

WOCHEN SPIEGEL AM SONNTAG

HOYER

Dein Energiepartner vor Ort.

Wilhelm Hoyer B.V. & Co. KG
Energie-Service Visselhövede
Rudolf-Diesel-Str. 1 • 27374 Visselhövede
Tel. +49 4262 797

hoyer.de

ANDERS
RESTAURANT
TAGUNG
HOTEL



DJ MarkiMark

ALL IN
€ 89 p.P.

WEIHNACHTS- HAUS PARTY

FR 24.11. & 08.12.
19 - 24 h

JETZT DEINE
WEIHNACHTS-
HAUS PARTY
BUCHEN



ANDERS Walsrode
Gottlieb-Daimler Straße 6-11 | 29664 Walsrode
Tel.: +49 (0)5161 / 607-0 | www.hotel-walsrode.de

Inhaltsverzeichnis 12. November 2023

Walsrode: Der Kulturverein TriBuehne präsentiert eine Hommage an Udo Jürgens.
Seite 3

Walsrode: Anna Neumann glänzt beim Bundespokal im Gerätturnen.
Seite 6

Walsrode: In der Umfrage der Woche geht es in dieser Ausgabe um das Thema Energiekosten.
Seite 4

Kirchlinteln: Die Gruppe Ion-tach präsentiert am 18. November im Lintler Krug irische Musik.
Seite 12

Für ein stabiles Umfeld

BAD FALLINGBOSTEL. Der Landkreis und der Kreispräventionsrat wollen gemeinsam einen kreisweiten Aktionsplan erarbeiten. Ziel ist es, allen Kindern und Jugendlichen die Bedingungen für ein gesundes und stabiles Lebensumfeld zu bieten.

Bereits 2019 wurden im Rahmen einer Schülerbefragung Daten erhoben, die auf entsprechende Faktoren eingingen. Nun wird diese Umfrage wiederholt. Die Ergebnisse sollen als gute Grundlage für das weitere Vorgehen dienen.
Seite 2

Sportliches Modell setzt Maßstäbe

WALSRODE. BMW hat im SUV-Segment innovativ für neue Maßstäbe gesorgt und setzt dies in der Serie X1 fort. Ob mit Diesel, Benzin oder Strom angetrieben, die bayerischen Autobauer lassen die volle Flexibilität. Auch ein Hybridmodell wird mit dem X1 xDrive 30e

angeboten, das bei dezentler Fahrweise 81 Kilometer im Elektromodus zurücklegen kann. Viele praktische Annehmlichkeiten und ein ausreichendes Platzangebot für die Insassen gehören zu den weiteren Pluspunkten des sportlichen Modells.
Seite 11

Spezialitäten aus Sizilien

DIREKT VOM
ERZEUGER!

UNBEHANDELTE ORANGEN

sowie Zitronen, Clementinen, Grapefruit, Gemüse, Oliven, Olivenöl, Honig, Salz u. v. m.

SCHWARMSTEDT (Schienenweg 3, Parkplatz Hol' Ab)

24.11.23 • 15.12.23 • 19.01.24 • 16.02.24 • 15.03.24
jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

WALSRODE (Honerdingen 107, Parkplatz „Heimatliebe“ Wolthers Brotkate)

24.11.23 • 15.12.23 • 19.01.24 • 16.02.24 • 15.03.24
jeweils von 16.00 bis 18.00 Uhr

KIRCHLINTELN (ARMSEN) (Armsener Dorfstr. 12, Parkplatz Gartencenter Oestmann)

01.12.23 • 22.12.23 • 26.01.24 • 23.02.24 • 22.03.24
jeweils von 16.00 bis 17.00 Uhr

Tel: 01 77 - 219 1482

www.spezialitäten-aus-sizilien.de

An Sternenkinder erinnern

Team des Secondhand-Marktes der St.-Laurentius-Kirche spendet für besonderes Projekt

WALSRODE. Das Heidekreis-Klinikum bedankt sich bei den Organisatorinnen des Secondhand-Marktes an der St.-Laurentius-Kirche in Schwarmstedt. Das Team von insgesamt sechs engagierten Müttern – Sabrina Krüger, Uta Hinz, Carola Bokelmann, Anett Kulezki, Frauke Jelden-Schumann und Fabienne Fester – hatte die Organisation des Flohmarktes Anfang 2023 übernommen und spendet die Tischgebühr stets für zwei wohltätige Zwecke: Im Frühjahr ist die Spende für das Kinderhospiz in Walsrode bestimmt und im Herbst für die Sternenkinder-Fotografie im Krankenhaus Walsrode.

Die Sternenkinder-Fotografie ist ein besonderes Projekt, das Familien unterstützt, die ihr Kind während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt verloren haben. Besonders geschulte Fotografinnen begleiten dabei einfühlsam



Spendenübergabe an das Projekt Sternenkinder-Fotografie im Heidekreis-Klinikum Walsrode: (von links) Carola Bokelmann, Inga Diers, Friederike Heusmann und Sabrina Krüger.

Foto: harmonie-in-bildern.de

diese Familien und halten kostbare Erinnerungen in Form von professionellen Fotos fest. Diese Bilder können den Eltern dann helfen, ihre Trauer zu verarbeiten

und eine bleibende Erinnerung an ihr geliebtes Kind zu bewahren. Die Spende von insgesamt 460 Euro ermöglicht es, dieses wichtige Projekt weiterhin zu un-

terstützen. Der nächste Secondhand-Markt findet am 27. April 2024 statt. Anmeldungen sind möglich per E-Mail an flohmarkt-kirche@web.de.



Ab November bei uns!



Der neue Mitsubishi COLT.
Komfortabel. Wirtschaftlich. Zuverlässig.

Kraftstoffverbrauch (l/100 km) COLT Benziner Kurzstrecke 6,7-3,6; Stadtrand 4,8-3,8; Landstraße 4,5-3,7; Autobahn 5,6-4,8; kombiniert 5,2-4,1; CO₂-Emission (g/km) kombiniert 118-92. **Werte nach WLTP.**1**
** Alle Angaben wurden nach VO (EG) 715/2007, VO (EU) 2018/1832 ermittelt. Der WLTP-Prüfzyklus hat den NEFZ-Prüfzyklus vollständig ersetzt, sodass für dieses Fahrzeug keine NEFZ-Werte und keine CO₂-Effizienzklassen vorliegen. **Die tatsächlichen Werte hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaanlageneinsatz etc.; dadurch kann sich der Verbrauch erhöhen und die Reichweite reduzieren.** Weitere Informationen unter mitsubishi-motors.de/colt **1** Die genannten COLT Leistungs-, Verbrauchs- und Emissionswerte sind vorläufige Werte. Endgültige Werte werden nach Abschluss der Homologation vorliegen.

Wilfried Meyer GmbH Albert-Einstein-Str. 10 • 29664 Walsrode
Tel. 05161/911000 • www.mitsubishi-meyer.de

trinkgut GM Willeke GmbH
Gültig vom 13.11. - 18.11.23
Öffnungszeiten: Mo-Sa 8-20 Uhr

Lange Straße 56a • WALSRODE

Herforder Pils o. Export
Kasten = 27 x 0,33 l
(1 l = € 1,12)
zzgl. € 3,66
Pfand

9.99



Vilsa Mineralwasser

versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,7 l
(1 l = € 0,48)
zzgl. € 3,30
Pfand

3.99



Irtrum vorbehalten • Abbildungen nicht verbindlich • Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen • Nur solange der Vorrat reicht • KW 46/23

**DIE NEUE HERBST/ WINTER-
KOLLEKTION VON CALIDA
IST DA!**



Jetzt bei uns
Neuheiten
entdecken!

Gesundheitshaus **Ulbrich**
Orthopädische Werkstätten GmbH & Co. KG

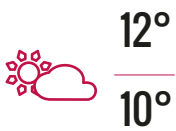
Brückstr. 2-4,
Walsrode
Tel.: 05161/5368

- Mit eigenem Parkplatz - www.gesundheitshaus-ulbrich.de

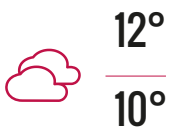


Wettervorhersage

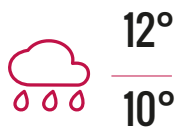
Heute



Montag



Dienstag



Momentaufnahme



Anne-Sophie Pietras
GRZ Krelingen

Haben Sie schon einmal versucht, statt in eine Teekanne den Tee auf einen flachen Teller zu gießen? Ich vermute, die Antwort ist „Nein“. Aber warum denn nicht?

Naja, letztendlich wissen wir, dass dieser Teller den Tee nicht warmhalten wird und das Ausgießen zu einer etwas schwierigen Angelegenheit werden könnte. Wie gut, dass es eine Kanne gibt, die darauf ausgelegt ist. Der Teller aber hat eine andere Aufgabe.

Aber wer hat es sich ausgedacht? Der Töpfer und Schöpfer.

Wie oft erwische ich mich dabei, wie ich andere bewundere. Sie sind schöner, begabter, einfach besser ... Und ich? Was kann ich gut?

Hierbei darf ich mich immer wieder daran erinnern lassen, wer mein Schöpfer ist. Gott, der jeden Menschen geschaf-

fen hat, hat alles in der Hand.

In Jesaja 29,16 wird Gott Töpfer genannt. Folglich sind wir Menschen sein Tonwerk und von ihm mit einem Sinn geschaffen. Und vielleicht sind Sie metaphorisch eine Kanne, damit Sie Tee ausgießen können, und Ihr Nachbar ist eine Schüssel, um Essen aufzubewahren und zu servieren. So hat jeder eine andere Fähigkeit, die nicht weniger wert ist, als die der anderen.

Gott hat einen Plan, fragen Sie ihn danach. Er sieht Sie und nur er allein weiß, was richtig ist.



Gemeinsam für die Präventionsarbeit: (von links) Jens Heuchert, Leiter der Polizeiinspektion Heidekreis, Wolfgang Börner, stellvertretender Vorstandsvorsitzender des Kreispräventionsrates, Kreisrätin Cornelia Reithmeier, Gerd Engel, erster Vorsitzender des Kreispräventionsrates, Landrat Jens Grote, Sandra Wendt, Beauftragte für Jugendprävention bei der Polizeiinspektion Heidekreis, Meike Moogs-Steffens, Bürgermeisterin der Stadt Schneverdingen. Foto: Heidekreis

Wissen, wo der Schuh drückt

Landkreis und Kreispräventionsrat wollen kreisweiten Aktionsplan erarbeiten

BAD FALLINGBOSTEL. Damit allen Kindern und Jugendlichen Bedingungen für ein gesundes und stabiles Lebensumfeld geboten werden können, möchte der Landkreis Heidekreis zusammen mit dem Kreispräventionsrat einen kreisweiten Aktionsplan erarbeiten. Bereits 2019 wurden im Rahmen einer Schülerbefragung Daten erhoben, die auf entsprechende Faktoren eingingen. Nun wird diese Umfrage wiederholt. Die Ergebnisse sollen als gute Grundlage für das weitere Vorgehen dienen.

Viele Kinder und Jugendliche wachsen gesund und sicher auf, stellt der Landkreis in einer Pressemitteilung fest. Sie fänden sich gut zurecht, fühlten sich zugehörig und hätten ein solides Umfeld. Jedoch sei es möglich, dass bei manchen Kindern und Jugendlichen Schwierigkeiten oder auch Ängste auftreten würden.

Vor allem während der Corona-Pandemie wären Jugendliche in besonderen Maßen belastet gewesen und würden zum Teil immer noch mit den Auswirkungen der fehlenden sozialen Kontakte, Lernlücken und mangelnder Bewegung kämpfen. Eine Zunahme an psychischen Erkrankungen sei bemerkbar. Diese Probleme und Ängste könnten zu schulischen Problemen, Depressionen oder Alkohol- und Drogenkonsum führen.

Es sei bekannt, dass diese Schwierigkeiten oft aus ähnlichen Bedingungen entstehen würden. Schulen, freie Träger, die Kommunen und der Landkreis hätten schon Projekte auf den Weg gebracht, die gut funktionieren. Aber auch dort habe während der Pandemie vieles nur eingeschränkt oder gar nicht durchgeführt werden können. Deshalb solle ein kreisweiter Aktionsplan erarbeitet werden.

Anlehnend an die Schülerbefragung von 2019 soll eine neue Umfrage weitere Erkenntnisse bringen. „Gerade die Auswirkungen durch die Pandemie müssen berücksichtigt werden“, sagt Mareike Tari, die als Präventionsfachkraft beim Heidekreis für die Schülerbefragung verantwortlich ist. An der Befragung sollen die sechsten, achten und zehnten Klassen teilnehmen. „Die Schulen wurden bereits informiert und eine breite Teilnahme wird erwartet“, ergänzt Landrat Jens Grote. Die Befragung solle ein umfassendes Bild der Situation im Landkreis Heidekreis geben. „Dies hilft vor Ort in den Sozialräumen, passgenaue Angebote zu stricken, die nicht auf Vermutungen, sondern auf konkreten Ergebnissen basieren“, berichtet auch Kreisrätin Cornelia Reithmeier. Die Einschätzungen, Meinungen und Vorstellungen

der Kinder und Jugendlichen selbst seien von großem Wert. Auch die Schulen würden von den Ergebnissen der Erhebung profitieren, da sie auch eigene Schulberichte erhalten würden und somit die Präventionsarbeit im eigenen Haus auf Zahlen und Fakten aufbauen könnten.

Die Umfrage findet an nahezu allen Schulen im Landkreis statt und startet Mitte November. Anfang kommenden Jahres könne mit den ersten Ergebnissen gerechnet werden. „Die Ergebnisse schauen wir uns natürlich genau an und besprechen sie mit allen Partnern in den Sozialräumen und Gemeinden“, erklärt Gerd Engel, erster Vorsitzender des Kreispräventionsrates. Auf dieser Grundlage könne dann eine gemeinsame Strategie erarbeitet werden, die allen Kindern und Jugendlichen mittel- bis langfristig zugutekommen soll.

Tiere suchen Heimat



Tiere suchen Heimat

HODENHAGEN. Den dreijährigen Kater Gibbs hat das Tierheim Hodenhagen von einem befreundeten Verein übernommen. Er ist dem Menschen zugewandt, möchte aber nur nach seinen Bedürfnissen Kontakt und bestimmt auch sehr deutlich, wie lange er gestreichelt werden möchte. Lässt man ihm seinen Raum, ist er ein sehr an-

genehmer Zeitgenosse.

Andere Katzen braucht Gibbs nicht, er neigt dazu, in der Gruppe Stress zu verbreiten, und sollte im neuen Zuhause Einzelkatze sein. Gibbs braucht zudem unbedingt Freigang im neuen Zuhause.

Wer den süßen Kater kennenlernen möchte, kann jederzeit im Tierheim Hodenhagen unter ☎ (05164) 1626 anrufen und einen Besuchstermin vereinbaren.



