen Tönen und sanften Pastellfarben rückt vor allem das Thema Nachhaltigkeit im Schmuckmarkt verstärkt in den Fokus der Kundenschaft. Personalisierte Designs und intelligente Technologien eröffnen neue Möglichkeiten, doch bei allen Entwicklungen bleibt eine Konstante: Schmuck soll vor allem die Persönlichkeit der Trägerinnen und Träger widerspiegeln und ihnen gefallen. Das Gespräch führten wir mit Tina Becker von Juwelier Babylon in Eschwege.

**Welche Schmuckmaterialien und -farben werden Ihrer Meinung nach im Jahr 2025 besonders gefragt sein?**

**Tina Becker:** Warme Töne wie Roségold und Gelbgold bleiben im Trend. Edelsteine in sanften Pastellfarben wie Aquamarin oder Morganit werden ebenfalls gefragt. Farbige Emaillé-Details könnten moderne Akzente setzen. Am Ende gilt jedoch: Im Trend liegt immer, was einem selbst gefällt.

**Wie verändert sich die Nachfrage nach nachhaltigem Schmuck?**

**Tina Becker:** Kunden legen zunehmend Wert auf Transparenz und Herkunft, etwa bei Diamanten oder Edelsteinen. Zudem gibt es die Möglichkeit, Labordiamanten zu verwenden, die wir anbieten. Also Umweltbewusstsein wird wichtiger. Da geht zum Beispiel unser Trauringhersteller Rubin vorneweg, um eine Beanspruchung der Umwelt so gering wie möglich zu halten und Ressourcen zu schonen. Aber die Kosten für die Kunden bleiben trotzdem erschwinglich. Das ist wichtig, sonst geraten vorbildliche Firmen ins Hintertreffen.

**Welche personalisierten Designs und Gravuren erwarten Sie als Trends für 2025?**

**Tina Becker:** Beliebt sind Gravuren mit Namen, Daten oder Fingerabdrücken. Schmuck mit austauschbaren Elementen oder personalisierten Motiven, etwa Handschriften oder kleinen Zeichnungen, wird stark nachgefragt. Aber auch hier gilt: Das persönliche Lieblingsdesign ist immer „in“.

**Wie sehen Sie die Zukunft von „intelligentem“ Schmuck?**

**Tina Becker:** Smart Jewelry kann in Zukunft gefragter werden, vor allem in Verbindung mit schlichtem, elegantem Design. Der Trend könnte zu unauffälliger Technik wie Fitness-Tracking oder Benachrichtigungen in klassischen Schmuckstücken gehen. Doch egal wie innovativ, das Wichtigste ist, dass der Schmuck dem Träger gefällt. (sw)

UNSER BRILLANTSCHMUCK

## Ein Funken Luxus und faszinierender Glanz für unvergessliche Momente



B

JUWELIER BABYLON  
JUWELIERFACHGESCHÄFT SEIT 1996

STAD 34 | 37269 ESCHWEGE



# Hautpflege wird persönlicher

Individuelle Lösungen und umweltfreundliche Inhaltsstoffe



Die Kosmetikbranche entwickelt sich rasant und setzt 2025 verstärkt auf personalisierte Hautpflege. Individuell angepasste Kosmetik, die gezielt auf Hautbedürfnisse wie Alter, Jahreszeit oder Hautbarriere eingeht, wird immer gefragter. Doris Englisch, Expertin auf diesem Gebiet, erläutert, wie maßgeschneiderte Basiscremes mit Wirkstoff-Zusätzen die Hautgesundheit fördern und Resilienz aufbauen. Auch ganzheitliche Treatments, die den gesamten Körper einbeziehen, sowie nachhaltige, hautfreundliche Inhaltsstoffe spielen eine zentrale Rolle.



**Frau Englisch, personalisierte Hautpflege spielt in Ihrem Studio eine große Rolle. Wie wichtig wird individuell angepasste Kosmetik im Jahr 2025?**

**Sie bieten Treatments für Gesicht, Hände und den gesamten Körper an. Welche ganzheitlichen Beauty-Trends sehen Sie für 2025 und wie verändern diese das Verständnis von Hautpflege und Wohlbefinden?**

**Doris Englisch:** Der Trend, Kosmetikprodukte individuell an den Hautzustand anzupassen, bleibt auch im Jahr 2025 ungebrochen. Bedingt durch Alter, Jahreszeit oder eine gestörte Hautbarriere hat die Haut unterschiedliche Bedürfnisse. Eine individuelle Anpassung von verschiedenen Basiscremes mit optimalen Wirkstoff-Zusätzen ist heute

**Doris Englisch:** Ganzheitlich bedeutet, dass man den ganzen Körper und nicht nur einen bestimmten Teil in die kosmetischen Anwendungen einbezieht. Hier ist es wichtig, dass sich die Kunden wohlfühlen. Ruhe oder leise Musik, wohlthuende Naturdüfte, ein plätschernder

Brunnen und angenehme Lichtverhältnisse lassen Körper und Geist entspannen. Fragen des/der Kunden(in) zur individuellen Hautpflege und Haut gesunder Ernährung werden gerne beantwortet.

**Nachhaltigkeit und hautfreundliche Inhaltsstoffe sind zunehmend gefragt. Welche Trends in Bezug auf nachhaltige Kosmetikprodukte und Inhaltsstoffe erwarten Sie für das kommende Jahr?**

**Doris Englisch:** Als hautfreundliche Inhaltsstoffe bleiben vor allem diejenigen im Trend, die physiologisch wirksam sind und der Haut das zurückgeben, was sie verloren hat. Die Basiscremes haben einfache Rezepturen und können je nach Bedarf mit weiteren zum Teil liposomal verpackten Wirkstoffen ergänzt werden. Liposome sind wie Taxis, die mit Wirkstoffen beladen durch die Hautbarriere in die Haut fahren und sie dort absetzen. Es kommen Substanzen zum Einsatz, die physiologisch, ökologisch und ökonomisch vertretbar sind. Keine körperfremden Erdölprodukte wie Paraffine, Silikone und Petroleum, sondern hochwertige Pflanzenöle und nachhaltige Wirkstoffe bereichern die Produkte. (sw)

**Gold kann bis zum Dreihundertfachen seines eigenen Gewichts an Wasser binden. Die Haut wird mit Feuchtigkeit versorgt. Außerdem hat es eine antibakterielle und antioxidative Wirkung und kann die Haut so vor frühzeitiger Hautalterung schützen. Zarter Goldschimmer lässt den Teint wieder strahlen.**

# Frisuren und Styling

Alexandra Acevedo von der Frisör-Innung Werra Meißner spricht über Farbtrends und mehr



Hier trifft Natürlichkeit auf Glamour und Nachhaltigkeit... Doch was wird bei Frisuren und Styling im kommenden Jahr erwartet? Im exklusiven Interview mit Alexandra Acevedo vom Salon Friseur Dilcher in Bad Sooden-Allendorf erfahren wir, welche Trends in Sachen Farben, Schnitte und nachhaltige Produkte im Mittelpunkt stehen werden.

