

Neues Bad = neues Lebensgefühl

Besuchen Sie unsere Ausstellung

ULLRICH
DIE BADGESTALTER

www.ullrich-bebra.de
Wiesenweg 5 · Bebra · Telefon 0 66 22 92 99-0

HEIMAT NACHRICHTEN

ROTENBURG
BEBRA

Schöne Überdachungen

Vollholz Viereck GmbH
05664 930341 | www.vollholz-viereck.de

isofloc

Versehrte im KKH
Flüchtlinge aus der Ukraine werden versorgt.



Von Riesen und Wichteln
Geschichtsvereine präsentieren neues Buch.



Neue Musik
Shiregreen mit frischer Musik.



42. Jhg. ■ Nr. 13

26. März 2022

Treppen-Lifte
06670-727
Lift.EhrhardGmbH.de

Notunterkünfte für Flüchtlinge

Räumlichkeiten in Bad Hersfeld und Obersuhl eingerichtet

...weils bequemer geht!
Modisch bequeme Schuhe mit Fußbett und für lose Einlagen.

Schuh Schmidt
Bad Hersfeld · Enge Gasse 1



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

Mit gesunden Füßen macht der Oster Spaziergang mehr Freude.

Fußwerk



Orte, um zur Ruhe zu kommen: Der Landkreis hat im Obersuhler Bürgerhaus (links) und in den Räumlichkeiten des früheren Jobcenters zwei Notunterkünfte für Kriegsflüchtlinge eingerichtet.

FOTOS: SES, ZAC

Hersfeld-Rotenburg – Immer mehr Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine suchen auch im Kreis Hersfeld-Rotenburg Schutz. Inzwischen sind rund 900 Kriegsflüchtlinge aus dem osteuropäischen Land im Kreis gemeldet. Nun hat der Landkreis zwei Notunterkünfte mit Feldbetten in Bad Hersfeld und Wildeck mit 150 Plätzen geschaffen.

„Unser Ziel ist es, den Menschen unmittelbar und sofort zu helfen“, sagt der Erste Kreisbeigeordnete Dirk Noll. Die Räumlichkeiten im ehemaligen Jobcenter des Landkreises in Bad Hersfeld (100 Plätze) und im Bürgerhaus in Obersuhl (50) seien allerdings tatsächlich reine Notunterkünfte, die als kurze Zwischenstation dienen.

„Sie bieten uns ein Zeitfenster, das wir brauchen, um die Flüchtlinge weiterzuvermitteln“, erklärt Frank Hildebrand, Leiter des Fachdienstes Migration und Asyl.

So werden die mit dem Bus ankommenden Menschen in der Notunterkunft registriert, erstversorgt und können sich erst einmal ausruhen. Von dort sollen sie dann schnellstmöglich weitervermittelt werden.

Der Landkreis habe eine Liste mit Wohnangeboten und stehe im persönlichen Kontakt mit den Vermietern, sagt Hildebrand. So seien im Vorfeld bereits alle Informationen mit potenziellen Gastfamilien abgesprochen, damit die Menschen aus der

Ukraine schnell eine Bleibe bekommen. Bisher funktioniert dieser Ansatz gut.

Am Dienstagmittag ist nach Angaben der HNA und der Hersfelder Zeitung der erste Bus mit 47 vom Land zugewiesenen Geflüchteten aus der hessischen Erstaufnahmeeinrichtung Gießen am Obersuhler Bürgerhaus angekommen. Im Vorfeld habe der Landkreis die Schutzsuchenden privat vermittelt, sagt Hildebrand. Nach der Ankunft seien die meisten deshalb direkt von ihren

Gastfamilien abgeholt worden.

Wie viele Ukrainer – meist Frauen, Kinder und ältere Männer – tatsächlich schon in Hersfeld-Rotenburg weilen, ist unklar. Die Tendenz sei aber weiterhin stark steigend, heißt es aus dem Landratsamt. „Bislang sind nahezu alle geflüchteten Personen aus der Ukraine hier im Kreis privat oder auf private Initiative untergekommen“, berichtet Frank Hildebrand. Doch auch bei noch größeren Zuweisungszahlen sei der Landkreis vorbereitet. Dann könnten kurzfristig weitere größere Notunterkünfte geschaffen werden.

Hildebrand: „Wir haben zwar eine recht große Liste mit Wohnangeboten, suchen aber dringend weiter nach Wohnungen.“ Kontakt zum Landkreis: Tel. 0 66 21 / 87 43 43, migration-asyl@hef-rof.de. Mehr Infos im Internet: hef-rof.de/ukraine.

90 Tage visumsfreier Aufenthalt

Menschen aus der Ukraine dürfen sich, sofern sie über einen biometrischen Pass verfügen, die ersten 90 Tage visumsfrei in Deutschland aufhalten. Sie können bei Freunden, Verwandten, Bekannten, in Hotels oder Pensionen wohnen und jederzeit ihren Aufenthaltsort ändern. „Wir rufen jedoch dazu auf, dass sich die Geflüchteten melden, damit wir einen realistischen Überblick bekommen, wer denn schon alles wo untergekommen ist“, sagt Landrat Torsten Warnecke.

Nadine SCHEER haircouture **feiert mit uns**

Zeit für Veränderung **WIR ZIEHEN UM!**

Am **Do., 31. März | 11 Uhr** eröffnen wir unseren **neuen Salon** in der **Nürnberger Straße 35** in Bebra.

ehemals Schreibwaren Witzel | F2 Fashion

MEHR INFOS UNTER: SCAN ME

nadine-scheer-haircouture.de

OBBI

Fahrrad-Kupplungsträger Thule EuroPower 915

- Robuster Kupplungsträger in Premiummarkenqualität für den sicheren Transport von 2 Fahrrädern
- Passend für Felgenreife: Bis 2,2 Zoll
- Abstand zwischen den Fahrrädern: 25 cm

399,99

OBBI Bad Hersfeld
HEBA Bau- u. Heimwerkermärkte 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

gunther ENERGIE

Heizöle
Jetzt Super-Heizöl

HolzPellets
ENplus-Qualität

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

www.guenther-energie.de

Anzeigenschluss
mittwochs 10 Uhr

<p>SAMSUNG VS15A6032R7 EG Jet 60 pet Cotta Black – Teal Gold</p> <p>Akku-Stielsauger, abnehmbare Handsauger, Behältervolumen 800 ml, Saugleistung: 150 Watt, 3 Leistungsstufen, Betriebszeit bis zu 40 Min., Li-Ionen-Akkusystem, 21,6 Volt, 2 in 1 Kombidüse, Mini Turbodüse, Teleskop-Fugendüse</p> <p>Statt 469,- € nur 260,- €</p>	<p>Tefal HT3108 Schwarz</p> <p>Handmixer, 300 Watt, Turbostufe 2, Knethaken, 2 Rührbesen</p> <p>Statt 44,99 € nur 29,- €</p>	<p>KRUPS F233-70 Ovomat Special Weiß</p> <p>Eierkocher, für bis zu 7 Eier, Messbecher mit Epick, akustische Fertigmeldung</p> <p>Statt 49,99 € nur 29,- €</p>	<p>beurer KS 34 XL Weiß</p> <p>Küchenwaage, digitale Anzeige, Sensor-Touch-Bedienung, Tragkraft bis 15 kg, Zuwiegefunktion</p> <p>Statt 31,99 € nur 19,90 €</p>	<p>MEGASAT HD 650 V4 Schwarz</p> <p>Set-Top-Box, DVB-S, DVB-S2, HD Satelliten-Receiver mit Full-HD-Auflösung</p> <p>Statt 49,99 € nur 39,- €</p>	<p>LANGHELD ELEKTRO-FACHHANDEL</p> <p>Innovativ & kompetent Eigener Kundendienst und Servicewerkstatt</p>
<p>Panasonic TX-65JXW604 Glossy black</p> <p>LED-Fernseher 164 cm, 65 Zoll, 4K Ultra HD, Internet-Zugriff auf Online-Dienste/Web Browser</p> <p>Statt 1.149,- € nur 799,- €</p>	<p>PHILIPS AZ 127/12 Silber</p> <p>Radioplayer, CD-Player, Einzel-Kassetten teil, CD-R/RW, UKW-Empfang</p> <p>Statt 64,99 € nur 49,- €</p>	<p>GRUNDIG DTR 5000 x Schwarz</p> <p>Design Radio, Stereo, RDS, 80 Senderspeicher, Empfang DAB, DAB+, UKW, Internet-Radiowiedergabe, Bluetooth-Audiostreaming</p> <p>Statt 169,- € nur 109,- €</p>	<p>Gigaset E560 Platin</p> <p>Festnetz-Telefon, strahlungsarm, schnurlos, DECT, Hörgerätekompatibel, Notruf-Funktion</p> <p>Statt 79,99 € nur 65,- €</p>	<p>COSO design Comfort C2000 Schwarz</p> <p>Induktions-Kochfeld, 10 Leistungsstufen, Sensor-Touch-Bedienung, 2000 Watt, Booster-Funktion</p> <p>Statt 69,99 € nur 54,- €</p>	
<p>Miele TEC235WP D LW</p> <p>Wärmepumpentrockner, Füllmenge 8 kg, wartungsfreier Wärmetauscher</p> <p>Energieeffizienzklasse A++</p> <p>Statt 899,- € nur 899,- €</p>		<p>Constructa CWF14J01 Weiss</p> <p>Waschmaschine, Füllmenge 7 kg, 7 U/min. max. 1400, Aquestop Schlauch</p> <p>Energieeffizienzklasse D</p> <p>Statt 469,- € nur 379,- €</p>			

Elektrofachhandel Langheld · Wiesenweg 26 · Bebra · Tel. (06622) 4040 · Fax 3037 · Mo.–Fr. 9–18.00 Uhr · Sa. 9–13 Uhr

KKH nimmt Versehrte auf

Taxi Marggraf holte Flüchtlinge ab

Rotenburg – Im Kreiskrankenhaus (KKH) in Rotenburg werden seit dieser Woche Flüchtlinge aus der Ukraine versorgt. Ein Kriegsversehrtenheim aus Lwiw (Lemberg) hatte um Hilfe gebeten, weil dort die Versorgung nicht mehr gewährleistet werden konnte.

Der Kontakt war über Jan Dreher, kaufmännischer Vorstand des KKH-Trägervereins, zustande gekommen. „Für uns war klar, dass wir sofort helfen. Wir haben viele Mitarbeiter aus der Ukraine. Die Hilfsbereitschaft in der Belegschaft ist sehr groß“, sagt Pflegedirektorin Christina Harthausen.

Den drei Rollstuhlfahrern sowie einer Mutter der Kriegsversehrten, die seit früheren Konflikten wie dem Krimkrieg 2015 pflegebedürftig sind, ist eine Flucht auf normalem Weg nicht möglich. Das Taxiunternehmen Marggraf sprang kurzfristig für den Transport ein. Jüngst machten sich Marco Oelling und Seweryn Golment, der



Sie freuen sich, dass sie helfen konnten: von links Marco Oelling und Seweryn Golment vom Taxiunternehmen und der freiwillige Helfer Juri Gershgorin. Das Bild zeigt sie bei der Abfahrt in Rotenburg, wo sie zuvor den für Krankentransporte umgebauten Ford Transit mit Hilfsgütern beladen hatten.

FOTO: MARCO OELLING

auch Polnisch spricht, auf die über 1000 Kilometer lange Fahrt – „meine längste Strecke als Taxifahrer bisher“, sagt Oelling.

Im Gepäck hatten sie auch

medizinische Hilfsgüter wie Infusionen, Medikamente und Gehstützen, die das Kreiskrankenhaus für das Versehrtenheim zur Verfügung stellt. Als Dritter mit

von der Partie war der Rotenburger Juri Gershgorin, der aus der Ukraine stammt. Ihn hatte die KKH-Mitarbeiterin Olena Miatlik für die Hilfsaktion gewinnen können, auch

zum Dolmetschen. Miatlik hat zur Koordination der Unterstützung für Flüchtlinge eigens den Verein „Ukraine Hilfe- und Kulturverein Bad Hersfeld-Rotenburg“ gegründet. Der Verein hilft zum Beispiel bei der Suche nach Wohnraum.

Olena Miatlik kümmert sich nun auch darum, wo die jungen Männer dauerhaft untergebracht werden können. Das könne möglicherweise eine Reha-Einrichtung sein, erklärt Christina Harthausen. Zunächst musste die Hilfe schnell und unbürokratisch erfolgen – das KKH übernimmt auch die Kosten erstmal.

„Wir sind ein Diakoniekrankenhaus. Es ist unsere Pflicht, Menschen zu helfen“, sagt die Pflegedirektorin. Mit im Krankenhaus gesammelten Spenden sind auch schon zwei Transportfahrten mit Hilfsgütern in die Ukraine gegangen. Für eine der Fahrten stellte das KKH sogar einen Mitarbeiter frei.

Die nun aufgenommenen

Flüchtlinge sind wegen früherer Kriegsverletzungen pflegebedürftig. Verletzte aus dem aktuellen Krieg werden im KKH – ebenso wie im Klinikum in Bad Hersfeld – bislang stationär nicht behandelt. „Wir behandeln auch Geflüchtete aus der Ukraine, darunter sind aber keine Kriegsverletzten“, sagt Klinikumsprecher Werner Hampe. Deren Verteilung werde bislang zentral aus Wiesbaden über die überregionalen Traumazentren geregelt.

CZI

FOTO: KREISKRANKENHAUS/NH



Christina Harthausen
Pflegedirektorin

Alles vorbereitet, um zu helfen

Bahnmissionsmission und Tafel unterstützen Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine

Bad Hersfeld – Bisher gab es erst einzelne Nachfragen, doch Silvia Hemel und ihr Team von Bahnmissionsmission und Tafel rechnen damit, dass in den kommenden Wochen deutlich mehr Menschen, die aus der Ukraine geflüchtet sind und nur das Nötigste mitnehmen konnten, um Unterstützung bitten werden.

„Wir sind vorbereitet“, versichert Hemel. So hängen zum Beispiel schon Informationszettel in ukrainischer Sprache neben dem Eingang. Eine Liste mit Telefonnummern, unter denen Neuankommende Hilfe erhalten, soll den Ehrenamtlichen ebenfalls zur Verfügung gestellt werden, sagt Gundula Pohl vom Diakonischen Werk.



In der Kleiderkammer der Bahnmissionsmission sind Helferinnen und Helfer noch sehr willkommen, um Kleidung zu sortieren und auszugeben. Unser Bild zeigt die Ehrenamtlichen Annelie Zulauf (links) und Heike Panzer.

FOTO: CHRISTINE ZACHARIAS

Otmar Hose erinnert sich noch gut daran, dass 2015 viele Flüchtlinge nach ihrer Ankunft in Bad Hersfeld erst ein-

mal zur Bahnmissionsmission kamen. Derzeit ist die Kleiderkammer der Bahnmissionsmission zwar gut gefüllt, doch werde

vor allem noch Kinderkleidung benötigt, sagt Mitarbeiterin Annelie Zulauf. Auch Schuhe und Strümpfe für

Frauen, Männer und Kinder würden gebraucht. Und weil viele Flüchtlinge bei Null anfangen müssten, seien auch Handtücher und Bettwäsche nötig. Die Helfer von der Bahnmissionsmission bitten allerdings darum, Kleiderspenden möglichst während der Öffnungszeiten direkt abzugeben, weil es leider immer wieder vorkomme, dass die Sachen im Container verunreinigt würden, weil dort unerlaubterweise auch Getränkedosen oder Lebensmittelreste entsorgt

würden. „Grundsätzlich gilt: Nur solche Sachen in die Kleiderspende geben, die man selbst noch tragen würde“, betont Gundula Pohl. Oft genug seien leider auch fleckige, zerrissene Sachen im Container.

Die Hersfelder Tafel leistet Flüchtlingen aus der Ukraine ebenfalls unbürokratisch Hilfe, auch wenn sie noch keine Tafel-Berechtigungskarte haben. Auch dort ist derzeit die Nachfrage noch nicht groß, aber wenn sie ansteigt, würden die vorhandenen Lebensmittel eben durch mehr Menschen geteilt, erklärt Silvia Hemel. Bei den Tafeln sei allerdings, möglicherweise infolge von Lieferproblemen und Hamsterkäufen, ein gewisser Rückgang bei den von den Geschäften gespendeten Lebensmitteln bemerkbar, hat Hemel festgestellt.

Dringend benötigt würden zudem ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, vor allem für die Kleiderkammer, aber auch für die Tafel und die Bahnmissionsmission, betont Hemel.

ZAC

Frauenfrühstück zum Thema Herzenswunsch

Philippsthal – Gute Stimmung, gutes Frühstück, guter Vortrag. Herz, was willst du mehr?

Genau darum geht es beim Frauenfrühstück am 2. April in der Kreuzberghalle in Philippsthal. Auf Einladung der Landeskirchlichen Gemeinschaft Werratal spricht Andrea Juhler zum Thema „Lebe deinen Herzenswunsch! – Wenn Frauen aufbrechen“. Andrea Juhler ist deutschlandweit tätig als Referentin für Erwachsenenbildung und arbeitet im Gnadauer Arbeitskreis für Frauen mit.

Um seinen Herzenswunsch zu leben, müsste man ihn erst mal kennen, sagt Juhler. Jede Frau trage in sich die Sehnsucht, eine unsterbliche Liebe zu erleben, einen entscheidenden Beitrag in dieser Welt zu leisten und in ihrer eigenen Schönheit wahrgenommen zu werden. Wie beziehungsweise wer kann diese Sehnsucht stillen? Am Leben der biblischen Hagar können Frauen erleben, was es heißt, aus dem Leben auszubrechen, damit das Leben gelingen kann.

red/zac

Anmeldung per E-Mail unter: FFF@lkg-werratal.de oder auf der Homepage: lkg-werratal.com. Kostenbeitrag: 12 Euro. Das Frühstück für Frauen ist eine überkonfessionelle Veranstaltung über Lebens- und Glaubensfragen und findet unter Einhaltung der aktuellen Corona Regeln statt.



Herausgeber: NHW Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 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@nhw-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 56 61 / 920 940
E-Mail: info@top-direkt.de
Anzeigenpreisliste: Nr. 1a vom 1.1.2022
Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaukleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, mit Angabe 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



SPEZIAL GRUPPENREISEN 2022



HAMBURG MUSICAL - REISEN ab € 219,-
11.-12.06.2022 • 27.-28.08.2022 • 24.-25.09.2022
Eingeschlossene Leistungen: Fahrt in einem modernen ****Reisebus mit WC, Bordküche und Klimaanlage • 1x Übernachtung mit Frühstück im ***Hotel in Hamburg • 1x Musicalkarte für das gebuchte Musical • 1x Orientierungsfahrt mit dem Bus durch Hamburg.
Musicalauswahl: „Der König der Löwen“ • „Die Eiskönigin“ • „Tina Turner“ „Wicked“ • „MAMMA MIA“

BERLIN MUSICAL - REISEN ab € 229,-
„KU'DAMM56“
02.-03.07.2022 • 20.-21.08.2022
Eingeschlossene Leistungen: 1x Fahrt in einem modernen **** Reisebus mit WC, Bordküche und Klimaanlage
1x Übernachtung mit Frühstück im **** Leonardo Royal Hotel in Berlin • 1x Musicalkarte für das Musical Ku'damm 56 • 1x Stadtrundfahrt Berlin • Transferfahrt zum Musical.
Ohne Musicalkarte € 159,-

Breitenstraße 14 • Tel.: 06621 - 63055 • www.solatour.de



Wir suchen Sie!

