

► Fenster aus Kunststoff, Holz und Aluminium  
► Haustüren und Schiebetüren  
► einbruchhemmende Fenster  
► Schallschutz-Fenster  
► Rollläden, Jalousien, Plissees  
► Beratung, Fertigung und Montage

**IST ES WIRKLICH NUR EIN FENSTER?**  
Besuchen Sie unsere Ausstellung in Vacha und erfahren Sie mehr!  
Mo.-Fr. 8:00-17:00 Uhr

**hilzinger**  
Bahnhofstraße 30 · 36404 Vacha  
Tel. 036962 / 272-0  
Büro ROF: 0151-55040566  
vacha@hilzinger.de  
www.hilzinger.de

Deutschlands große Fenstermarke.

# HEIMAT NACHRICHTEN

## ROTENBURG BEBRA

**Schöne Überdachungen**

**Völlholz Viereck GmbH**  
05664 - 930 341 | www.vollholz-viereck.de

**isofloc**

**In Gedenken errichtet**  
Ruhebänke durch den SC Neuenstein aufgestellt.



**Frühzeitig vorbereitet**  
Landkreis startet Projekt „Zukunft Kaliregion 2.0“.



**Für die gute Sache**  
Hans Christant repariert Geräte und spendet Erlös.



Deutsche Küche - Steakhaus & XXL-Speisen

**Klosterschänke**  
Bad Hersfeld

**Denken Sie rechtzeitig an Ihre Weihnachtsfeier und an die Feiertage**  
Wir haben separate Räumlichkeiten für 16, 22, 44 und 80 Personen  
Ab sofort Gänse- und Entenessen  
Weitere Infos und Speisekarte unter [www.klosterschenke-johannesberg.de](http://www.klosterschenke-johannesberg.de)  
Täglich ab 17.30 Uhr geöffnet  
Sonntag 11.30 - 14.00 und ab 17.30 Uhr  
Telefon: 0 66 21 - 6 3111  
gantztägig erreichbar  
Neumarkt 2 · 36251 Bad Hersfeld

**OBI**

Ab sofort großer Verkauf von WEIHNACHTSBÄUMEN

**OBI Bad Hersfeld**  
HEBA Bau- u. Heimwerkermarkt GmbH  
Heinrich-von-Stephan-Str. 2 a

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!  
Montag - Freitag von 8.00 - 20.00 Uhr  
Samstag von 8.00 - 18.00 Uhr

**Fußwerk**  
für alle gesetzlichen Krankenkassen

**DIABETIKER**  
Sie suchen für Ihre Fußbehandlung einen erfahrenen Podologen?

Beckersgraben 1c  
36251 Bad Hersfeld  
www.podologieflinner.de  
Tel.: 06621 72735

**Design your IT**  
Thomas Müller

Ihr kompetenter IT-Partner in Rotenburg an der Fulda

Notebook, Computer, Server, Firmennetzwerke, Mobilfunk & Telekommunikation

Mit eigener IT-Werkstatt  
Beratung, Verkauf, Einrichtung, Internet- und Web-Service

Steinweg 22  
36199 Rotenburg  
E-Mail: [info@designyourit.de](mailto:info@designyourit.de)  
Internet: [www.designyourit.de](http://www.designyourit.de)  
Telefon: 06623 9288100

## ACO baut neue Anlage

### Weltmarktführer investiert drei Millionen Euro

Philippsthal – Drei Millionen Euro investiert das Haustechnik-Unternehmen ACO-Passavant an seinem Stammsitz in Philippsthal in eine neue Edelstahl-Beizanlage. Der Grundstein für die 540 Quadratmeter große Halle wurde diese Woche auf dem Werksgelände an der Ulsterstraße gelegt. Errichtet wird das Gebäude im Anschluss an die bestehende Fertigungshalle vom Eiterfelder Bauunternehmen Lohfink nach den Plänen der Ingenieurgesellschaft Lindschulte. Die Arbeiten sollen, wie die Hersfelder Zeitung und die HNA berichten, im Sommer abgeschlossen sein und voraussichtlich soll am 1. Juli der Probebetrieb starten.

Als Beizen wird die chemische Behandlung von Edelstahlteilen bezeichnet, mit der die Oberfläche gereinigt und die Korrosionsbeständigkeit erhöht wird. Bislang werden die in Philippsthal gefertigten Erzeugnisse dafür per Lastwagen nach Siegen transportiert. Mit dem Ausbau fielen täglich eine Lkw-Anlieferung und -Abholung sowie die damit verbundenen CO<sub>2</sub>-Emissionen weg, unterstrich Hans-Julius Ahlmann, geschäftsführender Gesellschafter der ACO-Gruppe mit Hauptsitz im schleswig-holsteinischen Büdelsdorf, während der Feier zur Grundsteinlegung mit geladenen Gästen aus Politik und Wirtschaft.

Zudem soll die Oberflächenbehandlung der Edelstahlprodukte direkt vor Ort die Lieferzeiten für Kunden um etwa eineinhalb Tage verkürzen, was eine schnelle Belieferung der Baustellen mit Entwässerungstechnik er-



**Bedecken die Zeitkapsel:** von links Bürgermeister Timo Heusner, Michael Rau (Geschäftsführer Lindschulte), Volker Harbs, Peter Fröhlich (Geschäftsführer ACO-Passavant), Iver Ahlmann, Hans-Julius Ahlmann (geschäftsführender Gesellschafter ACO-Gruppe), Bauunternehmer Joachim Lohfink und Landrat Torsten Warnecke.

FOTO: JAN C. EISENBERG

mögliche. Nach Inbetriebnahme der Beizhalle soll künftig die gesamte Wertschöpfungskette von der Konstruktion über alle Fertigungsschritte bis zum Versand in Philippsthal angesiedelt sein. Die geplante Anlage wird für Teile mit Sondermaßen ausgelegt sein und auch anderen Unternehmen in der Region die Möglichkeit bieten, ihre Edelstahlteile bei ACO beizen zu lassen.

Das Geschäftsfeld von ACO Haustechnik brachte Hans-Julius Ahlmann, geschäftsführender Gesellschafter der Muttergesellschaft ACO Severin Ahlmann GmbH & Co. KG, auf einen einfachen Nenner: „Wir helfen den Menschen, sich vor Wasser zu schützen, und dem Wasser, sich vor dem Menschen zu schützen“. Seit der Übernahme durch die in 40 Ländern

vertretene ACO-Gruppe habe sich das Philippsthaler Unternehmen zum Weltmarktführer im Bereich der Umweltechnik entwickelt, der seine Produkte in die ganze Welt liefert und weiterhin auf Wachstumskurs sei. Passend dazu sprach Landrat Torsten Warnecke auch von einem „Hidden Champion“, also einem relativ unbekanntem Unternehmen, das erfolgreich am Weltmarkt agiere und stolz auf seine „handfesten Produkte“ sein könne.

Die Edelstahlfertigung in Philippsthal soll unabhängig von den Plänen für ein neues Werk in Friedewald ausgebaut werden. Die Grundstücke dort sollen zeitnah übernommen und entwickelt werden, hieß es bei der Grundsteinlegung. Als möglicher Baubeginn war bei einer Bürgerversammlung kürz-

lich 2023 genannt worden. Zudem unterhält ACO bislang eine Kunststoff-Fertigung im thüringischen Stadtlengsfeld. Der Mietvertrag für diese Produktionsstätte mit der Landentwicklungsgesellschaft Thüringen läuft vorerst bis 2029.

Seit dem Jahr 2000 gehört die Passavant-Entwässerungs- und Abscheidetechnik zur ACO-Firmengruppe mit rund 5000 Mitarbeitern. Die Haustechnik-Sparte (ACO Passavant GmbH) fertigt mit rund 450 Mitarbeitern in Philippsthal und Stadtlengsfeld Entwässerungstechnik für Großküchen, Industrie- und Bürogebäude, Messehallen, Hotels und Privathäuser. Zur Produktpalette zählen beispielsweise Abläufe, Entwässerungsrinnen und Fettabscheider oder Pumpstationen.

jce

**AchimZuschlag**  
Sanitär | Heizung | Regenerative Energien  
☎ 0 66 21 / 79 51 70  
www.achim-zuschlag.de

**gunther**  
ENERGIE

**Heizöle**  
Jetzt Super-Heizöl

**HolzPellets**  
ENplus-Qualität

Rufen Sie uns an!  
**(0 66 22) 405-120**  
36179 Bebra

www.guenther-energie.de

Heimatchrichten  
Rotenburg / Bebra  
Fabian Ringleb  
Rotenburg / Bebra  
Teamleitung Verkauf  
☎ 0 56 61 70 57 27  
✉ [fabian.ringleb@hna.de](mailto:fabian.ringleb@hna.de)

Die besten Brillengläser Deutschlands bekommen Sie bei uns.

**Perfekte Sicht**  
(Made in Germany)

**SCHNEIDER**  
Augenoptik & Hörakustik  
Bebra - Rotenburg - Obersuhl  
www.augenoptik-schneider.de

**VR BioMarkt**

**BEWUSST REGIONAL**  
DAS IST IHR VR-BIOMARKT.

NÜRNBERGERSTRASSE 52 | 36179 BEBRA

NEUE ÖFFNUNGSZEITEN:  
Mo. - Fr.: 08.00 - 19.00 Uhr  
Sa.: 08.00 - 16.00 Uhr

Ab sofort haben wir für Sie eine Stunde länger geöffnet!

**Kuckucks-Wintermarkt in Braach**

27. + 28.11.2021 10 - 18 Uhr

Finden Sie Ihre Geschenke an über 60 Marktständen!

Glühwein und Flammkuchen im „Winter Wald“

Alle Informationen auf [www.kuckucksmarkt.info](http://www.kuckucksmarkt.info)

**Weihnachtsangebote!**

**GESCHENKGUTSCHEINE**  
... immer eine gute Idee

Adventssamstage bis 14 Uhr geöffnet.

**Herren-Jeans**  
(Größe 48 bis 60) reduziert **29,90 €**

**Modische Damen-Jeans**  
versch. Modelle reduziert **39,90 €**

**JEANS KELLER**  
Inh. R. Wendel

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.30-12.30 Uhr  
+ 14.30-18.00 Uhr · Sa. 9.30-13.00 Uhr  
- Mittwochnachmittag geschlossen -

# Ehrenvoller Weitblick

## Ruhebänke erinnern an Heinz Bade und Walter Schmidt

Eisenberg – Zwei neue Ruhe-  
bänke verbinden sich am  
Gipfel des Eisenberges vor  
einer Baumgruppe oberhalb  
des Ski-Liftes mit zwei ver-  
storbenen Persönlichkeiten,  
die den Ski-Club Neuenstein  
(SCN) durch ihr erfolgreiches  
Engagement wesentlich ge-  
prägt haben. Wie die SCN-  
Vorsitzenden Dorothee  
Schaar und Stefan Langbein  
mitteilen, wurden die beiden  
Ehrenbänke in Eigenleistung  
erstellt und jetzt auf dem  
Berg-Plateau installiert.

Die Bank für Walter  
Schmidt mit Blick auf Mühl-  
bach und den Hohen Meiß-  
ner, die Bank für Heinz Bade  
ausgerichtet hin zu seiner  
Heimatstadt Bad Hersfeld.  
Auf Plaketten werden die bei-  
den Unvergessenen gewür-  
digt. Der Ehrenvorsitzende  
des Ski-Club Neuenstein,  
Karl-Heinz Hemel, sei als Ini-  
tiator unter anderen unter-  
stützt worden durch Sieg-  
fried Bechstein, Reiner Em-  
merich, Alex Frisch und Rei-  
ner Birkel. Das sichtbare und  
sinnvoll nutzbare Gedenken



Der Ehrenvorsitzende des Ski-Club Neuenstein, Karl-Heinz Hemel (von links), Pressewart und Ehrenmitglied Reiner Birkel, Reinhard Pfaff, Wintersportwart Hans-Jürgen Müller und sein Vertreter Ernst Hellwig nach dem Errichten einer der Ruhebänke am Eisenberg, die mit Plaketten versehen an Heinz Bade und Walter Schmidt erinnern.

FOTO: MARKUS PFROMM

an den Ehrenbürgermeister  
und das Ehrenmitglied des  
SC Neuenstein, Walter  
Schmidt aus Obergeis, sei  
dem Verein ein Anliegen,  
heißt es in einer Presseerklä-  
rung „weil sich Schmidt eben  
nicht allein in seinen politi-  
schen Ämtern, sondern auch

in Ehrenämtern vorbildlich  
für die Sportvereine in seiner  
Gemeinde Neuenstein einge-  
setzt hat. Nicht allein als  
langjähriger Vorsitzender des  
TSV Obergeis, sondern auch  
als Ehrenmitglied und Unter-  
stützer des SC Neuenstein hat  
er immer die Förderung der  
Jugendarbeit im Blick ge-  
habt.“ Ohne die Unterstüt-  
zung von Walter Schmidt wäre  
es auch nicht möglich ge-  
wesen, die beiden Bergstei-  
gerlegenden Reinhold Mess-  
ner im Jahr 1999 und vor  
zwei Jahren Hans Kammer-  
lander in Vorträgen durch  
den Ski-Club zu präsentieren.  
Eine ganz besondere Verbin-  
dung und Freundschaft habe  
er zu Reinhild Möller, Grün-  
dungs- und Ehrenmitglied  
des SCN, gepflegt. Die mit 19  
Goldmedaillen bei Paralym-  
pischen Spielen eine der er-  
folgreichsten deutschen  
Sportlerinnen sei von ihm ge-  
fördert und über Jahrzehnte  
überzeugend gewürdigt wor-  
den.

Die Würdigung des lang-  
jährigen Abteilungsleiters  
Laufsport des SC Neuenstein,  
Heinz Bade aus Bad Hersfeld,  
sei im Verein schon lange ein  
Anliegen gewesen, heißt es  
weiter. „Bade war nicht nur

Initiator der Laufbewegung  
innerhalb des SCN, sondern  
brachte mit seinem begeis-  
ternden ehrenamtlichen En-  
gagement für den Laufsport  
als Trainer und Übungsleiter  
eine ganze Region in Bewe-  
gung“, heißt es. Als Ausdau-  
ersportler habe er sehr viele  
Läuferinnen und Läufer zur  
Teilnahme an Laufereignis-  
sen motiviert, wobei er selbst  
auch mit seinen Teams als  
Cheforganisator aufgetreten  
sei.

Legendärer Höhepunkt sei  
die Teilnahme am Marathon  
in Rom gewesen. Besonders  
bleibe Heinz Bade als Mitbe-  
gründer des Bad Hersfelder  
Lollslaufs in Erinnerung, des-  
sen Organisationsleiter er  
von 2000 bis zu seinem Tod  
im Jahr 2006 war. Der lang-  
jährige Vorsitzende des Per-  
sonalrats der Kreisstadt Bad  
Hersfeld habe viele Bediens-  
tete der Verwaltung zum  
Laufsport motiviert. Heinz  
Bade rief auch den Silvester-  
lauf ins Leben, der bis heute  
am „Roten Neon“ stattfindet.  
Das sich der Bad Hersfelder  
Lollslauf zu einer der bedeu-  
tendsten Straßenläufe in Hes-  
sen entwickelt habe, wäre oh-  
ne sein Wirken nicht mög-  
lich geworden.

red/map

# Hochwasserschutz am Fuß der Halde

## Einlaufbauwerk soll Kirchengarten schützen



Soll die Wassermassen fassen: (von links) Michael Franz, Hagen Semmelroth, Bürgermeister Daniel Iliev, Daniel Otto und Dr. Hagen Jeschke am neuen Einlaufbauwerk.

FOTO: STADT HERINGEN/NH

Widdershausen – Die Stadt  
Heringen sowie das Berg-  
bauunternehmen K+S wol-  
len gemeinsam für mehr  
Hochwasserschutz in Wid-  
dershausen sorgen.

Im Bereich des Kirchen-  
gartens – am Fuß der Hal-  
denerweiterungsfläche –  
wurde ein neues Einlauf-  
bauwerk errichtet. Den  
Schacht samt Gitterrost so-  
wie der befestigte Einlauf-  
bereich beauftragte der ör-  
tliche Kaliproduzent, die Pla-  
nung wurde gemeinsam  
mit dem städtischen Bau-  
amt ausgeführt.

Das neue Bauwerk soll  
künftig bei Starkregen-  
ereignissen Wassermassen,  
die über die Haldenerwei-  
terungsfläche des Kirchen-  
gartens hinabfließen, kon-  
trolliert entschleunigen, si-  
cher fassen und die direk-  
ten Anlieger sowie die städ-  
tische Infrastruktur schüt-  
zen.

### Verantwortliches Handeln

Bürgermeister Daniel  
Iliev zeigte sich im Beisein  
des Bauamtsleiters Michael  
Franz erfreut über das ver-  
antwortliche Handeln des  
Düngemittelherstellers:

„Nach zwei wirklich sehr  
starken Regenereignissen  
im Bereich der Haldener-  
weiterungsfläche mussten  
wir dringend handeln und  
für unsere Bürgerinnen und  
Bürger Vorsorge im Falle  
eines Starkregens treffen.  
Das Ergebnis ist sehr gut ge-  
wor-

den, dafür sind wir dem Un-  
ternehmen dankbar.“ Dr.  
Hagen Jeschke, Betriebslei-  
ter am Standort Winter-  
shall, zeigt sich ebenso zu-  
frieden und erfreut über die  
partnerschaftliche Zusam-  
menarbeit: „Als Nachbarn  
können wir uns nur gemein-  
sam bestmöglich für den  
Notfall wappnen und Ri-  
siken minimieren.“

Nach der Hochwasserkata-  
strophe im Westen  
Deutschlands hat sich K+S  
laut Pressemitteilung ein-  
gehend mit dem Thema Hoch-  
wasserschutz auseinander-  
gesetzt.

Am Standort Hattorf er-  
tuchtigen die Gemeinde  
Philippsthal und K+S aktu-  
ell die Oberflächenwasser-  
ableitung im Bereich Och-  
sengraben.

Daneben haben die Feuer-  
wehren des Werkes Werra  
den Einsatz mit einem 50  
Meter langen mobilen  
Hochwasserschutz geprobt  
und eine Arbeitsgruppe im  
Werk Werra beschäftigt  
sich präventiv mit sämt-  
lichen Aspekten, die im Ex-  
tremwetter-Notfall auftre-  
ten könnten und bearbeitet  
werden müssten.

red/jce

**Gerd Budesheim**

**Metzgerei + Partyservice**

**UNSERE ANGEBOTE VOM 22.11. BIS 27.11.2021**

<b>Gefüllte Schweinebrust</b>	1 kg € <b>4,49</b>
<b>Rinderbraten</b> auch als Sauerbraten eingelegt	1 kg € <b>9,99</b>
<b>Weisswürstchen</b>	100 g € <b>0,89</b>
<b>Schinkenwurst</b> als Aufschnitt oder als Portionswurst	100 g € <b>1,29</b>

*Schlemmer-Eck* Tel.: 06621-14510

**Gyros-Teller mit Krautsalat, Tzaziki oder Salatsoße € 6,00**

**TÄGLICH LECKER ... TÄGLICH FRISCH ...**

Mühlersfeldstraße 6  
36251 Bad Hersfeld / Kathus  
Telefon (0 66 21) 7 81 32  
Telefax (0 66 21) 6 73 95

**Öffnungszeiten**  
Mo. 7:00 - 13:00 Uhr  
Di. - Fr. 7:00 - 18:00 Uhr  
Sa. 7:00 - 13:00 Uhr

**Budesheims**  
GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN  
METZGERIA AM LINGEPLATZ 14  
TEL. 06621-959695  
MO.-DO. 7-13 UHR  
FR. 7-12 UHR, SA. 7-13 UHR

Für Druckfehler keine Haftung

**HALLMANN**

25.-29. November

**BLACK DAYS**

**-50%**

auf alle Brillen, Brillengläser  
und Sonnenbrillen\*

\* Gültig von 25.-29.11.21 und in diesem Zeitraum gebuchte Termine bis 18.12.21, beim Kauf von Brillen, Meisterglas® Brillengläsern und Sonnenbrillen, ausgenommen Chanel, Dior, Gucci, Lindberg. Der 50% Rabatt wird automatisch vom Hersteller-/UP abgezogen. Nur für Neuaufträge. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen, Gutscheinen, Paket- od. Komplettbrillenangeboten. Optik Hallmann GmbH, Große Str. 27, 24937 Flensburg

Bad Hersfeld, Klausstraße 4  
Kassel, Oberwehrener Straße 72  
Melsungen, Brückenstraße 22  
☎ 0800/412 6000 • optik-hallmann.de

**Lieber sichtbar sparen. Lieber HALLMANN.**

**HNA | ZUSTELLER**

Wir  
suchen  
Sie!

**HNA-Presssezusteller/in (m/w/d)**

Unterwegs, wenn die Region noch schläft.

Wenn Sie gerne früh aufstehen und die Ruhe am frühen Morgen genießen, bieten wir Ihnen einen idealen Nebenjob. Sie arbeiten selbständig, beginnen frühmorgens und haben danach noch den ganzen Tag vor sich.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung, wenn Sie zuverlässig und mindestens 18 Jahre alt sind.

**Jetzt informieren und bewerben:**

☎ 0561 203-1282  
🌐 [www.hna-zusteller.de](http://www.hna-zusteller.de)

**Am 26.11.2021  
haben wir wegen  
INVENTUR  
geschlossen.**

Der Verkauf ist geöffnet!

**SALZMANN**  
DAS AUTOHAUS

Das WeltAuto. Gute Gebrauchtwagen. Geometrie. VW SKODA. Nutzfahrzeuge. Service.

WWW.SALZMANN-AUTOMOBILE.DE

**markt.de DEIN MARKTPLATZ**

**VERKAUFEN, KAUFEN,  
CHATTEN, TAUSCHEN**

**OHNE GEBÜHREN**

**MIT DER KLEINANZEIGEN-APP  
VON MARKT.DE**

📱 Google play

🍏 Laden im App Store

**Sie vermissen die  
aktuelle Ausgabe?  
Sie haben Fragen zur  
Zustellung?**

☎ **05 61 / 920 94 – 301**

@ **info@top-direkt.de**

**HEIMAT  
NACHRICHTEN**  
ROTBURG  
BEBRA

**IMPRESSUM**

Herausgeber:  
NHV Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168,  
34123 Kassel

Verantwortlich für den Inhalt nach  
§ 55 Abs. 2 RStV:  
Frank Schmidt

Leitung Geschäftskunden:  
Miriam Donnert (V.i.S.d.P.)

Anzeigenverkauf:  
Tel.: 0 56 61 / 70 57 27  
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Layout und Gestaltung:  
DIGITALE KREATIV AGENTUR  
Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co.  
KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1  
34123 Kassel

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice  
GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel  
Tel.: 0 5 61 / 920 94-301  
E-Mail: info@top-direkt.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 1 vom 1.10.2021

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten  
wir Sie, einen Werbeaufkleber mit dem Zusatzhinweis  
„Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten  
anzubringen.

Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, mit An-  
gabe Ihrer Anschrift, an info@top-direkt.de, damit wir unsere  
Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

Weitere Informationen finden Sie auch auf dem  
Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de)

# Start für Zukunft Kaliregion 2.0

Landkreise begegnen Strukturwandel im Kalirevier

Hersfeld-Rotenburg/Fulda/Wartburgkreis – Der offizielle Startschuss für das Projekt „Zukunft Kaliregion 2.0“ ist vor Kurzem im hessischen Kaliseum in Heringen gefallen.

Das Projekt sollen die Kommunen im hessisch-thüringischen Kalirevier frühzeitig auf das voraussichtliche Ende des Kalibergbaus ab 2060 und die damit zu erwartenden sozialen und wirtschaftlichen Bewährungsproben vorbereiten. Zunächst sollen vier Leuchtturmprojekte umgesetzt werden. Mit einem eigenen Konzept zur Regionalentwicklung soll die Lebensqualität für die Bürger vor Ort gesichert und die Attraktivität für Wirtschaftsbereiche jenseits des Bergbaus gesteigert werden.

