

Das Gesellschaftsmagazin für Duderstadt und Umgebung

meinDUDERSTADT



Auf neuen Wegen

Ottobock-Training mit Heinrich Popow macht Mut

mehr ab Seite 12



Bürgerwald

mehr auf Seite 38



Dachbegrünung
„Dachsburg“

mehr auf Seite 17



Kinderrechte

mehr ab Seite 10

ABENDVISITE 2023

im St. Martini Krankenhaus in Duderstadt



ST. MARTINI KRANKENHAUS
DUDERSTADT

AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS
DER GEORG-AUGUST-UNIVERSITÄT GÖTTINGEN

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

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

Ihr Ärzte- und Referententeam



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



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



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



Mohammed Chebbok
Chefarzt Geriatrie
Telefon 05527 842-320



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



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



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



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



Hakan Adigüzel
Chefarzt Gynäkologie
Telefon 05527 842-370



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

Termine

06.09.2023

Delir im Alter

Referent: Mohammed Chebbok

04.10.2023

**Osteoporose - eine Herausforderung
für die Unfallchirurgie**

Referent: Dr. med. Steffen Wiegbleb

01.11.2023

Der Gallenstein aus chirurgischer Sicht

Referentin: Irina Rollheuser

06.12.2023

**Beckenbodenschwäche in verschiedenen
Lebensphasen**

Referent: Hakan Adigüzel



Liebe Leserinnen und Leser,

„Auf neuen Wegen“ lautet der Titel unserer aktuellen Ausgabe. Und das bezieht sich nicht nur auf die Ottobock Running Clinics, die zum ersten Mal in Duderstadt stattgefunden haben. Dort konnten Menschen mit Beinamputationen ihre ersten Schritte auf hochmodernen Sportprothesen wagen und damit eine neue sportliche Mobilität erfahren.

Auch die St.-Elisabeth-Grundschule befindet sich auf neuen Wegen als „Kinderrechteschule“. Den Titel und das UNICEF-Siegel erhielt sie vom Niedersächsischen Kultusministerium. Für diese Auszeichnung haben die Kinder zwei Jahre lang großes Engagement gezeigt.

Die Frage nach beruflichen Wegen stellten sich die Achtklässler*innen der KGS Gieboldehausen während der Werkstattage bei der GAB in Duderstadt im Rahmen der Berufsorientierung des Landkreises Göttingen. Es wurde gesägt, gehämmert, gekocht, geföhnt und vieles mehr. Die Berufsorientierung gilt schon als Vorberei-

tung auf die Berufspraktika im nächsten Schuljahr und ist ein wichtiger Schritt gegen den Fachkräftemangel in allen Branchen.

Die Malteser in Duderstadt bieten für Menschen, die ihre Wege nicht mehr so gut zu Fuß bestreiten können, kostenfreie RikschaFahrten an. Die Fahrgäste dürfen selbst entscheiden, ob es zu einer Veranstaltung gehen soll, ins Café oder in die Natur.

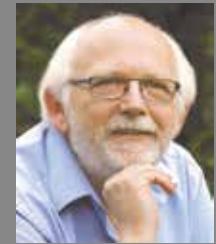
Und auch die Kelly-Inseln als Kriminal-Präventionsprojekt für Kinder gehen neue Wege. In Duderstadt wurde ein neuer Kelly-Film gedreht, der zeitgemäß vor Gefahren auf dem Schulweg, aber auch im Internet warnt.

Über diese und viele andere spannende Ereignisse berichten wir in der Herbstausgabe von meinDUDERSTADT.

Viel Spaß beim Stöbern
wünscht Ihnen
Claudia Nachtwey



Claudia Nachtwey,
Redakteurin
Tel. 0177 398 38 91
nachtwey@mundus-online.de



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



Jörg Christian Bornhoff,
geschäftsführender Herausgeber



Nadine Rohpeter,
Verkaufsleitung
Tel. 05541 95799-15
rohpeter@mundus-online.de

**Sie erreichen unsere Redaktion
und unseren Verkauf unter:**

05541 95799-0

Nachhaltig besser hören!

Mit Akku-Hörgeräten
von draeger+heerhorst

- 👉 Wir nehmen uns Zeit für Sie. Testen Sie gern unverbindlich verschiedene Hörgeräte.
- 👉 24 Stunden perfektes Hörerlebnis mit einer Akkuladung.
- 👉 Kein lästiger Batteriewechsel.
- 👉 Per Bluetooth über das Smartphone Musik hören und telefonieren.
- 👉 Beste Klangvielfalt durch neueste Technik.
- 👉 Das Hörgerät passt sich automatisch an Ihr Umfeld an.
- 👉 Wohlfühlanpassung durch neueste Anpasstechnologie.
- 👉 Wir arbeiten mit deutschen Markenherstellern zusammen.



Kostenloser
Hörtest –
gleich Termin
vereinbaren!

Pflegeset & Charger
im Wert von 259,00 €
geschenkt!*



* Bei Vorlage dieses Coupons und Kauf eines Akku-Hörgerätes. Abbildung kann abweichen.



**draeger
heerhorst**

DAS AUGE DES EICHSFELDES

DRAEGER+HEERHORST GMBH & CO. KG
MARKTSTR. 39 # DUDERSTADT # T 05527 94 36 66
MARKTSTR. 1 # GIEBOLDEHAUSEN # T 05528 99 95 99
BAHNHOFSTR. 25 # LEINEFELDE # T 03605 538 70 33
WWW.DRAEGERUNDHEERHORST.DE



Kriminalp

Neue Ära der Kelly-Inseln mit Filmpremiere und Buswerbung

Der Kurzfilm zum Kelly-Insel-Projekt, der in den Grundschulen als Lehrfilm diente, ist in die Jahre gekommen. Nun wurde in Duderstadt ein neuer Kelly-Film gedreht und erweitert um einige aktuelle Aspekte die Gewaltprävention. Initiatoren sind der Duderstädter Polizist und Präventionsbeauftragte Dierk Falkenhagen und das Team der Stadtentwicklungsgesellschaft Duderstadt 2030, Susanne Bednorz und Stefan Burchard.

Die Filmpremiere wurde im Beisein der beteiligten Schülerinnen und Schüler, Unterstützer und Sponsoren im Duderstädter Ballhaus gefeiert. Persönliche Grußworte gab es von Bürgermeister Thorsten Feike und Rainer Nolte, Direktor der Polizeiinspektion Göttingen. Zur Einstimmung wurde der bisher in den Schulen genutzte 20 Jahre alte Kelly-Film gezeigt, der ein Schmunzeln in die Gesichter zauberte: Telefonzelle, Telefonkarte oder Polizisten in grünen Uniformen kennen die Kinder von heute nicht mehr. Ein moderner Kelly-Film wäre also dringend notwendig, um die Kinder mit den Inhalten zu erreichen, meinte das Team der Initiatoren.

Im November 2022 starteten die Dreharbeiten mit Duderstädter Viertklässler*innen. Angelehnt an den filmischen Vorgänger werden die Kinder im neuen Lehrfilm dafür sensibilisiert, nicht mit Fremden mitzugehen, sich bei seltsamen Erlebnissen Gesprächspartner wie Angehörige oder Lehrer zu suchen, aber z.B. auch – und das ist neu – keine Fotos und private Informationen an Fremde im Internet weiterzugeben.

Dass auch Kinder Persönlichkeitsrechte haben und deutlich Nein sagen dürfen, wenn ihnen etwas unangenehm ist, wurde zudem beim Auftritt des Chores der Janusz-Korczak-Grundschule musikalisch verdeutlicht. Um das Kelly-Projekt in der Region noch vertrauter und sichtbarer zu machen, sind die im Film beteiligten Kinder nun auch auf einer Scheithauer-Buswerbung im gesamten Landkreis zu sehen.





Prävention

Mit dem Kelly-Insel-Logo zeigen Geschäfte und Institutionen, dass Kinder dort Hilfe finden, wenn sie ohne Begleitung Erwachsener in beängstigende Situationen geraten. Bereits im Vorschulalter werden die Kinder bei Stadtrundgängen mit den Kelly-Inseln vor Ort vertraut gemacht. Zentraler Baustein der Prävention ist dann der Unterricht in den Grundschulen, wo Kinder anhand des Films selbst Lösungsansätze erarbeiten können, aber auch im richtigen Verhalten geschult werden. Und auch die Eltern werden mit einbezogen und während eines Elternabends über Themen und Ziele der Kriminalprävention informiert. Zum Abschluss der Filmpremiere überreichte Karl-Robert Wüstefeld, Leiter des

Polizeikommissariats Duderstadt, noch eine Spende über 820 Euro, die beim Benefizkonzert des Polizeiorchesters für das Kelly-Insel-Projekt zusammenkam.

Seit 2007 gibt es in Duderstadt die Kelly-Inseln, initiiert vom langjährigen Kontaktbeamten Karl-Robert Müller (*) und seiner Kollegin Gudrun Nixdorff. An dem Kriminalpräventionsprojekt zum Schutz von Kindern sind in Duderstadt über 40 Geschäfte und Institutionen beteiligt, im niedersächsischen Eichsfeld mit den Samtgemeinden Gieboldehausen und Radolfshausen sind sogar über 60 Kelly-Inseln verzeichnet.





Netzwerktechnik Leinemann

Der Partner bei WLAN und Glasfaser

Der Duderstädter Fachinformatiker Thomas Leinemann bietet mit seinem unabhängigen Jungunternehmen Hilfe bei allen Fragen zu Glasfaseranschlüssen, WLAN, Telefonie und LAN an. Mit dieser kompakten Bündelung der Angebote nimmt er eine Sonderposition ein und hat sich sogar beim Innovationspreis der Region Göttingen beworben.

In Duderstadt und den zugehörigen Dörfern schreitet der Glasfaserausbau mit großen Schritten voran für eine wettbewerbsfähige Zukunft. Allerdings sind viele Bürgerinnen und Bürger noch etwas verunsichert im Hinblick auf die neue Technik mit direktem Hausanschluss. Netzwerktechnik Leinemann bietet umfassende Unterstützung an – beginnend bei der Beratung vor der Verlegung und Vorbereitung im Rahmen des Ausbaus bis

zur Installation vor Ort nach der Bereitstellung des Anbieters.

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

Thomas Leinemann blickt auf eine 20-jährige Berufserfahrung zurück und hat sich im April 2023 selbstständig gemacht. Mit allen neuen Kommunikationstechniken ist er bestens vertraut. Seit dem Start seiner Firma hat er schon über 100 Anschlüsse in der Region neu eingerichtet und das Vertrauen seiner Kundinnen und Kunden gewonnen, die eine schnelle Hilfe direkt vor Ort zu schätzen wissen.

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



Deutsche Glasfaser Ausbau in den Ortsteilen von Duderstadt erfolgreich gestartet

Der Glasfaserausbau in Duderstadt hat Mitte September erfolgreich in Desingerode und Esplingeroode begonnen. Der von Deutsche Glasfaser beauftragte Baupartner mih GmbH führt parallel die Hausbegehungen durch und ist mit diesen jetzt auch in Werxhausen und Nesselröden gestartet.

Der Ausbau einer komplett neuen Glasfaserinfrastruktur ist ein komplexes Infrastrukturausbauprojekt, das mit jeder Menge Koordinationsaufwand und Detailplanung verbunden ist. Oftmals ist es das größte Infrastrukturprojekt in der Geschichte einer Kommune. Während der Ausbauerarbeiten kann es kurzzeitig zu Einschränkungen beim Straßenverkehr kommen. Selbstverständlich sind wir bemüht, die Belastung für Sie auf ein Minimum zu reduzieren – so sollen Häuser und Geschäfte beispielsweise jederzeit erreichbar bleiben. Dank hochmoderner Verlegeverfahren werden die jeweiligen Straßenabschnitte in der Regel am selben Tag geöffnet und wieder - zunächst provisorisch - verschlossen.

Die Hausbegehungen sind wichtig, damit der Baupartner gemeinsam mit den Kundinnen und Kunden festlegen kann, wo und wie die Leitungen auf dem Grundstück verlegt werden. Auch die Installationswege im Haus werden gemeinsam festgelegt. Standardmäßig erfolgt eine kostenlose Installation im Keller oder Erdgeschoss.

Individuelle Lösungen können Kundinnen und Kunden am Tag der Begehung mit dem Baupartner besprechen und vereinbaren.

Der beauftragte Baupartner kommt direkt auf die Kundinnen und Kunden zu, um einen Termin für die Hausbegehung zu vereinbaren. Sollte er beim Hausbegehungstermin niemanden antreffen, hinterlässt er eine Karte zur erneuten Kontaktaufnahme im Briefkasten.

Zur Sicherheit unserer Kundinnen und Kunden verfügen alle Mitarbeiter von Deutsche Glasfaser bzw. des Baupartners über Mitarbeiter-Ausweise, die jederzeit vorgezeigt werden können. Hier ist eine ID-Nummer vermerkt, die jederzeit über die Servicenummer von Deutsche Glasfaser 02861 - 890 600 geprüft werden kann.

Auch während der Bauphase können interessierte Bürgerinnen und Bürger noch Verträge zu Sonderkonditionen abschließen. Informationen erhalten sie persönlich im Servicepunkt von Deutsche Glasfaser (Bahnhofstraße 18, 37115 Duderstadt, Montag: 11:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 18:00 Uhr), telefonisch unter 02861 - 890 600 oder online unter www.deutsche-glasfaser.de. Fragen beantwortet zudem die kostenlose Bau-Hotline von Deutsche Glasfaser unter 02861 - 890 60 940 montags bis freitags in der Zeit von 8 bis 20 Uhr.

GLASFASER HIER & JETZT



Persönliche Beratung und Buchung.
Im Servicepunkt Duderstadt.



99. Weltspartag

Gewinnspiel und tolle Überraschungen in den Sparkassen-Geschäftsstellen

2023 findet der Weltspartag zum 99. Mal statt. Dafür hat sich das Team der Sparkasse Duderstadt wieder allerhand einfallen lassen. Allerdings ist zu beachten, dass der eigentliche Weltspartag am 30. Oktober in diesem Jahr auf den Brückentag vor dem Reformationstag fällt.

Daher finden die Weltspartags-Aktionen direkt nach dem Feiertag am 1. und 2. November 2023 in den beiden Geschäftsstellen Duderstadt und Gieboldehausen statt.

Junge Sparerinnen und Sparer haben an beiden Tagen die Möglichkeit, ein tolles Geschenk abzuholen, wenn sie den Inhalt ihrer Spardosen auf ihr Sparbuch einzahlen. Mit etwas Glück stehen außerdem hochwertige Preise beim großen Knax-Gewinnspiel in Aussicht. Dazu gilt es, ein Rätsel auf dem Knax-Flyer zu lösen, den es ebenfalls in den Sparkassen-Geschäftsstellen gibt. Preis A ist eine Toniebox, Preis B ein Skaterroller und Preis C ein Kinogutschein für 4 Personen im Movietown Eichsfeld in Duderstadt. Unter den Teilnahme-Coupons mit den richtigen Lösungen werden die Gewinner*innen ausgelost. Auf den Coupons kann auch angekreuzt werden, welcher Preis im Fall eines Gewinns gewünscht sei. Und noch weitere Überraschungen sind geplant. Ein persönlicher Besuch lohnt sich also genau so wie fleißiges Sparen.