HNA-PressEZusteller/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

1900 Potenzpillen und 64 Kilo Drogen

Zoll wird bei Kontrolle in Neuensteiner Paketzentrum fündig

Neuenstein – Bei einer groß angelegten Kontrolle in einem Paketzentrum in Neuenstein hat der Zoll jetzt über insgesamt 64 Kilogramm Rauschgift – meist Marihuana – entdeckt und sichergestellt.



Feines Näschen: Zollhündin „Kobra“ erschnüffelte in einem Paket zwölf Kilo Marihuana (im Hintergrund eingeschweißt).

Überwiegend handelte es sich dabei um größere Sendungen. Nicht mitgerechnet sind dabei 170 sogenannte „Kleinfälle“, bei denen geringe Mengen Drogen versandt wurden, teilt Sprecher Michael Bender vom Hauptzollamt aus Gießen mit.

Die Kontrollaktion des Zolls war aufgrund verschiedener sogenannter Risikohinweise anberaumt worden. Gezielt wurden Paketsendungen vor allem aus Spanien aber auch aus Österreich und Ungarn einer intensiven Kontrolle unterzogen. Dabei legten die Zöllnerinnen und Zöllner auch Nachtschichten ein und setzen verstärkt Personal der Kontrolleinheiten aus Kassel und Gießen ein, um möglichst alle Sendungen in Augenschein nehmen zu können. Insgesamt wurden 40 Lkw-Trailer überprüft.

„Die Feststellungen verbotener Dinge im grenzüberschreitenden Post- und Paketversand haben in letzter Zeit deutlich zugenommen. Insbesondere Drogen werden immer wieder mit der Post verschickt“, führt Bender aus.

Dies bestätigte sich dann auch bei der Kontrollaktion. Neben dem Marihuana fischten die Kontrolleure zwei Waffen, erlaubnispflichtige Feuerwerkskörper, einige Gegenstände mit verfassungsfeindlichen Symbolen und schlussendlich noch 1900 Po-

tenzpillen aus den Paketen, die für Empfänger in ganz Deutschland bestimmt waren.

Zur Unterstützung kamen auch Rauschgiftspürhunde zum Einsatz. Zollhündin „Kobra“ erschnüffelte zielsicher ein Paket mit 12 Kilogramm Marihuana und führte die Zöllner so auf die Spur weiterer Sendungen an den gleichen Empfänger. Am Ende wurden 200 Strafverfahren gegen die Empfänger eingeleitet, mit denen die Ermittlungen nun fortgesetzt werden. rey FOTO: ZOLLAMT GIESSEN

Aktion Kunst und Klänge

Veranstalter ziehen positive Bilanz zu Sternenhimmel-Projekt

Rotenburg – Den Sternenhimmel nach Rotenburg zu holen und in der Jakobikirche zu präsentieren, so lautete das Ziel des Projektes Kunst und Klänge, das nun nach fünf Monaten beendet ist.

Der Verein Gemeinsam in Rotenburg war auf den in Nürnberg lebenden Künstler Norbert Nolte aufmerksam geworden, der sich mit vergleichbaren Projekten einen Namen gemacht hat. Folglich beauftragte der Verein den Künstler, Sternenhimmelscheiben für eine Ausstellung zu fertigen. Es sei eine Herausforderung für Nolte und sein Team gewesen, die passenden Scheiben auszuwählen, zu arrangieren und dezent, gleichwohl passend zu beleuchten. Dies gelang und so konnte im Oktober des vergangenen Jahres mit Beteiligung von Kantor Christian Zierenberg und Gitarrist Markus Rahn eine Vernissage gefeiert werden.

In der dunklen und zugleich coronageprägten Jahreszeit sei die Ausstellung für viele Menschen ein Anzie-



Vor den Sternenhimmelscheiben: Pfarrer Michael Dorfschäfer, Vorsitzender Karl-Heinz Lies und Künstler Norbert Nolte. FOTO: MARIANNE NOLTE/INH

hungspunkt und eine Kraftquelle gewesen, teilt der Verein mit. Pfarrer Michael Dorfschäfer integrierte die Ausstellung in die Veranstaltungen des Kirchenjahres wie Seniorennachmittage und Weihnachtsgottesdienste mit unmittelbarem Bezug zum Thema „Sterne“, ein Kunstgottesdienst mit der Tanzgruppe „Saltare in Luna noctis“ und ein musikalischer Abendgottesdienst. Höhepunkt sei das Doppelkonzert von Shiregreen mit „Friedliebenden Liedern“ ge-

wesen. Auch wenn nicht alles wie geplant umgesetzt werden konnte durch die Pandemie, verbuchen sowohl die Evangelische Kirchengemeinde als auch der Verein Gemeinsam in Rotenburg das Projekt als Erfolg. Der persönliche und finanzielle Einsatz hätten sich gelohnt, da die Kirche in Rotenburg regelmäßig von Kunstinteressenten aufgesucht worden seien und auch die durch Künstler Nolte angebotenen Führungen Zuspruch gefunden hätten. red/ebe

Den Winter vom Auto waschen

Verband empfiehlt Frühjahrsputz

Hersfeld-Rotenburg – Die Temperaturen steigen, die Flora beginnt, sich zu entfalten, die Tage werden wieder länger. Wenn das Thermometer in den Nachtstunden Werte im frostfreien Bereich zeigt, ist es Zeit, auch die Fahrzeuge auf die neue Jahreszeit vorzubereiten.

Darauf weist der Bundesverband Tankstellen und Gewerbliche Autowäsche Deutschland e.V. (BTG) hin. Er empfiehlt Autofahrern, sich für ein hoch-

wertiges Wasch- und Pflegeprogramm in einer automatischen Waschanlage zu entscheiden, um alle Fahrzeugoberflächen gründlich von hartnäckigem Winterschmutz und aggressivem Streusalz zu befreien.

Premium-Waschchemie und Premium-Konservierer sorgen dafür, dass tadellose Resultate in puncto Sauberkeit und frischer Lackglanz erzielt werden. Fahrzeuge, die besonders stark verschmutzt sind und zu-

dem im Winterhalbjahr kaum oder lange nicht mehr gewaschen wurden, seien gegebenenfalls mehrmals, mindestens zweimal zu waschen und zu pflegen.

Zu einem sauberen Frühlingsstart gehöre auch, so der BTG, die Reinigung und Pflege der Fahrzeuginnenräume.

Für Autofahrer, die diese Arbeiten selbst erledigen, empfiehlt der Verband, die Staubsauganlagen zu nutzen. red

Impfnachfrage bricht ein

Kaum Interesse an Novavax – Standorte des Kreises bleiben

Hersfeld-Rotenburg – Die Nachfrage nach Corona-Impfungen im Kreis Hersfeld-Rotenburg bricht immer mehr ein. Das belegen Zahlen aus den Hausarztpraxen und den Impfstationen des Landkreises in Bad Hersfeld und Bebra.

Demnach haben sich laut HZ im vergangenen Monat nur noch insgesamt rund 4500 Menschen für einen Pils gegen das Virus entschieden. Zum Vergleich: So viele Spritzen verbrauchten Ärzte und Impfteams im Dezember, zum Start der Booster-Impfungen, innerhalb weniger Tage.

Große Effekte auf die Impfquote hat auch die Einführung des Novavax-Impfstoffs nicht gebracht, dem fünften in der EU zugelassenen Vakzin. Das proteinbasierte Präparat ist seit Anfang des Mo-



Maïke Henning
Leiterin der Impfstationen

nats in den Impfstationen verfügbar. „Wir verzeichnen eine geringe Nachfrage“, sagt Leiterin Maïke Henning. Beide Standorte, im Bebraer „be!“ und im Bad Hersfelder MVZ (Frankfurter Straße 7), sollen allerdings vorerst erhalten bleiben. Sie haben jeweils sieben Tage die Woche, von 11 bis 18 Uhr, geöffnet.

Das soll zumindest im März auch so bleiben, teilt das für die Impfstationen zuständige Klinikum Bad Hersfeld mit. „Sollte die Nachfrage weiterhin gering bleiben, haben wir Optionen wie die Öffnungszeiten anzupassen“, so Klinikumsprecher Werner Hamppe. Ziel sei es jedoch, auch perspektivisch vormittags und nachmittags Impfmöglichkeiten anzubieten.

In den Hausarztpraxen im Landkreis ist Novavax nach Angaben der Kassenärztlichen Vereinigung Hessen (KVH) noch nicht einmal abgerechnet worden. „Vom „Gamechanger“ ist Novavax also weit entfernt“, sagt KVH-Sprecher Karl M. Roth. Insgesamt stagniere die Impfkampagne. Roth: „Wahrscheinlich ist der Teil der Bevölkerung, der sich impfen lassen will, nun geimpft, der restliche Teil will dies wahrscheinlich nicht.“

Die Arbeitsmedizinische Untersuchungsstelle in Bad Hersfeld (AÜst), eine der größten Betriebsarztpraxen der Region, bietet vorerst gar keine Corona-Impfungen mehr an. „Die Nachfrage ist einfach nicht da“, sagt Florian Michl, kaufmännischer Leiter der AÜst. ses

61 Prozent im Landkreis sind geboostert

Nach Angaben von Landkreis, Kassenärztlicher Vereinigung und den Betriebsärzten der AÜst haben 74 Prozent der Kreisbevölkerung mindestens eine Corona-Impfung im Arm (Bundesdurchschnitt: 76,5), 72 Prozent sind zweigepflicht (Deutschland: 75,8). Die erste Booster-Spritze haben 61 Prozent (Deutschland: 58,1), 1190 Menschen waren schon bei der vierten Impfung – also ein Prozent der Kreisbevölkerung. Offizielle Impfstatistiken auf Kreisebene gibt es nicht. ses

Hess
KFZ-MEISTERBETRIEB

ALUFELGE PLATIN P64/69
15 ZOLL AB 69,90 €

Angebot Sommerreifen

FULDA	GOOD YEAR	BRIDGESTONE	MICHELIN	KUMHO
165/70 R14	51,90 €	64,90 €	73,90 €	45,90 €
195/65 R15	56,90 €	64,90 €	76,90 €	52,90 €
205/55 R16	68,90 €	79,90 €	89,90 €	62,90 €
225/45 R17	89,90 €	94,90 €	109,90 €	89,90 €
225/40 R18	99,90 €	104,90 €	124,90 €	104,90 €
225/45 R18	134,90 €	144,90 €	144,90 €	114,90 €
245/45 R18	134,90 €	144,90 €	169,90 €	129,90 €

Weitere Reifengrößen auf Anfrage • Reifenpreis inkl. MwSt. zzgl. Montage

REIFENEINLAGERUNG IN DER 1. SAISON - KOSTENLOS -

WECHSELN & SPAREN SICHERN SIE SICH BEIM KAUF VON 4 REIFEN PRÄMIEN BIS ZU 50,00 €

Hess Kfz-Meisterwerkstatt
www.hess-service.de • werkstatt@hess-service.de

Bad Hersfeld 06621/79955-0
Kirchheim 06625/9248-0
Knüllwald/Remsfeld 05681/2444
Oberaula 06629/249

DEKRA ADAC Mobilitäts-partner

FIS-Hessen
FINANZIERUNG IMMOBILIEN VERSICHERUNG

Wir sind Ihre **Experten** in den Bereichen: **Baufinanzierung, Immobilien und Versicherungen**

FIS-Hessen
Mittelstraße 8 • 36272 Niederaula
Tel. 0 66 25 / 66 89 80 9
info@fis-hessen.com

www.fis-hessen.com

...Wir schlachten noch selbst...
Fleischerei Roth

Kasseler
Kamm & Stiel mit Knochen 100 g **0,69**

Gyrosspieße 100 g **0,99**

Schweineschnitzel
aus der Oberschale 100 g **0,89**

Frische hausmacher Bratwürstchen 100 g **0,75**

ab Dienstag frisch aus dem Rauch

Roths Kartoffelwurst
auch als Würstchen 100 g **0,99**

Schinken- & Jagdwurst, Mortadella 100 g = 1,09
im Portionsdarm, ca. 300 g Stück **3,20**

Blutwurst „Thüringer Art“ 100 g **1,09**

Kochschinken
verschiedene Sorten 100 g **1,59**

Probieren Sie unsere neuen würzigen hausmacher Salami Sorten

Aus der heißen Theke:
Fleischkäsebrötchen Stück **1,70**

Aus unserer Salattheke:
Griechischer Bauernsalat 100 g **0,99**

Diese Angebote, sind gültig vom 28. 3. bis 2. 4. 2022.

Ihr Team von Roth's freut sich auf Ihren Besuch!
Für Druckfehler keine Haftung.

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

Angebote vom 29. 3. bis 2. 4. 2022

Cordon bleu 1 kg **8,99 €**

Kotelett, mager oder durchwachsen 1 kg **6,99 €**

Schinkenspeck 100 g **1,05 €**

Schwartenwurst 100 g **0,89 €**

Pfefferbeißer 100 g **1,09 €**

● Hackschnitzel- und Biomasseheizungen
● Holzzerkleinerungsmaschinen
● Hackschnitzeltransportsysteme

roth

Branchst du einen guten Rat!
Heiz dein Haus mit Heizomat!

Heizen mit einer vollautomatischen Holz-, Biomasse- oder Pelletfeuerungsanlage.

Von 15 kW-1.000 kW

www.Heizomat.de

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

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

Ziegeleistraße 7 | 99880 Waltershausen Tel. 03622-69080

Riesen, Wichtel und weiße Damen

Hersfelder und Eschweger Geschichtsvereine veröffentlichen Buch über Sagen

Bad Hersfeld – Die Stiftsruine in Bad Hersfeld ist nicht nur ein heiliger, geschichtsträchtiger Ort, sondern auch ein sagenhafter. Deshalb lud der Hersfelder Geschichtsverein dorthin ein, um seine neueste Veröffentlichung „Geheimnisvolle Sagen im Land an Fulda und Werra“ vorzustellen, die Dr. Karl Kollmann aus Eschwege und Ingrid Waldeck aus Bad Hersfeld mit Unterstützung ihrer jeweiligen Geschichtsvereine verfasst haben.

Monatlang haben Ingrid Waldeck und Karl Kollmann Sagen zusammengetragen und dabei festgestellt, dass bestimmte Figuren und Themen an vielen verschiedenen Orten auftauchen. Frau Holle, zum Beispiel oder weiße Damen. Der Glaube an Frau Holle wurzelte in den weltweit verbreiteten Vorstellungen der „großen Göttin“, der Mutter Erde, deren Verehrung bis in die Jungsteinzeit zurückverfolgt werden könne, erklären die beiden Autoren, die jeder Themengruppe ein Bild, ein Zitat und ein erklärendes Kapitel vorangestellt haben.

Mit dem Beginn des Ackerbaus und der daraus folgenden Sesshaftigkeit habe eine neue Phase der Menschheits-



Ein sagenhafter Ort: Gemeinsam mit dem Geschichtsverein Eschwege hat der Hersfelder Geschichtsverein ein neues Buch über Sagen aus den beiden Landkreisen herausgebracht. Unser Bild zeigt von links Irmgard Schmidt, Dr. Michael Fleck, Ernst-Heinrich Meidt, Dr. Karl Kollmann, Sebastian Hild, Ingrid Waldeck, Falko Radewald und Marie Luise Bethge.

FOTO: CHRISTINE ZACHARIAS

geschichte begonnen. Das Christentum habe die alten Gottheiten dämonisiert. Auch die weißen Damen sind alte Gottheiten. Sie erscheinen nämlich tagsüber zur Mittagsstunde, nicht etwa nachts zur Geisterstunde. In vielen Sagen triumphiert der neue Glaube über den alten, zum Beispiel bei den Geschichten, in denen Riesen mit Steinen nach Kirchenbaustellen werfen, diese aber

nicht zerstören können. Eine solche Sage gibt es zum Beispiel aus Niedertalhausen.

Sagen seien immer verortet und erinnern an ein historisches Ereignis, eine schlimme Tat oder eine wundersame Hilfe, erläutert Ingrid Waldeck. Die rein historischen Sagen, wurden allerdings in dem Buch nicht berücksichtigt. Sagen wurden mündlich überliefert. Erhalten sind heute jedoch vor al-

lem die Erzählungen aus Gebieten, wo sie gesammelt und schriftlich festgehalten wurden. Karl Kollmann ist überzeugt davon, dass es auch dort, wo heute kaum noch Sagen bekannt sind, es diese Geschichten gegeben hat, dass sie aber eben nicht aufgeschrieben wurden.

Erzählt wurden die Sagen gerne während der Spinnstübchen-Abende, wo sie ausgeschmückt und ergänzt wur-

den und für wohliges Gruseln bei den Zuhörern sorgten.

Sagen von Riesen, Wichteln, weißen Damen oder der wilden Jagd gibt es an vielen Orten. In dem Buch gibt es aber auch einzigartige Geschichten, wie die „Seele am Wagenrad“, für die Karl Kollmann keine weiteren Belege gefunden hat.

Von der Grausamkeit unserer Vorfahren zeugen die Sagen von Bauopfern. In Brücken, Kirchen und anderen wichtigen Gebäuden wurden Kinder, später auch Tiere lebendig eingemauert, um höhere Mächte gnädig zu stimmen. Bei Bauarbeiten in späteren Jahrhunderten wurden dann mitunter Skelette gefunden. Auch in der Stadtkirche von Bad Hersfeld soll ein Kind eingemauert worden sein, erzählt die Sage.

Andere Sagen berichten von verborgenen Schätzen, zum Beispiel unter dem Rotenburger Hausberg und von vielen unheimlichen Gestalten wie dem Mann ohne Kopf bei Asmushausen oder der gläsernen Kutsche zwischen Niedergude und Heinebach.

Das Buch „Geheimnisvolle Sagen im Land an Fulda und Werra“ ist zum Preis von 17,80 Euro im heimischen Buchhandel erhältlich.

Landkreis sucht Übersetzer für Flüchtlinge

Hersfeld-Rotenburg – Rund 400 Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine sind bereits im Kreis Hersfeld-Rotenburg offiziell gemeldet. Um ihnen zu helfen, sucht der Landkreis ab sofort ehrenamtliche Helfer, die Russisch oder Ukrainisch sowie Deutsch sprechen.

„Die Hilfsbereitschaft ist riesig“, sagt Frank Hildebrand, Fachdienstleiter Migration Asyl. „Aber was wir dringend noch mehr brauchen, sind Sprachmittler im Alltag.“ Es gehe darum, heißt es in einer Pressemitteilung, den aus der Ukraine geflüchteten Menschen schnell und unkompliziert zu helfen. Dazu gehörten Übersetzungshilfe bei Behördengängen und beim Ausfüllen von Formularen.

Wer helfen möchte, kann sich beim Fachdienst Migration Asyl melden: migration-asyl@hef-rof.de, Tel. 0 66 21/ 87 43 43.

Der Landkreis benötigt dabei Angaben zur Sprache und zum Sprachniveau sowie darüber, ob jemand mündlich oder schriftlich helfen könne. Benötigt werden auch Angaben zu möglichen Arbeitszeiten sowie Kontaktdaten und Wohnort, um Wege zum Übersetzungstermin möglichst kurz zu halten.