Die hessischen Landkreise Hersfeld-Rotenburg und Fulda sowie der thüringische Wartburgkreis sind gemeinsam mit dem Regierungspräsidium Kassel und dem Regionalmanagement Nordhessen und der Regionalen Planungsgemeinschaft Südwestthüringen sowie den Kommunen und weiteren Akteuren der Kaliregion auf dem Weg, die Kaliregion zukunftsfähig zu gestalten.

„Langfristig muss die Region hin zu einem Lebens- und Wirtschaftsstandort mit vielfältigen Entwicklungsperspektiven transformiert werden“, erklärten die drei Landräte Torsten Warnecke (Hersfeld-Rotenburg), Bernd Woide (Fulda) und Reinhard Krebs (Wartburgkreis) den Zweck des Vorhabens.

Auch wenn mit dem strategischen Entwicklungskonzept erst Ziele und Maßnahmen für die gemeinsame Gestaltung der Region erarbeitet werden, soll schon jetzt mit der Umsetzung von vier



Bei der Auftaktveranstaltung des Projekts Zukunft Kaliregion 2.0 erläuterten unter anderem Hersfeld-Rotenburgs Landrat Torsten Warnecke (vorne von rechts), Landrat Reinhard Krebs (Wartburgkreis) und Regierungsvizepräsident Dr. Alexander Friedrich Wachter die Pläne, die Kaliregion zukunftsfähig zu gestalten.

FOTO: LANDKREIS HERSFELD-ROTEBURG/ANH

geförderten Leuchtturmprojekten begonnen werden. Eine tragende Rolle dabei spielt die Förderung in Höhe von 615 000 Euro aus dem Bundesprogramm „Aktive Regionalentwicklung“, heißt es in der Mitteilung des Landkreises Hersfeld-Rotenburg.

So ist die Schaffung eines interkommunalen Gewerbeparks Hessen-Thüringen als ein Leuchtturmprojekt geplant. Dazu Hersfeld-Rotenburgs Landrat Warnecke: „Unser Ziel ist, dass vor allem auch kleine und mittelständische Unternehmen unterstützt werden. Wir müssen die Region wirtschaftlich noch breiter aufstellen.“

Das zweite Leuchtturmprojekt trägt den Titel „Digitale Arbeitswelten schaffen“.

„Mobiles Arbeiten wird nicht nur die Work-Life-Balance unserer Region erhöhen und Fachkräfte binden, neue Arbeitsformen sind die

ökonomische Antwort auf die Fragen einer nachhaltigen Arbeitswelt der Zukunft“, sagt Fuldas Landrat Bernd Woide

Drittes Projekt ist die „Stärkung von Innovation, Forschung und Mobilisierung des Gründermilieus“.

Im Kalibergbau sind eine Reihe von Herausforderungen zu bewältigen, die vielfältige technologische, wirtschaftliche, ökologische und soziale Fragen aufwerfen. Mit dem Analytik- und Forschungszentrum (AFZ) in Unterbreizbach hat K+S Forscher und Wissenschaftler in die Region geholt, die sich aus unternehmerischer Perspektive mit diesen Fragen beschäftigen. Für dieses Projekt ist der Wartburgkreis zuständig.

Das vierte Leuchtturmprojekt trägt den Titel „Erinnerungskultur und Zeitgeschichte des Kalireviers fördern“.

Die Kaliregion verfügt durch den Kalibergbau und die ehemalige innerdeutsche Grenze über bemerkenswerte kulturelle und geschichtliche Alleinstellungsmerkmale, die über ein großes touristisches Potenzial verfügen. Regionalmanager Kai Georg Bachmann erklärt: „In diesem Leuchtturmprojekt werden geschichtliche und kulturelle Inhalte mit innovativen digitalen Medien kombiniert.“

Bis Ende des Jahres 2023 müssen die strategische regionale Entwicklungsstrategie fertig und die Leuchtturmprojekte umgesetzt sein.

„Das ist aber nicht das Ende der Entwicklung des Kalireviers“, so die drei Landräte. „Ziel muss sein, dass nach Ablauf der Projektlaufzeit weitere Projektideen feststehen, die dann auch langfristig umgesetzt werden.“

red/dup

## Sportangebot an drei Mittwochen

Bad Hersfeld – Das Mehrgenerationenhaus Dippelmühle lädt dreimal in Folge zu dem Bewegungsangebot „Kaha“ ein.

Mittwochs am 24. November sowie am 1. und 8. Dezember findet der Kurs jeweils von 18.30 bis 19.30 Uhr im Seminarraum der Dippelmühle statt.

### Langsam und fließend

Kaha heißt übersetzt aus der Sprache der Maori „energiegeladen, Kraft“, ist inspiriert vom Taiji, Qigong, dem Haka und dem klassischen Yoga.

Langsam und fließend geht eine Bewegung in die andere über, sodass immer genügend Zeit bleibt, diese kontrolliert auszuführen und einen sofortigen Effekt zu spüren – eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des

Körpers, heißt es in der Ankündigung. Besonders geeignet sei dieses Angebot für Sportanfänger, Wiedereinsteiger, für jüngere und ältere Kursteilnehmer mit unterschiedlichem Fitnesslevel.

Auch für übergewichtige sowie leistungsschwächere Personen und Menschen mit leichten Gelenk- und Rückenbeschwerden. Die Plätze sind begrenzt.

**Kontakt:** Anmeldung unter Telefon 0 66 21/4 09 66 15 wird gebeten. red/ebe

**ROTEBURGER SCHMUCKCENTER**  
Sofortankauf  
BRUCHGOLD • ZAHNGOLD • SILBER  
• GOLDMÜNZEN • BARREN  
• BESTECK gegen BARGELD  
Waldweg 5 im Rotenburg Center  
Tel.: 06623/9138400

...Wir schlachten noch selbst...  
Fleischerei **ROTH**

Kasseler Kamm und Stiel mit Knochen	100 g	0,69
Cordon bleu lecker gefüllt	100 g	0,95
Frische hausmacher Bratwürstchen	100 g	0,75
Roths Aufschnitt verschiedene Sorten	100 g	1,19
Roth's Schwartenmaggen	100 g	0,99
Schinkenspeck	100 g	1,79
Wiener Würstchen oder Käsebeisser	100 g	1,09
Aus der heißen Theke: Grillhaxe	Stück	3,90
Aus unserer Salattheke: Griechischer Bauernsalat	100 g	0,99

Diese Angebote, sind gültig vom 22. 11. – 27. 11. 2021.  
Ihr Team von Roth's freut sich auf Ihren Besuch!  
Für Druckfehler keine Haftung.

**Knüllhotel Tann-Eck**  
34593 Knüllwald-Schellbach  
Tel. 05681/9921-0 · Fax 9921-97  
E-Tankstelle am Hotel

**IHR AUSFLUGSZIEL IM SCHÖNEN KNÜLL**

Am Wochenende bitten wir um Reservierung!

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

**GOLDANKAUF**  
BRUCHGOLD • ZAHNGOLD  
SILBER • GOLDMÜNZEN  
BARREN • BESTECK  
gegen BARGELD  
»ALANYA JUWELIER«  
Breitenstraße 6 · 36199 Rotenburg  
Telefon 01 73 / 88 59 88 4

**Tobias Lotz Metzgermeister**

Forsthausstr. 15 • 36251 Kathus • Tel.: 06621/64915  
Di. 8-13 Uhr + 15-17 Uhr, Mi. 8-13 Uhr, Do. 8-13 Uhr, Fr. 8-13 Uhr + 15-17 Uhr, Sa. 8-12 Uhr  
Am Markt 27 • 36251 Bad Hersfeld • Tel.: 06621/15196  
Di.-Fr. 07:30-17 Uhr, Sa. 07:30-13 Uhr

**Angebot vom 23. 11. bis 27. 11. 2021**

Rinderbraten	kg	10,90 €
Lachsrolle	kg	6,99 €
Frischwurst-Aufschnitt	100g	0,99 €
Fleischsalat	100g	0,79 €
Kartoffelwurst	100g	0,99 €

## Medienkompetenz: Preise für die besten Projekte

Hersfeld-Rotenburg – Kinder und Jugendliche nutzen Medien ganz selbstverständlich. Um diese verantwortungsbewusst zu nutzen, brauchen sie Medienkompetenz. Zur Stärkung dieser Kompetenz schreibt die Medienanstalt Hessen laut Pressemitteilung den Mediasurfer-Medienkompetenzpreis aus und sucht die besten Projekte. Für den Preis können medienpädagogische

Projekte mit und von Kindern und Jugendlichen im Alter von drei bis 18 Jahren aus Hessen, die in 2020 und 2021 umgesetzt worden sind, eingereicht werden. Egal ob Fo-Stärkung dieser Kompetenz schreibt die Medienanstalt Hessen laut Pressemitteilung den Mediasurfer-Medienkompetenzpreis aus und sucht die besten Projekte. Für den Preis können medienpädagogische

diesen. Die Bewerbungen von Kitas, Schulen, Jugendgruppen und allen, die medienpädagogische Arbeit betreiben, lohnt sich, heißt es weiter. Gewinner erhalten Preisgelder im Gesamtwert von 24 000 Euro und werden bei einer Preisverleihung im Frühjahr 2022 ausgezeichnet.

Außerdem wird in Kooperation mit dem Hessischen Kultusministerium im Rah-

men der Medieninitiative „Schule@Zukunft“ ein Sonderpreis von 2000 Euro aus-ge-lobt.

Die Anmeldung und weitere Infos gibt es im Internet unter [lpr-hessen.de/mediasurfer](http://lpr-hessen.de/mediasurfer). Bewerbungsschluss ist der 31. Dezember 2021. lei

**Kontakt:** Tanita Blumenauer, Telefon 0561/93586-35, Mail: [presse@lpr-hessen.de](mailto:presse@lpr-hessen.de).

# Komplette Badsanierung

aus einem Haus mit einem Ansprechpartner



Schnell, sauber und fachmännisch zum Festpreis. Ein Ansprechpartner für alle Gewerke, mit eigenem qualifiziertem Bad-Montageteam für Fliesen, Sanitär, Heizung, Elektro- & Schreinerarbeiten, installiert Ihr neues Bad. Sie sparen wertvolle Zeit, Wege und Geduld. Und die Entsorgung des alten Bades erfolgt sauber und fachgerecht!



Gleich Termin vereinbaren unter 0 66 21/30 41

bad-spezialisten.eu

Rufen Sie uns einfach an und vereinbaren ein ausführliches Beratungsgespräch bei Ihnen Zuhause.

Dort wird der Badspezialist Ihre Wünsche und die technischen Voraussetzungen aufnehmen. Gemeinsam wird dann die perfekte Lösung gefunden. Für dem Umbau Ihres Badezimmers dürfen Sie auf das eigene geschulte Montageteam vertrauen.

Dieser Service ist kostenlos!

**Bäderstudio Herrmann & Firges**  
Badgestaltung in Vollendung

Im Unterfeld 5 • 36251 Bad Hersfeld-Asbach  
[www.herrmann-firges.de](http://www.herrmann-firges.de)

Ihr zertifizierter Badspezialist.

# Königswalder Alleskönner

Hans Christant repariert alte Geräte und spendet Erlöse

**Königswald** – Hans Christant ist kein gewöhnlicher Königswalder: Der 77-jährige ist erst vor zwölf Jahren mit seiner Ehefrau Anneke (70) aus den Niederlanden in den kleinen Cornberger Ortsteil gezogen. Seine Leidenschaft ist die Musik. In seinem Heimatland sei er ein kleiner Star gewesen, wurde durch Sendungen wie „Superstar“ und „X Factor“ bekannt. Eigentlich ist Hans Christant gelernter Kfz-Meister, hatte seine eigene Werkstatt in den Niederlanden.

Seit Oktober 2020 widmet er sich neuen Aufgaben. Denn der Niederländer hat auch ein Talent dafür, alte Geräte zu reparieren und wieder funktionstüchtig zu machen. Sein Können bietet er jedem an, der sein Gerät lieber wieder richten lassen möchte, statt es wegzuworfen und neu zu kaufen – die Erlöse spendet er an gemeinnützige Organisationen in der Region. „Ich bin ein Workaholic. Ich muss immer etwas zu tun haben. Den ganzen Tag auf dem Sofa sitzen, das kann ich nicht“, erzählt der Alleskönner mit holländischen Akzent.

Die Tierheime in Eschwege und Bad Hersfeld haben jeweils mit 900 Euro von seiner Aktion profitiert. Und auch das Elternhaus für das krebserkrankte Kind in Göttingen konnten die Christants mit 650 Euro unterstützen. „Aktuell haben wir wieder 800 Euro, die wir spenden können. Wir sind uns nur noch nicht ganz sicher, an welche Organisation das Geld geht“, sagt Anneke Christant. Sie kümmert sich bei den Repa-



**Egal ob Staubsauger, Wasserkocher oder Föhne:** Hans Christant bewahrt viele Geräte vor dem Müll, da er sie oft reparieren kann. Ehefrau Anneke unterstützt ihn dabei. Beide sind vor zwölf Jahren aus den Niederlanden nach Königswald gezogen. FOTO: EBE

raturen um den reibungslosen Ablauf und kümmert sich um die Finanzen. „Von über 180 Geräten, die Hans im vergangenen Jahr repariert hat, scheiterte er an weniger als zehn Stück. Ansonsten hat er sie alle wieder zum Laufen gebracht“, staunt Ehefrau Anneke.

Unter den reparierten Geräten seien beispielsweise Kaffee- und Nähmaschinen, Föhne, Rasenmäher, Radios, Staubsauger und Wasserkocher gewesen. Diese seien von Kunden aus Bad Hersfeld, Rotenburg, Witzenhäusen, Eschwege, Cornberg, Kirchheim und Neunstein abgegeben worden. „Bei älteren Menschen, die nur noch schwer das Haus verlassen können, holen meine Frau und ich die Geräte auch ab“, sagt Hans und fügt hinzu: „Natürlich auch bei hübschen, jungen Frauen“,

schert er und lacht. Seine geliebte Musik hat er indes nicht ganz aufgegeben: Wenn er nicht gerade Zündkerzen aus Rasenmähern ausbaut oder den Lötkolben schwingt, dann tritt er mit seinen Gesangskünsten in Seniorenheimen auf. „Ich möchte den älteren Menschen eine Freude bereiten, Geld nehme ich dafür nicht“, erzählt der 77-jährige, der offen für neue Auftritte ist und auch nicht ganz abgeneigt ist, noch einmal bei einer Gesangsshow mitzumachen.

Die Christants möchten auch in Zukunft mit der Reparatur-Aktion weitermachen – und damit Gutes tun. Wer ein defektes Haushaltsgerät hat, der kann das Ehepaar kontaktieren. ebe

**Kontakt:** Tel.: 05650-921208, Handy: 0175-7607399, E-Mail: anneke.christant@t-online.de



## The Spirit of Freddie Mercury: 5x2 Karten gewinnen

Für The Spirit of Freddie Mercury konnte eine der führende Queen-Tribute-Bands der Welt verpflichtet werden. Mit einzigartiger Authentizität schlüpfen die perfekt eingespielten Musiker in die Rollen von Mercury und seinen Bandkollegen May, Taylor und Deacon. Auf ihrer musikalischen Zeitreise durch die 70er und 80er erwecken sie den Mythos „Queen“ zu neuem Leben. Schon nach kürzester Zeit hat man das Gefühl, den Künstler, Sänger und Menschen Freddie Mercury zusammen mit seiner Band nochmals als Live Experience auf der Bühne zu erleben. Am 6. Februar 2022 kommt die Show nach Kassel ins Kongress-Palais.

Unter dem Leitsatz „Die Stimme – Das Gefühl – Die Leidenschaft“ erlebt das Publikum die besten Hits von Mercury und Queen in einer ausgefallenen Bühnenshow mit

ausgezeichneten TänzerInnen und Top SängerInnen. Freddie Mercury wurde als charismatischer Sänger, genialer Songschreiber und Showman der Band Queen zum absoluten Superstar der Pop-Geschichte. Mit seinem exzentrischen Lebensstil und einzigartigem Talent begeistert „Die Stimme“ die Menschen immer noch. Tickets sind an allen bekannten Vorverkaufsstellen, im Internet unter [www.spiritoffreddie.com](http://www.spiritoffreddie.com) und unter der ASA-Ticket-Hotline 01806-570 066 erhältlich.

**Oder Sie gewinnen bei uns 5x2 Karten für die Show rund um den Frontman der Band Queen. Einfach eine Email mit dem Betreff „Freddie Mercury“ bis zum 30. November, 18 Uhr an [gewinnspiel@ks.extratip.de](mailto:gewinnspiel@ks.extratip.de) senden und mit etwas Glück gewinnen. Die Gewinner werden benachrichtigt.** FOTO: ASA EVENTS

# Kreisschülerrat wählt Vorstand

Wiebke Maibaum als Kreisschulsprecherin wiedergewählt

**Hersfeld-Rotenburg** – Der Kreisschülerrat, ein Mitbestimmungsorgan der weiterführenden Schulen des Landkreises Hersfeld-Rotenburg, hat einen neuen Vorstand gewählt. Bei der Sitzung des Kreisschülerrats wurden einzelne Schulen durch gewählte Delegierte vertreten.

Einstimmig wiedergewählt wurde Kreisschulsprecherin Wiebke Maibaum von der Modellschule Obersberg (MSO) in Bad Hersfeld. „Ich freue mich sehr über das Wahlergebnis, freue mich dabei aber vor allem auf die kommende Arbeit, um die Schülerinnen und Schüler des Landkreises vertreten zu können“, erklärte sie nach ihrer Wiederwahl.

Ebenfalls wiedergewählt wurde Selina-Katharina Konradi, ebenfalls MSO, als erste Stellvertretende Kreisschulsprecherin. Luisa Wettlaufer wurde zur zweiten Stellver-

tretende Kreisschulsprecherin gewählt. Auch sie kommt vom Obersberg. Beide freuen sich auf „die neuen und zusätzlichen Erfahrungen“, besonders aber darauf, neue Projekte zu planen und anzugehen. Der Kreisschülerrat wird durch Islam El Ouariachi und Selina Eryilmaz (beide Konrad-Duden-Schule) auf Landesebene vertreten. Der Landesschülerrat bildet sich aus allen Stadt- und Kreisschülerräten.

Der Vorstand wird durch die Beisitzer komplettiert. Aus dem vergangenen Jahr wieder mit dabei sind Tim Erbe (MSO) und Clara Riedasch (Berufliche Schulen Bebra), Sie finden neue Unterstützung durch Alexander von Butler (MSO), Charlotte Schmiedel (Gesamtschule Niederaula) und Nikolett Holik (Berufliche Schulen Heimbaldshausen), die neu als Beisitzer in den Vorstand ge-

wählt wurden. Außerdem fand auch die Neuwahl der Kreisverbindungslehrer statt. Neben Lars Förster (MSO), der den Kreisschülerrat seit mehreren Jahren unterstützt und berät, wird auch Katharina Breitkreuz (Gesamtschule Obersberg) in dieser Rolle tätig.

Wie in jeder ersten Sitzung des Kreisschülerrates im neuen Schuljahr wurde der Vorstand entlastet. „Wir danken allen, die sich im vergangenen Jahr im Kreisschülerrat engagiert und diesen mitgestalten haben“, sagte Kreisschulsprecherin Wiebke Maibaum.

Es sei für sie eine große Freude, stellvertretend für das staatliche Schulamt, dem letztjährigen Vorstand Urkunden zur Anerkennung ihrer Arbeit aushändigen zu dürfen. Diese seien wahrlich verdient, so die Kreisschulsprecherin. red/kai



**Der neue Kreisschülerrat:** von links Selina Eryilmaz, Charlotte Schmiedel, Islam El Ouariachi, Tim Erbe, Wiebke Maibaum, Nikolett Holik, Selina-Katharina Konradi, Alexander von Butler, Clara Riedasch und Luisa Wettlaufer. FOTO: KREISSCHÜLERRAT HERSFELD-ROTEBURGINH

Ulrich Woelk: „Der Sommer meiner Mutter“

## Bad Hersfeld liest ein Buch

Aktionswochen vom 06. bis 25. November

Mo. 22.11. 15:30 Uhr **Lesung „Sommer 1969“**  
Bad Hersfeld, Residenz Ambiente (Am Kurpark 35)  
Kostenfreie Eintrittskarten erhalten Sie in der Kartenzentrale, Am Markt 1 in Bad Hersfeld

Di. 23.11. 19:00 Uhr **„Fly me to the moon“ (öffentlich)**  
Bad Hersfeld, AudiMax (Schulzentrum der Gesamtschule Obersberg)  
Kostenfreier Eintritt mit Luca-App

Do. 25.11. 19:00 Uhr **„Abschlussveranstaltung“**  
Bad Hersfeld, Stadtkirche (Kirchplatz 5)  
Kostenfreie Eintrittskarten erhalten Sie in der Kartenzentrale, Am Markt 1 in Bad Hersfeld

Alle Veranstaltungen finden unter Einhaltung der jeweils aktuellen Hygiene- und Infektionsschutzvorgaben (Impfnachweis bitte mitbringen) statt.

**BAD HERSFELD**

Menüplan/Angebote vom 22.-26.11.2021 Metzgeria Bebra



• Metzgerei  
• Imbiss  
• Partyservice

Metzgerei André Budesheim GmbH, Nürnberger Straße 39, 36179 Bebra, Tel: 06622 9148885, [bebra@budesheims.de](mailto:bebra@budesheims.de)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Lasagne <b>6,50 €</b>	Frikadellen mit Kartoffeln und Erbsen und Möhrengemüse <b>7,- €</b>	Gefüllte Lende in Rahmsauce mit Reis und Salat <b>8,- €</b>	Sauerbraten mit Spätzle und Apfelrotkohl <b>9,- €</b>	Hausgemachter Heringssalat mit Salzkartoffeln <b>7,- €</b>
<b>Menü 2</b>	Vegetarische Maultaschen mit Salat <b>7,- €</b>	Spaghetti all'arrabiata <b>6,- €</b>	Gemüseauflauf <b>6,50 €</b>	Kartoffelpuffer mit Apfelmus <b>6,50 €</b>	Käsespätzle Allgäuer Art <b>7,- €</b>

**Snack-Empfehlung der Woche: Überbackenes Schlemmer- oder Rührbrot**

Angebote: Laufend neue Vorteilspreise auf dem Thekendisplay!

# Gebrauchtwagen-Check

Der Skoda Fabia mit seinen Stärken und Schwächen

Wer einen gebrauchten Kleinwagen sucht, kann zu Modellen wie Opel Corsa, VW Polo, Kia Rio und vielen weiteren greifen. Auch Skoda hat mit dem Fabia einen Kleinen im Programm – mit viel Polo-Technik.



**Fabelhafter Fabia?** Wie der kleine Tscheche als Gebrauchtwagen abschneidet, sagen Experten von ADAC und TÜV.

FOTO: SKODA/DPA-TMN

Der Skoda Fabia teilt sich viel Technik mit dem Polo. Doch wer einen Kombi im guten Gebrauchtwagenalter möchte, der greift zum Modell der tschechischen VW-Tochter, denn diese Variante gibt es vom Wolfsburger Original lange nicht mehr. Bei der Hauptuntersuchung (HU) schneidet der aktuelle Fabia

gut ab – was für seinen Vorgänger weniger gilt.

**Modellhistorie:** Der erste Fabia startete 1999 durch; die hier betrachteten Auflagen Nummer zwei und drei 2007 und 2014. Modellpflegen brachten das Modell in den

Jahren 2010 und 2018 auf einen moderneren Stand. Im Mai 2021 wurde der Fabia IV vorgestellt.

**Karosserievarianten:** Den Fabia gibt es im klassischen Kleinwagenformat mit Steilheck und als den erwähnten

Kombi mit großer Heckklappe und größerem Ladevolumen. 2010 kam erstmals die Variante Scout im Offroad-Look mit einem Hauch mehr Bodenhöhe heraus.

