

Sani
Reha
Ortho

Aktiv-pro
Mein Sanitätshaus.

Mit Leistung für Lebensqualität und Gesundheit stehen wir an Ihrer Seite.

Ihr direkter Draht zu uns
05651-3048-0
www.aktiv-pro.de

Aktiv-pro Stramer und Stahlberg GmbH | Email: info@aktiv-pro.de
Nordhessen • Südniedersachsen • Westthüringen | Fax: 05651-3048-55

- Sanitätsfachgeschäfte
- Reha-technik
- Orthopädietechnik
- Orthopädieschuhtechnik
- Sport & Gesundheit
- Homecare

MARKT SPIEGEL & SONTRAEER
REGION ESCHWEGE
STADTKURIER

Eschwege überrascht

Verkaufsoffener SONNTAG
19. April

& Automobil-ausstellung

12 bis 18 Uhr in der Eschweger Innenstadt

Initiative Marketing Eschwege e.V.

Magische Ostereiersuche tief unter der Erde

Mehr als 530 Besucher erleben Gustavs Geschichte im Besucherbergwerk Grube Gustav

Abterode – Der Duft des Waldes umhüllt die mutigen Kinder, die, ausgerüstet mit Helmen, auf den Spuren des neugierigen Jungen Gustav wandeln. Neben ihnen leuchten magische Bäume auf, bevor hinter den dunkelgrünen Zweigen eine Höhle erscheint, die von Regenbogenfarben und glitzernden Kristallen erleuchtet ist. Mitten darin steht der Kristallbaum, an dem die ersten Überraschungen baumeln.

Eine magische Welt offenbarte sich den insgesamt über 530 Menschen, die die Ostereiersuche in der Grube Gustav am Ostersonntag und am Ostermontag besucht haben. Zum Leben erweckt wurde sie vom Förderverein „Grube Gustav“ und seinen ehrenamtlichen Helfern. Neun waren laut Erik Horne, zweiter Vorsitzender, am Sonntagmittag im Einsatz, am Morgen waren es noch mehr. Zu tun gab es, so Astrid Schill-Dunkel, Leiterin des Besucherbergwerks, schon im Voraus viel. Nicht ausgereicht hätten die üblichen zweieinhalb Tage zum Dekorieren in diesem Jahr, da die Gestaltung stets aufwendiger werde. Erstmals setzte das Schwarzlicht zu Ostern den Wald in Szene. Schwebende Kerzen, zahlreiche Lichter und Nester in Helmen mussten platziert werden. Hinzukamen Lautsprecher.

Geschichte mit Magie und Humor

Schon vor der ersten Station hören die Besucher so, wie in der Ferne Wichtel arbeiten. Ein metallenes Schlagen gibt einen Hinweis darauf, wer beim Blick um die Ecke zu sehen sein wird. Ein Pochjunge sitzt auf dem Boden und zerkleinert Gestein – wie Guido Tonnius abwinkend erklärt, schon seit 100 Jahren, ohne zu altern. Einige Meter weiter beginnt der Besucherführer, aus dem verzierten alten Buch vorzulesen. In der Geschichte begibt sich der Junge Gustav „getrieben von der Neu-



Regenbogenfarben und glitzernde Steine: Guido Tonnius liest die Geschichte vom neugierigen Gustav vor, die die Besucher zum reich behangenen Kristallbaum geführt hat. FOTO: EDEN SOPHIE RIMBACH

gier und der Aussicht auf Ostereier“ in die Grube. Dort beobachtet er die Kristallwichtel und erfährt vom langbärtigen Meister Schlummerbart, dass die Wesen die ersten Krokusse darauf „programmieren“, sich pünktlich durch den Schnee zu strecken, und wie ein Lachen eingefangen wird. Die Oster-Schokolade? „Ach, die macht eine Abteilung aus Belgien.“ Mit einem Glücksbringer vom Kristallbaum geht es für Gustav in der Geschichte und auch die Kinder im Besucherbergwerk weiter. Einer von ihnen ist Marlon aus Abstatt bei Heilbronn, der mit seiner Familie bereits die Oster-Veranstal-

tungen der vergangenen beiden Jahre besucht hat. In der Nähe ist die Familie durch die Großeltern in Eschwege und dem Ringgau. Am Ende der Führung steht für den Zehnjährigen fest: „Die Geschichte fand ich bisher am besten.“ Das Team der Grube Gustav hat sie selbst erdacht und erzählt, wie die Bergmannswichtel beim Großauftrag des Osterhasen kurzerhand improvisieren, weil der nächste Hühnerstall 500 Meter über ihnen liegt: Aus poliertem und mit Fledermaushaarpinseln bemaltem Malachit werden grüne Ostereier, auch rote und blaue gibt es. Damit sie schwieriger zu fin-

den sind, bedeckt Mutter Natur alles mit Pflanzen.

Hunt, Lore und bergmännisches Gerät

Begriffe wie „Hunt“ und „Lore“ fließen in die Geschichte ein und werden von Tonnius erklärt, auch die Ausstellungsstücke entlang des Weges sind für viele der Besucher interessant. Begeistert vom bergmännischen Gerät und dem Wasser in der Tiefe ist Liam. Für den sechsjährigen Sontraer ist es der erste, aber wohl nicht der letzte Besuch in der Grube. Auch zum ersten Mal hier ist Justus Böttcher aus Aschaffen-

burg. „Ich bin auch hier aufgewachsen“, sagt er, nun sei es gut gewesen, endlich ins Besucherbergwerk hineinzuschnuppern. Begeistert davon sind die neunjährige Rosalie und ihre achtjährige Schwester Clara. Das Beste an der Führung ist für beide die Ostereiersuche, die für jedes Kind erfolgreich ist. Angelehnt an Gustavs Geschichte verabschiedet sich der Besucherführer: „Ich hoffe, ihr Kinder habt auch ein bisschen euren Mut gefunden.“ Gefragt sein wird der laut dem Team wieder zu Halloween. Bis dahin finden ab morgen wieder reguläre Führungen statt.

esr

Heute mit der Beilage:

Eschwege plus
11. April 2026

Frühlingserwachen: EAA trifft auf verkaufsoffenen Sonntag

Mobilität im Wandel

Haare und mehr „Ich leaps“ Schnäppchen sichern

19. APRIL 2026
Flohmarkt Sontra BREITWIESE
☎ 01 62/7 78 58 32
STANDGEBÜHR 6€/LFM.

Machen Sie Ihr **Altgold zu Bargeld**

Bei uns sind Sie goldrichtig

Juwelier **KUNZE**
Sontra

MIETWAGEN WITZEL

- ⇒ Krankenfahrten
- ⇒ Rollstuhltransporte
- ⇒ Dialyse
- ⇒ Chemotherapie
- ⇒ Strahlenbehandlung

SONTRA 05653 1640

Zulassung zu allen Krankenkassen

SAVE THE DATE

10. MAI THÜRINGER IN ESCHWEGE STRASSENFEST
12-18 UHR + VERKAUFSOFFENER SONNTAG

Unser Standort in Reichensachsen!

Mittwochs 10.00 bis 14.00 Uhr

Parkplatz an der Landstraße 46

Fey
Fleischerei & Partyservice

ECKSTEIN
aufach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1
SAMSTAG – SAMSTAG
11.04.26 – 18.04.26

Angebot gilt nach Gutscheinvorlage vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigere gleichwertige geschenkt. Zu jedem Gericht muss mindestens ein Getränk bestellt werden. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Gutscheine gilt für Gerichte bis 20 € und nicht außer Haus.

GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN | OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL

STADTHALLE ESCHWEGE

Endlich wieder **Bärlauch- und Spargelzeit**, frisch und fein, für jede Leckerei bereit.

Mit Hähnchen, Rind, Schwein und Fisch – kommt der Frühling frisch auf den Tisch!

Wir freuen uns auf Ihre Tischreservierung.

Montag Ruhetag,
Di.–Sa. 17.30–22.00 Uhr,
So. 12.00–14.00 Uhr
und 17.30 Uhr–21.00 Uhr
Wiesenstr. 9, Tel. 05651 95121-0
hotel@stadthalle-esw.de

Mit Fanfarenklang zurück auf der Bühne

Landsknechtsfanfarenzug Sontra feiert erfolgreichen Saisonauftakt bei Karneval, Hochzeit und ASH-Messe



Erster Auftritt bunt kostümiert: In Hessisch Lichtenau spielte der Landsknechtsfanfarenzug zum Karneval. FOTO: PRIVAT/NH

Sontra – Mit gleich zwei Auftritten im Februar und dem ersten in seiner Heimatstadt am Sonntag ist der Landsknechtsfanfarenzug Sontra erfolgreich in die Saison 2026 gestartet. Nach dem Neustart des Zuges (wir berichteten) präsentierten sich die Musiker erstmals am Sonntag, 15. Februar, beim Karnevalsanzug in Hessisch Lichtenau der Öffentlichkeit.

min folgte am Samstag, 28. Februar, bei der Schützengilde Sontra. Dort überraschte der Fanfarenzug Sontra erfolgreich in die Saison 2026 gestartet. Nach dem Neustart des Zuges (wir berichteten) präsentierten sich die Musiker erstmals am Sonntag, 15. Februar, beim Karnevalsanzug in Hessisch Lichtenau der Öffentlichkeit.

Im Anschluss wurde gemeinsam mit Freunden und Gästen gefeiert. Der Landsknechtsfanfarenzug Sontra freut sich weiterhin über neue Mitspieler. Interessierte können sich per E-Mail oder über die sozialen Medien des Vereins melden. Musikalische Vorkenntnisse sind nach Angaben des Vereins nicht erforderlich.

Gelungener Auftakt für den neuen Zug

Bereits beim Einmarsch ins Bürgerhaus wurden die Landsknechte vom Publikum herzlich empfangen. Unterstützt von Fans aus Hessisch Lichtenau, Fürstentagen und Helsa sorgten sie für ausgelassene Stimmung. Gemeinsam mit den Zuschauern wurde lautstark zu „Marmor, Stein und Eisen bricht“ mitgesungen, während Fahnen geschwenkt wurden – ein gelungener Auftakt für den neu formierten Fanfarenzug.

Ein emotionaler Moment

Für diesen Anlass hatte der Vorsitzende des Vereins zusätzlich das Musikstück „Ein schöner Tag“ einstudiert. Ein emotionaler Moment entstand, als Björn Trapp gemeinsam mit dem musikalischen Leiter Norbert Knierim das Anfangssolo auf der Fanfare spielte – ein persönlicher Gruß an seine Tochter und ein besonderer Augenblick für das Brautpaar und die Gäste.

Erste Auftritte der rund 40 Musiker

Auf diesen erfolgreichen Saisonstart folgte ein erster Auftritt in Sontra mit einer Fülle an Zuschauern. Die Landsknechtsfanfaren bereicherten am Sonntag die ASH-Messe an der Adam-von-Trott-Schule. Rund 40 Musikerinnen und Musiker spielten auf und zeigten nach intensiven Wochen mit vielen Übungsstunden ihr musikalisches Können.