Frau Acevedo verrät, wie natürliche Töne und geschwungene Passées ein modernes Face-Framing schaffen und welche Looks, inspiriert von den 90ern, 2025 neu interpretiert werden.

**Welche Farbtrends erwarten Sie für 2025? Werden natürliche Töne weiterhin beliebt sein, oder sehen Sie eine Rückkehr zu kräftigeren, auffälligen Farben?**

**Alexandra Acevedo:** Haare zeigen unser Selbstbild. Statt Alter zu betonen, sollten wir unser wachsendes Selbst feiern, um flexible Identitäten zu ermöglichen. Wir setzen geschwungene Passées und luxuriöse Rottöne ein, um das Face-Framing zu betonen und Tiefe zu schaffen. Weiche Beigetöne mit hellen Strähnen sorgen für Abwechslung, während ein Gloss-Finish den gewünschten, glänzenden marmorierenden Effekt erzeugt.

**Welche Schnitte und Stylings werden Ihrer Meinung nach im kommenden Jahr im Fokus stehen? Gibt es spezielle Techniken oder Looks, die besonders gefragt sein werden?**

**Alexandra Acevedo:** Das Styling vereint natürlichen Glamour mit Locken oder Wellen und passt sich individuell der

Persönlichkeit an. Die Schneidetechniken greifen den Stil der 90er weiterhin auf und verbinden ihn mit moderner Individualität.

**Das Interesse an Nachhaltigkeit wächst. Welche umweltfreundlichen Produkte und Marken setzen Sie ein, und wie reagieren Ihre Kunden darauf?**

**Alexandra Acevedo:** Das Interesse an Nachhaltigkeit steigt stetig. Friseur Dilcher arbeitet seit zehn Jahren mit der Marke Kevin Murphy zusammen, damit haben wir einen sehr innovativen Partner an unserer Seite, der auf Fashion, Performance und Environment setzt.

Das langjährige Feedback unserer Kunden bestätigt eine sehr hohe Zufriedenheit. (sw)

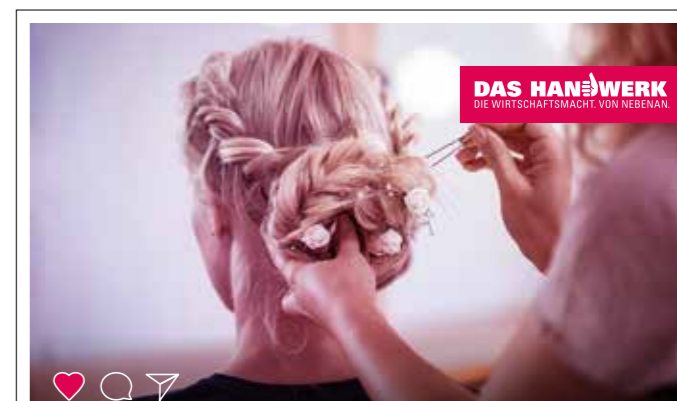


**Natürlichkeit trifft auf Glamour und Nachhaltigkeit**

Neugierig auf die Styling-Geheimnisse des nächsten Jahres? Jetzt QR-Code scannen und mehr erfahren!



Alle Friseur-Betriebe entdecken



**Echte Likes kannst du bei uns jeden Tag bekommen.**

#AusbildungimHandwerk

**WIR BILDEN AUS!**  
Zeig der Welt, was du wirklich draufhast. Und ebne dir mit einer Ausbildung bei uns selbst den Weg in eine erfolgreiche berufliche Zukunft. Wir freuen uns auf deine Bewerbung.

**KOSMETIK  
DORIS ENGLISCH**

Golden Glow Treatment  
Mit einer Maske aus purem Gold!

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





# Zwischen Worten und Bildern

Autorin, Fotografin, Künstlerin: Wie Sabine Sgonina mit ihren Büchern, Bildbänden und Projekten kreative Vielfalt lebt und inspiriert

Von Susanne Wesche

Sabine Sgonina – ein Name, der vielen im Landkreis ein Begriff ist. Auf lokalen Märkten und in den Bücherregalen ihres eigenen Hauses präsentiert sie ihr eigenes Können. Die Frau, die seit 2006 schon über 30 Bücher, überwiegend im Eigenverlag, herausgebracht hat, ist ein wahres Multitalent. Sie schreibt, fotografiert, gestaltet und bringt ihre Werke eigenständig in die Welt. Dabei gibt sie jedem Projekt, jeder Zeile, jedem Bild eine eigene Note.

Ihr Weg in die Welt der Literatur begann aus einer schwierigen Lebenssituation heraus. Als alleinerziehende Mutter von zwei Kindern fand sie im Schreiben einen Ausweg, eine Möglichkeit, ihre Gedanken zu ordnen und ihr Leben neu zu strukturieren. Ihr erstes Buch – eine autobiografische Reise – markierte den Anfang einer bemerkenswerten Lauf-

bahn. Danach folgten Geschichten über Beziehungen, über die verschiedenen Begegnungen und Herausforderungen, die das Leben bereithält, und schließlich ein Werk über deutsch-türkische Verbindungen – inspiriert von ihrer Liebe zu Karl May und der Idee, kulturelle Brücken zu schlagen.

## Eine Geschichte mit Bildern

Doch Sabine Sgonina wollte sich nicht nur auf Worte beschränken. Mit ihrem Handy – ausgestattet mit einem Leica-Objektiv – begab sie sich auf Entdeckungstour, um nicht nur Geschichten, sondern auch die Welt durch ihre Linse festzuhalten. Die dabei entstandenen Bilder fanden später ihren Platz in ihren Bildbänden mit Themen wie „Winter im Wald“, „Türen in der Türkei“ oder „Farben der Blumen“ – die Motive sprechen für



sich. Während sie ihre Bilder sichtet und sortiert, kommen ihr die passenden Texte in den Sinn, inspiriert von der Natur und von Momenten der Ruhe. So entstehen Bildbände, die nicht nur das Auge, sondern auch den Geist ansprechen.

## Kreative Ader in der Lebenswelt

Zu Hause in ihrem kleinen Fachwerkhäus von 1895 in Mollenfelde hat sie sich eine persönliche Welt der Inspiration geschaffen. Jedes Zimmer trägt eine eigene Handschrift: das Schlafzimmer, ein Rückzugsort in beruhigenden Grüntönen mit großformatigen Waldbildern, das Arbeitszimmer im maritimen Stil, das Wohnzimmer als „little Provence“. Hier wird sichtbar, wie tief sie ihre kreative Ader in ihre Lebenswelt integriert hat.