Da Kinder heute auch schon in jungen Jahren mit Geld in Berührung kommen - über das Taschengeld, Bargeld zum Geburtstag oder selbst verdientes Geld im ersten Schülerjob - sollten sie frühzeitig an einen verantwortungsvollen Umgang mit Geld gewöhnt werden. Eltern stellen sich oft die Frage, welches Taschengeld in welchem Alter sinnvoll ist oder wie sie ihre Kinder zum Sparen auf größere Wünsche animieren können. Wertvolle Tipps dazu gibt es ebenfalls bei der Sparkasse, entweder online bei sparkasse.de unter der Rubrik „Sparen für Kinder“ oder bei einer persönlichen Beratung in einer der Filialen.



Duderstädter Musiker räumen ab

Kulturpreis des Landkreises Göttingen 2023



Preisverleihung Kulturpreis des Landkreises Göttingen. Foto: Dana Rotter

Der Kulturpreis des Landkreises Göttingen stand im Jahr 2023 unter dem Motto "Musik ist Vielfalt". Bei der Preisverleihung in Herzberg sind vor allem Duderstädter Musiker auf dem Siegertreppchen gelandet. Der Singer/Songwriter Andreas Leinemann steht auf Platz 1, auf Platz 3 die Duderstädter Band Me and Chelsea.

Der Kulturpreis wird alle zwei Jahre ausgelobt. 22 Bewerbungen aus den Genres deutsch- und englischsprachigen Songwritings, Rock & Pop, Rap, Jazz, Klezmer und Klassik gingen ein, darunter Eigenkompositionen und individuelle Cover. Solokünstler, Duos, Bands und ganze Orchester waren dabei.

Andreas Leinemann wollte ursprünglich gar nicht mitmachen. „Musik ist für mich kein sportlicher Wettbewerb, denn wo es Gewinner gibt, gibt es automatisch auch Verlierer. Und das wird dem Musizieren nicht gerecht. Es geht vielmehr darum, ob man die Herzen der Menschen erreichen und einen Mehrwert bieten kann. Und da ist jeder und jede, der oder die das schafft, ein Gewinn.“

Auf den allerletzten Drücker reichte der Duderstädter Musiker doch noch seinen Beitrag ein. Von einem guten Freund sei er dazu nachdrücklich motiviert worden, erzählt er.

Auch die Duderstädter Rock-Band Me and Chelsea hat sich mit einem eigenen Stück beworben, nachdem sie über Kreuzberg on KulTour e.V. auf den Wettbewerb aufmerksam wurde. Der Song Laika handelt von der Angst vor gefährlichen Experimenten, bezieht sich aber auch auf die Hündin Laika als ersten Hund im Weltraum. Die Ethik der Wissenschaft wird in Bezug auf die Grausamkeit gegenüber Tieren hinterfragt.

Die drei Musiker von Me and Chelsea, Simon Meyer (Gesang, Bass), Peter Moneke (Gesang, Gitarre) und Peter Jänicke (Schlagzeug) freut es sehr, dass sie auf dem Siegertreppchen gelandet sind und Bronze geholt haben – auch wenn sie ebenfalls die Musik in Wettbewerben schwer vergleichbar finden.

“Ein wichtiges Ziel ist es für uns, die HörerInnen mit unserer Musik zu berühren. Diese Rückmeldung haben wir mit dem Preis bekommen. Bestätigung haben wir auch für unsere Mission, die Sixties-Rock-Pop-Fahne hochzuhalten”, so das Statement der Band. Seit 2022 gibt es Me and Chelsea mit einem Longplayer sowie zwei EPs auf den Streamingkanälen.

Auf Platz 2 landete die Göttinger Band Front Porch Picking. Eine Live-Übertragung der Preisverleihung gab es von Radio Leinewelle.

LadiesNIGHT in Volkerode

**Do. 02. Nov. 2023
18.00 - 21.00 Uhr**

Zur LadiesNIGHT erstrahlt die Scheune in schönstem Lichterglanz.

Genießen Sie bei einem Glas Prosecco die neuesten Dekoideen und unsere Freundinnen-Angebote.

Gesa Starke | Oberdorf 11 | 37124 Volkerode
Tel.: (05509) 1893 | Mobil: (0170) 4 79 72 03
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 10 - 18 Uhr
Sa 10 - 14 Uhr



Kinder gestalten den Festakt bei der Auszeichnung zur Kinderrechteschule.

Für die Rechte der Kinder

St.-Elisabeth-Grundschule erhält das UNICEF-Siegel "Kinderrechteschule"

Die St.-Elisabeth-Grundschule in Duderstadt wurde mit dem UNICEF-Siegel „Kinderrechteschule – Wir leben Kinderrechte“ ausgezeichnet. Im Rahmen eines festlichen Programms, gestaltet von den Schülerinnen und Schülern, nahm Schulleiterin Tanja Niederstraße die Urkunde von Kirsten Leyendecker, Koordinatorin des Kinderrechteschulen-Programms bei UNICEF Deutschland, entgegen.

Im Schuljahr 2020/21 startete das Niedersächsische Kultusministerium das Kinderrechteschulen-Programm, das von UNICEF mit weiteren Kooperationspartnern in vielen Ländern weltweit durchgeführt wird. Im Verbund Süd-Ost-Niedersachsen werden inzwischen 43 Schulen von Trainer*innen auf ihrem Weg zur Kinderrechteschule begleitet. Im Landkreis Göttingen hat nur die Duderstädter St.-Elisabeth-Schule teilgenommen.

Ziel ist es, Kinderrechte dauerhaft im Schulalltag zu verankern sowie ein partizipatives und integratives Lernumfeld für alle Kinder zu schaffen. Im Rahmen des Kinderrechteschulen-Trainings wurde ein 7-stufiges Programm durchlaufen, bestehend aus Präsenzveranstaltungen, Selbstlern-Einheiten und Aufgaben. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Schulen das Zertifikat „Kinderrechteschule“ vom niedersächsischen Kultusministerium.

„Wir sind die einzige Schule im Landkreis Göttingen, die an dem Programm teilgenommen hat und das Siegel Kinderrechteschule erhält“, erklärte Tanja Niederstraße. „Das erfüllt uns mit Stolz. Darüber hinaus verstehen wir es als Verpflichtung, uns auch nach der Zertifizierung beherzt und auf vielfältige Weise für Kinderrechte einzusetzen. Nur wer seine Rechte kennt, kann sich dafür einsetzen, dass sie hier bei uns und überall auf der Welt eingehalten und verteidigt werden.“

Nach dem zweijährigen Coaching durch die UNICEF-Trainerin Susanne Blome und großem Engagement der Schülerinnen und Schüler hat die St.-Elisabeth-Grundschule die UN-Konvention über die Rechte des Kindes nun fest im Schulalltag und Schulkonzept verankert. Koordinatorin Kirsten Leyendecker betonte: „Überall dort, wo Kinderrechte gelebt werden, werden Kinder gefördert und gestärkt. Sie bekommen die Chance, mit ihren kreativen Ideen unsere Welt und ihre Zukunft mitzugestalten. Mit unserem Kinderrechteschulen-Programm möchten wir möglichst vielen Kindern in Deutschland den Weg dafür ebnen.“

Um die Kinderrechte auch in der Öffentlichkeit sichtbar zu machen, haben die Schülerinnen und Schüler der St.-Elisabeth-Schule in Kooperation mit der Stadt Duderstadt 15 wetterfeste Tafeln mit Audiotationen im Stadtgebiet angebracht, die über einen QR-Code abzuhören sind. Eingesprochen wurden sie von den Kindern selbst. An jeder Station wird jeweils ein Kinderrecht erklärt. Auch die Orte der bunten Tafeln wurden bewusst ausgesucht. So befindet sich z.B. das Recht auf Gesundheit an einer Apotheke, das Recht auf Mitbestimmung am Stadthaus, das Recht auf eine eigene Religion vor einer Kirche, das Recht auf Freizeit, Spiel und Erholung an einem Spielplatz oder das Recht auf Schutz vor Gewalt bei der Polizei.

Die Feierstunde zur Auszeichnung „Kinderrechteschule – Wir leben Kinderrechte“ haben die Schülerinnen und Schüler selbst gestaltet mit einem herzlichen Willkommen in vielen verschiedenen Sprachen, die an der Schule gesprochen werden, mit Musik und Interviews, worin sie ihre Aktivitäten zu den Kinderrechten schilderten. Glückwünsche gab es von der Stadt Duderstadt, dem Landkreis Göttingen, der Kinder-Uni Göttingen, dem Land Niedersachsen, von UNICEF und auch von den Elternvertretern.

Stoffe sind ihre Leidenschaft

Der Frauenbaumarkt by AnDo in Duderstadt lädt ein zum Ausprobieren – und bietet Näh- und Strickkurse

Friesene Stoffe, feinste Wolle und Garne sowie Nähmaschinen in höchster Qualität und eine Top-Beratung: Seit fast 20 Jahren betreibt Annika Domhöver den beliebten Frauenbaumarkt in der Haberstraße in Duderstadt. Nach der Ausbildung zur Modedesignerin und Damenmaßschneiderin sowie der anschließenden Meisterprüfung in Hannover machte sich die Duderstädterin selbstständig. Sie hat diese Entscheidung bisher nicht bereut. „Ich habe meinen Traum zum Beruf gemacht“, erzählt die Schneidermeisterin und lächelt dabei zu Recht ein bisschen stolz. Heute beschäftigt die 44-jährige fünf Mitarbeiter:innen in ihrem florierenden Geschäft im Herzen der Altstadt von Duderstadt. Darunter sind auch ihre Mutter Rita und ihr Vater Hans-Josef. Annika Domhöver kann heute zudem auf eine große und zufriedene Stammkundschaft zählen.

Hochwertige Stoffe sind die Leidenschaft der Unternehmerin. „Ich wollte schon immer gerne schneidern“, erzählt sie weiter. Mit den eigenen Händen kreativ zu werden, hat sie stets fasziniert. Heute konzentriert sie sich im Hinblick auf das Handwerk vor allem auf den Bereich der Änderungsschneiderei. „Der Bedarf ist riesig“, erzählt Domhöver. Denn zum Glück werden auch in Duderstadt immer weniger Kleidungsstücke weggeworfen, sondern lieber repariert oder umgeändert. „Wir ändern fast alle Textilien“, berichtet Annika weiter. Ihr Team sei aber auch spezialisiert auf die Änderungen von Abendgarderobe oder die Reparatur von Reißverschlüssen.

Reichhaltiges Angebot und Qualität

Die Schneiderei ist jedoch nur ein Teilbereich des Frauenbaumarktes. Ob Stoffe, Wolle und Zubehör, Nadeln, Reißverschlüsse oder Knöpfe jeder Art und Farbe - im Frauenbaumarkt wird jeder fündig. Zudem bietet der Fachhandel Nähmaschinen an, die ein gutes Preis-Leistungsverhältnis haben. Seit einiger Zeit hat sich Annika auch darauf spezialisiert, Nähmaschinen zu reparieren. Ein besonderer Service, der von der Kundschaft gerne angenommen wird, sind zudem die Näh- und Strickkurse für Anfängerinnen und Fortgeschrittene.

Die Qualität muss bei allen Angeboten stimmen. „Wenn wir schlechte Qualität verkaufen würden, kämen die Kunden zurück, um sich zu beschweren, oder bleiben ganz weg. Das versuchen wir natürlich zu vermeiden“, sagt sie. Auch der Service muss passen. „Wir beraten unsere Kund:innen individuell und immer gerne“, erläutert Domhöver. Mehr Infos unter www.frauen-baumarkt.de



Seit fast 20 Jahren ist Annika Domhöver Unternehmerin in Duderstadt.



Frauenbaumarkt

— BY ANDO —

ANNIKA DOMHÖVER - SCHNEIDERMEISTERIN

Unser Sortiment:

- Stoffe und Kurzwaren
- Nähmaschinen aller Art
- Wolle und Nadeln
- Näh- und Stickgarne
- Reißverschlüsse und Knöpfe



Unsere Dienstleistungen:

- Änderungsarbeiten an Textilien
- Reißverschluss-Reparaturen
- maschinelles Besticken
- Näh- und Strickkurse
- und vieles mehr!

Unsere Öffnungszeiten:

| | | | |
|----------|-------------------|------------|-------------------|
| Montag | 10-13 14-18 Uhr | Donnerstag | 10-13 14-18 Uhr |
| Dienstag | 10-13 14-18 Uhr | Freitag | 10-13 14-18 Uhr |
| Mittwoch | 9-13 14-18 Uhr | Samstag | 9-13 Uhr |

Haberstraße 25
37115 Duderstadt
Telefon:
05527-849838
0160-5535756

info@frauen-baumarkt.de
www.frauen-baumarkt.de
© #frauenbaumarkt

Training mit der Sportprothese für neue Mobilität

Mit Heinrich Popow bei der Ottobock Running Clinic in Duderstadt
Text Claudia Nachtwey, Fotos Mika Volkmann.

Zum ersten Mal fand die Ottobock Running Clinic in Duderstadt statt. Über ein ganzes Wochenende wurden Menschen mit Bein-Amputationen auf dem Sportgelände Auf der Klappe vom Ottobock-Mitarbeiter und mehrfachem Paralympics-Sieger Heinrich Popow (rechts im Bild) im Laufen mit Sportprothesen trainiert. Dabei ging es nicht in erster Linie um Leistungssport, sondern um Spaß an der Bewegung, Selbstvertrauen und Teamgeist. *Weiter auf Seite*





ottobock.

Die 18 Teilnehmer*innen kamen mit ihren Begleitpersonen aus ganz Deutschland nach Duderstadt. „Manche sind schon länger amputiert, bei anderen liegt die Amputation erst wenige Monate zurück“, sagt Heinrich Popow, der seit 2011 gemeinsam mit Ottobock die Running Clinics initiiert. „Mir selbst hat der Sport nach meiner Amputation so viel gegeben, und davon möchte ich etwas weitergeben. Lange war der Rollstuhl die einzige Option nach einer Beinamputation, aber da hat sich inzwischen viel geändert. Wer wieder Sport treiben möchte, fragt sich allerdings, wie man eine Sportprothese benutzen kann. Um hier zu helfen, haben wir die Running Clinics ins Leben gerufen“, erklärt der ehemalige Profi-Sportler, der außerdem ausgebildeter Orthopädiemechaniker ist. Auch sein Ottobock-Kollege Johannes Floors, ebenfalls Paralympics-Goldmedaillengewinner und Weltrekordler im 400-m-Sprint, unterstützt die Teilnehmer*innen bei ihren ersten Schritten auf den Sportprothesen.

So unterschiedlich die Krankheitsgeschichten der Menschen sind, die zu Amputationen geführt haben, so individuell sind auch der Umgang mit Angst, Frustration, Mut und die persönlichen Ziele. Einige Teilnehmer*innen der Running Clinics möchten ihre

Fitness und das eigene Körpergefühl trainieren, andere spielen schon mit dem Gedanken an Leistungssport, und manche wollen einfach mal ausprobieren, ob sie sich mit einer Sportprothese anfreunden könnten, um wieder mobiler zu werden.