**Abmessungen (laut ADAC):** 3,99 m bis 4,26 m x 1,64 m bis 1,73 m x 1,45 m bis 1,50 m (LxBxH); Kofferraumvolumen: 300 l bis 1150 l (Kombi bis 1485 l).

**Stärken:** Der Fabia fährt sich handlich und für einen Kleinwagen recht komfortabel. Bei der HU schneidet die dritte Generation bei Radaufhängungen und Lenkung solide ab, bei der vorderen Beleuchtung gilt das auch für die ältere Auflage, schreibt der „Auto Bild TÜV-Report 2021“. Mit der Abgasunter-

suchung (HU) haben beide Modellgenerationen in der Regel kaum Probleme.

**Schwächen:** Während der Fabia III gelegentlich mit verstellten Scheinwerfern und schon zur ersten HU mit verschlissenen Bremscheiben vorfährt, patzt beim TÜV vor allem die ältere Auflage: Diagnostiziert werden Federbrüche ab der vierten HU, bei elfjährigen Exemplaren nagt am Fahrwerk öfter der Rost. Hohe Mängelquoten bei der dritten HU ernten die Rückleuchten. Oft beanstandet wird bei der Zweitaufgabe auch die Wirkung der Fußbremse sowie ab dem vierten Check auch die Feststellbremse. Ölverlust und marode Auspuffanlagen machen

bereits ab der dritten HU zu schaffen.

**Pannerverhalten:** Der ADAC schreibt, Exemplare von 2007 schnitten mittelmäßig ab, „die übrigen Jahre alle gut“. Pannenschwerpunkte sind demnach die Zündkerzen bei Exemplaren von 2007 und 2008.

**Motoren:** Fabia II: Benziner (Drei- und Vierzylinder, Frontantrieb): 44 kW/60 PS bis 132 kW/180 PS; Diesel (Drei- und Vierzylinder, Frontantrieb): 51 kW/69 PS bis 77 kW/105 PS. Fabia III: Benziner (Drei- und Vierzylinder, Frontantrieb): 44 kW/60 PS bis 92 kW/125 PS; Diesel (Dreizylinder, Frontantrieb): 66 kW/90 PS bis 77 kW/105 PS.

tmn

## Abschleppen zum Nulltarif

Werbung hilft Falschparkern

Wenn Eigentümer privater Grundstücke einen Falschparker entfernen lassen, muss dieser in der Regel die Kosten tragen. Die Abschleppfirma kann dabei selbst zur Kasse bitten, wenn der Parkplatzbesitzer seinen Anspruch gegen den Falschparker an sie abgetreten hat. Doch dazu muss es dann auch tatsächlich kommen.



**Wer sein Auto widerrechtlich abstellt, muss damit rechnen, abgeschleppt zu werden.**

FOTO: ROBERT MICHAEL/DPA-TMN

Deutschen Anwaltsverein (DAV) hinweist.

In dem Fall ging es um den Privatparkplatz eines Unternehmens, auf dem ein Falschparker stand. Es gab eine Vereinbarung mit einem Abschleppunternehmer, solche Fahrzeuge zu entfernen. Auch viele Supermärkte hätten feste Partner dafür, so die Arbeitsgemeinschaft.

Der Abschleppdienst warb online ausdrücklich mit Formulierungen wie: „Abschleppen zum Nulltarif“, „Entfernt Falschparker völlig kostenfrei.“ und „Kein Kostenrisiko, kein Papierkram: mit der Auslösung des Abschleppvorgangs können Sie entspannen“ – denn alles weitere übernehme dann das Unternehmen. Nun wollte der Falschparker im konkreten Fall aber nicht zahlen. Er argumentierte, dass ja kein Anspruch entstanden sei. Die Sache ging vor Gericht, und dort hatte der Falschparker Erfolg. Das Gericht entschied: Entsteht durch den Nulltarif kein Anspruch des Abschleppunternehmers gegen den Parkplatzinhaber, könne dieser nichts an das Abschleppunternehmen abtre-

ten. Dafür reichte dann auch nicht aus, dass auf der Webseite ein Hinweis zu finden war, wonach der Halter des abgeschleppten Fahrzeugs die Kosten tragen müsse.

Das Unternehmen hätte vielmehr klarstellen müssen, dass der Auftrag zum Abschleppen lediglich für den Eigentümer des Parkplatzes kostenfrei sei, wenn dieser den Anspruch auf Ersatz der Kosten an den Abschleppdienst abtritt, befand das Gericht. Das passierte aber nicht, und daher blieb der Abschleppdienst auf seinen Kosten sitzen.

tmn

**GOLDANKAUF**  
Altgold • Zahngold • Silber • Erbnachlässe  
Schmuck • Platin • Goldmünzen • Luxusuhren  
**JUWELIER HANDKE**  
Linggplatz 9 • Bad Hersfeld • Tel. 0 66 21 / 968 62 28  
Mobil 01 75 / 232 61 10 • www.juwelier-handke.de

**Kein Brennholz?**

**Wir haben eine Alternative!**  
Holzbriketts aus reinem Holz, ohne Bindemittel und Kleber.  
In verschiedene Ausführungen:  
für schnelle Wärme; anhaltendes Feuer; als Gluthalter für bis zu 10 Stunden Glut!

**Bio massehof Waldhessen**  
Andreas Richter • Ulfenmühle 13 • 36179 Bebra  
Tel. 06622 420785 • Fax 06622 420786  
info@biomassehof-waldhessen.de  
www.biomassehofwaldhessen.de

Bad Hersfeld • Bad Langensalza • Brilon • Burg • Eisenach • Gemünden/Wohra • Hennef/Brül • Herne • Hildburghausen • Kassel • Korbach  
Leimbach • Martinroda • Melsungen • Mühlhausen • Sonneberg • Witzhausen • Xanten

**MÖBELPIRATEN**  
Ihr günstiger Wohn- & Küchendiscounter!

**TOTAL VERRÜCKT! CRAZY DAYS!**

**FREITAG 26. NOVEMBER** Bis 20 Uhr geöffnet!  
**SAMSTAG 27. NOVEMBER** Bis 20 Uhr geöffnet!

**19% MEHRWERTSTEUER GESCHENKT! AUF FAST ALLES!**

**FINANZIERUNG**  
6-48 Monate Laufzeit  
**0%** keine Anzahlung • keine Gebühren • keine Zinsen  
ab 10 € monatlich

**BAD HERSFELD**  
Hünfelder Str. 54  
www.moebelpiraten.de

1) Dieses Angebot gilt nur am 26.11.2021 und am 27.11.2021 für neu abgeschlossene Kaufverträge, bereits vorliegende Bestellungen sind ausgenommen, und ist nicht mit anderen Preisreduzierungen kombinierbar. Ausgenommen sind die in der Ausstellung bereits als preisreduziert ausgewiesenen Waren. Beim Kauf am Fr. 26.11.2021 und Sa. 27.11.2021 gewährt Ihnen MÖBELPIRATEN einen Rabatt in Höhe des MwSt.-Anteils. Allerdings kann MÖBELPIRATEN aus gesetzlichen Gründen nicht die MwSt. als solche erfassen. Der Kassenschein wird daher weiterhin eine MwSt. ausweisen, jedoch bezieht sich diese auf einen entsprechend reduzierten Betrag. Der Kunde ist nicht berechtigt, die Erstattung des auf dem Kassenschein ausgewiesenen MwSt.-Anteils zu verlangen. 19% MwSt. = MÖBELPIRATEN Verkaufspreis abzgl. 15,97%. SB Möbelkauf Robert Simon GmbH, Berliner Str. 52, 37247 Großberndorf.

**ACHTUNG begrenzte Mitgliederzahl!**

**24 H / 7 Tage GEÖFFNET 19,95 € monatlich**

**24 Stunden Fitness pur!**

**AKTIVPlus**  
Borngasse 1a  
34199 Rotenburg

**FITNESSPlus**  
Lappenlied 84  
36251 Bad Hersfeld

**UNGLAUBLICH, ABER WAHR.**

**WAS ERWARTET SIE BEI UNS?**

- 24 Stunden / 7 Tage trainieren
- einfach, komfortabel & wirkungsvolles Training durch chipkartengesteuerte Trainingsgeräte
- 19,95 € Mitgliedsbeitrag pro Monat
- 15 Minuten-Express-Training möglich
- individuelle Trainingspläne erstellen durch Fachpersonal

**Jetzt neu!!! Monatlich kündbar.**

**Beratungstermine nach telefonischer Vereinbarung unter 05661 8469**

\* Finanzierung ab 100,00€; Kaufpreis entspricht dem Nettokreditbetrag. Beispiel Finanzierungsbetrag 1.000,00€. Vertragslaufzeit wählbar zwischen 6-48 Monaten. Vertragslaufzeit 48 Monate. Gebührende Sollzinsen (jährlich) und Effektivzins 0,00%; 48 Monatsraten à 20,83€ Gesamtbetrag bei einer Laufzeit von 48 Monaten: 1.000,00€. Angaben zugleich repräsentatives Beispiel gem. § 6a Abs. 4 PAngV. Bonitätsvoraussetzung: Kreditvergabe nur an natürliche Personen mit Wohnsitz in der BRD. Auftrags von Auf- bzw. Abrundungen kann die erste Rate um wenige Cent von der angegebenen Rate abweichen. Vermittlung erfolgt ausschließlich für den Kreditgeber TARCOBANK AG, Kasernenstr. 10, 40213 Düsseldorf.



Aus Kartoffelbrei lassen sich niedliche Kartoffelbrei-Eulen zubereiten. Auch Kartoffel-Muffins sind aus übrig gebliebenen Kartoffeln schnell gemacht.



FOTOS: KMG/DIE-KARTOFFEL.DE/DPA-TMN

## Reste-Knaller

### Muffins und Eulen aus Kartoffeln vom Vortag

Sie haben zu viele Kartoffeln gekocht oder ihre Lieben haben nicht alle geschafft? Macht nichts. Wenn sie richtig aufbewahrt werden, können sie noch mal ganz groß rauskommen.

Sind bereits geschälte Kartoffeln übrig geblieben, warten sie am besten im Kühlschrank auf ihre zweite Chance. Bevor sie dort landen, sollten sie vollständig erkaltet sein und in einem luftdicht verschlossenen Behälter aufbewahrt werden, rät das Kartoffel-Marketing der deutschen Kartoffelprodu-

zenten. So können sich weder im Geschmack noch Geruch verändern. „Gekochte Kartoffeln mit Schale werden am besten außerhalb des Kühlschranks aufbewahrt“, rät Dieter Tepel, Geschäftsführer des Kartoffel-Marketings.

Sie sollten zuvor mit einem Küchenpapier abgetrocknet werden. Dadurch bleiben sie frisch und behalten länger ihre Konsistenz. Ideal zur Aufbewahrung sei ein kühler Ort, an dem sie nicht die Gerüche und den Geschmack umliegender Lebensmittel annehmen und vor Feuchtigkeit geschützt sind. So warten die Kartoffelreste auf ihren erneuten Einsatz als:

#### Kartoffelpüree-Muffins

Dazu 300 g übrig gebliebene Salzkartoffeln mit einer Gabel zerdrücken und zwei Frühlingzwiebeln bis zum dunklen Grün fein hacken. Circa 50 g Parmesan und 50 g Cheddar reiben und anschließend den geriebenen Käse mit den Frühlingzwiebeln, einem Ei und 3 EL Crème fraîche zu den zerdrückten Kartoffeln geben. Alles gut verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Masse in die Mulden eines eingefetteten Muffinblechs geben und bei 200 Grad im Backofen 15 Minuten backen. Die Kartoffel-Muffins eignen sich als Finger-Food oder passen zu Salat oder Fleisch.

#### Lustige Kartoffelbrei-Eulen

Aus Kartoffelpüree vom Vortag lassen sich auch lustige Kartoffelbrei-Eulen zubereiten. Dazu aus 700 g Kartoffelbrei, 1 EL Tomatenmark und den geriebenen Raspeln von 1 1/2 Möhren ein cremiges Püree rühren und daraus zwei Kugeln formen. Dann muss nur noch dekoriert werden: Aus zwei Möhrenscheiben werden die Füße, aus Gurkenscheiben die Flügel, aus einem Stück Paprika ein Schnabel und zu guter Letzt verwandeln sich je zwei Mozzarella-Kugeln mit Olivenstiften zu großen Eulenaugen. Als Kopfschmuck kann mit Möhre, Paprika und Co. experimentiert werden.

## Futter für Winterspeck

Milch und rohes Hack sind für Igel tabu

Futtern, futtern, futtern heißt es bis zum Spätherbst für die Igel. So bereiten sie sich auf den Winter vor. Die stacheligen Fleischfresser sind auf der Suche nach tierischen Proteinen und futtern nachts Schnecken, Käfer, Spinnen, Insekten und Larven. Wer ihnen die Suche erleichtern will, kann eine Schale mit Katzenfutter aufstellen, rät die Tierschutzorganisation Vier Pfoten.

Rohes Hackfleisch und Schweinefleisch gehören wegen möglicher Krankheitserreger allerdings nicht in den Igelnapf, warnen die Tierschützer. „Auch Milch ist tabu. Denn Igel sind laktoseintolerant und bekommen davon ernsthafte Verdauungsbeschwerden, die sogar tödlich enden können“, so die Vier Pfoten-Wildtierexpertin Eva Lindenschmidt. Ihr Tipp für selbst gemachtes Spezial-

futter: Fettreiches Katzenfutter mit etwas zerdrücktem, gekochten Ei ohne Salz vermischen. Alternativ schmecke den Igel auch ungewürztes Rührei. Außerdem sollte ein Schälchen frisches Wasser nicht fehlen. Wichtig ist, dass die Futterschalen täglich gereinigt werden.

„Igel sind dämmerungs- und nachtaktiv. Sieht man ein Tier tagsüber herumwandern, ist das definitiv ein Warnsignal“, so die Diplom-Biologin. Bevor man einen unverletzten Igel überstürzt einsammelt, sollte man ihn beobachten – jeder menschliche Kontakt bedeute für die Tiere Stress. Eva Lindenschmidt: „Sieht man einen kleinen Igel, sollte man nicht gleich eingreifen, sondern abwarten. Wer überstürzt handelt, könnte unwissentlich ein Jungtier von seiner Familie trennen.“

tmn



Igel können mit fettreichem Katzenfutter oder ungewürztem Rührei gefüttert werden.

FOTO: PETER STEFFEND/DPA/DPA-TMN

## Vacha

„Das Tor zur Rhön“

## Vacha erleben

Jahrhunderte Geschichte hautnah

Die Stadt Vacha, „Das Tor zur Rhön“, ist ein Geheimtipp für alle Freunde historischer Orte. Liebevoll wird der Stadtkern mit seinen im hessischen Stil erbauten Fachwerkhäusern restauriert. 40 Jahre DDR-Grenzgebiet haben zumindest dafür gesorgt, dass ein hoher Bestand an Gebäuden erhalten geblieben ist.

Im Jahr 817 wurde Vacha erstmals urkundlich erwähnt. Die Gründung der Stadt geht auf keltische Besiedlung zurück. Dies wird durch zahlreiche Funde auf dem nahen Ochsenberg belegt.

Mit der Verleihung des Stadtrechtes 1186 durch Kaiser Maximilian konnte Vacha seine wirtschaftliche und politische Bedeutung weiter erhöhen. Gelegentlich an der alten Handelsstraße ‚via regia‘ von Frankfurt nach Leipzig, war Vacha bedeutender Handelsplatz, administratives und kulturelles Zentrum der Region.

Den einstigen Reichtum belegen noch heute eindrucksvoll die repräsentativen Fachwerkbauten. Das Ensemble des mittelalterlichen Marktplatzes prägen Gebäude, deren Ursprung bis in das 15. Jahrhundert zurückreichen. Sie zeugen durch verschiedene Baustile und Bauformen von der hohen Handwerkskunst vergangener Tage.

Das imposante Rathaus auf dem Marktplatz existiert seit 1613. Im großen Foyer können Besucher auf wunderschönen Wandmalereien wichtige Stationen der Stadtgeschichte erforschen, vom grausamen Brückenopfer bis zum strafenden Siechenhund. Eine der wenigen erhaltenen geprägten Münzen aus der „Alten Münze“ ist im Stadtmuseum zu bewundern. 1824 wiederaufgebaut, stammt der Turm der Stadtkirche aus dem 12. Jahrhundert. Von hier aus sehen Besucher die erhaltenen Reste der einst imposanten Stadtmauer und Burg „Wendelstein“.

Als eine der längsten Sandsteinbrücken führt die „Brücke der Einheit“ seit 1342 den Weg über die Werra in die Stadt. Neben vielen Berühmtheiten haben auch Goethe und Napoleon ihren Fuß darauf gesetzt. Aber Vacha ist weit mehr: Der ökumenische Pilgerweg endet in Vacha und ist Teil des berühmten mittelalterlichen Jacobsweg nach Santiago de Compostella. Vacha bietet eine tolle Pilgerherberge für Pilger an.



Zwar muss der Herzermarkt in diesem Jahr ausfallen, doch gibt es mit den wiederkehrenden Festen sowie der reichhaltigen Geschichte zahlreiche Gründe Vacha einen Besuch abzustatten.

ARCHIVFOTO: KONOPKAFOTO.COM

**A. Kubitzka**

- Rohr- und Kanalreinigung • Rohr sanierung
- Dichtheitsprüfung • Sinkkastenreinigung
- TV-Inspektion • Wartungsunternehmen für Kläranlagen

Badelacher Weg 9 • 36404 Vacha  
www.rohrreinigung24.com • info@rohrreinigung24.com  
☎ 036962/169630 • Fax: 036962/169631 • Mobil: 0173/3749554

Wir suchen zur Unterstützung unseres Teams  
**CNC-Zerspanungsmechaniker (m/w/d)**  
**Schweißer (m/w/d)**

**Ihr Profil:**

- abgeschlossene Ausbildung in einem metallverarbeitenden Beruf
- selbständige Arbeitsweise, Qualitätsbewusstsein und Teamfähigkeit

**Wir bieten Ihnen:**

- ein familiäres Arbeitsklima in einem engagierten Team
- Individuelle Einarbeitung durch erfahrene Kollegen
- eigenständiges Arbeiten
- zukunftssicherer Arbeitsplatz, unbefristeter Arbeitsvertrag
- Überstundenzuschlag und Kindergartenzuschuss

Haben wir Ihr Interesse geweckt?  
Dann nutzen Sie Ihre Chance und senden Ihre Bewerbung an

**Henning+Beil**  
Maschinen- und Metallbau

Henning + Beil Maschinen- und Metallbau GmbH, Wilhelm-Külz-Str. 2, 36404 Vacha  
Tel.: 036962/278-0 Fax: 036962/278-16 Email: holger.beil@henning-beil.de

Zertifizierte Schrott- und Autoverwertung

**Firma Stussak**

☎ 01 75 / 8 28 84 80 oder 0 66 76 / 91 80 65 (gewerblich)

www.schrottverwertung-fa-stussak.de

Unseren Gästen wünschen wir eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gutes Jahr 2022!

genieße die Zeit! in Vacha

**Eddy's Bowlingbar**

Markt 30 (Vituscenter) • 36404 Vacha  
Tel.: 03 69 62/5 39 88

Seit 35 Jahren für Sie da!

**AH Heller**

Verkauf Werkstatt Lockiererei

Badelacher Weg 15  
36404 Vacha  
Telefon: (036962) 2630

**Ford Heller**

Autohaus Heller GmbH Vertragshändler

Telefax: (036962) 26340  
E-Mail: autohaus.heller@t-online.de  
Internet: www.ford-heller-vacha.de

# Gesunder Wachmacher?

„Wer Kaffee trinkt, lebt länger“

Kaffee bewirkt etwas im Körper. Doch dabei geht es nicht nur ums Muntermachen und verdauungsanregende Effekte. Studien zeigen: Der Konsum könnte sogar helfen, bei bestimmten Erkrankungen vorzuzugreifen.

Kaffee ist für viele Menschen der Wachmacher schlechthin. Doch er kann noch mehr, als nur die Müdigkeit aus den Gliedern zu treiben. Studien deuten darauf hin, dass Kaffee durchaus gut für die Gesundheit sein kann. Wie kommt das?

„Kaffee ist nicht ungesund“, sagt die Ernährungswissenschaftlerin Anna Flögel. Vielmehr deutet die Studienlage heute das Gegenteil an. „Zumindest ein moderater Konsum ist eher mit einem allgemein reduzierten Krankheitsrisiko zu verbinden.“

Anna Flögel hat Langzeitstudien ausgewertet, für die Zehntausende Menschen über Jahrzehnte immer wieder zu ihren Lebensgewohnheiten befragt und neu aufgetretene Krankheiten erfasst wurden. Eine Erkenntnis daraus dürfte Kaffeefans freuen: „Wer Kaffee trinkt, lebt länger – und zwar über die Kontinente hinweg“, sagt sie.

Dabei hatte Kaffee lange Zeit einen eher schlechten Ruf, wenn es um die Gesundheit ging. Warum eigentlich?

Das hat Flögel zufolge mit den Designs der Studien zu tun und vor allem damit, dass ein ganz zentraler Faktor zu wenig berücksichtigt wurde: das Rauchen. Denn es ist so, dass Raucherinnen und Raucher häufiger Kaffee trinken. Gesundheitsrisiken, etwa das erhöhte Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen, wurden dem Kaffee also teils fälschlicherweise zugeschrieben.

Tatsächlich deuten die wissenschaftlichen Untersuchungen inzwischen vielfach gesundheitsfördernde Aspekte an. So ist es wahrscheinlich, dass Kaffeekonsum eine gewisse vorbeugende Wirkung gegen Gebärmutterkrebs und Leberkrebs hat. Gleiches gilt für Typ-2-Diabetes. Das Risiko gesunder Personen, Bluthochdruck zu entwickeln, hängt wiederum laut Flögel nicht mit Kaffeekonsum zusammen.

Generell auf Kaffee verzichten müsse man als Bluthochdruck-Patient nicht, schreibt die Deutsche Herzstiftung. Allerdings sollte man seine Blutdruckmessungen so einhalten, das man wegen der kurzzeitig erhöhten Werte nicht 20 bis 30 Minuten nach dem Kaffeetrinken misst. Vorsichtig sollten Menschen mit Herzrhythmusstörungen sein – treten diese durch den Kaffeegenuss verstärkt auf, sollte man weniger trinken oder ganz verzichten.

**Zwischenfazit:** In aller Regel ist Kaffeetrinken ohne schlechtes Gewissen mög-

lich, im Gegenteil. Wahrscheinlich ist es sogar gesund. Bleibt noch zu klären, wie Kaffee unmittelbar im Körper wirkt. Dafür schauen wir uns drei weit verbreitete Thesen etwas genauer an:

**These 1: Kaffee trocknet aus!** Stimmt nicht. „Kaffee kann man normal zur Flüssigkeitsmenge hinzuzählen wie Wasser“, sagt Wissenschaftlerin Anna Flögel. Das heißt, es zählt ebenso auf die Tagesbilanz ein. Im Allgemeinen wird empfohlen, 1,5 bis 2 Liter am Tag zu trinken.

**These 2: Je mehr Kaffee, desto munterer!** Stimmt so pauschal nicht. Wie schnell Koffein verstoffwechselt wird, sei individuell sehr unterschiedlich, erklärt Flögel. „Bei dem einen reicht eine halbe Tasse, um die Nacht zum Tag zu machen, die andere kann vier Tassen trinken und schlafen gehen.“ Es gibt auch einen Gewöhnungseffekt: Wer regelmäßig viel trinkt, dem bringt eine Tasse nicht mehr so einen starken Kick.

**These 3: Kaffee bringt die Verdauung auf Trab.** Stimmt durchaus. Bei vielen Menschen ist es Teil der Morgenroutine: Zunächst eine Tasse Kaffee und dann ab auf die Toilette. So ein Effekt sei hauptsächlich durch das Koffein zu erklären, sagt Flögel, weil sich das generell stimulierend auf den Stoffwechsel auswirke.

Pauschal trifft aber auch diese These nicht zu: Ob und wie stark Kaffee die Verdauung auf Trab bringt, sei individuell unterschiedlich.