Anfragen: fzsontra1958@gmx.de

MATTHIAS HÜBNER

www.rb-becker.de **...IMMER WAS BESONDERES**

ab So., den 11.04.2026

Elektro-Rasentrimmer Lycos E/500 T 500W, Schnittbreite: 27cm **START 19.98**

Rasentrimmer Güde ERT 251P 250W, Schnittbreite: 22cm **START 9.98**

Benzin-Gartenhäcksler GHN 16.3-150 12kW, OHV 4-Takt Motor **Schnittgut bis zu Ø15cm** **1149.50**

Benzin-Vertikutierer GVD 4001 B 4-Takt Power-Engine Motor, 30L Fangsack **239.50**

Rangierwagenheber GHN 2/330 2 Tonnen, Hydraulisch, teilbare Pumpstange **29.98**

Kompressor Airpower 190/08/6 230 V, 6l frei & wartungsform, Riemenantrieb, max. Druck: 10 bar **79.50**

Kompressor Güde 231/10/24 230V, Ölgeschmierter Kolbenkompressor, max. Druck: 10 bar **89.50**

Hochdruckreiniger GHD 2300-225 3200W, 540l/h, integr. Reinigungsmittelbehälter **249.50**

Marzipantaler Kirche o. Pfanne 210g **1.79**

Fruchtneuse im Gootschbeutel versch. Sorten, 100g **0.59**

WIZ/Kleinalmerode Industriestr. 1, 05542 / 93 39 60

Kassel Hegelbergstr. 21, 0561 / 49 172 551

Gudensberg Kasseler Str. 78, 05603 / 91 66 54

RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriestr. 1 - 37217 Witzhausen/Kleinalmerode

Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo.-Mi. 9.00-18.00 Uhr Do.-Fr. 9.00-19.00 Uhr Sa. 9.00-14.00 Uhr

MARKT SPIEGEL REGION ESCHWEGE

SONTRAEER STADTKURIER

IMPRESSUM

Verlag: Werra Verlag Kluthe GmbH & Co. KG, Herrengasse 1-5, 37269 Eschwege, Tel.: 056 51/33 59-55

Geschäftsführerin: Sandra Trausch-Dalitz

Redaktion: Sandra Trausch-Dalitz (V.i.S.d.P.), Tel.: 056 51/33 59-23, E-Mail: redaktion@werra-rundschau.de

Anzeigen: Martin Meister (Ltg.), Tel.: 056 51/33 59-21, E-Mail: wochenzeitung@werra-rundschau.de

Vertrieb: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel, Tel.: 069 / 85 00 84 43, E-Mail: info@top-direkt.de

Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1, 34123 Kassel, E-Mail: zeitungsdruk@dierichs.de

Zurzeit ist die Preisliste Nr. 5 ab 01.01.2026 gültig.

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

Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis unter Angabe Ihrer Anschrift, in unserem Vertriebsportal unter www.mdv-online.de/zeitung, damit wir unsere Boten davon in Kenntnis setzen können.

Sei kein Vollpfosten ... werde Sicherungsposten!

Bewirb dich jetzt!

Guter Verdienst 06678 919012

Krisensicher arbeit@bist-du-bereit.com

Für Quereinsteiger bist-du-bereit.com

Aufstiegschancen

BDL BARNI DIENSTLEISTUNGEN LUDOLPH

Jubiläum mit Geschmack und Nachhaltigkeit

15 Nachwuchstalente messen sich beim 20. Dietemann-Kochpokal an den Beruflichen Schulen Eschwege

Eschwege – In den Beruflichen Schulen Eschwege hat jüngst der 20. Dietemann-Kochpokal stattgefunden. In diesem Jahr sind 15 talentierte Schülerinnen in einem spannenden Wettbewerb gegeneinander angetreten, um ihre Kochkünste unter Beweis zu stellen. Die Veranstaltung war ein voller Erfolg und bot nicht nur den Teilnehmern eine Plattform, sondern auch deren Familien die Gelegenheit, die kulinarischen Kreationen zu genießen.

Die jungen Talente hatten die Aufgabe, ein festliches – und zugleich möglichst nachhaltiges – Drei-Gänge-Menü für 24 geladene Gäste zuzubereiten und zu servieren. Dafür mussten sie bei der Planung nicht nur Nachhaltigkeitsaspekte wie Regionalität, Saisonalität und weitgehend pflanzenbasierte Zutaten berücksichtigen, sondern auch einen Gästetisch fachlich korrekt eindecken, ihn festlich dekorieren, eine Speisekarte entwerfen und schließlich den Gästen ihr Menü servieren.

Unter der Leitung ihrer Lehrer Thomas Mülverstedt (Abteilungsleiter) und den Fachlehrern und Küchenmeistern Carsten Legel und Matthias Blackert arbeiteten die Schüler an einem dreigängigen Menü, das sowohl geschmacklich als auch visuell überzeugte. Die Gerichte



Ehrung der Sieger: (von links) Fachlehrer Carsten Legel, Yves Knye, Eileen Radicke und Fachlehrer Matthias Blackert.

FOTO: BERUFLICHE SCHULEN/NH

te wurden von den Fachlehrern bewertet, die Kriterien wie Kreativität, Geschmack und Präsentation in ihre Beurteilung einfließen ließen.

Mit Teamarbeit und Kreativität

Die meisten Punkte holten sich Eileen Radicke und Yves Knye mit folgendem Menü,

welches laut Wettbewerbsanforderungen mindestens vegetarisch zubereitet werden musste: Vorspeise – winterlicher Feldsalat mit Zwetschgen, Hirtenkäse und Walnüssen; Hauptgericht – Kartoffelaufbau mit Trüffelrahm, Räuchertofu und Brokkoli; Dessert – Apfel-Crumble mit Vanillesoße. Die Sieger zeigten nicht nur hervorragende Kochkünste, sondern

auch Teamarbeit und Kreativität in der Menügestaltung.

Erstmals wurden in diesem Jahr auch die Eltern der Teilnehmer zum Essen eingeladen. Dies bot eine wunderbare Gelegenheit für die Familien, die Leistungen ihrer Kinder zu würdigen und die Atmosphäre des Wettbewerbs hautnah zu erleben. Die Gäste genossen ein festliches Ambiente im Restau-

rant der Schule, das liebevoll dekoriert war.

„Der 20. Dietemann-Kochpokal war ein gelungenes Event, das die Schüler gezielt auf die Projektprüfung vorbereitet“, resümiert der Initiator des Wettbewerbs, Matthias Blackert. Schulleiter Andreas Althen freut sich darauf, dass die Beruflichen Schulen auch in Zukunft solche Veranstaltungen ausrichten, um junge Talente zu fördern und die kulinarische Bildung in der Region zu stärken.

red/esp

TEAM 4
Umzüge zum Festpreis, Haushaltsauflösungen, Seniorenzüge
☎ 05 61-89 99 90

Fred's Inh. Fred Roth
Polsterwerkstatt
Aufarbeiten und Neubeziehen von Polstermöbeln
www.freds-polsterwerkstatt.de
Landstraße 65 • 37287 Wehretal-Reichensachsen
Tel.: 0 56 51 / 24 80

JETZT NEU!

Dein Kaufland-Prospekt ab sofort im Innenteil

VON ANFANG AN EIN SCHNAPPER

PREPAID
Allnet Flat M

1€
JE STARTER-PAKET

30 GB

STATT 25 GB

10€ / 4 Wochen

Aktion bis 12.04.2026

Erhältlich bei REWE und auf congstar.de



Weitere Infos zur Aktion.

Engagement für die Umwelt wird belohnt

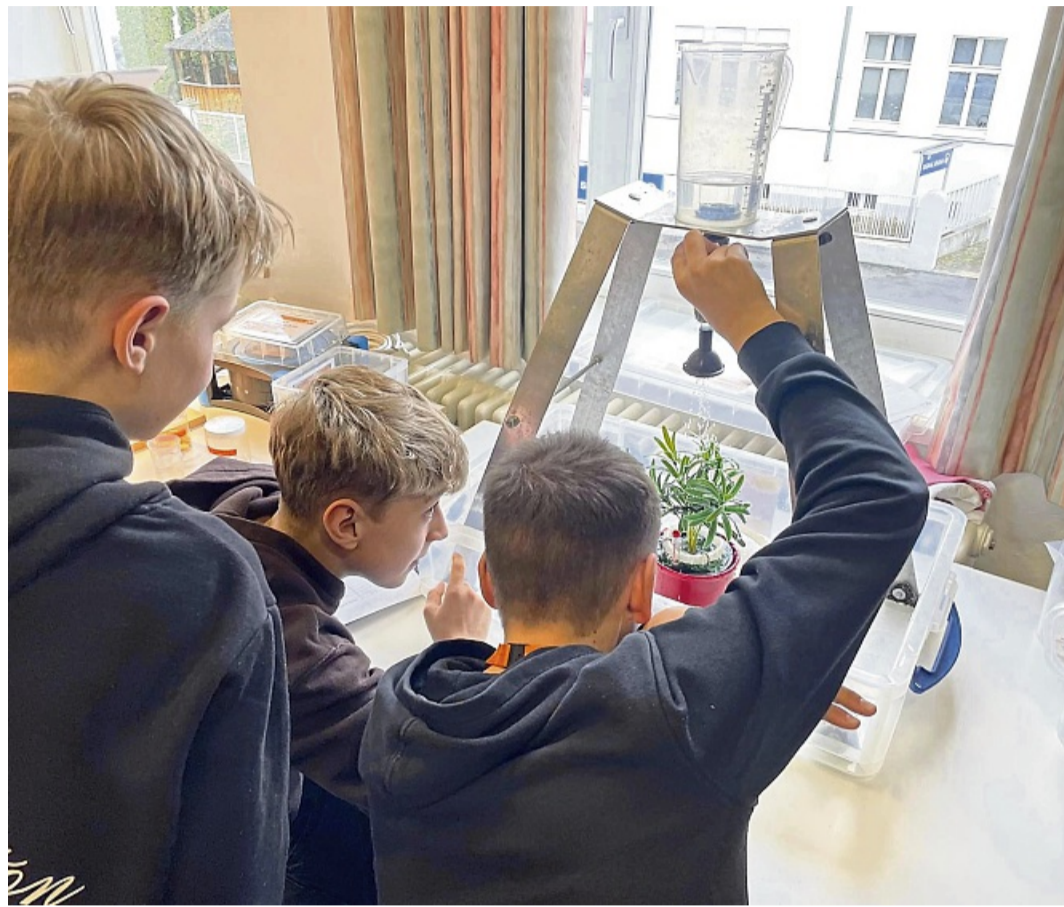
Klasse G7b der BGS erhält für Projekt „Sumpfzone“ eine dreitägige Umwelt-Klassenfahrt

Eschwege – Mit großem Engagement und beeindruckendem Umweltbewusstsein hat die Klasse G7b im vergangenen Jahr am schulinternen Umweltwettbewerb teilgenommen und wurde dafür belohnt: Für ihr Umweltprojekt „Sumpfzone“ erhielt die Klasse den gestifteten Hauptpreis der hessischen Umweltschulen, eine dreitägige Klassenfahrt zum Thema Gewässer in die Jugendherberge Bad Hersfeld.

Schon der Anreisetag war geprägt von Neugier und Entdeckerfreude. In kleinen Gruppen erkundeten die Schülerinnen und Schüler die Innenstadt von Bad Hersfeld und nutzten das weitläufige Gelände der Jugendherberge für sportliche Aktivitäten. Die gute Stimmung und der Teamgeist der Klasse waren dabei von Anfang an spürbar.

Ein besonderes Highlight erwartete die Klasse am zweiten Tag: Ein abwechslungsreiches und praxisnahes Bildungsprogramm im Rahmen der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) unter der Leitung des Umweltpädagogen Dr. Martin Jatho. Im Mittelpunkt standen dabei die faszinierenden Eigenschaften des Wassers sowie der eigene Wasserverbrauch – inklusive des oft unterschätzten „virtuellen Wassers“.

Mit großer Begeisterung führten die Schülerinnen und Schüler zahlreiche Experimente durch. Ob zur Bewässerung, zur Entstehung von Wolken und Regen, zur Frage, wie Wind entsteht, oder zur Bedeutung von



Erlebnisreiche Tage konnte die Klasse G7b der Brüder-Grimm-Schule Eschwege in Bad Hersfeld erleben. Sie hatte den Umweltpreis zum Thema Gewässer gewonnen.