Foto: Jacquelin Kasten Fotografie

Eine Trauerfeier für Sternenkinder

Veranstaltung am 24. November

WALSRODE. Am Freitag, 24. November, findet ab 14 Uhr in der Walsroder Friedhofskapelle wieder eine Trauerfeier für Sternenkinder statt. Sternenkinder werden die Mädchen und Jungen genannt, die bei der Geburt oder bereits im Mutterleib gestorben sind. Die trauernden Eltern haben im ökumenischen Gottesdienst und bei der anschließenden Beisetzung an der Sternkinder-Grabstätte einen Ort, um von ihren Kindern Abschied nehmen zu können.

Initiiert wurde diese Trauerzeremonie vor mittlerweile 16 Jahren vom evangelisch-lutherischen Kirchenkreis Walsrode und der katholischen Kirchengemeinde in Zusammenarbeit mit dem Heidekreis-Klinikum. Durch das ehrenamtliche abwechselnde Engagement der verschiedenen Bestattungsunter-

nehmen und Gärtnereibetriebe aus der Region, der Mitarbeitenden des Heidekreis-Klinikums sowie durch den Walsroder Friedhof wird die Beerdigung der Sternenkinder in der Friedhofskapelle ermöglicht. Nach dem ökumenischen Trauergottesdienst findet die Andacht an der Gedenk- und Begräbnisstätte auf dem Friedhof ihren Abschluss.

Ein Ort für Erinnerungen

Eingeladen sind alle Eltern, die Angehörigen und alle, die sich diesen Kindern verbunden fühlen oder selbst betroffen waren und die nun einen Ort und die Gelegenheit der Erinnerung an ihr Kind suchen. Es sind alle eingeladen, ganz unabhängig von ihrer Religionszugehörigkeit. Für Fragen steht Klinikseelsorgerin Ute Hülsmann telefonisch unter ☎ (05161) 6021261 zur Verfügung.



Plakative Straßenaktion

Nach mehreren Veranstaltungen über Armut und Streiks im Handel entschlossen sich Gewerkschafterinnen und Gewerkschafter im Heidekreis zur plakativen Straßenaktion. Auf Wochenmärkten und an der Bundesstraße 214 in Schwarmstedt zeigten sie ihre Forderungen auf Plakaten und diskutierten mit Passanten. Die Aktiven freuten sich über häufige unterstützende Reaktionen wie Daumen hoch und ein Winken aus Fahrzeugen.

Um Arme und abhängig Beschäftigte vor sozialem Abstieg, Hunger und Frieren zu schützen, bräuchte es einen Mietestopp, eine Energiepreisbremse und mehr Lohn statt Sanktion, erklärte Ursula Bock von der Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft. DGB- und Verdi-Sprecher

Heinz-Dieter „Charly“ Braun forderte, statt 100 Milliarden Euro für Hochrüstung auszugeben, das Geld zur Rettung des Gesundheits- und Bildungswesens einzusetzen.

Da die Gewerkschafter seiner Aufforderung, wegzugehen, nicht folgten, sondern ihm ihr vom Landkreis bestätigtes Versammlungsrecht entgegenhielten, habe er Plakate weggenommen. Die Gewerkschafter hätten die Polizei zur Unterstützung rufen müssen. Foto: Uta Muth

Mit eleganter Nonchalance

Hommage an Udo Jürgens: Zwischen deutschem Schlager und französischem Chanson

WALSRODE. Der Kulturverein TriBuehne präsentiert in Kooperation mit Eurostudio Landgraf am Sonnabend, 2. Dezember, eine Hommage an Udo Jürgens, sein Leben und seine größten Hits. Beginn ist um 20 Uhr in der Stadthalle Walsrode. Auf der Bühne sind Christian Mädler, Gudrun Schade und Live-Band zu erleben, Regie: Rainer Steinkamp.

Das Bild des Ausnahme-Entertainers hat sich Millionen Menschen fest eingeprägt: Udo Jürgens umgab eine Aura von eleganter Nonchalance, die von der funkelnden Glitzerwelt des übrigen Showbiz wohltuend abstach. Er folgte keinem Trend, ging mit der Zeit, ohne dem Zeitgeist zu huldigen. Als Musiker und leidenschaftlicher Unterhaltungskünstler bestens ausgebildet, bewegte er sich durch die Welt des deutschsprachigen Schlagers mit Anleihen beim französischen Chanson, bei Jazz und Rock und hielt stets Sicherheitsabstand zum Schunkellied und Gassenhauer.



Einfühlsam und respektvoll nähern sie sich Leben und Werk: Christian Mädler und Gudrun Schade. Foto: Dietrich Dettmann

„Die Welt braucht Lieder“, schrieb Udo Jürgens. Recht hat er, und Christian Mädler und Gudrun Schade schaffen es, die Magie eines großen Künstlers zu beschwören und dabei auch die geheimnisvollen Seiten seiner Persönlichkeit hier und da aufblitzen zu lassen. Einfühlsam und respektvoll tritt Mädler hinter sein Idol zurück, um den einzigartigen Mann am Klavier umso glänzender auf der Bühne wiedererstehen zu lassen.

Gemeinsam mit Gudrun Schade geht er auf eine Reise durch ein bewegtes Leben voller Kreativität, Musik, schöner Frauen und Gesang. Eine vierköpfige Live-Band sorgt für den authentischen Sound.

Die Eintrittskarten können direkt online unter www.kultur-tribuehne.de oder telefonisch unter (01522) 9462061 gebucht werden. Resttickets gibt es dann an der Abendkasse.

Anzeige

Führung durch die Ortsgeschichte

Kulturverein Forum Bomlitz lädt ein

BOMLITZ. Wie nur wenige andere Orte in Deutschland kann Bomlitz auf eine Geschichte als Industriestandort zurückblicken. Die Industrie hat die Region geprägt und sie über viele Stationen zu dem entwickelt, was sie heute ist. Zum 200-jährigen Bestehen des Industrieparks Walsrode in Bomlitz hatten die Firmen des Standorts eine Ausstellung in der Alten Verwaltung Wolff (August-Wolff-Straße 15) ermöglicht.

Historiker Thorsten Neubert-Preine hat sie betreut, inhaltlich erarbeitet und wird am Dienstag, 14. November, ab 16 Uhr für den Kulturverein Forum Bomlitz durch die Ausstellung führen. Die Teilnahme ist kostenlos. In mehreren Abteilungen werden die Gäste mit Exponaten und Dokumenten durch die Epochen der Firmengeschichte geleitet.

Vorteile liegen in der Durchlässigkeit

„HeidekreisDialog“ der SPD zu den geplanten Integrierten Gesamtschulen

DORFMARK. Mit der Entscheidung des Kreistages im Heidekreis, zwei Integrierte Gesamtschulen in Bad Fallingbostal und Walsrode zu gründen, ging ein jahrelanger Streit zu Ende. Beide Schulen sollen beginnend mit dem nächsten Schuljahr aufwachsend gestaltet werden. Um den Bürgern diese Schulform näherzubringen, veranstaltete

die SPD Heidekreis ihren „HeidekreisDialog“ im Dorfmarker Gasthaus Meding. Rund 30 Personen folgten dem Aufruf, unter anderem Vertreter der Gewerkschaften, aber auch Schulleitungen, Lehrkräfte und Familien.

Nach der Begrüßung durch die Landtagsabgeordnete Sebastian Zinke und Aynur Colpan brachte

Mara Gerrits, Schulleiterin einer IGS in Lehrte, den Anwesenden näher, dass die Vorteile eines solchen Systems in der Durchlässigkeit liegen. Zudem würden Schüler aller Niveaustufen parallel ohne Stress unterrichtet. Da eine IGS sehr projektorientiert arbeite, bestehe die Möglichkeit, dass viele Fachrichtungen sich enger verzahnen und

so ganzheitlicher gearbeitet werden könne. Die Lehrkräfte würden die Rolle eines Lernbegleiters einnehmen und die Schüler sich ihre Wege selbst erschließen.

Im Anschluss diskutierten die Anwesenden mit der Schulleiterin über Umsetzungsideen für den Heidekreis und Fragen nach den Ressourcen wurden gestellt.



„HeidekreisDialog“ der SPD zu den Integrierten Gesamtschulen im Heidekreis: (von links) Tatjana Bautsch, Frank Seuberth, Aynur Colpan, Mara Gerrits und Cornelia Baden. Foto: SPD

Anzeige

trinkgut

GM Willeke GmbH

Gültig vom 13.11. - 18.11.23

Öffnungszeiten: Mo-Sa 8-20 Uhr

Herrenhäuser Premium Pilsener
Kasten = 30 x 0,33 l
(1 l = € 1,11) zzgl. € 3,90 Pfand

10.99

Bad Pyrmonter Mineralwasser
versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,75 l (Glas)
(1 l = € 0,55) zzgl. € 3,30 Pfand

4.99

BONUSKARTE
5 Kästen kaufen = 6. Kasten GRATIS*
*zzgl. Pfand

Vilsa Mineralwasser
versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,7 l
(1 l = € 0,48) zzgl. € 3,30 Pfand

3.99

Herforder Pils o. Export
Kasten = 27 x 0,33 l
(1 l = € 1,12) zzgl. € 3,66 Pfand

9.99

Gilde Pilsener o. Lindener Spezial
Kasten = 30 x 0,33 l
(1 l = € 0,91) zzgl. € 3,90 Pfand

10.99

Captain Morgan
Original Spiced Gold
35% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 12,84)

8.99

Krombacher Pils
versch. Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l/24 x 0,33 l
(1 l = € 1,15/1,45) zzgl. € 3,10/3,42 Pfand

11.49

deit Limonaden
versch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0,71) zzgl. € 3,30 Pfand

8.49

Ramazotti
30% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 15,70)

10.99

+ 50 Zusatz-Punkte entspricht rechnerisch € 10,49

Strothmann Weizenkorn o. Kräuterlikör
32% / 30% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 7,13)

4.99

Bree Weine
versch. Sorten
0,75 l Flasche
(1 l = € 4,44)

3.33

Propangas-Füllung
11 kg Flasche
(1 kg = € 2,09)

22.99

Intum vorbehalten • Abbildungen nicht verbindlich • Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen! • Nur solange der Vorrat reicht! • KW 46/23



Umfrage der Woche

Wie gehen Sie mit den erhöhten Energiekosten um?



Horst-Joachim Kohlemann

Bad Fallingbostal

Wir haben Glück, weil die Außentemperaturen noch nicht niedrig sind. Deshalb haben wir unsere Gasheizung nur auf Stufe drei gestellt. Das ist gemütlich, und wir müssen nicht mit Jacken rumsitzen. Unseren Strom erzeugen wir mit einer Photovoltaik-Anlage auf dem Dach selbst. Damit sparen wir erheblich. Aber beim Duschen sparen wir nicht. Beim Einkaufen passt man eben auf und guckt vorher schon nach Angeboten. Trotzdem ist das Einkaufen teuer. Das Leben hat sich sehr zum Nachteil verändert, egal, wo man hinhört.



Siegmund Gerstmann

Ildingen

Es richtet sich immer nach den Personen. Früher waren nicht alle Räume beheizt. Man saß zusammen um einen Kohleofen herum. Die Nachkriegsgeneration ist nicht so verwöhnt. Es gab einen Badetag. Im Einmachtopf wurde Wasser aufgesetzt, und das kam dann in die Zinkwanne. Wir gehen mit Wärmflasche ins Bett. Damit kann man auch Heizkosten sparen. Wir gehen bewusster mit Energie um. Es gab früher längst nicht so viele elektrische Geräte und Anlagen wie heute. Damals saßen wir vor einem Radio zusammen. Heute hat jeder ein Gerät in seinem Zimmer.

Die milde Witterung und deutliche Einsparungen haben im vergangenen Winter dafür gesorgt, dass der Stopp der russischen Gaslieferungen nicht zu einem Gasmangel geführt hat. Die Gasversorgungslage hat sich mittlerweile entspannt, völlig ausschließen wollen Experten eine Notlage aber nicht, vor allem, wenn es länger sehr kalt werden sollte. Einer Umfrage des Forschungsinstituts Yougov entsprechend, machen sich zwei Drittel der Bevölkerung in Deutschland derzeit keine Sorgen, dass im bevorstehenden Winter Erdgas knapp wird. Besorgt sind 24 Prozent der Befragten, zehn Prozent waren unentschieden oder machten keine Angaben.

Weniger heizen als im vergangenen Winter will laut Umfrage knapp ein Drittel der Bevölkerung. Knapp drei Viertel davon gaben als Grund „Geld sparen“ an. Für 14 Prozent ist Solidarität, damit Deutsch-



Timo Klamet

Walsrode

Aktuell ist es so, dass wir es in der Wohnung warm genug haben und noch nicht heizen müssen, da wir mitten in einem Mietshaus wohnen. Meine Freundin ist eigentlich eine Frostbeule und hätte sich schon beschwert, wenn es ihr zu kalt wäre. Es ist eine Gasheizung, und wir müssen sehen, was sie bringt, da wir dieses Jahr erst eingezogen sind. In der alten Wohnung hatte ich eine Fußbodenheizung. Es war immer alles gleichmäßig warm. Da habe ich nach der Abrechnung noch Geld zurückbekommen. Ansonsten können wir schalten und walten, wie wir wollen. Am Duschen wird nicht gespart. Angst vor höheren Kosten habe ich nicht, weil es auch hier allgemein wärmer wird. Doch die Lohnerhöhung deckt nicht die steigenden Kosten.

lands Gasreserven nicht leerlaufen, der Hauptgrund. Zwölf Prozent wollen weniger heizen, um das Klima zu schützen. 52 Prozent gaben an, in diesem Winter nicht weniger heizen zu wollen als im vergangenen. Die Mehrheit davon (61 Prozent) gab als Hauptgrund dafür an, schon wenig zu heizen und daher kein Sparpotenzial zu haben. 23 Prozent sahen keinen Grund dafür. Jeder Zehnte gab als Hauptgrund an, dass es zu unkomfortabel sei.

Ein ähnliches Bild ergibt sich beim Duschverhalten der Menschen: Kürzer, seltener oder kälter duschen will im Winter nur knapp ein Viertel der Befragten – am ehesten, um Geld zu sparen (69 Prozent). Solidarität ist für 16 Prozent der Hauptgrund, zwölf Prozent wollen so das Klima schützen. Gut zwei Drittel gaben an, beim Duschen keine Abstriche machen zu wollen.



Carmen Ehlers

Walsrode

Wir reduzieren das Baden, stattdessen wird geduscht. Wir heizen auch weniger und ziehen stattdessen dickere Socken an. Die Schlafräume und Flure werden nicht mehr geheizt. Da bleiben die Türen geschlossen, und auch bei der Weihnachtsbeleuchtung wird nicht mehr so ein großer Aufwand betrieben, obwohl ich es liebe, wenn alles beleuchtet ist. Im nächsten Jahr wird der Strom günstiger. Doch wir müssen erst aus dem alten Vertrag raus. Ich suche auch Angebote raus und kaufe bewusst ein. Wir haben die Möglichkeit, Vorräte zu lagern. Daher kaufe ich auch immer gleich mehr, wenn haltbare Produkte im Angebot sind. Eine fünfköpfige Familie verbraucht eben entsprechend.