Und was ist, wenn einem der Kaffee auf dem Magen schlägt? Dann lohnt es sich, auf Espresso umzusteigen. Das empfiehlt Diplom-Ökologin Birgit Warnecke vom Deutschen Kaffeeverband in Hamburg. Espresso enthalte – bedingt durch Röstung und Zubereitung – etwas weniger Stoffe, die einen empfindlichen Magen reizen können.

„Der vielfach kommunizierte Ratschlag, zur besseren ‚Verträglichkeit‘ auf langzeitgerösteten Kaffee auszuweichen, ist ein Mythos, der auf einem veralteten Wissensstand basiert“, sagt Warnecke.

„Wenn man unter einem bereits angegriffenen Magen leidet, sollte man es vermeiden, Kaffee – wie im Übrigen auch viele weitere Lebensmittel – auf nüchternen Magen zu trinken“, rät die Expertin. Hier biete sich auch die Zugabe von Milch an, da dadurch der direkte Kontakt des Kaffees mit der Magenschleimhaut reduziert werde.

Da das Koffein verdauungsanregend wirke, werde entkoffeinierter Kaffee zum Teil auch besser vertragen als koffeinhaltiger. Er sei natürlich vor allem dann auch eine gute Alternative, wenn man auf die anregende und wachmachende Wirkung des Koffeins verzichten möchte.



Eine Flüssigkeit wie jede andere: Kaffee entzieht dem Körper kein Wasser, auch wenn das oft behauptet wird.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

# Möbel-Direkt Verkauf



**Blanco Granit-Spüle**  
verschiedene Farben



Garderobe

nur  
**79,-**



Design Sessel

~~299,-~~  
**79,-**

Solange Vorrat reicht.



**Gutschein**  
**100,- EURO SOFORTABATT**  
bei Vorlage dieses Gutscheins.

Beim Kauf einer Polstergarnitur, einer Tischgruppe, eines Schlafzimmers oder einem TV-Sessel.

## Küchenplanung nach Ihrem Wunsch

Es muss nicht immer eine Neue sein:

- Küchen Umbau & Erweiterung • Arbeitsplatten-Erneuerung
- E-Geräte Erneuerung • Fronten-Erneuerung

### Unser Service:

- Aufmaß vor Ort • fachgerechte Montage • 3D Planung

Wir realisieren  
Ihren Küchentraum!

- Constructa
- bauforum
- Bauknecht
- nobilid
- SIEMENS
- Brigitte KÜCHEN
- BLANCO
- ZANKER
- NEFF

**Große Auswahl an  
Küchen und Elektrogeräten**

Küche Primo



Über 200 Sofas zur Auswahl

Sonderposten. Alles solange Vorrat reicht. \*Gilt für besonders gekennzeichnete Ware.

**Möbel-Direkt-Verkauf • 36251 Bad Hersfeld**

[www.moebeldirektverkauf.de](http://www.moebeldirektverkauf.de)  
Gutenbergstraße 7

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 9.30-18 Uhr  
Sa. 9.30-15 Uhr

Für Druckfehler keine Haftung.

# Kälte nicht so schlimm

## Immergrüne Gartenpflanzen ausreichend gießen

Werden immergrüne Gehölze über den Winter braun, nimmt man oft an, dass sie erfroren sind. Vielleicht sind sie aber auch einfach nur vertrocknet. Das kommt sogar viel häufiger vor.



**Das Erfrieren** droht vielen immergrünen Gartenpflanzen im Winter nicht. Aber sie können bei Frost verdursten.

FOTO: FRANK MAY/DPA/DPA-TMN

Die meisten Gartenpflanzen halten Winterruhe. Sie wachsen nicht, sie treiben nicht aus. Warum sollte man sie daher gießen? Die Antwort: Weil sie sonst eingehen.

Die meisten Pflanzen erfrieren bei Minusgraden nämlich nicht, sondern sie vertrocknen. Das betrifft vor allem die sogenannten Immergrünen, also Pflanzen, die ihre Blätter oder Nadeln behalten.

Denn während nur sommergrüne Gehölze ihren Wasserbedarf im Winter drastisch verringern, indem sie ihr Laub abwerfen, haben Immergrüne weiterhin Durst. Gerade bei starkem Wind oder wenn die Sonne

scheint und sie über ihre Blätter Feuchtigkeit abgeben. Ist dann zugleich der Boden gefroren, können die Wurzeln kein Wasser mehr aufnehmen. Die Pflanzen verdursten in der Folge. Vor allem Topfpflanzen sind betroffen. Ihr Boden friert im Gefäß schnell komplett durch. Aber auch Gartenpflanzen leiden Durst.

Profigärtner raten daher für die Winterzeit: Gießen, gießen, gießen, wenn es frostfrei und trocken ist. Die Gärtnerin Svenja Schwedtke aus Bornhöved (Schleswig-Holstein) rät zum Wasserguss, „möglichst bevor ein

Wetterwechsel mit kühlerem Frost ansteht.“

Dann kann die Pflanze vorsorglich ihren Wasserhaushalt auffüllen. Wie oft das nötig ist, hängt von der Pflanzengröße und der Witterung ab. Konkrete Angaben sind daher schwierig. Schwedtke empfiehlt: „Ich würde im Winter einmal pro Monat die Immergrünen kontrollieren - es sei denn, es regnet den ganzen Winter über ergiebig.“

„Wer unsicher ist, kann unter seinem Rhododendron, unter seiner Eibe, dem Ilex, dem Lebensbaum oder der

Glanzmispel mal fühlen.“ Oft sind Immergrüne sehr ausladend und dicht gewachsen, sodass kein Regenwasser in den Wurzelbereich gelangt. Daher sollte man die Erde am besten in Stammnähe prüfen. „Wenn es dort sehr trocken ist, können gerne mehrere Gießkannen Wasser gegeben werden“, sagt Svenja Schwedtke.

Die große Wassermenge hat seinen Grund: „Es grundsätzlich immer besser, selten und durchdringend zu wässern als häufig und dann nur wenig“, sagt Schwedtke. „Sie brauchen auf keinen Fall jeden Tag zu gießen und auch nicht zu kontrollieren.“

Und wenn man schon vergessen hat zu gießen und der Boden inzwischen gefroren ist? Dann hilft es den Gewächsen, die Verdunstung und die Photosyntheseleistung zu verringern. „Mit Vlies oder Tannenzweigen vor Licht schützen, damit sie weniger verdunsten und weniger Wasser benötigen“, rät Schwedtke. tmn



**Schonend umgraben:** Die Grabegabel wird nur in die Erde eingestochen und darin hin und her bewegt.

FOTO: JENS-ULRICH KOCH/DPA-TMN

## Garten umgraben

### Lohnt sich die Mühe?

Eigentlich ist das Umgraben des Gemüsebeets eine Tradition zum Saisonende. Doch Gartenexperten raten: Wann immer es möglich ist, lieber darauf verzichten - und die Natur machen lassen.

Umgraben der Beete macht.

Außerdem warnen Gartenexperten und Naturschützer inzwischen davor, dass durch das Aufhacken und Umgraben die natürlichen Bodenstrukturen zerstört werden. So werden mit dem Spaten etwa Lebewesen, die Humus generieren oder durch ihre Gänge den Boden belüften, in Erdreichregionen befördert, in denen sie nicht leben können. Lebewesen von weiter unten gelangen nach oben. Daher sollte man - wann immer das möglich ist - auf das Umgraben verzichten.

Ein lockerer Gartenboden lässt Gemüse besser gedeihen. Daher graben viele Hobbygärtner im Laufe des Herbstes und frühen Winters den Boden ihres Gemüsebeets aufwendig um. Aber braucht es das wirklich?

Vom Prinzip her ja: In lockerer Erde mit feiner Struktur können die im Frühjahr neu ausgesäten und gesetzten Pflanzen ihre Wurzeln besser ausbreiten und optimal anwachsen.

Ein weiterer Vorteil: Im regenreichen Frühling ist das Anpflanzen oft nicht möglich, solange der schwere Boden noch viel Feuchtigkeit in sich trägt. In einem aufgelockerten Boden kann Regen schneller abfließen, und der Boden wärmt sich schneller auf.

Aber die Plackerei mit dem Umgraben muss nicht unbedingt sein. Denn in guten Wintern erledigt der Frost die meiste Arbeit: In frostigen Nächten entsteht die sogenannte Bodengare oder Frostgare. So nennt man es, wenn das in der Gartenerde enthaltene Wasser bei Minusgraden gefriert, sich ausdehnt und so die Erdklumpen im Boden zerklüftet. Die Gartenerde wird also von Natur her aufgelockert - genau das, was man sonst mühsam beim

Ist es in einem Winter allerdings nicht längere Zeit ausreichend frostig, werden die Böden nicht oder nur in den oberen Zentimetern gelockert. Dann rät der Naturschutzbund (Nabu) dazu, den Boden mit schonenden Geräten zu bearbeiten.

Statt zum Spaten, der den Organismen im Boden schaden kann, sollte man zur Grabegabel greifen. Sie wird nur in die Erde eingestochen und darin hin und her bewegt.

Eine Alternative ist die breite Doppelgrabegabel, die zwei Stiele hat, zwischen denen sich eine Metallschiene mit mehreren Zinken befindet. Auch der Sa Zahn ist ein Tipp: Man zieht ihn nur durch das Erdreich, ohne die Bodenschicht zu zerstören.

Eine Ausnahme kann bei schweren Lehm- und Tonböden gemacht werden, hier geht es laut Nabu nicht ohne Spaten. Aber wenn der Garten über eine Humusschicht verfügt, gilt: Besser nur vorsichtig anpacken - den Würmern, Mikroorganismen und der Ernte zuliebe. tmn

- Hackschnitzel- und Biomasseheizungen
- Holzerkleinerungsmaschinen
- Hackschnitzeltransportsysteme



*Bräuchst du einen guten Rat  
Heiz dein Haus mit Heizomat*



**Heizen mit einer vollautomatischen Holz-, Biomasse- oder Pelletheizungsanlage.**

**Von 15 kW-1.000 kW**

www.Heizomat.de

Wacholderweg 14 | 36199 Rotenburg/F.  
Tel. 06623-5785

www.roth-umwelttechnik.de  
kontakt@roth-umwelttechnik.de

Ziegeleistraße 7 | 99880 Waltershausen  
Tel. 03622-69080

Anzeige



## INTERNATIONALER STAR CARL CARLTON AM 28.11. LIVE IM LOKSCHUPPEN BEBRA!

„Das lange Warten hat sich gelohnt“ sagt Lokschuppen Chef Matthias Bähr und fügt hinzu: „Einen solchen Künstler von internationalem Format in den Lokschuppen zu bekommen ist nicht selbstverständlich und etwas ganz besonderes!“

Am Sonntag, dem 28.11.21 um 19:00h ist es nun so weit. Ein ganz besonderer Abend für jeden Rockfan im Lokschuppen mit einem international gefeiertem Star.

Carl Carlton ist ein Ausnahmekünstler von internationalem Rang. Als Gitarrist, Songwriter und Produzent arbeitete er bereits mit Robert Palmer, Eric Burdon, Joe Cocker oder Paul Young zusammen, um nur einige aus einer langen Liste zu nennen. Seit Jahrzehnten begleitet er zudem die erfolgreichsten deutschen Rockmusiker Peter Maffay, Udo Lindenberg, Wolfgang Niedecken und Marius Müller-Westernhagen. Seine knapp zehnjährige Kooperation mit Robert Palmer fand ihren Höhepunkt in dem Grammy-nominierten Album Drive, das im Todesjahr Palmers (2003) veröffentlicht wurde. Vielen Musikliebhabern ist er aber vor allem durch seine Band Carl Carlton & The Songdogs bekannt.

Mit seinen Platten und Konzerten sorgte Carl Carlton immer wieder für Furore, ob als Solist oder eben mit seiner Roots-Rock-Formation Carl Carlton & The Songdogs. Zu deren wechselnder Besetzung gehörten unter anderem Musikergroßen wie Eric Burdon, Robert Palmer, Drummer Levon Helm und Organist Garth Hudson von The Band, Steely Dans Donald Fagen, Rolling Stones-Saxophonist Bobby Keys, Ian »Mac« McLagan (Small Faces, Rolling Stones etc.), Ronnie Wood (ja, genau der...), Slide-Gitarren-Innovator Sonny Landreth, Moses Mo und Wyzard von Mother's Finest, Faces-/Stones-Keyboardsman Ian McLagan, der 5. Beatle Klaus Voormann, Blues-Genius Keb' Mo', Soul-Man Xavier Naidoo oder der Multi-Instrumentalist Larry Campbell. Die Formation veröffentlichte vier von der Kritik hochgelobte Alben. Zur aktuellen Band zählen neben den Mother's Finest-Musikern Moses Mo (Gitarre) und Wyzard (Bass) noch Schlagzeuger Bertram Engel und Keyboarder Pascal Kravetz (beide von Udo Lindenberg's Panikorchester). Im Herbst 2021 gehen Carl Carlton & The Songdogs in dieser originalen Kernbesetzung auf Tournee - 20 Jahre nach ihrer Gründung und zwölf Jahre nach ihrer letzten Tournee. „Reunion On Revolution Avenue“ lautet das Motto der 23 Konzerte in Deutschland, Österreich und den Niederlanden. Denn, wie Carl Carlton selbst sagt: „Wozu wäre all das gut, wenn wir unsere Musik nicht auf die Bühne bringen und mit unserem Publikum zusammen zelebrieren würden? Das Publikum ist genauso wichtig wie die Band und die Songs“.

**28.11.2021** | BEBRA  
19:00h | LOKSCHUPPEN | DICK®  
www.bebra-lokschuppen.de

ÖRTLICHE DURCHFÜHRUNG • BB ENTERTAINIA GMBH • RATHAUSSTRASSE 7 • 36179 BEBRA • TEL.: 06622 - 9146030

## TOLLE BÄDER GUTE PREISE

Eine neue Dusche in nur 2 Tagen

- sauber & schnell
- seniorenfreundlich
- niedriger Einstieg
- pflegeleichte Duschkabinen und Duschrückwände
- keine Fliesenfugen
- barrierefreie Bad-Komplettanierung mit unseren Handwerkspartnern zum Festpreis

Rufen Sie uns an: 06625-919119

Karl-Heinz GUNKLER  
Mein Bad

Ausstellung: Steinweg 16  
36272 Niederaula-Hattenbach  
karl-heinz.gunkler@t-online.de  
www.bad-komplett-service.de

Außerhalb der gesetzl. Öffnungszeiten keine Beratung - kein Verkauf  
Mo.-Fr. 8-17 Uhr - Sa. 10-12 Uhr und nach Vereinbarung

# NORMA® Genuss aus den Alpen

ab Montag, 22. November

**Mini Speck**  
deftige Schinken-Spezialität aus Südtirol traditioneller Geschmack durch 20 Wochen Reifung, ca. 1,2-kg-Stück, Ware einzeln ausgepreist

**ca. 1,2 kg**

**10,99\***

**Kümmelbauch/Steirisches Scherzl**  
aus Österreich 250-g-Packung (100 g = 1,20) je Packung

**XXL • 250 g**

**2,99\***

**Schweinshaxe**  
mit oder ohne Speck & Schwarte 2x500-g-Packung je Packung

**5,79\***

**2er-Pack**

**Eierlikör**  
aus Österreich – mit Schokoladen-, Haselnuss- oder Vanillegeschmack Zum pur Genießen, Verfeinern und Backen. 15% vol, 0,7-l-Flasche (1 l = 6,13) je Flasche

**4,29\***

**Kartoffel-Spezialitäten**  
Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln, Kartoffelrösti Schweizer Art oder Schweizer Art mit Speck, 400-g-Packung (1 kg = 2,48) je Packung

**–,99\***

**400 g**

**Steirisches Kürbiskernöl**  
eine erlesene Ölspezialität aus Österreich Das Öl zeichnet sich durch feine, nussige Röstaromen und eine intensive Farbe aus. 250-ml-Flasche (100 ml = 2,-) je Flasche

**4,99\***

**Bockbier**  
traditionell gebräute Bierspezialität aus Österreich 7,2% vol, 6x0,5-l-Flasche, zzgl. 6x–,08 Pfand (1 l = 1,33)

**3,99\***

**6er-Träger**

**Champignons Minis oder Scheiben**  
1. Wahl 3x195-g-Dose, Abtr.-Gew. 345 g (1 kg = 8,09) je 3er Pack

**33% billiger**

**2,79\***

**3er-PACK**

**Mehr fürs Geld.**

**Elisen-Lebkuchen Creation**  
Nuss Pur, Bratapfel, Mandel-Krokant oder Noir 275-g-Packung (1 kg = 18,15) je Packung

**UVP 5,99**

**4,99\***

**16% billiger**

**Weihnachtsmann**  
mit Milchschokolade 75-g-Packung (100 g = 2,65)

**16% billiger**

**UVP 2,39**

**1,99\***

**Tracht-Honig**  
Raps-, Linden-, Wald- oder Sonnenblumen-Honig 500-g-Glas (1 kg = 7,98) je Glas

**18% billiger**

**UVP 4,89**

**3,99\***

**Champignons Minis oder Scheiben**  
1. Wahl 3x195-g-Dose, Abtr.-Gew. 345 g (1 kg = 8,09) je 3er Pack

**33% billiger**

**UVP Einzeldose = 1,39**

**2,79\***

**3er-PACK**

## ERSTER DISCOUNTER ALS GREEN BRAND ZERTIFIZIERT!

GREEN BRAND Germany 2021/2022

**Nicki-Bettwäsche**  
• 100% Polyester  
• Mit Marken-Reißverschluss • Mit **Anti-pilling- und Antistatik-Ausrüstung** je Bettwäsche

**Mikrofaser Qualität**

**NEUE Designs**

**17,99\***

**19,99\***

**Coral-Fleece-Spannbettuch**  
• 100% Polyester (Mikrofaser) • Steghöhe ca. 30 cm • Mit **Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung**

**9,99\***

**12,99\***

**14,99\***

**Kuschelig weich**

**Kissen „Sanitized“**  
• Bezug **Sanitized-Spezialgewebe**: 50% Baumwolle, 50% Polyester • **Individuelle Höhenanpassung**

**4,99\***

**8,99\***

**Waschbeständiger Milbenschutz**

**Kuschelkleid**  
in weicher Coral-Fleece-Qualität • 100% Polyester

**9,99\***

**NEUE Designs**

**Strickfleece-Mantel**  
für Damen, mit Kapuze • Leicht tailliert, in trendiger Länge • Mit modischer Applikation • 100% Polyester • Größen S(36/38)–XXL(52/54) je Mantel

**12,99\***

**Wärmend und weich!**

**Ronley Stricktröyer für Herren**  
• Angenehm weiche Baumwoll-Mischqualität • 70% Baumwolle, 30% Polyacryl • Größen M(48/50)–XL(56/58) je Tröyer

**9,99\***

**12,99\***

**Aluguss-Topf mit Glasdeckel oder Hochrand-Pfanne „Hamar“**  
in Kupfer oder Schwarz • Aus Aluminium • Mit Greblon® C2 Antihafteverriegelung in Granitoptik • Pfannen backofenfest bis ca. 150°C, jeweils mit Softtouchgriff • Töpfe backofenfest bis ca. 240°C (mit Glasdeckel bis ca. 180°C)

**14,99\***

**17,99\***

**19,99\***

**Mit robuster Granitoptik-Beschichtung**

**3D-Digitaldruck-Tischwäsche**  
Mitteldecke ca. 80 x 80 cm, Tischläufer ca. 40 x 140 cm oder Tischband ca. 25 x 160 cm • 100% Polyester (Modellbeispiele)

**3,99\***

**Auch online**

**Outdoor-/Freizeitstiefel**  
• Textiles Warmfutter • Robuste TPR-Laufsohle • Größen 39–45 je Paar

**UVP 49,90**

**19,99\***

**59% billiger**

**Winterschuhe**  
• Futter und Decksohle aus warmem Futter • Leichte PU-Laufsohle • Größen 41–45 je Paar

**UVP 29,99**

**16,99\***

**43% billiger**

**Socken 12 Paar**  
• Hoher Baumwollanteil • Größen 35/38–43/46 je 12 Paar (Modellbeispiele)

**7,99\***

**Wachstuch-Tischdecke**  
mit geprägter Oberfläche • Beliebig zuschneidbar • Strapazierfähig und schmutzabweisend • Mit Vlies-Unterseite

**2,99\***

**3,99\***

**5,99\***

**NEUE Designs**

**Messerschärfer**  
Wetzstahl ca. 30 cm, Diamantbestückt

**9,99\***

**Abziehstein 2 in 1 mit Silikonhalter**

**Für Grob-/Feinschliff**

**Notenständer**  
• Variable Höhenverstellung (max. 130 cm) • Neigungswinkel verstellbar und 360° drehbar • Zusammengeklappt ca. 44 x 8 x 4,5 cm • 3 Jahre Garantie

**7,99\***

**Auch online**

**Mundharmonika**  
• Diatonische Metall-Mundharmonika in C-Dur • ca. 10 x 2,8 x 2,2 cm • 3 Jahre Garantie

**5,99\***

**Inkl. Putztuch und Buch**

**5 Sätze Ersatzsaiten für Klassik-/Konzertgitarre**  
• Material: Nylon, versilberter Kupferdraht • 30-teilig • 3 Jahre Garantie

**9,99\***

**5 Sätze à 6 Saiten**

**Karaoke-/CD-Player**  
mit 2 regelbaren Mikrofonen • Betrieb über Batterien (inkl.) oder Netzteil (nicht enthalten) je Player

**20% billiger**

**UVP 49,99**

**39,99\***

**Lern-Laptop für Kinder von 5 bis 12 Jahren**  
• Über 62 Aktivitäten auf Deutsch und Englisch • Inkl. Maus und Batterien

**UVP 39,99**

**29,99\***

**25% billiger**

**Auch online**

\*Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an [www.norma-online.de/aktionsartikel](http://www.norma-online.de/aktionsartikel). Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung.

Artikel mit „Auch online“ sind ab sofort in dieser oder anderer Ausführung unter [www.norma24.de](http://www.norma24.de) bestellbar (Preis inkl. MwSt., zzgl. Versandkosten)

**NORMA® MEHR FÜR'S GELD.**

**AKTUELLE PROSPEKTE – einfach & bequem online durchblättern unter [www.norma-prospekt.de](http://www.norma-prospekt.de)**

**ENTDECKEN SIE MEHR AKTIONEN!**

**NORMA**

[www.norma-online.de](http://www.norma-online.de)

NORMA Lebensmittelfilialbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg

# Regionales Wintergemüse

## Vitaminreich und gesund: So gelingt der Kohlanbau im Garten

Kohl galt einst als Arme-Leute-Essen. Heute ist das anders. Die regionale Verfügbarkeit gilt als etwas Wertvolles auf dem Weg zu mehr Nachhaltigkeit.

Das Wintergemüse hat viele Gesichter - Kopfkohl in Weiß und Rot, Wirsing, Grünkohl, Kohlrabi, Blumen- und Rosenkohl sowie der Brokkoli. Es wird sogar leckeren Bowls und Smoothies als Vitaminbombe beigesteuert. Ein Anlass, sich mit seinem Anbau und der Ernte im eigenen Garten zu beschäftigen.

Bei der Ernte von Kohl müssen grundsätzlich Strunk und Wurzel aus der Erde gezogen werden. „Bei Kohlsorten, die lagerfähig sind, reißt man die gesamte Kohlpflanze aus der Erde“, sagt Uschi Reinhard, Fachberaterin des Vereins zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt (VEN) aus Schandelah (Niedersachsen).

Anschließend die Erde abklopfen und den Kopf mit einem trockenen Tuch abreiben. „Stark verschmutzte, beschädigte oder angefressene Blätter entfernt man. Aber der Kopf darf keinesfalls mit Wasser gewaschen werden“, rät die Diplom-Biologin. Anschließend hängt man den Kohl kopfüber am Strunk an einem kühlen, trockenen Ort zur Lagerung auf. Das Entfernen aller Pflanzenteile aus

dem Boden hängt in erster Linie mit der vorbeugenden Bekämpfung der sogenannten Kohlhernie zusammen.