Mehr Informationen gibt es unter hef-rof.de/ukraine. ses

Gesundheitsamt wirbt für Impfung

Impfstationen im MVZ und im Bebraer Einkaufszentrum

Hersfeld-Rotenburg – Angesichts der seit Tagen stagnierenden Impfkampagne im Kreis Hersfeld-Rotenburg ruft Adelheid Merle, Leiterin des Gesundheitsamts, dazu auf, sich gegen das Coronavirus impfen zu lassen und sich auch eine Auffrischungsimpfung zu holen. „Die Impfung ist und bleibt der einzige Weg aus der Pandemie.

Daher appelliere ich an alle: Bitte lassen Sie sich impfen! Unsere Impfstationen sind nach wie vor gut mit Impfstoff ausgestattet“, so Merle.

Sie verweist darauf, dass sich alle Personen ab fünf Jahren impfen lassen können, „auch aus der Ukraine geflüchtete Personen“. Das Klinikum betreibt im Auftrag

des Landkreises seit Anfang März zwei Impfstationen: im Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ), Frankfurter Straße 7, Bad Hersfeld, und im Bebraer Einkaufszentrum „bel“, Nürnberger Straße 43-47. Sie haben jeweils sieben Tage die Woche, von 11 bis 18 Uhr, geöffnet. Mehr Infos: impfen-hef-rof.de. red/ses

Bad Hersfeld geht ein Licht auf

Projekt zur Straßenbeleuchtung gewinnt Smart-City-Preis

Bad Hersfeld – Das Projekt „Light as a service“ in Bad Hersfeld ist als ein Gewinner des Smart-50-Awards gekürt worden.

Der Smart-50-Award der international bekannten Organisation „Smart Cities Connect“ wird jährlich für weltweite, innovative Smart-City-Projekte verliehen, heißt es dazu.

Das Projekt „Light as a service“ wird in Zusammenarbeit mit [ui] urban institute, der Deutschen Bank und Microsoft für die Bürger der Stadt Bad Hersfeld umgesetzt.

„Nur zwei europäische Projekte haben es in die Endauswahl geschafft, nur eines stammt aus Deutschland – unseres“, freut sich Bürgermeister Thomas Fehling über die Auszeichnung.

Ziel des Bad Hersfelder Pilotprojektes sei es, neue Wege für eine zukünftige Straßenbeleuchtung zu erproben und umsetzen. Die sich zum Teil widersprechenden Anforderungen an die Lichtgestaltung im öffentlichen

Raum, wie Kosteneinsparungen, Energieeffizienz, Verkehrssicherheit, Insektenfreundlichkeit oder Klimaschutz, sollen besser als bisher „unter einen Hut“ gebracht werden, so Fehling (wir berichteten).

Dazu gehören Leuchten der neuesten Generation, die dauerhaft in Bad Hersfeld aufgestellt werden. Dabei werde auf eine intelligente digitale Lichtsteuerung gesetzt, die mithilfe von Sensoren und künstlicher Intelligenz ein- und dieselbe Leuchtpalette für ganz unterschiedliche Einsatzbereiche fit machen will.

„Wir brauchen in Wohngebieten oder in naturnahen Außenbereichen der Stadt ganz anderes Licht als etwa auf unseren Hauptverkehrsstraßen. Wenn wir mit dem Projekt Möglichkeiten schaffen können, zukünftig Licht besser in der notwendigen Helligkeit und Farbtemperatur, witterungsbedingt oder jahreszeitlich angepasst an den Standorten zu steuern, wäre das nicht nur qualitativ

eine Verbesserung, sondern auch wirtschaftlich sehr interessant“, erklärt Fehling. Da das Bad Hersfelder Pilotprojekt „weltweit Neuland betritt“, ist es für Fehling kein Widerspruch, dass das hiesige Vorhaben schon jetzt ausgezeichnet wird – obwohl es noch nicht abgeschlossen ist.

„Wenn wir auch noch nicht alle Antworten kennen, verbinden wir mit dem Smart-50-Award doch die Bestätigung durch andere Experten, dass wir zumindest die richtigen Fragen zur Straßenbeleuchtung der Zukunft gestellt haben. Unsere Resultate aus den letzten Monaten machen uns zuversichtlich, dass in dem Thema wirklich noch einiges zu holen ist,“ so Fehling.

Das Projekt zur Straßenbeleuchtung wird seit Juli 2021 umgesetzt und ein Jahr dauern, um alle witterungsbedingten und jahreszeitlichen Anforderungen an die öffentliche Beleuchtung zu erfassen. Mit den Ergebnissen ist in diesem Sommer zu rechnen. red/rej

WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG
für unsere Brotläden & Cafés in
**Melsungen, Homberg, Remsfeld
& Bad Hersfeld**

Verkäufer/innen
(w/m/d)
in Voll- oder Teilzeit



SCHWÄLMER BROTLADEN
seit 1907

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:
Viehmeier GmbH & Co. KG,
Treysaer Weg 6a, 34630 Gilsberg
Tel. 06696 9618-0 /-15 /-21 & 0174 422 51 13
bewerbung@schwaelmer-brotladen.de
schwaelmer-brotladen.de/wir/jobs



Menüplan/Angebote
vom **28.03.-01.04.2022**
Metzgeria Bebra



• Metzgerei
• Imbiss
• Partyservice

Metzgerei
André Budesheim GmbH,
Nürnberger Straße 39,
36179 Bebra
Tel: 06622 9148885
bebra@budesheims.de

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Hackfleischpizza mit Reis 7,00 €	Rotweingulasch mit Kartoffelrösti und Blattsalat 9,00 €	Lachsfilet auf Blattspinat in Sahnesauce mit Bandnudeln 8,50 €	Gekochtes Rindfleisch – gepöckelt – mit Meerrettichsoße und Salzkartoffeln 9,50 €	Schaschliktopf 7,00 €
Menü 2	Gebratene Schupfnudeln mit Rahmwirsing 6,50 €	Vegetarisches Kartoffelgulasch, dazu Blattsalat 7,00 €	Pilzpasta in Sahnesoße mit Blattspinat 7,00 €	Meerrettich-Gemüsepfanne mit Kartoffeln 6,50 €	Quinoa-Gemüsepfanne 6,50 €

Wir starten die Grillsaison! Ab Donnerstag vollfleischige Spareribs für den Smoker mit haus eigenem BBQ-Rub und viele weitere Grillspezialitäten!

Heiße Theke von 6.00 bis 15.00 Uhr, Mittagstisch von 11.00 bis 14.00 Uhr. Alle Gerichte solange der Vorrat reicht.
Das Allergen- und Zusatzstoffverzeichnis liegt für Sie zur Ansicht im Laden bereit.

Kreissängertag wird verschoben

Veranstaltung soll am 22. Juni stattfinden

Bad Hersfeld – Der ursprünglich für Mitte März anberaumte Kreissängertag des Sängerkreises Hersfeld wird verschoben, wie Kreischorleiter Ulli Meiß mitteilt.

Solange die Corona-Situation immer noch angespannt ist, möchten die Verantwortlichen kein Risiko eingehen. Aber ein bisschen Optimismus strahlt der Vorstand dennoch aus. Der 22. Juni gilt als neuer Termin für das zentrale Sängertreffen, zu dem der Sängerkreis die Chöre, wie bisher gehandhabt, anschrei-

ben wird. Und auch perspektivisch ist man optimistisch. Für Februar 2023 ist eine Fortbildung mit dem renommierten Gesangsspezialisten Jan Schumacher terminiert.

Bei Fragen jedweder Art können sich die Chöre jederzeit an die Mitglieder des Vorstands wenden, entweder über die Telefonkanäle oder über die auf der Homepage des Sängerkreises angegebene E-Mail-Adresse des Geschäftsführers.

„Es bleibt zu hoffen, dass sich viele Chöre wieder auf

der Bühne des Sängerkreises und darüber hinaus etablieren“, sagt Ulli Meiß. red/rej



Ulli Meiß
Kreischorleiter Bad Hersfeld

Poesie aus dem Herbst des Lebens

Neue CD „Indian Summer“ von Shiregreen alias Klaus Adamaschek ist da

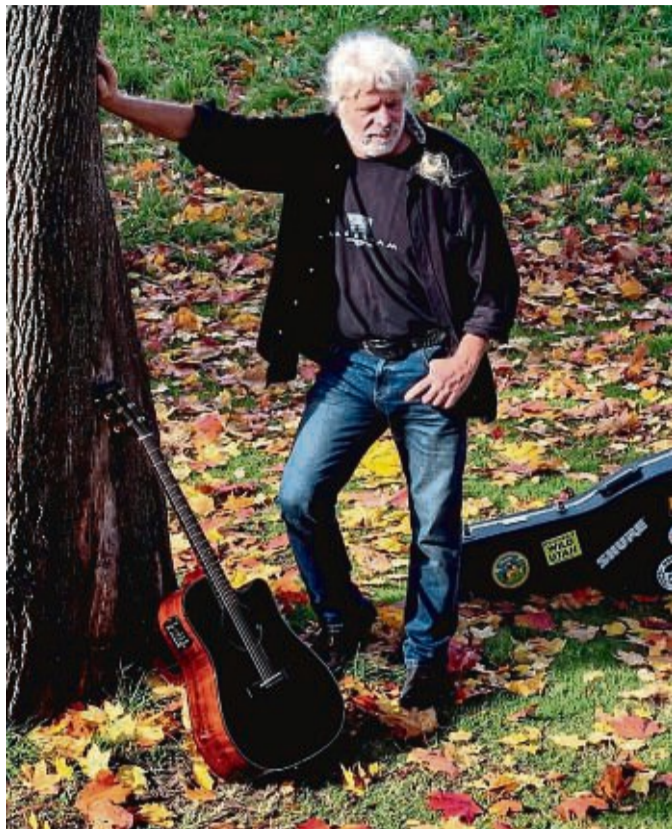
Rotenburg – Es beginnt mit leichten Verfärbungen in den Spitzen. Dann dauert es nicht mehr lang und das einst saftige Grün der Blätter verwandelt sich in ein prasselndes Laub-Feuer: Gelb, Orange, Rot. Der Indian Summer hat begonnen.

„Indian Summer“ heißt auch das neue Album von Shiregreen, das gerstern erschienen ist und „von den Farben und von den Jahreszeiten des Lebens und ein wenig auch von den Jahreszeiten in uns selbst“ erzählt. So beschreibt es Klaus Adamaschek, Frontmann von Shiregreen im Begleitheft der CD. Es ist ein gelungenes Album geworden, so viel steht fest.

Die 16 Songs beschreiben eine sehr klare Idee von Musik. Rückschau, Bestandsaufnahme, Abenteuerlust und auch Neugier. Bemerkenswert ist, wie konsequent reduziert die Stücke wiederklängen.

Viel Platz in den Arrangements schafft eine wesentliche, eine dichte Atmosphäre. Dem narrativen Charakter seiner Stimme und den kleinen, gesungenen Kurzgeschichten von Shiregreen kann man sich schwer entziehen.

Ganz gleich, ob es ums Älterwerden geht („Indian Summer“), um die Liebeserklärungen an seine Gitarren („My red Guitar“) oder um die Ehrerweisung von musikalischen Vorbildern („When you play Kristofferson“): Identifikationspotenzial bie-



Kompositionen, die manchmal nachdenklich, verträumt oder verspielt das Herz erreichen: Shiregreen alias Klaus Adamaschek schafft es auch auf der neuen CD „Indian Summer“, Geschichten in poetische Worte zu kleiden.

FOTO: PRIVAT ADAMASCHEK/NH

ten diese Songs reichlich.

Keine Frage: So muss gut gemachter Singer-Songwriter-Sound klingen. Es wird eine fast magische Stimmung mit einfühlsamen Kompositionen erzeugt, die manchmal nachdenklich, verträumt oder verspielt das Herz erreichen. Shiregreen schafft es, Geschichten in poetische Worte zu kleiden, und es drif-

wenn es um die großen Themen des Lebens geht („Wenn meine Enkel mich einst fragen“). Vieles klingt nach 70er-Jahre-Folk der amerikanischen Westküste.

Von altersweiser Abgeläutertheit ist weit entfernt, was hier geboten wird. Klare Texte, klare Melodielinien. Was sich, inklusive Melancholie, in einem Song wie „A million things to change“ ge-

radezu exemplarisch hören lässt. Einer der zentralen Lieder auf „Indian Summer“ ist die Neufassung des alten Schlagers aus den Sechzigern „Hundert Mann und ein Befehl“, der von Shiregreen, Klaus Adamaschek und Marisa Linß, geradlinig als Anti-Kriegs-Song in einer überaus melodiosen und intensiven Ballade interpretiert wird. Gänsehaut pur. Zum festen Band-Kern kommt auch auf „Indian Summer“ eine Schar gestandener Musiker hinzu, die allesamt für die überraschenden Nuancen und immer wieder für kleine, spielfreudig-vertrackte Feinheiten sorgen.

Mit großer Wärme und einem feinen Gespür für sanften Groove zwischen Americana und Songwriter-Soul. „Indian Summer“ konzentriert sich auf den musikalischen Kern von Klaus Adamaschek und auch Marisa Linß sowie den sehr versierten Musikern. Die Arrangements sind gut justiert, das Zusammenspiel zeugt von einem genauen Gespür für die gemeinsamen Sweet Spots.

70 Minuten können wie im entspannten Gleitflug vergehen, was beim Hören dieser CD tatsächlich geschieht. Ohne großes Brimborium. Unaufgeregt, aber eben nicht langweilig. Lässig, aber alles andere als lustlos. Mit leisem Humor, ein wenig Wehmut und einfach guter Musik.

Und die setzt ihre eigenen Stimmungsbilder konsequent neben die Texte. Am

Shoppern am Sonntag, 3. April

Bad Hersfeld – Am 3. April wird es einen verkaufsoffenen Sonntag in Bad Hersfeld geben. Von 12 bis 18 Uhr laden die lokalen Geschäfte ein. Auch das eine oder andere Schnäppchen lässt sich an diesem Tag in der Bad Hersfelder Innenstadt und City-Galerie machen. Was darüber hinaus für den Sonntag geplant ist, lesen Sie weiter hinten in dieser Zeitung.

zww dan

Bettfedernreinigung Linsel

Inhaber Bettenhaus Sachse
Wir bieten weiterhin Bettfedernreinigung an, aber nicht mehr vor der Haustür.
Anmeldung erbeten an:
Bettenhaus Sachse
☎ 0 36 32 / 5 93 20
Di.-Do. von 9:00 -12.00 Uhr & von 16:00 - 18:00 Uhr

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

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

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

Gerd Budesheim
Metzgerei + Partyservice
UNSERE ANGEBOTE VOM 28.3. BIS 2.4.2022

Gulasch halb und halb	1 kg	€ 8,49
Grillsteaks versch. mariniert, vom Schwein	1 kg	€ 8,99
Lachsschinken mild gesalzen und geräuchert	100 g	€ 1,89
Kümmelfleischmagen	100 g	€ 0,99

Wir suchen eine Reinigungskraft m/w/d für Kathus auf 450 Euro-Basis oder Teilzeit.
Schlemmer-Eck Tel.: 06621-14510
Currywurst mit Pommes Portion € 4,50

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

Öffnungszeiten
Mo. 7.00 - 13.00 Uhr
Di. - Fr. 7.00 - 18.00 Uhr
Sa. 7.00 - 13.00 Uhr

Budesheims
Metzgeria am Linggplatz 14
Telefon 06621-959695
Mo.-Do. 7-17 Uhr,
Fr. 7-18 Uhr, Sa. 7-13 Uhr

Für Druckfehler keine Haftung.



Außengelände der Kindertageseinrichtungen neu gestaltet

In das laufende Dorferneuerungsprogramm (Ikek) wurde neben anderen Projekten auch die Neugestaltung der Außengelände der Kindertageseinrichtungen in Ludwigsau aufgenommen. Das erste Objekt ist die Kindertageseinrichtung im Ortsteil Friedlos. Nachdem

Mitarbeiter des gemeindlichen Bauhofs Fällarbeiten vorgenommen hatten, wurden anschließend auf Initiative des Elternbeirats, die Mitglieder und Eltern tatkräftig aktiv, um mit der Räumung des Geländes zu beginnen. Hand in Hand waren sie schnell unterwegs. Un-

terstützt wurde der Arbeitseinsatz durch das Leitungsteam der Einrichtung. Für dieses Engagement gab es seitens des Gemeindevorstandes und Bürgermeister Wilfried Hagemann ein Dankeschön für alle hilfreichen Akteure. red/ass

FOTO: SILKE GARWEGNH

Klaus Michalak bleibt Chef der IG BAU

Als Bezirksvorsitzender wiedergewählt

Hersfeld-Rotenburg – Klaus Michalak ist als Chef des Bezirksverbands Nordhessen der Industriegewerkschaft Bauener-Agrar-Umwelt für vier weitere Jahre bestätigt worden. Damit bleibt der 70-Jährige oberster Interessenvertreter für Bauarbeiter, Reinigungskräfte und Beschäftigte aus der Land- und Forstwirtschaft auch im Landkreis Hersfeld-Rotenburg. Nach Angaben der Arbeitsagentur arbeiten in den Branchen der

IG BAU im Kreis aktuell rund 4000 Menschen – 2300 von ihnen im Bauhauptgewerbe und 1000 in der Gebäudereinigung. Klaus Michalak ist seit mehr als 20 Jahren bei der IG BAU aktiv. Seit 2003 gehört er dem Bezirksvorstand an, seit 2014 als Bezirksvorsitzender. Michalak hat bei der Bundesbahn gelernt. Als Betriebsrat bei der Hoch- und Tiefbaufirma Rohde setzt er sich für die Belange der Beschäftigten ein. red/rey

Bewerbungsstart

Hessischer Demografie-Preis sucht Projekte

Hersfeld-Rotenburg – Auf den Bewerbungsstart für den Hessischen Demografie-Preis 2022 verweist die heimische Landtagsabgeordnete Lena Arnoldt (CDU) und ruft die Kommunen, Vereine, Unternehmen und Initiativen auf, sich mit ihren Projekten zu bewerben.

„Der demografische Wandel ist eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung, die unsere Region leider in besonderem Maße betrifft. Zugleich sind wir aber auch eine Region, in der innovative Ideen und krea-

tive Lösungsansätze entwickelt werden“, so Arnoldt.

Bewerbungen sind in den Themenfeldern Jugend, gesellschaftlicher Zusammenhalt, Fachkräfte und Familienfreundlichkeit, Innenentwicklung und Infrastruktur, Grundversorgung und Mobilität, Seniorinnen und Senioren sowie Kultur und Tradition möglich. red/lah

Nähere Informationen gibt es auf der Homepage des Landes unter staatskanzlei.hessen.de.

HALLMANN

Aktion Im-Ohr-Hörgerät **98,-** statt 225,-

- ✓ Fast unsichtbar
- ✓ Gratis Probetragen
- ✓ 100% Rückgaberecht

Kleiner Tipp: Einsteiger-Modelle gibt es bei uns schon ab 0,- Euro Shine Rev+ 10A Omni

*Aktion gültig bis 31.05.2022. Gilt für gesetzl. Versicherte mit Anspruch bzw. nach Vorlage einer ohrenfachärztl. Verordnung. Zzgl. d. gesetzl. Zuzahlung in Höhe von € 10,-/Hörgerät, ggf. zzgl. Ohrpassstück. Optik Hallmann GmbH, Große Str. 27, 24937 Flensburg

Kassel • Melsungen • Bad Hersfeld
☎ 0800/412 6000 • optik-hallmann.de

Lieber gehörig sparen. Lieber HALLMANN.