Jessica Sanchez

Dorfmark

Da wir Spanier sind, ist uns immer kalt. Aber wir versuchen, kontrolliert mit einer Zeitschaltuhr zu heizen. Wir halten auch die Kinder an, Strom zu sparen. Wir haben leider eine alte Ölheizung. Man hat schon Bedenken vor dem anstehenden Winter. Wir sind eine fünfköpfige Familie. Mein Mann und ich arbeiten in Vollzeit, und ich habe noch einen Nebenjob. Es wird trotzdem eng, wenn man wieder tanken muss. Man kann nur hoffen, dass sich die Lage irgendwann wieder beruhigt. Es ist aber heutzutage schon ein Muss, sparsam mit der Energie umzugehen, und man sollte die Kinder auf das, was eventuell noch kommt, gut vorbereiten und entsprechend erziehen.



Willi Seemann

Vethem

Man ist erbost über die steigenden Kosten und Energiepreise. Ich habe einen Kamin und heize mit Kaminholz fast das ganze Haus mit drei Etagen. Bereits beim Bau des Hauses habe ich 1978 gut überlegt. Davon profitieren ich, meine Familie und auch mein Mieter heute. Der darf auch nicht frieren. Auch das Wasser zum Duschen zirkuliert durch die Ölheizung. Die ist wiederum mit dem Holzkamin kombiniert. Auf Wärme will ich nicht verzichten.

Horoskope vom 13. 11. 2023 – 19. 11. 2023



Steinbock (22.12.-20.01.)

Los, lassen Sie sich nicht aufhalten. Machen Sie die Nacht zum Tag und schwingen Sie mal wieder das Tanzbein. Als Single sollten Sie sich jetzt nicht in der Wohnung verkriechen. Lassen Sie sich von den verliebten Paaren in Ihrer Umgebung nicht die Laune verderben. Auch Sie werden schon bald eine freudige Bekanntschaft machen. Mit Ihrer Natürlichkeit können Sie schnell überzeugen.



Wassermann (21.01.-19.02.)

Sie werden es schaffen. Halten Sie noch ein bisschen länger durch. Die Gewitterwolken werden schon bald an Ihnen vorbeiziehen. Behalten Sie Ihr Ziel immer klar vor Augen und lassen Sie sich nicht vom Weg abbringen. Es gibt einige Menschen, die nur darauf warten, dass Sie aufgeben. Lassen Sie dies nicht zu. Wenn Sie daran glauben, wird Sie Ihr Durchhaltevermögen nicht im Stich lassen.



Fische (20.02.-20.03.)

In dieser Woche verläuft alles nach Ihrer vollsten Zufriedenheit. Beruflich aber auch auf privater Ebene sind Sie der Star. Auch ohne Ihr unnötiges Zutun läuft alles nach Plan und alles ist in bester Ordnung. Befürchten Sie nicht immer das Schlimmste. Die Sterne meinen es einfach mal besonders gut mit Ihnen. Ihre Glückszahlen sind: 4,13,15,21,37,49.



Widder (21.03.-20.04.)

Der Alltagstrott hat sich auch in Ihr Liebesleben eingeschlichen. Lassen Sie dies nicht weiter zu. Planen Sie für das Wochenende eine Überraschung für Ihren Schatz. Überraschen Sie ihn mit einem köstlichen Essen oder gehen Sie zusammen tanzen. Bringen Sie wieder mehr Schwung in Ihre Beziehung. Nehmen Sie sich auch die Ratschläge von Freunden zu Herzen.



Stier (21.04.-20.05.)

Liebe geht sprichwörtlich durch den Magen. Probieren Sie doch mal ein neues Rezept aus und verwöhnen Sie Ihre Liebsten. Mit ein wenig Geschick wird Ihnen dies ausgezeichnet gelingen. Im Familienleben läuft alles nach Plan. Sie müssen sich keine Sorgen machen und können sich auf ein besonders harmonisches Wochenende freuen. Es gibt keinen Grund zu klagen.



Zwillinge (21.05.-21.06.)

Sie haben die schweren Probleme hinter sich gelassen. Ihr Körper und Geist sind im Einklang und Sie haben zur Ruhe gefunden. So schnell lassen Sie sich jetzt nicht aus der Fassung bringen. Bleiben Sie Ihren Prinzipien treu und treffen Sie so die richtigen Entscheidungen. In der Liebe geht es bergauf. Wenn Sie noch auf der Suche sind, dann sollten Sie auf Ihr Bauchgefühl vertrauen.



Krebs (22.06.-22.07.)

Weihnachten steht schon bald vor der Tür. Ihre kreative Ader ist in dieser Woche besonders ausgeprägt. Machen Sie schon alles festlich dekoriert und die Geschenke für Ihre Lieben besorgt? Versuchen Sie in diesem Jahr doch etwas Selbstgemachtes zu verschenken. Ein gestrichter Schal, selbstgekochte Marmelade oder ein schönes Fotoalbum? Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.



Löwe (23.07.-23.08.)

Wenn etwas mal nicht nach Ihrer Zufriedenheit läuft, dann machen Sie sich gerne mal aus dem Staub. Sie schalten auf Durchzug und gehen weiter Ihren Interessen nach. Haben Sie schon mal probiert sich in Ihr Gegenüber hineinzuversetzen oder sich mit dem Problem zu beschäftigen? Probieren Sie es doch einfach mal aus. Es wird Ihnen neue Sichtweisen aufzeigen.



Jungfrau (24.08.-23.09.)

Sie haben tolle Ideen und diese sollten Sie auch versuchen umzusetzen. Sie werden zwar anfangs auf Widerstand stoßen, jedoch können Sie auch schon bald Ihre Mitmenschen überzeugen. Wenn Sie an eine Sache glauben, dann lassen Sie sich diese auch nicht so schnell ausreden. Lassen Sie sich nicht entmutigen. Es sind tolle Ideen, für welche Sie schon bald belohnt werden.



Waage (24.09.-23.10.)

Bleiben Sie weiterhin so hartnäckig. Vertreten Sie Ihren Standpunkt konsequent weiter. Beruflich geht es nach einer längeren Durststrecke langsam wieder bergauf. Begeistern Sie Ihre Vorgesetzten mit Ihrer motivierten und hilfsbereiten Art. Zum gewünschten Erfolg können auch ein paar Überstunden verhelfen. Stellen Sie Ihre berufliche Karriere für eine kurze Zeit vor das private Glück.



Skorpion (24.10.-22.11.)

In dieser Woche kann Sie so leicht nichts aus der Bahn werfen. Schon lange aufgeschobene Dinge packen Sie jetzt an. Sie stecken voller Tatendrang und lassen sich davon auch nicht abhalten. Hut ab vor Ihnen! Denken Sie jedoch auch daran, dass Sie sich regelmäßige Pausen gönnen. Passen Sie auf, dass Sie die Warnsignale Ihres Körpers nicht überhören.



Schütze (23.11.-21.12.)

Die Sterne meinen es in dieser Woche besonders gut mit Ihnen. Glücksplanet Jupiter unterstützt Sie bei beruflichen Belangen und stärkt auch Ihre finanzielle Situation. Liebesgöttin Venus schenkt Ihnen eine besondere Ausstrahlung, was Ihr Selbstbewusstsein stärkt. Sie können jetzt leicht neue Bekanntschaften schließen. Glauben Sie an die günstige Stellung der Sterne.

Tipps zur Förderung von Wildbienen

Rolf Witt zu Gast in Bad Fallingbostal

BAD FALLINGBOSTEL. Ein großes Thema in der Umweltdiskussion sind Wildbienen und andere Insekten. Gegen den Rückgang der Biodiversität gilt es, Lösungen zu finden, die zum Erhalt von natürlichen Lebensräumen beitragen können. Die faszinierenden Lebensweisen der sehr artenreichen Insektengruppe sind den meisten Menschen bislang unbekannt. Am Donnerstag, 16. November, ab 19 Uhr wird Rolf Witt aus Edewecht, Wildbienen-Fachmann und Buchautor, einen Vortrag „Strategien gegen das Insektensterben in Bad Fallingbostal“ halten. Die Veranstaltung findet im Ratssaal, Vogteistraße 1, statt und ist eine öffentliche Fraktionssitzung von Bündnis 90/Die Grünen. Gäste sind willkommen.

Nicht nur Gartenbesitzer sollten sich über diese natürlichen Mitbewohner

freuen. Wildbienen sind hervorragende Bestäuber und Schädlingsbekämpfer. Neben den Gefährdungsur-sachen wird auch auf Schutzmöglichkeiten eingegangen. So kann im lokalen Umfeld einiges erreicht werden, wenn die Projekte fachlich gut geplant sind. In der Praxis ist das oft nicht der Fall, was nicht selten zu unbefriedigenden Ergebnissen führt. Eine kritische Betrachtung einiger Projekte kann dabei helfen, bereits gemachte Fehler zu vermeiden.

Der Vortrag soll praktische Tipps zur Förderung von Wildbienen in Siedlungsbereichen und in der umgebenden Natur geben. Anhand eindrucksvoller Bilder und auf unterhaltsame Art will Rolf Witt, der sich seit mehr als 35 Jahren Wildbienen & Co. verschrieben hat, diese wichtigen Themen dem Publikum näherbringen.

Randerscheinung

Über sieben Brücken musst du gehen – gibt es im Heidekreis überhaupt so viele funktionstüchtige Brücken? Momentan stehen vor allem Sanierungsfälle oder Brücken im Vordergrund, die noch nicht ans Wegenetz angeschlossen sind. Es gibt auf der Welt so viele Brücken, und sie sind so wichtig: verbindende Elemente zwischen Landstrichen, Stadtteilen,

Ländern, Flussseiten. Nur wir haben hier gerade ein Brückenproblem. Deshalb kommt man auf einigen Strecken auch nicht einfach von A nach B – weder mit dem Fahrrad noch mit dem Auto. Mit dem Zug sowieso nicht, der fällt mal wieder aus. Keine Leute fürs Stellwerk. Oder vier Stunden Verspätung. Vielleicht darf man trotz-

Sieben Brücken

dem nicht meckern: Neulich staute sich in Oldenburg der Schiffsverkehr – da gab es ein Brückenproblem. Die Kapitäne auf der Hunte haben daraufhin zum Protest laut gehupt. Ob das beim Bahnvorstand angekommen ist, weiß man nicht. Auf jeden Fall bei den Anliegern, die sich sicher auch eine funktionierende Brücke gewünscht

hätten. Genau wie viele Bahnreisende, denn nichts ging mehr. Quasi der Bahn-Normalzustand. In einem Sinne haben wir sehr viele sehr lange Brücken in Deutschland und jeder Tag ist ein Brückentag, denn (wie Ernst Ferstl sagt): „Die längsten Brücken gibt es zwischen Worten und Taten.“

Ulla Kanning

Müller Blumen feiert Jubiläum

Visselhöveder Blumengeschäft besteht seit 50 Jahren - Lichterabend am 24. November

VISSELHÖVEDE. Vor 50 Jahren, am 1. November 1973, eröffnete Wilhelm Müller sein erstes Blumengeschäft am Marktplatz in Visselhövede. In den 70er-Jahren begann sich der Beruf Florist doch stark zu verändern. Die Floristik wurde moderner und vielseitiger und rückte immer mehr in den Mittelpunkt des täglichen Schaffens. In dieser Zeit ergaben sich für das Unternehmen Müller ganz neue Bezugsquellen und das Sortiment an Schnitt- und Topfpflanzen wuchs stetig. Damals schon gab es neben dem klassischen Blumenstrauß auch die passenden Dekorationsartikel. Im Jahr 1987 verlegte Wilhelm Müller sein Geschäft in die Goethestraße, wo es sich bis heute befindet. Stetig wurde das Geschäft modernisiert, ein Verkaufsgewächshaus angebaut sowie eine überdachte Freiverkaufsfläche geschaffen.

Das Warenangebot ist umfangreich, neben Schnitt- und Topfblumen gibt es zu jeder Jahreszeit ausgefallene Dekorationsartikel. Auch saisonale Pflanzen für den Garten gibt es bei Müller. Die Sommerblumen stammen aus dem elterlichen Betrieb in Kirchwalsede, der mittlerweile in dritter Generation vom kleinen Bruder betrieben wird, so Katharina Müller. Das sei ein Alleinstellungsmerkmal in der Region.

Die Hauptpriorität des Unternehmens lag in all den Jahren auf erstklassiger Qualität der Produkte, moderne und kreative Floristik, Zuverlässigkeit und Flexibilität. Katharina Müller betont, dass dies nur mit einem großartigen Team an ihrer Seite möglich sei. Die Mitarbeiter würden einen wesentlichen Teil zum Erfolg des Unternehmens beitragen. „Wir sind ein junges Team und versuchen immer moderne, aber auch

traditionelle Akzente zu setzen.“

Gefeiert wird das Jubiläum im Rahmen der Adventausstellung. Diese beginnt mit einem Lichterabend. Am Freitag, 24. November, ab 18 Uhr sind Besucher eingeladen, den Abend in gemütlicher Atmosphäre zu verbringen und dabei viele Ideen für die bevorstehende Weihnachtszeit zu entdecken. „Wir stecken schon mitten in den Vorbereitungen zur diesjährigen Ausstellung“, so Katharina Müller. Am Sonnabend, 25. November, von 8 bis 17 Uhr erwartet die Besucher eine tolle weihnachtliche Floristik, traditionelles Rot oder nordisch natürlich. Mit dabei wird sein die Firma Beck aus Visselhövede, die Lampen aus Fachwerkbalken herstellen, sowie Bodo Wartenberg aus Bommelsen, der ausgefallene Gartendeckel aus Metall und Gartenfackel anbietet.



Das Team von Müller Blumen in Visselhövede freut sich auf Jubiläumsfeier zum 50-jährigen Bestehen, die am 24. November mit einem Lichterabend beginnt. Foto: Kirchfeld



Ann-Kathrin Lingk (Mitte) übernimmt am Mittwoch die Leitung des Hol'ab!-Marktes in Rethem von Martina und Ingo Lauchstädt. Foto: Hol'ab!-Markt

Hol'ab!-Markt in Rethem unter neuer Leitung

Ann-Kathrin Lingk tritt die Nachfolge von Ingo Lauchstädt an

RETHEM. Im November 2006 eröffnete Ingo Lauchstädt den Hol'ab!-Getränkemarkt in Rethem. Jetzt wird er sich zusammen mit seiner Frau Martina am 15. November in die „zweite Reihe“ zurückziehen und die Marktleitung an seine langjährige Mitarbeiterin Ann-Kathrin Lingk übergeben. Sie wird somit auch neue Franchise-Partnerin der Hol'ab!-Gruppe.

Ann-Kathrin Lingk fing bereits vor mehr als zehn Jahren als eine Aushilfe in dem Markt an, absolvierte

eine Ausbildung zur Kauffrau sowie diverse Weiterbildungen und erarbeitete sich in den Jahren der Praxis viele Erfahrungen im Bereich Verkauf, Beratung

Großer Dank auch an die Kunden

und Mitarbeiterführung. Sie hat die Auszubildereignungsprüfung und will auch weiterhin interessierte und engagierte Jugendliche durch eine Ausbildung begleiten. Ann-Kath-

rin Lingk will den Markt in dem gleichen Stil wie die „Lauchstädt's“ weiterführen.