„Bisher fanden die Clinics unter anderem in Japan, China, USA, Brasilien und der Schweiz statt, nun zum ersten Mal in Duderstadt“, sagt Ottobock-PR-Manager Daniel Ernst. Denn nicht nur die Trainingseinheiten auf dem Sportgelände gehören dazu, sondern auch die professionelle Anpassung der Sportprothesen durch Orthopädietechniker*innen von Ottobock, etwas Theorie zur Biomechanik oder allgemeine Informationen, z.B. zum Beantragen einer Sportprothese bei der Krankenkasse. Doch vor allem der Teamgeist steht hier im Vordergrund. „Beim gemeinsamen Abendessen in Duderstadt oder bei lockeren Gesprächen in den Trainingspausen lernen sich die Leute kennen und tauschen ihre Erfahrungen aus. Die meisten haben ihre Unterkünfte im Jugendgästehaus in unmittelbarer Nähe zum Sportgelände“, erzählt Daniel Ernst. Die ersten Schritte auf den federnden Carbonprothesen werden auf dem Sportplatz gewagt. Was bei den erfahrenen Profis Heinrich Popow und Johannes Floors leicht und dynamisch aussieht, ist für die Neulinge zunächst eine Frage der Balance und des Selbstvertrauens. Das Stehen und Laufen auf den Prothesen mit der recht kleinen Auftrittsfläche ist Übungssache. „Es gibt beim Laufen zum Beispiel die Momente, wo nur ein Fuß den Boden berührt oder wo beide Füße in der Luft sind. Dann ist es Kopfsache, die eigene Unsicherheit zu verlieren und die Balance zu finden. Angst hat weniger mit der Behinderung als mit der jeweiligen Persönlichkeit zu tun. Wir wollen den Menschen die Angst nehmen und ihnen helfen, ihre Ziele zu erreichen“, sagt Heinrich Popow.

Einer der Teilnehmer ist der 58-jährige Hannoveraner Jürgen Becker. Im Dezember 2022 wurden ihm beide Beine amputiert, nachdem er durch einen Insektentast am lebensbedrohlichen Waterhouse-Friderichsen-Syndrom erkrankte und mehrere Monate im Koma lag. „Als ich aufwachte, wollte ich mit meinen Beinen die Bettdecke zurückschlagen, weil mir warm war. Aber das



Training mit Heinrich Popow.



Erste Erfolge beim Training mit der Sportprothese.

ging nicht mehr“, erinnert er sich an den Moment, in dem ihm klar wurde, dass sich sein Leben grundlegend geändert hatte. Doch aufgeben war für den vorher schon sportlich sehr Aktiven keine Option, auch wenn die erste Zeit der Hilflosigkeit hart für ihn war. Mit Unterstützung der Medizinischen Hochschule Hannover, insbesondere durch die Amputationsexpertin Dr. Jennifer Ernst, gelang ihm in nur wenigen Monaten der Weg zurück ins selbstständige Leben. Der nächste Schritt bedeutet für ihn: zurück in den Sport. „Ich würde gern wieder Fußball spielen!“, nennt Jürgen Becker einen seiner Gründe, bei den Running Clinics mitzumachen. „Das Gehen funktioniert schon ganz gut mit den Sportprothesen, schwieriger ist noch das Stehen auf der Stelle“, schildert er seine ersten Eindrücke. Doch mit seiner eigenen mentalen Stärke bestätigt er, was Heinrich Popow schon sagte: es ist Kopfsache, wie jemand mit seiner Behinderung umgeht. „Mit meinem Denken beeinflusse ich mein Handeln, und das hat Auswirkungen auf mein Fühlen“, erklärt Jürgen Becker, und sein Lebensgefühl ist inzwischen wieder von Selbstachtung und Optimismus bestimmt.

Einige der jüngeren Amputierten haben bereits bei den Ottobock-Talent-days für Kinder und Jugendliche in Leverkusen teilgenommen, unterstützt vom Deutschen Behindertensportverband und dem TSV Leverkusen. Nun machten sie weiter bei den ersten Running Clinics in Duderstadt, erklärt Daniel Ernst. Die Sportprothesen für beide Veranstaltungen stellt Ottobock zur Verfügung und lässt sie durch erfahrene Orthopädietechniker*innen individuell anpassen. Die Teilnehmer*innen haben so die Gelegenheit, verschiedene sportliche Disziplinen auszuprobieren und ein neues Körpergefühl zu finden. Austausch, Networking und Informationen rund um den Behindertensport machen sowohl die Running Clinics als auch die Talent-days zu einzigartigen Angeboten für Menschen mit Amputationen.



Heinrich Popow macht Mut bei den ersten Balance-Übungen mit der Sportprothese.



Teamgeist steht im Vordergrund.



Zertifikate und Urkunden für die erfolgreiche Teilnahme an der Ottobock Running Clinic.



Der Ottobock-Orthopädiemechaniker Julian Napp passt die Sportprothese bei Jürgen Becker an, bevor es auf den Sportplatz geht.

**Menüpreis
8,50€**

inkl. Lieferung
und Dessert

Einfach bestellen,
liefern lassen und
genießen!



Mittagessen

täglich frisch gekocht

vom 13.11. – 19.11.2023 / 46. Woche

BÜRO &
BETRIEB

FAMILIE
& DAHEIM

Meyer Menü

LIEFERT LECKER

Dienstag – 14.11.2023

| Kaltes Menü | Vegatarisch | Vegetarisch | Vegetarisch | Vegetarisch | Vegetarisch | Vegetarisch |
|--|---|--|---|--|--|--|
| 1 Rostbratwurst mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Zwiebelsauce | 2 Hähnchenfilet mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln | 3 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 4 Linsensuppe mit Gemüse und 2 Wiener Würstchen | 5 Spaghetti Carbonara mit Speck und Schinken in Sahnesauce | 6 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 7 Caesar-Salat mit Mozzarella, Rucola, Croutons und marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen |
| 1 Rostbratwurst mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Zwiebelsauce | 2 Hähnchenfilet mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln | 3 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 4 Linsensuppe mit Gemüse und 2 Wiener Würstchen | 5 Spaghetti Carbonara mit Speck und Schinken in Sahnesauce | 6 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 7 Caesar-Salat mit Mozzarella, Rucola, Croutons und marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen |
| 1 Rostbratwurst mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Zwiebelsauce | 2 Hähnchenfilet mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln | 3 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 4 Linsensuppe mit Gemüse und 2 Wiener Würstchen | 5 Spaghetti Carbonara mit Speck und Schinken in Sahnesauce | 6 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 7 Caesar-Salat mit Mozzarella, Rucola, Croutons und marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen |
| 1 Rostbratwurst mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Zwiebelsauce | 2 Hähnchenfilet mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln | 3 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 4 Linsensuppe mit Gemüse und 2 Wiener Würstchen | 5 Spaghetti Carbonara mit Speck und Schinken in Sahnesauce | 6 Putengeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bäuerlspätzle | 7 Caesar-Salat mit Mozzarella, Rucola, Croutons und marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen |

Mittwoch – 15.11.2023

| 1 Frischer Möhreneintopf mit Bockwurstchen, dazu 1 Brötchen | 2 Paprika-Rähmbraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln | 3 Zarte Kasseler scheiben in mild würziger Käsesahne mit Brokkolisrösschen und Kartoffelrösti | 4 Hackbraten in Kräutersauce mit Speckbrotchen und Salzkartoffeln | 5 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 6 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 7 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 Frischer Möhreneintopf mit Bockwurstchen, dazu 1 Brötchen | 2 Paprika-Rähmbraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln | 3 Zarte Kasseler scheiben in mild würziger Käsesahne mit Brokkolisrösschen und Kartoffelrösti | 4 Hackbraten in Kräutersauce mit Speckbrotchen und Salzkartoffeln | 5 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 6 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 7 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter |
| 1 Frischer Möhreneintopf mit Bockwurstchen, dazu 1 Brötchen | 2 Paprika-Rähmbraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln | 3 Zarte Kasseler scheiben in mild würziger Käsesahne mit Brokkolisrösschen und Kartoffelrösti | 4 Hackbraten in Kräutersauce mit Speckbrotchen und Salzkartoffeln | 5 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 6 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 7 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter |
| 1 Frischer Möhreneintopf mit Bockwurstchen, dazu 1 Brötchen | 2 Paprika-Rähmbraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln | 3 Zarte Kasseler scheiben in mild würziger Käsesahne mit Brokkolisrösschen und Kartoffelrösti | 4 Hackbraten in Kräutersauce mit Speckbrotchen und Salzkartoffeln | 5 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 6 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 7 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter |
| 1 Frischer Möhreneintopf mit Bockwurstchen, dazu 1 Brötchen | 2 Paprika-Rähmbraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln | 3 Zarte Kasseler scheiben in mild würziger Käsesahne mit Brokkolisrösschen und Kartoffelrösti | 4 Hackbraten in Kräutersauce mit Speckbrotchen und Salzkartoffeln | 5 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 6 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter | 7 Gefügelgsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter |

Donnerstag – 16.11.2023

| | | | | | | |
|---|------------------------------------|---|--|--|---|---|
| 1 Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln | 2 Apfel-Plätzchen mit Vanillesauce | 3 Zitronenhähnchen "Ioscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln | 4 Badisches Rahmgeschnetzeltes mit Mohrengemüse und Nudeln | 5 Griechischer Gemüseintopf mit Paprika, Tomaten, Zucchini und Hirtenkäse, dazu 1 Fladenbrötchen | 6 Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat | 7 Schlemmer-Salat mit Schweinefilet, Tomaten, Karotten, Ersben und Lollo Rosso, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen |
| 1 Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln | 2 Apfel-Plätzchen mit Vanillesauce | 3 Zitronenhähnchen "Ioscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln | 4 Badisches Rahmgeschnetzeltes mit Mohrengemüse und Nudeln | 5 Griechischer Gemüseintopf mit Paprika, Tomaten, Zucchini und Hirtenkäse, dazu 1 Fladenbrötchen | 6 Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat | 7 Schlemmer-Salat mit Schweinefilet, Tomaten, Karotten, Ersben und Lollo Rosso, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen |
| 1 Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln | 2 Apfel-Plätzchen mit Vanillesauce | 3 Zitronenhähnchen "Ioscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln | 4 Badisches Rahmgeschnetzeltes mit Mohrengemüse und Nudeln | 5 Griechischer Gemüseintopf mit Paprika, Tomaten, Zucchini und Hirtenkäse, dazu 1 Fladenbrötchen | 6 Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat | 7 Schlemmer-Salat mit Schweinefilet, Tomaten, Karotten, Ersben und Lollo Rosso, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen |
| 1 Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln | 2 Apfel-Plätzchen mit Vanillesauce | 3 Zitronenhähnchen "Ioscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln | 4 Badisches Rahmgeschnetzeltes mit Mohrengemüse und Nudeln | 5 Griechischer Gemüseintopf mit Paprika, Tomaten, Zucchini und Hirtenkäse, dazu 1 Fladenbrötchen | 6 Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat | 7 Schlemmer-Salat mit Schweinefilet, Tomaten, Karotten, Ersben und Lollo Rosso, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen |
| 1 Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln | 2 Apfel-Plätzchen mit Vanillesauce | 3 Zitronenhähnchen "Ioscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln | 4 Badisches Rahmgeschnetzeltes mit Mohrengemüse und Nudeln | 5 Griechischer Gemüseintopf mit Paprika, Tomaten, Zucchini und Hirtenkäse, dazu 1 Fladenbrötchen | 6 Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat | 7 Schlemmer-Salat mit Schweinefilet, Tomaten, Karotten, Ersben und Lollo Rosso, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen |
| 1 Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln | 2 Apfel-Plätzchen mit Vanillesauce | 3 Zitronenhähnchen "Ioscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln | 4 Badisches Rahmgeschnetzeltes mit Mohrengemüse und Nudeln | 5 Griechischer Gemüseintopf mit Paprika, Tomaten, Zucchini und Hirtenkäse, dazu 1 Fladenbrötchen | 6 Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat | 7 Schlemmer-Salat mit Schweinefilet, Tomaten, Karotten, Ersben und Lollo Rosso, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen |

Freitag – 17.11.2023

| | | | | | | |
|---|--|---|---|--|--|---|
| 1 Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladesauce | 2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln | 3 Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsebreis | 4 Rinderbraten "Esterhazy" in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln | 5 Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauc aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesan-Käse abgeschmeckt | 6 Kräuterriehrei mit Schinken dazu Spinat und Salzkartoffeln | 7 Schweine-Geschnetzeltes "Zürcher Art" mit hausgemachten Spätzle |
| 1 Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladesauce | 2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln | 3 Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsebreis | 4 Rinderbraten "Esterhazy" in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln | 5 Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauc aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesan-Käse abgeschmeckt | 6 Kräuterriehrei mit Schinken dazu Spinat und Salzkartoffeln | 7 Schweine-Geschnetzeltes "Zürcher Art" mit hausgemachten Spätzle |
| 1 Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladesauce | 2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln | 3 Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsebreis | 4 Rinderbraten "Esterhazy" in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln | 5 Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauc aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesan-Käse abgeschmeckt | 6 Kräuterriehrei mit Schinken dazu Spinat und Salzkartoffeln | 7 Schweine-Geschnetzeltes "Zürcher Art" mit hausgemachten Spätzle |
| 1 Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladesauce | 2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln | 3 Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsebreis | 4 Rinderbraten "Esterhazy" in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln | 5 Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauc aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesan-Käse abgeschmeckt | 6 Kräuterriehrei mit Schinken dazu Spinat und Salzkartoffeln | 7 Schweine-Geschnetzeltes "Zürcher Art" mit hausgemachten Spätzle |
| 1 Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladesauce | 2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln | 3 Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsebreis | 4 Rinderbraten "Esterhazy" in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln | 5 Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauc aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesan-Käse abgeschmeckt | 6 Kräuterriehrei mit Schinken dazu Spinat und Salzkartoffeln | 7 Schweine-Geschnetzeltes "Zürcher Art" mit hausgemachten Spätzle |
| 1 Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladesauce | 2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln | 3 Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsebreis | 4 Rinderbraten "Esterhazy" in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln | 5 Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauc aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesan-Käse abgeschmeckt | 6 Kräuterriehrei mit Schinken dazu Spinat und Salzkartoffeln | 7 Schweine-Geschnetzeltes "Zürcher Art" mit hausgemachten Spätzle |

Samstag – 18.11.2023

| | |
|---|---|
| 1 2 Hähnchenfilets mit Cocktailltomaten, Gurke, Croutons und gehobinem Gremolata-Padano dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen | 2 Putenschnitzel "natur" in Sahnesauce mit Möhengemüse und Salzkartoffeln |
| 1 2 Hähnchenfilets mit Cocktailltomaten, Gurke, Croutons und gehobinem Gremolata-Padano dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen | 2 Putenschnitzel "natur" in Sahnesauce mit Möhengemüse und Salzkartoffeln |

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



Foto: Peter Schmäring

Gut Herbigshagen

Dachbegrünung auf der "Dachsburg" mit Unterstützung der Sparkasse Duderstadt

650 kleine Sukkulanten wurden auf das Flachdach der „Dachsburg“, der Unterkunft für Schulklassen auf Gut Herbigshagen, gepflanzt. Für die umweltfreundliche Dachbegrünung gab es eine Förderung von 2.000 Euro aus Mitteln der Lotterie „Sparen+Gewinnen“ durch die Sparkasse Duderstadt. Marcus Rode, Leiter Abteilung Firmenkunden bei der Sparkasse Duderstadt, überreichte den Spendscheck an Carolin Ruh, Vorstand der Heinz Sielmann Stiftung.

