

▶ **MARKTPLATZ**

▶ **MÖBEL / HAUSRAT**

Haushaltsauflösungen
Entrümpelungen
An- und Verkauf
Thomas Ertel
☎ 0172 5 13 03 44

Sofas, Sessel, Stühle
modern oder antik, aufarbeiten und neu beziehen.
Stuhlsitze beziehen ab 30,- €
Michael Eggers
Mellendorf, Wedemarkstr. 74
Telefon (05130) 46 42
www.polsterer-eggers.de

▶ **SCHMUCK & UHREN**

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

▶ **GARTEN**

Garten- u. Landschaftsbau
Platten- und Natursteinarbeiten,
Zaunbau, Terrassenbau,
Baum- und Heckenschnitt,
Objektpflege, Rollrasen,
Kleine Arbeiten rund ums Haus.
☎ (01 52) 52 01 70 89 oder
(01 51 32) 85 60 765, F. Kezer

Gartenpflege
Fehim Özdemir
24-Std.-Service-Sturmschäden
Baumfällung + Fräsen, Sträucher, Hecken,
Rollrasen + Einsäen, Vertikutieren, Dachrinnen-
reinigung, Pflaster- u. Plattenarb./-Reinigung,
Winterdienst, kleine Arbeiten rund ums Haus
Schnell u. preiswert
Telefon 05139/89 55 06 oder
0170/3 52 56 79

Baumfällung, -schnitt, -pflege, Roden
von Hecken, Wurzelfräsen usw. inkl.
Entsorgung, 20 Jahre Erfahrung, wir
erledigen das! Firma J.Schröter
Tel.01772492640 gerne auch Whatsapp

Baumfällungen, Fa.Förster
☎ 05139/7069818

▶ **KUNST- UND SAMMLERMARKT**

Silber-Gold-Münzen
Briefmarken, An- und Verkauf
Sammlerladen Ralf Miedeck
Mi. + Do. von 10 bis 18 Uhr
Schützenstraße 22 / Lgh
0511-778172

Stop! Nichts wegwerfen, zahle fair für
Trödel & Krempel ☎ (0163) 8 30 97 83

▶ **BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT**

Fliesenleger + Badsanierung
☎ 0160/97739654

▶ **HOBBY UND FREIZEIT**

Hannover 96 Sammler
sucht
alte originale Hannover
96-Sachen, insb. alte
Trikots (z.B. Epon, Ha-
nomag), orig. Presse-
fotos u.v.a., alt = vor
2000, Preis VB
☎ (0160) 3 66 61 16

Kaufe Bücher aus allen Bereichen
☎ (05149) 8608 T. Ehbrecht

Modellisenbahn und altes Spielzeug
gesucht ☎ 039403/ 94168

▶ **KAMINE / SAUNA**

Firma Blum Kaminholz Buche, Birke,
Eiche, Nadelholz ☎ (05145) 6471

▶ **DIENSTLEISTUNGEN**

Dachdeckerarbeiten aller Art,
Dachrinnenarbeiten, 30% Herbstaktion
Firma U. Meinhardt ☎ (0178) 7887220

Dachdeckerarbeiten aller Art,
Dachrinnenarbeiten, 30% Herbstaktion
Firma U. Meinhardt ☎ (0178) 7887220

Hecken/Baumchnitt, Gartenpflege
zum FP-10% Rabatt ☎ 0176 23608987
Gartenpfl./Pflasterarb., 0172/1593860

▶ **KRAFTFAHRZEUGMARKT**

▶ **KFZ ANGEBOTE**

▶ **ALLGEMEINE PLATZIERUNG**

Roller, Mopeds, Motorräder,
Aufsitzmäher gesucht. Auch defekt.
05121/2068883

▶ **VW**



ID.5 Pro Performance
EZ 05/23, 150kW (204PS) große
Batterie, sehr gute Ausstattung,
Scheckheftgepflegt, NR, unfallfrei,
Euro 6, innen schwarz mit Leder
545 km Gesamtreichweite
62.000 km Laufleistung
31.500 €
Mobil: 015172860585

▶ **KFZ GESUCHE**

▶ **PKW KAUFGESUCHE**

Autoankauf
schnell – fair – bar
auch Mängel, Unfall, Export
05136/920 24 35 od.
0172/5 11 76 91

▶ **WOHNMOBILE / -WAGEN**

Wir kaufen Wohnmobile+Wohnwagen
☎ 03944-3 61 60, www.wm-aw.de Fa.