FOTO: BGS

Stadt Begrünung – die anschaulichen Versuche machten komplexe Zusammenhänge greifbar und sorgten für echte Aha-Momente.

Ein weiterer Höhepunkt war eine kleine Expedition an die Fulda. Dort untersuchte die Klasse eigenständig Wassertiere und setzte die zuvor erarbeiteten Inhalte direkt in die Praxis um.

Die unmittelbare Begegnung mit der Natur hinterließ einen bleibenden Eindruck und vertiefte das Verständnis für ökologische Zusammenhänge.

Der Tag brachte nicht nur zahlreiche neue Erkenntnisse, sondern weckte auch ein stärkeres Bewusstsein für den verantwortungsvollen Umgang mit Wasser im Alltag. Die Schülerinnen und Schüler waren sich einig: Dieses Wissen wollen sie künftig aktiv umsetzen.

Neben dem fachlichen Programm sorgten zahlreiche Teamspiele und gemeinsame Aktionen dafür, dass die Klassengemeinschaft weiter zusammenwuchs.

red/salz

SPIELPLAN

Mai 2026

ÜBER 7 BRÜCKEN

16., 23. 19.30 UHR
17. 15.00 UHR

NEXT WAVE, MASTERS OF DANCE – VISIONEN DER MODERNE

21. 19.30 UHR

DIE OLSENBANDE GREIFT NACH DEN STERNEN

10. 18.00 UHR
22., 30. 19.30 UHR

BUENA VISTA DANCING CLUB

01., 14. 19.30 UHR
31. 15.00 UHR

DIE KLEINE HEXE

09. 15.00 UHR
27., 28. 11.00 UHR

1984

24. 18.00 UHR

EISENACHT

29. 22.00 UHR

ROMEO UND JULIA

03. 15.00 UHR

DIE PFEFFERMÜHLE

02. 19.30 UHR

Geschenkgutscheine auch online!
Änderungen vorbehalten!

Theaterkasse: 03691/256-219

LANDES THEATER EISENACH

Theaterplatz 4+7 | 99817 Eisenach
landestheater-eisenach.de



- ambulante Pflege
- Hausnotruf
- Essen auf Rädern
- Betreuung
- Hauswirtschaft
- Pflegeberatung

24-Stunden-Telefon

0 56 53 / 91 42 71

36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3

Gewinnnummern der Oster-Tombola

Lions Club Eschwege informiert über Abholung der Preise

Bereits zum sechsten Mal hat der Lions Club Eschwege die Oster-Tombola durchgeführt. Die Gewinne können ab Dienstag, 7. April, bis Ende Mai in der Tourist-Info Eschwege abgeholt werden. Die Tourist-Info hat von Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr und samstags von 9 bis 13 Uhr geöffnet

Der Dank des Lions Clubs Eschwege gilt den über 150 Sponsoren, die dazu beigetragen haben, dass die Oster-Tombola durchgeführt werden konnte. Der Erlös des Gewinnspiels kommt dem Förderverein des Lions Clubs Eschwege, der damit soziale und karitative Projekte fördert, zugute.

Die Gewinnzahlen

1 bis 500: 3, 7, 10, 25, 34, 41, 42, 46, 53, 54, 61, 78, 97, 109, 111, 124, 126, 127, 129, 134, 144, 153, 164, 166, 170, 183, 187, 188, 195, 215, 222, 234, 240, 247, 251, 276, 279, 282, 291, 296, 300, 302, 317, 321, 326, 350, 364, 372, 380, 382, 402, 406, 416, 428, 429, 444, 447, 450, 456, 461, 464, 467, 468, 473, 478, 482, 491, 492, 493, 500.

501 bis 1000: 503, 545, 559, 560, 568, 572, 599, 608, 612, 615, 620, 624, 625, 628, 635, 643, 657, 665, 669, 676, 679, 682, 690, 708, 710, 726, 728, 730, 787, 796, 799, 800, 803, 806, 815, 819, 860, 867, 869, 874, 886, 890, 909, 914, 917, 919, 927, 929, 950, 951, 964, 972, 974, 975.

1001 bis 1500: 1001, 1010, 1011, 1025, 1039, 1076, 1116, 1127, 1131,

1136, 1145, 1159, 1160, 1167, 1168, 1172, 1188, 1189, 1194, 1198, 1200, 1215, 1236, 1237, 1245, 1252, 1254, 1258, 1266, 1276, 1277, 1292, 1304, 1307, 1315, 1317, 1319, 1323, 1331, 1341, 1360, 1366, 1375, 1380, 1383, 1387, 1392, 1403, 1417, 1437, 1443, 1448, 1452, 1455, 1458, 1475, 1490, 1492, 1498.

1501 bis 2000: 1506, 1511, 1523, 1530, 1542, 1546, 1547, 1550, 1558, 1562, 1588, 1589, 1597, 1612, 1617, 1627, 1636, 1651, 1658, 1677, 1688, 1689, 1694, 1698, 1702, 1706, 1708, 1743, 1772, 1777, 1792, 1795, 1812, 1819, 1823, 1825, 1831, 1843, 1852, 1855, 1862, 1868, 1869, 1885, 1891, 1892, 1893, 1906, 1910, 1912, 1919, 1929, 1931, 1933, 1943, 1954, 1957, 1960, 1965, 1972, 1974, 1975, 1976, 1981, 1993.

2001 bis 2500: 2004, 2007, 2013, 2022, 2028, 2029, 2031, 2037, 2041, 2045, 2064, 2069, 2084, 2102, 2110, 2118, 2119, 2127, 2129, 2132, 2146, 2155, 2165, 2178, 2217, 2219, 2223, 2227, 2239, 2249, 2254, 2258, 2260, 2263, 2264, 2268, 2272, 2275, 2280, 2289, 2310, 2322, 2323, 2325, 2342, 2349, 2350, 2352, 2360, 2363, 2364, 2365, 2371, 2380, 2392,



Der Johannisfestreiter war das diesjährige Motiv.

FOTO: LIONS CLUB ESCHWEGE

2393, 2395, 2398, 2411, 2418, 2419, 2424, 2430, 2433, 2436, 2437, 2447, 2450, 2452, 2457, 2473, 2478.

2501 bis 3000: 2501, 2511, 2524, 2525, 2526, 2528, 2538, 2543, 2546, 2550, 2557, 2568, 2593, 2605, 2608, 2611, 2627, 2628, 2647, 2657, 2665, 2675, 2678, 2682, 2690, 2693, 2701, 2702, 2703, 2712, 2720, 2731, 2738, 2741, 2743, 2753, 2755, 2760, 2770, 2771, 2778, 2783, 2787, 2797, 2803, 2812, 2820, 2829, 2831,

2840, 2844, 2862, 2865, 2869, 2872, 2885, 2895, 2898, 2900, 2904, 2920, 2923, 2925, 2933, 2946, 2949, 2950, 2953, 2957, 2963, 2971, 2973, 2982, 2995.

3001 bis 3500: 3016, 3023, 3026, 3029, 3033, 3035, 3036, 3037, 3050, 3051, 3055, 3059, 3062, 3083, 3085, 3089, 3093, 3102, 3105, 3114, 3123, 3128, 3135, 3140, 3145, 3146, 3149, 3153, 3155, 3157, 3164, 3180, 3184, 3189, 3191, 3201, 3214, 3225, 3227, 3246, 3248, 3256, 3274, 3276, 3300, 3305, 3306, 3307, 3310, 3312, 3315, 3321, 3329, 3334, 3337, 3340, 3349, 3352, 3358, 3362, 3380, 3383, 3400, 3420, 3421, 3460, 3461, 3463, 3490.

3501 bis 4000: 3524, 3526, 3530, 3536, 3540, 3545, 3550, 3552, 3557, 3558, 3561, 3574, 3575, 3578, 3592, 3596, 3606, 3615, 3618, 3629, 3658, 3683, 3684, 3691, 3695, 3705, 3707, 3708, 3711, 3724, 3740, 3745, 3750, 3753, 3757, 3760, 3761, 3767, 3769, 3772, 3773, 3774, 3779, 3785, 3787, 3806, 3821, 3828, 3837, 3839, 3850, 3867, 3869, 3871, 3872, 3873, 3876, 3886, 3901, 3906.

Wenn Küche, dann richtig!

Jetzt Planungstermin mit unseren Küchen- und Einrichtungsberatern vereinbaren!



Möbelkreis Werraland GmbH & Co. Ausstattungshaus KG
Thüringer Straße 6 · 37269 Eschwege · Tel. 05651 / 9217-0
Di - Fr 9 - 18 Uhr, Sa 9 - 15 Uhr, Mo geschlossen



139 Bewertungen für Möbelkreis Werraland (Stand 31.03.2026)
★★★★★ 4,8 / 5



MÖBELKREIS® KÜCHE & EINRICHTEN

Eschwege · www.moebelkreis.de

Fit für Führungsaufgaben am Bau

13 Absolventen bestehen erfolgreich die Polier-Fortbildung in Eschwege

Eschwege – Am vergangenen Donnerstag endete erfolgreich die Aufstiegsfortbildung zum Geprüften Polier in der Bauwirtschaft im Ausbildungszentrum der Bauwirtschaft für den Werra-Meißner-Kreis in Eschwege. Insgesamt 13 Teilnehmer starteten aus dem gesamten Bundesgebiet für die anspruchsvolle Qualifizierung mit großem Engagement und Durchhaltevermögen.

In intensiven drei Monaten absolvierten die angehenden Führungskräfte über 550 Unterrichtsstunden im Vollzeitformat sowie insgesamt neun Prüfungen vor dem Prüfungsausschuss der Handwerkskammer Kassel. Damit legten sie den Grundstein für verantwortungsvolle Positionen in der Bauwirtschaft.

„Maßgeblich zum Erfolg der Teilnehmer trägt ein äußerst qualifiziertes und praxisnah aufgestelltes Dozententeam, das hier eine Lernumgebung geschaffen hat, die sowohl fachlich als auch menschlich überzeugt und die individuelle Entwicklung der Teilnehmer nachhaltig fördert“, so Ausbildungsleiter Heiko Schilling.

„Durch kontinuierliche Investitionen in unsere Aus- und Weiterbildungsstätte entwickeln wir uns stetig weiter. Dieses Engagement wird auch von überregionalen Betrieben der



Jetzt geprüfte Poliere: 13 Männer haben jetzt erfolgreich ihre Fortbildung zum Polier beendet.

FOTO: PRIVAT

Bauwirtschaft sehr geschätzt“, betont Schilling. Zeitgemäße technische Ausstattung sorgt dabei für optimale Lernbedingungen – ein Qualitätsmerkmal, das untrennbar mit seiner Arbeit und seinem Anspruch verbunden ist. Die Weiterbildung zum Ge-

prüften Polier eröffnet den Absolventen neue berufliche Perspektiven und Aufstiegsmöglichkeiten. Nun gilt es, sich in der Praxis zu beweisen und die erworbenen Kompetenzen erfolgreich einzusetzen. Der Lehrgangsteiler unterstreicht in diesem Zusammenhang die

Bedeutung lebenslangen Lernens: „Für alle Beschäftigten der Bauwirtschaft ist eine kontinuierliche Weiterbildung unabdingbar, um den steigenden Anforderungen gerecht zu werden.“

Gleichzeitig richtet er den Blick nach vorn und wirbt mit

Nachdruck für den Nachwuchs im Bauhandwerk. Der erste und entscheidende Schritt liegt in einer fundierten Ausbildung junger Menschen. Das Bauhandwerk bietet nicht nur eine hohe Ausbildungsqualität, sondern auch hervorragende Zukunftsperspektiven und at-

traktive Aufstiegschancen. **Interessierte** erhalten weitere Informationen direkt im Ausbildungszentrum der Bauwirtschaft für den Werra-Meißner-Kreis in Eschwege bei Heiko Schilling, Telefon 0 56 51/8697, oder unter www.bb-eschwege.de

red/salz

Gesundheit

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

„Mein Leid wurde endlich gelindert!“

Irmgard W. litt lange Zeit unter rheumatischen Schmerzen in den Kniegelenken. Die Schmerzen trübten ihre Lebensfreude und beeinträchtigten ihren Alltag. Doch dann entdeckte sie natürliche Arzneitropfen (Rubaxx, Apotheke), die ihr geholfen haben.