Andreas Mund, bei der Stiftung zuständig für Garten- und Landschaftspflege, hat die Dachfläche vorbereitet und die robusten Pflänzchen, u.a. Hauswurz und Fetthenne, in die Mulden zwischen dem feuchtigkeitsspeicherndem Lavagranulat eingesetzt. Die neue Dachbegrünung bindet außerdem Schadstoffe, produziert Sauerstoff und wirkt durch ihre verbesserte Dämmwirkung temperatursausgleichend. „Im Winter verhindert sie den Wärmeverlust, im Sommer wird durch die langsame Verdunstung eine zu starke Erhöhung der Innentemperatur verhindert“, erklärte Andreas Mund. Zudem verlängere sich die Lebensdauer des Flachdaches, da dieses besser vor Witterungseinflüssen geschützt sei. „Wir freuen uns, dass wir mit unserer Förderung zur Realisierung dieses nachhaltigen Projektes beitragen können. Die Lotterie Sparen+Gewinnen verbindet seit über 60 Jahren regelmäßiges Sparen mit attraktiven Gewinnchancen und sozialem Engagement“, erläuterte Marcus Rode bei der symbolischen Scheckübergabe. Für eine Projektförderung können sich ausschließlich gemeinnützige Institutionen in Niedersachsen bewerben. „Die Heinz Sielmann Stiftung mit dem Natur-Erlebniszentrums Gut Herbigshagen ist ein Paradebeispiel für eine förderfähige Organisation, da sie vor Ort und landesweit Vorhaben im Bereich der Umweltbildung anbietet, initiiert und unterstützt“, lobte Marcus Rode das Engagement der Stiftung.

Die Pflanzen auf dem Dach der „Dachsburg“ dienen auch als Nektarlieferanten für Wildbienen und andere Insekten und erhöhen die biologische Vielfalt. „Gründächer sind somit eine Investition in die Zukunft. Dank der Förderung kann nun jährlich rund 2.000 Schülerinnen und Schülern der dort untergebrachten 25 Klassen veranschaulicht werden, wie durch eine Dachbegrünung Lebensraum für Insekten entsteht und ein Beitrag zur Verbesserung des Klimas geleistet werden kann“, erklärte Carolin Ruh. Es sei vorgesehen, auch noch eine Photovoltaik Anlage zur Stromerzeugung und Warmwasseraufbereitung auf den restlichen, etwas höher gelegenen Flächen des Daches zu installieren, um dem Ziel einer klimaneutralen Bewirtschaftung des Gebäudes näher zu kommen.

Die „Dachsburg“ steht während der Schulzeiten vor allem als Unterkunft für Schulklassen auf Klassenfahrt zur Verfügung. Während der Ferien werden die Räume auch an Touristen, insbesondere an Familien mit vielen Kindern, vermietet.

Mit Dr. Martina Koch hat die Heinz Sielmann Stiftung auch eine Expertin an Bord, die Unternehmen und Institutionen auf dem Weg zu einem naturnahen Außengelände berät. Mit einer umweltfreundlicheren Gestaltung können Firmen ihre Umweltbilanz verbessern, Kosten reduzieren sowie ihre interne und externe Wahrnehmung verbessern. Infos bei sielmann-stiftung.de

KI – einfach umgesetzt mit DOS

Die DOS Software-Systeme GmbH ist ein branchenunabhängiger Beratungs- und Softwaredienstleister, dessen Fokus die transparente und ganzheitliche Entwicklung von Geschäftsprozessen inklusive der Implementierung von individuellen Softwarelösungen ist. Von den Standorten Wolfsburg, Braunschweig und Hann. Münden bedienen wir unsere Kunden mit Leistungen aus den Bereichen Consulting, digitale Lösungen, Informationssicherheit, Qualitätsmanagement und modernen Softwarelösungen sowie KI.

Wir haben den Fokus, das Beste aus den Prozessen unserer Kunden zu holen und echten Mehrwert für Ihren Unternehmensalltag zu schaffen. Dabei sind wir in der Lage, mit unserem Portfolio vom Großrechner bis zur modernen Cloud oder KI-Applikation die Bedürfnisse unserer Konzernkunden genauso effizient zur bedienen wie unsere Kunden aus dem Mittelstand. Über 35 Jahre Erfahrung in der Beratung und IT machen die DOS zum perfekten Umsetzungspartner für Ihre Prozesse. Wir verbinden die Gegenwart mit der Zukunft.

Wieso sollte ich mich mit dem Thema KI auseinandersetzen?

Weil die Möglichkeiten von KI vielfältig sind und KI eine der am schnellsten wachsenden Technologien unserer Zeit ist. Sie wird nahezu alle Bereiche unseres Lebens beeinflussen, privat wie auch beruflich. Nur wer damit vertraut ist kann besser verstehen, wie diese Technologie funktioniert und wie sie sich auf seine Welt auswirken kann.

KI-Technologie ist schon jetzt in vielen Bereichen in unserer Arbeitswelt präsent. Repetitive und zeitaufwändige Aufgaben können automatisiert werden, damit Mitarbeitende mehr Zeit für die anspruchsvollen Tätigkeiten haben.

Mittels KI-Techniken können neue Potentiale in Geschäftsprozessen erreicht werden, die allein für Menschen nicht möglich gewesen wären. Darüber hinaus bietet KI das Potenzial, den Büroalltag effizienter und produktiver zu gestalten, indem sie Kommunikation und Zusammenarbeit unterstützt.

Und auch in kreativen/gestaltenden Prozessen, wie beispielsweise bei der Softwareentwicklung, bietet KI zahlreiche Möglichkeiten. Durch die Generierung von Codeteilen können Menschen von Standardaufgaben entlastet werden und erhalten mehr Zeit für die schwierigen Herausforderungen.

Wir werden merken, dass die Technologie KI uns Menschen helfen wird, die Lücken zu schließen, die Fachkräftemangel und Effizienzdruck verursachen und damit einen Beitrag für ein weiteres Wachstum liefert. Voraussetzung ist, dass wir die Technologie verstehen und entsprechend einsetzen.

Welche Anforderungen muss ich erfüllen, um KI zu nutzen?

Zunächst muss die Idee für das KI Projekt konkretisiert werden. Dafür ist es besonders wichtig, herauszufinden, ob das vorliegende Problem wirklich durch eine KI abgebildet werden kann und muss.

KI-Modelle werden nicht programmiert, sie werden trainiert. Und das Training erfolgt mit Daten. Diese müssen in ausreichender Menge und Qualität vorhanden sein und die Informationen enthalten, die zur Lösung der Aufgabe notwendig sind. Daher ist der Anteil an Datenanalyse und -vorbereitung in KI Projekten sehr hoch.

Ein häufiger Trugschluss ist die Annahme, dass es die „eine“ KI gibt, jedoch sind in Unternehmen oft individuelle Anwendungen gefragt. Benötigt werden dazu Experten, die über Erfahrungen in der Datenanalyse

Kostenloser Kick-Off-Workshop
Vereinbaren Sie jetzt einen Termin!

und -management, in der Modellauswahl sowie im maschinellen Lernen verfügen, um die passende Lösung zu implementieren. Eine wichtige Rolle spielt auch der (Fach-) Experte innerhalb des Unternehmens, denn sein Wissen macht aus Daten Informationen.

Unser individuelles Angebot für Ihre KI-Lösung

Bei uns können Sie sich dem Einsatz von KI kompromisslos nähern. Unser Ansatz ist modular und sehr transparent: Dabei folgt jedes KI Projekt der DOS folgenden Schritten:

- KI-Readiness Check (Formulierung der Zieldefinition, Definition der Anforderungen)
- Explorative Datenanalyse (Beurteilung der Qualität und Quantität der Daten)
- Proof of Concept (Entwicklung eines lauffähigen Prototyps)
- Realisierung der KI-Lösung inkl. Integration in bestehende Geschäftsprozesse

Unser modularer Aufbau – Ihre klaren Vorteile

- Einfacher und unkomplizierter Prozess, um den Einstieg in die KI-Welt zu erhalten
- Starke Prozess-Involvierung des Kunden und Entscheidungsoption an jedem Modul
- Schnelle Aussage zur Machbarkeit der Projektvision
- Keine hohen Kosten, um die Machbarkeit einer KI-Idee zu erproben
- Kein eigenes KI-Know How des Kunden notwendig



Unser Kollege freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme.

Ansprechpartner: Jörg Janisch

DOS Abteilung: Consulting,
Integrationstechnologie & KI-Entwicklung

Tel.: (+49) 152 – 08997891

Mail: joerg.janisch@dos-online.de

www.ki-machine-learning.de





Verkaufsoffener SONNTAG*

29.10.
2023

Hann.
Münden

12 - 17
Uhr

*nach Erholungsortregelung



**7 Gute Gründe für
den Vor-Ort Einkauf**

1 Es bedeutet, einkaufen bei Nachbarn und Freunden.

Wer kann Sie besser beraten als jemand der weiß, was Sie wünschen, weil er Sie persönlich kennt? Weil er dort lebt, wo Sie leben?

2 Es unterstützt Veranstaltungen, Vereine und Initiativen.

Vereinsleben braucht lokale Unternehmen, denn die Organisatoren brauchen und erhalten oft Sponsoring. Mit jedem Einkauf, Gaststättenbesuch, aber auch jeder Dienstleistung oder Handwerkerauftrag vor Ort unterstützen Sie unser Brauchtum und Bürgerengagement.

3 Es sichert Arbeit und Ausbildung.

Gemeinsam sind lokal wirtschaftende Unternehmen einer der größten Arbeitgeber vor Ort und einer der größten Berufsausbilder. Mit jedem Einkauf und mit jedem Auftrag tragen Sie dazu bei, dass es auch so bleibt und jungen Menschen eine wirtschaftliche Perspektive in der Heimat geboten wird.

4 Es erhält unser historisches Erbe.

Gebäude und Geschichte machen einen großen Teil des Charmes von Hann. Münden aus und sind Anziehungspunkte für Besucher. Eine funktionierende Wirtschaft vor Ort ist immens wichtig, um das zu erhalten - schließlich ist es ja auch erst genau so entstanden.

5 Es erhält die Lebensqualität.

Nicht nur die Geschichte macht einen Ort besonders. Auch die Vielfalt der Einkaufsmöglichkeiten und die Besonderheit der Gastronomie prägen eine Kommune. Je mehr Sie diese Angebote nutzen, desto attraktiver und lebendiger bleibt unsere Region.

6 Es reduziert die Umweltbelastung.

Je weiter Sie für Ihren Einkauf fahren, desto mehr belasten Sie die Umwelt und Ihren Geldbeutel. Ein Einkauf vor Ort bedeutet weniger Energieverbrauch, weniger Staus und mehr Zeit und Geld für andere schöne Dinge.

7 Es stärkt die Investitionskraft.

Jeder Euro, den Sie innerhalb der Stadtgrenzen ausgeben, nutzt vor Ort. Einzelhändler, Gastronomen, Handwerker und Dienstleister zahlen Gewerbesteuer. Diese Steuer ist die wichtigste Einnahmequelle der Stadt.

**LOKAL EINKAUFEN.
REGION STÄRKEN.**

Ausstellungsstücke zum SCHNÄPPCHENPREIS

%



Zeitlose Eleganz

Als Platzwunder ist das DS-747 bestens geeignet für kleine Räumlichkeiten die Armteile können durch einfachste Handgriffe umgeklappt werden. Die Sitzfläche lässt sich durch eine raffinierte Mechanik vergrössern .

DS-747

Abholpreis

14.998.-

~~21.250.-~~



Natürliche Unikate

Das DS 167 Sofa bietet, mit seinem modularen Sitzsystem und der verschiebbaren Rückenlehne, einen perfekten Rahmen für ein entspanntes Sitzen und Liegen.

DS-747

Abholpreis

12.998.-

~~18.475.-~~



Hier trifft hoher Sitzkomfort auf hübsches Design, die den Gesamteindruck des Sofas stimmig abrunden. In diesem Polstermöbel werden sämtliche Qualitäten und Besonderheiten der Marke De Sede zusammengeführt.

DS-0102

Abholpreis

9.898.-

~~13.540.-~~

Moderne Küche zum KNALLERPREIS

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!



Arife Türkmen
0551 38360 112

BORA

KÜCHE TOUCH,
340 schwarz supermatt mit Riva 840
Nussbaum Dekor, ca. 360 x 270 x 120
cm mit BORA-KOCHFELD MIT DUNST-
ABZUG, GP4U/88372, Umluft, Induk-
tionskochfeld 76cm mit Dunstabzug.



AUSGESTATTET MIT GERÄTEN VON



Backofen LBN1114X, EEE A²,
Geschirrspüler LV1527, EEE F¹.

BLANCO

Kühl.-/Gefrier-kombination, 176 l Kühl.
+ 44 l Gefrierteil, KD1550, F¹.

Spülbecken, Edelstahl, 86cm, 87100.



ZUFRIEDENHEITSCHECK
ausfüllen und

200,-

Einkaufsgutschein
kassieren!

WIR BRAUCHEN PLATZ!

Für Messeneuheiten

Ausstellungsstücke bis zu

58% reduziert



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



MÖBEL JAEGER
macht glücklich

111
Jahre

Besuchen Sie uns
auf Social Media



Göttingen-Weende | Lutteranger 10 | Tel.: 0551 38360-0 | Di. - Fr. 10 - 19 Uhr | Sa. 9.30 - 18 Uhr | Mo. Ruhetag

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

Es weihnachtet sehr!