„Wir danken allen unseren Kunden für ihre langjährige Treue und wünschen uns, dass sie dieses auch Frau Lingk gegenüber tun“, sagt Ingo Lauchstädt. Der bisherige Marktleiter wird weiterhin für den Veranstaltungsservice verantwortlich zeichnen. „Alle bestehenden Kunden werden weiterhin in gewohnter Weise beliefert“, verspricht er.

Anzeige

Weihnachtsgewinnspiel auch bei uns!

Selbstständiger Franchisepartner
Ingo Lauchstädt e. K.
Stöckener Str. 14, 27336 Rethem
Tel. 0 51 65 - 29 00 40
Mobil 01 60 - 60 38 332



Kann Energiewende gelingen?

Jahresabschlussveranstaltung der Soltauer Gespräche mit Dr. Enno Wolf

SOLTAU. Die letzte Veranstaltung des Jahres im Rahmen der Soltauer Gespräche setzt sich mit der Energiewende auseinander. Am Mittwoch, 22. November, ab 20 Uhr ist der gebürtige Soltauer Dr. Enno Wolf in der Bibliothek Waldmühle zu Gast. Der Wirtschaftsingenieur arbeitet seit 2020 in der Geschäftsführung des größten deutschen Ökostromanbieters LichtBlick SE und wird einen aktuellen Überblick zu dem Thema geben.



Dr. Enno Wolf setzt sich bei den Soltauer Gesprächen mit Fragen zur Energiewende auseinander. Foto: LichtBlick SE/Dr. Enno Wolf

Die Klimakrise kommt nicht, sie ist da. Weltweit erleben die Menschen extreme Wetterphänomene und dies bei aktuell durchschnittlich „nur“ plus 1,2 Grad Celsius erhöhte Temperatur weltweit im Vergleich zur vorindustriellen Zeit (1850). Vor acht Jahren haben in Paris fast 200 Staaten das Weltklimaabkommen ratifiziert. Die aktuelle Zwischenbilanz ist ernüchternd. Die CO2-Konzentration in der Atmosphäre hat einen neuen Rekordwert erreicht, und es verbleiben weniger als weitere acht

Jahre, bis das weltweite CO2-Budget aufgebraucht ist, mit dem das in Paris vereinbarte 1,5 Grad-Ziel noch realisierbar wäre. Es dürfte daher kein Weg vorbeiführen an einer Transformation hin zur Energiegewinnung aus erneuerbaren, nicht fossilen Quellen, also Sonne, Wind und Wasser. Ziel wird es sein, viel klimaneutralen Strom zu erzeugen, zum Beispiel für E-Autos, Wärmepumpen, grünen Wasserstoff.

Aber wie kann die Energiewende gelingen?

Wo steht die Welt, wo steht Deutschland, wie ist die Situation im Heidekreis? Wird es genügend „grünen“ und bezahlbaren Strom geben? Was ist zu tun, damit die Transformation gelingt? Dr. Enno Wolf wird versuchen, Antworten auf diese Fragen zu geben.

Eintrittskarten können in der Bibliothek Waldmühle unter ☎ (05191) 5005 vorbestellt oder im Vorverkauf zu den Öffnungszeiten erworben werden. Die Abendkasse ist ab 19.30 Uhr geöffnet.

Anzeige

Klingelt's – an der Haustür – oder am Telefon?



Wir warnen vor diesen Strom- und Gasgeschäften. Sie haben 14 Tage Widerrufsrecht!

Hilfe bekommen Sie von uns.



Poststr. 4
29664 Walsrode
Telefon 05161.6001318

vertrieb@swbt.de
www.swbt.de

STADTWERKE
Böhmetal



Gesundheitstipp

Entzündung im Magen

Der Magen kann die Schulterpartie, aber auch die Brustwirbelsäule beeinflussen. Ein Konstrukt aus nervalen vegetativen Verknüpfungen von der Wirbelsäule zu den Oberbauchorganen ist ein wesentlicher Grund dafür, warum die Organe einerseits auf sämtliche Reize reagieren, sich andererseits aber auch anpassen können. Ein besonderes vegetatives Ganglion, eine Ansammlung von vegetativen Nervenzellen, ist für die vegetative sympathische Versorgung der Oberbauchorgane, also auch für den Magen zuständig. Innerhalb dieser Nervenzellenansammlung laufen viele Prozesse ab, denn der Magen „zieht“ seine Kraft durch diese Verknüpfung. Die Magenschleimhautentzündung hat sich heute zu einem regelrechten Volksleiden entwickelt. Ständiger Stress und unterbewusstes, schnelles Herunterschlingen von Nahrung sind die Hauptursachen für dieses Krankheitsbild. Die Erfahrung aus unserer physiotherapeutischen Praxis zeigt, dass Magenpatienten häufig mit starken Verspannungen, insbesondere mit Schmerzen im Bereich zwischen den Schulterblättern zu kämpfen haben. Warum ist das so? Die sympathische Nervenver-



Rüdiger Heinrich
Physiotherapeut - Walsrode

sorgung des Magens hat ihren Ursprung im Bereich des fünften und sechsten Brustwirbels, dies ist exakt der Bereich zwischen unseren beiden Schulterblättern. Ist nun Stress die Hauptursache für die Magenprobleme, wird der Stressreiz des Magens zurück in den Brustwirbelbereich geleitet. Haben wir es mit einem chronischen Reizzustand zu tun, wird dieser Bereich zwischen den Schulterblättern neurologisch massiv gestört. Die Brustwirbelsäulenmuskulatur reagiert mit einer kompensatorischen Anspannung gegen diesen Reizzustand – das wiederum bereitet schlussendlich Schmerzen. Folge: Bewegungsstörungen in und um unsere Organe verursachen eine Verkettung von Spannungslinien und enorme myofasziale Züge, die zum Beispiel in Form von Rückenschmerzen einhergehen. Daher ist es wichtig, dass auch die Organe in Bewegung bleiben und wir diese Bewegung unterstützen.

Leistung auf Bundesebene

Anna Neumann aus Walsrode glänzt bei Bundespokal im Gerätturnen

WALSRODE. Am 28. sowie am 29. Oktober fand in Philippsburg der Bundespokal der LTV Mannschaften im Gerätturnen statt. Mit dabei war auch die 14-jährige Walsroderin Anna Neumann, die sich zuvor Anfang Oktober qualifiziert hatte.

Der Wettkampf begann am Sonnabendnachmittag mit dem Sprung. Bei dieser Disziplin konnte Anna Neumann trotz anfänglicher Herausforderungen beim Einturnen insgesamt 11,4 Punkte erzielen. Am Schwebebalken, ihrem Paradegerät, präsentierte sie eine souveräne Übung, obwohl zwei größere Landungsfehler ihre Punktzahl auf 12,75 drückten. Dennoch erkämpfte sie sich den elften Platz von insgesamt 65 Turnerinnen in der Gesamtwertung Balken. Das ist eine starke Leistung auf Bundesebene.

Team aus Niedersachsen erreicht den 4. Platz

Mit einer herausragenden Wertung von 12,85 Punkten am Boden beendete Anna Neumann schließlich den Wettkampf. Die Mannschaft aus Niedersachsen landete am Ende des Tages auf einem starken vierten Platz in der Gesamtwertung, nur knapp 0,05 Punkte hinter dem Drittplatzierten und 0,2 Punkte hinter dem Zweitplatzierten. Für die Gruppe ist es ein wahrhaft grandioses Ergebnis, das die beeindruckende Leistung von Anna Neumann und ihrem gesamten Team auch auf der Bundesebene unterstreicht.



Konnte trotz anfänglicher Herausforderungen punkten: Anna Neumann aus Walsrode.

Foto: Drewes

Anzeige

PHYSIOLAMPE

PHYSIOTHERAPIEPRAXIS VON ELLEN & JENS LAMPE

WIR BIETEN AN:

- » KRANKENGYMNASTIK
- » KRANKENGYMNASTIK AM GERÄT
- » MANUELLE LYMPHDRAINAGE
- » PNF (PROPRIOZEPTIVE NEUROMUSKULÄRE FAZILITATION)



TELEFONISCH ERREICHBAR VON
MONTAG - DONNERSTAG ZWISCHEN 8.00 - 13.00 UHR
0 50 71 - 9 11 92 11 • INFO@PHYSIOLAMPE.DE
MOORSTRASSE 6 • 29690 SCHWARMSTEDT

Tipps zur Gesundheit beim Frühstück

Was kann die Menschen am meisten stärken?

BRUNSBROCK. Das Frauenfrühstück hat sich mittlerweile zu einer festen Größe im Brunsbrocker Mülnerhaus etabliert. Zu genussvollem Frühstück gibt es Vorträge zu bewegenden Themen. Am Sonntag, 18. November, ab 9 Uhr referiert Ilona Herbrig zum Thema „Vorbeugen und Selbstheilungskräfte stärken mit Kinesiologie und japanischen Heilströmen“. Die begleitende Kinesiologie ist eine Methode, bei der mithilfe des Muskeltests aus einem breiten Spektrum von Möglichkeiten ausgesucht wird, was die betreffende Person in diesem Moment und bei ihrem individuel-

len Thema am meisten stärken kann. Dafür verfügt die Kinesiologie über vielfältige Techniken, die auch die Emotionen, Strukturen, Beziehungen, das Umfeld, das Energiesystem und den Menschen als spirituelles Wesen miteinschließen.

Die kulinarische Leitung hat Annette Wöbse-Miklis mit Unterstützung der ehrenamtlichen Helferinnen des Kulturkreises Lintelner Geest. Die Teilnahme kostet 15 Euro pro Person.

Anmeldungen sind bis 15. November möglich bei Marlies Meyer, ☎ 0151/58161278 oder per E-Mail an marlies.meyer@web.de.

Bereicherung für die medizinische Versorgung

Neue Physiopraxis von Ellen und Jens Lampe in Schwarmstedt von Beginn an gut angenommen

SCHWARMSTEDT (Ip). Natürlich waren Ellen und Jens Lampe vor der Eröffnung ihrer gemeinsamen Praxis für Physiotherapie Anfang Oktober etwas angespannt. Doch dafür hätten sie gar keinen Grund gehabt. Denn innerhalb kürzester Zeit haben die Bürgerinnen und Bürger der Samtgemeinde Schwarmstedt ihre neue Praxis sehr gut angenommen, und die Erwartungen des jungen Ehepaars wurden voll erfüllt.

„Wir möchten mit unserer physiotherapeutischen Praxis zur Bereicherung der medizinischen Versorgung in der Samtgemeinde Schwarmstedt beitragen“, erklärt Jens Lampe, und seine Frau Ellen ergänzt „die zunehmend alternde Bevölkerung und immer mehr sitzende Tätigkeiten im Beruf lassen eine orthopädische Versorgung immer wichtiger werden“.

Die beiden haben nach ihrer Ausbildung knapp drei Jahre in einer Schwarmstedter Praxis als Physiotherapeuten gearbeitet und dabei immer wieder erlebt, wie schwierig es war, allen Anfragen gerecht zu werden. Schon während seiner Ausbildung hatte Jens Lampe dort fünf Monate praktische Erfahrungen gesammelt. Seine aus Bad Fallingbostal stammende



Freuen sich auf die Arbeit mit vielen Patienten in den neuen, freundlichen Räumen: (von links) Jens, Ellen und Gundula Lampe.

Foto: Lutz Pralle

de Frau hat der 33-jährige Schwarmstedter durch die gemeinsame Ausbildung in Hannover kennengelernt.

Der Entschluss, sich gemeinsam selbstständig zu machen, fiel bald. Als sein Bruder Nils Lampe und sein Partner Clemens Agné fast zeitgleich Pläne schmiedeten, ihre internistische Hausarztpraxis in einen Neubau am Mönkeberg zu

verlegen, bot sich eine ideale Gelegenheit. Die Räume im Elternhaus an der Schwarmstedter Moorstraße 6 wurden renoviert und Mutter Gundula Lampe eingestellt. Mit ihrer langjährigen Erfahrung aus der Arztpraxis ihres Mannes steht sie den Patienten jetzt vormittags unter anderem zur Terminvereinbarung zur Verfügung.

Die neue Praxis bietet fast die gesamte Bandbreite der Physiotherapie einschließlich Lymphdrainage an. Lediglich auf manuelle Therapie müssen Patienten vorerst noch verzichten; die umfangreiche Weiterbildung dafür hat Jens Lampe noch nicht abgeschlossen. Aber neurologischen Patienten (zum Beispiel nach Schlaganfällen) bieten Ellen und Jens Lampe ein Aktivitätstraining nach PNF (Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation), und zum Muskelaufbau steht ein Geräteraum zur Verfügung, der es mit manchem Fitnessstudio aufnehmen kann. „Nur Hausbesuche sind zeitlich schwer unterzubringen“, gesteht Ellen Lampe. „Und Kinder überlassen wir gern den Kollegen/-innen vor Ort, die machen das so toll und uns fehlt dafür die notwendige Ausstattung,“ ergänzt die 25-Jährige. Aber allen anderen Patienten dürfte es schon beim Betreten der hellen, freundlichen Räume mit den grasgrünen Liegen schlagartig besser gehen.

Eine Homepage ist noch im Aufbau, telefonische Terminvereinbarung Montag- bis Donnerstagvormittag von 8 bis 13 Uhr unter ☎ (05071) 9119211 oder per E-Mail an info@physiolampe.de möglich.

BAD UND SAUNA

Entspannungsoase in den eigenen 4 Wänden

© Fabian | reichdernetur - stock.adobe.com



Freistehende Badewannen haben einen ganz besonderen Charme.

Bildquelle: Pexels

Freistehende Badewannen

Entspannung in einer neuen Dimension

Ips/AM. Freistehende Badewannen haben einen ganz besonderen Charme, denn sie wirken edel und einladend. Weit mehr noch, wenn die Badewanne aus Holz besteht. Bei diesen Exemplaren wird Harz eingesetzt, um das Holz wasserfest zu machen. Nahezu alle Holzarten kommen für eine

derartige freistehende Badewanne zum Einsatz – von Eiche bis Palisander ist alles möglich. Wer es etwas klassischer mag, dem wird der geradlinige skandinavische Stil gefallen. Hier treffen sanfte Formen, klassisches Weiß und zeitloser Purismus aufeinander. Ähnlich unvergänglich, aber dennoch

etwas Besonderes: eine freistehende runde Badewanne. Möchte man zudem vom klassischen Weiß Abstand nehmen, gibt es auch Modelle in zarten Puder- und Minttönen. Abgesehen von der erlesenen Optik einer freistehenden Badewanne, ist auch das Baderlebnis etwas ganz Exklusives.