Gelenkschmerzen können das Leben zur Qual machen und Betroffene in vielen Lebensbereichen einschränken. Auch Irmgard W. hat einen langen Leidensweg hinter sich: „Fast 30 Jahre lang litt ich an Schmerzen im Knie. Ich bin von Arzt zu Arzt gerannt“, erzählt sie. „Ich bin so ein lebensbejahender Mensch. Aber die Schmerzen haben mich über die Jahre schon ganz schön fertig gemacht.“

Die Hoffnung: ein natürliches Arzneimittel aus der Apotheke

Doch dann entdeckte Irmgard W. ein natürliches Arzneimittel (Rubaxx, Apotheke), das ihr half. „Ich las in einer Zeitschrift von Rubaxx. Mein Mann hat mir die Tropfen gleich besorgt.“ Und tatsächlich: Ihre Schmerzen wurden weniger! „Ich habe mich so gefreut. Mein Leid wurde endlich



Allein in Deutschland leiden rund 20 Millionen Menschen unter rheumatischen Erkrankungen. Diese zählen zu den häufigsten Ursachen für Gelenkschmerzen.

gelindert!“ Dieser Erfolg ist für uns keine Überraschung. Denn in Rubaxx ist ein spezieller Arzneistoff enthalten, der bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen wirksam helfen kann.

Natürlich wirksam, gut verträglich

Doch damit nicht genug: Der in Rubaxx enthaltene Arzneistoff wirkt nicht nur schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen, sondern auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Das Beste: Rubaxx ist dabei sanft zum Körper. Schwere Nebenwirkungen sind nicht

bekannt. Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten ebenfalls nicht. Auch Irmgard W. bestätigt: „Nebenwirkungen habe ich von Rubaxx nicht. Weder Kopfschmerzen noch Übelkeit. Ich vertrage das Arzneimittel sehr gut.“

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx
(PZN 13588561)



RubaXX

Voll im Trend: Einschlaf-Drink mit Melatonin

Wie dieses einfache Ritual das Einschlafen vollkommen verändert



Das Licht ist aus, der Körper müde, aber der Schlaf will nicht kommen. Verzweifelt probieren viele alles Mögliche aus – von Tee bis Tabletten, oft ohne nachhaltigen Erfolg.

Der Premium-Einschlafbegleiter

Der neue Abendmoment wird getragen von einer Kombination bewährter Inhaltsstoffe. Melatonin, das zentrale Schlafhormon, verkürzt nachweislich die Einschlafzeit. Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion sowie zu einem normalen Nervensystem bei.

Auch Glycin spielt eine wichtige Rolle: Studien zeigen, dass es die Schlafqualität bei Personen mit chronisch schlechtem Schlaf fördern und die Erholung nach Belastung verbessern kann.^{1,2} Es unterstützt den Schlaf auf natürliche Weise, ohne die Schlafarchitektur zu stören oder am nächsten Tag zu ermüden.³

70 Jahre Schlafexpertise in einer Tasse

Wenn es um erholsame Nächte geht, gilt Baldriparan seit über 70 Jahren als Spezialist. Ihre pharmazeutische Expertise stecken die Schlafspezialisten nun in eine wohl-

schmeckende Tasse voller Abendruhe. Einfach das Pulver – mit natürlichem Vanillegeschmack – kurz vor dem Schlafengehen als milde Ergänzung in Ihr Lieblingsgetränk einrühren, warm oder kalt genießen – und sanft einschlafen.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan Gute Nacht Drink
(PZN 20092398)



www.baldriparan.de

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert. RUBAXX, Wirkstoff: Rhus toxicodendron D11, D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Baldriparan® Gute Nacht Drink ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung. • Ramos-Jiménez et al. 2024. An Update of the Promise of Glycine Supplementation for Enhancing Physical Performance and Recovery • Yamadera et al. 2007. Glycine ingestion improves subjective sleep quality in human volunteers, correlating with polysomnographic changes • McCarty et al. 2018. Dietary Glycine Is Rate-Limiting for Glutathione Synthesis and May Have Broad Potential for Health Protection. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Angebote gültig vom 13.04. – 18.04.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!



Veltins Pilsener
„Steinie“, Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,51 €

-33%
9.99

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>Weltenburger Kloster Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,50 €</p> <p>-23% 14.99 13.99</p> | <p>Beck's Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,20 €</p> <p>-43% 11.99 10.99</p> | <p>Eschweger Klosterbräu Bier*, Jacobinus Bier* diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,30 €</p> <p>ANGEBOT 12.99 11.99</p> | <p>Theresien Quelle Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,55 €</p> <p>ANGEBOT 4.99</p> |
| <p>Weltenburger Kloster HELL diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,50 €</p> <p>-23% 14.99 13.99</p> | <p>Pilsner Urquell Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,60 €</p> <p>-26% 15.99 14.99</p> | <p>Ayinger Bier Bräuweise, Lager Hell, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,70 €</p> <p>19.99 16.99 15.99</p> | <p>Anheuser-Busch Bud Premium Lager, Pack = 6 x 0,3 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 1l = 2,77 €</p> <p>5.99 4.99</p> |
| <p>Störtebeker Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,18 € Pfand, 1l = 1,80 €</p> <p>Neu im Sortiment! Bernstein-Weizen 0,0% GRATIS</p> <p>ANGEBOT 17.99 16.99</p> | <p>Paulaner Weißbier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,55 €</p> <p>ANGEBOT 15.49 14.49</p> | <p>Pülleken Bier Helles, Zitronen, Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 1l = 2,27 €</p> <p>Neu im Sortiment! Zitronen</p> <p>ANGEBOT 4.49</p> | <p>Waldecker Sport* Kasten = 12 x 0,7 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,95 €</p> <p>9.49 7.99</p> |
| <p>RhönSprudel Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 0,75 €</p> <p>-22% 4.49 3.99</p> | <p>Adelholzener Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,75 €</p> <p>ANGEBOT 6.79 6.49</p> | <p>Volvic natürliches Mineralwasser, Kasten = 6 x 1,5 l, zzgl. 3,00 € Pfand, 1l = 0,78 €</p> <p>-22% 6.99</p> | <p>Coca-Cola Kombikasten teilweise koffeinhaltig, Kasten = 24 x 0,33 l, zzgl. 5,10 € Pfand, 1l = 2,15 €</p> <p>-23% 16.99 15.99</p> |
| <p>Schweppes diverse Sorten, teilweise chinitinhaltig, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 1,67 €</p> <p>ANGEBOT 9.99</p> | <p>Paulaner Spezi, Limo diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,20 €</p> <p>-25% 11.99</p> | <p>Powerade Sports Wild Cherry Mountain Blast, 0,5 l - Flasche, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 1,98 €</p> <p>ANGEBOT 0.99</p> | <p>Monster Energy diverse Sorten, koffeinhaltig, 0,5 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 1,98 €</p> <p>-38% 0.99</p> |
| <p>Maybach diverse Sorten, 0,75 l - Flasche, 1l = 3,99 €</p> <p>ANGEBOT 2.99</p> | <p>Freixenet Sekt diverse Sorten, 0,75 l - Flasche, 1l = 6,65 €</p> <p>-29% 4.99 4.49</p> | <p>Wir haben den Award! Haben Sie die App?</p> <p>ntv DEUTSCHER APP-AWARD 2026 Gesamtsieger Getränkemärkte-Apps</p> <p>Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!</p> <p>1x Tankgutschein</p> | |

*Nicht in allen Filialen verfügbar. Lieblingsmarkt in der logo App wählen und Aktionsteilnahme der Filiale einsehen. Für Druckfehler keine Haftung!
** Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App. Alle Artikel und Zugaben solange der Vorrat reicht.

IHR WOCHENHOROSKOP

- WIDDER 21.3.-20.4.** In dieser Woche gibt es Differenzen im zwischenmenschlichen Bereich. Sie kennen Ihre Fehler, suchen sie aber lieber bei Ihren Zeitgenossen.
- STIER 21.4.-21.5.** Sie müssen sagen, dass Sie Interesse an einer neuen Tätigkeit haben und sollten nicht einfach davon ausgehen, dass man sie von selbst anbietet.
- ZWILLING 22.5.-21.6.** Die Spannung fällt nun langsam von Ihnen ab und Sie spüren geistig und körperlich, was Sie geleistet haben. Machen Sie nun endlich Pause!
- KREBS 22.6.-22.7.** Es liegt ganz bei Ihnen, wie Sie Ihren Schwung nutzen wollen. Nehmen Sie einmal Ihren ganzen Mut zusammen und treiben Sie Ihre Karriere voran.
- LÖWE 23.7.-23.8.** Wenn Sie die Sache, die Sie jetzt erledigen wollen, ganz behutsam angehen, werden Sie schneller ans Ziel kommen, als wenn Sie Gewalt anwenden.
- JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Sie müssen unbedingt freundlich bleiben – auch wenn Sie es mit einer Person zu tun haben, die nicht die hellste Kerze auf der Torte ist.

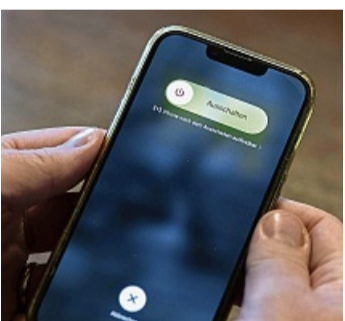
Das unterschätzte Superfood

(djd-k). Hülsenfrüchte erleben ein Comeback: Ackerbohnen, Süßlupinen, Körnererbsen und Sojabohnen wachsen auf heimischen Feldern, liefern viel pflanzliches Eiweiß und sind Bausteine einer ausgewogenen, klimafreundlichen Ernährung. „Hülsenfrüchte sind wirklich ein unterschätztes Superfood, denn sie enthalten Vitamine, Mineralstoffe, Eiweiß und Ballaststoffe.“, sagt die Ernährungsexpertin Dr. Gunda Backes. Sie empfiehlt, ein- bis zweimal pro Woche Hülsenfrüchte auf den Speiseplan zu stellen, etwa in Eintöpfen, Salaten, Bowls oder als Basis für Burger und Aufstriche. Die Zubereitung ist unkompliziert. Ausführliche Informationen und alltagstaugliche Rezepte bietet die EU-kofinanzierte Kampagne „Die Vier von hier – Körnerleguminosen aus Europa für eine nachhaltige Ernährung“ unter www.dieviervonhier.eu.