Unsere Adventsreisen auf einen Blick

04. - 05.12.2023

Advent im Spessart

12. - 14.12.2023

Adventsreise nach Bischofsgrün

Unsere Tagesfahrten

- 29.11.** Weihnachtsmarkt Celle
- 30.11.** Weihnachtsmarkt Halle an der Saale
- 01.12.** Gänseessen Borken
- 03.12.** Weihnachtsmarkt Hameln
- 06.12.** Weihnachtsmarkt Soest
- 07.12.** Weihnachtsmarkt Goslar
- 09.12.** Adventskonzert mit Vincent & Fernando in Friedrichroda
- 10.12.** Advent in den Höfen von Fritzlar
- 11.12.** Weihnachtsmarkt Weimar
- 15.12.** Weihnachtsmarkt Wolfenbüttel

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

Das ist mein Urlaub.

kassel airport



©Biletskiy Evgeniy/stock.adobe.com

Norwegen

28.01.-02.02.24

12.02.-17.02.24

02.02.-07.02.24

ab Erfurt

ab Erfurt

ab Kassel

IHR LEISTUNGS-KOMPLETPAKET

- 3 spannende Reisekombinationen
- Spektakuläre Landschaft hautnah erleben
- Polarlichthauptstadt Tromsø

ab

1.818,-



©JaniKarppaPhoto

Trendziel Pyhä

03.02.-10.02.24

10.02.-17.02.24

17.02.-24.02.24

ab Berlin

ab Erfurt

ab Dresden

IHR LEISTUNGS-KOMPLETPAKET

- Unterkunft im Herzen des Pyhä-Nationalparks
- Individual-Urlaub im finnischen Trendziel
- 3-Tage-Skipass inklusive

ab

1.339,-



©bublik_polina/stock.adobe.com

Finnischer Winterzauber in Lappland

**15 TERMINE IM WINTER
8 REGIONALE FLUGHÄFEN**

IHR LEISTUNGS-KOMPLETPAKET

- Polarlichtzauber
- Rentier- und Huskyschlittenfahrt
- Blockhäuser und Hotels zur Auswahl
- 6/7/8-tägige Erlebnisreise

ab

1.399,-



Mandelblüte auf Mallorca

Reisen Sie dem Frühling entgegen: Die größte Insel der Balearen ist ein Paradies für Natur- und Wanderfreunde - mit milden Temperaturen.

Termine:
07.02.-14.02.24
14.02.-21.02.24
21.02.-28.02.24

Im Reisepreis enthalten:

- Bahnanreise 1.Kl. zum Flughafen
- Flug ab verschiedenen deutschen Flughäfen
- Transfers
- Ausflüge in landesüblichen Reisebussen
- Tramfahrt von Puerto de Soller nach Soller
- 7 Übernachtungen im 4****Hotel Don Antonio in Paguera
- Halbpension
- 3 Mittagsimbisse
- Speziell qualifizierte Studiosus-Reiseleitung
- Eintrittsgelder

p.P. im Doppelzimmer **ab 1.895€**
2.220€ im Einzelzimmer



Elbphilharmonie & Staatsoper in Hamburg

Lernen Sie die Musikmetropole von ihren zwei schönsten Seiten kennen - mit einem Konzert im Großen „Elphi“-Saal und einer Ballett- oder Opernaufführung in der Staatsoper

Termine:
16.02.-19.02.24
01.03.-04.03.24
05.04.-08.04.24
03.05.-06.05.24
05.07.-08.07.24

Im Reisepreis enthalten:

- 3 Übernachtungen im 4 **** Hotel Ameron Speicherstadt
- Frühstück, ein Abendessen in einem Restaurant
- Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- Hafenrundfahrt
- Konzert- und Ballett- bzw. Opernkarte
- Speziell qualifizierte Studiosus-Reiseleitung
- Eintrittsgelder

p.P. im Doppelzimmer **ab 1.145€**
1.320€ im Einzelzimmer

Mobilheim statt Altenheim, eine Alternative für altersgerechtes Wohnen?

Anzeige



Sind Sie bereits in einem Lebensabschnitt, in dem Sie darüber nachdenken, wo und vor Allem wie Sie leben möchten?

Zusammen bei den Kindern, zu jung für eine Seniorenresidenz oder lieber doch in das Altenheim?

Neben der Gesundheit schätzen es die „golden Ager“ besonders, auch im Alter ein eigenständiges Leben führen zu können. Spezielle Senioreneinrichtungen wie das Altenheim haben heute zwar viele Strategien mit denen den Bewohnern viel Komfort und Lebensqualität geboten werden kann, doch nicht immer ist es das, was sich Seniorinnen und Senioren wünschen.

Im eigenen Heim, das ebenerdig erreichbar ist, barrierefrei und altersge-

recht ausgestattet, mit einem kleinen Grundstück in geselliger Nachbarschaft wäre die richtige Lösung.

Nicht vereinsamen, sondern täglich soziale Kontakte pflegen und vielleicht in einem gemeinsamen Garten das eigene Gemüse anbauen?

Auf der Terrasse sitzen, den anderen zuschauen oder einfach nur die wärmende Sonne im Alter genießen?

Und wenn es dann noch jemanden gibt, der die Besorgungen oder Arbeiten erledigt, die man selbst nicht mehr erledigen möchte oder kann, wäre der Alltag perfekt organisiert.

Im Wesertal und nur knapp 45 km entfernt von Göttingen, entsteht gerade ein Mobilheimpark mit Betreuungsangeboten, speziell für die „Golden Age Generation“.

Dort wo sich der hessische und niedersächsische Radweg treffen und zahlreiche Wanderwege ins Grüne führen, wo der Autoverkehr fern ab der Wohnung liegt und die Weser beruhigt in ihrem natürlich Flußlauf liegt, entsteht gerade auf dem Weser-campingplatz Weißehütte, ein Mobilheimpark mit speziellen Angeboten für die ältere Generation.

Mit großzügigen Türöffnungen und barrierefreien Bädern wurde die Grundlage für altersgerechte Wohnformen, sogar bis Pflegegrad 2, geschaffen.

Jedes Wohnmodell kann auf die individuellen Wünsche abgestimmt werden und auch die häuslichen Möbel und privaten Dinge können an dem neuen Naturstandort eine Berücksichtigung finden.

Ob Ein- oder bis zu Drei-Raum-Lösungen, von 35 qm bis 60 qm Wohnfläche, gibt es nahezu unbegrenzte Möglichkeiten der Gestaltung.

Ein Mobilheim mit altersgerechtem Grundriss als unkomplizierte Option, ist eine neue Form von Lebensqualität.



Wir suchen Testpersonen/Senioren für unseren Mobilheimpark mit altersgerechten Grundrissen

Sind Sie bereits in einem Altersabschnitt, in dem Sie darüber nachdenken, wo und vor allem wie Sie leben möchten?

Eine gute Alternative, die dennoch den Ruhestand in respektvoller Gesellschaft bietet, ist ein altersgerechtes Domizil auf dem Land.

Das Mobilheim für Senioren als unkomplizierte Option.



Auf unserer naturnahen Campinganlage im Wesertal, errichten wir jetzt einen speziellen Mobilheimpark, mit altersgerechten Angeboten.

Unsere erschwinglichen Domizile sind ebenerdig erreichbar und barrierefrei ausgestattet.

Wir bieten einen besonderen Service und Unterstützung bis Pflegegrad 2.

Jetzt bewerben und schnell die Vorteile im eigenen Heim, mit Hotelkomfort genießen.

Weitere Auskünfte unter:

Campingplatz Weißehütte
Herr Schmidt
Weißehütte 1
34399 Wesertal
Telefon 05574 9989994



Gelungener Drehstart für den Krimi „WESERBLUT“

Anfang Oktober begann die Arbeit für das Film-Team und viele Komparse

In der malerischen Stadt Hann. Münden wird eine Leiche im Fluss entdeckt. Ein Augenzeuge sah eine Person in altertümlicher Kleidung vom Fundort flüchten. Dieser mysteriöse Fall führt die Ermittler um Kommissarin Elena Kappstett (gespielt von Sina Zadra) von dem Göttinger Hauptkommissar Thomas Winkler (Eugen Bauder) und dem Göttinger Staatsanwalt Rodenbusch (Udo Schenk) auf eine Spur ins 18. Jahrhundert. Das ist die Geschichte des Krimis Weserblut von Jakob Gisik, der sowohl als Produzent, Regisseur und Autor als auch als Kameramann des spannenden Krimis fungiert. Am ersten Drehtag ebenfalls dabei: der Göttinger Schauspieler Prashant Jaiswal, bekannt aus zahlreichen Tatorten, Stromberg, Männerherzen und vielem mehr.

Am ersten Drehtag in diesem Jahr war Jakob Gisik mehr als glücklich. „Wir sind mit dem Verlauf bisher sehr zufrieden“, sagte Gisik. Am ersten Film-Set an der Weserumschlagsstelle, dort wo eine Leiche

gefunden wurde, lief alles nach Plan, die Stimmung im Produktions-Team war ausgelassen. Die Verpflegung stimmte und das Wetter spielte ebenfalls mit.

Dem Team steht eine anstrengende Produktionszeit bevor. Nach dem erfolgreichen Casting von Komparse aus der Umgebung von Hann. Münden sind nun 26 Drehtage geplant, von denen 24 in der Stadt Hann. Münden stattfinden sollen. Der Kinofilm soll laut Plan Ende des Jahres 2024 fertig gestellt werden, „Wann der Film dann in die Kinos kommt, hängt vom Verleih ab“, sagt Gisik. Er rechnet damit, dass der 90-minütige Krimi Mitte 2025 in den Kinos zu sehen sein wird. Die Finanzierung sei noch nicht vollständig abgedeckt, erklärt Gisik. Rund 70 Prozent der finanziellen Mittel sind sichergestellt.

WESERBLUT



Angehörige können zur sicheren Medikation beitragen

Viele pflegebedürftige Menschen benötigen Unterstützung bei der täglichen Medikation. Nicht selten übernehmen Angehörige diese verantwortungsvolle Aufgabe. Sie können damit entscheidend zur Medikationssicherheit beitragen. Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) bietet hierfür Informationen und praktische Tipps.

Viele pflegebedürftige Menschen wenden regelmäßig Medikamente an, zum Beispiel Tabletten, Tropfen oder Salben. Dabei werden sie oftmals von Angehörigen unterstützt. Damit sind verantwortungsvolle Aufgaben verbunden, wie Medikamente besorgen, aufzubewahren, richtig anwenden oder an die Einnahme erinnern. Solche Tätigkeiten bergen das Risiko von Irrtümern und Missverständnissen – und damit von Medikationsfehlern. Diese können zu schweren Gesundheitsproblemen führen, etwa zu Herz-Kreislauf-Problemen, Verwirrtheit oder Stürzen, aber auch zu Nieren- und Leberschäden. Das Risiko für Medikationsfehler steigt mit der Anzahl der Medikamente und ist gerade bei einer Multimedikation hoch, das heißt, wenn mindestens fünf ärztlich verordnete Wirkstoffe gleichzeitig angewendet werden. Das gilt für rund 60 Prozent der pflegebedürftigen Menschen in Deutschland.

„Bei der Medikation zu helfen ist eine verantwortungsvolle und anspruchsvolle Aufgabe. Deshalb sollten pflegende Angehörige hier gut informiert sein, zum Beispiel darüber, wofür, wann, wie und in welcher Dosis ein Medikament angewendet werden soll, was bei der Lagerung zu beachten ist und welche Neben- und Wechselwirkungen auftreten können“, sagt Daniela Sulmann, Geschäftsleiterin und Pflegeexpertin der gemeinnützigen Stiftung Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP). Hierfür bietet das ZQP unter www.zqp.de einfach verständliche Informationen. Zudem gibt es eine Vielzahl an konkreten praktischen Hinweisen, beispielsweise zum Umgang mit Schluckproblemen bei der Tabletteneinnahme und zur Unterstützung von Menschen mit Demenz bei der Medikation. Eine wichtige Grundregel für pflegende Angehörige ist, die Medikamente so anzuwenden, wie ärztlich verordnet. „Jegliche Fragen zur Medikation und auftretende Probleme sollten zeitnah bei den Fachleuten angesprochen werden. Auch wenn zusätzlich nicht verschreibungspflichtige Medikamente angewendet werden, sollte die Ärztin oder der Arzt darüber informiert werden. Denn auch diese Mittel können zu problematischen Wechselwirkungen beitragen“, so Sulmann.

Pflegende Angehörige sollten grundsätzlich fachlichen Rat zur Medikation einholen, empfiehlt Sulmann. Die erste Anlaufstelle hierfür sei die Hausarztpraxis der pflegebedürftigen Person. Dort wäre auch ein Medikationsplan erhältlich, der helfen könne, den Überblick zu behalten. Gesetzlich Krankenversicherte haben Anspruch auf einen solchen Plan, wenn sie mindestens drei Arzneimittel anwenden, die über den Blutkreislauf wirken. Zudem können pflegende Angehörige in Apotheken zu verschiedenen Fragen rund um den richtigen Umgang mit Arzneimitteln Beratung einholen. Auch eine Medikationsanalyse könne man dort durchführen lassen. Diese ist bei einer Multimedikation einmal jährlich oder bei Umstellung der Medikation kostenlos. Daneben weist Sulmann auf die Möglichkeit fachlicher Beratung und Hilfe durch Pflegefachpersonen wie zum Beispiel Pflegedienste hin: Diese könnten hinzugezogen werden, insbesondere wenn es um Fragen zur praktischen Unterstützung bei der Medikation geht.



Damit pflegende Angehörige ihre Fragen und Probleme zur Medikation gezielt anbringen können und die Informationen der Fachleute nicht verloren gehen, empfiehlt Sulmann sich vorab und während des jeweiligen Gesprächs Notizen zu machen. Man könne die Fachleute auch bitten, ihre Informationen und Empfehlungen kurz zur Mithnahme aufzuschreiben.

zqp



**FÜR
EIN
ANDER
DA SEIN**

...damit 24-Stunden-Pflege gelingt.



Ihr Sascha Thiel

Pflegehelden® Göttingen

05527 - 849 8536

pflegehelden.de

Sofortige Entlastung als Alternative zum Pflegeheim

Ihr Ansprechpartner vor Ort mit 98% Weiterempfehlung

Jederzeit kündbar & volle Kostentransparenz

pflegehelden
Zuhause. Sicher. Gepflegt.



Friederike Smilge und Jens Klie (Foto Johannes Broermann, Caritas Südniedersachsen).

„Sünde? Oder Spaß? Oder selbst schuld?“

Caritas Südniedersachsen präsentiert Wanderausstellung zu Suchterkrankungen

Unter dem bewusst etwas provokanten, aber auch nachdenklich stimmenden Titel „Sünde? Oder Spaß? Oder selbst schuld?“ wurde eine Wanderausstellung zum Thema Sucht in Duderstadt in der Basilika St. Cyriakus präsentiert. Zitate von Suchtkranken, kombiniert mit Erläuterungen aus fachlicher Perspektive, sollen für das Thema sensibilisieren, informieren und Hilfsmöglichkeiten für Betroffene aufzeigen. Die Ausstellung unter der Schirmherrschaft von Sozialreferent Conrad Finger soll nun an weiteren Orten im Landkreis Göttingen gezeigt werden.

Initiatoren der Ausstellung sind die Suchttherapeutin Friederike Smilge und der Sozialarbeiter Jens Klie von der Fachstelle für Sucht und Suchtprävention der Caritas Südniedersachsen. Auf 14 Roll ups werden anhand von Zitaten einiger Klienten aus der Suchtberatung Themen vorgestellt, die verdeutlichen, wie Menschen in die Suchtspirale gelangt sind, aber auch, welche Hilfe möglich ist. „Ängste und Leistungsdruck spielen eine Rolle, aber häufig auch erhöhtes Pflichtbewusstsein, dem man selbst nicht mehr gerecht werden kann“, berichtete Friederike Smilge bei der Eröffnung der Ausstellung von ihren Erfahrungen. Nicht nur das Konsumieren von Drogen führe in Süchte, erklärte die Expertin, sondern auch ein bestimmtes Verhalten kann süchtig machen wie zum Beispiel das Bedürfnis, am Geldspielautomaten die Haushaltstasse aufzufüllen oder bei Computerspielen den belastenden Alltag zu vergessen. Heute sind Verhaltenssüchte als Krankheit ebenso anerkannt wie Drogensucht.