„Die Pilzkrankheit wird durch einen Schleimpilz ausgelöst, der die Wurzelhaare und -rinde besiedelt“, erklärt Reinhard. Zwar stirbt die Pflanze nicht ab, sie verkümmert aber und entwickelt sich nur schwach weiter.

Besteht der Verdacht eines Befalls, muss die Pflanze mit Erde aus dem Beet entfernt werden“, erklärt die Diplom-Biologin. Auch sollten anschließend für fünf Jahre keine weiteren Kreuzblütler auf der Fläche wachsen, die dann ebenfalls befallen werden könnten.

„Das heißt, auf eine Gründüngung mit Senf sowie Zierpflanzen wie Silberblatt, Schleifenblume und Levkoje verzichten“, so Reinhard. „Ebenso muss das Werkzeug, mit dem man den Boden bearbeitet hat, gründlich gereinigt und desinfiziert werden.“

Besonders gefährdet ist saurer Boden, in dem sich der Schleimpilz stark ausbreitet. Vorbeugend sollte man den Fruchtwechsel auf den Flächen streng einhalten, sodass nach dem Kohl vier Jahre lang keine Rauke, Kresse, Radieschen, Rettich oder Rübchen angebaut werden sollten.

Kohl ist anspruchsvoll. Daher sollte man schon jetzt im



Der Kohlanbau bringt nicht nur was auf den Teller, sondern auch hübsche Pflanzen ins Beet.



FOTOS: NESTOR BACHMANN/DPA-TMN

Herbst den Gartenboden auf die Aussaat im kommenden Frühjahr vorbereiten. Biologin Uschi Reinhard rät, den Beetboden zu verbessern, indem man ihn bei einem pH-Wert von unter 5,5 kalkt. Aufschluss darüber gibt eine Bodenanalyse in spezialisierten Labors.

„Kohl ist ein klassischer Starkzehrer, der Futter braucht“, sagt die Gärtnermeisterin Hanna Strotmeier aus Sassenberg (NRW). Daher kann es sich lohnen, das Bodenleben auch mit Mulch und Gründüngung zu verbessern und mit Pferdemist den Nährstoffgehalt zu erhöhen. Im zeitigen Frühjahr lässt

sich außerdem reife Komposterde verteilen.

An welchen Platz im Beet wächst Kohl am besten? „Als Tiefwurzler bevorzugt Kohl einen tiefgründigen, tonig bis lehmigen Boden mit hohem Humusanteil“, sagt Uschi Reinhard. Ein sonniger, höchstens halbschattiger Platz ist außerdem wichtig für eine gute Ernte. Aber auch die Nachbarschaft muss stimmen: „Keine gute Wahl sind Zwiebelgewächse wie Lauch, Knoblauch und Zwiebeln“, so Hanna Strotmeier. Gut zum Kohl im Beet passt hingegen die Mischung mit Salat, Gurke, Sellerie und Spinat.

Bis sich aus einem kleinen Sämling ein stattlicher Kohlkopf entwickelt hat, vergeht viel Zeit. Frühjahr, Sommer und Herbst - genug Zeit für Schädlinge, sich an die Köpfe ranzumachen. Für die ersten Erfahrungen rät Gärtnermeisterin Hanna Strotmeier daher zu Arten und Sorten, die eine kurze Kulturdauer haben. Ein Beispiel ist die Weißkohl-Sorte 'Sunta' mit einer Kulturdauer von nur 70 Tagen. Im Vergleich dazu braucht der Weißkohl-Klassiker 'Filderkraut' fünf bis sechs Monate bis zur Ernte. Auch Senfkohl wächst schnell heran, genauso wie die Blätter von Asia-Kohlsala-

ten wie Pak Choi.

Kohl lässt sich gut in die Fruchtfolge einbauen. China-kohl folgt im Sommer dann zum Beispiel auf die Erbsen- und er profitiert von ihnen. Denn an den Erbsenwurzeln sitzen Knöllchenbakterien, die den Boden mit Stickstoff anreichern. „Auch der Grünkohl profitiert von der Vorkultur mit Erbsen“, so Hanna Strotmeier.

Ein weiterer Tipp: Jauchen aus Brennnessel, die regelmäßig ausgegossen werden, helfen, den Stickstoffvorrat für die Entwicklung der Kohlköpfe über die gesamte Anbauperiode hochzuhalten.

tmn

## Senioren

## Lebensqualität im Alter - „Pflegerreform“

# Bescheid wissen, Vorteile nutzen

### Pflegerreform: Zum Jahreswechsel gibt es wichtige Änderungen

**Die häusliche Kranken- und Altenpflege**

**Astrid Pfaff**  
GmbH

Bad Hersfeld • Uffhäuser Str. 4 • Tel. 06621/70615

- ➔ Leistungen der Pflege- und Krankenkasse
- ➔ Pflegeberatung ➔ Urlaubsvertretung
- ➔ Fahrdienst ➔ Einkaufsservice, Hausnotruf in Kooperation mit DRK

Rund um die Uhr telefonisch erreichbar, auch an Sonn- und Feiertagen.



Gibt es etwas Schöneres als im eigenen Zuhause alt zu werden?

PROMEDICA PLUS Breitenbach

Ihre Ansprechpartnerin vor Ort:  
Frau Birgit Eisel

Tel.: 06673 - 74 23 66 70  
breitenbach@promedicaplus.de

Auch unter dem Eindruck der Covid-19-Pandemie hat noch die alte Bundesregierung eine Pflegerreform vorgelegt, die im Juni 2021 vom Bundestag beschlossen wurde. Sie sieht unter anderem eine bessere Entlohnung des Pflegepersonals und bessere Personalschlüssel vor.

Zum 1. Januar gibt es aber auch für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen einige Änderungen, die Betroffene kennen sollten.

**Für den ambulanten Pflegedienst steht mehr Geld zur Verfügung**

„Eine der wichtigsten Änderungen ist die Erhöhung der Pflegesachleistungen“, erklären Experten aus der

Region. Für die Arbeit eines ambulanten Pflegedienstes werden ab dem Jahreswechsel fünf Prozent mehr erstattet, es gibt nun 724 Euro für Pflegegrad 2, 1.363 Euro für Pflegegrad 3, 1.693 Euro für Pflegegrad 4 und 2.095 Euro für Pflegegrad 5. „Dadurch wird die Beauftragung eines Pflegedienstes auch für Menschen attraktiver, die bisher keine Hilfe von außen in Anspruch genommen haben. Denn bei Kombinationsleistungen bleibt nun mehr Pflegegeld übrig“, erklären die Experten.

Ebenfalls erhöht wurden die Leistungen für die Kurzzeitpflege - von 1.612 auf

1.774 Euro pro Kalenderjahr. Wer unsicher ist, welchen Einfluss die Änderungen bei der Zusammenstellung und Berechnung der ihm oder seinen Angehörigen zustehenden Leistungen haben und sich Unterstützung wünscht, sollte sein Recht auf Pflegeberatung wahrnehmen.

**Höhere Zuschüsse auch zu den Kosten im Pflegeheim**

Vermehrten Beratungsbedarf wird es nach Einschätzung von den Experten auch bei den neu beschlossenen Zuschüssen zu den Pflegekosten im Heim ge-

ben. Hier sollen die Pflegekassen im ersten Jahr des Aufenthalts fünf Prozent, im zweiten Jahr 25 Prozent, im dritten Jahr 45 Prozent und danach 70 Prozent übernehmen. „Wichtig ist es dabei zu verstehen, dass diese Zuschüsse nur auf den pflegerischen Teil begrenzt sind“, betonen die Berater. Die sogenannten Hotelkosten für Unterkunft und Verpflegung sowie die Investitionskosten und gegebenenfalls die Ausbildungumlage der Einrichtung seien davon nicht betroffen. Wie viel diese Entlastung individuell ausmacht, lässt sich am besten in einer professionellen Beratung klären.

djd

**Fragen zum Pflegegeld?**  
Neuantrag ✓ Widerspruch ✓ Höherstufung ✓

**Ob Pflegegrad 5, 4, 1, 2 oder 3,**

**comitor**  
hilft dabei!

Tel.: 06621 79 86 22  
e.utesch@comitor.org  
www.pflegegeld-hilfe.de

comitor  
Pflegegeldhilfe

Comitor ist ein neutraler sowie unabhängiger Gutachterservice zur Feststellung von Pflegegraden. Seit nunmehr 20 Jahren betreuen und begleiten wir Privatpersonen von der Antragstellung bis zur Zahlung des Pflegegeldes.

Unser Tipp:  
Setzen Sie sich schon vor Antragstellung mit uns in Verbindung, denn so lassen sich mögliche Probleme schon von Anfang an vermeiden.



Durch die Pflegerreform ergeben sich 2022 einige Änderungen für Pflegebedürftige. Bei einer fachkundigen Beratung können Unschlüssige über aufkommende Fragen sprechen - auch digital.

FOTO: PANTHERMEDIA / GOODLUZ

# Diätplan nach Genen

## Was bringen DNA-basierte Ernährungstipps?

Sie wollen ein paar Kilos verlieren? Da mag ein Ernährungsplan, der die eigene Gen-Ausstattung einbezieht, verlockend klingen. Die Idee dahinter leuchtet ein. Doch auch diese Analysen haben Grenzen.

Wie der eigene Körper in Bezug auf Ernährung funktioniert, davon haben viele Menschen eine grobe Ahnung: Der eine weiß, dass er Linsen schlecht verträgt, die andere kennt ihre abendlichen Heißhunger-Anfälle leider nur zu gut. Doch wie wäre es, bis ins Detail zu wissen, wie der eigene Körper tickt? Was er gut verstoffwechselt und mit welchen Lebensmitteln er Schwierigkeiten hat?

Es gibt einige Firmen, die solche Erkenntnisse versprechen. Sie bieten Ernährungspläne auf Basis von DNA-Analysen an. Oft werben sie mit dem Versprechen, dass Anwenderinnen und Anwender so ihrem Wunschgewicht näher kommen.

„Dieser individuelle Ansatz spricht natürlich auch Menschen an, bei denen andere Wege zur Gewichtsabnahme bislang nicht funktioniert haben“, sagt Annabel Dierks, Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale Bremen.

Ganz nach dem Motto: Jetzt muss es endlich funktionieren – der Plan ist schließlich eigens für mich gemacht.

Die Anbieter argumentieren, dass Körper in ihren Bedürfnissen und Eigenschaften

ten ganz unterschiedlich beschaffen seien. Folgt man dieser Logik, stoßen allgemeine Ernährungsempfehlungen zwangsläufig an ihre Grenzen. „Man kann nicht erfüllen, was für den eigenen Körper gut funktioniert – abgesehen von offensichtlichen Symptomen wie Bauchschmerzen“, sagt Olaf Schneider, Geschäftsführer und Gründer des Gesundheitsunternehmens cerascreen, das Selbsttests anbietet.

Vor diesem Hintergrund seien DNA-Analysen aufschlussreich, sagt Schneider. Etwa um herauszufinden, wie gut man Proteine, Fette oder Kohlenhydrate verstoffwechseln könne. So kann sich beispielsweise herausstellen, dass Quark am Morgen für den eigenen Körper die bessere Wahl ist als ein Brötchen.

DNA-Analysen nehmen die Gene in den Blick. In ihnen sind nicht nur körperliche Merkmale wie Augen- oder Haarfarbe festgeschrieben, sondern auch Informationen über Stoffwechsel oder Hunger- und Sättigungsgefühl hinterlegt. So ist etwa bekannt, dass das sogenannte FTO-Gen in bestimmten Ausprägungen das Risiko für Übergewicht erhöhen kann. Doch viele Fragen sind noch offen.

„Es ist vollkommen richtig, dass Menschen Gen-Variationen aufweisen, die sich unterschiedlich auf den Stoffwechsel auswirken können“, sagt Verbraucherschützerin Dierks. Die Wissenschaft sei bei diesem Thema jedoch noch nicht weit genug. „Es



Was bekommt mir wann am besten? Ernährungspläne auf der Basis von DNA-Analysen sollen Antworten liefern.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

gibt vieles, was noch gar nicht entdeckt oder wissenschaftlich ausreichend belegt wurde.“ Anbieter von Gen-Tests können sich folglich nur eine Auswahl an Gen-Variationen herauspicken, um sie zu testen und Empfehlungen abzuleiten. Ob das den Körper in seiner Gesamtheit abbilden kann, lässt sich infrage

stellen. Dazu kommt: Auch der Lebensstil spielt eine Rolle, wenn es darum geht, ob die gewünschten Kilo verschwinden. „Fehlende Bewegung etwa lässt sich nicht uneingeschränkt durch die Ernährung kompensieren“, sagt cerascreen-Geschäftsführer Schneider. Man muss demnach auch bereit

sein, an seinem Verhalten etwas zu ändern.

Die Kosten für einen Stoffwechsel-Test liegen – je nach Anbieter – bei rund 150 bis 300 Euro. Wie der Preis ausfällt, hängt auch davon ab, ob ein persönliches Ernährungsscoaching inbegriffen ist oder man lediglich einen Bericht samt Ernährungsempfehlung

erhält. Am Ende führt vielleicht doch eine klassische Ernährungsberatung eher zum Ziel. Letztlich sei auch die individualisiert, sagt Annabel Dierks.

„Es gibt ein Vorgespräch, es wird ein Ernährungsprotokoll geführt und Vorlieben werden in die Beratung einbezogen.“

## POLSTER & KÜCHEN EXPRESS-TAGE

**Individuell für Sie konfiguriert in nur 4 WOCHEN\***

NUR 10 TAGE GÜLTIG!

- Wählen Sie aus unzähligen Möglichkeiten:
- ✓ **Wunschmaterial** z.B. Stoff oder Leder
  - ✓ **Wunschfarbe** viele Farben zur Auswahl
  - ✓ **Wunschfunktionen** wie z.B. Armteil- oder Sitztiefeverstellung, Bett- oder Relaxfunktion u.v.m.

**Plus zusätzlich:**

**POLSTER-TAUSCH PRÄMIE**

bis zu **500,- € SPAREN**

\*1 Egal, welche Modulmaster-Polstermöbel Sie sich bei uns aussuchen: Bei uns bekommen Sie je nach Zustand bis zu 500,- € für Ihre alten Polstermöbel. Nicht kombinierbar mit anderen Vorteils-Aktionen. Gilt für alle Modelle der Marke Modulmaster inkl. der Werbeangebote aus dieser Anzeige. Nur bei Neuzugängen. Keine Barauszahlung möglich. Betrag wird direkt vom Bestellwert abgezogen.

Jetzt bei **Küchen-Neuplanungen**

bis zu **45%**

Bis zu 45% Aktions-Rabatt = bis zu 40% Aktions-Rabatt + 5% Sofort-Skonto

**AKTIONEN-RABATT!**

**Sonder-Finanzierung**

bis zu **36 Monate**

**0% ZINSEN!**

**comfortmaster**

7 LIEGEZONEN

1000-Feder-Tonnentaschenfederkern

**Aktions-Abhol-Preis 1799,-**

Nachtkonsole, Bezug Stoff, B/H/T: ca. 48x60x43 cm. Bezug: 97% Polyvinylchlorid, 3% Polyurethan. 399,-

**Polsterbett Brilliant**, 1000-Feder-Tonnentaschenfederkern H2, Lattenrost, Bettkasten, Holzfuß schwarz, Liegefläche ca. 180x200 cm, Matratzenbezug waschbar bis 60°C, Liegehöhe ca. 64 cm. Bezug: 97% Polyvinylchlorid, 3% Polyurethan. Ohne Tagesdecke und Zierkissen.

**SCHLARAFFIA**

**Boxspringbett**, Bezug Stoff Face anthrazit, Liegefläche ca. 180x200 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Bettzeug, Plaid und Kissen.

**Inkl. Topper**

**Aktions-Abhol-Preis 1999,-**

**Inklusive Sitztiefeverstellung an 3 Elementen!**

**Eckkombi**, Bezug Stoff mooca, mit Kontrastnaht, Sockel Eiche, Metallfuß bronzenfarbig. Best. aus: Longchair mit Armteil links und 2-Sitzer mit Armteil rechts. Inklusive Sitztiefeverstellung an 3 Elementen. Stuhlmaß ca. 178x283 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen und Decke.

**Aktions-Abhol-Preis 1899,-**

**modulmaster**

Individuelle Auswahl:

- 2 Sitzhärten
- 2 Armteilvarianten
- 4 Fußvarianten

**Aktions-Abhol-Preis 1299,-**

**Planungsvielfalt mit bis zu 80 Typen**

**Wohnlandschaft MM-ZE 1059**, Bezug Stoff Holiday alu, Metallfuß matt, best. aus: 2-Sitzer mit Armteil links, Rund- und 2,5-Sitzer ohne Armteil, Rücken Spannstoff, und Canapé mit Armteil rechts, Stuhlmaß ca. 240x330x163 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen und Decke.

**modulmaster**

Individuelle Auswahl:

- 3 Sitzhärten
- 4 Sitzhöhen
- 3 Fußvarianten
- 2 Nachtvarianten

**Aktions-Abhol-Preis 1399,-**

**Wohnlandschaft MM-ZE 1049**, Bezug Stoff Deluxe zimt mit beige-farbener Kontrastnaht, Metallfuß alufarbig, best. aus: Canapé mit Armteil links, 2-Sitzer ohne Armteile, Rücken Spannstoff und 1,5-Sitzer-Kombielement mit Anstellhooker rechts. Stuhlmaß ca. 173x 290x203 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen.

**Relaxessel**, Bezug Leder Punch dijon, manuelle Verstellung mit Gasdruck. Sitzhöhe ca. 51 cm, Sitztiefe ca. 55 cm. Sternfuß schwarz matt.

**Aktions-Abhol-Preis 1199,-**

Individuelle Auswahl: 3 Ergonomie-Größen

**modulmaster**

**Inkl. Kopfteilverstellung**

**Aktions-Abhol-Preis 1299,-**

Individuelle Auswahl:

- 3 Sitzhärten
- 4 Sitzhöhen
- 3 Fußvarianten
- 2 Nachtvarianten

**Wohnlandschaft**, Bezug stone, 100% Polyester, Metallfuß verchromt, Schenkellaß ca. 285x201 cm, Liegefläche ca. 105x222 cm, inkl. motorischer Sitztiefeverstellung und Nierenkissen, ohne Dekokissen und Decke.

**Aktions-Abhol-Preis 999,-**

**Relaxessel 9720**, Bezug Leder Torro vulkan, manuelle Verstellung durch Körperdruck, Drehteller Edelstahloptik.

**Große Stoff- und Leder-Auswahl gegen Mehrpreis.**

**comfortmaster**

**Polstergarnitur**, Bezug Leder Longlife canyon, best. aus: 3-Sitzer, 2-Sitzer und Sessel. Alle Rücken mit Echtlederbezug.

**2-Sitzer**, B/H/T: ca. 148x107x93 cm, ohne Zierkissen.

**Aktions-Abhol-Preis 1499,-**

**3-Sitzer**, B/H/T: ca. 205x107x93 cm, ohne Zierkissen. 1999,-

**gorenje**

**ALLES INKLUSIVE**

- Edelstahl-Dunsthaube WHC23E14X (EEK D)\*
- Regal, Wangen, Korpus und Arbeitsplatte Stein- eiche Nachbildung. Ausgestattet mit hochwertigen Elektrogeräten von Gorenje: Mikrowellenherd, Maße: ca. 534x246 cm, Ohne Deko.
- Kühlschrank R4091AW (EEK F)\*\*

**Aktions-Abhol-Preis 2898,-**

Individuell planbar **pino**

Gorenje Kühlschrank R4091AW (EEK F)\*\*

**inklusive HIGHBOARD + 2 REGAL-BÖDEN**

**Individuell planbar**

**nobilis**

**Vollservice-Preis 6398,-**

Inkl. Lieferung & Montage

Siemens Kühlschrank K118RV52 (EEK G)\*\*

**Grifflose Nobilia-Designküche aus dem Programm Focus mit originalen Details und wohlblicker Planung.**

Hochwertige Oberflächen, Front Lack Hochglanz Alpinweiß, Hängeschränke, Highboard und Regalböden im aktuellen Farbton Fusty Platis, Korpus und Arbeitsplatten weiß. Ausgestattet mit hochwertigen Elektrogeräten von Siemens.

**Siemens**

**ALLES INKLUSIVE**

- Edelstahl Dunsthaube LF97B532 (EKA+)\*
- Glasseramik-Kochfeld ET645HE17
- Backofen HB10AB520 (EEK A)\*\*
- Kühlschrank K118RV52 (EEK G)\*\*

Energieeffizienzklasse (EEK) + Spektrum A+++ bis D, \*\* Spektrum A bis G

1) Gilt auf alle Neuaufträge/neugeplanten Einbauküchen. Ausgenommen sind bereits getätigte Aufträge. Abholware, mit Sonderpreis kenntlich gemachte Produkte im Haus und geschützte Markenware wie Interliving®, Bora und smeg. Nicht mit anderen Werbemaßnahmen/-vorteilen kombinierbar.

2) Barzahlungspreis entspricht dem Nettodarlehensbetrag sowie dem Gesamtbetrag. Eff. Jahreszins und gebundener Sollzins entsprechen 0,00% p.a. Bonität vorausgesetzt. Partner ist die TARCO-BANK AG, Kasernenstr. 10, 40213 Düsseldorf. Die Angaben stellen zugleich das 2/3 Beispiel gemäß § 6a Abs. 4 PAngV dar. Finanzierung ab einem Einkaufswert von 500,- €. nicht mit Sofort-Skonto kombinierbar. Unser Finanzierungs-Bsp.: Einbauküche, Barzahlungspreis: 2.999,- €. Gebühren: 0,- €. Anzahlung: 0,- €. = Nettodarlehensbetrag 2.999,- €. monatliche Rate: 83,30 € bei 36 Monaten Laufzeit, Sollzins p.a.: 0,00%, effektiver Jahreszins: 0,00%. Nicht mit anderen Werbemaßnahmen/-vorteilen kombinierbar.

**HOBEL CRANZ SCHÄFER**

**KÜCHEN & EINRICHTEN**

Einrichtungen PARTNER RING

**3x groß in Nordhessen & Thüringen!**

**Standort ROTENBURG** an der Fulda

**Standort BAD HERSFELD** Küchenhaus

**Standort EISENACH**

**Möbel Cranz+Schäfer GmbH**  
Brüder-Grimm-Straße 4  
36199 Rotenburg a.d.F.  
Tel: 06623/410108

**Möbel Cranz+Schäfer GmbH**  
Frankfurter Straße 11  
36251 Bad Hersfeld  
Tel: 06621/6202350

**Möbel Cranz+Schäfer GmbH**  
Altstadtstraße 37  
99817 Eisenach  
Tel: 03691/7563-0

Öffnungszeiten:  
Mo-Fr: 10-19 Uhr + Sa: 10-17 Uhr

Öffnungszeiten:  
Mo-Fr: 10-19 Uhr + Sa: 10-17 Uhr

Öffnungszeiten:  
Mo-Fr: 10-19 Uhr + Sa: 10-18 Uhr

www.cranz-promotion.de

# Wann denn nun?

## Den besten Zeitpunkt für den Gehölzschnitt finden



Wann eine Pflanze zurückgeschnitten wird, hat Einfluss auf ihre Entwicklung.

Sträucher und Bäume wachsen dichter, blühen und fruchten reichlicher, werden sie regelmäßig geschnitten. Doch wann ist dafür der richtige Zeitpunkt gekommen? Profis geben nützliche Tipps.

Die einen tun es noch im Herbst, die anderen im Winter. Mancher schwört auch auf das Frühjahr: Es geht um den Schnitt von Gehölzen. Der richtige Zeitpunkt scheint also nicht gesetzt zu sein. Und nun? Schauen wir doch mal, was für Ihre Pflanzen und Bedürfnisse das Richtige ist.