Weiter auf Seite 31...



Fotos: Sabine Sgonina



Als handwerklich begabte Künstlerin gestaltet sie außerdem Holzskulpturen, die mit Kerzen und Lichtern bestückt zu echten Hinguckern in der Weihnachtszeit werden.

## Mit viel Engagement für die eigene Gemeinde

Und als ob das nicht genug wäre, ist sie außerdem noch Ortsbürgermeisterin in Mollenfelde und engagiert sich leidenschaftlich in ihrer Gemeinde. Das kleine Fachwerkhäus, das sie vor 20 Jahren gekauft und über die Jahre zu einem offenen Kunst-Haus umgebaut hat, ist inzwischen ein Treffpunkt für Kunstinteressierte und Kreative. „Tschüss, betreutes Denken – willkommen Freigeist“, lautet ihr Motto. Sie will Menschen ermutigen, selbst zu denken, Türen zu öffnen und neue Wege zu gehen.

Ihr berufliches Leben, das sie seit vielen Jahren als Lehrerin an der BBS Hann. Münden ausfüllt, ist ebenfalls von ihrer kreativen Leidenschaft geprägt. Dort führt sie Buchprojekte mit ihren Schülern durch, die biografische Arbeit beinhalten – vom Schreiben von Lebensgeschichten von Senioren in Pflegeheimen bis hin zu Projekten wie „Lebenswege einer Stadt“ oder „Gesichter einer Stadt“, die das kollektive Gedächtnis der Region festhalten. Ein Ansatz, der das Verständnis von Geschichte und Gemeinschaft greifbar macht.

## Die eigenen Fotografien auf großen Leinwänden

Auch im Eigenverlag zeigt sie Unternehmergeist: Ihre Bücher verkauft sie nicht nur auf Märkten und Weihnachtsmärkten, sondern sie organisiert auch Ausstellungen, bei denen ihre Fotografien auf großen Leinwänden präsentiert werden. Ihr Traum? Eines Tages ihre Bücher bei Thalia und anderen großen Buchhändlern zu sehen. Doch bis dahin nutzt sie jede Gelegenheit, ihre Werke direkt in die Hände ihrer Leser zu bringen – authentisch und ohne Umwege.

In einigen Jahren geht Sabine Sgonina in den Ruhestand. Für viele vielleicht ein Grund, sich zur Ruhe zu setzen – doch nicht für sie. Dann will sie reisen und ihre kreative Ader weiter ausleben. Ideen hat sie genug. Kreativen Leerlauf wird es für diese Künstlerin nicht geben, die schon so vieles geschaffen hat und immer weiter auf Entdeckungsreise geht.

**JÜRGEN SANDROCK**  
THERAPIE UND TRAINING

**KOMM IN DIE SOCKEN!**

Zur Verstärkung unseres Teams  
suchen wir dringend in Vollzeit/Teilzeit

**Physiotherapeut/in**  
**Masseur/in mit**  
**Lymphdrainageausbildung**

Was wir dir bieten:

- Offenheit gegenüber neuen Ideen
- ein überdurchschnittliches Gehalt
- 30 Tage Urlaub (bei Vollzeit)
- selbständiges Arbeiten
- finanzielle Unterstützung bei Fortbildungen

Kurze Straße 2 | 37073 Göttingen | 0551 - 5046358  
www.juergen-sandrock.de

**mundus**  
Marketing & Interactive GmbH

**WIR SIND ONLINE**

Events • Gewinnspiele • Agenturalltag

**Folge uns jetzt!**  
Und entdecke spannende Inhalte, die du nicht verpassen möchtest!

Sichelsteiner Weg 2, 34346 Hann. Münden  
Tel.: 05541 957 99 0



Fliegen ab  
Kassel

momento  
by Fröhlich-Reisen Reisen für mich

2025  
Frühjahr / Sommer

ab € 699,-

Rom 04.04.-09.04.2025  
Osterferien  
ab € 699,-

Sardinien 09.06.-16.06.2025  
ab € 699,-

Sizilien 28.04.-05.05.2025  
ab € 799,-

Liparische Inseln 28.04.-05.05.2025  
ab € 1349,-

Algarve 06.05.-13.05.2025  
ab € 699,-

Lissabon & Algarve 06.05.-13.05.2025  
ab € 1599,-

Barcelona 13.04.-17.04.2025 Osterferien  
ab € 699,-

Entspannt in den Urlaub

- ✓ Direktflüge ab/an Kassel
- ✓ Kostenfreie Parkmöglichkeiten
- ✓ Große Hotelvielfalt
- ✓ Ausflüge optional buchbar
- ✓ Reiseleitung vor Ort

Jetzt informieren & buchen

ANZEIGE

– Karriere & Bildung –

# Ein Event für junge Talente und Unternehmen

Berufsorientierungsmesse „JAM“ in Hann. Münden zeigt neue Perspektiven für junge Menschen

Am 22. Februar 2025 findet die erste Berufsorientierungsmesse in Hann. Münden auf dem Gelände der BBS Münden, Auefeld 8, statt. Die „JobArenaMünden“ (JAM) bietet Unternehmen kostenfrei die Möglichkeit, ihre Ausbildungsangebote vorzustellen und Kontakte zu knüpfen. Diese Veranstaltung, organisiert von den BBS Münden, der Agentur für Arbeit Hann. Münden, der IHK Hannover und der Kreishandwerkerschaft Südniedersachsen, schafft eine neue Plattform zur Berufsorientierung vor Ort.



Unternehmen können kostenfrei teilnehmen, entweder mit eigenem Stand oder durch Informationsmaterialien am Stand des Ausbildungsverbundes. Die BBS Münden präsentieren zudem ihre vielfältigen Bildungswege in den Bereichen Wirtschaft, Technik und Gesundheit – von der Berufseinstiegsschule bis zur dualen Ausbildung.

Jetzt als Unternehmen anmelden

Unternehmen können sich bis zum 6. Dezember online unter <https://bbs-muenden.de/jobarenamuenden/> oder über die Arbeitsagentur anmelden. Bei Fragen steht das Team der BBS Münden per E-Mail unter [oeffentlichkeitsarbeit@bbs-muenden.de](mailto:oeffentlichkeitsarbeit@bbs-muenden.de) zur Verfügung.