Fladen, Pita, Yufka und Co.

So halten Hobbybäcker das Brot schön flach

Längst haben gebackene Brotfladen als Kulturgut ihren Siegeszug um die Welt angetreten: Fladen-, Pita- oder Yufkabrote aus dem Nahen und Fernen Osten, indische Brote wie Chapatis, Naan oder Bahatura, spanische Tortillas oder italienisches Focaccia werden überall in Europa aufgetischt. Demnächst vielleicht nicht nur im Restaurant, sondern auch zu Hause.

Denn flache Brote gelingen auch im heimischen Ofen, wenn der sich auf 250 Grad aufheizen lässt und über eine gut schließende Backofentür verfügt, verspricht Back-Experte Lutz Geißler in seinem Buch „Die besten Fladenbrote der Welt“.

■ Yufka: Der dünne Fladen für Anfänger

Welches Brot ist am leichtesten zu backen? Anfängern

empfiehlt Lutz Geißler das türkische Yufka. Dafür werden Weizenmehl, Wasser und Salz zu einem Teig geknetet, der dann mindestens acht Stunden im Kühlschrank ruht, bevor er in kleine, sehr dünne Fladen ausgerollt wird und dann auf einem Crêpe-Eisen oder in einer gusseisernen Pfanne gebacken wird.

Und wie gelingt es, den Teig so dünn auszurollen? „Mit einem Rollholz, am besten aus Buchenholz“, sagt Lutz Geißler. Je dünner das Rollholz, umso mehr Kraft kann auf den Teig ausgeübt werden. Das ist wichtig für sehr dünne Fladenbrote.

■ Pita: Teigling muss 24 Stunden gehen

Das Fladenbrot für den Döner stammt von der klassischen Pita ab. Wer daheim einen Döner zaubern möchte,

legt bereits einen Tag zuvor Hand an den Teig: Für die Teiglinge Wasser, Milch, Joghurt, Pflanzenöl, Weizenmehl, Frischhefe sowie Salz lange kneten und eine Stunde abgedeckt ruhen lassen.

Nach 30 und 60 Minuten wird der Teig gedehnt und gefaltet, das macht ihn später besser formbar, denn er bekommt so Struktur und Stabilität, bevor er für 24 Stunden in den Kühlschrank kommt. Dort verdoppelt er sein Volumen, sagt Geißler voraus. Zum Rundformen wird jeder Teigling mit den Fingerspitzen eingedrückt, wobei man die Hände etwas nach außen zieht, damit der Teigling flacher und breiter wird. Das Brot wird bei 250 Grad auf einem Backstein im Ofen gebacken, optional mit Sesam oder Schwarzkümmel bestreut.

■ Naan: Gelingt daheim im Pizzaofen

Die Frage, wie Klassiker der indischen Küche gelingen, beantworten Man Bahadur Vir und Guru Prasad Purushottam Dabral. Die beiden sind Küchenchefs des Berliner Restaurants „Bahadur“ und haben sich in spektakulär schnellem Tempo einen Ruf als „Lieblingsinder“ erkocht.

„Um ein gutes Naan zu backen ist ein Tandoor-Ofen erste Wahl. Für zu Hause tut es allerdings auch ein Pizzaofen“, sagt Man Bahadur Vir. Der Teig aus Mehl, Wasser, Milch, Hefe, Salz und Zucker



Fladenbrote – hier mit Oliven, Joghurt-Knoblauch-Gurken-Dip und Couscous-Aufstrich – gehören im Nahen Osten zum Kulturgut.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

ist schnell angerührt und wird weich geknetet. Dann darf er mindestens acht Stunden ruhen. „Das ist immer ein wenig abhängig von der Umgebungstemperatur, er sollte auf jeden Fall aufgehen“, sagt Man Bahadur Vir.

Aus dem Teig werden Kugeln je nach Anzahl und Größe des gewünschten Naans geformt. Die Kugeln werden mit Öl bepinselt und erhalten erneut eine Ruhezeit, mindestens 30 Minuten. „Erst dann werden die Kugeln mit den Händen gleichmäßig dünn ausgerollt“, so Man Bahadur Vir. In seinem vorgeheiztem Tandoor-Ofen mit ca. 350 Grad Celsius werden die Brote nur 90 bis 120 Sekunden gebacken. Im heimi-

chen Pizzaofen braucht ein Naan zwei Minuten auf jeder Seite.

■ Bathura: Der Teig, der aufgeht wie ein Ballon

Wie aus flachen Teigfladen in heißem Frittieröl aufgebläse Kostlichkeiten werden, verrät Guru Prasad Purushottam Dabral. Sein Ballonbrot Bathura besteht aus Weizenmehl, Milch, Wasser, Hefe, Öl und Salz. Andere Varianten erlauben auch Joghurt und Weizengrieß für den Teig. Wie beim Naan, will auch dieser Teig mindestens acht Stunden ruhen, bevor er zu Kugeln geformt und mit Öl bepinselt wird.

Die Kugeln sollten dann vor der Weiterverarbeitung

nochmals mindestens eine halbe Stunde ruhen und es ist wichtig, dass beim Formen der Kugeln keine Blasen entstehen. „Der weiche Teig wird ganz dünn gerollt, deutlich dünner als etwa ein Pizzateig. Man lässt ihn vorsichtig ins heiße Öl gleiten, am besten in einer hohen Pfanne oder einem breiten Topf“, erklärt Küchenchef Guru Prasad Purushottam Dabral.

Idealerweise gehe das Bathura gleichmäßig auf und wird goldgelb. „Dafür muss auch die Oberfläche das heiße Öl abbekommen, deshalb schöpft man es mit einer Kelle vorsichtig darüber“, so der Küchenchef, der die Brote am liebsten mit Kichererbsen-Curry serviert.

tmn

20% Sofort-Rabatt

GUTSCHEIN auf 1 Produkt.

Nicht auf bereits reduzierte Artikel („Dauergünstig“ gekennzeichnet)
Generell ausgenommen sind verschreibungspflichtige Medikamente und Zuzahlungen auf Arzneimittel.
Pro Einkauf kann nur ein Gutschein eingelöst werden.
Der Coupon ist gültig vom 01.04. bis 30.04.2022

GALERIEAPOTHEKE
Benno-Schilde-Str. 9
36251 Bad Hersfeld
Tel. 06621/968668

Kurbad Apotheke
Eichhofstraße 3
36251 Bad Hersfeld
Tel. 06621/92220

CITY-APOTHEKE & City Sanitätshaus
Badestube 4
36251 Bad Hersfeld
Tel. 06621/966010

www.hildwein-gesundheit.de

Knüllhotel Tann-Eck

34593 Knüllwald-Schellbach
Tel. 05681 9921-0 • Fax 9921-97

IHR AUSFLUGSZIEL IM SCHÖNEN KNÜLL

Am Wochenende bitten wir um Reservierung!
Aktuelle Coronaregeln

Ab März auch Sonntagabend geöffnet, ab 17.00 Uhr.

E-Tankstelle am Hotel

www.hoteltanneck.de

Für Gewerbetreibende!

Erreichbar Mo. – Fr. von 8 – 17 Uhr

Kreisanzeiger Region Bad Hersfeld

Jahn Böhm

Bad Hersfeld-Niederaula-Breitenbach a.H.-Hauneck-Haunetal
06621 / 161-193
boehm@hersfelder-zeitung.de

Heimatnachrichten Rotenburg / Bebra

Claudia Witzel

Rotenburg / Bebra
0 56 61 70 57 28
claudia.witzel@hna.de

KREIS ANZEIGER REGION BAD HERSFELD

HEIMAT NACHRICHTEN ROTENBURG BEBRA

Angebote nutzen

Schon vor dem Abi an die Hochschule

Erfahrung an der Hochschule sammeln: Das musst nicht erst mit dem Studienstart beginnen. Viele Institutionen bieten Angebote zur Orientierung für Schülerinnen und Schüler an, wie das Portal „abi.de“ informiert.

Wegen der Pandemie würden die Veranstaltungen zwar häufig digital stattfinden, sagt Katarina Stein, Studienberaterin an der TU Dresden in dem Beitrag.

In regulären Zeiten aber können Schülerinnen und

Schüler Hochschulen zum Beispiel beim Tag der offenen Tür, bei Schnuppertagen oder Campusführungen kennenlernen.

Auch ein selbstständiger Besuch der Uni ist möglich. Manche Institutionen veröffentlichen zudem regelmäßig den Vorlesungsplan, sodass man sich in den Hörsaal frei dazusetzen kann.

Wer besonders motiviert ist, kann sich auch zum Thema Frühstudium informieren. Hier können Jugendliche

prüfen, ob das Studienfach, das sie interessiert, auch wirklich ihren Vorstellungen entspricht. Dieses Angebot richtet sich laut Studienberaterin Stein vor allem an leistungsstarke Schülerinnen und Schüler ab der 9. Jahrgangsstufe am Gymnasium.

Denn im Frühstudium besucht man neben dem Schulunterricht bereits Vorlesungen, schreibt Prüfungen und kann sich die Leistungen später in der Regel anrechnen lassen. Im Idealfall informie-

ren sich Interessierte vorab auf den Webseiten der Hochschulen, rät Stein. Ein Frühstudium erfordert zum Beispiel eine Bewerbung inklusive Motivationsschreiben. Wie Stein erklärt, sollten außerdem Fachlehrer an der Schule und Studienleiterinnen zustimmen.

Auch Informationen zu Schnupperveranstaltungen finden Schülerinnen und Schüler am einfachsten auf den Homepages der jeweiligen Hochschulen.

tmn

19.3.–18.4.2022

Drehspieß sichern

beim Kauf eines Weber Genesis Gasgrills*

Nimm Zwei

Grill + Drehspieß

Vorankündigung: am 3. April
verkaufsoffener Sonntag

Siebert BAUMARKT

Wellastraße 16 | 36088 Hünfeld
Tel.: (0 66 52) 9 77-0
Mail: baumarkt@siebert-huenfeld.de

grillen.siebert-huenfeld.de

* Nur solange der Vorrat reicht. Gilt für den Kauf eines Weber Genesis Model 2022 Gasgrills im Aktionszeitraum 19.3.–18.4.2022 und Erstellen der Weber-ID auf weber.com bis zum 1.5.2022. Jeder Kassenzettel berechtigt nur zur einmaligen Teilnahme an der Frühjahrsstart-Aktion.

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 8:30 - 18:30 Uhr
Sa. 8:00 - 16:00 Uhr

Straßen-sperre	Mitglie-der eines katho-l. Ordens	nord-marok. Handels-zentrum	ein Balte	bibli-scher König	Jagd-reiter	Geist-licher	Abdich-tungs-material	Schmutz-wasser-lachen	süd-ameri-kanischer Kuckuck	Kraft-stoffart (Kw.)	Einheit der Stoff-menge	arabi-sche Fürsten	Figur aus ‚Fidelio‘	ein Gefährt (Abk.)	ein Gebiet einneh-men	chem. Zeichen für Zinn
kleine Schaufel (Lebens-mittel)	Vorname der Berger		nichts Gutes	öhl-haltige Nutzpflanze			indische Büffel-but-ter		Kurort in der Schweiz	slowe-nischer Ort an der Drau					Gerät zum Rasen-kürzen	röm. Zahl-zeichen: 950
In Saus und ...	aus-schließ-lich	erprobt					spani-sches Gruß-wort	Fuchs-junges				Service-teil		Vorname von US-Filmstar Gibson		
Betrag nach Abzug			ein Cocktail			dt. TV-Moderator, Jörg ...	dt. Philo-soph † 1831			Ab-fahrts-skilauf		Teil des Platten-spielers				
rund ge-wasche-ner Stein			Ewigkeit in der griech. Antike		argen-tinischer Staats-mann †			Salz der Essig-säure	Glas-bruch-stücke							mit Dro-gen handeln
		italie-nische Mittags-ruhe	Meer-riese der nord. Sage			Haupt-stadt von Oman	Berg bei Monte Carlo				ugs.: nein			Badeort in Istrien		auf-klapp-barer Behälter
Sumpf	skand. Männer-name	Weis-sager			Zahn-haupt-bestand-teil	eine Süßig-keit					Halbton unter c		Vorname von Ten-nisstar Sampras			
Binde-strich			Gerichts-ent-scheid	exzen-trischer Kunst-stil			Insel in der Duran-ce-Mündung		Streng-e		neapol. Geheim-bund			Abk.: Leinen	Initialen Linden-bergs	
		Herbst-blumen	fraglich, unsicher				Koran-abschnitt	Kap ... (Süd-amerika)								
Schiffs-tacho-meter	Jäger-rucksack		Kose-name e. span. Königin		griechi-sche Rache-göttin		arabi-sches Gruß-wort			lang-fristige Geldauf-nahme						
gefüllte Back-ware				engl. Marsch-land-schaft	Elefan-ten-führer			däni-sche Ostsee-insel	an-streichen							
			Stadt im Süden Arme-niens	Lenden-braten			aserbaid. Währung	ital. Kloster-bruder (Kw.)								
griechi-scher Buch-stabe	chinesi-sche Kaiser-dynastie	US-kanadi-scher Grenz-see	schauspieler		schweiz. Ort an der Rhône	Vorname des Fuß-ballers Özil				schmale Füh-rungs-rinnen						
dt. Bundes-kanzlerin				englisch, franzö-sisch: Alter	Vorname des Sängers Illic			Jugend-licher (Kw.)								
		int. Kfz-Z. Peru	ugs.: ein-wand-frei					italie-nische Tonsilbe	argen-t. Provinz (Santa ...)	Unter-nehmens-form						
Teil des Kopfes	osteuro-päische Haupt-stadt				persön-liches Fürwort (3. Fall)	starke Gefühls-regung										
Ebbe und Flut					Gerüst, Aufbau											



Regenersalz nachfüllen oder Klarspüler nutzen: Mit nur wenigen Handgriffen bleiben Gläser in der Spülmaschine glänzend. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TM

Trübungen vermeiden

Was gegen blinde Gläser hilft

Allzu schnell trüben Gläser nach ein paar Spülmaschi-nengängen nach. Die Ur-sachen lassen sich gut behe-ben, wenn man rechtzeitig handelt.

Der trübe Film an Gläsern nach einem Spülmaschi-nengang ist ärgerlich. Um ihn wieder loszuwerden oder gar nicht erst entstehen zu las-sen, gibt es unterschiedliche Wege. Der Industrieverband Körperpflege- und Waschmit-tel (IKW) nennt drei Ursachen für „blinde Gläser“. Die gute Nachricht: Zwei davon lassen sich leicht entfernen – und zwar wenn es sich um Ablagerungen von Regenersalz oder Kalk handelt. Bei ersterem legt sich laut IKW eine

dünne Schicht des Salzes auf die Glasoberfläche. Meist liegt das daran, dass Regener-salz-Behälter nicht richtig verschließt. Mit etwas Wasser oder einem neuen Spülgang lasse sich das Problem schnell lösen.

■ Kalkablage spricht für leere Salzbehälter

Legt sich Kalk ab, deutet das darauf hin, dass entweder der Behälter mit Regenersalz nachgefüllt werden sollte oder die Spülmaschine nicht auf die richtige Wasserhärte eingestellt ist. Zum Entfernen rät der IKW entweder zu Klarspüler oder wässriger Zitronensäure-Lösungen.

Weitaus ärgerlicher ist die Trübung des Glases durch Korrosion. Rückgängig ma-

chen lässt sich die zwar nicht, dafür aber verhindern. Sie entsteht, indem hohe Tempe-raturen und Wasser mit geringem Härtegrad die Netz-strukturen von Gläsern aufbrechen.

■ Niedrigere Temperaturen können Trübung verhindern

Dabei helfen schon kleine Änderungen, um die unschönen Trübungen und Risse zu vermeiden. Man sollte die Spültemperatur niedrig ein-stellen und auch die lokale Wasserhärte auf das Gerät anpassen. Zusätzlich hilft spezielles Spülmittel mit Glasschutz, um den Glanz länger zu erhalten. Oder: Am schonendsten für das Glas ist das Spülen mit der Hand. tmn

++ CIAO WINTER – DIE NEUE FRÜHJAHR-/SOMMER-KOLLEKTION IST DA! ++



ENTDECKEN SIE ÜBER 20.000 PAAR EXKLUSIVE MARKENSCHUHE

SHOPPEN & COUPONS SICHERN

IHR EINKAUF WIRD JETZT BELOHNT!

Nur für kurze Zeit – Überraschungs-Coupons für Ihren nächsten Einkauf sichern!

JETZT BIS ZU 50€ BONUS

ÜBERRASCHUNGS-COUPONS ABHOLEN UND BEIM NÄCHSTEN EINKAUF SPAREN!

SCHUHHAUS heinmüller www.heinmueller.com

Am Bornrain 3 | 34593 Knüllwald-Oberbeisheim
Neustädter Str. 39 | 35066 Frankenberg/Eder
Am Flüthedamm 2 | 37124 Göttingen-Rosdorf

Tolle Angebote am 3. April

Bad Hersfeld feiert den ersten verkaufsoffenen Sonntag des Jahres

Am 3. April öffnen die teilnehmenden Geschäfte in Bad Hersfeld von 12 bis 18 Uhr. An diesem verkaufsoffenen Sonntag locken die Händler mit attraktiven Angeboten und begrüßen damit den Frühling.

Die verkehrsberuhigte Innenstadt mit attraktiver Fußgängerzone bietet ein umfassendes Warenortiment vom Buchhandel über Juweliers bis zu lokalen Köstlichkeiten. Schuhtrends treffen auf passende Mode, Experten für Technik, Optik und Hörakustik sind ebenso vertreten wie Geschäfte für Deko-Artikel und Produkte des täglichen Bedarfs. Eine einzigartige Kombination aus Einkauf in kleinen Läden mit dem Flair der historischen Fachwerkstadt machen den besonderen Reiz eines Bummels in Bad Hersfeld aus.

Abwechslungsreiche Unterhaltung

Die „Urban Swing Workers“ werden durch die Innenstadt wandern und die Besucher mit ihrer Musik begeistern. Auch das „Caracho-Event-Theater“ will mit Harlekinen für Späße sorgen. Eine Mini-Kart-Bahn auf dem Linggplatz ist zudem geeignet für alle Kinder ab vier Jahren. In der Breitenstraße werden leckere Cocktails in der frühlings-



Die „Urban Swing Workers“ begeistern mit ihrer Musik an vielen Stellen in der Innenstadt. FOTOS: DANIEL BLÖTHNER

haften Lounge serviert. Ebenfalls an diesem Ort wird es um 14 und um 16 Uhr mit dem Kasperletheater märchenhaft.

In der Innenstadt lassen sich zwischendurch nach Herzenslust die neuen Frühlingsideen entdecken, kann Mann, Frau und Kind sich schon mal nach Ostergeschenken umschauen und natürlich das eine oder andere Schnäppchen machen. Vor, während oder nach dem Einkaufsbummel in der reizvollen Fußgängerzone lockt zudem die hervorragende Gastronomie in der Bad Hersfelder Innenstadt, die für jeden Geschmack und Geldbeutel das Richtige zu bieten hat und stets gerne besucht wird.

Angebote in der City Galerie

Natürlich machen auch die Geschäfte der City Galerie am verkaufsoffenen

taschen, Rucksäcke und Koffer, Bücher, Haushaltswaren, Geschenkartikel, Spielwaren, Parfüm und Kosmetik, leckeres Essen und und und...