Zunächst gibt es klare gesetzliche Vorgaben. Nach dem Bundesnaturschutzgesetz ist es nur von Anfang Oktober bis Ende Februar erlaubt, Hecken, lebende Zäune und andere Gehölze zu schneiden und auf den Stock zu setzen. In den übrigen Monaten sind nur schonende Form- und Pflegeschnitte zulässig.

Baumschulgärtner und Landschaftsarchitekt Christof Sandt empfiehlt erst, die Wintermonate zu nutzen. „Im Grunde kann man Gehölze das ganze Jahr hindurch schneiden, ohne dass die Pflanze stirbt. Die beste Zeit für den umfassenden Gehölzschnitt ist aber die Vegetationsruhe von November bis März.“

Anders sieht das Baumschulgärtner und Gartenbauingenieur Hansjörg Haas: „Ich vermeide einen Schnitt von Oktober bis Januar, da die Pflanzen in der Ruhephase sind und Schnittwunden bei tiefem Frost zurücktrocknen. Gerade bei Rosen können so Frostschäden entstehen – und dann haben sie keine ruhigen Reserveknospen mehr für einen Neuaustrieb.“

Haas lichtet zunächst Obstbäume, Beerensträucher und Sommerblüher wie Rosen und Clematis. Ab März folgen empfindliche Gehölze wie Hibiskus, Sommerflieder und Mönchspfeffer sowie Halbsträucher wie Lavendel und Thymian. Im Sommer sind schnittempfindliche Gehölze dran, etwa die Mehrzahl der japanischen Zierahornarten, Aprikose und Pfirsich.

Wann geschnitten wird, hat auch Einfluss auf die Entwicklung der Pflanze. „Im Sommer schneiden wir zur



Nach dem Bundesnaturschutzgesetz ist es von Anfang Oktober bis Ende Februar erlaubt, Hecken, lebende Zäune und andere Gehölze stärker zu schneiden. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Beruhigung, im Frühjahr zur Anregung und Pflege“, erklärt Haas. Wer also Hecken im ausgehenden Winter schneidet, um sie klein zu halten, bewirke damit oftmals das Gegenteil und fördere das Wachstum, so der Baumschulgärtner.

Bei Frühjahrs- und Sommerblühern wie Ranunkelstrauch und Lavendel hat ein leichter Schnitt nach dem ersten Flor einen ähnlichen Effekt. „Je eher ich nach der Blüte schneide, umso mehr Zeit hat die Pflanze für weiteres Wachstum und neue Blütenansätze“, sagt Haas.

Dass Sträucher und Bäume überhaupt geschnitten werden, hat unterschiedliche Gründe. Etwa zur Absicherung, dass nichts abbricht und jemanden verletzt – diese sogenannte Verkehrssicherung ist Pflicht für Gartenbesitzer. Und mit einem Schnitt

kann man auch die Entwicklung vieler Blüten und reichlich süßer Früchte fördern.

Aber: „Doch dass Gehölze überhaupt geschnitten werden müssen, ist ein riesiger Irrglaube. In der Natur gibt es niemanden, der das tut, und trotzdem geht es ihnen gut“, so Sandt. „Mit Zierkirsche, Magnolie, Ahorn und vielen anderen gibt es eine große Zahl von Gehölzen mit Solistenqualität, die überhaupt nicht geschnitten werden sollten.“

Überhaupt ist der Baumschulgärtner der Ansicht: Weniger ist mehr. „Wenn Sie also einen schönen Baum mit Wow-Effekt im Garten haben wollen, dann dürfen Sie ihn nicht verprügeln“, sagt Sandt. „Sondern müssen schlicht nichts machen.“

Auch würden beide Experten – weder Haas noch Sandt – einfach so die Schere anset-

zen: „Bei jedem Schnitt müssen wir ein konkretes Ziel vor Augen haben: Wenn wir möglichst große süße Äpfel ernten wollen, müssen wir den Baum so auslichten, dass die Früchte mehr Licht bekommen“, erklärt Sandt.

Sein Tipp: „Gehen Sie vor dem Schnitt einen Schritt zurück und erfassen Sie in Ruhe die ganze Pflanze. Manchmal hilft es schon, einen dicken Ast herauszunehmen, damit die Krone lichter wird. Arbeiten Sie von groß nach klein.“

Und selbst bei Hecken und Strukturgehölzen wie japanischer Ahorn und Mahonie rät Haas dazu, die Sträucher nicht in eine bestimmte Optik zu zwingen, sondern dem natürlichen Habitus zu folgen. „So kann sich die Pflanze dicht verzweigen und fällt auch bei zu viel Schneedruck nicht auseinander“, so der Garteningenieur. tmn

**Town & Country HAUS** Wunschimobilie Massivbau e.K. Town & Country Lizenz-Partner

152 m<sup>2</sup>  
5-6 Zimmer

Das Stadthaus Flair 152 re inklusive:  
✓ Erdarbeiten und Bodenplatte  
✓ Bauzeitgarantie  
✓ Festpreisgarantie  
✓ Geld-zurück-Garantie  
✓ Baufertigstellungs-Bürgschaft  
✓ Kontrolle durch unabhängigen Baugutachter

**Jetzt informieren!**  
Telefon: 05606 563 147 0  
Musterhaus Habichtswald-Ehlen  
www.wunschimobilie-massivbau.de

**SICHERHEIT**  
gemäß § 3 StBergG  
• Bau-Qualität  
• Bau-Service  
• Bau-Finanzierung

**HAUS** für Sie!

ab **214.050,- €**

www.TC.de

**Steuern? Wir machen das.**

**VLH.** Die Beratungsstellen vor Ort:

36251 Bad Hersfeld, Am Markt 15  
Beratungsstellenleiter Michael Schneider  
☎ 06621/4005261 Termine nach tel. Vereinbarung

36179 Bebra, Ahornweg 2  
Beratungsstellenleiter Michael Schneider  
☎ 06622/915278 Termine nach tel. Vereinbarung

36199 Rotenburg/Braach, Rotenburger Str. 35  
Beratungsstellenleiterin Barbara Ickler  
☎ 06623/919749 Termine nach tel. Vereinbarung. Bei Bedarf Hausbesuche

36199 Rotenburg/Lispenshausen, Am Anger 2  
Beratungsstellenleiterin Heidrun Schnabel  
☎ 06623/9132915 Termine nach tel. Vereinbarung

99837 Dankmarshausen, Weinbergstr. 14  
Beratungsstellenleiterin Birgit Siebert  
☎ 036922/29395 Termine nach tel. Vereinbarung

Wir suchen ständig neue Beratungsstellenleiter/innen  
Bitte bewerben Sie sich telefonisch unter  
06621/4005261 und 06622/915278

**VLH**  
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.  
LOHNSTEUERHILFEVEREIN

www.vlh.de Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

**KüchenJanzen** Lieferung • Montage  
Planung • Beratung  
...alles aus einer Hand

Sandweg 2 | Bad Hersfeld  
Telefon 0 66 21-16 95 30  
www.kuechen-janzen.de

**DICK<sup>Da</sup> automobile**

Fair, unkompliziert und Sofortauszahlung!

www.dick-automobile.de

**... kauft DEIN Auto!**

Für unsere älteren Kunden, die krank oder nicht mobil sind, bieten wir den **Ü60-Service** an. Wir kommen zu dir nach Hause, um dein Auto zu prüfen – unkompliziert und mit fairem Ankaufpreis bei dir vor Ort.

Ruf uns gerne an: +49 (0) 6622 / 91 28 6-17

**Ü60 Service**

Gültig von **Mo., 22.11. bis Sa., 27.11.**

# WIEDERERÖFFNUNG AB MO., 22.11., 7 UHR



Lidl lohnt sich



**Dallmayr prodomo**  
Je 500 g  
1 kg = 6.78

**-51%**

6.99  
**3.39\***



**Kühlung**

**Bresso Frischkäse**  
Versch. Sorten.  
Je 150 g  
100 g = -.53

**-55%**

1.79  
**-.79\***

**Bad Hersfeld**  
Friedloser Straße 19

**Mo. – Sa., 7 – 21 Uhr**



**Unser BROT**

**-50%**

-.79  
**-.39\***

**Apfeltasche**  
Je Apfeltasche



**Blumenkohl**  
Ursprung: Deutschland/  
Spanien/Niederlande/  
Frankreich/Italien  
Klasse I; Je Stück

**AKTION**

**1.29\***



**Bananen**  
kg-Preis

**kg-Preis**

**-.85\***



**QUALITÄT AUS DEUTSCHLAND**

**-20%**

3.99  
**3.19\***

**Metzgerfrisch Frische Putenoberkeule**  
HKL A. Je 1 kg



**QUALITÄT AUS DEUTSCHLAND**

**-25%**

3.99  
**2.89\***

**Metzgerfrisch Schweine-Cordon Bleu/-Schnitzel, paniert**  
Versch. Sorten. Je 500 g; 1 kg = 5.78

\* Dieser Artikel kann aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Artikel in dieser Anzeige sind ausschließlich in der genannten Filiale erhältlich.  
Lidl Dienstleistung GmbH & Co. KG, Bonfelder Str. 2, 74206 Bad Wimpfen • Namen und Anschrift der regional tätigen Unternehmen unter [www.lidl.de/filialsuche](http://www.lidl.de/filialsuche) oder 0800 4353361.

**Logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**Kapuziner Weißbier**  
diverse Sorten, außer Kellerweizen, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 5,10 € Pfand, 1l = 1,30 €

+4er Pack **GRATIS!**

14,99  
**12,99**

Entspricht einem Kastenpreis von 10,83 €

**Paderborner Pilsener\***  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 0,60 €

**-20%**  
**5,99**

**Herzog von Franken Pilsener**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 1l = 1,10 €

**-21%**  
**10,99**

**Mönchshof Weihnachts Bier**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 1l = 1,20 €

**-20%**  
**11,99**

**Krombacher Bier**  
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,20 €

**-20%**  
**11,99**

**Schlappeseppel Specialität**  
Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 1l = 1,82 €

**42,99**  
**11,99**

**Grevensteiner Original**  
Kasten = 16 x 0,5 l, zzgl. 2,78 € Pfand, 1l = 1,62 €

+ Glaskrug **GRATIS!**

**44,99**  
**12,99**

**Hasseröder Premium Pils**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 0,89 €

**-41%**  
**8,88**

**Veldensteiner Vollbier Hells, Kräusen Helles**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,30 €

Beim Kauf von 2 Kästen + 1 Bierweisheiten-Kalender **GRATIS!**

**44,99**  
**12,99**

**top frisch Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 0,58 €

**3,99**  
**3,49**

**Therisien Quelle Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,55 €

Dauerniedrigpreis  
**4,99**

**Adelholzer Mineralwasser**  
Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,61 €

**-27%**  
**5,49**

**Maxi Helles**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,60 €

**Willibecher GRATIS!**

**17,99**  
**15,99**

**RhönSprudel Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,46 €

**-21%**  
**5,49**

**top frisch Apfel-Schorle**  
Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,72 €

**7,99**  
**6,49**

**Bionade**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,33 l, zzgl. 2,46 € Pfand, 1l = 2,02 €

**-20%**  
**7,99**

**Paulaner Spezi**  
koffeinhaltig, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,00 €

**44,99**  
**9,99**

**Niersteiner Rheinhessen**  
diverse Sorten, 1l-Flasche, 1l = 3,49 €

**3,99**  
**3,49**

**Captain Morgan**  
Original Spiced Gold, White Rum, 0,7 l-Flasche, 1l = 12,69 €

**-26%**  
**8,88**

**DirTea Eistee**  
diverse Sorten, 0,5 l-Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 2,58 €

**NEU** im Sortiment!

**1,49**  
**1,29**

**Parliament Vodka**  
38%, 0,7 l-Flasche, 1l = 14,27 €

**44,99**  
**9,99**

**Coca-Cola Kombikiste**  
teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,79 €

**-27%**  
**9,49**

**Jim Beam Whiskey**  
diverse Sorten, 0,7 l-Flasche, 1l = 14,27 €

**-26%**  
**9,99**

**Logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

Folgen Sie uns auf:  
Facebook, Instagram, YouTube

In Ihrer Nähe:  
Heurich GmbH & Co. KG  
Landwehr 20-26  
D-36100 Petersberg

Angebote gültig vom 22.11. – 27.11.2021  
www.logo-getraenke.de

## SERVICE

### Alte Staudenstängel

Für Insekten am Zaun befestigen

Tierschutz ist eine feine Sache - doch nicht jede Idee sorgt automatisch für Begeisterung. Etwa wenn im eigenen Garten welke und braun gewordene Blüten und Stängel von Stauden und Gehölzen über den Winter stehen gelassen werden sollen, um damit Insekten ein Winterquartier und Vögeln Nahrung zu bieten. Die Deutsche Wildtier Stiftung hat dafür aber einen Alternativvorschlag:

Die Pflanzen im Herbst runterschneiden, die Stängel aufbewahren, zuschneiden und einzeln senkrecht oder leicht schräg an sonnigen Stellen an einem Zaun fixieren. So haben die Tiere etwas davon und die Beete sehen trotzdem gepflegt aus.

Viele Tieren brauchen die welken Sommerpflanzen zum Überleben im Winter. Ein paar Beispiele: Wildbienen finden in den dicken Stängeln von Brombeere, Holunder, Distel, Königskerze, Heckenrose, Kletten, Beifuß oder Karde ein Winterquartier. Sie knabbern sich durch das Stängelmark und legen dort auch winzige Bruthöhlen an. In die Reste von Kugeldisteln oder Maggikraut ziehen sich zudem Spinnen und Käfer zurück. Daher rät die Deutsche Wildtier Stiftung nicht nur dazu, die Stängel bis ins Frühjahr hinein stehen zu lassen, sondern sie auch mit einer Gartenschere so anzuschneiden, dass das Mark frei liegt.

tmn



Es ist gut für die Tierwelt, den Rückschnitt von Gehölzen und Stauden lange hinauszuzögern.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

### Essen vorbereiten

Auch im Homeoffice

Eigentlich sollte es gerade im Homeoffice kein Problem sein, sich gesund zu ernähren. Oder? Nur: Die Pause ist meist zu kurz, um was zu kochen. Und schon ist die Tiefkühlpizza im Ofen. Wie geht es besser? Mit Planung und niedrigen Hemmschwellen, sagt Susanne Leitzen von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.

Was sie meint: Obst und Gemüse zum Beispiel vorschneiden oder vorkochen. So lässt es sich während der Arbeit schnell zubereiten. Wer das Essen zum Beispiel am Vorabend schon grob vor-

bereitet, hat am nächsten Heimarbeitsstag eine niedrigere Hemmschwelle, sich in die Küche zu stellen und etwas Gesundes zuzubereiten.

Dabei gilt: Stets realistisch beurteilen, wie viel Zeit einem definitiv zum Kochen bleibt und nicht zu überambitionierte Ziele haben. „Ich würde nicht versuchen, asiatisches Curry mit ganz vielen Schnibbelegen in 15 Minuten unterzubringen“, sagt Leitzen.

„Das führt dazu, dass die Pause verschoben wird - und man dann schnell zu Süßigkeiten greift.“

tmn

Liebe Leser, kaufe Wohnwagen mit/ ohne TÜV, zu fairen Preisen. Bitte alles anbieten. ☎ 0152-54658507

Buchenbrennholz, ofenfertig, trocken, ab 38 €.  
www.brennholzfahrer.de • Tel. 0172 - 5211121

**Treppenlifte**  
Stuhl oder Plattform  
0 6 6 7 0 - 7 2 7  
Lift.EhrhardGmbH.de

Alles anbieten! Liebe Leser: kaufe PKWs zu fairen Preisen. Unfall, auf ohne TÜV, hohe KM. ☎ 0152-54658507

**Alheimer Reisen**

**Weihnachtsmärkte 2021**  
(26-Regeln)

27.11. Würzburg	35,00 €
28.11. Celle	35,00 €
04.12. Lüneburg	40,00 €
05.12. Bidingen	28,00 €
11.12. Goslar-Wernigerode	32,00 €
11.12. Bingen	35,00 €
12.12. Erfurt	25,00 €
12.12. Michelstadt	35,00 €
18.12. Bamberg	35,00 €
19.12. Coburg	35,00 €

„Durchführungsgarantie ab 20 Personen“

**Silvester im Schwabenland**  
30.12.2021-02.01.2022  
p.P. im DZ 399,00 €

Zustieg auch in Bad Hersfeld möglich.

Telefon: 06623 912755  
E-Mail: info@alheimer-reisen.de  
Rotenburg a. d. Fulda

**HAUSMEISTERSERVICE & MONTAGEBAU WEISE**

zuverlässig + pünktlich  
Festpreisgarantie

Hilfe gefällig? Wir sind für Sie da!

**Grünpflege, Hausmeistertätigkeiten, Kleinreparaturen u.v.m.**

Melden Sie sich einfach unter  
0173/8939717.  
Wir freuen uns auf Ihr Anliegen!

**Die NACHT der MUSICALS**  
27.11. BAD HERSFELD Stadthalle  
11.12. + 07.03. FULDA Esperantohalle

Tickets an allen VVK-Stellen + asa-event.de

# Wie bunt dürfen Mieter es treiben?

Weihnachtsdeko: In Wohnung und Mietshaus ist vieles, aber längst nicht alles erlaubt

Spätestens vor dem 1. Advent kramen viele ihre Festtagsdeko hervor und schmücken ihre Wohnung oder ihr Haus mit Lichterketten, Adventsgestecken, blinkenden Rentieren oder leuchtenden Weihnachtsmännern.

Können Mieter sich bei der Weihnachtsdekoration in ihren vier Wänden frei entfalten, gibt es für den festlichen Schmuck draußen die ein oder andere Grenze. Denn Nachbarn müssen es zum Beispiel nicht hinnehmen, dass sie von grell blinkenden Lichtspielen um den Schlaf gebracht werden. Was wo erlaubt ist und was nicht.

**Treppenhaus:** Das Treppenhaus in einem Mehrfamilienhaus zählt zu den Gemeinschaftsräumen. Was dem einen Mieter gefällt, kann den anderen stören. „Es sind also Toleranz und gegenseitige Rücksichtnahme geboten“, sagt Rolf Janßen, Geschäftsführer DMB Mieterschutzverein in Frankfurt am Main.

Generell sollten Mieterinnen und Mieter das Treppenhaus von sperrigen Dekorationen, etwa einem Tannen-

baum, frei halten. „Sie könnten im schlimmsten Fall Fluchtwege versperren“, erklärt Julia Wagner vom Eigentümerverband Haus & Grund Deutschland in Berlin.

Auch Duftkerzen oder Räucherstäbchen sollten Mieter lieber nicht ins Treppenhaus stellen, rät Wagner. Sie könnten die Nachbarn über Gebühr stören. Übliche Dekoration wie etwa ein Kranz an der Haustür, sei aber erlaubt. „Den müssen auch Weihnachtsmuffel dulden“, so Wagner.

**Hausfassade:** Die Hausfassade ist nicht unmittelbarer Bestandteil der Mietsache. „Ein Recht zur Mitbenutzung der Hausfassade besteht daher regelmäßig nicht“, erklärt Rolf Janßen. Daher sollte ein Mieter oder eine Mieterin sowohl den Vermieter oder die Vermieterin als auch die anderen Hausbewohner fragen, ob es gestattet ist, Weihnachtsdeko wie etwa einen kraxelnden Weihnachtsmann an der Hausfassade anzubringen.

Wichtiger Punkt: „Auch wäre hierbei zu beachten, dass keine Beschädigungen an der Fassade, etwa durch Dübellöcher, entstehen“, sagt Janßen. Denn für diese

Beschädigungen müssten Mieter im Zweifel selbst aufkommen.

**Balkon:** Den Innenraum ihres Balkons können Mieterinnen und Mieter ohne weiteres mit einer Lichterkette behängen. „Dies gehört zur üblichen Nutzung der Wohnung“, stellt Julia Wagner klar.

Erst wenn die Beleuchtung zu starke Auswirkungen auf die Nachbarn hat, können Mieterinnen und Mieter - und auch jeder Eigentümer, jede Eigentümerin - gezwungen sein, diese abzumontieren, zu dimmen oder ab einer bestimmten Uhrzeit abzustellen.

„Das hängt regelmäßig davon ab, wie stark der Rest der Umgebung geschmückt und beleuchtet ist, sich die Dekoration also einpasst“, so Wagner. Von Dekorationen, die sich außerhalb der Wohnung etwa am Balkon befinden, darf keine Verletzungsgefahr ausgehen. Sie müssen sicher befestigt sein.

**Wohnungstür/Fenster:** Grundsätzlich dürfen Mieterinnen und Mieter an der Wohnungstür und an den Fenstern der Wohnung Weihnachtsdeko anbringen.



Zu Weihnachten holen viele ihre Lichterketten wieder raus. Doch wer zu viel aufhängt, kann mit dem Licht den Nachbarn um den Schlaf bringen.

FOTO: STEFAN PUCHNER/DPA/DPA-TMN

„Das Anbringen darf nur nicht zu Schäden an Wohnungstür beziehungsweise Fenstern führen“, sagt Rolf Janßen.

**Innerhalb der Wohnung:** Bei der Gestaltung ihrer Wohnung haben Mieterinnen und Mieter großen Spielraum. „Hierzu gehört auch das Anbringen von Weihnachtsde-

ko“, sagt Janßen.

Das Recht des Mieters oder der Mieterin auf individuelle Gestaltungsfreiheit finde seine Grenzen, wenn die Gefahr besteht, dass die Wohnung durch die Nutzung Schaden erleidet. So ist etwa bei der Dekoration von Weihnachtsbäumen zu beachten, dass durch den Einsatz von Wunderkerzen eine erhöhte

Brandgefahr bestehen kann.

Was immer gilt: „Sicherheit geht vor Besinnlichkeit“, sagt Jutta Hartmann vom Deutschen Mieterbund. Wer mit offenem Feuer hantiert, sollte nicht zuletzt im eigenen Interesse achtsam sein. Feuerlöscher und Wassereimer sind idealerweise für solche Fälle stets griffbereit.

tmn



Wer riesige Deko auf dem Balkon aufstellt, muss dafür sorgen, dass sie gut gesichert ist.

FOTO: ANDREA WARNECKE/DPA-TMN

**MVZ** | Hersfeld-Rotenburg  
**Neu ab 22.11.**

**Dr. Mohamed Rashad**  
 Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

**Sprechstunde**  
 Mo-Do: 7:30-17:00 Uhr  
 Fr: 7:30-11:30 Uhr  
 offene Sprechstunde:  
 täglich 8:30-9:30 Uhr

MVZ Bebra  
 Nürnberger Str. 48-50  
 36179 Bebra  
 Telefon 06621 88-55300

**info@mvz-hef.de**  
**www.mvz-hef-rof.de**

**Regional, zuverlässig, sozial engagiert.**

**www.persch-die-kueche.de**

**Erfahrung & Kreativität: Qualität.**

**Peter Persch ... die Küche!**

Donnershag 4 · 36205 Sontra · Telefon 0 56 53 91 94 90

**Aus einer Hand: Beratung | Verkauf | Verlegung**

**Wir realisieren Ihren Fußboden Traum!**

**über 300 Muster-Fußböden**

**Siebert HOLZMARKT**

Industriestraße 16 | 36088 Hünfeld  
 Tel.: (0 66 52) 96 16-0  
 Mail: holzmarkt@siebert-huenfeld.de  
**www.siebert-huenfeld.de**

**Öffnungszeiten:**  
 Mo. - Fr. 8:00 - 18:00 Uhr  
 Sa. 8:00 - 14:00 Uhr

**Unsere Fußboden-Spezialisten:**  
 Andreas Kött  
 Stefan Guttermann

## Hut ab!

Was bei fliegenden Haaren hilft

Im Winter sind die Haare tendenziell trockener als zu anderen Jahreszeiten und laden sich deshalb eher elektrostatisch auf.

Die Folge: „Fliegende Haare“ insbesondere bei trockener Heizungsluft oder beim Auf- und Abziehen von Mützen, erklärt der Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel (IKW).