## Programm mit Azubi-Speed-Dating

Von 10:30 bis 15:30 Uhr gibt es ein vielfältiges Programm, darunter ein Azubi-

Speed-Dating, bei dem Jugendliche und Unternehmen in kurzen Gesprächen zusammenfinden. Interaktive Stände und offene Werkstätten ermöglichen den Besuchern Einblicke in unterschiedliche Berufsfelder. Die JAM geht über reine Informationsvermittlung hinaus und bietet praxisnahe Erlebnisse.

Meine Leidenschaft: Traumurlaub  
TOURISTIK-FACHKRAFT (m/w/d)

**Ihre Mitarbeiter-Vorteile**

- Moderne Arbeitsatmosphäre
- Attraktive Vergütung
- Seminarreisen, Reisevorteile etc.

**Ihre Aufgaben**

- Kompetente Beratung & Verkauf
- Kundengewinnung und -bindung
- Korrespondenz

**Ihr Profil**

- Reiseverkehrs- oder Tourismuskauffrau (m/w/d) oder Quereinsteiger/in
- Anwenderkenntnisse in Reservierungs-/Buchungssystemen
- Ziel- und serviceorientierten Arbeitsweise
- Kommunikativ, engagiert & gute Deutschkenntnisse

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!  
An: geschaeftsfuehrung@reisebueroideal.de

Reisebüro Ideal UG, Quedlinburger Str. 8, 34346 Hann. Münden

JOBARENAMÜNDEN  
22.02.2025  
10:30 - 15:30 Uhr

- AZUBI-SPEED-DATING  
SCHÜLER\*IN TRIFFT AUSBILDER\*IN > RATZ FATZ > AUSBILDUNGSPLATZ
- INTERAKTIVE STÄNDE  
MACHEN - MITMACHEN - ANSCHAUEN - VERSTEHEN
- NETWORKING  
BETRIEBE - FIRMEN - BERATER - SCHULEN

WIR VERPASSEN DIR KEIN NEUES OUTFIT  
ABER NEUE SKILLS!

BBS MÜNDEN  
AUEFELD 8  
34346 HANN. MÜNDEN



## Musik bei Kerzenschein

Liebfrauenkirche Witzhausen

Am Sonntag, 8. Dezember, um 19:00 Uhr lädt die Liebfrauenkirche in Witzhausen zu einem stimmungsvollen Abend ein: „Musik bei Kerzenschein“ bietet adventliche und weihnachtliche Orgelmusik, präsentiert von BZK Christopher Weik an der Orgel. Inmitten des warmen Kerzenscheins steht in diesem Jahr die frisch sanierte Orgel der Liebfrauenkirche im Fokus. Mit Werken bekannter und weniger bekannter

Komponisten wie Bach, Mozart, Guilmant und Dupré wird die besondere Atmosphäre der Adventszeit musikalisch untermalt. Der Eintritt ist frei, Spenden sind herzlich willkommen.

Lassen Sie sich von diesem besonderen musikalischen Erlebnis verzaubern und genießen Sie eine Stunde voller festlicher Klänge und besinnlicher Momente. (sw)



Foto: pixabay

## Satirischer Jahresrückblick

Sprachwitz, Nonsens und bissige Pointen mit Bernd Giesecking

Lachen, staunen, kopfschütteln – der satirische Jahresrückblick „Ab dafür!“ von Bernd Giesecking ist zurück! Seit über 30 Jahren begeistert der Kabarettist, Bestsellerautor und Meister der bissigen Rückschau sein Publikum mit einer rasanten Reise durch die letzten zwölf Monate. Politik, Gesellschaft, Kultur und private Anekdoten werden mit spitzer Zunge, feinem Sprachwitz und einer Prise Nonsens kommentiert und überspitzt.

Mit seinem Programm liefert Giesecking pointierte Highlights des Jahres. Ob gereimt, geschüttelt oder gerührt – dieser Jahresrückblick ist ein Garant für Lacher, Nachdenkliches und eine gute Portion grotesker Logik. Eine Achterbahnfahrt durch den Wahnsinn des Alltags, die man nicht verpassen sollte!

28.12. und 29.12., Einlass: 19:00, Beginn: 20:00



Foto: Britta Frenz

## Winterzauber

Vielfältiges Programm im Bürgerhaus Kleinalmerode

Am Samstag, 7. Dezember, lädt Kleinalmerode zum stimmungsvollen Winterzauber ins Bürgerhaus ein. Ab 14:00 Uhr erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm für die ganze Familie – und das bei freiem Eintritt!

wein, Kaffee und selbstgebackenem Kuchen präsentieren zahlreiche Aussteller liebevoll dekorierte Stände. Freuen Sie sich auf handgefertigte Weihnachtsdeko, Häkeleien, Kerzen, Accessoires und viele weitere Überraschungen.

### Vielseitiges kulinarisches Angebot und Programm

Neben einem vielseitigen kulinarischen Angebot mit Bratwurst, Glüh-

Musikalisch untermalt wird der Nachmittag durch den Kleinalmeröder Musikzug, der mit weihnachtlichen Klängen für eine festliche Atmosphäre sorgt. (sw)



Foto: pixabay

## Zeig mir Sontra

Fotokalender 2025 aus der Hänselstadt Sontra

Zu Beginn des Jahres wurde die Sontraer Bevölkerung zu einem Fotowettbewerb „Zeig mir Sontra!“ aufgerufen. Es galt, in außergewöhnlichen Bildern festzuhalten, was in Sontra und Umgebung besonders gefällt. Diesem Aufruf sind viele FotografInnen gefolgt. Aus allen Fotos wurden 13 Bilder ausgesucht und nun im Fotokalender 2025 abgedruckt. Bürgermeister Thomas Eckhardt war von den vielseitigen Bildeinsendungen begeistert, die zeigen wie abwechslungsreich die Berg- und Hänselstadt zu den unterschiedlichen Jahreszeiten ist.

### Kalender kann ab jetzt gekauft werden

Im Fotokalender sind Bildeinsendungen von Markus Schmidt, Lea Funk, Norbert George, Matthias Hübner, Edith Semmler, Torsten Schmidt und Nadja Lang zu sehen. Der Kalender kann ab sofort im Rathaus, Juwelier Kunze, Reisebüro „Auf und Davon“, Fachmarkt Bocksberger und Autohaus Lindemann zum Preis von 8 € gekauft werden. (Quelle: Sontra)

Bürgermeister Thomas Eckhardt (2. von links) bedankte sich bei den Fotografinnen und Fotografen Edith Semmler, Matthias Hübner, Norbert George und Nadja Lang für die schönen Bildeinsendungen. (von links)



Foto: Stadt Sontra

Am Sonntag, 1. Dezember, lädt die Auferstehungskirche Eschwege zum musikalischen Adventsgottesdienst ein. Der Gottesdienst beginnt um 10:00 Uhr und wird feierlich vom Männergesangverein aus Dudenrode begleitet.