Persönlich immer bestens beraten

Die Kunden fühlen sich in der Innenstadt wohl, nicht zuletzt auch, weil persönliche und kundennahe Beratung groß geschrieben wird. Natürlich bietet sich der kommende Sonntag auch an, um über erste Wünsche für das Osterfest oder Dekorationsideen nachzudenken. Schließlich sind es nur noch ein paar Tage bis dahin.

In jedem Fall aber ist der Besuch in der City Galerie ein Erlebnis für die gesamte Familie. Sicher wird sich auch das eine oder andere Schnäppchen finden lassen. Shoppen, bummeln, Freunde treffen am verkaufsoffenen Sonntag: Die

reich bestückten Läden im Einkaufszentrum mit den kurzen Wegen sowie das Angebot an kulinarischen Genüssen im Food Court sorgen für eine entspannte Einkaufstour. Genießen Sie den Shoppingspaß im Einkaufszentrum im Herzen von Bad Hersfeld!



Entspannt lässt sich der Einkaufsbummel an einem Sonntag erledigen.



Auch in der City Galerie gibt es tolle Angebote und Live-Musik.

**Gold- und Silbereinkauf
Zahngold, Nachlässe
Reparatur und Ankauf
Schweizer Premiummarken**

Goldschmiedearbeiten:
Gravuren · Aufarbeitung · vergolden
löten · Polituren · Umarbeitung

Uhren | Schmuck
Gerlach

Bad Hersfeld · Weinstraße 12

Ihr
Fachhändler
seit 1901

Alles muss raus!!!
ab 1. April 2022

John flash
SCHÖNES & SCHÖNERES

TOP 1 TOYS

50%
AUF ALLES

**AUCH AUF BEREITS
REDUZIERTERTE ARTIKEL**

UNTERGESCHOSS CITY GALERIE | BAD HERSFELD

**Verkaufsoffener
3. APRIL 2022
12 - 18 UHR
Sonntag**

**Event-Shopping
in der Innenstadt**

Lebendiger Frühlingsauftakt

mit Musik, Spaß und Rabattaktionen:
Der verkaufsoffene Sonntag am 3. April hält von
12 - 18 Uhr ein abwechslungsreiches Programm für
Groß und Klein bereit.

**BAD
HERSFELD** NUTZEN SIE
DIE EINZIGARTIGE
GELEGENHEIT

Ab in die Achterbahn

Diese großen Freizeitparks öffnen jetzt



Eine Hafenerfahrt zeigt den Marinehafen und den JadeWeserPort aus. FOTO: DJD-K/WWW.WILHELMHAVEN-TOURISTIK.DE/RAINER GANSKE

Das gibt es nur in „Schlicktown“

Einmalige maritime Erlebnisse in Wilhelmshaven an der Nordsee

Mit selbstironischem Understatement trägt Wilhelmshaven den Spitznamen „Schlicktown“. Schiffe prägen das Stadtbild und auf Hafenerfahrten sind der traditionsreiche Marinehafen sowie der JadeWeserPort, Deutschlands einziger Tiefwasserhafen für die größten Containerschiffe der Welt, zu erleben. Die imposante Kaiser-Wilhelm-Brücke und wilhelminische Prachtbauten zeigen, wie der Namenspa-

tron die Stadt geprägt hat. Auf der „Maritimen Meile“ liegen Erlebniswelten für die ganze Familie: das Küstenmuseum, das Unesco-Weltnaturerbe Wattenmeer Besucherzentrum, das Marinemuseum und das Aquarium Wilhelmshaven. Und gleich hinterm Deich lädt das Welterbe Wattenmeer zu Strandtagen ein. Unter www.wilhelmshaven-touristik.de lässt sich das Magazin „Havenkante“ bestellen oder herunterladen.

2020 und 2021 ging es wegen Corona später los – dieses Jahr kommen die großen Freizeitparks des Landes aber wieder pünktlich aus der Winterpause. Wann öffnen Heide-Park, Legoland oder Belantis?

Achterbahnen, Karussells und eine Menge anderer Schabernack: Ein Tag im Freizeitpark verspricht Action, Spaß und Abwechslung vom Alltag, nach der sich viele Menschen in diesen Tagen sehnen. Ab kommenden Wochenende starten die ersten großen Freizeitparks in ihre Saison, die anderen folgen. Ein kurzer Überblick von Heide-Park im Norden bis Legoland im Süden:

1. Heide-Park: Der vor allem für seine Achterbahnen bekannte Freizeitpark steht ab 2. April für Besucher offen und öffnet damit erstmals seit Pandemiebeginn pünktlich nach der Winterpause. Mit dem Panoramatumm



Der Heide-Park Soltau startet ab 2. April in die Sommersaison. FOTO: PHILIPP SCHULZE/DPA/DPA-TMN



Achterbahnen wie die „Blue Fire“ warten: Ab Samstag (26. März) geht es im Europa-Park Rust wieder rund. FOTO: PHILIPP VON DITFURTH/DPA/DPA-TMN

wird es eine bekannte Landmarke weniger geben. In der drehenden Gondel konnten Besucherinnen und Besucher den Park aus luftiger Höhe bestaunen. Nach 2019 war der 104 Meter hohe Turm schon außer Betrieb, vor kurzem wurde mit dem Abbau begonnen. Der Heide-Park Soltau liegt im Dreieck zwischen Hamburg, Hannover

und Bremen an der Autobahn A7.

2. Belantis: Er gilt als flächenmäßig größter Freizeitpark im Osten Deutschlands. Diesen Samstag (26. März) startet in Belantis im Süden von Leipzig die Saison. Neben bekannten Attraktionen wie der Huracan-Achterbahn sollen 2022 nach pandemiebedingten Ausfällen in den Jahren davor auch wieder mehr Shows auf dem Programm stehen. Es seien neue geplant, heißt es aus dem Freizeitpark. Belantis liegt direkt an der Autobahn A38.

3. Phantasialand: Von den hier aufgeführten Freizeitparks ist das Phantasialand bei Köln der Spätstarter. Die Saison im Themenpark startet am 9. April. Das Phantasialand liegt in Brühl direkt an

der Autobahn A553.

4. Europa-Park: Der größte Freizeitpark Deutschlands startet diesen Samstag (26. März) offiziell in die Sommersaison. 2022 wird eine alte durch eine neue Attraktion ersetzt: Die „Dschungel-Floßfahrt“, die aufgrund der Verwendung kolonialistischer Rollenbilder in der Kritik stand, wird schrittweise umgebaut und im Themenbereich Österreich angesiedelt – sie heißt nun „Josefina kaiserliche Zauberreise“.

Im nächsten Jahr soll zu den 13 Achterbahnen auf dem Gelände eine weitere dazukommen – diese wird im für 2023 geplanten Themenbereich zu Kroatien gebaut. Der Europa-Park liegt in Rust, zwischen Freiburg und Offenburg nahe der Autobahn A5.

5. Legoland: Der Freizeitpark in Schwaben startet am 2. April in die Saison. Anlässlich des 20. Geburtstags des Legolands ist eine große Parade geplant – Details nannte der Park noch nicht, der Mai soll aber im Zeichen des runden Jubiläums stehen.

Und auch hier wirft man schon einen Blick auf 2023: Dann soll ein neuer Themenbereich mit Achterbahn eröffnen. Das Legoland Deutschland liegt in Günzburg, zwischen Ulm und Augsburg an der Autobahn A8. Wichtig zu beachten: Vor dem Besuch der Parks sollte man sich über die aktuell vor Ort geltenden Corona-Regeln informieren. tmn

POLSTER & KÜCHEN EXPRESS-TAGE

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

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

Plus zusätzlich: **POLSTER-TAUSCH PRÄMIE*** bis zu **500.- SPAREN**

Küchen-Neuplanungen **1/2** bis zum **PREIS REDUZIERT!** Beim Kauf einer neugeplanten Küche: **SIEMENS GESCHIRRSPÜLER** **GESCHENKT!** **48 Monate zu 0% Zinsen!**

Planungsvielfalt mit bis zu 90 Typen

Individuelle Auswahl: 4 Modellvarianten, 4 Fußvarianten

Aktions-Abhol-Preis 1199.- abzüglich Tauschprämie**

Eckkombination MM-PP1013, Bezug Stoff Belle silver, Metallfuß Alu, best. aus: 2,5-Sitzer mit Armteil links, Rücken Spannstoff, Eckelement, 2-Sitzer ohne Armteil und Anstelhocker rechts. Stellmaß ca. 254x274 cm. Bezug: 90 % Polyester, 10 % Polyamide. Ohne Zierkissen und Decke.

Wohnlandschaft MM-ZE1049, Bezug Stoff Deluxe zimt mit beigefarbener Kontrastnaht, Metallfuß alufarbig, best. aus: Canapé mit Armteil links, 2-Sitzer ohne Armteile, Rücken Spannstoff und 1,5-Sitzer-Kombielement mit Anstelhocker rechts. Stellmaß ca. 173x 290x203 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen und Decke.

Individuelle Auswahl: 3 Sitzhärten, 4 Sitzhöhhen, 3 Fußvarianten, 2 Nachvarianten

Aktions-Abhol-Preis 1399.- abzüglich Tauschprämie**

Aktions-Abhol-Preis 1999.- abzüglich Tauschprämie**

Individuelle Auswahl: 2 Sitzhärten, 2 Sitzhöhen, 2 Armlehvarianten, 6 Fußvarianten

Wohnlandschaft MM-PN1080, Bezug Leder Torro anthrazit, Metallfuß alufarbig, best. aus: 1-Sitzer-Kombielement mit Anstelhocker links, 2,5-Sitzer ohne Armteile und Canapé mit Armteil rechts, alle Rücken Spannstoff. Stellmaß ca. 200x305x168 cm. Ohne Zierkissen und Decke.

Einbauküche, Front-Kombi aus Lacklaminat grafit-schwarz ultramatt mit Anti-Fingerprint-Beschichtung und Eiche sierra Nachbildung, Arbeitsplatte Eiche sierra Nachbildung. Mit Elektrogeräten von AEG und Einbauspüle. Maße ca. 258x180 x 120 cm. Individuell planbar. Ohne Deko.

AEG-Technik inklusive Dunsthaube DEB3651M (EEK C)*, Glaskeramik-Kochfeld HD6460K, Backofen BD320 (EEK A)*, Kühlschrank SKB388F1AS (EEK F)**

Aktions-Preis 4298.- **Inklusive Lieferung & Montage**

Planungsvielfalt mit bis zu 80 Typen

Individuelle Auswahl: 2 Sitzhärten, 4 Fußvarianten

Aktions-Abhol-Preis 1299.- abzüglich Tauschprämie**

Wohnlandschaft MM-ZE1059, Bezug Stoff Holiday alu, Metallfuß matt, best. aus: 2-Sitzer mit Armteil links, Rundercke, 2,5-Sitzer ohne Armteil, Rücken Spannstoff, und Canapé mit Armteil rechts. Stellmaß ca. 240x330x163 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen und Decke.

Inkl. Kopfteilverstellung

Individuelle Auswahl: 2 Sitzhärten, 4 Fußvarianten

Aktions-Abhol-Preis 1499.- abzüglich Tauschprämie**

Planungsvielfalt mit bis zu 90 Typen

Eckkombination MM-PP1058, Bezug Stoff Charly slate mit beigefarbener Kreuznaht, Holzfuß Wildeiche, best. aus: 2,5-Sitzer mit Armteil links und 1,5-Sitzer-Kombielement mit Anstelhocker rechts. Inkl. Kopfteilverstellung an allen Elementen. Stellmaß ca. 273x243 cm. Bezug: 90% Polyester, 10% Nylon. Ohne Zierkissen und Decke.

Planungsvielfalt mit bis zu 45 Typen

Aktions-Abhol-Preis 1999.- abzüglich Tauschprämie**

Wohnlandschaft MM-ZE1126, Bezug Stoff Amara silver, Metallfuß schwarz, best. aus: Canapé mit Armteil links, 2,5-Sitzer-Anbauelement und 1,5-Sitzer-Kombielement mit Anstelhocker rechts. Stellmaß ca. 179x333x220 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen und Decke.

Einbauküche, Front Lacklaminat Stahl gebürstet Nachbildung, Front Kurzhänger Lacklaminat grafit-schwarz mit Anti-Fingerprint-Beschichtung, Korpus schielergrau, Arbeitsplatte Schwarzstein Nachbildung. Mit Elektrogeräten von Progress und Einbauspüle. Maße ca. 310x316 cm. Individuell planbar. Ohne Deko.

Progress-Technik inklusive Wandhaube JYB30-A (EEK B)*, Glaskeramik-Kochfeld PASS060E, Backofen PBD34103B (EEK A)*, Kühlschrank FK1011 (EEK F)**

Aktions-Preis 6198.- **Inklusive Lieferung & Montage**

MOBEL CRANZ SCHÄFER KÜCHE & EINRICHTEN

3x groß in Nordhessen & Thüringen!

Möbel Cranz-Schäfer GmbH www.cranz-schaefer.de

Relax-Sessel MM-ZE1062, Bezug Microstar Amara silver, Armlehnen und Sternfuß Metall schwarz, drehbar, inklusive manuelle Relaxfunktion, B/H/T: ca. 71x110x 83 cm. Bezug: 100% Polyester.

Aktions-Abhol-Preis 999.-

Sessel Cumulus Quartett 9773 29 Y12, in 88 Nuvano Kakaio, Sitz Superelastic med, Aufstellhilfe 2-motortisch.

Aktions-Abhol-Preis 1099.-

Aktions-Abhol-Preis 1999.- abzüglich Tauschprämie**

Aktions-Preis 6198.- **Inklusive Lieferung & Montage**

ROTBURG/F. Küchen & Wohnen Bräuer-Grimm-Str. 4 36199 Rotenburg/F. Tel: 06623/410108 Mo-Fr: 10-19 Uhr Sa: 10-17 Uhr

BAD HERSFELD Küchen Frankfurter Str. 11 36251 Bad Hersfeld Tel: 06621/6202350 Mo-Fr: 10-19 Uhr Sa: 10-17 Uhr

EISENACH Küchen Altstadtstraße 37 99817 Eisenach Tel: 03691/75630 Mo-Fr: 10-18.30 Uhr Sa: 10-17.30 Uhr

Alle Preise in Euro, ohne Deko, Alle Maße in cm. *Angaben Modell-Farboptionen, Intimer und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Für Druckfehler keine Haftung. C+S 02/22

Angebote gültig vom 28.03. - 02.04.2022

Jede Woche erfrischende Angebote!



Coca-Cola Kombikiste
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,45 € Pfand,
1 l = 0,75 €

Aktion!
+ 1 Flasche
Coca-Cola Zero
Sugar/Koffein
GRATIS!

-33%
8,99

Entspricht einem Kastenpreis von 8,30 €



Das schöne Karlstadt lässt sich am besten bei einer Stadtführung entdecken. FOTO: DJD-K/STADT KARLSTADT/FOTO-STUDIO MÜLLER KARLSTADT

Karlstadt erleben

Acht Gründe für einen Besuch

- Endlich die Reize der eigenen Heimat entdecken – diesen guten Vorsatz haben viele Menschen in Deutschland gefasst. Aber wo anfangen? Wie wäre es mit einem Kurzurlaub in Karlstadt, der idyllischen Stadt am Main.
- Hier sind acht Gründe, warum sich ein Besuch in „Karscht“, wie die Einheimischen ihre Stadt liebevoll nennen, lohnt.
1. Das Stadtbild
 2. Das „Lügenmauerle“ direkt am Main
 3. Die Ausblicke von der Ruine der Karlsburg und vom Aussichtspunkt „terroir f“
 4. Die Natur, etwa am „Saurpuzel“, dem Hausberg der Karlstädter
 5. Die Kultur - ganzjährig gefüllt ist der Veranstaltungskalender. Im Frühjahr 2022 wird auch das Museum Karlstadt nach Restaurierung neu eröffnet.
 6. Die Kulinaria
 7. Der Wein
 8. Der Main, die Lebensader der Region
- djd

<p>Kulmbacher Edelherb, Alkoholfrei Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,20 €</p> <p>13,99 11,99</p>	<p>Weißenoher Bier diverse Sorten, außer Bonator, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,30 €</p> <p>14,99 12,99</p>	<p>Oberbräu Hell Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,60 €</p> <p>17,99 15,99</p> <p>Neu im Sortiment!</p>	<p>Andechs Export Dunkel, Spezial Hell, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,26 € Pfand, 1 l = 1,70 €</p> <p>18,99 16,99</p> <p>Aktion! + 2 Flaschen GRATIS!</p> <p>Entspricht einem Kastenpreis von 15,45 €</p>
<p>Erdinger Weißbier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,40 €</p> <p>-24% 13,99</p>	<p>Volvic natürliches Mineralwasser, evian Mineralwasser Kasten = 6 x 1,5 l, zzgl. 3,00 € Pfand, 1 l = 0,55 €</p> <p>-33% 4,99</p>	<p>Veltins Pilsener „Steinie“, Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,18 €</p> <p>-35% 7,77</p>	
<p>RhönSprudel Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,46 €</p> <p>-21% 5,49</p>	<p>Bad Brückener Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,61 €</p> <p>6,49 5,49</p>	<p>top frisch Apfelsaft diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1 l = 1,00 €</p> <p>6,49 5,99</p>	<p>Volvic Touch, Tee diverse Sorten, Kasten = 6 x 1,5 l, zzgl. 3,00 € Pfand, 1 l = 0,78 €</p> <p>8,49 6,99</p>
<p>Warsteiner Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,00 €</p> <p>-29% 9,99</p>	<p>Förstina Schorle diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,83 €</p> <p>8,99 7,49</p>	<p>Possmann Apfelwein, Apfelsaft* diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1 l = 1,25 €</p> <p>-25% 7,49</p>	
<p>Captain Morgan White Rum Mojito, Original Spiced Gold & Cola, teilweise koffeinhaltig, 10%, 0,33 l-Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1 l = 6,03 €</p> <p>-26% 1,99</p>	<p>Moselland Akzente diverse Sorten, 0,75 l-Flasche, 1 l = 4,65 €</p> <p>3,99 3,49</p>	<p>Torre Galasso diverse Sorten, 0,75 l-Flasche, 1 l = 5,99 €</p> <p>5,49 4,49</p>	<p>Ramazotti diverse Sorten, 0,7 l-Flasche, 1 l = 14,27 €</p> <p>-23% 9,99</p>
<p>top frisch Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,29 €</p> <p>-22% 3,49</p>	<p>Captain Morgan Original Spiced Gold, 0,7 l-Flasche, 1 l = 14,27 €</p> <p>11,99 9,99</p>	<p>Jameson Irish Whiskey, 40 %, 0,7 l-Flasche, 1 l = 21,41 €</p> <p>-21% 14,99</p>	
<p>Pircher diverse Sorten, 0,7 l-Flasche, 1 l = 18,56 €</p> <p>15,99 12,99</p>	<p>ERNEUT Wir freuen uns! AUSGEZEICHNET.</p> <p>DEUTSCHER KUNDEN-REWARD 2021/22 HERAUSGEGEBENES PREIS-LEISTUNGS-VERHÄLTNIS</p> <p>DEUTSCHER KUNDEN-REWARD 2021/22 HERAUSGEGEBENE KUNDEN-ZUFRIEDENHEIT</p> <p>FAZ-INSTITUT Deutschlands Fairste Getränkemärkte 2022 1. Platz Logo Geträenke-Fachmarkt</p> <p>In Ihrer Nähe: </p>		

*nicht in allen Filialen erhältlich
Alle Artikel und Zugaben solange Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung!