Gegen die trockenen Haare helfen Pflegeprodukte, die rückfettende Substanzen enthalten und die laut IKW auch der dann ebenfalls unter Trockenheit leidenden Kopfhaut gut tun sollen. Darüber hinaus verbessere etwa der Zu-



**Im Herbst und Winter** fliegen die Haare nicht nur im Wind, auch durch die Reibung und die dadurch ausgelöste elektrostatische Aufladung beim Auf- und Absetzen der Mütze.

satz Panthenol in Shampoos und Conditionern das Vermögen der Haare, Feuchtigkeit besser zu halten.

Ein weiterer Tipp: Kuren fürs Haar, die man unter einem Handtuch über mehrere Minuten auf das Haar einwirken lässt.

Alternativ gibt es Tuchmasken, also mit Wirkstoffen getränkte Vliese zum Auflegen auf das Haar. Wer besonders unter trockener Kopfhaut leidet, dem empfiehlt der Verband Haarwasser. Und da das Föhnen die Haare zusätzlich austrocknen kann, sollte man den Haartrockner etwas kühler einstellen.

Wer sich gestresst und ausgezehrt fühlt, findet durch Yoga womöglich den notwendigen Ausgleich. Es sei mehr als nur ein Work-out, sagt Personal Trainerin und Buchautorin Uschi Moriabadi. „Yoga ist eine ganzheitliche Methode, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.“

Körperübungen, Asanas genannt, bringen nach ihren Worten die Muskel- und Knochenstrukturen in Einklang, fördern etwa den Blutkreislauf und harmonisierten das Nervensystem. Auch intensive Atemübungen, Pranayama genannt, können Teil der Yogastunde sein. Ebenso wie



**Ganz schön beweglich:** Yoga kann körperlich fordernd sein.

FOTO: MONIQUE WÜSTENHAGEN/DPA-TMN

Mediation: Sie bringe zusätzlich Klarheit im Geist und innere Zufriedenheit, erklärt die Dozentin der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement in Saarbücken. Durch die Konzentration auf die Übungen lasse sich Stress abbauen und zur Entspannung beitragen. Das könne helfen, gesünder, ausgeglichener und glücklicher in dem gegenwärtigen Moment zu leben. Wichtig ist, sich vor der ersten Yoga-Einheit gegebenenfalls ärztlichen Rat einzuholen. Das gilt insbesondere für Menschen mit chronischen Erkrankungen.

Trauer wird aus Liebe gemacht.

Du bist nicht mehr hier,  
Dein Platz ist leer,  
aber Du hast einen festen Platz  
in unseren Herzen.

## HELGA KIEFER

geb. Link  
\* 1. 2. 1944 † 7. 11. 2021

In Liebe  
Deine Kinder  
Helmut und Ute Kiefer  
Matthias und Petra Kiefer  
Sabine und Ulwe Kondziella

Deine Enkel und Urenkel  
Stephanie und Daniel mit Luke  
Julia und Florian mit Lina und Lotta  
Laura und Alexander  
Moritz und Lisa  
Ronja und Luca  
sowie alle Angehörigen

Deine Schwestern  
Hilde und Edith mit Familie

Widdershausen und Philippsthal, den 20. November 2021

Die Trauerfeier mit anschließender Beisetzung findet am Samstag, dem 27. November 2021, um 14.30 Uhr auf dem Friedhof in Widdershausen statt.

Für bereits erwiesene und zuge dachte Anteilnahme danken wir ganz herzlich.

*Alles was schön ist,  
bleibt schön,  
auch wenn es wehkt.*

*Und unsere Liebe  
bleibt Liebe,  
auch wenn wir sterben.*

*Maxim Gorki*

Begrenzt ist das Leben, doch unendlich die Erinnerung.

## Annemarie Rössing

geb. Sauerwein  
\* 9. 8. 1936 † 31. 10. 2021

Du wirst immer in unseren Herzen bleiben  
Hartmut und Regina  
mit Elena und Dennis und Clara  
Udo und Katja mit Chiara  
Thorsten und Sven

Ludwigsau-Meckbach, den 20. November 2021

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Dienstag, dem 23. November 2021, um 14.00 Uhr in der Friedhofskapelle in Meckbach statt. Von Beileidsbekundungen am Grab sowie von Kranz- und Blumenspenden bitten wir höflichst Abstand zu nehmen.

Für bereits erwiesene und noch zuge dachte Anteilnahme danken wir allen ganz herzlich.

*Wer so gewirkt wie du im Leben,  
wer so erfüllte seine Pflicht  
und stets sein Bestes hergegeben,  
der stirbt auch selbst im Tode nicht.*

Wir nehmen Abschied von unserer lieben Mutter, Schwiegermutter, Oma und Uroma, die friedlich einschlafen durfte.

## Rita Both

\* 01.03.1934 † 12.11.2021

**Im Namen aller Angehörigen:**  
Siegfried und Annette  
Volker  
Angelika und Manfred  
Heike und Werner  
Matthias  
Frank und Angela

Die Beisetzung findet coronabedingt im engsten Familienkreis in Treffurt statt.

Treffurt, November 2021

Menschen,  
die man liebt,  
sind wie Sterne.  
Sie können funkeln  
und leuchten noch  
lange nach ihrem  
Erlöschen.

**Danksagung**

Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei; aber die Liebe ist die größte unter ihnen. Kor. 13, V. 13

## Helmut Busch

\* 20. 9. 1949 † 1. 10. 2021

Überwältigt von der großen Anteilnahme am Tode meines geliebten Mannes und unseres herzenguten Vaters, Schwiegervaters und Opas möchten wir uns sehr herzlich bedanken bei allen lieben Menschen, die Helmut auf seinem letzten Weg begleiteten sowie für die Wertschätzung, die ihm entgegengebracht wurde durch Wort und Schrift, Blumen-, Kranz- und Geldspenden, durch einen Händedruck oder eine stumme Umarmung. Wir bedanken uns bei Herrn Pfarrer Leinweber für seine einfühlsame Ansprache und die würdevolle Gestaltung der Trauerfeier und der späteren Urnenbeisetzung.

Dem Männergesangverein 1881 Asbach e.V. danken wir für die Liedvorträge und die Nachrufe, gesprochen und geschrieben.

Vielen Dank an die Gesamtschule Obersberg für den Nachruf, Herrn Rolf Belz für die Worte im Namen der Camperfreunde, dem Bestattungshaus Großenbach für die hilfreiche Unterstützung, der Organistin Heike März sowie dem Gasthof Herzog und der Gärtnerei Kühn.

**Margot Busch, Tobias und Sabine Busch mit Valentin und Frieda**

Bad Hersfeld-Asbach, im November 2021

Begrenzt ist das Leben, doch unendlich die Erinnerung.

**Herzlichen Dank sagen wir**

- allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und gemeinsam mit uns Abschied nahmen
- allen Verwandten, Freunden, Nachbarn und Bekannten für die stille Umarmung, tröstenden Worte und Geldzuwendungen, die so ihr Mitgefühl und ihre Zuneigung zum Ausdruck gebracht haben
- der Gastroenterologie Ost 4 im Klinikum Bad Hersfeld für die würdevolle Begleitung in schweren Tagen
- der Gemeinschaftspraxis Dr. S. Auel/A. Alles für die jahrelange Betreuung
- Herrn Pfarrer Leinweber für seine tröstenden einfühlsamen Worte und würdige Gestaltung der Trauerfeier
- dem Blumenhaus Serfling für den Blumenschmuck
- dem Bestattungshaus Großenbach für die würdevolle Gestaltung und hilfreiche Unterstützung
- dem Gasthof Herzog für die Ausrichtung des Trauerkaffees.

Es gibt uns Trost, dass er in seinem Leben soviel Zuneigung und Freundschaft erfahren durfte.

Im Namen aller Angehörigen  
Ingrid Kohlhasse  
Matthias Kohlhasse

Bad Hersfeld-Asbach, im November 2021

## Eine Familien-Anzeige

in unserer Zeitung erreicht alle Freunde und Bekannte.

# Vorausplanen

## Früh an ein eigenes Testament denken

Wenn man irgendwann auf sein bisheriges Leben zurückschaut und sich fragt, was nach dem eigenen Tod von einem bleibt, kann das Verfassen eines Testaments dabei helfen, Klarheit zu gewinnen.

Projekte, die dem Erblasser oder der Erblasserin am Herzen liegen, möchte er oder sie vielleicht über die eigene Lebenszeit hinaus weiter unterstützen. Dafür kann im Nachlass neben gelieb-

ten Familienmitgliedern auch eine gemeinnützige Organisation bedacht werden. So ergibt sich die Möglichkeit, über das eigene Ableben hinaus Gutes zu tun.

### Werte vererben

„Studien zufolge kann sich fast jeder Dritte ab 50 Jahren vorstellen, sein Erbe oder einen Teil davon einer gemeinnützigen Organisation zukommen zu lassen“, sagen Experten aus der Region.

Die Bereitschaft dazu hat in den letzten Jahren zugenommen. „Vor allem diejenigen, die keine eigenen Kinder haben, suchen verstärkt nach alternativen Wegen, ihre Werte an die nächste Generation weiterzugeben“, erläutern die Experten. Hinzu kommt der Wunsch, der Gesellschaft etwas zurückzugeben, weil es einem selbst recht gut ergangen ist. Nicht zuletzt möchten Menschen aber auch vermeiden, dass ihr Vermögen an den Staat fällt, wenn es keine Ver-

wandten gibt. Gemeinnützige Organisationen sind per Gesetz von der Erbschaftsteuer befreit. „Das Geld fließt also zu 100 Prozent dem ausgewählten guten Zweck zu“, betonen die Berater.

### Qualitätssiegel sollten beachten werden

Doch wie kann man sichergehen, dass eine Organisation die Gelder auch wirklich so verwendet, wie sie es zu Lebzeiten versprochen hat? Eine seriöse Organisation erkennt man unter anderem daran, dass sie etwa ein offizielles Qualitätssiegel besitzt. In Deutschland tragen beispielsweise 22 Organisationen der Initiative „Prinzip Apfelbaum“ das Siegel „In guten Händen“.

Sie unterwerfen sich nicht nur umfangreichen Prüfungen durch die Behörden, sondern haben sich darüber hinaus zu klaren ethischen Richtlinien verpflichtet. „Dazu gehört eine respektvolle und sorgfältige Beratung, bei der die Interessen und Wünsche der potenziellen Erblasser oberste Priorität haben“, erklären die Berater.



Sich frühzeitig über die Inhalte eines Testamentes Gedanken zu machen, ist nicht verkehrt.

FOTO: JEANETTE DIETL - FOTOLIA

## Qualität kann man erkennen

### Checkliste für Särge – Tipps für die Hinterbliebenen

Um die Qualität eines Sarges zu erkennen, lohnt es sich, genauer hinzusehen und mit dem Hersteller oder Lieferanten über die Herkunft und Verarbeitung sowie die Stabilität des Unterbodens, Umweltfreundlichkeit und Emissionswerte zu sprechen.

Während die Verwendung umweltschädlicher Holzschutzmittel weniger sichtbar ist, sind Wurmfraß, Schwammholz, Rotfäule, faule oder lose Äste, löcherige oder ähnliche undichte sowie sichtbar ausgedübelte Stellen, Risse und offene Fugen mit einem etwas geübten Blick gut zu erkennen.

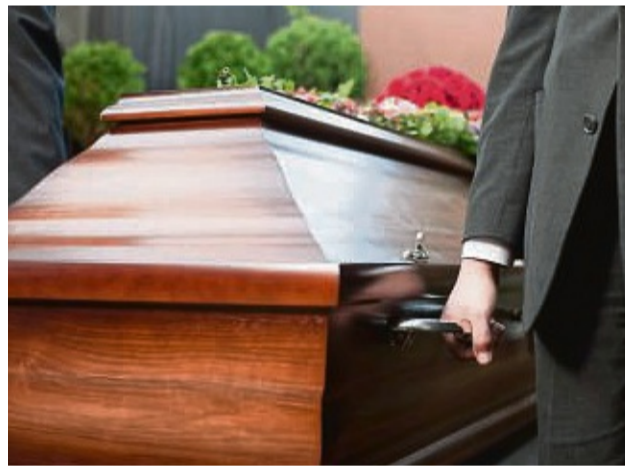
Ein sorgfältig verarbeiteter Sarg ist an der Passgenauigkeit und haptischen Beschaffenheit zu erkennen. Gute Vorarbeit sorgt für eine glatt geschliffene Oberfläche. Nahezu astfreies Holz, das für höherwertige

Särge verwendet wird, oder Furnier weisen eine natürliche Maserung auf. Handwerklich sauber verarbeitetes Furnier ist optisch nur schwer von Massivholz zu unterscheiden.

Bei günstigeren Särgen werden Ast- und Fehlstellen ausgebohrt. Löcher werden mit Pfropfen verschlossen und glattgehobelt. Bei hochwertigen Särgen ist die Oberfläche zudem frei von Verfärbungen wie beispielsweise Bläue.

### Gute Verarbeitung

Ein hochwertiger Sarg zeichnet sich vor allem durch stabiles Holz, einen höheren Produktionsaufwand und die sorgfältige Verarbeitung aus. Er hat meist einen höheren, gekahlten Deckel, Zier- und Deckleisten, sechs statt vier Griffe, eine aufwendigere Lackierung oder Holzmaserung, etc. Hochwertige Särge sind sorgfältig gespachtelt, mit mehr Ein- und An-



Bei der Auswahl des richtigen Sarges helfen die Bestatter aus der Region.

FOTO: PANTHERMEDIA / ARNE TRAUTMANN

bauteilen versehen und sind zumeist insgesamt stabiler, schwerer und größer als preisgünstigere Importware. Unsauber verarbeitete Särge weisen Mängel bei der Holzstärke und/oder Holzfeuchtigkeit auf. Oft sind sparsamer Leimgebrauch bei der Herstellung oder nicht genügend Schusslöcher der Grund für Instabilität. Der Boden kann

losgelöst werden. Im schlimmsten Fall bei der Trauerfeier. Vor allem bei Särgen für korpulentere Verstorbene auf die Verarbeitung des Bodens achten. Um die richtige Entscheidung bei der Sargauswahl zu treffen, beraten die Bestatter aus der Region fachkundig und einfühlsam. Damit sind die verstorbenen Liebsten in besten Händen.

red



Auch Beerdigungsblumen auf einem Sarg können ein wichtiger Bestandteil bei einer Trauerfeier sein.

FOTO: PANTHERMEDIA / PORTOSABBIA

**Ihr Steinmetzmeisterbetrieb für Grabgestaltung und Natursteinarbeiten**

- Grabmale ·
- Urnengrabanlagen ·
- Einfassungen ·
- Arbeitsplatten ·
- Waschtischplatten ·
- Fensterbänke ·
- Naturstieptreppen ·

**Naturstein Schaffert**  
Heinrich Schaffert & Söhne GbR

www.Naturstein-Schaffert.de Alsfelder Straße 18 Tel.: 0 66 21 / 7 31 60  
info@Naturstein-Schaffert.de 36251 Bad Hersfeld-Asbach Fax: 0 66 21 / 7 85 14

**Trauerfeier in der eigenen Kapelle**

**Tag und Nacht erreichbar**

**Bestattungshaus Henniger**  
Bad Hersfeld & Kircheim  
Am Neumarkt 30 · Tel. 0 66 21 - 1 55 15

**Erd-, Feuer- und Seebestattung**

**Erlidigung von Formalitäten**

**Überführungen In- und Ausland**

**Bestattungsvorsorge**

Der Bestatter Mitglied der Innung

**Jederzeit erreichbar:**

seit 1920

**Horchler & Sohn**  
BEBRA

K. HORCHLER & SOHN  
Inh. Manfred Horchler, Bau-Ing., + Christian Horchler, Tischlermeister

Gilfershäuser Str. 9  
36179 Bebra  
☎ 0 66 22 / 74 10 · Fax 53 11  
[www.horchler-sohn.de](http://www.horchler-sohn.de)

*Ihr habt jetzt Trauer, aber ich werde euch wiedersehen und euer Herz wird sich freuen.*

Johannes 16,22

**BESTATTUNGEN Häußler**

Tag & Nacht:  
06621 1 55 35

Unsere Kinder möchten wir später nicht belasten.

Besser rechtzeitig das Notwendige regeln.

Untere Frauenstraße 30 • 36251 Bad Hersfeld

**Der letzte Weg in guten Händen**

**Reinmüller**  
Bestattungen

**Erd-, Feuer-, See und Naturbestattungen**

Philippsthal · Heringen Schenkklengsfeld  
Telefon 0 66 24 / 79 81 Telefon 0 66 29 / 75 15

Bestattungsinstitut **Herbstwind**

bestatten und begleiten

Ziegenhainer Str. 61 | 36272 Niederaula  
Tel. 06625 9159576

Hainstraße 5 | 36251 Bad Hersfeld  
Tel. 06621 5109560

Raiffeisenstraße 5 | 36132 Elterfeld  
Tel. 06672 9180070

Mobil 0160 91607742

Besuchen Sie unser neues Gedenkportal:  
[www.bestattungsinstitut-herbstwind.de](http://www.bestattungsinstitut-herbstwind.de)

Wir suchen für unseren Studienort in **Bad Hersfeld**

## studentische Hilfskräfte (m/w/d)

zur Unterstützung unseres Teams. Gesucht werden motivierte und zuverlässige Studierende ab dem 1. Semester mit **guten Kenntnissen in MS-Office** für folgende Aufgabenbereiche:

- Unterstützung bei Organisation und Betreuung unserer Studierenden und Dozenten während des Semesters und in den vorlesungsfreien Zeiten
- Allgemeine Bürotätigkeiten
- Kommunikation per Telefon
- Pflege der Datenbank
- Unterstützung bei Recherchetätigkeiten
- Unterstützung bei Messeauftritten und Veranstaltungen

### Wir bieten:

- Arbeit in einem tollen Team
- flexible Arbeitszeiten
- flexible Stundenanzahlen
- angemessene Vergütung



Führerschein der Klasse B von Vorteil. Bei Interesse freuen wir uns auf eine aussagekräftige Bewerbung (Lebenslauf + Anschreiben) per E-Mail an Frau Tina Löffler.

StudiumPlus - Campus Hersfeld  
Benno-Schilde-Platz 6  
36251 Bad Hersfeld  
Frau Tina Löffler  
E-Mail: tina.loeffler@studiumplus.de

Telefon: 06621/79432-0  
Internet: www.studiumplus.de  
PERSÖNLICH. PRAXISNAH. PROFESSIONELL.



## Sanacorp

„Immer verlässlich für Nachschub sorgen? Gar nicht so einfach. Aber genau unser Job.“

Sie möchten Teil eines erfolgreichen und zukunftssicheren Unternehmens werden? Dann bewerben Sie sich jetzt als Mitarbeiter

### Wareneingang (m/w/d)

in Teil- oder Vollzeit

### Versanddisponent (m/w/d)

in Teil- oder Vollzeit

### Lagermitarbeiter (m/w/d)

in Teil- oder Vollzeit

### Elektriker/ Haustechnik (m/w/d)

in Vollzeit

Sanacorp zählt zu den führenden Unternehmen im pharmazeutischen Großhandel mit rund 3.000 Mitarbeitern an 18 Standorten in Deutschland. Unsere Kernkompetenz liegt in der schnellen, flächendeckenden und wirtschaftlichen Versorgung der Apotheken mit Arzneimitteln und Gesundheitsprodukten.

Sanacorp Pharmahandel GmbH  
Am Koppelstück 10  
36286 Neuenstein  
www.sanacorp.de/karriere



Gemeinsam für morgen.

Gerhard H.  
Strategischer Einkauf

Ramesh J.  
Kommissionierung



Wer hilft mir beim Schneeräumen in Bad Hersfeld?  
Telefon 06621-71471

Wir suchen Verstärkung für unser Team (m/w/d)

**gelernten Schreiner/Tischler Teilzeit/Vollzeit** für Lackier-, Öl- und Montagearbeiten.

**Pers. od. telef. Bewerbung:**  
Massivholz Treppenbau G. Lochhaas, Industriestr. 8  
36251 Ludwigsau-Friedlos  
06621-916566

Reinigungskräfte mit Erfahrung ab sofort in Teilzeit oder auf 450.- €-Basis für Kundenstandorte in Bad Hersfeld und Bebra gesucht. Mo.-Fr. ab spätem Nachmittag. Leistungen nach Tarif - Zulage je nach Qualifikation. DIW Instandhaltung GmbH Frau Stabley. ☎ 0170-1774572

**Putzhilfe (m/w/d)**

2 Std. wöchentl. für gepfl. 2 Personenhaushalt in Hef-Petersberg gesucht.  
Tel. 01 51/18 96 28 95

Fahrer m/w/d für Personenbeförderung gesucht.  
Jens Marggraf GmbH  
Rotenburg, Tel.: 0 66 23 - 78 40



## AUTO CHECK

Thorsten Eberbeck

Textile Waschstraße | Kfz-Meisterbetrieb Thorsten Eberbeck  
Homburger Straße 122 | 36251 Bad Hersfeld | Tel.: 06621 917333 | Fax: 06621 917335

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams für unsere KFZ-Werkstatt zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

### KFZ-Mechatroniker (m/w/d) in Vollzeit

**Ihr Aufgabengebiet:**

- Durchführung von Inspektionen
- Funktionsprüfungen, Fehlersuche und Diagnostik
- Wartung, Instandhaltung und Reparatur von Kraftfahrzeugen
- Montage (z.B. von Zubehörteilen)

**Sie bringen mit:**

- Eine abgeschlossene Berufsausbildung als Kfz-Mechatroniker/in, Kfz-Elektroniker/in oder Kfz-Mechaniker/in
- Optimal wäre Berufserfahrung
- Führerschein Klasse 3/B
- Fachliche Kompetenz, techn. Verständnis, handw. Geschick
- Zuverlässigkeit und Sorgfältigkeit
- Flexible/r Teampartner/-in mit Verantwortungsbewusstsein

**Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung! Per Post oder E-Mail an: t.eberbeck@gmx.de**

**Mehrmarkenpaket - Transportreparaturen aller Art - HU-DEKRA/AU Unfallinstandsetzung - Klimaanlagenservice - Reifen und Räder - Reparaturfinanzierung Kfz-Elektrik/Motordiagnostik - Inspektion mit Mobilitätsgarantie**

Finden Sie Ihren neuen Traumjob auf [www.klinikum-karriere.de](http://www.klinikum-karriere.de)



**Zur Verstärkung der Notfallaufnahme suchen wir in Teilzeit (19,25 Stunden/Woche) zum nächstmöglichen Termin einen**

### Mitarbeiter (m/w/d) in der administrativen Patientenaufnahme Schwerpunkt Notfallaufnahme

**Ihr Profil**

- Sie verfügen über eine abgeschlossene Ausbildung zur Medizinischen Fachangestellten oder weisen eine vergleichbare Ausbildung vor
- Sie sind bereit im Schichtdienst, sowie an Wochenenden und Feiertagen zu arbeiten
- Sie sind teamfähig und weisen eine gute Kommunikationsfähigkeit vor
- Idealerweise haben Sie Erfahrung in einer Praxis oder im klinischen Bereich

**Das passt zu Ihnen und Sie fühlen sich angesprochen?**  
Dann freuen wir uns auf Ihre Online-Bewerbung über [www.klinikum-karriere.de](http://www.klinikum-karriere.de). Die ausführliche Stellenbeschreibung und alle weiteren Details finden Sie auf unserer Karriereseite oder mittels des QR-Codes.

Für telefonische Rückfragen steht Ihnen unser Bereichsleiter der Patientenaufnahme Herr Marco Hellwig unter der Rufnummer 06621 88 1013 gerne zur Verfügung.