- WAAGE 24.9.-23.10.** Nehmen Sie sich endlich Zeit für eine fällige Entscheidung, die Sie ja schließlich doch einmal treffen müssen. Danach fühlen Sie sich erleichtert.
- SKORPION 24.10.-22.11.** Sie starten durch und bringen beruflich Vieles voran: Nehmen Sie sich aber auch ein wenig Zeit, um ein paar persönliche Dinge abschließend zu regeln!
- SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Lassen Sie sich von Ihrer augenblicklichen Ungeduld nicht zu unüberlegten Äußerungen verleiten, sonst verletzen Sie Ihren Partner.
- STEINBOCK 22.12.-20.1.** Wenn möglich, sollten Sie Entscheidungen zurückstellen. Kritische Zurückhaltung ist derzeit die beste Pannenhilfe und bewahrt Sie vor Schaden.
- WASSERMANN 21.1.-19.2.** Sie sind geistig auf Zack, verhandeln eloquent und geben Ihren Ideen eine gute Struktur. Das lässt sich schon bald in bare Münze umwandeln.
- FISCHE 20.2.-20.3.** Halten Sie Ihren Geldbeutel unter Verschluss, denn es gibt verlockende Angebote, mit denen Ihnen die Scheine aus der Tasche gezogen werden sollen.

iPhone hängt
So gelingt der Neustart

Trotz jahrelanger Nutzung dürfte es den meisten iPhone-Besitzern wohl nur äußerst selten passiert sein. Aber wenn sich das iPhone doch mal aufgehängt und so gar nicht mehr reagiert, dann wissen viele User gar nicht weiter. Dabei ist die Lösung zum Glück oft recht einfach. Ein erzwungener Neustart. Und der geht so:



- 1 Die Seitentaste „Lauter“ drücken, also die obere, und sie schnell wieder loslassen
- 2 Die Seitentaste „Leiser“ drücken, also die untere, und sie schnell wieder loslassen
- 3 Nun die Seitentaste auf der rechten Seite drücken - und sie gedrückt halten
- 4 Erscheint das Apple-Logo auf dem Bildschirm, kann man die Taste wieder loslassen

Jetzt nicht loslassen, schön weiter gedrückt halten. Wenn sich das iPhone aufgehängt, hilft ein erzwungener Neustart.

FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA

Nun noch das Hochfahren abwarten und anmelden. In den meisten Fällen haben sich Probleme anschließend erledigt. Achtung, beim iPhone 7, iPhone 7 Plus und iPod touch 7. Generation müssen die „Leiser“-Taste und die Seitentaste gleichzeitig gedrückt und gehalten werden, bis das Apple-Symbol auf dem Bildschirm erscheint. Bei noch betagteren Modellen sind es die Home-Taste und die Sperrtaste an der Oberseite des

Geräts. Auch hier gilt: Gleichzeitig beide Knöpfe drücken und halten, bis sich das Gerät ausschaltet und das Apple-Symbol wieder erscheint. Lässt sich das Telefon gar nicht einschalten, rät Apple dazu, es eine Stunde zu laden und es dann noch einmal zu versuchen. Ebenso, wenn die Anzeige eines geringen Akkustandes (eine Batterie mit einem roten Strich) erscheint und sich das Gerät nicht einschaltet. Wenn auch das nicht hilft, dann ist es Zeit für den Kontakt mit dem Support oder den Gang zum Smartphone-Laden.

dpa



UNSER NEUES
TABLET IST DA!

DAS EPAPER UND DIE APP
SIND WIRKLICH PRAKTISCH.

Lesen Sie die Werra-Rundschau auf Ihrem neuen Tablet.

Bestellen Sie jetzt das ePaper für mindestens
24 Monate für derzeit nur 32,40 € im Monat und
Ihr Wunsch-Tablet zum Sonderpreis dazu.

Das ePaper überzeugt:

- + **Exklusive Inhalte und Sonderangebote:** Profitieren Sie von exklusiven Magazinen, die nur für ePaper-Abonnenten verfügbar sind.
- + **Aktualität in Echtzeit:** Seien Sie stets auf dem neuesten Stand mit sofortigen Nachrichtenaktualisierungen – die Zeitungsausgabe von morgen lesen Sie heute ab 20 Uhr.
- + **Bequeme Zugänglichkeit:** Lesen Sie Ihre Zeitung jederzeit und überall – ob unterwegs, zu Hause oder im Urlaub, mit Ihrem Tablet haben Sie Ihre Nachrichten immer dabei.
- + **Lesekomfort:** Passen Sie Schriftgrößen an, um ein komfortables Leseerlebnis nach Ihren persönlichen Vorlieben zu gestalten.
- + **Archivzugriff:** Durchsuchen Sie mühelos das Archiv der vergangenen 30 Tage und greifen Sie auf eine Fülle von Informationen zu.

Samsung Galaxy Tab A11+, silber

128 GB, WiFi
7 €/Monat

128 GB, WiFi + 5G
9 €/Monat

Apple iPad 11, silber

128 GB, WiFi
15 €/Monat

128 GB, WiFi + Cell.
21 €/Monat



Jetzt bestellen:
werra-rundschau.de/epaper





VERANSTALTUNGEN

SAMSTAG, 11. APRIL

20 Uhr: Jagdgenossenschaft Heyerde, Jahreshauptversammlung, Feuerwehrhaus Hornel

MONTAG, 13. APRIL

15 bis 16 Uhr: Sitzgymnastik, Bürgerhilfe Sontraer Land
15 bis 18 Uhr: Stadt- und Schulbibliothek, Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16

DIENSTAG, 14. APRIL

9 bis 14.30 Uhr: DRV-Rentenmobil, kostenlose Beratung, Deutsche Rentenversicherung, Marktplatz Sontra
14 Uhr: HandyFit, vorherige Terminvereinbarung bei Carina Stanzel ist notwendig, Tel. 0160/91 33 56 14, Niederstadt 41
14.30 bis 17 Uhr: Seniorennachmittag mit Kaffee und Spielen, Bürgerhilfe Sontraer Land und AWO-Ortsverein Sontra, Niederstadt 41

MITTWOCH, 15. APRIL

9 bis 13 Uhr: Lecker, lebendig und regional. Der Sontraer Wochenmarkt in der Braugasse mit einem frischen und bunten Angebot an Produkten aus der Region
13 Uhr: Werratalverein Sontra, Rad-

wandertour zur Wanderrast Wolfterode, Treffpunkt Parkplatz Breitwiese

14 bis 16 Uhr: Treffen im Café Freiraum für Flüchtlinge, Gastgeber und Interessierte, Bürgerhilfe Sontraer Land, Niederstadt 41

15 bis 18 Uhr: Stadt- und Schulbibliothek, Adam-von-Trott-Schule

16 Uhr: AWO-Ortsverein Sontra, Infoveranstaltung „Was tun, wenn die Rente nicht reicht?“, AWO-Seniorenzentrum Sontra, Wichmannswiese 3

DONNERSTAG, 16. APRIL

10.30 bis 11.30 Uhr: Erzähl-Café, AWO-Quartier Sontra, Braugasse

11 bis 14 Uhr: Mittagstisch für Senioren im Blickpunkt, Bürgerhilfe Sontraer Land, Niederstadt 41

16 bis 19 Uhr: Stadt- und Schulbibliothek geöffnet, Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16

SAMSTAG, 18. APRIL

18 Uhr: Heimat- und Förderverein Ulfen, Whisky-Tasting, Anmeldung erforderlich unter info@heimathof-ulfen.de

SONNTAG, 19. APRIL

6 bis 15 Uhr: Flohmarkt, Veranstalter Uwe Günther, Parkplatz Breitwiese, Sontra



Blutspendetermin in Sontra

Der nächste Blutspendetermin des DRK-Ortsvereines Sontra findet am Freitag, 24. April, von 16.45 bis 20 Uhr in der Adam-von-Trott-Schule in der Jahnstraße 16 statt. Termine können über www.blutspende.de/Termine gebucht werden. FOTO: DRK

DIENSTBEREIT

Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst: 11 61 17

AUGENÄRZTE

Notdienstzentrale Eschwege: 0 56 51/1 92 92

ZAHNÄRZTE

Zahnärztl. Notfallvertretungsdienst für den Bereich Eschwege: 0180/5 60 70 11 (gebührenpflichtig)

APOTHEKEN

11. April
Goldbach Apotheke, ESW, An den Anlagen 18a, 0 56 51/3 13 30

12. April
Kirchrain Apotheke, Großalmerode, Marktplatz 8, 0 56 04/6384

RETTUNGSDIENSTE

Arbeiter-Samariter-Bund, Aufträge zu richten über:
Leitstelle für den Werra-Meißner-Kreis 0 56 51/1 92 22

Leitstelle für den Kreis Hersfeld-Rotenburg: 0 66 21/1 92 22
Frauenhaus Eschwege: 0 56 51/

3 26 65

Kinder- und Jugendhilfe, Bez.-Verband Hessen-Nord e.V., Mütternotdienst: 0 56 77/95 85 12

Hospizdienst Sontra, Rufbereitschaft: 0 56 51/33 83 14

STROM- UND GASVERSORGUNG

EAM Netz GmbH
Kundenservice 0800/3 25 05 32

Entstörungsdienst
Strom: 0800/3 41 01 34
Erdgas: 0800/3 42 02 34

Wasserversorgung und Abwasserbeseitigung Stadt Sontra
24 Std.-Rufbereitschaft
Wasserversorgung: 0151/53 85 50 87
Abwasserbeseitigung: 0151/53 85 50 74

KRANKENPFLEGE

Diakonie Eschwege-Land gGmbH, Hinter der Mauer 20, Sontra, 24-Stunden-Rufbereitschaft, Teamleitung: Heidrun Krause, Pflegedienstleitung: Liane Holzapfel, 0 56 58/9 32 93

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

EV. KIRCHEN

KIRCHSPIEL SONTRA

12. April
Sontra: 10 Uhr Gottesdienst
Thurnhosbach: 10 Uhr Gottesdienst

KIRCHSPIEL BERNEBURG

12. April
Berneburg: 10 Uhr Konfirmation

KIRCHSPIEL ULFEN

12. April
Ulfen: 10 Uhr Gottesdienst
Blankenbach: 11 Uhr Taufgottesdienst

KIRCHSPIEL

DATTERODE/RÖHRDA

12. April
Datterode: 10 Uhr Konfirmation

KATH. KIRCHEN

PASTORALVERBUND GABRIEL WERRA-MEISSNER

11. April
Herleshausen: 17 Uhr Vorabendmesse

12. April
Sontra: 10.45 Uhr Sonntagsmesse

STADTVERWALTUNG INFORMIERT

Mitteilungen und Berichte für den Sontraer Stadtkurier müssen der Verwaltung montags bis 11 Uhr vorliegen. Später eingehende Meldungen können nicht berücksichtigt werden. **Ehejubiläen** werden nur dann im

Stadtkurier veröffentlicht, wenn die Betroffenen dies wünschen und sie ihren Wunsch rechtzeitig, das heißt bitte mindestens drei Wochen vor dem Jubiläumstag, im Vorzimmer des Bürgermeisters mitteilen.

Sicherheit im Fokus

Die EAM überprüft ihr Erdgasnetz

Sontra – Verwunderte Blicke sind ihm sicher: Wenn Gasspürer Nico Zimmermann im Auftrag der EAM Netz durch die Kommunen läuft, sieht es ein wenig so aus, als ob er die Straße mit einem Stausauger reinigt. Tatsächlich schiebt er ein hochsensibles, modernes Gasspürgerät über den Boden vor sich her. Damit läuft er in den nächsten Wochen das unterirdisch verlegte Gasnetz der EAM in Sontra und anschließend in Hessisch Lichtenau, Meißner, Wehretal und Kaufungen ab und kontrolliert es auf Dichtigkeit. Für den sicheren Betrieb des Erdgasnetzes überprüft der Netzbetreiber EAM Netz regelmäßig die unterirdisch verlegten Gasleitungen. Rund 1000 Kilometer des insgesamt 5.000 Kilometer umfassenden Gasnetzes des kommunalen Energieversorgers werden jährlich auf diese Weise kontrolliert.