IHR WOCHENHOROSKOP

- WIDDER 21.3.-20.4.** Im finanziellen Bereich geht es jetzt deutlich aufwärts, weil Sie schönen Nutzen aus dem Flüchtigkeitsfehler eines anderen ziehen können.
- STIER 21.4.-21.5.** Sie beißen sich an Problemen fest, die – objektiv betrachtet – nur in Ihrem Kopf bestehen. Sie brauchen dringend Entspannung und Ablenkung.
- ZWILLING 22.5.-21.6.** Der Arbeitsablauf mag Ihnen etwas eintönig erscheinen, doch der Besuch einer Wochenendveranstaltung entschädigt Sie für vieles!
- KREBS 22.6.-22.7.** Sagen Sie, was Ihnen wichtig ist. Dadurch verhindern Sie, dass andere Sie für Dinge einspannen, mit denen Sie gar nichts zu tun haben wollen.
- LÖWE 23.7.-23.8.** Es ist, wie es ist: Wenn die anderen nicht helfen wollen, werden Sie die Sache allein meistern müssen – dürfen aber auch den Gewinn einstreichen.
- JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Handeln Sie nicht unüberlegt! Momentan besteht leider die Tendenz zu Missgeschicken, wenn Sie Dinge anpacken, die Sie nicht beherrschen.

Der Campus lebt
(djd-k). An deutschen Hochschulen sind über 400.000 ausländische Studierende immatrikuliert. „Vom Wegfall der Präsenzveranstaltungen wegen der Pandemie waren sie besonders betroffen“, erklärt Prof. Dr. Marcelo da Veiga, er ist Mitglied im Vorstand des Verbandes der Privaten Hochschulen (VPH). Für ausländische Studierende war es mühsamer, Kommilitoninnen und Kommilitonen kennenzulernen, die Möglichkeiten, außerhalb des Unterrichts Deutsch zu sprechen, waren sehr eingeschränkt. „Grundsätzlich haben private Hochschulen wegen ihrer agileren Struktur während der Pandemie Vorteile gegenüber staatlichen Unis gehabt, etwa bei der Beschaffung von Online-Equipment. Nichtsdestotrotz freuen sich auch die Studierenden an privaten Hochschulen über die Rückkehr zum Präsenzunterricht“, so Prof. da Veiga. www.private-hochschulen.net

- WAAGE 24.9.-23.10.** Besinnen Sie sich darauf, wer Ihre wirklichen Freunde sind. Sonst geraten Sie leicht an Menschen, die Sie nur ausnutzen wollen.
- SKORPION 24.10.-22.11.** Sie brauchen jetzt Ruhe: Ein Sturm kündigt sich an, auf den Sie gut vorbereitet sein müssen. Nehmen Sie sich die kleine Auszeit!
- SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Der Berufsalltag läuft glücklicherweise unkompliziert ab. Das kann man von der Partnerschaft nicht sagen – Sie müssen mehr daran arbeiten!
- STEINBOCK 22.12.-20.1.** Jemand ist charakterlich ein echtes Windei: Wer wie Sie sich nach einer Liebe mit Zukunft sehnt, darf sich nicht von schönen Worten blenden lassen.
- WASSERMANN 21.1.-19.2.** Hektischer Aktionismus ist in dieser Woche ebenso unangebracht wie übertriebene Vorsicht. Es gilt, den goldenen Mittelweg zu finden!
- FISCHE 20.2.-20.3.** Eine Krise hätte verhindert werden können, wenn Sie etwas eher den Mund aufgetan hätten. Das sollte Ihnen für die Zukunft eine Lehre sein!

Foto: djf-k/Verband der Privaten Hochschulen

NORMA®

XXXL

über 70 Artikel in Ihrer Filiale, z.B.

ab Montag, 28. März

Waschmittel Universal oder Color – flüssig
4,9-l-Flasche für 140 Waschladungen (pro Waschgang –,06) oder Pulver 7,5-kg-Packung für 100 Waschladungen (pro Waschgang –,08) je Artikel

100 WL/140 WL
UVP 10,99
7,99* **27% billiger**

Felix Knabber Mix
160-g-Packung + 40 g gratis (100 g = 1,-) je Packung

20% billiger
40 g gratis
UVP 2,49
1,99*

Extra aus original irischer Butter und wertvollem Rapsöl mit Meersalz oder ungesalzen, 400-g-Becher (1 kg = 6,23)

Im Aktionskühlregal:

42% billiger
zum Vergleich: UVP 250-g-Schale = 2,68
400 g
UVP 2,49
2,49*

+ viele weitere **SENSODYNE**-Artikel

SENSODYNE Multicare
Zahncreme Original oder Sanftweiß 2x75-ml-Tube (100 ml = 2,96) je 2er-Pack

2er-Pack
UVP 5,49
4,44* **24% billiger**
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 2,95

whiskas Snack Boxen
Whiskas 10-teilig, 600-g-Box (1 kg = 14,98) oder **Frolic** 14-teilig, 1,4-kg-Box (1 kg = 6,42) je Box

10-/14-teilig
UVP 10,99
8,99* **21% billiger**
zum Vergleich Whiskas 60-g-Packung = 1,15

Roy Snacks Fisch- & Hühnerstreifen oder Calcium-Knochen
360-g-Beutel (1 kg = 13,86) je Beutel

ca. 120 Stück
360 g
UVP 5,99
4,99*

frühling Premium Teich-Sticks
Schwimmfähiges Mischfuttermittel für alle Teichfische, 7-l-Packung (1 l = -,43)

7 Liter
UVP 3,99
2,99*

Sirup Birnen-Beeren, Erdbeer-Zitronen-Melonen- oder Orangen-Mandarinen Geschmack
700-ml-Flasche, ohne Pfand (1 l = 2,41) je Flasche

700 ml
UVP 2,41
1,69*

Kinder Maxi Mix/Mix Große Mischung
Maxi Mix 157-g-Packung (100 g = 2,54) oder Mix Große Mischung 202-g-Packung (100 g = 2,47) je Artikel

18% billiger
UVP 4,89
3,99*

Lindt Henne aus Alpenvollmilchschokolade 35-g-Figur (100 g = 3,97) je Figur

billiger
UVP 5,19
4,99*

17% billiger
UVP 1,69
1,39*

Lindt Osterierbeutel XXL gefüllt mit Lindor, Milch 254-g-Beutel (1 kg = 23,58) oder Klassiker Mischung 288-g-Beutel (1 kg = 20,80) je Beutel

UVP 6,99
5,99* **14% billiger**

CyberHaus Oster-Eierlikör
Eier aus Bodenhaltung, 15% vol, 0,7-l-Flasche (1 l = 6,84)

UVP 4,99
4,79* **billiger**

NORMA® IMMER MEHR FÜRS GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN – IMMER DER BESTE PREIS

BAUFIX Wetterschutz-Holzgel 5 Liter Made in Germany

- Für innen und außen
- Hoher UV- und Wetter-Holzschutz
- Für viele Holzarten geeignet

(1 l = 2,60) je Dose

48% billiger
UVP 24,99
12,99*

24 Auch online

bella casa Wachstum-Tischdecke
• Beliebig zuschneidbar • Strapazierfähig • Feucht abwischbar • Aus PVC

NEUE Designs

24 Auch online

ca. 130x160 cm (1m²=2,16) Ø ca. 140 cm (1m²=2,49)	ca. 140x190 cm (1m²=2,25) ca. 140x220 cm (1m²=1,94)
3,49*	4,49* 5,99*

Outdoor-Stuhlklissen 2er-Set oder **-Bankauflage** • 100% Polyester

Stuhlklissen 2er-Set je ca. 40 x 40 x 5 cm

Bankauflage ca. 100 x 35 x 3 cm

je Ausführung **9,99***

24 Auch online

Hochwertige Polsterauflagen in Grün oder Rot • Mit Punktsteppungen, farblich angepasstem Einfassband und Gummirückhalteband

Hochlehner-Polsterauflage ca. 116x50x5 cm

Niedriglehner-Polsterauflage ca. 98x50x5 cm

je Ausführung **6,99***

24 Auch online

BAUFIX XXL-Express-Deckfarbe 5 Liter

- Für Holz und Mauerwerk • Für innen und außen
- Zwei Anstriche pro Tag möglich • Extrem wetterbeständig • 5 Liter reichen für ca. 50m² (1 l = 4,-)

50% billiger
UVP 39,99
19,99*

24 Auch online

bella casa XXL-Outdoor-Sitz- oder Rückenklissen für Euro-Paletten

- Aufwendig verstept
- Bezug 100% Polyester

24 Auch online

je Rückenklissen ca. 120x40x20/10 cm	je Sitzklissen ca. 120x80x16 cm
19,99*	29,99*

Rasenteppich • Individuell zuschneidbar • UV- und witterungsbeständig, wasserfest • 100% Polypropylen

Mit Drainage-noppen

ca. 200x300 cm (1m²=3,-) Premium ca. 100x200 cm (1m²=9,-)

ca. 100x300 cm (1m²=3,33)

je Ausführung **9,99*** **17,99***

24 Auch online

Ultrafeste Abdeckplane Einsetzbar als Abdeck- oder Unterlegplane 3 Jahre Garantie

Mit Wendeseite ca. 180 g/m²

1,5x5m (1m²=1,33) 2x3m (1m²=1,67) 3x3m (1m²=1,11) 2x4m (1m²=1,25)

je Ausführung **9,99***

24 Auch online

PowerGarden Pinsel-Set „Pro XXL“ 17teilig Lasurpinsel-Set

- Aus FSC®-zertifiziertem Holz (FSC-N001587)

Auch erhältlich: Als Acryl-, -Lack- oder Anstreichpinsel-Set

je 17er-Set **9,99***

24 Auch online

PowerGarden Pflanztopf „Landhaus“ in 3 Farben • UV- und witterungsbeständig – auch für den Außenbereich geeignet

Made in EU **NEU**

je Ausführung **8,99***

TOPTEX Ultraleichte Sommer- und Freizeit-Clogs für Damen oder Herren

- Größen 37–45 je Paar

je Ausführung **3,99***

Flexibler Gartenschlauch • Kompletts-Set inkl. Brause und Anschlüsse • Sprühkopf 7-fach verstellbar • 3 Jahre Garantie

Verlängert sich durch Wasserzufuhr bis zur 3-fachen Länge

Von 2,5 auf 7,5 m (1m=4,-)	Von 5 auf 15 m (1m=3,-)
9,99*	14,99*
Von 7,5 auf 22,5 m (1m=2,40)	Von 10 auf 30 m (1m=2,-)
17,99*	19,99*

je Ausführung **7,99***

24 Auch online

Solar-Multifunktionspumpe

- Förderhöhe 150–180 cm • Pumpenleistung 4W/12V
- Mit Solar-modul 6W/12V
- Inkl. 4 Aufsteck-rohren und 8 versch. Fontänenaufsätze

40% billiger
UVP 49,99
29,99*

24 Auch online

topfit LED-Dartboard

- 4 LED-Displays • Inkl. Montagematerial und Netzadapter
- Inkl. 12 Soft-Darts und 100 Ersatzspitzen
- 3 Jahre Garantie je Dartboard

27 Spiele mit 175 Spielvarianten

19,99*

Sisal-Dartscheibe • Durchmesser 45 cm • Inkl. 3 Dartpfeilen, Abwurfline und Maßband 3 Jahre Garantie

3,99*

24 Auch online

LENA XXL Großfahrzeuge Bagger (ca. 70 cm lang), Muldenkipper-Lkw (ca. 62 cm lang) oder Schaufellader (ca. 64 cm lang)

UVP 29,99
je Ausführung **17,99***

40% billiger

24 Auch online

Bewässerungssystem „Comfort Edition“ 3 Jahre Garantie

- Pflanzen-Dusche
- Gelenkanschluss 1/2"
- Schnellkupplung 2er-Set
- Absperrventil (Modell-beispiele)
- Multi-funktions-Brause
- Garten-Spritze

je Ausführung **2,99***

24 Auch online

Sommer-Spielwaren

- Ersatzsoftbälle 3er-Set UVP 4,99 je Ausführung **2,99***
- Ersatzfederbälle 3er-Set **40% billiger**
- Beach Volley & Super Disc 4tlg. UVP 24,99 je Ausführung **14,99***
- Riesen-Schläger-Set 4tlg. **40% billiger**

24 Auch online

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

25% billiger
UVP 39,99
29,99*

24 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 Kauf-zwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an 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.

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

Goldora exklusiv bei **NORMA**

JETZT ÜBER 55 OSTERNASCHEREIEN!

FAIRTRADE COCOA

FAIR & LECKER!
FAIRTRADE-KAKAO FÜR
UNSERE GOLDORA-SCHOKOLADE



NORMA®

www.norma-online.de

Deine letzte Reise wird unendlich und von tiefer Ruhe sein.
Wir werden in unseren Gedanken immer bei dir sein
und sagen „tschüss“, „machs gut“ und „auf Wiedersehen“.

Nach schwerer Krankheit nehmen wir voller Liebe und Dankbarkeit Abschied von unserem Papa, Schwiegervater, Opa, Bruder, Onkel, Patenonkel und Freund

Richard (Richi) Dallwitz

* 14. 5. 1950 † 17. 3. 2022



In stiller Trauer
Claudia und Thomas Fischlein
mit Adrian, Tamino und Elias
Sascha und Kerstin Dallwitz
Anna-Maria Uhlig mit Lea und Samira
Christina Dallwitz und Marc Apel
Sabrina und Fabian Kallée mit Emilian und Kiara
Theresia Dallwitz und Detlef Stutz
Elvira Herbst mit Sandra und Martina
Ruth Zander und Johannes Neumann
mit Frank und Nina

Gittersdorf, den 26. März 2022

Die Urnenbeisetzung findet am Freitag, dem 1. April 2022, um 11.00 Uhr im Friedwald in Ludwigsau statt. Von Beileidsbekundungen am Grab bitten wir abzusehen.

Für bereits erwiesene und noch zuge dachte Zeichen der Anteilnahme bedanken wir uns herzlich.

Möge die Straße uns zusammenführen und der Wind in Deinem Rücken sein.
Sanft fällt der Regen auf Deine Felder und warm auf Dein Gesicht der Sonnenschein.
Und bis wir uns wiedersehen, halte Gott Dich fest in seiner Hand...
(Irischer Segenswunsch)

Schweren Herzens, aber dankbar für die schöne gemeinsame Zeit, müssen wir Abschied nehmen von meinem liebevollen Mann, unserem allerliebsten Papa, Bruder und Schwiegervater

Karl Heinrich „Henry“ Theis

* 14. 4. 1937 † 21. 3. 2022



Für uns hast du bis zuletzt für dein Leben gekämpft,
nun lassen wir dich in Liebe gehen

Deine Waltraud
Sabine und Norbert
Barbara und Ralph
Elfriede und Winfried

Bad Hersfeld, im März 2022

Die Trauerfeier zur Einäscherung findet am Montag, den 28. März 2022, um 14.00 Uhr in der oberen Kapelle am Hauptfriedhof statt.

Die Urne wird später im Familienkreis beigesetzt.

In deine Hände befehle ich meinen Geist;
Du hast mich erlöst, du treuer Gott.
(Psalm 31,6)

Nach tapfer ertragener Krankheit ist ihre Kraft zu Ende gegangen.
In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von meiner lieben Ehefrau,
unserer lieben Mutter, Schwiegermutter, Oma und Schwägerin



Hannelore Hanstein

geb. Hanstein
* 15. 8. 1941 † 18. 3. 2022

Sie wird immer in unseren Herzen bleiben:
Dein Lothar
Birgit und Andreas mit Johanna und Steffen
Arnd und Kristina mit Julia und Michel
sowie alle Angehörigen

Lispenhausen, den 26. März 2022

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Samstag, den 2. April 2022 um 14 Uhr auf dem Friedhof in Lispenhausen statt. Von Beileidsbekundungen vor der Trauerfeier und am Grab bitten wir abzusehen.



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

Wenn wir endgültig Abschied nehmen müssen, dann ist Trauer mehr als bloßer Schmerz über den Verlust eines geliebten Menschen. Sie ist Dankbarkeit, dass er war. Sie ist Gewissheit, dass er bleiben wird. Sie ist Hoffnung auf ein Wiedersehen.

Reinhard Staube

Plötzlich und unerwartet nehmen wir traurig und dankbar Abschied von meinem lieben Opa, Bruder, Schwager und väterlichen Freund

Klaus Nennstiel

* 01. 04. 1943 † 12. 03. 2022

Die Beisetzung findet am Samstag, den 02. April 2022 um 14.00 Uhr im Ruheforst Werraland bei Herleshausen statt. Für bereits erwiesene und noch zuge dachte Anteilnahme bedanken wir uns herzlichst. Von Blumen und Kranzspenden bitten wir höflichst abzusehen.

Kondolenzadresse: Fam. Noack, Eichbergstraße 06, 36269 Philippsthal

Philippsthal, im März 2022



Jürgen Hucke

* 19. 5. 1956 † 14. 3. 2022

„Wir sind traurig, DICH zu verlieren,
erleichtert, DICH erlöst zu wissen,
dankbar, mit DIR gelebt zu haben.“

In unseren HERZEN wirst du IMMER bei uns sein!
Deine Margit, Linda, Stephan, Thomas & Angehörige

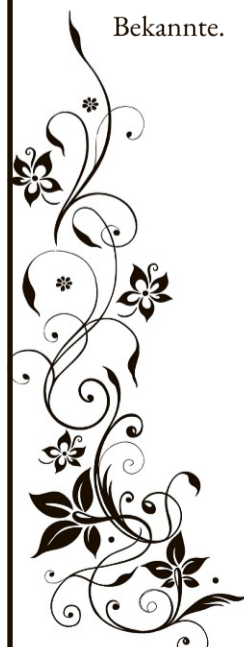
Die Trauerfeier findet aus gesundheitlichen Gründen nur im engsten Kreis statt.

- Margit Hucke, Brotgasse 3, 36199 Rotenburg a. d. Fulda -



Eine Familien-Anzeige

in unserer Zeitung erreicht alle Freunde und Bekannte.



Gott ist die Liebe; und wer in der Liebe bleibt, der bleibt in Gott und Gott in ihm.

1. Joh. 4,16



Kurt Michaelis

† 24.02.2022

Wir danken allen, die uns in den schweren Tagen des Abschieds durch Worte, Briefe, Karten und Zuwendungen ihre herzliche Anteilnahme bekundet haben.

Es hat uns sehr berührt, wie viele aus nah und fern sich freundlich, liebevoll und wertschätzend an unseren lieben Ehemann und Vater erinnern.

Unser besonderer Dank gilt Herrn Pastor Ebener für seine tröstlichen Worte bei der Trauerfeier, Arne zur Nieden für das Orgelspiel und allen, die unseren lieben Ehemann und Vater auf seinem letzten Weg begleitet haben.

Käthe Michaelis und Familie

Göttingen, im März 2022

Auch wenige Worte können viel Trost spenden.

Mit einer Familienanzeige in Ihrer Tageszeitung geben Sie den Verlust eines lieben Menschen bekannt.