Foto: pixabay

**Sanitätshaus MIELKE** Für Rücken-/Seiten- & Bauchschläfer, mit kühlenden Gel Trigger Spots.

**TMX TRIGGER PILLOW** 149,- 14 Tage-Geld-zurück-Garantie

ZUR LINDERUNG FOLGENDER BESCHWERDEN:

- » Schlafstörungen
- » Kopfschmerz
- » Nacken- und Schulterschmerzen
- » Kieferbeschwerden
- » Schluckbeschwerden
- » Rückenschmerzen
- » Halswirbelsäulen-Syndrom/-Überstreckung
- » Rundrücken

Witzhausen - Ermischwiler Str. 23  
Tel. 05542 / 91 01 12  
Großalmerode - Götterstr. 5  
Tel. 05604 / 63 92  
Hess. Lichtenauer Landpfaffenstr. 7  
Tel. 05602 / 91 47 72  
Kaufungen - Leigolger Str. 277  
Tel. 05605 / 92 72 700  
Westro-Rabo-Klinik BSA - Berliner Str. 3  
Tel. 05652 / 95 15 55

**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

**Augenoptik Heitzenröder**  
Ihr Augenoptik-Fachgeschäft in

**SOODEN**  
Im Herzen unseres schönen Werratales!

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

**Haus Salem Witzhausen 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 Witzhausen  
info@witzhausen-gesundbrunnen.org  
witzhausen.gesundbrunnen.org





– Gesundheit –

# Winterzeit ist Teezeit

Die besten Teesorten für Gesundheit und Wohlbefinden



Fotos: Adobe Stock

In der kalten Jahreszeit ist Tee nicht nur ein wohltuender Begleiter, sondern auch eine natürliche Unterstützung für Körper und Geist. Unterschiedliche Teesorten bieten je nach Inhaltsstoffen spezifische Vorteile – von der Stärkung des Immunsystems bis hin zur Entspannung. Hier sind einige der besten Teesorten für die Wintermonate, ihre Inhaltsstoffe und ihre Wirkweise:

## Ingwertee – Der Immunbooster

Ingwertee ist bekannt für seine entzündungshemmenden und durchblu-



Foto: Freepik

tungsfördernden Eigenschaften. Die Gingerole wirken antibakteriell und stärken das Immunsystem, während die Wärme von innen heraus kühlt und gleichzeitig den Stoffwechsel anregt. Perfekt bei Erkältungsbeschwerden oder als Prävention.

Dabei sind folgende Inhaltsstoffe enthalten: Gingerole und ätherische Öle.

**Tipp:** Mit Zitrone und Honig verfeinern, um die Wirkung zu verstärken.

**Weiter auf Seite 37...**

## Fencheltee – Für Magen und Darm

Fencheltee ist ein wahrer Klassiker bei Verdauungsproblemen. Er beruhigt den Magen, lindert Blähungen und hilft, den Darm zu entspannen. Besonders nach üppigen Festessen sorgt er für wohltuende Erleichterung. Inhaltsstoffe: Ätherische Öle (Anethol, Fenchon), Flavonoide.

**Tipp:** Kombinieren Sie Fenchel mit Anis und Kümmel für eine noch stärkere Wirkung.

## Hagebuttentee – Die Vitamin-C-Bombe

Hagebuttentee ist ein kraftvoller Unterstützer für das Immunsystem. Der hohe Gehalt an Vitamin C hilft, Erkältungen vorzubeugen, während die enthaltenen Antioxidantien freie Radikale bekämpfen. Außerdem unterstützt Hagebutte die Gelenkgesundheit.

Inhaltsstoffe: Vitamin C, Pektine, Flavonoide

**Tipp:** Unbedingt heiß, aber nicht kochend zubereiten, damit das Vitamin C erhalten bleibt.

## Kamillentee – Beruhigung von innen

Kamillentee ist entzündungshemmend und wirkt beruhigend auf Magen und Darm. Außerdem hilft er bei innerer Unruhe oder leichten Schlafproblemen, indem er den Körper entspannt. Ideal nach einem langen Tag.

Inhaltsstoffe: Ätherische Öle (Bisabolol, Matricin), Flavonoide

**Tipp:** Ein Löffel Honig verstärkt die beruhigende Wirkung.

## Grüner Tee – Der sanfte Wachmacher

Grüner Tee enthält Antioxidantien, die den Körper vor oxidativem Stress schützen. Das Theanin sorgt für eine entspannte Wachheit, während das Koffein sanft belebt. Im Winter unterstützt er die Immunabwehr und kann helfen, Erkältungen vorzubeugen. Inhaltsstoffe: Catechine, Theanin, Koffein

**Tipp:** Nicht zu heiß aufgießen (etwa 70–80 Grad), damit die wertvollen Inhaltsstoffe erhalten bleiben. (sw)

# SCHÖNE ZÄHNE? NA CLaar!

- Implantate
- Oralchirurgie
- Vollnarkosebehandlung
- Angstpatienten
- Prophylaxe
- Digitale Volumetomographie
- Parodontitis
- Prothetik (Zahnersatz)

**Praxis Bad Wilhelmshöhe**  
Druseltalstrasse 178  
34131 Kassel

**Praxis Leipziger Platz**  
Leipziger Str. 164  
34123 Kassel

Tel +49 (0) 561 5743260  
info@dr-claar.de



CLaar  
ZAHNÄRZTE

@claar\_zahnaerzte

@praxisdrclaar

## Ihre Unabhängigkeit mit einem VELA-Trippeelstuhl erreichen



komplett elektrisch fahrbar

elektr. Höhenverstellung

0%-Ratenzahlung möglich



Der VELA Tango 700E mit Power Wheels bietet Ihnen alle Vorteile eines VELA-Stuhls und erweitert den Stuhl mit der Möglichkeit, einen Elektromotor einzuschalten, wenn ihnen die Kraft fehlt, den Stuhl den ganzen Tag über "selbstständig" zu bewegen. Die Power Wheels haben sechs verschiedene Geschwindigkeitsstufen, sodass Sie wählen können, wie viel Unterstützung Sie in verschiedenen Situationen benötigen.



Vereinbaren Sie Ihren  
persönlichen Termin  
mit mir, gerne auch bei  
Ihnen Zuhause.