Gesundheitsunterstützende Körperpflege durch regelmäßiges Saunabaden

Naturgemäße Anwendungen bekommen im Rahmen der Allgemeinbehandlungen zunehmend Bedeutung. Erste Untersuchungen zur Langzeitwirkung des regelmäßigen Saunabadens bei Herz-Kreislauferkrankungen wurden in der Berliner Humboldt Universität durchgeführt. Inzwischen wird das Saunabaden als unterstützende Maßnahme bei zahlreichen Erkrankungen empfohlen, bei denen sich die Schulmedizin lange dagegen ausgesprochen hat. Es gibt Wirkungen, die auf den Verlauf einer Krankheit einen günstigen Einfluss haben und vor allem für das Lebensgefühl und den psychischen Zustand bei vielen chronisch Kranken von immer größerer Bedeutung sind.



sowie die Steigerung der Durchblutung sich ebenso positiv auf das Hautbild auswirken. Um festzustellen, ob der Patient bzw. die Haut des Erkrankten das Saunabaden verträgt, sollten einige „Probepäder“ am Anfang stehen. Wichtig ist ein gründliches Abduschen des Schweißes nach dem Saunabaden.

Bei Behandlung milder Depressionen kann sich, besonders in der dunklen Jahreszeit, der Saunabesuch durch die Stimulation von Endorphinen unterstützend auswirken, ebenso bei einem Raucher-Entwöhnungsprogramm.

Zudem hilft das Saunabaden bei der Regeneration und kann dazu beitragen, belastungsbedingte Körperreaktionen wie z. B. Muskelkater nach harter körperlicher Arbeit oder Sport zu reduzieren oder gar zu verhindern.

Fazit: Saunabaden bringt vielen Patienten und auch gesunden Menschen nicht nur Wohlbefinden, sondern kann auch Krankheitsverläufe positiv beeinflussen. Die Sauerstoffverteilung im Körperkreislauf wird verbessert, Glückshormone werden ausgeschüttet, das Immunsystem wird gestärkt und körperliche sowie geistige Energie wird aufgeladen. Aufgrund der vielen positiven Auswirkungen auf den Organismus hat die Sauna heute im Rahmen von Gesundheitsprogrammen und Rehabilitation einen festen Platz eingenommen.

Voraussetzungen angeraten. Ob und in welcher Form das Saunabaden bei Tumorerkrankungen eine Auswirkung hat, lässt sich leider nicht sagen. Sicher ist jedoch, dass Patienten nach einer spezifischen Behandlung das Saunabaden wieder beginnen oder wieder aufnehmen können. Dies ist für die Betroffenen von unschätzbarem Wert, da dadurch das Gefühl vermittelt wird, wieder am Leben teilnehmen zu können, auch immer mit dem psychischen Aspekt im Hintergrund. Bei Hautkrankheiten, wie z. B. Akne, Schuppenflechte oder Neurodermitis kann das intensive Durchwärmen der Haut und Unterhaut

Ein Raum der Erholung für die ganze Familie

Nicht nur in unruhigen Zeiten wirkt sich Saunieren, auch bei den jüngsten Familienmitgliedern, positiv auf die Gesundheit aus. Um Kindern den Einstieg ins Saunabaden zu erleichtern, sollte mit milden Temperaturen bei höherer Luftfeuchte begonnen werden, dieses Klima lässt sich z. B. mit einer kombinierten Ofentechnik erzeugen.

Generell kann das Saunabaden dazu beitragen das Immunsystem zu stärken (unser Körper ist weniger

anfällig für Atemwegsinfekte). Nach einem Saunagang ist die Entspannung zu spüren und nicht nur die Kinder können besser schlafen.

Unterschiedliche Düfte können die Stimmung positiv beeinflussen und lassen die Zeit in der Sauna für die Kinder kurzweilig erscheinen.

Den größten Spaß hierbei bietet die Sauna im eigenen Heim - hier reichen oft wenige Quadratmeter Grundfläche um den Traum zu realisieren.

Kleine Bäder einrichten

Klein aber fein

Ips/AM. Kleine Bäder sind in Deutschland eine Norm, denn ein Drittel aller Badnutzer begnügt sich mit Badezimmern, die nicht größer als sechs Quadratmeter sind. Allein deshalb ist es wichtig, sich eine Nasszelle zu schaffen, die sowohl praktisch als auch komfortabel ist. Mit einigen Tricks wird das kleine Bad zu einer Wohlfühlzone, die optisch anspricht und all das beherbergt, was man für seine tägliche Badezimmer-Routine benötigt. Wer sein Bad größer und moderner wirken lassen möchte, greift zu großen hellen Wand- und Bodenfliesen. Ähnlich verhält es sich mit einem richtig platzierten Spiegel. Sofern es möglich ist, installiert

man seinen Spiegel schräg gegenüber einem Fenster. Durch die Reflexion des Lichts wirkt der Raum heller und größer. Um weiteren Platz zu sparen und das Bad freundlicher zu gestalten, sollte die Badewanne einer bodentiefen Dusche weichen. Das ermöglicht mehr Stauraum für Badehandtücher, Hygieneprodukte und hübsche Deko. Ein weiterer Trick sind sanfte Farben an den Wänden und Badezimmermöbeln. Weiß, Beige, Creme, Grau und helle Holztöne lassen das Bad geräumig und einladend wirken. Zudem sind sinnvolle Akzente wichtig, um kleine Bäder größer und moderner aussehen zu lassen. Dezen-



Aus kleinen Badezimmern kann man viel herausholen.

Bildquelle: Pexels

te Deko-Stücke wie ein minimalistisches Wandbild, kleine Pflänzchen und stilvolle Handtuchhaken sind Zutaten für ein wohlliches Bad-Ambiente. Deckenspots runden die gemütliche Atmosphäre ab, denn sie kompensieren fehlende Fenster und beleuchten auch kleine Räume sehr effizient.

Bei nicht akut entzündlichen Rheumaerkrankungen kann sich die milde Erwärmung des Gewebes positiv auswirken. Die Wärme verstärkt die Durchblutung und steigert den Stoffwechsel, Endorphine werden freigesetzt.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen stehen in der heutigen, teilweise sehr unruhigen und stressigen Zeit, an erster Stelle der Erkrankungen. Aufgrund zahlreicher Studien wird das moderate Saunabaden, im Gegensatz zu früheren Zeiten, von vielen Ärzten empfohlen, bei hohem Blutdruck und Durchblutungsstörungen am Herzen sogar unter bestimmten

RENSCH SAUNABAU
Der Spezialist seit 1980
Eigene Herstellung

Maßanfertigungen

Die aktuellen Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

29640 Schneverdingen
Hasenwinkel 20-24
☎ (051 93) 68 27 · Fax 25 11
www.rensch-saunabau.de
info@rensch-saunabau.de

S&H SANITÄR+HEIZUNG
Siegel & Helms

Alles aus einer Hand!
Beratung, Planung und Ausführung mit Leidenschaft:
Komplette Bäder und Badsanierungen.
Lassen Sie sich beraten.

Westendorfer Str. 43
29683 Dorfmark
Tel.: 05163 / 14 21

Fax: 05163 / 290361
E-Mail: info@siegel-helms-gbr.de
Website: www.siegel-helms-gbr.de

IHR BAD, BEHAGLICHKEIT VON ALLEN SEITEN

Ihr Eigenheim als Wohlfühlzone!

DESIGNEN SIE IHR KLIMA SELBST!

Ob Heizen oder Kühlen
Behaglichkeit wird Ihr Erlebnis.

Ihr außergewöhnlicher Systemspezialist für **HARREITHER** im Heidekreis und Aller-Leine-Tal.

IHRE PERFEKTE LÖSUNG BIETEN WIR

- Die Heizkörper verschwinden in Decke, Wand und Fußboden
- Patentierte Technologien für mehr Leistungen!
- Die Zukunft des Heizens kann auch kühlen!
- 10 Jahre Systemgarantie

Alles - außer gewöhnlich

ohlendorf
führend in Technik

Ohlendorf-Technik GmbH & Co. KG
29683 Bad Fallingbostel, Düşorner Straße 21
29690 Schwarmstedt, Maschstraße 6
info@ohlendorf.eu · www.ohlendorf.eu

1-Zimmer-Wohnungen

Walsrode - Zentrum

1 Zimmer,
20 m²,
240,- € KM.
Weitere 1-, 2-, 3-, 4-, 5-Zi.-Whg.
auf Anfrage.
☎ 0 51 61/30 17

Häuser

Kl. Häuschen für 1-2 Pers.
zum Fertigbauen, langfr. günstig
zu verm., im Feriengebiet
Schwarmstedt, Allernähe, neue
Materialien schon verbaut.
Zuschr. an den Verlag unter
WAL 1654670

Immobilien allg. - Angebote

Eure Immobilie in den besten Händen - immo.tobi im Heidekreis!

Kostenlose Wertermittlung! Wir bringen
Verkäufer und Käufer zusammen.
Kontaktiert uns noch heute:
☎ 0151-42 30 65 94
tobias.meyer@remax.de,
www.tobias-meyer.immo

Häuser - Angebote

Immobilienbewertung kostenlos!
Wir ermitteln zuverlässig und
unverbindlich den Marktwert Ihrer
Immobilie. Jetzt Termin verein-
baren! **Cohrs ImmobilienService**,
Vogteistraße 30, 29683 Bad
Fallingbostal, Tel. 0 51 62/14 44

Mietgesuche

Wir (26 u. 27 J., berufstätig, NR)
suchen eine 3 Zi.-Whg. in
Schwarmstedt. Bitte alles an-
bieten. 05071 / 3264

Auto und Verkehr

BLECHSCHÄDEN



egal welcher
Art...
reparieren wir.



Beulen • Dangeln
Schleifen • Lackieren

Meyerhoff

Kfz-Meisterbetrieb
Klein Harler Str. 8
Kroge
Tel. 05163/6661
Fax 05163/448

Wir machen, dass es fährt.

Baumarkt

ISOKLINKER®

Verklinkerung
+ Dämmen
+ Verschönern
in Einem.
Lieferung, Montage, Baubetreuung
Mekwinski Bauelemente GmbH
Unter den Eichen 1 · 29643 Neuenkirchen
Tel. 05193/6701 · Fax 05193/1077

KRELINGER
HOLZWERKSTATT

EINBAUMÖBEL · KÜCHEN · BAUTISCHLEREI
Krelinger 198 · 29664 Walsrode
info@krelinger-holzwerkstatt.de

Tel. 0 51 67 / 970-162

www.krelinger-holzwerkstatt.de

Trapezbleche

für Dach und Wand!

Fertigung auf Maß, Zubehör

29664 Walsrode, Sophienstr. 3-5
www.seyer-carstens.de
Tel. (0 51 61) 32 65, Telefax 7 42 34

Garten

Baumstubbenfräsen

Mario Graßmann
... **schnell u. preiswert!**
Tel. 0 51 64 / 8 02 76 87 Mobil 01 62 / 5 61 39 78

Markenzäune

Rainer Gruppelt
☎ 0 50 73 / 3 30

Baum- & Forstservice
Aribert Heidt e. K.

Tel. 0 51 64/80 20 56 oder 0 1 71 / 7 48 77 16
www.baumservice-heidt.com

Vermietungen

Betreutes Wohnen: Lohbergs
Kamp 7, Walsrode: Whg. 65 m²,
WM 991 €, ab 1. 12. frei.
Infos unter ☎ 0151/21439269

WALSRODE
Moorstraße 2
Tiefgaragen-
plätze

45,- € netto/Monat
Weitere Garagen auf Anfrage!
Tel. 0 51 61 / 30 17

Ford

Ford Fiesta, Bj. 2003, sehr guter
Zustand, Scheckheft gepflegt,
TÜV bis 04/2025, Sommer-
und Winterreifen auf Fel-
gen, VB 1.800,- €. ☎ 0160 / 2706961

Mazda

Original MAZDA-Ersatzteile - Wartung nach MAZDA-Vorgaben
Wir bieten allen Fahrern unserer
Schwestermarke MAZDA unseren
gewohnt guten Service! **Versprochen.**

Ford Hohmann
Autohaus mit Autovermietung
Otto-Hahn-Str. 7 · 29664 Walsrode
Tel. 0 51 61-60 08-0

Kfz-Ankauf

AUTO BASTLER kauft ihr Auto
jegl. Art, auch Reparaturbedürftige
- Unfall ohne TÜV, gerne alles an-
bieten ☎ 01523/7135027
☎ 04207/6099490
email: autobastler3@gmx.de

Suche Pkw für Bastler. Alles
anbieten. ☎ 0162 / 2965312

***Ankauf aller Art von Fahr-
zeugen, mit u. ohne TÜV, Un-
fall, etc. ☎ 04207 / 688489 und
☎ 0174 / 1510717

Wir kaufen Wohnmobile
+ Wohnwagen
☎ 03944-36160
www.wm-aw.de Fa.

Bekanntschaffen

Wo bist du, der mit mir (Rent-
nerin im Unruhestand) noch ein-
mal gemeinsam eine aktive Zeit
erleben möchte? Zuschr. an
den Verlag unter WAL 1654694

Ich, männl., 83 J. aus Vissel-
hövede, suche auf diesem We-
ge eine nette, schlanke Partne-
rin für eine gemeinsame schöne
Zukunft. Habe z. Z. kurze Haare
auf Kopf und Gesicht, die man
auf Wunsch ändern könnte. Ich
selber bin schlank und natur-
verbunden, habe eine Katze
und einige Hühner mit sehr viel
Platz, auch für Menschen. Du
brauchst nur einen Führer-
schein. Traue dich und melde
dich, ein Bild wäre nett! Zuschr.
an den Verlag unter
WAL 1654514

ZEITUNGSLESER ...
... immer gut informiert!

Täglich frisches Tannengrün
Tannenhof Brandt

Fulde/Nünningen 4 · 29664 Walsrode · www.tannen-brandt.de

Landwirtschaft

Suche: Stärkekartoffeln oder
Futterkartoffeln zum Kauf
☎ 0172/8904749

Tiermarkt

Schöne Austr.-Shepard-Wel-
pen zu verk. ☎ 0171 / 1492276

Ankäufe

Suche Benzin-Motorsäge von
Stihl, 031AV, auch defekt, ohne
Schiene.
☎ 05161 / 5998 ab 18 Uhr

Moin Moin! Su. Zinn. Bitte al-
les anbieten. ☎ 0173 / 2719876

Kaufe alles an Silber u. Versil-
bertem sowie Zinn und Uhren
jegl. Art. ☎ 0152 / 34265159

Kaufe alte Nähmaschinen,
Schreibmaschinen und
Röhrenfernseher, auch defekt.
☎ 0152 / 34265159

Kaufe alte ausrangierte Brillen-
fassungen/ Gestelle.
☎ 0152-34265159

Kaufe Musikinstrumente, z. B.
Akkordeon, Blas- u. Streichin-
strumente. ☎ 0152 / 34265159

Abholung von Altfahrzeugen,
Wohnwagen, Wohnmobilen etc.
Alles anbieten. Wir zahlen nach
Zustand. **Ankauf aller Fahr-
zeuge.** Händler aus dem Hei-
dekreis 0152-23483035

Kaufe Altmotorrad, Moped o.
Roller. Auch Unfall o. schlech-
ter Zust. u. Teile. Alle Marken u.
Bj. u. KFZ-Werbung u. Literatur.
☎ 05166/432 o. 0172/4346465

Suche Aufsitzrasenmäher.
Gerne alles anbieten auch alt
oder defekt ☎ 0174-9892588

Verkäufe

TEICHFOLIE

nach Maß, in jeder Größe
(mit Lieferservice).