Auch Angehörige benötigten Hilfe. Sie pendelten meistens zwischen drei Verhaltensmustern: Die suchterkrankte Person werde

„in Watte gepackt“ oder ihr werden Vorwürfe gemacht, oder man versucht sie zu kontrollieren. „Alle drei Varianten sind zum Scheitern verurteilt“, erklärte die Therapeutin. Die Ausstellung solle dafür sensibilisieren, dass es jedem Menschen passieren könne, in eine Abhängigkeit zu gelangen. Die Erkenntnis „Ich bin krank geworden“, sei der erste Schritt, um Hilfe zuzulassen, sagte Friederike Smilge.

Thomas Heek, Leiter der Caritas Centren Duderstadt und Göttingen, erklärte, dass die Fachstelle für Sucht und Suchtberatung sowohl als Anlaufstelle für Betroffene zu verstehen sei, als auch Präventionsarbeit an Schulen und Institutionen leiste. Und er betonte, dass Suchtkrankheiten in allen gesellschaftlichen Schichten fest verankert seien. Sucht sei aber kein persönliches Fehlverhalten, sondern eine Krankheit.

Die Ausstellung steht unter der Schirmherrschaft von Kreisrat Conrad Finger, Dezerent für Jugend, Soziales, Bildung, Sport und Kultur. In seiner Ansprache ging er auf die soziale und gesundheitliche Abwärtsspirale bei einer Sucht ein und wünschte sich in der Gesellschaft mehr Sensibilität im Umgang mit sozialer Ächtung von Suchtkranken. Ziel sei es, Stigmata abzubauen und Suchtkranke darin zu bestärken, Hilfe zuzulassen. Zudem wolle er sich dafür einsetzen, dass die Ausstellung auch in Schulen und weiteren öffentlichen Räumen im Landkreis gezeigt werden könne.

**Anfragen für weitere Ausstellungsorte sind willkommen.
Kontakt zur Suchtberatungsstelle in Duderstadt, Schützenring 1, unter Telefon 05527 981360, web: <https://www.caritas-sued-niedersachsen.de/suchtberatung>.**

SÜNDE? ODER SPASS? ODER SELBST SCHULD?



Ich habe als Handwerker hart gearbeitet, auch mal den 50-Liter-Zementsack alleine auf's Dach geschleppt, damit es schneller geht, als mit dem Förderband.

Jetzt ist meine Schulter richtig kaputt. Alkohol und Ibuprofen habe ich als Schmerzmittel genutzt. Ich musste doch funktionieren, um meinen Job zu behalten.“

SVEN, 37 JAHRE

SÜNDE? ODER SPASS? ODER SELBST SCHULD?



Alkohol wird auch als Schmerzmittel genutzt. Das Schmerzmittel Aspirin greift bei Dauermedikation den Magen, Ibuprofen und Diclofenac den Darm an. Paracetamol in Kombination mit einer Alkoholabhängigkeit beinhaltet ein hohes Risiko für Leberschäden.

SÜNDE? ODER SPASS? ODER SELBST SCHULD?



Mein Vater ist verstorben, als ich 15 Jahre alt war. Ich habe die Verantwortung für meine Mutter übernommen, das Geld war knapp.

In meiner Lehre habe ich schon 70 Wochenstunden gearbeitet. Meine wenige Freizeit war so kostbar, dass ich sie nicht total erschöpft verschlafen wollte.

Ich habe deswegen stark leistungssteigernde Amphetamine, „Pep“, „Speed“, auch mal „Crystal Meth“, genommen.“

SÜNDE? ODER SPASS? ODER SELBST SCHULD?



Amphetamine wirken aufputschend und euphorisierend. Sie waren schon in den 1930er Jahren beliebte Mittel bei Spitzenpolitikern und im Sport. Andauernder Konsum führt zu Nierenschäden, Potenzstörungen und Psychosen.

Gewinnen Sie Ihre Unabhängigkeit mit einem VELA-Triplestuhl



VELA

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



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

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

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

STUDIO
NEUES
SITZEN
bewegt



Malteser Duderstadt

Rikscha-Fahrten für mehr Teilhabe und Mobilität

Ein außergewöhnliches Erlebnis bieten die Malteser in Duderstadt: Vor allem ältere Menschen mit eingeschränkter Mobilität haben die Möglichkeit, sich mit einer Rikscha kostenfrei zu einer Veranstaltung oder zu den Lieblingsorten in der näheren Umgebung fahren zu lassen. Über eine telefonische Terminvereinbarung kann dieser Service genutzt werden.

„Entstanden ist die Idee bei den Maltesern in Göttingen, wo die Rikschas vor allem genutzt werden, um mobilitätseingeschränkte Menschen zu Kulturveranstaltungen zu bringen und auch wieder abzuholen“, erklärt der Duderstädter Rikscha-Koordinator Hans-Joachim Bonitz. In Duderstadt gebe es zwar nicht so ein großes kulturelles Angebot wie in Göttingen, dafür sind aber auch kleine Ausflugstouren möglich, zum Beispiel zur Heinz-Sielmann-Stiftung, zum Sonnenblumenfeld am Kutschenberg oder zu einem Café. Die Zielorte können die Fahrgäste selbst bestimmen. „Manche freuen sich, einfach durch die Natur zu fahren oder in der Duderstädter Innenstadt Orte zu besuchen, die sie von früher kennen“, erklärt Hans-Joachim Bonitz, der auch selbst auf den Rikschas in die Pedalen tritt. Die Fahrten bieten Anlass zu Austausch und Gesprächen, was viele Fahrgäste zu schätzen wüssten.

„Dieses Angebot wird bereits sehr gut angenommen. Daher suchen wir auch weitere RikschaFahrer*innen, die Spaß an einem solchen Ehrenamt hätten“, sagt Jacqueline Haase, Dienststellenleiterin in Duderstadt. Interessierten bieten die Malteser eine kostenlose Ausbildung zum RikschaFahrer inklusive einer Erste-Hilfe-Ausbildung.

Wer eine Fahrt kostenfrei buchen möchte oder Interesse an einer Ausbildung im Rikschafahren hat, kann sich bei den Maltesern melden.

Kontakt: Telefon 05527 989260,
E-Mail jaqueline.haase@malteser.org.

Die Malteser-Tagespflege – weil Nähe zählt

Malteser Hilfsdienst gGmbH Tagespflege

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

Warum nicht die Tagespflege?

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

All diese kleinen, aber doch so wichtigen Wünsche sind für die Zufriedenheit von besonderer Bedeutung.
Und das Schöne ist, am Abend kehrt man zurück in das eigene Heim.

Unsere Leistungen:

Individuelle Versorgung
durch zusätzliche Betreuungskräfte

Einbeziehung der Tagesgäste
in Alltagsverrichtungen

Stimulation der Sinne durch vielfältige
Angebote z.B. Duftgarten

Bei Bedarf Grund- und Behandlungspflege
Einbeziehung und Integration der Angehörigen

www.malteser-duderstadt.de

Malteser Hilfsdienst gGmbH
Jaqueline Haase (Dienststellenleiterin)

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



Malteser
...weil Nähe zählt.



Propst Thomas Berkefeld und seine Schwester Monika Berkefeld testen die RikschaFahrten (Fotos Malteser Duderstadt)



Gemeinsame Initiative von der Sparkasse Duderstadt und der Energieagentur Region Göttingen für eine nachhaltige Zukunft.

Die Sparkasse Duderstadt freut sich, eine gemeinsame Veranstaltung mit der Energieagentur Region Göttingen e.V. bekannt zu geben, die darauf abzielt, die Modernisierung von Eigenheimen in unserer Gemeinde zu fördern. Unter dem Motto „Modernisierung leicht gemacht“ werden Eigentümer ermutigt, nachhaltige Veränderungen an ihrer Immobilie vorzunehmen, die nicht nur die Umwelt schonen, sondern auch langfristige Energieeinsparungen und finanzielle Vorteile bieten.

Die Veranstaltung, die am **Montag, den 13. November 2023** um 18:30 Uhr in der Kundenhalle der Sparkasse Duderstadt (Bahnhofstr. 41, 37115 Duderstadt) stattfinden wird, bietet eine gute Gelegenheit für Hausbesitzer und solche, die es noch werden wollen, sich über die neusten Entwicklungen in den Bereichen Solarenergie, Heizungssysteme und Dämmung zu informieren. Leila Morgenroth, Geschäftsführerin der Energieagentur Region Göttingen e.V. sowie die Fachberatung der Sparkasse Duderstadt werden Vorträge halten und Ratschläge für die praktische Umsetzung von Modernisierungsprojekten geben. Als regionaler Ansprechpartner vor Ort, bietet die Sparkasse Duderstadt maßgeschneiderte Finanzierungslösungen an, um den Umbau des eigenen Zuhause zu erleichtern.

Die gemeinsame Veranstaltung zwischen der Sparkasse Duderstadt und der Energieagentur Region Göttingen e.V. unterstreicht unser gemeinsames Engagement für eine nachhaltige und umweltbewusste Zukunft.

Modernisierungsprojekte wie die Installation von Solaranlagen, der Austausch veralteter Heizungssystemen und die Verbesserung der Dämmung können nicht nur die Lebensqualität in den eigenen vier Wänden steigern, sondern auch einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten.

Wir laden alle Interessierten herzlich zur Teilnahme an dieser Veranstaltung ein, um wertvolle Informationen zu erhalten und sich inspirieren zu lassen, wie sie aktiv ihr Zuhause modernisieren und damit gleichzeitig zur Förderung einer nachhaltigen Zukunft beitragen können. Gemeinsam können wir den Weg in eine grünere und energieeffiziente Welt gestalten.

Interessentinnen und Interessenten werden gebeten, sich im Vorfeld anzumelden. Für weitere Informationen zur Veranstaltung besuchen sie unsere Webseite www.sparkasse-duderstadt/events oder melden sie sich direkt zu der Veranstaltung per Mail: marketing@sparkasse-duderstadt.de mit Vornamen, Name, Adresse und Personenanzahl an.



Eichsfelder Berufsfindungsbörse am 10. November 2023

Arbeitgeber aus der Region präsentieren sich am Freitag, 10. November von 12 bis 16 Uhr in der BBS-Duderstadt. „Welcher Beruf passt zu mir?“, diese Frage stellen sich junge Menschen heute mehr denn je. Die Suche nach einem passenden Ausbildungsplatz, gleicht jedoch oft der Suche nach der berühmten Nadel im Heuhaufen.

Bereits zum 20. Mal wird aus diesem Grund die Eichsfelder Berufsfindungsbörse durchgeführt. Ziel ist es junge Menschen bei Ihrer Suche nach Ausbildungsplätzen in der Region zu unterstützen. Auch Firmen aus der Region soll es erleichtert werden, mit Jugendlichen in Kontakt zu treten, um sie für ihr Unternehmen zu gewinnen.

An der Eichsfelder Berufsfindungsbörse 2023 gibt es eine gute Gelegenheit, sich über regionale Ausbildungsmöglichkeiten zu informieren. Hier können Jugendliche direkt mit Unternehmen aus der Region in Kontakt treten. Personalverantwortliche, Ausbilder oder Azubis beantworten gerne Fragen. Und vielleicht findet sich auch einen Praktikums-



platz, um erste Einblicke in die Berufswelt zu gewinnen. Die Eichsfelder Berufsfindungsbörse 2023 findet am Freitag, 10. November von 12 bis 16 Uhr in den Räumen der Berufsbildenden Schulen (BBS) Duderstadt an der Kolpingstraße 4-6 statt.

**Es gibt keinen Planet B.
Werde Klimaschützer!**

**Starte deine Ausbildung im Handwerk und
mache die Welt täglich zu einer besseren.**

Folge uns auf

Was wäre die Welt ohne Handwerk? Als vielfältigster Wirtschaftszweig spielt Handwerk in allen Lebensbereichen eine wichtige Rolle. Egal ob Ernährung, Kleidung, Wohnen, Gesundheit, Reinigung, Technik oder Mobilität: Für alle Bereiche gibt es Handwerksberufe. Handwerk baut, repariert, hilft, schützt, bewegt, modernisiert, erfindet und verbindet. Handwerk schmeckt, ist kreativ und macht schön.

Handwerk leistet einen extrem wichtigen Beitrag zum Klimaschutz. Unser Berater-Team unterstützt dich und deine Eltern gern und vermittelt dich in einen Praktikumsplatz oder in eine Ausbildung. Melde dich bei uns!

Tel: 05121 162-123 | Mobil (auch WhatsApp): 0176 1361 2438
Mail: matching@hwk-hildesheim.de.

Tischler - ein Handwerk mit Zukunft

Holz ist unsere Leidenschaft. Ob Fenster, Türen, Treppen oder Möbel - wir von der Paul Otto Tischlerei arbeiten schon fast 100 Jahre mit dem Werkstoff. Unsere Werkstatt in Langenhagen bei Duderstadt wurde über die Jahre immer wieder ausgebaut und modernisiert. Heute sind wir ein eingespieltes Team aus 18 Mitarbeitern, davon vier Auszubildende - zwei im 3. Lehrjahr und zwei im 2. Lehrjahr. Dazu gehören erfahrene Tischler sowie junge Nachwuchstischler.

Ausbildung ist uns wichtig. Wir bilden den Beruf Tischler in den Bereichen Möbel, Fenster, Türen und Treppen aus.

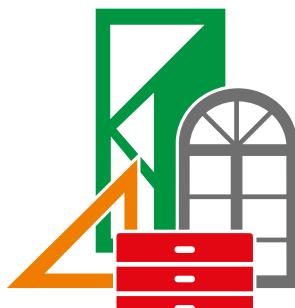
Hast du Interesse am handwerklichen Arbeiten? Teilst du mit uns die Begeisterung für Holz? Bist du kreativ, zuverlässig und einsatzbereit? Dann komm in unser Team. Wir bieten dir einen sicheren und abwechslungsreichen Arbeitsplatz. Eine Übernahme als Geselle nach der Ausbildung ist möglich. Auch unterstützen wir dich bei weiteren Qualifikationen.

Man kann uns ganz unkompliziert über unser Kontaktformular der Homepage www.paulotto.de oder per Telefon 05527-988214 erreichen. Du findest uns auch auf Instagram. In einem persönlichen Gespräch oder am besten auf der Berufsfindungsbörse beantworten wir Dir gerne alle Deine Fragen.

Fenster · Türen · Möbel · Treppen · Innenausbau

PAUL OTTO

Tischlerei GmbH



📍 Zum Freibad 16
 37115 Duderstadt/Langenhagen
📞 05527 / 98 82 0
✉️ info@paulotto.de
🌐 www.paulotto.de



Wirtschaftsprüfer



Steuerberater



Rechtsanwälte



Unternehmensberater



Wir gestalten Chancen.