Tilman Shastri



Studio Neues Sitzen  
der Shastri Raumvision GmbH  
Friedrich-Ebert-Straße 26  
37077 Göttingen  
☎ 0551 38 48 99 62

Zweigstelle Kassel  
Ludwig-Erhard-Straße 12 (im FIDT)  
34131 Kassel  
☎ 0151 23 05 87 47

STUDIO  
NEUES  
SITZEN  
*bewegt*



Besuchen Sie  
uns online.

shastri@raumvision.eu  
www.studio-neues-sitzen.de  
www.trippelstuhl-bewegt.de



## Ein weiterer Schritt in Richtung Zukunft



**Kia erweitert seine Modellpalette: Mit dem vollelektrischen Kia EV3 setzt die Marke neue Maßstäbe im Segment der kompakten Elektro-SUVs**

**K**ia ist mehr als nur ein traditioneller Automobilhersteller – Kia ist eine Marke für die Mobilität der Zukunft. Der Mobilitätsanbieter strebt danach, zukunftsfähige Lösungen zu schaffen und Millionen Menschen dafür zu begeistern, die Elektromobilität zu entdecken. Heute ist Kia ein Vorreiter bei elektrifizierten Fahrzeugen: 2023 waren 20,2 % der in Deutschland verkauften Kia Fahrzeuge Elektroautos. Der vollelektrische Kia EV3 spielt eine wichtige Rolle bei der Transformation der Marke, da er eine breite Zielgruppe anspricht – ein weiterer großer Schritt in Richtung Mobilität der Zukunft, trotz oder gerade wegen seiner kompakten Größe.

Der Kia EV3 ist ein vielseitiger, vollelektrischer Kompakt-SUV ohne Kompromisse – für alle. Das neueste Mitglied in der vollelektrischen Kia Familie gibt sein Deutschland Debüt in drei Ausstattungsvarianten: Air, Earth und GT-line. Zwei Batterievarianten – eine Standardversion mit 58,3 kWh und eine Langstreckenversion mit 81,4 kWh, die herausragende Reichweiten von bis zu 605 km ermöglichen, komplettieren das vielfältige Angebot. Der Kia EV3 bietet die Technologie, den praktischen Nutzen und das Design des Flaggschiffs von Kia, des Kia EV9 – jedoch in einer kompakten und zugänglicheren Form. Ein erster Blick lässt erkennen, dass dieser

SUV etwas Besonderes verspricht – die kraftvolle Silhouette des Kia EV3 mit seiner Hightech-Formensprache vereint Stärke mit Dynamik und Agilität. Durch die Mischung aus geschmeidigen Flächen und präzisen Kanten entsteht ein unverwechselbarer Look, der den innovativen Charakter dieses kompakten E-SUVs unterstreicht und die Designphilosophie „Opposites United“ von Kia auf besondere Weise erfahrbar macht.

### Raum zum Genießen

Sobald man im Kia EV3 Platz genommen hat, spürt man die wohnraumähnliche



Atmosphäre. Umgeben von hochwertigen Materialien und einer naturinspirierten Ästhetik, wird jede Fahrt, inklusive Ladepausen, zu einem angenehmen Erlebnis. Die hochfunktionale Kabine bietet viel Platz und überzeugt mit funktionalem Design sowie innovativem Komfort. Dazu tragen insbesondere die äußerst bequemen „Relaxation“-Sitze mit Liegefunktion und die individuell einstellbare Ambientebeleuchtung bei. Die hochfunktionale Kabine verfügt über intelligente Stauraumlösungen, und das beeindruckende Ultra-Breitbild-Panorama-Display bietet eine glasklare Grafik und versorgt den Fahrer intuitiv mit Informationen. Doch nicht nur diese Ausstattungsmerkmale bieten ein hohes Maß an Komfort.

### Ein Maximum an Flexibilität

Der Kia EV3 ist der ideale Begleiter für den Alltag und für den Urlaub mit der Familie. Er bietet reichlich Platz für bis zu fünf Personen und alles, was man mitnehmen möchten. Mit einem Kofferraumvolumen von 460 Litern, bei umgelegter Sitzbank sogar von bis zu 1.250 Liter, liegt der Kia EV3 im Spitzenbereich seiner Klasse. Damit braucht man auf Reisen auf nichts zu verzichten. Die elegante Mittelkonsole verfügt über clevere Stauraumlösungen in denen Getränke, Snacks oder sogar eine große Handtasche verstaut werden können.

Ein verschiebbarer Tisch bietet in Fahrpausen Abstellfläche für elektronische Geräte wie Laptops oder Tablets. Besonders praktisch: Der Gepäckraum verfügt über einen höhenverstellbaren Boden, der maximale Flexibilität bietet. Ein weiterer Vorteil vollelektrischer Fahrzeuge ist der 25-Liter-Funk, der sich ideal zur Aufbewahrung des Ladekabels eignet.





### Ein außergewöhnliches Fahrerlebnis

Der Kia EV3 wurde für Kunden entwickelt, die ein Auto suchen, das ihren Werten in Bezug auf fortschrittliche Mobilität entspricht, ihnen jedoch keine Kompromisse bei ihren praktischen Alltagsbedürfnissen und beim Komfort abverlangt. Der kompakte SUV ist mit einer Vielzahl hoch-moderner Sicherheits-, Fahr-, Komfort- und Ladefunktionen ausgestattet, die normalerweise dem Segment der großen Elektro-SUVs vorbehalten sind. Das beginnt bereits beim Einsteigen: Der Kia EV3 lässt sich bequem per digitalen Autoschlüssel (Digital Key 2.0) über das Smartphone oder eine Smartwatch öffnen. Das Ultra-Breitbild-Panorama-Display versorgt den Fahrer auf intuitive Weise mit wichtigen Fahrinformationen. Zahlreiche innovative Fahrerassistenzsysteme unterstützen den Fahrer bei jeder Fahrt und sorgen für ein entspanntes Fahrerlebnis. Und es wird noch komfortabler: Der Kia EV3 wird voraussichtlich ab 2025 als erstes Kia Modell durch ein Update mit der innovativen KI-Assistenztechnologie ausgestattet. Diese Technologie ermöglicht es dem Fahrer, direkt und intuitiv mit den Fahrzeugfunktionen zu interagieren. Besonders praktisch auf Familienausflügen mit dem Kia EV3 GT ist die „Vehicle-to-Load“-Funktion, die es ermöglicht, den E-SUV als 220-Volt-Powerbank zu nutzen und externe Geräte wie E-Bikes, einen Elektrogrill oder Ähnliches mit Strom zu versorgen.