• **Bauanleitung**
für Teiche, Wasserläufe
und Schwimmteiche
• **Oase-Pumpen und -Filter**

BERND KREITLOW
Hollige 42, bei Walsrode
Telefon 0 51 61 / 62 92

**Haushaltsauflösung! Alles
muss raus!** Schlafzimmer, Kü-
chengeräte, Kleinmöbel, Pup-
pen, Bilder usw., **Samstag**,
18.11.2023, von 11 bis 16 Uhr,
Vogteistr. 15 (Zugang über
Volksbankparkplatz), 29683
Bad Fallingbostal

Kerzenständer mit Messing u.
Kerzen, Porzellan v. Hutschen-
reuther, div. Flohmarktartikel für
Weihnachten, alles neu, alles
günstig. ☎ 05161 / 49810

100 Gehwegplatten, Beton,
grau, 50 x 50 cm, gebraucht,
Stück 1 €. ☎ 05071 / 2508

Haushaltsauflösung
Alles muss raus! Möbel, Ge-
schirr, Bücher, Kajaks, usw., für
Selbstabholer, 29664 Walsrode,
Geibelstr. 46.
Samstag, 11.11.: 9 - 16 Uhr
Sonntag, 12.11.: 9 - 16 Uhr

Enten und Gänse für Weih-
nachten zu verk. Bestellung bis
30. 11., **Täglich frische Eier.**
☎ 0152 / 52401319

Feuerholz zu verk., Lieferung
mögl. ☎ 01520 / 9421764

IHR EDV-SERVICE-PARTNER
MW-SYSTEMS
Moorstr. 69, 29664 Walsrode
Tel. 05161 - 60 29 12
Tinte+Toner | Notebooks | PCs

Weihnachts-
Mitmachaktion

Senden Sie uns Ihre eigenen Fotos, selbst geschrie-
benen Gedichte oder Geschichten rund um das The-
ma Winter- und Weihnachtszeit.

Die besten Einsendungen werden in der Weihnachts-
Beilage der Walsroder Zeitung am 23. Dezember
2023 veröffentlicht. Wir freuen uns auf Ihre Beiträge!

Einsendeschluss ist der 3.12. 2023

Unter allen Einsendungen verlosen wir zehn Gut-
scheine von Geschäften oder Dienstleistern (nach
Ihrer Wahl) aus dem Verbreitungsgebiet der Wals-
roder Zeitung.

Senden Sie Ihren Beitrag & den Coupon ausgefüllt an:

Walsroder Zeitung, Lange Straße 14, 29664 Wals-
rode, per Fax an 0 51 61-60 05 28 oder per E-Mail an
weihnachten@wz-net.de.

1. Preis 2. Preis

Gutschein
im Wert von
150,- €

Gutschein
im Wert von
100,- €

3. Preis 4.-10. Preis

Gutschein
im Wert von
50,- €

Je ein Gutschein
im Wert von
20,- €

11.-15. Preis

Jeweils ein
vierwöchiges
e-Paper-Abonnement

Datenschutz und Copyrights

Beiträge, die einem Copyright unterliegen, müssen vor Veröffentlichung geprüft werden. Bitte geben
Sie Informationen zum Copyright mit an.

Alle abgebildeten Personen sind mit einer Veröffentlichung einverstanden.

Mit der Einsendung der Bilder und Geschichten geben Sie uns Ihre Einwilligung zur kostenlosen Veröffentlichung in
unseren Verlagsprodukten.

Name, Vorname

Straße, Haus-Nr.

PLZ, Wohnort

Tel.-Nr.

E-Mail

Falls ich gewinne wünsche ich mir einen Gutschein von (Geschäft/Dienstleister, Ortsangabe) aus dem Verbreitungs-
gebiet der WZ.

Ich bin kein Abonnent der Walsroder Zeitung und habe Interesse an einem 14-tägigen Probeabonnement.

Für die Erhebung und Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten ist die J. Gronemann GmbH & Co. KG, Lange Str.
14, 29664 Walsrode, Tel.: 05161/60050, Mail: info@wz-net.de, verantwortlich. Wir verarbeiten die als Pflichtangaben
gekennzeichneten Angaben auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO zur Vertragsabwicklung. Sofern Sie freiwillige
Angaben machen, verarbeiten wir diese Daten auf Grundlage Ihrer widerrufbaren Einwilligung gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. a
DSGVO. Ihre Daten werden nach Beendigung der Vertragsbeziehungen bzw. Widerruf Ihrer Einwilligung gelöscht, so-
fern der Löschung keine gesetzlichen Aufbewahrungspflichten entgegenstehen. Als betroffene Personen stehen Ihnen
bestimmte Datenschutzrechte (z.B. auf Auskunft, Berichtigung und Löschung) zu. Weitere Informationen finden Sie in
unseren ausführlichen Datenschutzhinweisen, die wir Ihnen nach Abschluss des Abos per E-Mail zur Verfügung stellen.

RADREISE IN DER GRUPPE

VON PRAG NACH DRESDEN - 8 TAGE AN MOLDAU UND ELBE



LESERREISEN

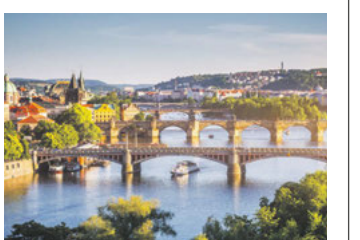
Walsroder Zeitung

KOSTENFREIER
INFOABEND

Dienstag, 14. 11., 18:30 Uhr
im WZ-Gebäude, Lange Str. 14,
29664 Walsrode.
Jetzt anmelden -
die Plätze sind begrenzt!
0571 882 88 | info@media-reisen.de

Reisetermin: 12. - 19.05.2024

Reisepreise pro Person
im Doppelzimmer **1.395,- €**
(Schnellbucherpreis*)
Einzelzimmerzuschlag **€ 295,-**
*Schnellbucher: Min. 50% der Plätze
stehen zu diesem Preis zur Verfügung.



RADERLEBNIS VON PRAG NACH DRESDEN

Freuen Sie sich auf eine Radreise von der goldenen Stadt Prag nach Dres-
den, auf dem unvergesslich schönen Elberadweg, an weitläufigen Fluss-
landschaften von Moldau und Elbe. Das Barockkloster der Kapuziner, die
alte Königsstadt Leitmeritz oder die Fahrt durch die beeindruckende
Porta Bohemica/die Elbschlucht, die sächsische Schweiz mit ihrem be-
eindruckenden Elbsandsteingebirge, das sind nur einige der zahlreichen
Highlights dieser Reise. Den schönen Abschluss dieser Reise bildet Dres-
den, das kulturelle Zentrum Sachsens, mit dem Zwinger, der Frauen-
kirche, Theaterplatz und Semperoper. Ein weiterer Höhepunkt wird Sie
begeistern - gehen Sie mit dem Rad in Dresden auf Entdeckungstour.
Lernen Sie die Highlights und außergewöhnlichen Orte abseits der be-
kannnten Pfade Dresdens kennen.

EINGESCHLOSSENE LEISTUNGEN:

- An- und Rückreise nach Prag und von Dresden zurück mit dem Bus.
- Verladung und Beförderung Ihres Fahrrades bis Prag und ab Dresden. Zustiege: Walsrode, Bad Fallingbostal
- Gepäcktransport auf allen Tagetappen.
- 7 Übernachtungen in Hotels der guten und sehr guten Mittelklasse.
- 1x große Weinprobe im Schlosskeller Melnik (6 Weine).
- Verpflegungsleistungen:
- 7x Frühstücksbuffet im Hotel,
- 3x Abendessen als 3-Gang Menü, 2x Mittagessen (Wahl aus 3 alternativen Gerichten),
- 1x Kaffee und Kuchen
- Deutschsprachige Stadtführung Prag
- Qualifizierter tschechischer Radguide von Prag nach Pirna
- Fahrradtour für Genießer in Dresden.
- Durchgehende Tourbegleitung durch Reisebus mit Radanhänger

Bitte fordern Sie den Flyer mit dem ausführlichen Reiseverlauf an!

Beratung und Buchung: Media-Reisen GmbH & Co. KG (Mo - Fr: 10 - 16 Uhr)
Obermarktstr. 28-30 | 32423 Minden | Tel. 0571 882 88 | info@media-reisen.de
Reiseveranstalter: Eagle Tours | Immanuelstraße 16a | 32427 Minden

Veranstaltungen

GROSSER HALLENFLOHMARKT
am 18. November 2023
in Bad Fallingbostal / Heidmarkhalle
Tel.: 04262/596 oder 0172/9017655

Preisknobeln, 17.11.23 ab 20 Uhr, Geld & Fleischpreise, Startgeld:10€, ORT: Alte Pulverfabrik, Walter-Christoph-Platz 1-3, **Benefeld**, ☎ 05161-9490783

Wir sind ein Freizeitclub für Alleinstehende ab 40 aufwärts unbegrenzt. Möchtest du nette Leute kennenlernen und mit uns etwas unternehmen? Dann komm einfach vorbei. Nä. Treffen: am 17.11. 2023, 19 Uhr im Café Nebenan, Visselhövede.

Verschiedenes

Achtung! Wir putzen Ihre Fenster.

Schnell, sauber und preiswert. Haus komplett ab 60,- € + MwSt. Wohnung komplett ab 40,- € + MwSt. Wintergärten u. Rahmen auf Anfrage.

Die Waschbären.
☎ 05161/486576

Suche jemanden, der mir bei der Gartenarbeit in Bomlitz hilft. ☎ 05161 / 49810

Erledige gut und günstig Fliesen- und Malerarbeiten. ☎ 0171 / 3854906

NACHHALTIGKEIT IST UNS WICHTIG.

Deshalb achten wir bei der Produktion unserer Zeitung darauf, dass ein Großteil an Altpapier verwendet wird.

Für eine grünere Zukunft.

Stellenangebote

ZUSTELLER
gesucht (m/w/d)

JETZT BEWERBEN!



Bothmer Schwarmstedt

Für die Verteilung der Walsroder Zeitung in den frühen Morgenstunden.

karriere.wz-net.de/zusteller
Tel. 0 51 61 / 60 05 - 48 · vertrieb@wz-net.de

Walsroder Zeitung

HOCHWERTIGER JOURNALISMUS

einfach zugänglich gemacht.

Wer die Zeitung liest, versteht die Welt besser und hat Freude daran. Unsere Redaktion schaut für dich hin, wenn andere wegschauen.

Wir setzen den Fokus auf qualitativ hochwertigen Journalismus, der weiterhin unabhängig und frei die Geschichten für unsere Leser produziert, die man nirgendwo sonst finden kann.

Damit unsere Zeitung unsere Leser erreicht, brauchen wir deine Hilfe als

ZEITUNGZUSTELLER (M/W/D)

karriere.wz-net.de/zusteller



DU MÖCHTEST

**MEHR TASCHENGELD?
MEHR UNABHÄNGIGKEIT?
DEINE RENTE AUFBESSERN?**



DANN SUCHEN WIR DICH!

- 👍 Arbeitsplatz in deiner Nachbarschaft
- 👍 Bewegung an der frischen Luft
- 👍 Feierabend, wenn andere anfangen zu arbeiten

W3 WOCHENSPIEGEL findling

Bewirb dich ganz unkompliziert, online und ohne Lebenslauf in nur 3 Minuten



Die **Stadt Bad Fallingbostal** sucht **ab sofort** unbefristet mit **38,75 Stunden/Woche** für die städtische KiTa Dorfmark



Erzieher/in (m/w/d)
mit staatlicher Anerkennung - EG S8a TVöD

Sozialpädagogische Assistenten/in (m/w/d)
staatlich geprüft - EG S3 TVöD



Weitere Informationen zu den Einstellungsbedingungen und zu den Tätigkeiten sind im Internet unter der Adresse www.badfallingbostal.de/stellenausschreibungen erhältlich.

Ihre schriftliche Bewerbung mit den vollständigen Bewerbungsunterlagen richten Sie bitte bis zum **3. Dezember 2023** an die **Stadt Bad Fallingbostal, Vogteistraße 1, 29683 Bad Fallingbostal**.

Beilagen



Fragen zu Ihrer Prospektwerbung beantworten wir Ihnen gern.

WOCHENSPIEGEL AM SONNTAG
Lange Straße 14
29664 Walsrode
Tel. (05161) 6005-22
oder E-Mail:
Anzeigen@wz-net.de

Helfen Sie jetzt Familien mit unheilbar kranken Kindern!



Unser Spendenkonto
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE34 1002 0500 0001 1456 00
BIC: BFSWDE33BER
Stichwort: IchHelfe
Erfahren Sie mehr unter: www.bjoern-schulz-stiftung.de



Die **Stadt Walsrode** braucht Verstärkung. Für das neu im Aufbau befindliche Team IT werden ab sofort

Fachkräfte für Informationstechnik
(m/w/d)

in Voll- oder Teilzeit gesucht.

Die Stellen sind unbefristet und richten sich nach dem Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst (TVöD). Die Eingruppierung erfolgt bei Vorliegen der persönlichen Voraussetzungen und entsprechender Aufgabenübertragung in Entgeltgruppe 9 b TVöD.

Das Team IT hat folgende Aufgaben:

- Planung und Darstellung der IT-Infrastruktur für die Rathäuser in Bomlitz und Walsrode und die städtischen Einrichtungen
- Betrieb der IT-Systeme einschließlich Virenschutz, Verwaltung von Zugriffsrechten und Datensicherung
- Einrichtung von Arbeitsplätzen und Betreuung mobiler Endgeräte
- Bereitstellung von Telefonie, Druckern und Kopierern
- Betreuung und Administration von Fachverfahren
- Beratung und Support für die Kolleginnen und Kollegen in allen Fragen der IT
- Zusammenarbeit mit anderen Kommunen und Dienstleistern

Sie bringen folgendes mit:

- einschlägige Berufsausbildung im Bereich Informationstechnik
- Fahrerlaubnis der Klasse B
- Spaß an Innovationen, Projekten und Zusammenarbeit im Team

Was macht die Arbeit im Team IT aus?

- abwechslungsreiche Tätigkeiten in verschiedenen Bereichen
- selbständiges Arbeiten mit eigenen Gestaltungsspielräumen
- aktive Mitwirkung an der Digitalisierung der Verwaltung

Die Stadt Walsrode bietet:

- eine sehr flexible Arbeitszeitgestaltung mit Möglichkeiten zur Arbeit im Homeoffice
- eine intensive Einarbeitung in enger Zusammenarbeit mit dem Team
- attraktive Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- betriebliches Gesundheitsmanagement

Wären Sie gern im Team?