**Klinikum Hersfeld-Rotenburg**  
Klinikum Bad Hersfeld | Klinik am Hainberg | Orthopädie Bad Hersfeld | Herz-Kreislauf-Zentrum Rotenburg | MVZ



## Handy-Queen?

*„Ich will für meine Freunde immer erreichbar sein. Mein neues Smartphone konnte ich mir durch meinen Nebenjob als Sontraer Stadtkurier Zustellerin leisten!“*

© Foto: Benicco - www.fotoalia.com

**Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienst Du Dein Geld an der frischen Luft.**

Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhaft in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich den Heimat-Nachrichten Rotenburg Bebra **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>BAD HERSFELD:</b></li> <li>■ <b>HAUNECK:</b></li> <li>■ <b>HERINGEN:</b></li> <li>■ <b>KIRCHHEIM:</b></li> <li>■ <b>LUDWIGSAU:</b></li> <li>■ <b>NEUENSTEIN:</b></li> <li>■ <b>OBERAULA:</b></li> <li>■ <b>PHILIPPSTHAL:</b></li> <li>■ <b>SCHENKLENGSFELD:</b></li> <li>■ <b>VACHA:</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Beiershausen, Hohe Luft, Johannesberg, Kathus, Kohlhausen, Sorga, Stadt</li> <li>Unterhaun</li> <li>Wölfershausen</li> <li>Gersdorf, Stadt</li> <li>Ersrode, Hainrode</li> <li>Mecklar, Rohrbach</li> <li>Obergeis, Raboldshausen, Untergeis</li> <li>Hausen</li> <li>Stadt</li> <li>Erdmannrode, Stadt</li> <li>Unterweisenborn, Wippershain</li> <li>Stadt</li> </ul>
---	--

**Bewerben Sie sich jetzt:**  
☎ Tel: (0561) 92094-302  
www.top-direkt.de



**DER GEMEINDEVORSTAND DER GEMEINDE RONSHAUSEN**

Bei der Gemeinde Ronshausen ist zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Vollzeitstelle als

### Bauhofmitarbeiter (m/w/d)

zu besetzen.

Den ausführlichen Ausschreibungstext finden Sie auf unserer Internetseite [www.ronshausen.de](http://www.ronshausen.de).

Auf Wunsch senden wir Ihnen den Ausschreibungstext auch gerne zu. Hierzu wenden Sie sich bitte an den

**Gemeindevorstand der Gemeinde Ronshausen, Frau Charline Klauer, Eisenacher Straße 12a, 36217 Ronshausen, Tel.: 06622 923111 oder per E-Mail an [Charline.Klauer@ronshausen.de](mailto:Charline.Klauer@ronshausen.de).**

### Mitarbeiter für die Fleischtheke (m/w/d)

in Teil- oder Vollzeit, ab sofort, 13,50 € Stundenlohn, Urlaubs- und Weihnachtsgeld.

Schriftliche Bewerbungen bitte an:

**Delta Lucas Reinbold GmbH**  
Nürnberger Straße 4 • 34212 Melsungen  
Tel. 05661 3832 • E-Mail: [neukauf.reinbold@gmx.de](mailto:neukauf.reinbold@gmx.de)

**Kreisanzeiger Region Bad Hersfeld**

**Dagmar Schley**  
Philippsthal-Friedewald-Heringen-Hohenroda-Schenklengsfeld  
☎ 06621 / 161-182  
✉ [schley@hersfelder-zeitung.de](mailto:schley@hersfelder-zeitung.de)

Anzeigenschluss:  
**Mittwoch 10 Uhr**




## KREIS ANZEIGER

REGION BAD HERSFELD

# STELLENANGEBOTE



**pappert**  
TÄGLICH FRISCHE VIELFALT

**Wir suchen ab sofort**

Für unsere Fachgeschäfte in Bad Hersfeld:

## • Verkäufer m/w/d

auf Vollzeit, Teilzeit und Minijob

**Das bringst Du mit:**

- Das Talent zum Verkaufen und die Lust an der Beratung.
- Die Freude im Umgang mit Menschen.
- Den Sinn für höchste Sauberkeit und Hygiene.
- Teamfähigkeit und gutes Benehmen.
- Persönlichkeit und eine positive Grundeinstellung.

**Das ist unser Angebot:**

- Sonntagszuschlag, • Preisvorteile auf unsere Produkte.
- Viel Spaß bei der Arbeit in dynamischen Teams.
- Teilnahme an interessanten Schulungsmöglichkeiten.
- Mitarbeiterevents.

**Online Bewerbung:** [www.papperts.de/stellenanzeigen](http://www.papperts.de/stellenanzeigen)  
**Info Telefon:** 06658-960129 oder unter 0160-97333222

## Ableser für Messgeräte (m/w/d) gesucht!

Wir suchen für die Region Rotenburg/Bebra und Bad Hersfeld je eine/n Mitarbeiter/in für die Ablesung von Messgeräten für Wärme und Wasser sowie für die Rauchwarnmelderprüfung. Mit Ihrem PKW sind Sie terminlich flexibel und Sie haben vor allem im Januar ausreichend Zeit für die Tätigkeit. Gerne Rentner mit Grundkenntnissen in der EDV.

Wir freuen uns auf Ihre kurze Bewerbung  
– bitte ausschließlich per E-Mail – an: [info@olms-hef.de](mailto:info@olms-hef.de)

Michael Olms  
Am Schwingstock 7  
36251 Bad Hersfeld  
[www.olms-hef.de](http://www.olms-hef.de)



Olms Messgeräte  
und Dienstleistungen

## Zeit, dass sich was dreht!

Wir suchen ab sofort

### Kfz-Mechatroniker m/w/d

im Bereich PKW / LKW

Eine ausführliche Stellenbeschreibung  
und alle betrieblichen Leistungen  
gibt es hier:

[www.guenther-energie.de/karriere](http://www.guenther-energie.de/karriere)



Zur Verstärkung unseres Teams  
suchen wir

### Koch/Köchin m/w/d

in Teilzeit  
oder geringfügige Beschäftigung

### Küchenhilfe m/w/d

in Teilzeit  
oder geringfügige Beschäftigung

### Servicekraft m/w/d

in Teilzeit  
oder geringfügige Beschäftigung.

Bewerbung gerne per Mail an  
[landgasthof-hotel-will@t-online.de](mailto:landgasthof-hotel-will@t-online.de)  
oder telefonisch unter 06621-15344

Zur Verstärkung unseres Teams  
suchen wir ab sofort

### MFA m/w/d

in Teilzeit oder Vollzeit

– gerne auch Quereinsteiger –

Wir freuen uns über Ihre  
schriftliche Bewerbung an

### Hausarztzentrum Grebenu

Lauterbacher Straße 18  
36323 Grebenu



Sava, 28

- Sicherungsposten (w/m)
- Bediener Warnsysteme (w/m)
- Sicherheitsaufsicht (w/m)
- Bahnerder (w/m)

## umsteigerin

„...abgefahrener Job und ein bahnbrechendes Team!“

beiwirb dich auch!

➤ 06678 919012  
[arbeit@bist-du-bereit.com](mailto:arbeit@bist-du-bereit.com)

**BDL** BAHN  
DIENSTLEISTUNGEN  
LUUDLPH

[www.bist-du-bereit.com](http://www.bist-du-bereit.com)



## H. LEITER Leergut

Mit dem Hauptsitz in 99837 Berka/Werra und weiteren Standorten in Deutschland sind wir ein namhaftes, mittelständiges Unternehmen im Bereich der Leergutlogistik für die Getränkeindustrie. Wir beschäftigen deutschlandweit ca. 500 Mitarbeiter. Die H. Leiter GmbH im Werra-Suhl-Tal OT Berka / Werra sucht für die Bewältigung der Herausforderungen unserer Zeit:

- **Stellvertr. Technischen Leiter (w/m/d)**
- **Werkstattleiter (w/m/d)**
- **Elektriker/Elektroniker & Schlosser für die Instandhaltung (w/m/d)**
- **IT-Generalisten (w/m/d)**
- **Teamleiter Produktion (w/m/d)**

Detaillierte Informationen erhalten Sie unter:  
[www.leergutleiter.com](http://www.leergutleiter.com)

**Wir bieten:**

- Raum für kreatives Arbeiten und Eigeninitiative
- Innovative, sichere Arbeitsplätze mit Eigenverantwortung
- Möglichkeiten der beruflichen Weiterbildung und Weiterentwicklung
- Leistungsgerechte Bezahlung

Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen (Lebenslauf, Zeugnisse, Nachweis über bisherige Tätigkeit) richten Sie bitte kurzfristig an: H. Leiter GmbH, z. Hd. Frau Sabine Schmidt, Wildecker Str. 1 - 5, 99837 Werra-Suhl-Tal OT Berka/Werra, oder per E-Mail an: [s.schmidt@leergutleiter.de](mailto:s.schmidt@leergutleiter.de).

Für Rückfragen steht Ihnen Frau Sabine Schmidt, Tel. 036 922 / 222 160 zur Verfügung.

Ergänzen Sie unser Team in 36289 Friedewald.

**Wir suchen Mitarbeiter (m/w/d) für unseren Abschlepp- und Pannendienst in Voll- und Teilzeit.**

Führerscheinklasse C/CE erforderlich.

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung unter 06674 919515.

**Abschleppdienst Deiseroth - Im Gewerbegebiet 9 - 36289 Friedewald**



## Handy-Queen?

„Ich will für meine Freunde immer erreichbar sein. Mein neues Smartphone konnte ich mir durch meinen Nebenjob als Sontraer Stadtkurier Zustellerin leisten!“

**Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienst Du Dein Geld an der frischen Luft.**

Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhaft in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich den Heimat-Nachrichten Rotenburg Bebra **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

■ <b>ALHEIM:</b>	<b>Licherode</b>
■ <b>BEBRA:</b>	<b>Breitenbach</b> (Hersfelder Str.) <b>Solz</b> (Bebraer Str., Berliner Ring) <b>Stadt</b> (Am Bünberg, Am Wasserturm)
■ <b>GERSTUNGEN:</b>	<b>Untersuhl</b> (Untersuhler Str.)
■ <b>NENTERSHAUSEN:</b>	<b>Stadt</b> (Königsberger Str., Unter den Linden)
■ <b>RONSHAUSEN:</b>	<b>Stadt</b> (Eisenacher Str., Kasseler Str.)
■ <b>ROTEBURG:</b>	<b>Braach</b> <b>Lispenshausen</b> (Sängerweg, Tannenweg) <b>Stadt</b> (Borngasse, Im Heienbach)

**Bewerben Sie sich jetzt:**  
☎ (0561) 92094-302  
[www.top-direkt.de](http://www.top-direkt.de)

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
ROTEBURG BEBRA

**TOP DIREKT**

Zeitung lesen – und mitreden können!



**WILLKOMMEN IM BACKSTAGE-BEREICH**

# WO TEAMS IN SCHICHTEN ARBEITEN

**UND ES  
IMMER EINE SCHICHT  
FÜR DICH GIBT**

**Verdiene 12,02 € /Stunde**  
als Versand-/Lagermitarbeiter  
(m/w/d) in **Bad Hersfeld**

**amazon**  
Jetzt bewerben unter  
[amazon.de/bad-hersfeld](http://amazon.de/bad-hersfeld)

# Zum Dahinschmelzen

So gelingt ein Schokokuchen mit Flüssig-Kern

Haben Sie schon mal ein warmes Schokoküchlein gegessen, aus dem nach dem ersten Gabelhappen flüssige Schokosoße fließt? Nein? Dann wird es höchste Zeit. Wir verraten zwei hilfreiche Tricks.

Man sieht sie in Back-Shows oder bekommt sie in edlen Restaurants. Doch wer traut sich schon selbst an Küchlein mit flüssigem Kern? Viel zu groß ist die Sorge, dass das Dessert außen staubtrocken und innen matschig gerät. Dabei braucht es nur ein paar Kniffe und etwas Fingerspitzengefühl, verspricht das Bundeszentrum für Ernährung. Auf was kommt es an?

**Der Über-Nacht-Trick:** Wer den Teig nach seinem persönlichen Schokokuchen-Rezept zubereitet hat, stellt die cremige, glatte Masse über Nacht kalt. Das ist ein wichtiger Schritt, damit der flüssige Kern gelingt.

Keine Idee für ein Schokokuchen-Rezept? Hier eine ganz kurze Anregung: Butter und grob gehackte dunkle Schokolade über einem heißen Wasserbad schmelzen, in schaumiges Eier-Zucker-Gemisch unterrühren und mit Mehl und Kakao vermischen.



Damit das Schokoküchlein mit flüssigem Kern gelingt, muss der cremige Teig zuvor über Nacht in den Kühlschrank.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Am folgenden Tag wird der Teig in ofenfesten Soufflé- oder Muffinförmchen gefüllt, die zuvor ausgefettet und mit Kakao bestäubt wurden. Wer es noch schokoladiger will, gibt etwas Nuss-Nougat-Creme oder ein Stück Schokolade in die Mitte des Küchleins.

**Der Kühl-Trick:** Der Teig kommt noch kühl (wichtig!) in den vorgeheizten Ofen, damit er von außen nach innen backt. Ideal ist es, wenn die

äußere Schicht etwa einen Zentimeter ausgebacken und das Innere noch flüssig ist. Das dauert rund 10 bis 13 Minuten. Drei Minuten können beim Backen eine Ewigkeit sein. Wann ist also der richtige Moment zum Herausnehmen? Beim Abschätzen davon hilft die Fingerprobe. Die Küchlein sollten sich bei leichtem Druck so anfühlen, als ob sie einsacken.

Ist das der Fall, werden die

kleinen Kuchen vorsichtig gestürzt, mit Puderzucker bestäubt und direkt verpackt.

Üppiger wird es mit einer Kugel Eis, einem Klecks Schlagsahne und frischen Beeren. Wer es vegan möchte, ersetzt Butter, Eier und Milch durch Öl und eine pflanzliche Milchalternative. Bei der Schokolade ist wichtig, dass sie einen hohen Kakaoanteil von mindestens 60 Prozent hat.

tmn

# Richtige Topfwahl

Tipps zum Start in die Fondue-Saison

Den Frühjahr und Sommer über lagern Fondue- oder Raclette-Geräte in der Regel im Keller. Sollen sie jetzt wieder für gemütliche Abende zum Einsatz kommen, sollte man vor den ganzen Vorbereitungen in der Küche einen Probelauf einplanen. Das rät Christian Kästl vom Tüv Süd. Denn ältere Geräte verlieren unter Umständen nach einigen Jahren an Heizleistung, begründet der Produktexperte.

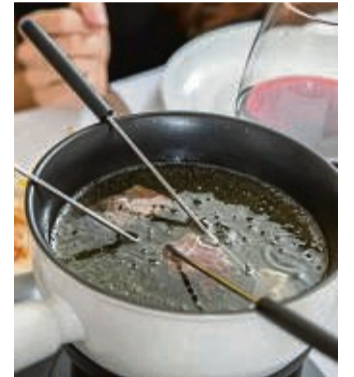
Wer sich dann für einen Neuerwerb entscheidet, muss klären, ob etwa ein Fondue mit Rechoud oder ein Elektro-Fondue angeschafft wird. Welche Art bevorzugt der Experte? „Elektrische Fondues haben die Fonduetöpfe, die mit Rechoud oder Pastenbrenner erhitzt werden, nahezu abgelöst“, so Kästl. Schließlich gehe die strombetriebene Erhitzung geruchsfrei und ohne Zünden von offenem Feuer vorzuziehen. Gerade wenn Kinder mit am Tisch sind, bietet die elektrische Variante mehr Sicherheit. Auch die Hitzeregulierung sei bei Elektro-Fondues in feinen Stufen einstellbar und die Betriebszeit quasi über den ganzen Abend möglich.

Abhängig vom geplanten Einsatz ist auch die Art des Fonduetopfes entscheidend.

So werden für Schokolade und Käse extra Fonduetöpfe angeboten. Es gibt aber auch Kombigeräte. Diese sind allerdings Allzwecklösungen, die möglicherweise ihre Schwächen haben, so der Experte.

So habe Schokolade einen sehr niedrigen Schmelzpunkt, wohingegen Käse mehr Hitze verträgt. Ein Käsefondue im Edeltahltopf sei zwar möglich, gelingt aber besser im Emaille- oder Keramiktopf. Das gilt auch für eine Schokoladenfondue. Wer Fleisch und Gemüse in Brühe oder Fett erhitzen möchte, sei mit einem elektrischen Fondue mit Edeltahltopf gut beraten.

tmn



Vor dem Einsatz nach monatelangem Kellerdasein sollte mit einem Fonduegerät erstmal ein Probelauf gemacht werden.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

## LIMITIERTES UND EXKLUSIVES SONDERMODELL EDITION 20.21



Nur erhältlich bei GÜNTHER CARAVANING in Eichenzell!

## CaraTour EDITION 20.21



- Motorisierung Euro 6d-Final  
Neuer Fiat Ducato Serie 8
- Erhältlich in 2 Grundrissvarianten  
mit hochwertiger Sonderausstattung

Ab 52.490,- €  
Sparen Sie bis zu 7.103,- €

Nur noch wenige Fahrzeuge in 2021 verfügbar!



GÜNTHER CARAVANING GmbH  
Am Eichenzeller Weg 14 | 36124 Eichenzell  
Tel. +49 66 59/9 18 92-0 | info@guenther-caravaning.de  
www.guenther-caravaning.de

## FASZINATION MODELLBAU



- Modellbahnen und Modellautos führender Hersteller
- Umfangreiches Angebot an Zubehör-Artikeln
- Reparatur- und Umbauservice für Modellbahnen
- Anlagenplanung und Anlagenbau
- Bewertung/Ankauf von Modellbahn-Sammlungen
- RC Modelle - Autos, LKW, Flugzeug und Schiffe

Modellbauland Fulda  
36037 Fulda, Kanalstraße 23  
Tel. 0661/21730, modellbahnbohn@t-online.de  
www.mobabohn.de

### Verkauf

Waschmaschine, Herde, Trockner, Gefrierkombi usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE, Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3, 34466 Wolfhagen - Ippinghausen, 05692 - 9939472, Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, SA.: 9-14 Uhr, www.tm-store.de

### Ankauf

**SOFORT ANKAUF**  
**Die Entrümpler aus Hersfeld**  
**Manfred Franz**  
Gut - Schnell - Preiswert vom Boden bis Keller  
Besenrein mit Wertanrechnung.  
**ANKAUF**  
von Omas Möbel - Bildern - Porzellan  
Postkarten - Spielzeug  
i. u. II. Weltkrieg  
Orden - Uniformen  
Helme - Urkunden  
Tel.: 06621 - 13532  
0171 - 5426582

## Immobilienverkauf



### Immobilienankauf

Feld und Wald, auch verpachtet, zu gutem Preis, zu kaufen oder zu pachten gesucht. Telefon 05654-6126 oder 01520-6542490  
E-Mail: claus.ellenberger@gmx.de

### Vermietung

Innenstadt Bebra 65 m², helle freundliche Wohnung, sep. Eingang, EBK, renoviert, sucht adretten Dauermieter für ruhige Hausgemeinschaft, Tel: 0173/2971327

DG-Wohnung in ROF, Mündershäuserstr., 3 ZKB, 61 m², Bad u. Küche neu, Balk., ab 1.12. zu verm., nur m. Mieterselbstauskunft, KM 320,- € + NK ☎ 06623-1621 ab 20 Uhr

Kirchheim-OT: DG, 2 ZKB, 44 m², Bk., EBK, Stellpl. u. Garten, ab 1.1.2022 zu verm., gerne Single o. junges Paar. ☎ 06628-915991 bis Di.

Helle DG-Studiowohnung, ca. 50 m², in HEF-Lappenlied, 400 € + NK, + Kt. an NR zu vermieten. Tel.: 0671/72264 oder 0160/5522663

Bebra, top-Lage, freundliche Büroräume 100 m², suchen geschäftstüchtigen Dauermieter, Kontakt: 0173/2971327

### Mietgesuche

Möchten Sie im Frühjahr 2022 Ihre Wohnung (3-4 ZKB mit Balkon/Terrasse und Garage) oder Ihr Einfamilienhaus in HERINGEN (Stadt) an privat vermieten oder verkaufen? Dann schreiben Sie an die Hersfelder Zeitung, Chiffre 591238A

### Kontakte

Sie (67) BH DD, privat  
01525-787 40 68

## Auto-Verkäufe

## 10.000 € ELEKTROBONUS\*

EXKLUSIVER LEASINGVORTEIL FÜR ADAC MITGLIEDER.



Renault ZOE LIFE R110 Z.E. 40

mtl. 79,- €

Renault ZOE LIFE R110 Z.E. 40, (41-kWh-Batterie) Elektro, 80 kW: Stromverbrauch kombiniert (kWh/100 km): 17,2; CO2-Emissionen: kombiniert 0 g/km; Effizienzklasse A+ (Werte gemäß gesetzl. Messverfahren). Fahrzeugpreis: 25.311,- € inkl. Antriebsbatterie. Finanzierung: Anzahlung 2.490,- € (bereits abgezogen: 6.000 € Bundeszuschuss), Nettodarlehensbetrag 16.821,- €, 24 Monate Laufzeit (23 Raten à 79,- € und Schlussrate 15.324,- €), Gesamtaufleistung 15.000 km, eff. Jahreszins 0,99 %, Sollzinssatz (gebunden) 0,99 %, Gesamtbetrag der Raten 17.141,- €. Gesamtbeitrag inkl. Anzahlung 25.631,- €. Ein Finanzierungsangebot für Privatkunden der Renault Bank, Geschäftsbereich der ROI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstr. 1, 41468 Neuss. Angebot gültig bis 31.12.2021. Abb. zeigt Sonderausstattung.



In Kooperation mit ADAC SE



CarUnion Hess GmbH  
Blaue Liede 1  
36282 Haunack  
Tel.: 06621 5109020

\* Der Elektrobonus i.H.v. insgesamt 10.000 € umfasst 6.000 € Bundeszuschuss sowie 4.000 € Renault-Anteil gemäß den Förderrichtlinien des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie (BMWi) zum Absatz von elektrisch betriebenen Fahrzeugen. Die Auszahlung des Bundeszuschusses erfolgt erst nach positivem Bescheid des von Ihnen gestellten Antrags bei der BAFA: diese Beträge sind bereits in die Anzahlung einkalkuliert. Ein Rechtsanspruch besteht nicht. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

## Autoanzeigen

### An und Verkauf Gebrauchtwagen Automobile Katzwedel

Am Goldbach 5 36284 Hohenroda-Ransbach

### Felix Katzwedel

Tel. 0176 10567266  
automobilekatzwedel@gmx.de

https://home.mobile.de/automobilekatzwedel

## Auto-Ankäufe

€ Auto für Export gesucht. Zahle über Wert. Kaufe alle Kfz, Diesel u. Benzin, auch mit Motorschaden. TÜV/km Stand egal. 0157-570 178 22

Wir kaufen dein Altkfz  
M. Reil • Bebra • 06622/919991

Suche alle Gebrauchtwagen Export/Import  
Tel. 06622/917387 o. 0173/5913502

## Kundendienst

### Hausgeräte Kundendienst

ELEKTRO-GREGOR  
Im Gewerbegebiet 3  
36284 Friedewald  
Telefon: 06674-535

## Landwirtschaft & Forsten

1A Buche ab 39,- € ☎ 0152-28000388  
www.brennholzhandel-vey.de

## Musiker/Künstler

Lassen Sie sich verzaubern...Zauber-Show für Ihr nächstes Event: www.firemagic.show  
Telefon 0 66 57 - 91 83 71 7

## Bekanntschaffen

Polizeihauptkommissar in Pension, 76 J., verw., gepflegt, charmant, gut situiert, jung geblieben, vielseitig int. u. absolut kein Langweiler. Möchte nach schwerer Zeit wieder glücklich sein. Schöne gemeinsame Unternehmungen, nette Gespräche usw., darauf freue ich mich. PV, Anruf und Vermittlung garantiert kostenlos Tel. 0800-2886445

Ladies.de  
Neu Cornberg! 461 • rothaarig  
zärtl. GABY  
0160-95601080

NEU in CORNBERG! 46 Jahre • rothaarig  
zärtliche GABY  
0160-95601080 • www.ladies.de

Freundschaft! Witwe, 71 J. sucht nette Freundin für eine wirklich gute Freundschaft im Raum HEF-ROF. Zuschriften unter 591243 z