### Begeisterung garantiert

Auch wenn der Kia EV3 durch seine viele Innovationen glänzt, bleibt der koreanische Mobilitätsanbieter weiterhin auf bewährte Qualität und Zuverlässigkeit bedacht. Anja Gottschalk vom Auto- und Garten Gottschalk e.K. erläutert: „Auch mit dem neuen Kia EV3 profitieren unsere Kunden weiterhin von der umfassenden 7-Jahre-Herstellergarantie, die auch die Batterie abdeckt. Dies unterstreicht einmal mehr, dass Kia die Elektromobilität ohne Kompromisse für die Verbraucher gestaltet.“ Sie ergänzt: „Dank seiner herausragenden Eigenschaften in Sachen Technologie, Platzangebot und Komfort setzt der Kia EV3 schon jetzt im europäischen Kompaktwagen-Segment neue Maßstäbe und fährt damit dem Wettbewerb in vielerlei Hinsicht davon.“

### Auto- und Garten Gottschalk e.K.

-  Unter den Weinbergen 2 | 37213 Witzenhausen
-  [info@autogottschalk.de](mailto:info@autogottschalk.de)  05542 - 507180
-  [www.kia-gottschalk-witzenhausen.de](http://www.kia-gottschalk-witzenhausen.de)



Fotos: KIA

## Der Kia EV3.

Erlebe das Außergewöhnliche.

**Jetzt bei uns  
Probe fahren.**



Kia EV3 (GT-line) 150 kW (204 PS): Stromverbrauch kombiniert 16,2 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse A.





# Verkehrrechtsschutz: Guter Rat inklusive

Wer viel mit dem Auto unterwegs ist, sollte den Abschluss einer Verkehrrechtsschutzversicherung erwägen

Versteckte Mängel beim Autokauf werden zu spät entdeckt. Eine gegnerische Versicherung will nach einem Unfall den Schaden nicht begleichen. Eine Schadenersatzforderung muss durchgesetzt werden. Oder eine Verteidigung in einem Strafverfahren ist notwendig. Oder es gibt Ärger um den Führerschein.

**Wenn die Sachlage nicht eindeutig ist**

Das alles sind Fälle für die Verkehrrechtsschutzversicherung. Anders als die Kfz-Haftpflichtversicherung ist sie nicht gesetzlich vorgeschrieben. Während die Haftpflichtversicherung den gegnerischen Schaden zahlt, deckt die Verkehrrechtsschutzversicherung die



Kosten zur Durchsetzung des eigenen Schadenersatzanspruchs ab. Gerade Verkehrsdelikte und Unfälle enden häufig vor Gericht. Oft ist die Sachlage nicht eindeutig, berechnete Ansprüche lassen sich nicht immer einfach

durchsetzen. Ein Rechtsstreit kann zudem lange dauern und kostspielig werden. Um den eigenen Kunden eine Einschätzung der Rechtslage zu geben, schließen viele Versicherungen in ihren Policen eine telefonische anwaltliche Beratung ein. Anders als bei vielen anderen Versicherern kann der Kunde bei der Mecklenburgischen Versicherungsgruppe diese Beratung über die für diese Fälle eingerichtete Telefon-Hotline so oft wie nötig kostenlos in Anspruch nehmen.

**Interessierte erreichen die Agentur der Mecklenburgischen in Eschwege telefonisch unter: 05651 / 5368 oder per E-Mail: info.klahr@mecklenburgische.com**



**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."

**Verkehrrechtsschutz:  
Weil Unklarheit teuer werden kann.**

Generalvertretung Olaf Klahr  
Neustadt 104 · 37269 Eschwege  
Telefon 05651 5368 · Mobil 0172 6088668  
info.klahr@mecklenburgische.com  
olaf.klahr.mecklenburgische.de



**Schon gewusst?**

Wer viel mit dem Auto unterwegs ist, sollte den Abschluss einer Verkehrrechtsschutzversicherung erwägen. Sie ergänzt die Autoversicherung sinnvoll, weil sie bei Verkehrsrechtsstreitigkeiten in jedem Fall für die Interessen und Ansprüche des Versicherten eintritt und verschiedene Aspekte im Verkehrsbereich abdeckt. Auch als Fußgänger, Radfahrer und Insasse in fremden Fahrzeugen gewährt sie den Versicherten Schutz. Es gibt Versicherer, die ihren Verkehrrechtsschutzkunden als zusätzlichen Service kostenlos anwaltliche Direktberatung gewähren.



# So wird die stille Winterruhe mit Liebe gestaltet

Blumen und Gestecke für eine würdevolle Ruhezeit in den Wintermonaten

Mit dem Beginn der kalten Jahreszeit stellt sich für viele die Frage: Wie können Gräber auch im Winter gepflegt und liebevoll gestaltet werden? In den kalten Monaten sind robuste, winterfeste Pflanzen die erste Wahl für die Grabgestaltung. Immergrüne Pflanzen wie Efeu, Buchsbaum oder Wacholder trotzen Schnee und Frost und symbolisieren durch ihre Beständigkeit das ewige Leben. Auch Christrosen, die mit ihren weißen oder zartrosa Blüten sogar unter Schnee blühen, sind eine beliebte Wahl.

Besonders im Winter sind Gestecke eine elegante Möglichkeit, Gräber liebevoll



Mit immergrünen Pflanzen, zarten Gestecken und leuchtenden Kerzen wird das Grab auch in der kalten Jahreszeit liebevoll gestaltet. Bild: Freepik

zu schmücken. Sie bestehen häufig aus Tannenzweigen, die nicht nur robust sind, sondern auch einen angenehmen, frischen Duft verströmen.

Kombiniert werden sie mit Naturmaterialien wie Zapfen, Beeren, getrockneten Blüten oder kleinen Deko-Elementen wie Sternen oder Schleifen.

Während die Natur im Winter oft in Grau und Weiß getaucht ist, können Farbakzente die Grabgestaltung aufwerten. Winterheide (Erica) mit ihren leuchtend rosa oder weißen Blüten ist eine frostfeste Option, die das Grab farbenfroh macht. (sw/red)



unter allen wipfeln ist ruhe  
**RuheForst Werraland Herleshausen**  
Ihr Ansprechpartner zu Fragen einer Waldbestattung unter den Kronen des Waldes  
Besichtigungen nach persönlicher Vereinbarung gern möglich  
info@ruheforst-werraland.de  
05654 92 30 42  
www.ruheforst-werraland.de



RuheForst. Ruhe finden.