Sinnvoll renovieren

Bei Umbauten schon an die Barrierefreiheit denken

Der Altersdurchschnitt der Bevölkerung in Deutschland steigt. Damit einher geht ein wachsender Bedarf an altersgerechtem, barrierefreiem Wohnraum. Doch der ist Mangelware.

„Bei einer anstehenden Renovierung lohnt es sich daher, schon frühzeitig an barrierefreien Komfort zu denken“, erklärt Erik Stange, Pressesprecher des Bauherren-Schutzbund e. V. (BSB). Stange weist darauf hin, dass vieles, was das Leben mit körperlichen Einschränkungen erleichtert, auch für jüngere Menschen Annehmlichkeiten bietet. „Familien und ältere Menschen freuen sich gleichermaßen, wenn sie den schweren Einkauf oder den Kinderwagen vom Parkplatz direkt und ohne lästige Treppen in den Hausflur bringen können“, so der Experte. Als weitere Beispiele



Mit möglichst wenigen Stufen wird das Leben in jedem Alter erleichtert. FOTO: DJD/KEBONY.DE

nennt Stange bodenebene Duschen oder breite, schwellenlose Zimmerverbinder. Er empfiehlt, für die Planung von Modernisierungsmaßnahmen den Rat eines unabhängigen Sachverständigen für Barrierefreiheit einzuholen.

Im Rahmen eines Modernisierungsschecks kann der

Berater den Bestand im Haus oder in der Wohnung erfassen und konkrete Vorschläge für Verbesserungen ausarbeiten. Dazu gehören auch Vorkehrungen, mit denen sich altersgerechte Ausstattungen schnell und einfach nachrüsten lassen. Im Bad sind das zum Beispiel Montageplatten für Stütz-

hilfen an WC, Dusche und Wanne, die bei der Renovierung unsichtbar in die Wand eingebaut werden. In der Küche kann das Waschbecken so vorbereitet werden, dass es nach Entfernung des Unterschranks auch im Sitzen oder mit dem Rollstuhl gut zu nutzen ist.

Austausch von Fenstern lohnt sich

Wegen steigender Energiekosten rechtzeitig sanieren

Glas ist ein echtes Multitalent in der Architektur: Es lässt Räume großzügiger und freundlicher erscheinen, holt viel Tageslicht ins Gebäude und löst die Grenzen zwischen Innen- und Außenbereich optisch auf.



Beim Bauen mit Glas gehen Innen- und Außenbereiche fließend ineinander über. FOTO: DJD/UNIGLAS/JAN MARC SPECKLIN

Gerade in der heutigen Architektur, die mit offenen Flächen häufig an Lofts erinnert, kann der Werkstoff besondere Akzente setzen und dem Zuhause ein Gefühl der Leichtigkeit geben. Glasvorbauten wie Wintergärten und mehrgeschossige Foyers lassen Innenräume noch wohnlischer erscheinen – direkt beim Neubau oder auch später bei Verschönerungen und Erweiterungen.

Große Fensterflächen verbinden das Zuhause optisch mit der Natur. Dank moderner Mehrfachfenster mit hoher Dämmleistung erfüllt

die Verglasung bei allen ästhetischen Vorteilen gleichzeitig die heutigen Anforderungen an die Energieeffizienz. Fast alles, was das Zuhause ansprechender macht, lässt sich aus dem vielseitigen Material herstellen – Treppen, Trennwände, Duschen und sogar Möbelstücke. So können etwa Schiebetüren und Raumtrenner aus Glas den Innenbereich strukturieren, ohne eng begrenzte und dunkle Räume zu schaffen. Bei Ei-

genheimen mit einer Galerie schaffen Glasgeländer und Brüstungen ein Gefühl der Freiheit. Damit neben der Optik auch die Sicherheit überzeugt, verfügen beispielsweise Geländer des Herstellers Uniglas über eine zuverlässige Absturzicherung. Optische Akzente setzt ebenso eine Treppe mit Stufen aus transparentem Verbund Sicherheitsglas, bei denen man mit jedem Schritt scheinbar im Raum schwebt. Praktisch

sind Glaselemente auch als langlebige und einfach zu reinigende Wandoberflächen für vielfältige Zwecke, vom Arbeitsbereich in der Küche bis zum Badezimmer. Dort verbinden Ganzglasduschen barrierefreien Komfort mit einem hohen Maß an Hygiene, zudem sind sie besonders einfach zu pflegen. Weitere Anregungen finden sich bei Fachbetrieben vor Ort.

vario TREPPEN

aus Holz oder Metall, für innen oder außen, für Alt- oder Neubau

Breitenbacher Weg 9
36179 Bebra
Telefon 06622 9261-0
www.variotreppen.de

Hörmann – Berner – Normstahl – Siebau – Novoferm
Bothe-Hild – Crawford – Krüger – FEFI-Graf – u.v.m.

Fa. H. Dienenhofen
Technischer Baubedarf
Garagentore • Antriebe
Homburger Str. 28 a
36251 Bad Hersfeld
Tel. 0 66 21 / 29 73 • Fax 6 29 75
Ersatzteile und Service
aller Fabrikate!!

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!

Naturstein Schaffert

Heinrich Schaffert & Söhne GbR

Natursteinarbeiten
im Innen- u. Außenbereich

Planung & Beratung

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

Ihr Fachmann für Malerarbeiten
– innen und außen –
sowie Putz- und Gerüstarbeiten
mit Wärmedämmung

Malerbetrieb Geißler
Inhaber Frank Stachainczyk

Silbergraben 16 • 36275 Kirchheim-GERSHAUSEN
Telefon 0151 / 56 83 97 76

STRANSKY ROTENBURG
Parkett • Fußboden • Raumausstattung

Industriestraße 19 | 36199 Rotenburg
Telefon 0 66 23 - 72 27 | Fax 0 66 23 - 41 42 1 | Mobil 01 72 - 560 41 76
Kontakt: ps@stransky-parkett.de | www.stransky-parkett.de

HOCH- UND TIEFBAU SEBASTIAN MAI MEISTERBETRIEB

- Hoch- und Stahlbetonbau
- Baugruben und Erdarbeiten
- Abbrucharbeiten
- Kanalbau und Entwässerung
- Pflasterarbeiten
- Baustoff-Lieferung
- Schlüsselfertiges Bauen

Am Haselbach 24 · 36199 Rotenburg-Seifertshausen
Telefon 06623 3008961 · info@bau-mai.de · www.bau-mai.de

SpardaEigenheimOffensive

Mit gutem Gefühl ins eigene Zuhause!

MONEY FAIRSTER BAUFINANZIERER
Sparda-Banken
4 weitere Banken erhalten die Note Sehr Gut im Test: 24 Baufinanzierer in Deutschland
Ausgabe 44/2021

✓ Fairstes Preis-Leistungs-Verhältnis ✓ Fairstes Produktangebot
✓ Fairste Kundenberatung ✓ Fairste Kundenkommunikation
✓ Fairster Kundenservice ✓ Mehr auf: sparda-hessen.de/eigenheim

Filiale Bad Hersfeld · Dudenstraße 9
36251 Bad Hersfeld | Filiale Bebra
Bahnhofstraße 16 · 36179 Bebra
Angaben über weitere Filialen erfahren Sie im Internet und unter Telefon (0 69) 75 37 0.

Sparda-Bank
Sparda-Bank Hessen eG

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

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

Ihr Meisterbetrieb rund um's Dach!

DACHDECKEREI hess walther seit 1945
BERATUNG · PLANUNG · REALISIERUNG

- Fachbetrieb für Dachdeckungen und Entwässerungen
- Fachdach-Sanierungen
- Schornsteinverkleidungen
- Isolierung/Wärmeschutz im Dachbereich
- Dachfenster
- Blitzschutz
- Reparaturservice
- Gerüstarbeiten...

Goethestr. 18 a · 36251 Bad Hersfeld · Tel. 06621 14278 · info@dach-hess-walther.de

Ihr Partner für:

Holz, Holz-Aluminium,
Kunststofffenster,
Haustüranlagen, Wärme,
Schall-, Sonnenschutz,
geprüfte Einbruchsicherheit
(RC1, RC2, RC3), Glasreparatur-
Service, Glaserarbeiten

Tischler
Innung
Hersfeld-
Rotenburg

Horchler
BEBRA
seit 1919

Inh. Manfred Horchler, Dipl.-Ing. (FH) BDB
Christian Horchler, Tischlermeister
Gilfershäuser Straße 9 • 36179 Bebra
Tel.: 06622 7410 • Fax: 06622 5311
E-Mail: info@horchler-sohn.de
Internet: www.horchler-sohn.de

**Wir suchen Maler, Tischler,
Schreiner und Glaser!**

STELLENANGEBOTE

Frauenpower?

„Familie und Haushalt unter einen Hut zu bekommen, ist schon manchmal stressig. Trotzdem will ich nebenbei mein eigenes Geld verdienen. Als HEIMATNACHRICHTEN - Zustellerin habe ich einen Job der Spaß macht und sich trotzdem mit Familie und Haushalt vereinbaren lässt.“

© Foto: Lieschen - www.fotolia.com

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

Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhafte in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich die HEIMATNACHRICHTEN Rotenburg Bebra bzw. den Kreisanzeiger Bad Hersfeld **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

KREISANZEIGER BAD HERSFELD

- **BAD HERSFELD:** Beiershausen, Johannesberg, Kathus, Sorga, Stadt
- **FRIEDEWALD:** Stadt
- **HAUNECK:** Unterhaun
- **KIRCHHEIM:** Gersdorf, Heddersheim, Stadt
- **LUDWIGSAU:** Meckbach, Mecklar, Reilos, Rohrbach
- **NEUENSTEIN:** Untergeis
- **NIEDERAULA:** Stadt
- **PHILIPPSTHAL:** Stadt
- **SCHENKLENGSFELD:** Erdmannrode, Oberlengsfeld, Unterweisenborn, Wippershain Stadt
- **VACHA:** Stadt

HEIMAT-NACHRICHTEN ROTENBURG BEBRA

- **ALHEIM:** Heinebach
- **BEBRA:** Breitenbach, Stadt
- **GERSTUNGEN:** Untersuhl
- **NENTERSHAUSEN:** Stadt
- **RONSHAUSEN:** Stadt
- **ROTEBURG:** Braach, Lisenhausen, Stadt
- **WILDECK:** Hönebach

Bewerben Sie sich jetzt!
Tel: (0561) 92094-101
www.top-direkt.de



Landkreis Hersfeld-Rotenburg
Der Kreis Ausschuss

Der Kreis Ausschuss des Landkreises Hersfeld-Rotenburg beabsichtigt, zum nächstmöglichen Zeitpunkt folgende Stellen zu besetzen:

Sachbearbeitung AsylbLG (m/w/d)

- 2 Stellen -
Aufgaben u. a.: Gewährung bzw. Ablehnung von Leistungen nach dem AsylbLG, Sanktionsprüfung sowie Bearbeitung von Widerspruchsverfahren.

Wohnraummanagement Migration (m/w/d)

- 1 Stelle -
Aufgaben u. a.: Wohnraumverwaltung zur Unterbringung schutzsuchender Menschen sowie finanztechn. Abwicklung des Wohnraumbestandes.

Systemadministrator/-in (m/w/d)

- 1/2 Stelle (19,5 Std.) -
Aufgaben u. a.: Systemadministration der Datenverarbeitung (Schwerpunkt SGB XII/IX, Mitarbeitersupport), Durchführung Rechenläufe, Controlling und Datenqualitätssicherung.

Projektleitung IVAF (m/w/d)

- 1 Stelle -
Aufgaben u. a.: Leitung und Steuerung des Projektes zur Förderung und Sicherung der Integration von Flüchtlingen und Asylsuchenden in den Arbeitsmarkt, Finanzmanagement und Durchführung von Maßnahmen.

Die Voraussetzungen der einzelnen Stellen können Sie den vollständigen Stellenausschreibungen auf unserer Homepage entnehmen.

Bewerbungsschluss: 9. 4. 2022

Weitere Informationen unter:
www.hef-rof.de/stellenausschreibungen
E-Mail: personal@hef-rof.de
Telefon 06621/ 87-1107

» Мы с уважением относимся к нашим многочисленным трудолюбивым русскоязычным сотрудникам.

» Мы никого не дискриминируем.

» То, что показывают по телевизору, не означает, что все русские плохие.

Приходите к нам, и вы можете получить новую работу.

Вы можете послать нам ваше заявление на работу уже сегодня.

arbeit@bist-du-bereit.com
06678 919012

BDL BAHN DIENSTLEISTUNGEN LUDOLPH
www.bist-du-bereit.com

Menschsein stärken IB Südwest

WIR SUCHEN AUSGEBILDETE PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE (M/W/D) IN VOLL- UND TEILZEIT (SCHICHTDIENST)!

Die IB Südwest ist im Landkreis Hersfeld-Rotenburg in verschiedenen Bereichen der sozialen Arbeit tätig.

Für unsere stationären Jugendhilfeeinrichtungen Mädchenwohngruppe Elisabeth-Oswalt-Haus Hohenroda + Inobhutnahme für Kinder und Jugendliche Bad Hersfeld suchen wir engagierte Mitarbeitende, die nach einer neuen Herausforderung suchen und unsere motivierten pädagogischen Teams vor Ort verstärken möchten.

Sie möchten mehr erfahren?
Ausführliche Stellenbeschreibungen entnehmen Sie bitte dem folgenden link:
<https://www.internationaler-bund.de/ib-gruppe/jobs-karriere>

Ihr Interesse ist geweckt, Sie haben noch Fragen?
Dann wenden Sie sich gerne an:

IB Südwest gGmbH
Bahnhofstraße 10, 36251 Bad Hersfeld
Telefon 06621/75944
ib.hersfeld-rotenburg@ib.de, www.ib-suedwest.de

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

ZAHNTECHNIKER (m/w/d) gesucht.
Studio für Zahntechnik • Nordstr. 12 • 34549 Edertal
E-Mail: bewerbung-sfz@web.de • Tel. 0173/5110288

Busfahrer in Voll- und Teilzeit gesucht (m/w/d)!

- zur Verstärkung zum nächstmöglichen Zeitpunkt für Reiseverkehr, Tages-, Schul- und Seniorenfahrten.
- Sie haben ein gepflegtes Auftreten sowie gute Deutschkenntnisse
- sind motiviert und flexibel, arbeiten genau und gewissenhaft
- dann bewerben Sie sich:

Reisedienst Schäfer GmbH & Co. KG
Alte Straße 1, 36110 Schlitz-Pfardt
Tel.: 0 66 42/3 36 – Fax: 0 66 42 / 72 67
E-Mail: info@reisedienst-schaefer.de

Du bist mit Deiner momentanen Situation unzufrieden?
Verändere was!

Die Gasthausbrauerei im Kreis Hersfeld-Rotenburg sucht zur Unterstützung für das Küchenteam eine(n)

Koch/Köchin (m/w/d)

Tolles Team, gute Bezahlung und gute Arbeitszeiten!
Telefon: 0175 9770990 • info@bier-rotenburg.de

Sanacorp

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

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

Wareneingang (m/w/d)
in Teil- oder Vollzeit

Lagermitarbeiter (m/w/d)
in Teil- oder Vollzeit und geringfügig Beschäftigte

Mitarbeiter Warenwirtschaft (m/w/d)
in Teil- oder Vollzeit

Sanacorp zählt zu den führenden Unternehmen im pharmazeutischen Großhandel mit rund 3.000 Mitarbeitern an 19 Standorten in Deutschland. Unsere Kernkompetenz liegt in der schnellen, flächendeckenden und wirtschaftlichen Versorgung der Apotheken mit Arzneimitteln und Gesundheitsprodukten.

Gerhard H. Strategischer Einkauf
Ramesh J. Kommissionierung

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

Gemeinsam für morgen.

LKW Fahrer (m/w/d) für Kippertransporte dringend gesucht!

in einem eingespielten Team, mit modernem Fuhrpark und im Nah- und Fernverkehr.

Bewerbungen gerne unter:
Tel.: 05662-400725
oder per Mail:
s.winkler@ruedebusch-transporte.de

Rüdebusch Baustoffe Transporte

Niederlassung Felsberg · Mittelhöfer Str. 11-13 · 34587 Felsberg

ALL IN 1 LOGISTIK-SERVICE

24 Stunden Service

Fahrer gesucht für:

- LKW bis 12 t - 3.000 €
- LKW bis 7,5 t - 2.500 €
- Transporter Be- und Entladehilfen (Beifahrer) - 2.000 €
- Tagschicht

Arbeitsort Fulda sowie Bad Hersfeld
LOGISTIKSERVICE-BAD-HERSFELD@GMX.DE • TEL.: 0177-6169711

EVANGELISCHE KIRCHE VON KURHESSEN-WALDECK

Der Zweckverband Evang. Tageseinrichtungen für Kinder im Kirchenkreis Hersfeld-Rotenburg Süd sucht

ab sofort für seine Kindertagesstätten in Bad Hersfeld und ab 1. 8. 2022 oder später für den Krippenneubau in Niederaula

mehrere Erzieher (m/ w/ d) in Voll- und Teilzeit auf unbestimmte Zeit.

Wir wünschen uns:

- pädagogische und religionspädagogische Kenntnisse
- Freude an der Arbeit mit Kindern
- engagierte, kommunikative, flexible und teamfähige Mitarbeitende
- abgeschlossene Ausbildung zum Erzieher (m/ w/ d)

Wir bieten Ihnen:

- unbefristete Beschäftigung
- Fortbildungsmöglichkeiten
- motivierte und innovative Teams

Außerdem suchen wir zum 1. 8. 2022

Berufspraktikanten (m/ w/ d) sowie zum 1. 8. 2023

Auszubildende (m/ w/ d)

im Rahmen der Praxisintegrierten Ausbildung (PIVA) zum/zur staatlich anerkannten Erzieher/in

Aufgrund der religionspädagogischen Arbeit mit Kindern ist die Mitgliedschaft in der evangelischen Kirche oder einer der ACK angehörenden Kirchen wünschenswert.

Wenn Sie mit der vorübergehenden Speicherung Ihrer persönlichen Daten bis zum Abschluss des Auswahlverfahrens einverstanden sind, freuen wir uns auf Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen bis zum **15.04.2022** per Post oder E-Mail an:

Zweckverband Evang. Tageseinrichtungen für Kinder im Kirchenkreis Hersfeld-Rotenburg Süd, Herrn Pfarrer Ingo Schäfer, Schlippental 39, 36251 Bad Hersfeld, ingo.schaefer@ekkw.de

Bitte beachten Sie, dass alle für das Bewerbungsverfahren relevanten Unterlagen nach Beendigung des Auswahlverfahrens aus datenschutzrechtlichen Gründen vernichtet werden. Reichen Sie daher bitte keine Originale ein.

Wir suchen für unsere Filiale in Haunack-Unterhaun (REWE-Markt) ab sofort für 3 Tage pro Woche eine

Reinigungskraft m/w/d

auf Mini-Job Basis.

Die Arbeitszeit Mo. bis Sa. von 17.45 Uhr bis 20.45 Uhr

Wir bieten:
einen unbefristeten Arbeitsvertrag,
Rabatt auf Personaleinkauf,
angenehmes Arbeitsklima.

Haben Sie Lust in unserem Team zu arbeiten?