Dann schicken Sie ihre **Bewerbungsunterlagen bitte bis zum 30. 11. 2023** an die Stadt Walsrode, Abteilung Zentrale Dienste, Lange Straße 22, 29664 Walsrode; E-Mail-Bewerbungen können Sie als pdf-Datei an die Adresse personalamt@walsrode.de richten. Bewerbungen anerkannter schwerbehinderter Menschen nach § 2 Abs. 2 SGB IX oder Gleichgestellter nach § 2 Abs. 3 SGB IX werden ausdrücklich begrüßt.

Für Rückfragen zur Stelle steht Ihnen Frau Clausing unter Tel.: 05161/977-124 gern zur Verfügung.

Die Stadt Walsrode ist als familienfreundlicher Betrieb mit dem FaMi-Siegel ausgezeichnet.



Durch die Abgabe Ihrer Bewerbungsunterlagen erklären Sie Ihr Einverständnis, dass im Rahmen des Ausschreibungsverfahrens personenbezogene Daten erhoben und gespeichert werden dürfen.

MOTORRADREISEN 2024

USA | KANADA | SÜDAFRIKA UND MEHR!

LESERREISEN

Walsroder Zeitung



KOSTENFREIER INFOABEND

Dienstag, 5. 12., 18:30 Uhr
im WZ-Gebäude, Lange Str. 14,
29664 Walsrode.
Jetzt anmelden -
die Plätze sind begrenzt!
0571 882 86 | info@mr-biketours.de

Mit unserem Partner MR Biketours erleben Sie atemberaubende und unvergessliche Momente bei vollständig geführten Motorradtouren. Profitieren Sie dabei von dem Rundum-Sorglos-Paket: Flüge, Mietmotorrad, Hotels, Gepäcktransport und die Begleitung durch professionelle, deutschsprachige Tourguides sind bereits inklusive!

WILD WEST EXPLORER 13 TAGE | CA. 2.100 KM AB/BIS LAS VEGAS

Wo der Westen immer noch wild ist... Wir befahren auf dieser geführten Motorradreise ein Stück der legendären Route 66, lassen uns vom Grand Canyon, der gigantischen Schlucht des Colorado Rivers, überwältigen, schnuppern die Luft der guten alten Westernfilme im Monument Valley und erleben beeindruckende Nationalparks wie den Bryce Canyon, dessen einzigartige Felsformationen in bunten Farben strahlen.

Highlights: Las Vegas, Hoover Staudamm, Route 66, Lake Mohave, Grand Canyon, Monument Valley, Capitol Reef N.P., Bryce Canyon, Westernstadt Kanab, Zion N.P., Valley of Fire u. v. m.

Reisetermine:
21.04. - 03.05.2024
29.09. - 11.10.2024

Reisepreise pro Person
2 Personen | DZ | 1 Motorrad
ab € 3.999,-
2 Personen | DZ | 2 Motorräder
ab € 4.548,-
1 Person | EZ | 1 Motorrad
ab € 5.097,-

CALIFORNIA DREAM 13 TAGE | CA. 2.350 KM | AB/BIS LOS ANGELES

Eine Reise der Gegensätze. Von L.A. fahren wir zunächst ins Landesinnere und begeben uns auf die Spuren der Goldgräber. Nationalparks wie Kings Canyon, Sequoia oder Yosemite beeindruckend mit fantastischen Landschaften - Natur pur! In der zweiten Reisehälfte cruisen wir durch die berühmtesten Weinanbaugebiete Amerikas bevor wir mit der Fahrt über die Golden Gate Bridge San Francisco erreichen. Die letzten Tagesetappen verbringen wir, immer mit Blick auf den Pazifik, auf dem wunderschönen Highway No. 1.

Highlights: Los Angeles, Kings Canyon, Sequoia N.P., Yosemite N.P., San Francisco, Pacific Coast Highway No. 1, Monterey u. v. m.

Reisetermine:
03.06. - 15.06.2024
26.08. - 07.09.2024

Reisepreise pro Person
2 Personen | DZ | 1 Motorrad
ab € 4.699,-
2 Personen | DZ | 2 Motorräder
ab € 5.548,-
1 Person | EZ | 1 Motorrad
ab € 6.547,-

Ausführliche Reiseverläufe, eingeschlossene Leistungen, allgemeine Informationen sowie weitere Motorradreisen unter www.mr-biketours.de

Beratung und Buchung: direkt beim Veranstalter (Mo - Fr: 08:30 - 17:00 Uhr)

MR Biketours - Eine Marke der Media-Reisen GmbH & Co. KG
Obermarktstr. 28-30 | 32423 Minden | Tel. 0571 882 86 | info@mr-biketours.de

Stellenangebote



Die Stadt Bad Fallingb. sucht Sie ab sofort als **ehrenamtliche Gleichstellungsbeauftragte**

Die Gleichstellungsbeauftragte trägt zur Verwirklichung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern bei und ist unmittelbar dem Bürgermeister zugeordnet. Es werden eine monatliche Aufwandsentschädigung i. H. v. 362,00 € sowie Sitzungsgeld gezahlt.



Mehr Infos unter www.badfallingb.ostel.de/stellenausschreibungen oder dem nebenstehenden QR-Code.

Walsrode, Rudolf-Diesel-Str. zuvl. Reinigungskräfte w/m/d ab sofort im Supermarkt gesucht. AZ: Mo. - Sa.: 19.20 - 21.20 Uhr, 13,- € Std., Minijob + bez. Urlaubstage + bez. Feiertage. Wir freuen uns auf Sie! **Haboclean Gebäudereinigung** ☎ 05741 / 2301120

Walsrode, Rudolf-Diesel-Str. zuvl. Reinigungskräfte w/m/d ab sofort im Supermarkt gesucht. AZ: Mo. - Sa.: 05.30 - 07.15 Uhr o. 06.20 - 08.00 Uhr, 13,- € Std., Minijob + bez. Urlaubstage + bez. Feiertage. Wir freuen uns auf Sie! **Haboclean Gebäudereinigung** ☎ 05741 / 2301120

Gartenarbeit: Ält. Ehepaar aus Bad Fallingb. sucht regelmäßige Hilfe im Garten. ☎ 0162-3245949

DAS BRANCHENVERZEICHNIS DER REGION

PLATZIEREN. VERNETZEN. VERKAUFEN.

Mit nur einem Eintrag im Branchenverzeichnis der Region sichern Sie sich drei Werbeplätze. Das crossmediale Werbepaket beinhaltet den Eintrag in der Printausgabe des Branchenverzeichnisses im Wochenspiegel am Sonntag und online auf www.wz-net.de sowie auf kauflokal, dem Online Marktplatz für Walsrode.

IHR UNTERNEHMEN CROSSMEDIAL ZIELGENAU PLATZIERT



BERATUNG UND BUCHUNG 05161 6005-39

WEITERE INFORMATIONEN KAUFLOKAL.WZ-NET.DE

j. Gronemann GmbH & Co. KG Lange Straße 14, 29664 Walsrode

WOCHENSPIEGEL AM SONNTAG

IMPRESSUM

HERAUSGEBER UND VERLAG: J. Gronemann GmbH & Co. KG 29664 Walsrode, Lange Straße 14 29655 Walsrode, Postfach 1520 Telefon: (0 51 61) 60 05 - 0 Telefax: (0 51 61) 60 05 - 28 info@wochenspiegel-sonntag.de www.wochenspiegel-sonntag.de

Mitglied im

GESCHÄFTSFÜHRUNG:

Martin Röhrbein Kai Röhrbein Clemens Röhrbein

Redaktion: Thomas Riese

Anzeigen: Clemens Röhrbein

Verteilung: kostenlos, jeden Sonntag an alle erreichbaren Haushaltungen im Verbreitungsgebiet

ANZEIGENANNAHMESCHLUSS:

Mittwochs, 17:00 Uhr Preisliste Nr. 58 gültig ab 1. 10. 2023

Verteilte Auflage: 34.300 Stück

DRUCK:

Druckhaus Walsrode GmbH & Co. KG Hanns-Hoerbiger-Straße 6 29664 Walsrode

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers oder der Verfasserin wieder und müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte, Bilder, Bücher und sonstige Unterlagen wird kein Gewähr übernommen.

Von uns gestaltete Anzeigen sowie grafische Gestaltungselemente und gesetzte Texte dürfen nicht zur gewerblichen Verwendung durch Dritte übernommen werden. Der Wochenspiegel wird aus Recycling-Papier hergestellt.

Falls Sie unsere Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, eine E-Mail an vertrieb@wz-net.de zu senden und einen Aufkleber mit dem Hinweis „Bitte keine kostenlose Zeitung“ am Briefkasten anzubringen.

Mehr Infos: werbung-im-briefkasten.de

SCHON GEHÖRT?

WZ E-Paper App: Jetzt neu mit Vorlesefunktion! *Ab sofort kostenlos für alle Vollabonnenten



Was machst du finding-heideregion.de

Weihnachts-Mitmachaktion

Oh du.... Köstliche!

Mit welchen herzhaften Gerichten verwöhnen Sie Ihre Liebsten zur Weihnachtszeit?

Unter allen Einsendungen verlosen wir zehn Gutscheine von Geschäften oder Dienstleistern (nach Ihrer Wahl) aus dem Verbreitungsgebiet der Walsroder Zeitung.

Einsendeschluss ist der 3. 12. 2023 Bitte nur ein Rezept pro Person einsenden.

1. Preis: Gutschein im Wert von 150 €

Gutschein im Wert von 150 €

3. Preis: Gutschein im Wert von 50 €

Gutschein im Wert von 50 €

11.-15. Preis: Jeweils ein vierwöchiges e-Paper-Abonnement

Jeweils ein vierwöchiges e-Paper-Abonnement

2. Preis: Gutschein im Wert von 100 €

Gutschein im Wert von 100 €

4.-10. Preis: Je ein Gutschein im Wert von 20 €

Je ein Gutschein im Wert von 20 €

Coupon (bitte vollständig ausfüllen)

Mit der Einsendung des Rezeptes geben Sie uns Ihre Einwilligung zur kostenlosen Veröffentlichung in unseren Verlagsprodukten.

Name, Vorname

Straße, Haus-Nr.

Wohnort

Tel.-Nr.

E-Mail

Falls ich gewinne, wünsche ich mir einen Gutschein von (Geschäft/ Dienstleister, Ortsangabe) aus dem Verbreitungsgebiet der WZ.

Rezeptname

Zutaten

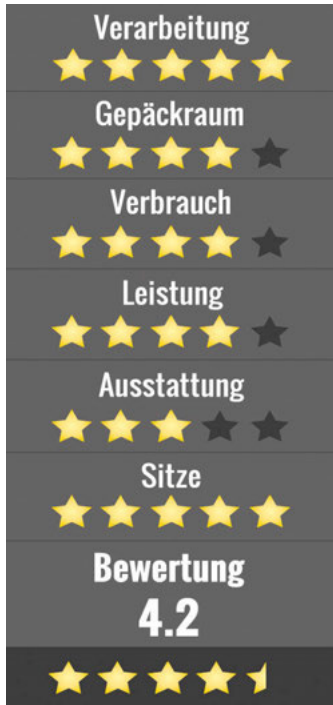
Zubereitung



Dem Premium-Anspruch auf allen Ebenen gerecht

BMW bietet bei der X1-Serie volle Flexibilität beim Antrieb und setzt mit dem xDrive30e Maßstäbe im SUV-Segment

WALSRODE. Mittlerweile gibt es kaum noch einen Fahrzeughersteller, der im SUV-Segment seine Kundinnen und Kunden nicht bedient. BMW gehörte nicht nur traditionell dazu, sondern hat mit einer ganzen Palette an Auswahlmöglichkeiten auch innovativ für neue Maßstäbe gesorgt. Ob mit Diesel, Benzin oder Strom angetrieben, die Serie X1 lässt der Kundenschaft die volle Flexibilität. Aber auch der Hybridantrieb mit Plug-in-Strom als Komponente zum Ottomotor wird von BMW angeboten. Auch wenn es keine staatliche Unterstützung mehr für diese zuladbare Stromladung im Auto gibt, macht eine Anschaffung des X1 xDrive 30e Sinn. Es lassen sich bei dezenter Fortbewegung nämlich ganze 81 Kilometer im Elektromodus erzielen, ohne auch nur einen Tropfen Benzin durch die Adern des bulligen Münchener zu leiten.



radantrieb und satten 326 System-PS (240 kW) unter der Haube schafft es, die Leistung aus einem 1,5-Liter-Dreizylinder und der 14,2 Kilowattstunden fassenden Batterie geschmeidig zu kanalisieren. Dass dabei sportliche Leistungen herauskommen, kann den Insassen nur Recht sein. Innerhalb von 5,6 Sekunden auf Tempo 100 vorgeht und bis zu 205 Stundenkilometer auf der Autobahn sind eine Leistung, die zur Sportlichkeit der Marke passen. Dabei verliert der X1 xDrive 30e nie die Fassung, lässt sich immer beherrschbar durch die Situationen steuern und vermittelt in allen Phasen das Gefühl, dass Premium eine besondere Güte von Qualität ist.

Da es im heutigen Automobilbau kaum noch Modelle gibt, die durch einen Dreh des Zündschlüssels ihren Betrieb aufnehmen, genügt auch beim X1 der Druck auf einen recht unscheinbaren Knopf in der Mittelkonsole. Dabei gibt das Fahrzeug lediglich Leuchtzeichen von sich, um Einsatzbereitschaft zu zeigen. Ganz ohne Tastendruck, wie bei einigen Mitbewerbern geht es aber noch nicht. Ist aber auch



Der BMW X1 xDrive30e setzt mit seiner Hybridtechnik Maßstäbe im SUV-Segment.

Foto: Sohnmann

nur eine unwesentliche Tatsache. Viel bedeutsamer dürfte für die Fahrerinnen und Fahrer die Variationsmöglichkeit des eigenen Fahrstils sein. Hier lässt es sich zu Beginn der Fahrt zwischen mehreren Möglichkeiten wählen, wobei sich einige Modi über ein Untermenü differenzieren lassen. So auch die Einstellung, in der sich die Batterie während der Fahrt aufladen lässt. Das ist nämlich eine willkommene Einstellung, die bei langen Autofahrten empfehlenswert ist.

Durch die Ausnutzung der gegebenen Technik ist es BMW gelungen, die Verbrauchswerte in einem ausgesprochen moderaten Rahmen zu halten. Was vor wenigen Jahren für einen SUV noch als unerreichbar galt, ist den Münchenern mit der perfekten Hybrid-Kombination gelungen. Im Test-Drittelmix hat der X1 xDrive30e einen Verbrauch von 22,2

Automobil-Check: BMW X1

BMW X1 xDrive 30e
 Hubraum: 1.499 ccm – Zylinder: 3 Reihe Turbo
 Systemleistung kW/PS: 240/326 – Getriebe: 7-Gang-Automatik
 Max. Drehmoment: 477 Nm – Allradantrieb
 Höchstgeschwindigkeit: 205 km/h – Beschl. 0-100 km/h: 5,6 Sek.
 Leergewicht: 1.935 kg – Zul. Gesamtgewicht: 2.435 kg
 Maße mm: L. 4.500, B. 1.845, H. 1.642 – Anhängelast gebr.: 1.800 kg
 Gepäckraum: 490-1.495 Liter – Tankinhalt: 47 Liter
 Kraftstoffart: Super/Strom – Verbrauch (Test): 1,4 l + 22,2 kW/h/100 km
 CO₂-Ausstoß (WLTP): 24 g/km – Euro 6e
Grundpreis: 51.600 Euro

Kilowattstunden für hundert Kilometer ausgewiesen und einen tatsächlichen Zusatzverbrauch von 1,4 Litern Superbenzin aus dem Tank genommen.