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  
Waltburger Straße 17 · 37213 Witzzenhausen · Telefon 05542 3272

24 h für Sie da



Karin Bender & The Reason  
(c) Klaus Peter Wittmann/kpw-photo.com

**Regionale Sounds  
im StadtRadio  
Göttingen - Musik aus  
Süd-niedersachsen**

Mo-Fr 15 Uhr Sa 11 + 20 Uhr

**StadtRadio | 107.eins**  
Göttingen

**IHR RADIO FÜR SÜDNIEDERSACHSEN**

Groner Str. 2 37073 Göttingen  
stadtradio-goettingen.de  
info@stadtradio-goettingen.de  
Telefon: 0551384810 -71

- lokal, informativ & werbefrei
- Aktuelle Nachrichten und Beiträge aus dem Sendegebiet
- Offene Sendeplätze im ehrenamtlichen Bürgerfunk
- Medienpädagogische Arbeit mit Kinder-, Jugend- und Erwachsenenengruppen

f StadtRadioGoettingen  
@stadtradio\_goettingen



## Insekten fernhalten

Naturhaus Sparbier – Ihr Partner für hochwertige Insekten- und Sonnenschutzsysteme und vieles mehr

Wie schön ist es, wenn Fenster und Türen frische Luft ins Haus hereinlassen, ohne dass lästige Besucher mitkommen. Weniger Insekten in der Wohnung bedeuten gleichzeitig weniger Schmutz und Schutz vor der Übertragung von gesundheitsschädlichen Keimen. Pollenfilter können zusätzlich vor Pollen schützen. „Auf den richtigen Insektenschutz kommt es eben an“, betont Jörg Sparbier von

Naturhaus Sparbier in Hedemünden. Zusammen mit seiner Ehefrau Simone führt er den Handwerksbetrieb mit jahrlanger Erfahrung in Reparatur, Verkauf und Montage von Garagentoren sowie Insekten- und Sonnenschutzsystemen.



Jörg und Simone Sparbier vom Naturhaus Sparbier. Foto: Nordhausen

Kundenzufriedenheit liegt Jörg und Simone Sparbier am Herzen. „Gute Insektenschutz-

systeme sind kaum sichtbar und passen sich der Optik ihrer Fenster und Türen an. Sie sind aus robusten Materialien wie Aluminium gefertigt und halten bei richtiger Pflege viele Jahre“, betont der Fachmann. Für eine optimale Passform werden Insektenschutzsysteme individuell maßgefertigt. Hierfür übernehmen Jörg und Simone Sparbier gerne persönlich beim Kunden das „Aufmass“ und arbeiten mit namhaften Herstellern zusammen, um stets das passgenaue Insektenschutzgitter zu montieren. Für den Außenbereich bietet Naturhaus Sparbier ebenfalls Markisen sowie Vorbaurolläden an.



### NATURHAUS SPARBIER

WIR SIND IHR PARTNER VOR ORT VON:

**NATURHAUS** MONTAGEN ALLER ART

Aufmass, Lieferung & Montage von Markisen, Plissees, Insektenschutz, Vorbaurolläden, Garagentoren und Torantrieben

Planung, Lieferung u. Montage von Einzeilmöbel 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](http://www.naturhaus-sparbier.de)

Zustellung per  an alle Haushalte

Die nächste Ausgabe erscheint  
im Dezember 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,  
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

**Grafik, Layout & Web:** Volker Schäfer (Ltg.), Paulina Müller, Laura Edling

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

**Video Creator:** Jakob Recknagel

**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, Fotolia, Pixabay, Freepik, Rawpixels, bei Gewinnspielen ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

Weitere Titel von Mundus:



meineRegion365.de

Jetzt den Traumurlaub buchen und  
dem Frühling entgegenreisen

## Eine der schönsten Küsten der Erde

Blumenriviera mit  
Fürstentum Monaco  
– San Remo – Cannes



6 Reisetage vom 18.03. – 23.03.2025

### Leistungen

- Fahrt im Komfortbus
- 4 x Übernachtung in Diano Marina - Zimmer DU/WC
- 4 x Frühstücksbuffet
- 1 x 3-Gang-Abendmenü mit Salatbuffet
- 3 x 3-Gang-Wahlmenü mit Salatbuffet
- 1 x Zwischenübernachtung in Feldkirch - Zimmer DU/WC mit Halbpension
- 1 x ganztägige Reiseleitung Fürstentum Monaco
- 1 x ganztägige Reiseleitung Côte d'Azur mit Cannes
- Rundfahrten laut Programm
- Eintritte nicht enthalten
- Anfallende Bettensteuer ist von jedem Gast vor Ort zu entrichten

Reisepreis p.P. im DZ.: 699,-- €  
Einzelzimmerzuschlag : 110,-- €



**DRUCKFRISCH**  
EINGETROFFEN UND BEREIT ZUM STÖBERN

Unseren Katalog finden Sie unter  
[www.apelreisen.de](http://www.apelreisen.de) oder wir senden  
Ihnen ein Exemplar zu!

Apel-Reisen Touristik GmbH | Niester Str. 23 • 37213 Witzenhausen | Tel.: 0 55 42 - 7 17 77 | bus@apelreisen.de



# RELAXSESSEL WELLNESS ZUHAUSE



Beppo  
in Leder W2 anthrazit  
**1.898,-**

Bubble  
in Stoff Mosa lightgrey  
**1.798,-**

Baccara  
in Stoff Mosa liver  
**1.198,-**

Bruce  
in Leder W2 leem  
**1.698,-**  
Kopfpolster 75,-



## Sesselserie **BACCARA**

**3 Armlehnvarianten preisgleich**

**3 Rückenoptiken preisgleich**



Rücken  
mit Matte

Rücken  
kompakt

Rücken  
mit Matte

**Relaxsessel BEPPO** in Leder;  
elektrische Fußteil- und Rückenverstellung;  
Kreuzfuß und Armlehnenstrebe in Metall  
gebürstet

**Relaxsessel BACCARA** in Stoff;  
manuelle Relaxverstellung; Gestell schwarz; 3  
Rückenoptiken und 3 Armlehnvarianten preis-  
gleich möglich; optional motorische Relaxver-  
stellung lieferbar;

**Relaxsessel BUBBLE** in Stoff;  
inkl. 2 motorische Relaxverstellung; Kreuzfuß  
schwarz

**Relaxsessel BRUCE** in Leder;  
inkl. elektrischer Relaxverstellung; Gestell in  
schwarz; Kopfpolster optional bestellbar;

**Relaxsessel BARI** in Stoff/Leder  
Kombi; elektrische Relaxverstellung inkl.  
Metallkreuz schwarz 1.645,-

**Relaxsessel BONO** in Leder; Rücken-  
variante 3; inkl. elektrische Verstellung  
mit Herzwaage-Position; Kreuzfuß  
chrom; 1.998,-

**Relaxsessel BONO** in Leder; Rücken-  
variante 2; manuelle Relaxverstellung;  
Kreuzfuß schwarz;  
Leder W2 anthrazit 1.698,-



Bono Rücken 3  
in Leder W2 anthrazit  
**1.998,-**

Bono Rücken 2  
in Leder W2 anthrazit  
**1.698,-**

Bari  
in Stoff/Leder Kombi  
**1.645,-**

# Henke

Marktplatz · Eschwege · möbel-henke.com