Bitte richten Sie Ihre Bewerbung an
Metzgerei Walter Schott,
Frau Vogt, Fischbach 22, 36282 Haunack
sandra.vogt@metzger-schott.de
o. Tel.: 06621 62208

Metzgerei Schott
Spezialitäten aus Fischbach

STELLENANGEBOTE



Für unser Team in Bad Hersfeld suchen wir
einen Auszubildenden (m/w)
zum
Steuerfachangestellten



Bolender & Partner
Wirtschaftsprüfer | Steuerberater | Rechtsbeistand

Senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen an untenstehende Adresse oder bewerben Sie sich gleich online.

Kleine Industriestraße 7 | 36251 Bad Hersfeld | Telefon: 06621 9299-0 | kanzlei@bolender.de www.bolender.de

Wir suchen für den Standort in Bad Hersfeld
zum nächstmöglichen Eintritt einen

IT-Fachmann/Fachinformatiker (m/w/d) für Systemintegration

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage
www.leist.de



Leist Oberflächentechnik GmbH & Co. KG
Breitbachstraße 5
36251 Bad Hersfeld
Telefon: 06621 / 9231-0
Telefax: 06621 / 9231-400
E-Mail: karriere@leist.de
Internet: www.leist.de



Wir sind seit mehr als 25 Jahren im Kreis Hersfeld-Rotenburg,
im Wartburgkreis und Umgebung im Landschaftsbau tätig.
Wir suchen für unser sympathisches und kreatives Team
ab sofort zur Verstärkung motivierte



Gärtner (m/w/d) im Garten- und Landschaftsbau
oder vergleichbar

Die genaue Stellenausschreibung finden Sie unter:
www.gratz-gruenanlagenbau.de

Gratz Garten- und Landschaftsbau GmbH
Am Baumgraben 1 · 99834 Gerstungen/OT Unterellen
Telefon: 036927 90463

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

Suche Betreuung für behinderten
jungen Mann, Mo.- bis Fr. von 14.00 bis
18.00 Uhr. Tel.: 0174/9330670

**Fahrer (m/w/d)
für
Personenbeförderung
gesucht.**
Tel. 0 66 21/9 39 00 05

Wir suchen für den Standort in Bad Hersfeld
zum nächstmöglichen Eintritt einen

Forstwirt/Gärtner (m/w/d) mit Fachrichtung Garten- und Landschaftsbau

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage

www.leist.de



Leist Oberflächentechnik GmbH & Co. KG
Breitbachstraße 5,
36251 Bad Hersfeld
Telefon: 06621 / 9231-0,
Telefax: 06621 / 9231-400
E-Mail: karriere@leist.de,
Internet: www.leist.de



H. LEITER Leergut

Zur Realisierung unserer hohen
Unternehmensziele suchen wir
für unser Logistikzentrum in
99837 Berka-Werra

einen
**Kaufmännischen
Mitarbeiter
Fakturierung**
(w/m/d)

Interessiert? Infos unter:
www.leergutleiter.de

Zur Unterstützung unseres Teams
in Rotenburg suchen wir ab sofort

Verkäufer m/w/d in Teilzeit

Interessiert?
Dann bewerben Sie sich!
Ansprechpartner: Herr Martinek
p.martinek@heuerich.de,
Kasseler Str. 60,
36199 Rotenburg a. d. Fulda
www.logo-getraenke.de

Stellenanzeigen

Mobile Haushaltshilfe für Haus-
haltsarbeiten, Einkäufe u. Botengän-
ge in Bebra gesucht. ☎ 0157-30441291

Auto-Verkäufe

An alle lieben Leser: kaufe Wohnwagen/
Wohnmobile mit / ohne TÜV, zu fairen Preisen.
Bitte alles anbieten. ☎ 0152-54658507

Auto-Ankäufe

Wir entsorgen Ihr Altauto
Autoverwertung - Abschleppdienst
DEISEROTH
Tel: 06674 -919515
Ankauf • Abholung • Verwertungsnachweis

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen
Tel. 03 94 4 - 36 16 0 - www.wm-aw.de - Fa.

ALTAUTO
KOSTENLOSER ABHOLSERVICE
☎ 06622 919991
Autoverwertung Reif Bebra

€ Auto-Export ges. Zahle über Wert.
Kaufe alle Kfz, Diesel/Ben., auch
Motorschaden. 0157-570 178 22

An alle lieben Leser: kaufe PKWs zu fairen
Preisen. Unfall, auf ohne TÜV, hohe KM.
Bitte alles anbieten! ☎ 0152-54658507

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

Motorrad-Ankäufe

Suche gebrauchten 125er Roller
oder Chopper. Tel. 06621-1726699

METIN AKKOYUN

Zahnarzt
Zertifizierter Spezialist für
IMPLANTOLOGIE

Wir suchen zum 1. 8. 2022 einen

Auszubildenden (m/w/d)

zum zahnmedizinischen Fachangestellten

Wenn Sie teamfähig, pünktlich und zuverlässig sind,
freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Rathausstr. 7, 36269 Philippsthal
Tel. 0 66 20 / 85 85, Fax: 0 66 20 / 85 14
www.praxisklinik-implantologie.de

DANIELA ZÜCHNER

Zahnärztin



brandau Gelenkketten

Wir sind ein internationaler Hersteller von Förderketten
für den Maschinen- und Anlagenbau mit Fertigungsstätten
in Deutschland und Tschechien.

Für unser Werk in Friedewald suchen wir baldmöglichst einen

Werkzeugmechaniker (m/w/d)

Ihre Tätigkeit umfasst insbesondere

- die eigenverantwortliche Herstellung und Reparatur
von Schnittwerkzeugen und Vorrichtungen
- Einrichtung und Bedienung einer Drahterodiermaschine
- Einrichtung und Bedienung von CNC Fräsmaschinen

Praktische Berufserfahrung im Bau von Schnittwerkzeugen wäre
von Vorteil.

Facharbeiter/Mechaniker Metall (m/w/d)

Ihre Tätigkeit umfasst insbesondere

- die Einrichtung und Bedienung unserer Werkzeugmaschinen
(vorzugsweise Exzenter- u. Hydraulikpressen)
- Mitarbeit bei der Montage von Sonderketten

Wir bieten Ihnen eine unbefristete und sichere Anstellung in
enger Zusammenarbeit mit der Betriebsleitung sowie gute Sozial-
leistungen und eine der Tätigkeit angemessene Vergütung.

Interessiert? Dann senden Sie uns bitte Ihre schriftliche Bewerbung
an die nachfolgende Adresse:

BRANDAU Gelenkketten GmbH + Co. KG
Im Gewerbegebiet 6 · 36289 Friedewald
oder per Email an: s.brandau@brandau.de
Tel. : 06674 - 8058 · www.brandau.de

Bekanntschäften

Du suchst Nähe, Geborgenheit, Liebe und
Zärtlichkeit - bist romantisch? **Martin, 38**
Jahre, groß, stattliche Figur, leitender An-
gestellter, NR, sportlich, attraktiv, gepflegt,
mit Sinn für alles Schöne, geht offen und
zugewandt in die Beziehung, redet gern
und kann sehr gut zuhören. Er liebt das Le-
ben, sucht eine aufgeschlossene, liebevolle
Frau mit Herz und Gefühl, die auch gern
am Kamin sitzt, Zärtlichkeiten austauschen
mag, das Kuschnen liebt und das Leben ge-
meinsam genießen möchte. Er liebt Abend-
essen bei Kerzenlicht, Spaziergänge am
Meer und Natur bei jedem Wetter. Er möch-
te für eine Frau da sein, über alles reden
was bewegt und die schönen Dinge zu
zweit genießen - bis in die Nacht hinein.
Wichtig sind Ehrlichkeit, Offenheit, Treue,
Vertrauen und der Sinn für alles Schöne im
Leben. „Du kannst Dich ruhig fallen lassen -
ich fange Dich auf. Worauf wartest Du?“
**Julie GmbH, Tel. 0661-20739047; Nr. G 6835,
www.pvjulie.de**

Rosemarie, 76 J., gute Köchin, mit schöner
weibl. Figur, jünger wirkend, bin sehr ordnungs-
liebend, fleißig, häuslich u. mobil. Habe keine
großen Ansprüche, wir müssen uns mögen.
Welcher einsame Mann wünscht sich eine
liebe, fürsorgl. Witwe wie mich? Kostenloser
Anruf, Pd-Seniorenglück Tel. 0800-7774050

**Nette ehrliche Frau, Anf. 60 sucht
Freunde** zum Treffen u. gemeinsame
Unternehmungen. Chiffre 591282 z

Kundendienst

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

Kontakte

MIA Bad Hersfeld
a. Argentinien 39 J. Mega OW
0152-10923047

Rosl 01523-640 68 42

Hausfrau (34) **01520-40 22 553**

Mit Ihrer Unterstützung kön-
nen wir viel bewegen. Helfen
Sie uns helfen.

**Brot
für die Welt**
www.brot-fuer-die-welt.de



Schenken Sie Kraft!

Bitte unterstützen Sie das Kinderhospiz Bethel für unheilbar kranke
Kinder und ihre Familien.

Online spenden: www.kinderhospiz-bethel.de



Essen wie in der Steinzeit

Leistungsfähig trotz Verzicht? Die Paleo-Diät auf dem Prüfstand



Rind- & Schweinefleisch in Portionen
VOM HOF KOCH
 Burghaun-Hünhan Goldstr. 21
In einer Portion:
 • Braten • Rouladen • Steaks
 • Hackfleisch • Gulasch
 • Suppenfleisch • Knochen
 Mindestabnahme 10 kg
Nur auf Vorbestellung unter:
01 57 - 57 44 22 67

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, Flieger und Schiffe

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

ES BAU

Wir stehen zu Rat und Tat

- Fußböden aller Art
- Türen einbauen
- Trockenbau
- Anstrich- u. Tapezierarbeiten
- Verputzen, Spachteln
- komplette Raumgestaltung

Verkauf und kostenfreie Beratung vor Ort!

Egerländer Straße 2
 36093 Künzell
 Telefon 0151/19131096
 e-sbau@web.de

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

05 61 / 920 940
 info@top-direkt.de

Wer sich „Paleo“ ernährt, isst wie unsere Vorfahren in der Steinzeit. Hält die Ernährung von Fred Feuerstein so fit, dass wir auch heute – zumindest theoretisch – ein Mammut erlegen könnten?

Die Paleo-Diät wird nicht ohne Grund Steinzeit-Ernährung genannt: Auf den Tisch kommt, was die Menschen im Paläolithikum, also in der Altsteinzeit, sammeln und jagen konnten.

Auf dem Speiseplan stehen also zum großen Teil Gemüse und Obst, bevorzugt Beeren, sowie Samen und Nüsse. Dazu gibt es Eier, Fisch und Fleisch. Auf Getreide, Milch, Milchprodukte und Zucker wird verzichtet.

Paleo ist somit eiweiß- und fettreich, aber kohlenhydratarm. Doch was bedeutet das für unseren Körper und dessen Leistungsfähigkeit? „Anhänger der Paleo-Diät sind der Meinung, dass sich die damalige Ernährung auch heute positiv auf unsere Gesundheit auswirkt“, sagt Astrid Donalies, Sprecherin der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Das Ernährungskonzept folgt der Annahme, dass der Mensch genetisch noch an das Essen der Altsteinzeit angepasst sei und sich die Wahl der Lebensmittel daran orientieren sollte. Moderne „Zivilisationskost“ sei demnach für den Menschen ungesund.

Ernährungswissenschaftlerin Donalies sieht darin einen wahren Kern: Die heute verbreitete (Fehl-)Ernährung sei mitverantwortlich für Krankheiten wie Karies, Übergewicht, Bluthochdruck oder Herz- und Gefäßkrankheiten.

■ Geringe Energiezufuhr hilft beim Abnehmen

Auch wenn Fred Feuerstein nicht gerade für seinen geringen Bauchumfang bekannt ist: „Tatsächlich kann die Paleo-Diät beim Abnehmen helfen“, sagt Donalies. Das sei



Wer sich nach der Paleo-Diät ernährt, kocht viel frisch. Fertiggerichte sind tabu.

FOTOS: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

vermutlich vor allem auf die niedrige Energiezufuhr zurückzuführen. „Positiv ist, dass bei der Diät viel Wert auf wenig verarbeitete Lebensmittel gelegt wird“, sagt Donalies. Insgesamt werde der Körper gut mit Eiweiß und wertvollen Fettsäuren versorgt. Für Calcium, Jod und Vitamin D gilt das aber nicht immer: Sie muss man möglicherweise ergänzen.

■ Viele Gerichte sind ohnehin „Paleo“

Konkret kann ein moderner Paleo-Tag so aussehen: Zum Frühstück gibt es ein Müsli aus Kernen, Nüssen und Samen, dazu Beeren und pflanzenbasierte Milch. Mittags machen zum Beispiel Spargel mit Sauce Hollandaise und Süßkartoffeln satt. Am Abend kommt selbstge-

machte Hühnersuppe mit Hühnerfleisch und Gemüse auf den Tisch.

Aber: Wer sich mit dem Ernährungskonzept beschäftigt, merkt schnell, dass viele Rezepte ohnehin „Paleo“ sind oder sich leicht abwandeln lassen. Ein Steak oder Fisch mit Gemüse etwa fügen sich problemlos in die Ernährungsweise ein.

Doch: Performen wir dank Steinzeit-Ernährung beim Training besser? „Ob der Körper zum Beispiel beim Sport leistungsfähiger ist, wenn man sich nach dem Paleo-Prinzip ernährt, ist noch nicht wirklich bekannt“, sagt die Sport- und Ernährungsmedizinerin Prof. Christine Joisten. Eine Erkenntnis gibt es aber: Eine ketogene Diät wie die Paleo-Diät führte bei Fußballspielern dazu, dass sie

Fettmasse verloren – ohne dabei nennenswert an Muskelmasse und -kraft einzubüßen. Für Sportler ist das positiv, so Joisten, die am Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) tätig ist. Ketogene Diäten lösen im Körper den Zustand der Ketose aus, auch als „Fettstoffwechsel“ bekannt. Heißt: Führt man dem Körper mehr hochwertige Fette und zugleich weniger Kohlenhydrate zu, macht er sich an das Verbrennen von Fettmasse – und nicht von Kohlenhydraten. Das gilt besonders im Zusammenhang mit Bewegung.

Wer also abnehmen, aber möglichst wenig Muskelmasse verlieren möchte, kann sich diesen Effekt zunutze machen. Die Ernährungsum-

stellung hin zu „Paleo“ ergänzt man am besten durch ein Trainingsprogramm, das auf eine ketogene Ernährungsweise zugeschnitten ist.

Ob man die Paleo-Ernährung langfristig durchhalten sollte, bezweifelt Joisten allerdings: „Gerade für Sportler sind Kohlenhydrate auf Dauer unabdinglich. Ihr Körper benötigt sie, um überhaupt an die Fettreserven ranzukommen.“

Die Ernährungswissenschaftlerin Donalies weist außerdem darauf hin, dass der relativ hohe Fleischkonsum der Paleo-Diät für Gesundheit und Umwelt problematisch ist.

Was außerdem zu bedenken ist: Schränkt man sich in seiner Lebensmittelauswahl ein, steigt die Gefahr eines Nährstoffmangels. tmn

Familienanzeigen

Herzlichen Dank

für die vielen vielen Aufmerksamkeiten, Glückwünsche, Blumen, Geschenke und so vieles mehr.

Einen besonderen Dank unseren Kindern, Enkelkindern, der Küsterin, Pfarrerin Weide-Jatho und dem Gasthof Jossatal.

Ihr habt diesen Tag zu einem wunderbaren Erlebnis werden lassen.

Käthe und Peter Schmidt

Hatterode, im März 2022

EICHLER'S HOFLADEN

Metzgerei | Partyservice | Eigene Schlachtung

Unsere Angebote vom 29. 3. bis 2. 4. 2022

Eichler's Nußschinken	100 g 2,09 €
Rinderhuf abgehangen	100 g 2,39 €
Schweinefilet auch gefüllt	100 g 1,39 €
Suppenfleisch	100 g 0,94 €
Lachssteak mariniert	100 g 0,99 €

Spartüte:
5 Pfefferbeißer, 1 Stracke, 1 Delikatess Leberwurst 21,50 €

EICHLER'S HOFLADEN
 Hauptstraße 2
 36282 Haunack-Unterhaun

Telefon 066 21 - 666 64
 eichlers.hofladen@web.de
 www.eichlers-hofladen.de

AUFGEPASST !!!

Werbewochen bei Firma Stieb - Kassel
 Dach- und Fassadensanierung, auch Dachreparaturen,
 Dachbeschichtung, Flachdachsanieung, Innenausbau,
 Fachwerkrenovierung und Reinigung von Photovoltaikanlagen.
 Wir sind hessenweit für Sie unterwegs.
 Gerne erstellen wir Ihnen ein kostenloses,
 unverbindliches Angebot vor Ort.

Mobil 0172 - 5625766 oder Büro 0561 - 51058961
 Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Firma Stieb

Verkauf

Waschmaschine, Herd, Trockner, Gefrierkombis 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

Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.

Je früher Sie Ihre Anzeige bei uns aufgeben, um so individueller können wir Sie bedienen.

Ankauf

Ihr Entrümppler in Bad Hersfeld vom Boden bis zum Keller besenrein

SEIT ÜBER 15 JAHREN
 Ankauf von Militaria 1. und 2. Weltkrieg
MANFRED FRANZ
 Tel. 0 66 21 / 1 35 32
 oder 01 71 / 5 42 65 82

Suche Hirsch- und Rehgeweihe: Abwurfstang, Grandeln, Fernglas, Geschirr mit Jagdmotiv. Tel. 0177-3947668

Landwirtschaft & Forsten

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

20 Ballen Heuläsche zu verkaufen, Preis VB. Cornberg ☎ 05650 386

Immobilienverkauf

Immobilienmakler gibt es viele - entscheiden Sie sich für den Richtigen!
KLAUS SCHMIDT-IMMOBILIEN
 Tel.: 06625-5764
 www.klaus-schmidt-immobilien.de

Wir suchen mehrere EFH in HEF
 www.gfi.immo

Betreutes Wohnen in Haunack-Unterhaun

Freie Wohneinheit zu vermieten.
 3 Zi.-Kü./Bad, mit Balkon, 77 qm, 2. OG, gute Lage, barrierefrei
 Tel. 06621/801-3852

Bebra, DG Wohnung, 3 ZKB, 70 m², zu vermieten, Tel: 06623 6886

Schenklengfeld OT 3 ZKB, 64 m², 250 € + NK + Stellpl. + KT. ☎ 06629-1680

Vermietung! Hochwertiger Lager-raum 110 m² in der Stadtmitte, Wände gefliest, beheizbar. WC nutzbar. Ab 1. April 2022 zu verm. T.: 0151 128 390 89

Mietgesuche

Suchen 3-4 ZKB, möglichst barrierefrei, Balkon o. Terrasse, in HEF-Stadt. ☎ 06624-7711

Baumarkt

Preiswerte
 Bagger-, Fuhr- und Abrissarbeiten
 Garten- und Landschaftsbau
 Pflasterarbeiten
 Vermietung von Baumaschinen
 Baustoffhandel

Tel. 06623/44013 od. 0171/6531284

LOKAL

Ihre Tageszeitung berichtet auch aus Ihrem Ort!

IBC GUSSHEIZKESSEL (GK) für Holz, Kohle & Pellets. 10 Jahre Garantie! Ab 3.499 €, bis zu 45% Förderung. www.ibc-heiztechnik.de ☎ 03632/667470