Ausbildung zum Steuerfachangestellten (m/w/d)

Duales Studium im Bereich Steuerlehre (m/w/d)

Standort: Göttingen Gleichen

#DeineBenefits

- Planbare Karriere mit vielen Optionen
- Azubi Vorteile
- Feedback / Entwicklung
- Direkter Ansprechpartner
- Abwechslungsreiche Aufgaben

#TeamRenneberg



Finde hier mehr zu Deinen Aufgaben, Voraussetzungen und Möglichkeiten.

Schon gesehen? Besuche uns auch auf Instagram.



Verpackungen aus Vollpappe sind die Zukunft. Gerne auch für dich!

Innovativ, nachhaltig, krisensicher: Das ist Smurfit Kappa in Herzberg. Starte am 1. August 2024 durch!

Hier findet jeder einen Beruf, der seinen Stärken entspricht – und eine besonders sichere Zukunft. Interessierst du dich für moderne, computergesteuerte Technik? Bist du handwerklich geschickt? Oder findest du Wirtschaft und Management spannender?

Alles ist drin! Bei Smurfit Kappa in Herzberg freut man sich bereits darauf, dich kennenzulernen. Am 1. August 2024 startet wieder der neue Azubi-Jahrgang.

Das Angebot (jeweils m/w/d):

Industriemechaniker, Packmitteltechnologe, Papiertechnologe, Medientechnologe Druck, Elektroniker für Betriebstechnik, Maschinen- und Anlagenführer sowie Industriekaufleute.

An Smurfit Kappa führt kaum kein Weg vorbei, zum Beispiel im Supermarkt. Überall siehst du innovative Verpackungslösungen für bekannte Marken. Im Herzberger Werk werden viele davon designt, hergestellt und bedruckt. Du wirst staunen, was Vollpappe alles kann! Und was sie dir bietet:

Jeden Monat 1.215 Euro – bereits im 1. Ausbildungsjahr!

Dass die Smurfit Kappa Solid Board GmbH richtig gut zahlt, wusstest du bestimmt. Doch wusstest du auch, wie sinnvoll deine Aufgaben dort sind?

Verpackungen aus Vollpappe schützen unsere natürlichen Lebensgrundlagen. Sie bestehen aus recyceltem Papier und sind vollständig biologisch abbaubar. Weltweit sorgen bei Smurfit Kappa rund 48.000 Kolleginnen und Kollegen in 36 Ländern dafür, den ökologischen Fußabdruck von Verpackungen zu verringern. Ein wichtiger Job, auf den du stolz sein wirst – an der Maschine ebenso wie in der Entwicklung oder im Büro.

Und was ist sonst so für dich drin?

Jede Menge! Gezahlt wird nach Tarif inklusiver wertvoller Zusatzleistungen, zum Beispiel der betrieblichen Altersvorsorge. Schulbücher und Lehrmaterial sind kostenlos – das zahlt Smurfit Kappa für dich. Außerdem bekommst du ein iPad, dass auch privat genutzt werden kann. Nach erfolgreich abgeschlossener Ausbildung gehört es dir.

Ganz gleich, ob du einen Realschulabschluss, Hauptschulabschluss oder die Fachoberschulreife in der Tasche hast: In Herzberg findet du bestimmt einen Beruf, der zu dir passt! Als Azubis seid ihr eine starke Gemeinschaft im Unternehmen. Erfahrene Kolleginnen und Kollegen freuen sich auf die Zusammenarbeit.

Und falls du noch Fragen hast, freut sich

Laura Wucherpfennig auf deine Nachricht!

E-Mail: ausbildung.herzberg@smurfitkappa.de

Weitere Informationen findest du unter www.smurfitkappa.de



1.215 Euro bereits im ersten Ausbildungsjahr!

Herzberg Solid Board GmbH



Voll Bock auf Zukunft?

Als größter Vollpappe-Produzent Deutschlands sind wir einer der sichersten, innovativsten Arbeitgeber im Landkreis Göttingen. Wir bilden dich aus als:

Packmitteltechnologe (m/w/d)

Papiertechnologe (m/w/d)

Medientechnologe Druck (m/w/d)

Industriemechaniker (m/w/d)

Industriekaufleute (m/w/d)

Elektroniker für Betriebstechnik (m/w/d)

Maschinen-/ Anlagenführer (m/w/d)

Alle Vorteile unter

Smurfit Kappa Herzberg Solid Board GmbH
Andreasberger Str. 1 • 37412 Herzberg am Harz
ausbildung.herzberg@smurfitkappa.de
www.smurfitkappa.de



Was kommt nach dem Abitur? Ein Studium mit Perspektive!

Wieder ist ein Schuljahr zu Ende gegangen und wieder steht eine wichtige Frage im Raum:
Was kommt danach?

Studium oder Ausbildung? In welcher Branche? Angesichts der vielen Möglichkeiten fühlen sich junge Leute mit dieser Entscheidung oft überfordert. Das Gesundheitswesen bietet sichere Arbeitsplätze, nicht nur im medizinischen oder pflegerischen Bereich. Auch wer administrative Aufgaben übernehmen möchte, hat im Gesundheitsmarkt hervorragende Aussichten. Ein Blick in aktuelle Stellenausschreibungen bestätigt die guten Perspektiven für gut ausgebildete Jobeinsteiger.

Ausbildung oder Studium?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, den Berufseinstieg ins Gesundheitsmanagement zu meistern. Klassisch geht der Weg dorthin über die seit 2001 etablierte Ausbildung zum/zur „Kaufmann/-frau im Gesundheitswesen“, die in Krankenhäusern, Versicherungen, Arztpraxen und Ambulanzen absolviert wird. Solche Kaufleute sind Ansprechpartner für Versicherte und Patienten, übernehmen vereinzelt Aufgaben im Marketing und rechnen Behandlungen mit Leistungsträgern ab.

Eine aussichtsreiche Alternative zur Ausbildung ist aber ein Studium, zum Beispiel der Bachelor-Studiengang „Management im Gesundheitswesen“ der IST-Hochschule für Management. (www.ist-hochschule.de). Denn die Akademisierung erstreckt sich nicht nur auf die Gesundheitsfachberufe. Aufgrund der Tatsache, dass der Gesundheitsmarkt komplex ist, unter ökonomischen Gesichts-

punkten betrachtet werden muss und eine der größten Wachstumsbranchen in Deutschland darstellt, wird hier der Bedarf an gut ausgebildeten Nachwuchskräften immer größer.

Hinzu kommt, dass ein Studium größere Chancen auf eine Anstellung und auf ein höheres Einkommen eröffnet. Akademiker verdienen bis zum Ende ihres Erwerbslebens rund ein Drittel mehr als Menschen mit einer einfachen Berufsausbildung.

Eigenes Geld verdienen: im dualen Studium ganz einfach

Ein dennoch häufig angeführtes Argument gegen ein Studium und für eine Ausbildung ist, dass Azubis bereits ihr eigenes Geld verdienen, Studierende hingegen nicht. Das gilt so nicht mehr, seit es duale Studiengänge gibt. Arbeitgeber binden auch hier früh hoch motivierte Nachwuchskräfte an ihr Unternehmen und dual Studierende erhalten neben wertvollen Praxiserfahrungen eine Ausbildungsvergütung. Und eben einen akademischen Abschluss.

So auch in der dualen Variante des Bachelor-Studiengangs „Management im Gesundheitswesen“, der sich durch einen mit über 50 % besonders hohen Anteil an branchenspezifischen Inhalten auszeichnet, was den Studierenden ab dem ersten Semester zugutekommt. Sie tauchen somit förmlich in die Materie ein – im Ausbildungsbetrieb sowie im flankierenden Studium. (akz-o)



Werde Teil der Lösung im Kampf gegen Krebs, Demenz und andere Krankheiten

Unsere Technologien helfen dabei, neue Medikamente und Impfstoffe schneller und effizienter zu produzieren.

An unseren Standorten Göttingen, Guxhagen und Ulm hast du die Wahl aus 19 Ausbildungsbereufen und sieben dualen Studiengängen.

Bewirb dich jetzt für deine Ausbildung oder dein duales Studium ab August 2024.

www.sartorius.com/ausbildung

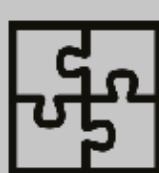














Tischler Holger Strohmeyer (l.) und sein Schüler-Team in der Holzwerkstatt.

Alles unter einem Dach

Berufsorientierung bei der GAB in Duderstadt

Der Fachkräftemangel im Handwerk, in der Gastronomie und in der Pflege ist überall zu spüren. Um Jugendlichen die spätere Berufswahl zu erleichtern und gleichermaßen dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken, bietet der Landkreis Göttingen die Berufsorientierung für die 7. und 8. Jahrgangsstufen der weiterführenden Schulen an. Dazu gehören in Duderstadt auch die Werkstatttage bei der GAB (Gesellschaft für Arbeits- und Berufsförderung) am Euzenberg.

In der Großraumküche klappern die Schüsseln. Achtklässler*innen aus der KGS Gieboldehausen rühren gerade einen Teig an. Nicht nur das Kochen selbst, sondern auch gesunde Ernährung, Küchenhygiene und Service gehören zu den Themen, die Hauswirtschaftsmeisterin Elke Burchard dem jungen Küchenteam nahebringt.

Derweil wird in der Holzwerkstatt gehobelt und gehämmert. Dort entstehen handgefertigte Vogelnistkästen mit einer selbst ausgesägten Verzinkung als Eckverbindung. „Wir hatten schon Jugendliche, die hier das erste Mal ein Werkzeug in der Hand hatten“, erzählt Tischler Holger Strohmeyer, unter dessen Anleitung die Schüler arbeiten. Die Jungen im heutigen Team bestätigen aber, dass sie

verschiedene Werkzeuge bereits kennen. Daher sind einige Nistkästen schon fast fertig.

Werkstättenleiter Tobias Steinert betreut die Gruppe im Metallbau. „Die Jugendlichen lernen, eine technische Zeichnung zu lesen und dann nach dieser Vorlage einen Würfel aus Aluminium herzustellen“, erklärt er. Unter Beaufsichtigung dürfen die Schülerinnen und Schüler in den Holz- und Metallwerkstätten auch an den Maschinen arbeiten.

Weniger staubig geht es in der oberen Etage zu. Hier gibt Katia Pagane Einblicke ins Friseurhandwerk, wobei die Jugendlichen sich gegenseitig stylen oder Lockenwickler in die Haare drehen, aber auch die Grundkenntnisse vom Service am Kunden kennenlernen.

Der studierte Maler, Bildhauer und gelernte Zimmermann Stefan Wißler leitet die Kreativwerkstatt. Zwischen Farbkästen, Pinseln, Scheren, Holzrahmen und Kleber fließen hier verschiedene Aspekte der künstlerischen Kreativität ein, die zum Beispiel im Maler- und Lackiererhandwerk, auch in der Mediengestaltung von Bedeutung sind.

„Außerdem decken wir hier noch die Bereiche Floristik, Schneiderei, Sanitär-Heizung-Klimatechnik, Gesundheit und Handel ab“, ergänzt Alexandra Steinert, die selbst während der Berufsorientierungswochen Handel und Onlinehandel unterrichtet.

Einige der Jugendlichen wissen jetzt schon, dass sie später auch eine Ausbildung im Bereich des hier gewählten Berufszweiges beginnen möchten und sammeln erste Erfahrungen. Andere haben ganz andere Pläne, nutzen aber die Berufsorientierung, um weitere Alternativen entsprechend der eigenen Interessen kennenzulernen. Und wieder andere sind noch unschlüssig und testen ihre eigenen Stärken aus.

Nicht nur der ausreichende Platz für so unterschiedliche Berufssparten unter einem Dach, Parkmöglichkeiten und die gute Erreichbarkeit des GAB-Standortes am Duderstädter Euzenberg waren ausschlaggebend für die Durchführung der Berufsorientierung an diesem Ort, sondern auch die professionell eingerichteten Werkstätten. „Die Voraussetzungen bei der GAB in Duderstadt sind perfekt, um den Jugendlichen ganz vielfältige Einblicke und Praxiserfahrungen zu bieten. Solche Möglichkeiten haben die Schulen nicht“, erklärt Anna Döhne, Projektleiterin des Landkreises. Die Schülerinnen und Schüler der zumeist 8. Jahrgangsstufen haben hier die Chance, an sich selbst neue Fähigkeiten und Interessen zu entdecken, die sich dann auf die Berufswahl auswirken könnten. Bei der Berufsorientierung werden die Wünsche der Jugendlichen in der Auswahl der Berufsfelder, die sie näher kennenlernen möchten, berücksichtigt.

Einen weiteren positiven Aspekt dieser Angebote erklärt Johann Santen, Koordinator der Berufsorientierung am GAB-Standort Duderstadt: „Oftmals erkennen die Jugendlichen erst bei der Praxis in den Werkstätten, wofür sie in der Schule zum Beispiel Flächenberechnung gelernt haben. Das motiviert dann und ist wiederum für theoretische Aufgaben in der Schule förderlich.“

Mit einer Potenzialanalyse, wozu auch die praktischen Übungen gehören, werden die Stärken und Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler ermittelt. Das verschafft nicht nur den Jugendlichen eine bessere Selbsteinschätzung, sondern auch Eltern und Lehrkräften Erkenntnisse zur weiteren Förderung. „Zum Abschluss der Werkstatttagen erhalten alle ihren persönlichen Ordner, wo Bewertungen und Informationen gesammelt werden. Das kann später bei der Vermittlung von Praktikumsplätzen hilfreich sein, und auch die Eltern erfahren von Fähigkeiten ihrer Kinder, die sie vielleicht so noch nicht wahrgenommen haben“, erklärt Julia Adler, Leiterin des Standortes Duderstadt und stellvertretende Geschäftsführerin der GAB.

Gegründet wurde die gemeinnützige Gesellschaft für Arbeits- und Berufsförderung Südniedersachsen (GAB) Ende der 1990-er Jahre in Duderstadt und nahm dort im Jahr 2000 ihre Arbeit auf.

Seit 2015 ist sie Tochtergesellschaft des Landkreises Göttingen. Weitere Standorte sind in Göttingen, Hann. Münden, Wollershausen, Herzberg und Osterode entstanden.



Beim Metallbau mit Werkstättenleiter Tobias Steinert (2.v.l.).



Katia Pagane (r.) gibt erste Einweisungen zum Friseurhandwerk.



Ein Dach vom Fach ...

**Zimmerei und Holzbau
Dornieden & Nolte GmbH**

Bostal 21 · 37115 Duderstadt

www.dornieden-nolte.de

Tel. 05527/998778



David Felkl
Malerfachbetrieb

Blumenau 3
37115 Duderstadt
Telefon 05527 - 998175
Telefax 05527 - 998176
info@maler-felkl.de
www.maler-felkl.de

**Ausführung sämtlicher
Maler- u.
Bodenverlegearbeiten**





Duderstädter Bürgerwald, Text und Fotos Claudia Nachtwey.