Das alles erfolgt zu Fuß. Mittels der sogenannten Teppich-Sonde an dem modernen Gasspürgerät, wird die Bodenluft über den in der Straße verlegten Gasleitungen angesaugt und auf möglichen Methangehalt analysiert. Auf dem Monitor, den der Gasspürer wie einen Bauchladen vor sich her-



EAM überprüft ihr Erdgasnetz: Nico Zimmermann ist in Sontra unterwegs. FOTO: EAM

trägt, können alle wichtigen Informationen abgelesen und notiert werden. Schon bei geringsten Gaskonzentrationen alarmiert das Gerät. Sollte eine Gaskonzentration festgestellt worden sein, wird der genaue Punkt der Messung anschließend an die EAM-Netzleitstelle gegeben, damit ein mögliches Leck umgehend behoben werden kann. Das ist allerdings selten der Fall. „Nur ganz vereinzelt wird eine Gaskonzentration

und damit ein Leck festgestellt, denn unser Erdgasnetz befindet sich in einem sehr guten Zustand“, sagt Thomas Dreier, der bei der EAM für die Überprüfung des Erdgasnetzes verantwortlich ist.

Zusätzlich zu den Gasleitungen in der Straße werden auch die Anschlussleitungen zu den Häusern überprüft. Dabei achtet der Gasspürer auch darauf, ob die gelbe Gasplakette am Haus angebracht ist. Sie kenn-

zeichnet im Außenbereich die Einführungsstelle der Gas-Hausanschlussleitung und gibt beispielsweise bei Feuerwehreinsätzen oder bei anstehenden Tiefbauarbeiten schnell Auskunft darüber, wo die Gasleitung in das Gebäude hinein führt. Für Verbraucher wichtig zu wissen: Die Gasspürer müssen für ihre Arbeit zwar keine Häuser, aber Grundstücke betreten. Dafür können sie sich entsprechend ausweisen.

Mit Wachstumsschub ist zu rechnen

Aktuelles aus der Landwirtschaft

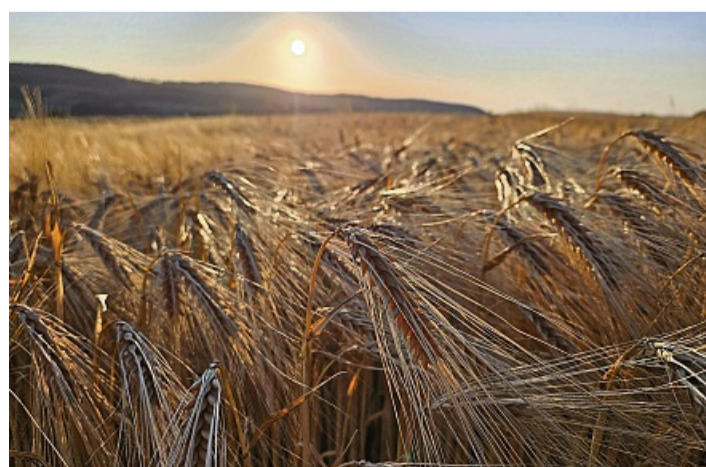
Sontra – Sofern Luft- und Bodentemperaturen ansteigen, ist bei der jetzigen Wasserversorgung mit einem kräftigen Wachstumsschub zu rechnen.

■ Winterraps

Zuflug von Rapsglanzkäfern bei steigenden Temperaturen im Blick haben – Gelbschalen neu positionieren und regelmäßig kontrollieren. Zum Feststellen der Schadschwelle, 15 bis 20 Haupttriebe ausklopfen! Bislang unbehandelte Bestände einkürzen; Mittel und Aufwandmenge an die Bestandsentwicklung anpassen. Ggf. noch Bor zumischen.

■ Wintergetreide

In Gunstlagen erreichen Wi-Gerste und frühe Weizenbestände die Schoßphase; der ideale Zeitpunkt für Wachstumsregler in Wi-Gerste ist das Stadi-



In Gunstlagen erreichen Wintergerste und frühe Weizenbestände die Schoßphase. FOTO: PRIVAT

um Einknotenstadium BBCH 31; bei warmem und sonnigem Wetter sind Behandlungen mit Moddus, Medax Top, Prodx etc. möglich. Auch früher Weizen, der das Stadium 31 erreicht, kann bei diesen Bedin-

gungen zeitnah eingekürzt werden. Bestände in der Bestockung können vorab mit einer Teilmenge CCC gefahren werden.

■ Sommergetreide

Der Herbizideinsatz erfolgt idalerweise im 3 bis 4-Blattstadium – meist Blattwirkung! Alternativ zu den gängigen Wirkstoffgruppen bieten sich bei warmer Witterung (ca. 15-20 °C) Wuchsstoffe an. Ungräser treten aufgrund ihrer Biologie im Vergleich zu Winterungen in einer wesentlich geringeren Dichte auf. In So-Gerste und So-Weizen können z. B. Axial 50, Axial komplett und Husar Plus (Windhalm) eingesetzt werden; im So-Weizen steht zudem Broadway Plus gegen Windhalm zur Verfügung. Im Hafer steht kein Herbizid mit Gräserwirkung zur Verfügung; dort müssen Ungräser über Fruchtfolge und mechanische Bearbeitung ausgeschaltet werden.

Weitere aktuelle Hinweise für die Landwirtschaft der hiesigen Region sind im Internet unter www.aglw.de zu finden.



Vorstandswahlen bei den Jagdgenossen

Jagdgenossen Krauthausen

Krauthausen – Am Mittwoch, 23. April, findet die Jahreshauptversammlung der Jagdgenossen Krauthausen statt. Die Veranstaltung beginnt um 18.30 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus.

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Verlesen des Protokolls der Jahreshauptversammlung vom 8. Mai 2025
4. Bericht des Vorstandes
5. Kassenbericht
6. Bericht der Kassenprüfer und Antrag auf Entlastung des Vorstandes

7. Verpachtung der Jagd in Krauthausen
8. Verwendung des Jagdpachtertrages
9. Wahl des Jagdvorstandes
10. Wahl der Mitglieder und deren Stellvertreter des Genossenschaftsausschusses
11. Verschiedenes

Auf Folgendes weisen wir hin: Stimmberechtigt sind grundsätzlich nur Eigentümer der Jagdflächen. Jeder dieser Eigentümer kann sich durch eine schriftliche Vollmacht nach § 8 der Satzung vertreten lassen.

Klaus Jopp
Jagdvorstand

Neuwahl des gesamten Vorstandes

Interessentenwald Krauthausen

Krauthausen – Zur diesjährigen Jahreshauptversammlung für das Geschäftsjahr 2025 laden wir hiermit alle Anteiler im Anschluss an die Versammlung der Jagdgenossen Krauthausen für Donnerstag, 23. April, um 20 Uhr in das Dorfgemeinschaftshaus Krauthausen ein.

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des 1. Vorsitzenden
4. Kassenbericht
5. Bericht der Kassenprüfer und Antragstellung auf Entlastung des Kassierers sowie des gesamten Vorstandes

6. Neuwahl des gesamten Vorstandes
7. Wahl von Kassenprüfern 2026
8. Bericht über Holzmarktlaage
9. Verschiedenes

Anträge auf Änderung der Tagesordnung müssen in schriftlicher Form vorliegen. Zwischen beiden Versammlungen wird ein Imbiss gereicht.

Aufgrund der Wichtigkeit des Tagesordnungspunktes 6 bitte ich die Anteiler um zahlreiches Erscheinen.

gez. Axel Asbrand
1. Vorsitzender

Stammtisch des Männergesangsvereines

MGV Berneburg lädt ein

Berneburg – Der nächste Sängerstammtisch des MGV Berneburg findet am Mittwoch, 15. April, um 19.30 Uhr im Gasthaus Gonnermann statt. Hierzu sind

alle Sangesfreunde in unserer gemütlichen Runde recht herzlich willkommen.

Der Vorstand

Versammlung bei den Jagdgenossenschaft

Jagdgenossenschaft Wichmannshausen

Wichmannshausen – Die Jahreshauptversammlung der Jagdgenossenschaft Wichmannshausen findet am Freitag, 24. April, um 19 Uhr im Clubheim der Uwe-Seeler-Halle statt. Hierzu sind alle Mitglieder der Jagdgenossenschaft eingeladen.

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Jahres- und Kassenbericht des Jagdvorstehers
3. Prüfungsbericht des Ausschussvorsitzenden

4. Entlastung des Vorstands
5. Beschlussfassung über die Verwendung der Jagdpacht 2026
6. Anfragen und Anregungen

Die Niederschrift der Jagdgenossenschaftsversammlung Wichmannshausen vom 24. April liegt vom 11. bis 23. Mai beim Jagdvorstand aus.

Reiner Reimuth
Jagdvorstand

ZEUGEN JEHOVAS

Jeden Mittwoch um 19 Uhr und jeden Samstag um 18 Uhr im Kirchengebäude der Gemeinde Sontra: Schlesienstraße 1, Eschwege.

Die Gottesdienste finden sowohl als Präsenzveranstaltung und auch per Videokonferenz statt. Weitere Infos unter 0 56 53/6 33 98 28.

Vielfältige Aktivitäten

Jahreshauptversammlung der AWO Sontra

Sontra – Zur Jahreshauptversammlung des AWO-Ortsvereins Sontra am 22. März konnte Vorsitzender Wilhelm Holzhauser zahlreiche Mitglieder und Gäste, darunter AWO-Kreisgeschäftsführerin Runa Aasland Jost, AWO-Verbandsreferent Felix Göken, Gemma Werner, Leiterin AWO-Kita Sontra, und Paulina Volkmar vom AWO-Quartier Sontra, begrüßen.

Den im vergangenen Jahr verstorbenen Mitgliedern wurde in eine Gedenkminute gedacht.

Karl Henning richtete die Grüße und Wünsche von Bürgermeister Thomas Eckhardt aus. In seinem Grußwort hob er die gute Zusammenarbeit seitens der Stadt mit der AWO – sowohl dem AWO-Ortsverein, als auch dem AWO-Kreisverband Werra-Meißner und dem AWO-Bezirksverband Hessen Nord – hervor. Die gute Entwicklung der Mitgliederzahlen des AWO-Ortsvereins Sontra würdigte er besonders.

Runa Aasland-Jost überbrachte die Grüße des AWO-Kreisverbandes, bei dem sie als Geschäftsführerin gemeinsam mit dem Vorstand die Geschichte leitet. Auch sie hob die Zusammenarbeit sowohl des AWO-Kreisverbandes Werra-Meißner als auch des AWO-Bezirksverbandes Nordhessen mit der Stadt Sontra hervor. Bezugnehmend auf die Altersstruktur der Mitglieder der AWO verweist sie auf die positiven Entwicklungen, auch durch die neuen Förderkreise der Kindertagesstätten. In Bezug auf die Aktivitäten des AWO-Ortsvereins Sontra lobte sie die vielfältigen Aktivitäten und das Engagement.

Wilhelm Holzhauser überbringt in seiner Rolle als erster Vorsitzender des AWO-Kreisverbandes die Grüße des Vor-



Gut besucht war die Jahreshauptversammlung der AWO.

FOTO: AWO

standes und stellt heraus, dass durch das umsichtige Handeln des Kreisverbandes insbesondere auch für die Ortsvereine Möglichkeiten der Aktivitäten geschaffen und insbesondere finanziert werden.