▶ **VERSCHIEDENES**

▶ **VERSCHIEDENES**

Gartenpflege gesucht, Gärtner für
regelmäßige Gartenpflege in Ahlten
gesucht. Laubentfernung, Pflege von
Beeten und 2x jährlich Strauch- und
Baumschnitt. ☎ 05132-589696

▶ **BEKANNTSCHAFTS- ANZEIGEN**

▶ **BEKANNTSCHAFT**

▶ **ER SUCHT SIE**

Er 62/173 sucht jüngere Frau für
Freizeit Freundschaft Beziehung gerne
auch Polin Tel 01629405804

▶ **KONTAKTBÖRSE / EROTIK**

Moni (32) privat ☎ 01525-51 77 012

Marktspiegel

Jeden
Samstag
frei Haus ...
www.
marktspiegel-verlag.de

Das
„Schaufenster“
der heimischen
Wirtschaft und der
lokalen Events.

Liebe Leserinnen und Leser!

Bei Aufgabe von Online-Anzeigen:
Bitte prüfen Sie Ihren Anzeigentext und auch die Gestaltung
bevor Sie die Anzeige freigeben.
Für eventuelle Fehler in Online-Anzeigen übernehmen wir
keine Gewähr.
Ihr Marktspiegel-Verlag



Schillernder Tauchexperte sucht
steiles Ufer zwecks Bau eines Eigen-
heims. Telefon: 030.284984-1574

Helfen Sie mit einer Fluss-Patenschaft!

Schützen Sie mit uns diesen
einzigartigen Lebensraum
und seine Bewohner.



NABU.de/fluss-pate
E-Mail: paten@NABU.de

Eine
Patenschaft
können Sie auch
verschenken!

PRIVATE KLEINANZEIGEN

Haben Sie etwas zu verkaufen oder sind Sie
auf der Suche?
Dann sind Sie bei uns genau richtig!

im
Marktspiegel

Tel.: 0800 - 154 42 33 *kostenlose Servicenummer
E-Mail: kleinanzeigen@wochenblaetter.de

Marktspiegel

Burgdorfer & Uetzer
Nachrichten

Burgwedeler & Isernhagener
Nachrichten
Lehrter & Sehnder
Nachrichten

Verlag: Marktspiegel Verlag GmbH
Marktstraße 16, 31303 Burgdorf
Telefon (05136) 8 99 40 / Fax (05136) 89 94 30
E-Mail: anzeigen@marktspiegel-verlag.de
Erscheinungsweise wöchentlich samstags

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Patrick Bludau

Verantwortliche Redakteure:
Redaktionsleitung: Carsten Bergmann
Redaktion Burgdorf: Franka Haak (fh),
Redaktion Burgwedel: Birgit Schröder (bs),
Redaktion Lehrter: Gabriele Gosewisch (gg),
E-Mail: redaktion.lehrter@marktspiegel-verlag.de
Für unverlangt eingehende Manuskripte wird
keine Gewähr übernommen.

Zustellung:
WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH,
August-Madsack-Straße 1, 30559 Hannover,
Unter www.marktspiegel-verlag.de können Sie
uns ganz einfach mit zwei Klicks melden, wenn
Sie die Zeitung nicht bekommen haben.

Druck: Druckzentrum Niedersachsen,
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg
Leserbriefe: Anonyme Zuschriften werden
nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit
voller Adresse versehen und vom Einsender
unterschrieben sein. Die Redaktion behält
sich Kürzungen unter Berücksichtigung der
presserechtlichen Verantwortung vor.
Leserbriefe stellen nicht die Meinung
der Redaktion dar.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgegebenen
Anzeigen oder Änderungen übernimmt
der Verlag keine Gewähr.

Alle vom Verlag gefertigten Entwürfe und
Anzeigen, alle redaktionellen Texte und Fotos
sind urheberrechtlich geschützt.
Die Übernahme und Verwendung bedarf
der Genehmigung des Verlages.