Es muss sicherlich nicht extra betont werden, dass der geräumige X1 genügend Platz für vier Personen bietet. Sollten sich einmal

fünf Menschen unter seinem Dach befinden, wird auch niemand über berechnete Platznot klagen. Dafür reduziert die Hybrid-Technik das Aufnahmevermögen für Gepäck. Da müssen 490 Liter bei voller Besetzung ausreichen. Es gibt aber in der Realität kaum Situationen, die mehr Platz

erfordern würden. Entgegen vielen Mitbewerbern steht den Besitzerinnen und Besitzern eines BMW X1 xDrive30e zudem noch die gebremste Anhängelast von 1800 Kilogramm zur Verfügung. Eine weitere positive Beigabe der Konstruktion.

Im Innenraum hat BMW übrigens viele praktische Annehmlichkeiten entwickelt, die sofort auffallen. Dazu gehört das dicke Lenkrad mit seiner hervorragenden Haptik oder auch die Ladeschale, die senkrecht das Telefon festhält.

Einzig der Preis hindert des X1 xDrive30e daran, sämtliche Garagen der SUV-Fans zu füllen. Der Grundpreis von 51.600 Euro dürfte nicht jedem Interessenten leicht fallen. Sollen noch einige Extras das Modell ergänzen, wie beim Testfahrzeug, sind auch schnell mal 15.000 Euro zusätzlich einzuplanen.

Kurt Sohnmann

Überarbeitete V8-Modelle bestellbar

Markante Design-Merkmale bei den Mercedes-AMG GT 4-Türer Coupés

WALSRODE. Die überarbeiteten Modelle von Mercedes-Benz sind an markanten Design-Merkmalen zu erkennen. Auffällig ist die Front, die Elemente des neuen AMG GT Coupés zitiert: Der große Lufteinlass unterhalb der AMG-spezifischen Kühlerverkleidung ist deutlich breiter. In die Frontschürze sind außen vertikale Luftkanäle integriert.

Zur serienmäßigen Ausstattung gehören das AMG-Speedshift MCT 9G Getriebe, der vollvariable Allrad-

antrieb AMG Performance 4MATIC+ und das AMG-Ride-Control+-Luftfahrwerk mit adaptiver Verstelldämpfung. Dazu kommen die aktive Hinterachslenkung, das elektronisch gesteuerte Hinterachs-Sperrdifferential und Multibeam-LED-Hauptscheinwerfer.

Serienmäßig sind auch das elektrische Schiebedach und die Easy-Pack-Heckklappe an Bord. Auch das kabellose Laden von Smartphones zwischen den Rücksitzen ist möglich. Das intelligente, digitale Multi-

mediasystem Mbus (Mercedes-Benz User Experience) erhielt ein Update. Die AMG-spezifischen Anzeigen sind nun neu gestaltet und die Funktionen individuell konfigurierbar. Zusammen mit dem serienmäßigen Burmester Surround-Soundsystem oder dem optionalen Burmester High-End-3D-Surround-Soundsystem hält mit Dolby Atmos ein neues Klangerlebnis Einzug. Aus dem Farbfächer können die Kundinnen und Kunden den neuen Ton Opalithweißmetall wählen. Räderportfolio und Polsterangebot bleiben gleich.

Bei den Vertragspartnern können Interessierte die überarbeiteten V8 Modelle des Mercedes-AMG 4-Türer Coupés ab sofort ordern und sich ihr Wunschfahrzeug auch im Internet individuell konfigurieren. Der Preis des GT 63 4MATIC+ 4-Türer Coupés (Kraftstoffverbrauch CO₂-Emissionen kombiniert 13,4-12,1 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert 303-273 g/km) beginnt bei 168.152,95 Euro. Das GT 63 S 4MATIC+ 4-Türer Coupé (Kraftstoffverbrauch kombiniert 13,4-12,7 l/100 km; kombiniert 304-287 g/km) startet bei 185.050,95 Euro.



Aufgewertet und jetzt bestellbar: Mercedes-AMG GT.

Foto: AMG

Anzeige



Jetzt erleben

Hauspreis inkl. Überführungskosten
24.890,- €*

e-up! Edition 61 kW (83 PS) 32,3 kWh 1-Gang-Automatik.

Stromverbrauch kombiniert in kWh/100 km: 14,5; CO₂-Emissionen kombiniert in g/km: 0. Für das Fahrzeug liegen nur noch Verbrauchs und Emissionswerte nach WLTP und nicht mehr nach NEFZ vor.**

Ausstattung: CCS Ladedose, Multifunktionslenkrad in Leder, Einparkhilfe, Rückfahrkamera "Rear View", Sitzheizung vorne, Geschwindigkeitsregelanlage, Frontscheibe beheizbar, 8-Fach Bereift u.v.m.

Hauspreis 24.890,00 €*
inkl. Überführungskosten

* Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen. Sofort verfügbar. BAFA Prämie enthalten. Stand 08/2023. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



Ihr Volkswagen Partner

Autohaus Winkelmann GmbH

Lüneburger Straße 70-72, 29614 Soltau
Tel. +49 5191 9822 100, www.volkswagen-winkelmann.de

Anzeige

Restaurant Fairway Tietlingen

Frühstücksbuffet (ab 9.30 Uhr)
Köstlich und abwechslungsreich.
Lassen Sie sich verwöhnen.

Voradventszeit
19. 11 & 26. 11. 2023

in der Adventszeit
03. 12. & 10. 12

für nur
18,50€

Wir bitten um
Voranmeldung

Am Golf Club Tietlingen
Tietlingen 6c • 29664 Walsrode • Tel. 05162- 901 07 31
Restaurant.fairway.tietlingen@web.de • www.tietlingen.de

Anzeige

DACHDECKERMEISTER
Stefan Vogt

Ausführung sämtlicher
Dachdecker- & Dachklempnerarbeiten

Tel. 0 51 65 / 5 61 97 91 • Mobil 0171 / 3 25 56 43
svogt813@gmail.com

Musik von der grünen Insel

Die Gruppe Iontach präsentiert im Lintler Krug irische Musik

KIRCHLINTELN. Der Kultur- und Förderverein Kirchlinteln präsentiert am Sonntagabend, 18. November, Musik aus Irland mit der Band Iontach. Beginn des Konzertes im Lintler Krug ist um 19.30 Uhr (Einlass 19 Uhr).

„Iontach“ ist irisch und heißt „wunderbar/hervorragend“ und bisweilen auch „eigenartig/merkwürdig“. Die Musik der irisch-britisch-deutschen Formation wird jedoch eindeutig im erst genannten Sinne beschrieben. Die 2003 gegründete Band besteht aus den drei renommierten Musikerpersönlichkeiten Siobhán Kennedy, Nick Wiseman-Ellis und Jens Kommnick, die in dieser Zusammensetzung seit 2016 gemeinsam musizieren.

Die abwechslungsreiche Mischung aus sensiblem, mehrstimmigem Harmoniegesang einerseits und feinen Arrangementschwungvoller Tanzmusik und lyrischer Melodien andererseits macht die Gruppe zu einer Ausnahmeerscheinung. Zudem gehört sie durch den großen Umfang ihres eingesetzten In-



Die Band Iontach entführt mit ihrer „wunderbaren“ Musik nach Irland.

Foto: Iontach

strumentariums (Flöten, Geigen, Akkordeon, Concertina, Gitarre, Bouzouki, Cello, Piano) und durch ihre sympathische und humorvolle Bühnenpräsen-

tion zu den beliebtesten Formationen der irisch-traditionellen Musikszene.

Karten gibt es an der Abendkasse sowie im Vorverkauf bei der Tankstelle

Bomnüter in Kirchlinteln. Kartenreservierungen sind auch bis zum Vorabend der Veranstaltung möglich per E-Mail an krugevents@gmx.de.

Brennen für den Beruf als Hörakustiker

Christopher Löttsch von Hörakustik Schmitz & Anders erhält ein Weiterbildungsstipendium

WALSRODE. Der Hodenhagener Christopher Löttsch (24 Jahre) hat vor drei Jahren als erster Auszubildender seine Ausbildung bei Hörakustik Schmitz & Anders in Walsrode begonnen. Dabei hatte er die Geschäftspartner Thorsten Anders und Uli Schmitz bereits vor der Eröffnung des Geschäftes an der Moorstraße 78 bei der Errichtung der Filiale unterstützt: Schränke wurden aufgebaut, Schubladen einsortiert, Dekomaterial platziert und überall Hand angelegt für den letzten Schliff der feierlichen Eröffnung.

Inzwischen ist die gelungene Eröffnung vom 11. November 2020 drei Jahre her. Viel hat sich seitdem getan. Kein Tag ist langweilig, viele verschiedene Kunden konnten mit individuell angepassten und perfekten Hörlösungen begeistert werden. Besonders gut hat Christopher Löttsch aber auch das duale Ausbildungsmodell gefallen, bei dem praktische Inhalte direkt im Ladengeschäft erlernt wurden. Er hat ein

Faible für den Umgang mit Kunden und schätzt den persönlichen Kontakt. Der theoretische Teil fand in der Bundesoffenen Landesberufsschule für Hörakustiker in Lübeck statt. „Dies war eine tolle Abwechslung mit einer angenehmen Entfernung von Ort zu Ort. Zusätzlich hat mir Lübeck supergut gefallen. Mit der Nähe zum Strand kam ich mir oft vor wie im Urlaub. Wer kann schon behaupten dort zu lernen, wo andere Urlaub machen“, schmunzelt Christopher Löttsch.

„Am Ende der dreijährigen Ausbildung fand eine Gesellenprüfung statt, diese war ebenfalls aufgeteilt in Theorie und Praxis. Bei erfolgreichem Bestehen endet alles mit einer „Freisprechung“. Dort kommen Gesellen aus ganz Deutschland zusammen, ein interessantes Miteinander, bei der die Absolventen gefeiert werden.

Auch nach der bestandenen Gesellenprüfung hört das Lernen nicht auf. Der Hodenhagener bildet sich, mit großer Unterstützung



Christopher Löttsch hat ein Weiterbildungsstipendium erhalten, das er für sein Meisterstudium verwenden möchte. Foto: Hörakustik Schmitz & Anders

seines Chefs Thorsten Anders, stets weiter. Sei es bei Vorträgen, Seminaren, Recruiting-Messen oder sogar bei der vor Kurzem stattfin-

denden internationalen Hörakustik-Messe in Nürnberg, bei der die neuesten Bluetooth-Im-Ohr-Geräte vorgestellt wurden. Er schwärmt über diese: „Eine Technik in so unauffälliger Größe ist wirklich revolutionär.“ Solche erstaunlichen und überaus nützlichen Neuerungen spornen Christopher Löttsch Tag für Tag an, und er verliert sein stetes Ziel, den Meistertitel, nicht aus den Augen.

Vor ein paar Tagen bekam er Post von der Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade. Ihm wird ein Weiterbildungsstipendium vom Bundesministerium für Bildung und Forschung angeboten. Aufgrund seiner damaligen Berufsabschlussprüfung, die er als zweiter Sieger beim Landesentscheid überaus erfolgreich abgeschlossen hatte. „Ich war total überrascht, als ich den Brief öffnete und freute mich riesig. Sofort kam mir in den Sinn, dass ich dieses Stipendium gleich für mein Meisterstudium verwenden werde.“

Anzeige

Entdecken Sie das Neueste in der Hörtechnologie

Testen Sie bei uns kostenlos das neueste Hörgerät

Im-Ohr-Hörgeräte mit Bluetooth für ein vernetztes und revolutionäres Hörerlebnis!

HÖRAKUSTIK SCHMITZ
... wie ein Freund.

Moorstraße 78 • 29664 Walsrode • T 05161 - 7843 333
41x in Ihrer Nähe! | www.hoerakustik-schmitz.de



Tilly, eine fröhliche Hündin

Tilly kam im Juni ins „Offene Tierheim“ in Sisterea (Rumänien), nachdem sie auf der Landstraße zwischen Salard und Sisterea gesehen worden war. Sie war weder gechippt noch kastriert. Nun will der Verein ITV Grenzenlos ihr helfen, ein neues Zuhause zu finden. Die kleine Hündin durfte im Oktober ausreisen und befindet sich jetzt in einer Pflegestelle im Raum Hannover. Sie war zu Anfang sehr verschüchtert, ist jetzt aber wieder

munter und fröhlich. Sie ist stubenrein, geht gut an der Leine, fährt im Auto mit und kann auch kürzere Zeit allein bleiben. Mit den anderen drei Hunden in der Pflegestelle versteht sie sich gut. Tilly ist 27 Zentimeter groß, wiegt 7,5 Kilogramm und ist gechippt, geimpft und kastriert. Vor ihrer Ausreise erhielt sie einen Blutschnelltest mit negativem Ergebnis. Interessierte melden sich unter ☎ (05085) 955171. Foto: ITV Grenzenlos

Versammlung bei den Onkologen

WALSRODE. Die Jahresversammlung des Onkologischen Arbeitskreises Walsrode findet am Mittwoch, 22. November, ab 19 Uhr im Medizinischen Versorgungszentrum in Walsrode, Seminarraum im 3. Obergeschoss, Saarstraße 16, statt. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem Berichte des ersten Vorsitzenden und des Kassenvorganges.

Festgottesdienst und Basar ab 11 Uhr

Alle Interessierten unabhängig ihrer Konfession eingeladen

BENEFELD. Am heutigen Sonntag, 12. November, beendet der Verein Projekt Eine Welt (PEW) sein Jubiläumsjahr zum 30-jährigen Bestehen mit einem ökumenischen Festgottesdienst in der Heilig-Geist-Kirche in Benefeld. Auf die Besucher und Besucherinnen warten Überraschungen unter dem Motto „Ohne Moos nichts los“. Eingeladen sind alle Interessierten, ganz unabhängig von ihrer Konfession, die den PEW und seine Anliegen der Völkerverständigung

tesdienstmusik wird von Gitarren und Cajón begleitet.

Die Gottesdienstmusik mit Gitarre und Cajón

und der globalen Gerechtigkeit fördern oder kennenlernen wollen. Die Got-

tesdienstmusik wird von Gitarren und Cajón begleitet.

Danach kann man im Gemeindehaus essen, sich informieren und gemütlich auf dem Eine-Welt-Basar stöbern. Bei einer Tasse Kakao, Tee oder Kaffee und bei Waffeln besteht außerdem die Möglichkeit, zu klönen und Leute zu treffen.