Wilhelm Holzhauser berichtete über die vielfältigen Aktivitäten des Vereins seit der letzten Versammlung. Besonders erwähnte er das Kinder- und Familienfest anlässlich des 20-jährigen Jubiläums des AWO-Seniorenzentrums, im und um das AWO-Seniorenzentrum Sontra im Juni, die Smartphone-Sprechstunden für Senioren, den Besuch von vielen Veranstaltungen, wie z. B. das Konzert der Ulfener Jungs und einige Info-Veranstaltungen des Ortsvereins.

Die Kassiererin Ursula Schäfer stellte den Kassenbericht vor und berichtete über eine geordnete und gesunde Finanzlage des Vereins. Leni Kellner be-

stätigte für die Revisoren die ordnungsgemäße Kassenführung und sprach ihren Dank an die Kassiererin und den Vorstand aus. Auf Antrag der Revisorin erfolgte die einstimmige Entlastung des Vorstands.

Bei der Kaffeetafel wurde von den anwesenden Mitgliedern und Gästen die Gelegenheit zum Austausch und zum „schnuddeln“ genutzt.

Beim anschließenden Informationsblock berichteten Frau Manuela Köcher und Herr Steffen Vogt von AWO Mobil Sontra über aktuelle Aspekte und Möglichkeiten der häuslichen Pflege, die durch AWO-Mobil angeboten werden. Insbesondere wurde auf die Vorgehensweise in Sachen Beantragung und die Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung eingegangen. Hier kann durch das Team von AWO-Mobil entweder im Büro in Sontra oder auch zu Hause vor Ort unter-

stützt werden.

Wilhelm Holzhauser ergänzt die Ausführungen mit einem kleinen Exkurs in den Bereich der stationären Pflege mit der Darstellung der Möglichkeiten, Kosten und Hinweise zur Antragstellung und Regelungen bei nötiger finanzieller Unterstützung.

Abschließend berichtete Vorsitzender Wilhelm Holzhauser über die geplanten Vorhaben und Veranstaltungen des AWO Ortsvereins und Felix Göken und Paulina Volkmar ergänzten um die Angebote des AWO Kreisverbandes Werra-Meißner und des AWO Quartiers.

Besonders wies Holzhauser auf die Veranstaltung zum Thema „Was tun, wenn die Rente nicht reicht“ die in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro des Werra-Meißner-Kreises stattfindet, und am 15. April um 16 Uhr im AWO-Seniorenzentrum Sontra stattfinden wird.

Gemeinsame Projekte durchführen

Kooperationsvereinbarung geschlossen

Sontra – Gemeinsam den Schülerinnen und Schülern aller Jahrgänge und Schulformen der Adam-von-Trott-Schule eine Begegnung mit Judentum, jüdischer Geschichte und Kultur sowie Lokalgeschichte im Rahmen der Vermittlungsangebote des Vereins zu ermöglichen, ist das Ziel einer Kooperationsvereinbarung, die von Dr. Martin Arnold (Vorsitzender des Vereins) und Oliver Methe (Schulleiter der Adam-von-Trott-Schule) in der Schule unterzeichnet wurde.

Die Schule ist schon seit einigen Jahren Mitglied im Verein. Nun sollen die gemeinsamen Projekte, die Verein und Schule in der Vergangenheit durchgeführt haben (beispielsweise Exkursionen von Schülerinnen und Schülern der gymnasialen Oberstufe zur Synagoge Abterode oder Arbeiten von Schülerinnen und Schülern der 10R-Klassen am jüdischen Ensemble in Harmuthsachsen), auf eine vertragliche Grundlage gestellt werden und eine Regelmäßigkeit erhalten.

Ziel ist es weiterhin, vermehrt Angebote des Vereins in den Unterricht verschiedener Fächer



Unterzeichnung des Kooperationsvereinbarunges durch v. l. vorne Oliver Methe, Dr. Martin Arnold, (hinten) Dominik Rudolf und Ludger Arnold.

FOTO: ADAM-VON-TROTT-SCHULE

und Jahrgangsstufen zu integrieren und in die Curricula unterschiedlicher Fächer zu implementieren.

Dazu stellt der Verein seine Lernangebote kostenfrei zur Verfügung. Auf schulischer Seite ist Dominik Rudolf Ansprechpartner für die Koopera-

tionsvereinbarung.

Im Rahmen der Unterzeichnung stellte Dr. Martin Arnold die unterschiedlichen Bildungsangebote des Vereins den anwesenden Lehrerinnen und Lehrern vor; Oliver Methe betonte die Wichtigkeit der Arbeit des Vereins, um die Erinne-

rung an jüdisches Leben im Werra-Meißner-Kreis für die Schülerinnen und Schüler erfahrbar zu machen, wie dies beispielsweise, auch in Kooperation mit der Stadt Sontra und vielen anderen Partnern, bei der Stolpersteinverlegung im September 2025 gelungen sei.

Grün, leicht und lecker

Frühlingsuppe mit Parmesan-Nocken und Oliven-Gremolata

Das erste zarte Grün zeigt sich an Büschen und Bäumen - und genau diese Farbe bringen wir mit dem ersten grünen Spargel, Zuckerschoten, Erbsen und jeder Menge Kräutern auf unsere Teller. Das Gemüse wird so dünn geschnitten, dass es roh in die heiße Gemüsebrühe kommt und wunderbar knackig bleibt.

Während die Oliven-Gremolata eine intensive Würze und starke Aromen ins Gericht bringt, bilden die weichen, würzigen Parmesan-Nocken einen schönen Kontrast zum knackigen Gemüse. Wem das zu viel Arbeit ist: Ravioli gefüllt mit Ricotta und Spinat aus dem Kühlregal sind eine leckere Alternative.

Zero-Waste-Tipp: Parmesanrinde, Petersilien- und Basilikumstängel in der Brühe auskochen. So bekommt die Suppe eine geschmackliche Tiefe.

Zutaten für 4 Portionen

- 30 g Parmesan (am Stück)
- 250 ml Vollmilch
- 1,5 EL Butter
- Salz
- 110 g Weichweizengrieß
- 2 Eier (Größe M)
- 100 g grüne Oliven (mild, mit Stein, z.B. Nocellara)
- 1/2 Zehe Knoblauch
- 40 g Petersilie (glatt)
- 20 g Basilikum (frisch)

- 1 Bio-Zitrone
- 6 EL Olivenöl
- Pfeffer
- 200 g Erbsen (TK)
- 8 Stangen Spargel (grün)
- 200 g Zuckerschoten
- 3 Frühlingszwiebeln
- 15 g Schnittlauch
- 1 Päckchen Gartenkresse
- 2 Liter Gemüsebrühe

Zubereitung

- 1 Für die Parmesan-Nocken den Parmesan fein reiben. Rinde aufbewahren.
- 2 Die Milch zusammen mit der Butter und ca. 1/2 TL Salz in einem Topf aufkochen. Hitze auf mittlere Temperatur reduzieren und unter ständigem Rühren erst den Parmesan, dann den Grieß nach und nach unterrühren. Ca. 2 - 3 Minuten kräftig weiter rühren, bis sich ein dicker Teigklumpen bildet. Topf vom Herd nehmen und ca. 10 Minuten abkühlen lassen.
- 3 Dann mit einem Holzlöffel nacheinander die Eier unterziehen, bis eine feste Masse entsteht. Ca. 30 Minuten quellen lassen. Dann mit zwei Teelöffeln zu Nocken formen.
- 4 Für die Oliven-Gremolata den Kern der Oliven weg-schneiden und das Fruchtfleisch fein hacken. Knoblauch schälen, durch eine Knoblauchpresse drücken



Diese Suppe mit Parmesan-Nocken sowie grünem Spargel und knackigen Kräutern bringt den Frühling in den Suppenteller. FOTO: JULIA UEHREN/DPA

und zu den Oliven geben. Petersilie und Basilikum waschen, trockenschütteln und die Blätter fein hacken. Stiele aufbewahren. Zitrone waschen und abtrocknen. Etwa 1 TL von der Schale fein abreiben, den Saft auspressen.

Die Kräuter zusammen mit dem Olivenöl und ca. 1 TL Zitronenabrieb und den Oliven vermengen. Mit Pfeffer abschmecken.

Die Zuckerschoten waschen und längs in feine Streifen schneiden (ggf. halbieren). Die Frühlingszwiebel waschen, die Wurzel und den dunkelgrünen Teil wegschneiden. Die Frühlingszwiebel dann in feine Ringe schneiden. Schnittlauch wa-

schen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden. Gartenkresse waschen, trockenschütteln und knapp über der Wurzel abschneiden.

- 7 Die Gemüsebrühe zusammen mit der Parmesanrinde und den Basilikum- und Petersilienstängeln einmal aufkochen lassen. Dann mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen. Anschließend Parmesanrinde und Kräuterstängel entfernen und die Suppe mit 1 - 2 EL Zitronensaft, wenig Salz und Pfeffer würzen.
- 8 Die Parmesan-Nocken in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser ca. 5 Minuten garen.
- 9 Gemüsebrühe noch einmal kurz aufkochen lassen und auf vorgewärmte Teller füllen. Parmesan-Nocken in die Suppe legen. Spargel, Zuckerschoten und Erbsen roh dazugeben. Wem das Gemüse zu knackig ist, kann es vorher kurz blanchieren oder anbraten.
- 10 Die Oliven-Gremolata, den Schnittlauch, die Frühlingszwiebeln und die Kresse in Schälchen füllen und die Suppe damit nach Belieben würzen und garnieren.

Mehr Rezepte unter <https://loeffelgenuss.de/> tmm

Für nur
10€!

Den Sommer genießen!
Lesen Sie das WR ePaper
bis zum 30. Juni 2026.

Ihr digitaler Lesesommer – je früher Sie bestellen, umso länger lesen Sie das ePaper.

- ✓ Lesen Sie abends ab 20 Uhr die Zeitung von morgen.
- ✓ Alles für einmalig nur 10 €.
- ✓ Das Abonnement endet automatisch.

Coupon bitte per Post senden an:
Werra Verlag Kluthe GmbH & Co. KG · Postfach 10 10 09 · 34010 Kassel

Ich bestelle das ePaper und lese bis zum 30. Juni 2026 für nur 10 €. (Inklusive gesetzl. USt.)

Das Abonnement soll beginnen:
 sofort ab: _____

Unsere Garantie: Das Abonnement endet automatisch.

Name, Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____ Geburtsdatum _____

E-Mail (wichtig für ePaper-Nutzung) _____

Ich erteile der Werra Verlag Kluthe GmbH & Co. KG ein SEPA-Lastschriftmandat.

IBAN _____

Datum, Unterschrift (Kontoinhaber) _____

Ich bin damit einverstanden, dass mich die Werra Verlag Kluthe GmbH & Co. KG und das Ippen Media Redaktionsnetzwerk über weitere interessante Angebote per E-Mail und Telefon informieren. Die Zustimmung kann ich jederzeit per E-Mail an leserservice@werra-rundschau.de mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Weitere Informationen erhalten Sie in unserer Datenschutzerklärung.

Datum, Unterschrift _____

Ein vergünstigtes Angebot der WR kann nur alle 6 Monate in Anspruch genommen werden und wird an Haushalte innerhalb unseres Verbreitungsgebietes zugestellt, in denen es noch kein Abonnement gibt. Es besteht keine Möglichkeit, mein befristetes Zeitungsabonnement zu unterbrechen. Meine Mandatsreferenz erhalte ich mit dem Begrüßungsschreiben/SEPA-Mandat. Amtsgericht Eschwege HR A 1692
 Unsere geltenden allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie unter www.werra-rundschau.de/agb

WEITERLESEN? JA – UND 125 EURO AUF MEIN KONTO!