Erscheinungsweise: wöchentlich sonnabends,
gemeldete verteilte Auflage lt. ADA:
78.000 Exemplare (Quart. IV/2022)

Es gilt die Preisinformation unter mediatdaten.online
Anzeigenschluss:
Samstagsausgabe: donnerstags, 12 Uhr



Bundesverband Deutscher
Anzeigenblätter **BVDA**

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr
erhalten möchten, bitten wir Sie,
einen Werbeverbot aufzugeben mit
dem Zusatzhinweis - bitte keine
kostenlosen Zeitungen - an Ihrem
Briefkasten anzubringen.
Weitere Informationen finden Sie
auf dem Verbraucherportal
www.werbung-im-Briefkasten.de.

Was wirklich zählt:
Gemeinschaft
drk.de/spenden



Gesundheit

ANZEIGE

NEU
Volksleidnen versteckter Magnesiummangel?

Schlechter Schlaf, Reizbarkeit, Erschöpfung – was wie Stress aussieht, ist oft ein versteckter Magnesiummangel

Wer sich tagsüber erschöpft, ausgelaugt und antriebslos fühlt und auch nachts keinen erholsamen Schlaf findet, sucht die Ursache meist im stressigen Alltag. Doch manchmal fehlt dem Körper ein wichtiges Puzzlestück – Magnesium! Ist der Körper nicht ausreichend versorgt, reagieren Nerven empfindlicher, Muskeln verspannen leichter und der Körper findet nachts schwer zur Ruhe – ein echter Teufelskreis! Gleichzeitig liefern verarbeitete Lebensmittel weniger Magnesium, während Stress, Koffein oder bestimmte Medikamente den Bedarf erhöhen. So kommt es laut aktueller Forschung bei rund 10 bis 30 % der Menschen zu einer Unterversorgung.

Magnesium – Basis für Ruhe, Entspannung und Regeneration

Gerade deshalb lohnt sich ein Blick darauf, wie wichtig Magnesium für unsere Erholung ist – tagsüber wie nachts: Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei und bildet damit die Grundlage dafür, Stressreaktionen besser zu regulieren und innerlich zur Ruhe zu kommen.



men. Gleichzeitig unterstützt das Mineral eine normale Muskelfunktion, was nächtliche Unruhe durch Verspannungen reduzieren kann. Magnesium trägt außerdem zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung sowie zu einer normalen psychischen Funktion bei. Ist der Magnesiumspiegel im Gleichgewicht, fällt es vielen Menschen leichter, nachts besser zu regenerieren und am Morgen frischer in den Tag zu starten.

Auf die richtige Kombination kommt es an

Kein Wunder also, dass Magnesium heute so gefragt ist wie

nie. Doch Magnesium ist nicht gleich Magnesium. Besonders empfehlenswert sind Kombinationen verschiedener Verbindun-

gen, die Muskeln, Nerven und Psyche umfassend unterstützen. Hochwertiges Magnesiumbisglycinat überzeugt beispielsweise durch eine hohe Bioverfügbarkeit, wird also vom Körper besonders gut aufgenommen.

Baldriparan Magnesium Plus – mit dem Plus für eine verkürzte Einschlafzeit

Im neuen Baldriparan Magnesium Plus (Apotheke) wurden Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid gezielt kombiniert – ergänzt um das gewisse Plus in Form von Melatonin, das dazu beiträgt, die Einschlafzeit zu verkürzen. So entsteht eine ausgewogene Formel, die den Körper dabei unterstützt, abends besser zur Ruhe zu finden und erholt in den neuen Tag zu starten.

Magnesium: Kraftspender für jede Zelle
Magnesium steckt in nahezu jeder Körperzelle und ist unverzichtbar für die Energiegewinnung – so bleiben wir leistungsfähig und konzentriert. Ein Mangel kann sich durch Probleme im Schlaf, Muskelkrämpfe oder Unruhe zeigen. Da der Körper Magnesium nicht selbst bildet, ist eine ausreichende Zufuhr über Ernährung oder Ergänzung wichtig – für einen ausgeglichenen Tag und eine entspannte Nacht.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan Magnesium PLUS
(PZN 19927389)
www.baldriparan.de