EIB

Duderstädter Aktion „Bäumchen am Wegesrand“

Der Bürgerwald wächst weiter – Im Gedenken an den Initiator Günter Reimann

Sein 22. Geburtstag feiert der Duderstädter Bürgerwald durch Baumpatenschaften am Eiergrund an der Straße zur Roten Warte. Bei der Aktion „Bäumchen am Wegesrand“ wurden in diesem Jahr Rekordzahlen der Neuanpflanzungen erreicht. Zur offiziellen Ernennung der Baumpaten 2023 wurden die Patenschaftsurkunden übergeben und anschließend die jungen Bäume mit den jeweiligen Namensschildern gekennzeichnet, oft im Beisein der ganzen Familie.

Jubiläen, Hochzeitstage, die Geburt eines Kindes oder ein Gedenken an geschätzte Angehörige werden zum Anlass genommen, um eine Baumpatenschaft zu übernehmen. Im Bürgerwald stehen schon viele verschiedene Arten wie Eiche, Linde, Ahorn, aber auch Obst- und Nussbäume. „In jedem Jahr werden Exemplare des jeweiligen

Baum des Jahres im Eiergrund angepflanzt, soweit unser Standort dafür geeignet ist, was bisher aber meistens der Fall war. In diesem Jahr ist es die Moorbirke“, erklärt Frank Widera, Leiter des Duderstädter Bauhofs. Sein Team hat bereits im Frühjahr 25 junge Bäume eingepflanzt. Damit hat sich die Zahl vom vergangenen Jahr auf insgesamt 510 Bäume im Bürgerwald erhöht.

Doch das sei noch nicht alles, verrät Frank Widera: Initiator des Bürgerwalds war der engagierte Duderstädter und aktive Rotarier Günter Reimann, der 2022 gestorben ist. Die Aktion „Bäumchen am Wegesrand“ sei ihm jedoch eine Herzensangelegenheit gewesen, daher habe seine Witwe über eine Kondolenzspende weitere 36 Bäume finanziert, die noch im Herbst 2023 vom Bauhofteam eingepflanzt werden. Eine Gedenktafel, gespendet von



Die Baumpaten erhalten ihre Urkunden.



Bauhofleiter Frank Widera hilft bei der Anbringung der Namensschilder.



Baumpaten besuchen ihre Bäume im Bürgerwald.

der Stadt Duderstadt und dem Rotary Club Duderstadt-Eichsfeld, erinnert nun neben einem jungen Baum an das Wirken Günter Reimanns.

“Im Eiergrund ist bis 2027 Platz für weitere Bäume. Daher suchen wir jetzt schon händeringend einen alternativen Ort, wo wir das Projekt anschließend fortführen können”, erklärt der Bauhofleiter. Die Grundidee des Bürgerwalds ist eine Fortführung der Baumpflanzaktionen im Rahmen der Landesausstellung Natur im Städtebau, die 1994 in Duderstadt stattfand. Auch in den folgenden Jahren wurden Patenbäume an Straßen und Wegränder gepflanzt, die nicht nur das Stadtbild begrünten, sondern seither auch einen positiven Beitrag für das Mikroklima leisten. Im Oktober 2000 hat Günter Reimann diesen Grundgedanken weiterentwickelt zum Konzept für den Bürgerwald, der seit 2001 im Eiergrund an der Rote-Warte-Straße wächst.

Wer möchte mitmachen?

Eine Patenschaft kostet einmalig 100 Euro. Die Anpflanzung und Pflege der Bäume übernimmt der Duderstädter Bauhof. Wer sich 2024 an der Aktion „Bäumchen am Wegerand“ beteiligen möchte, kann sich bei Bauhofleiter Frank Widera melden unter:

Telefon 05527 / 987 12 13



Zum Gedenken an den Initiator Günter Reimann.

Eichsfelder Wurstmarkt am 11. und 12. November 2023 in Duderstadt



Eichsfelder Wurst-Markt

11. & 12. November in Duderstadt

Verkaufsoffener Sonntag von 12:00 - 17:00 Uhr

Consulting & Produktion
creativmedia

Treffpunkt
Stadtmarketing
Duderstadt e.V.

Am 11. und 12. November 2023 findet wieder der allseits beliebte Eichsfelder Wurstmarkt statt und lädt alle Feinschmecker und Genussliebhaber zu einem unvergesslichen Wochenende auf der Marktstraße in Duderstadt ein.

Der Eichsfelder Wurstmarkt ist ein jährliches Highlight, das nicht nur lokale Bewohner, sondern auch Besucher von weit heranzieht. In diesem Jahr erwartet die Gäste nicht nur die Eichsfelder Mettwurst, sondern auch andere Spezialitäten wie Schlachtesuppen, frisch geräucherte Forellen, Wild- und Käsespezialitäten, Kartoffelpuffer und Gewürze. Für die jüngsten Besucher steht ein Karussell bereit, das für strahlende Kinderaugen sorgen wird.

Die Geschäfte der Innenstadt laden am verkaufsoffenen Sonntag von 12:00 bis 17:00 Uhr zum Shoppen ein. Die Markttöffnungszeiten sind am Samstag von 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr und am Sonntag von 11:00 bis 18:00 Uhr.

Der Eichsfelder Wurstmarkt ist nicht nur ein Fest für die Geschmacks sinne, sondern auch eine großartige Gelegenheit, die herzliche Gastfreundschaft der Region zu erleben und lokale Produkte zu entdecken.

Ihr Mietwagen-
unternehmen
in Duderstadt

**Jung Reisen
Duderstadt**

seit 1930

Rufen Sie uns an!
05527 98490



Shuttle-Service

Fahrdienst regelmässig oder auch für eine Veranstaltung



Mietwagenverkehr

Schnell zum Einkaufen, Arzt oder Termin



Flughafentransfer

Hin und Zurück vom Flieger oder Zug



Krankentransport

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

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

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



Monat des Gedenkens und der Stille

Warum der November als Zeit der Reflexion und des Abschieds gilt

Der November, oft charakterisiert durch kürzere Tage, fallendes Laub und kühle Temperaturen, hat sich im Laufe der Zeit als Monat des Gedenkens und der Trauer etabliert. Die Natur zieht sich zurück und gibt uns Raum für Reflexion und Erinnerung. Die Bäume verlieren ihre Blätter, genau wie wir uns an diejenigen erinnern, die wir verloren haben.

Es ist eine Zeit, in der viele innehalten, um über das vergangene Jahr nachzudenken, und sich an geliebte Menschen erinnern, die nicht mehr bei uns sind. Der November lehrt uns, dass Abschied ein natürlicher Teil des Lebens ist, und erinnert uns daran, die Momente zu schätzen, die wir mit unseren Lieben haben.



Der symbolische Laubfall im November

Die Verbindung zwischen der Vergänglichkeit der Natur und dem menschlichen Abschied

Jedes Jahr, wenn die Blätter in warmen Rot- und Goldtönen leuchten und schließlich zu Boden fallen, werden wir an die Vergänglichkeit des Lebens erinnert. Der Laubfall im November ist nicht nur ein Zeichen für den Wechsel der Jahreszeiten, sondern auch ein Symbol für den Zyklus des Lebens. Genau wie die Bäume ihre Blätter loslassen, müssen auch wir manchmal loslassen und Abschied nehmen. Doch genau wie die Bäume im Frühling wieder neu erblühen, erinnert uns die Natur daran, dass nach jedem Ende ein neuer Anfang wartet.

 **Sabrina Lautenbach**
Bestattungshaus

**Das familiengeführte
Bestattungshaus in
Duderstadt seit 1949.**


Bestattermeisterin

05527 / 99 81 600
Auf der Spiegelbrücke 15 · Duderstadt
bestattungshaus-sabrina-lautenbach.de



Für den Schritt in die Selbständigkeit

Gründungswoche Deutschland und 5. „Barcamp - women only“

Vom 13. bis 16. November steht wieder der Unternehmer*innengeist im Mittelpunkt der internationalen Gründungswoche. In diesem Rahmen bietet die Gründungsberatung MOBIL rund um das Thema Unternehmensgründung kostenfreie Workshops, Seminare und Beratungstage in Göttingen und Northeim an. „Wir zeigen Interessierten, wie eine Gründung auch unter den aktuellen wirtschaftlichen Bedingungen gelingen kann“, berichtet Projektleiterin Isa Piontek-Seitz.

Gründer*innen den Rücken stärken

Die Seminare befassen sich in diesem Jahr mit dem Themenkomplex Nachhaltigkeit. Wie lassen sich ökonomische und ökologische Nachhaltigkeit bei der Gründung verbinden? Welche Rolle spielt sie im sozialen Bereich? Aber auch über grundlegende Aspekte, wie sich z.B. der Online Handel einbeziehen lässt und die einzelnen Phasen einer Gründung, wird informiert.

Eine individuelle Basisberatung bietet MOBIL am Montag, den 13. November, von 9 bis 15 Uhr in Göttingen und Northeim an. Am 16. November organisiert die Gründungsberatung MOBIL speziell für Frauen das „Bacamp – women only“.

Infos unter: www.bfgoe.de

Raus aus der Miete!

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

Jetzt informieren! Telefon: 0551-5053000

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

Ruhe & Co.

BODENBELÄGE • PARKETT • TAPETEN • SONNENSCHUTZ

Öffnungszeiten der Ausstellung:
Mo. - Fr. von 9.00 - 18.00 Uhr / Sa. 9.00 - 14.00 Uhr

Hannoversche Straße 55 37075 Göttingen
Tel.: 05 51 / 38 90 8 - 40

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



Impressum

Mundus Marketing & Interactive GmbH

Geschäftsführender Herausgeber: Jörg Christian Bornhoff

Sichelsteiner Weg 2, 34346 Hann. Münden,
Tel. 0554195799-0, info@mundus-online.de,
www.mundus-online.de

Kaufmännische Leitung: Claudia Tarsa

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

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

Grafik & Layout: Ahmed Granica (Ltg.),

Paulina Müller, Viktoria Kuke

Social Media: Viktoria Kuke, Michelle Merk,
Timo Pressmann, Celine Dirlein

Vertrieb: Jan Kerff

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

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

Auflage: 15.000 Stk.

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

www.meinregion365.de
Weitere Titel von Mundus:



Ihre Mediaberaterinnen



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



Sie wollen meinDuderstadt als Werbefläche nutzen?

Unsere Mediaberater helfen Ihnen gerne und freuen sich auf Ihren Anruf



Claudia Nachtwey

Redakteurin

Tel. 0177 398 3891



Sinja Nordhausen

Mediaberaterin

Tel. 05541 95799 -18



Nadine Rohpeter

Verkaufsleitung

Tel. 05541 95799 -15



Heidrun Wegener-Kerff

Mediaberaterin

Tel. 05541 95799 -14



Silke Thorhauer

Mediaberaterin

Tel. 05541 95799 -16

VERTEILUNGS- GEBIET



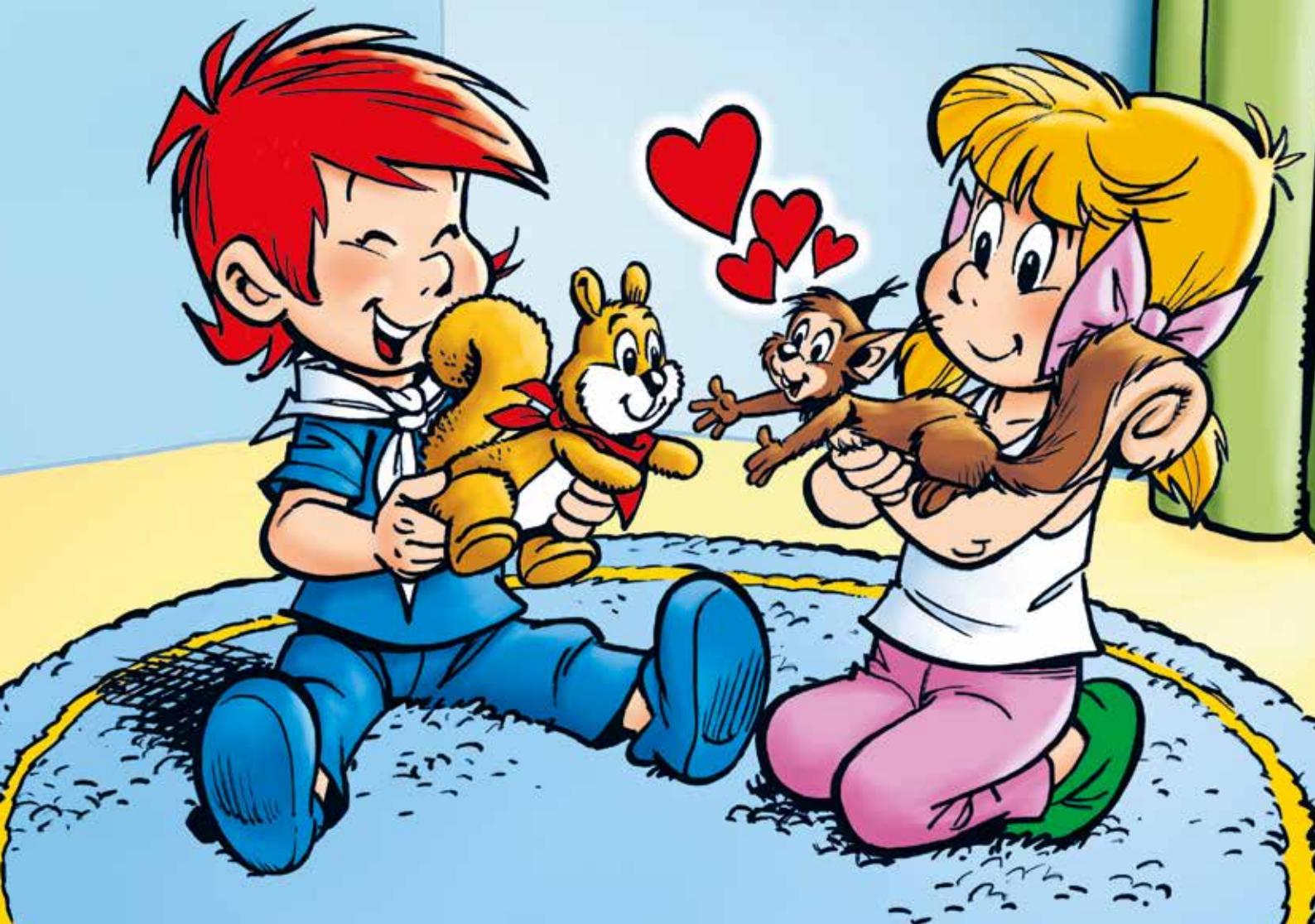
M U N D U S Marketing & Interactive GmbH · Verlag & Full-Service-Werbeagentur

Sichelsteiner Weg 2 | 34346 Hann. Münden | Tel. 05541 957990

info@mundus-online.de | www.mundus-online.de

meinDUERSTADT

Gemeinsam macht alles mehr Spaß!



Komm am 1. oder 2. November
in Deine Sparkasse Duderstadt.
Wir feiern zusammen den
Weltspartag 2023.

sparkasse-duderstadt.de

KNAX

Mit KNAX macht Sparen Spaß!



Sparkasse
Duderstadt