- Ja, ich möchte im Anschluss die WR für mindestens 24 Monate weiterlesen:
- Print inkl. ePaper** – für derzeit 51,40 €/Monat. (Inkl. gesetzl. USt./Postzustellung 54,40 €/Monat)
- ePaper** – für derzeit 32,40 €/Monat. (Inklusive gesetzl. USt.)



Jetzt bestellen: werra-rundschau.de/sommer ☎ **05651 335955**



Immowelt

Stellenangebote

Immobilien-Sofortkauf.de
Wir suchen Häuser von privat!
-bundesweit- ☎ 06625-1820

Auto-Ankäufe

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

Verkauf

Waschmaschinen, Herde, 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

Ankauf

Ankauf Flohmarktartikel, Haushaltswaren,
Werkzeuge u. v. m., auch größere Mengen
Telefon 0173 2650986

Achtung! Suche Pelze, Nerze, Lederbekleidung
und Teppiche ☎ 06623 915 7280

Landwirtschaft&Forsten

Trockenes Buchenbrennholz
Telefon 05684 931670

Brennholz Buche und Eiche 60 €
25-30 cm, Tel. 0176 62681914

Bekanntschäften

Emmi, 69 J., mobil, mit fraul. Figur u. traditionellen Werten. Bin eine anschniegssame, zärtl. Frau, die sich als Witwe noch einmal nach einem aufrichtigen Partner sehnt. Außerlichkeiten spielen für mich keine Rolle. Wichtig ist nur, dass wir uns gut verstehen. Rufen Sie üb. PV an, der Frühling wäre zu zweit doch viel schöner. Tel. 0176-34498648

Ich, Ingrid, 75 J., verwitwet, mit leicht vollbusiger Figur, sehe mich so sehr nach e. lieben, ehrlichen Mann, dem ich wieder Zärtlichkeit u. Fürsorge schenken darf, der auch gerne umgürtet werden will. Bin eine sehr gute Köchin, Autofahrerin u. könnte auf Ihren Wunsch auch bei Ihnen wohnen. Kostenl. Anruf Pd-Seniorenglück Tel. 0800 - 7774050

Rosi, 64 J., liebevoll, romantisch u. eine unglaublich gute Köchin. Ich fühle mich einsam wie nie zuvor. Der Frühling ist da, nur ein lieber Mann fehlt zum Glücklichen u. glücklich machen. Ein kurzer Anruf üb. PV und wir könnten ein Treffen vereinbaren. Tel. 0152-24910120

WR Werra-Rundschau

Wir benötigen einen Springer für die Zustellung der Werra-Rundschau im Werra-Meißner-Kreis.

Mitarbeiter (m/w/d) in Festanstellung

Sie sind flexibel und flott? Sie können und wollen auch am frühen Morgen arbeiten? Ein PKW und gute Ortskenntnisse von Eschwege und Umgebung sind ebenfalls vorhanden? Dann haben wir für Sie die richtige Aufgabe. Wir bieten leistungsgerechte Bezahlung und faires Wegegeld.

Wir haben Ihr Interesse geweckt?
Bitte wenden Sie sich an: Werra-Rundschau · Alfred Gunkel · Herrengasse 1-5 · 37269 Eschwege
Telefon: 05651/3359-50 · E-Mail logistik@werra-rundschau.de

Worauf wartest du noch?
DURCHSTARTEN!

[localjob.de](https://www.localjob.de)
Deine Karriere. Deine Zukunft.

Morgenstund hat **GOLD** im Mund!

Beste Nebenjob: Zusteller der Werra-Rundschau in den frühen Morgenstunden

Zusteller (m/w/d)
Wir suchen Zusteller zur Festanstellung und zur Urlaubs- und Krankenvertretung in:

- Eschwege
- Kirchhosbach
- Rechtebach
- Sontra
- Niederdünzabach
- Krauthausen
- Ulfen

Springer (m/w/d) in Festanstellung

- Herleshausen
- Waldkappel
- Berkatal
- Sontra
- Ringgau
- Eschwege

Bewirb dich jetzt!
Telefonisch unter ☎ 05651 3359-50
oder ✉ logistik@werra-rundschau.de

WR Werra-Rundschau

Marktspiegel Region Eschwege & Sontraer Stadtkurier

Anja Montag
Eschwege-Wanfried-Meinhard-Ringgau-Berkatal-Herleshausen
☎ 05651 / 335-948
✉ anja.montag@werra-rundschau.de

Anzeigenschluss: Mittwoch 10 Uhr

MARKT SPIEGEL
REGION ESCHWEGE & SONTRAE STADTKURIER

kratzenberg DENTAL

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir:
Zahntechniker/in (m/w/d)
in Teil- oder Vollzeit

Du bist fit im Bereich Kunststoff & Totalprothetik oder auch bei Modellguss & Teleskopprothetik?

Dann bewirb dich per Mail an info@kratzenberg-dental.de

Friedrich-Ebert-Straße 65
37287 Reichensachsen | 05651 94922

Auf meiner Route bin ich **CHEFIN**

die-Zusteller

Jetzt als **Pressezusteller (m/w/d) bewerben und Chef:in werden.**

Dein Bezirk.
Deine Route.
Deine Entscheidung.

www.die-zusteller.de

Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.

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

gesund|leben 18.04. – 19.04.2026
Kongress-Palais Kassel
Programm-Highlights

Besuchen Sie die Messe für ein gesundes und aktives Leben!
Alle Vorträge und Kurse unter: gesundleben-messe.de

VORTRAGSPROGRAMM:

Die Schilddrüse im Fokus: Die wichtigsten Blutwerte für optimale Schilddrüsengesundheit!
Katharina Kurz, M.Sc. und Health Coach
Sa., 18.04.2026, 12.00 Uhr
(+ weiterer Vortrag zur Schilddrüse: So. 19.04.2026, 12.00 Uhr)

Stärkung der Vitalkraft – mir etwas Gutes tun
Dr. Jürgen Mogck, Internist und Heidrun Brand-Eschrich, Dipl. Sozialwissenschaftlerin und Psychotherapeutin, Spirituelle Medizin und Heilkunde im Heilhaus Kassel HEILHAUS-STIFTUNG URSA PAUL
Sa., 18.04.2026, 14.15 Uhr + So., 19.04.2026, 12.00 Uhr

Gesunder Schlaf – für mehr Energie und Lebensqualität
Jan Wycisk, Schlafgesundheitsberater (für orthopädische Schlafsysteme), Schwebewerk GmbH & Co. KG
So., 19.04.2026, 12.45 Uhr

FITNESSPROGRAMM:

Tabata Flow – Intensität trifft Entspannung
Katharina Dodik – Biohacking-Influencerin und Model
Sa., 18.04.2026, 10.30 Uhr

Business-Yoga – Dem Stress mal kurz entfliehen!
Kassel.Yoga by Claudia Grünert
Sa., 18.04.2026, 11.30 Uhr

KRAV MAGA – Effektive Selbstverteidigung
Erste Schritte:
Wie lerne ich mich zu verteidigen
Fit & Sicher Akademie Umbach
So., 19.04.2026, 12.30 Uhr

Präsentiert von: **HNA** Medienpartner: **hrINFO**

TICKETS & INFOS

NORMA®



Genuss aus den Alpen

Käsekrainer XXL
mit echtem Emmentaler
5 Stück, je 700 g
(1 kg = 8,56)

XXL
INSTITUT METAKOM

5,99*
700 g

Kartoffel-Spezialität
Brat-Kartoffeln mit Speck und Zwiebeln, Kartoffelfrosti Schweizer Art oder Schweizer Art mit Speck
je 400 g (1 kg = 3,73)

1,49*
400 g

33% billiger
(1 kg = 2,48)

NORMA Plus
Nur gültig mit NORMA Plus App von 13.04. bis 19.04.2026

Schokobananen mit Fruchtmarkfüllung in den Sorten Brombeere, Himbeere oder Marille
je 150 g (1 kg = 11,27)

BANANA
Himbeere

15% billiger
UVP 1,99
1,69*
150 g

Bergsalami XXL aus Österreich – Kochsalami gegart, geräuchert und luftgetrocknet
je 700 g

XXL
INSTITUT METAKOM

5,79*
700 g

Krusten-/Bauernschinken XXL je 250 g (1 kg = 15,16)

XXL
INSTITUT METAKOM

3,79*
250 g

Holzhammer Franzbranntwein
Arnika & Menthol
je 500 ml (1 l = 15,98)

44% billiger
UVP 14,45
7,99*

WEITERE ARTIKEL
Propolis-, Ringelblumen SOS Salbe je 75 ml: 7,99 (1 l = 106,53)

Kulinarische Reise

METAXA® 5 Sterne
Griechische Spezialität
38% vol., je 0,7 l (1 l = 14,27)

37% billiger
UVP 15,99
9,99*

Natives Olivenöl extra
je 750 ml (1 l = 6,65)

26% billiger
UVP 6,79
4,99*
750 ml

Recla Prosciutto Crudo
original italienischer Rohschinken
VILLA GUSTO®

je 150 g (1 kg = 19,93)

2,99*
150 g

BRESSO Frischkäsezubereitung
feine Kräuter je 8x15 g (1 kg = 9,25) oder viele versch.
Sorten, z.B. Kräuter aus der Provence
je 150 g (1 kg = 7,40)

53% billiger
UVP 2,39
1,11*

Fischspezialität
Geräucherte Muscheln, Thunfisch in Öl je 120 g (1 kg = 20,75), Sardinen oder Geräucherte Sprotten in Olivenöl je 240 g (1 kg = 10,38)

16% billiger
UVP 2,99
2,49*

Puten-Schnitzel
paniert, „Wiener Art“
7 Stück à 100 g, je 700 g (1 kg = 9,27)

6,49*
700 g

ab Montag, 13. April

FRAULEIN
Äpfel aus dem alten Land Deutschland
Kl. I, Sorte: „Fraulein“
(GS66), Kal. 75/80 mm und 80/85 mm, 2,2 kg (1 kg = 1,63)

2,2 kg
3,59*
große Früchte
(Abbildung ähnlich)

Ernte fresh
Mini-Landgurken Spanien
Kl. I, je 1,5 kg (1 kg = 2,33)

XXL
1,5 kg
3,49*
(Abbildung ähnlich)

Gourmet-Speisekartoffeln
„Pom'Alliance“, Frankreich
Sorten: Gourmandine/Jazzy, festkochend, je 2,5 kg (1 kg = 1,20)

2,5 kg
2,99*
(Abbildung ähnlich)

➔ BIS ZU 53% SPAREN

Scheppach Benzin-Rasenmäher MS173-51 SE • Ideal für große Rasenflächen • Robustes, pulverbeschichtetes Stahlblechchassis

44% billiger
UVP 449,-
249,-*

Größe 65 Liter Fangbox

Scheppach Akku-Mäher 40V und Trimmer 20V
„All in One-Set“ BC-MP380 LT - SET XL2

18% billiger
UVP 219,-
179,-*

Schnittbreite ca. 38 cm

Power Garden Rasenkantenband
verzinkt, mit gebödelter Kante • Besonders flache Welle • Besonders stabil • Ideal auch bei der Verwendung von Rasentrimmern • Blechstärke 0,3 mm je Ausführung

9,99*
24 Auch online

Hochwertige 8 cm dicke Wende-Polsterauflagen

4er-Set
Sitzkissen ca. 40 x 40 x 8 cm

8,99*

LED-Solar-Laterne
ca. 150 cm

19,99*

Power Garden Design-Pflanzgefäße

PREMIUM QUALITÄT

5,99* bis **29,99***

WALTER 3 in 1 Li-Ion Akku-Rasentrimmer 20V

37% billiger
UVP 79,99
49,99*

LED-Solar-Leuchte „Pustelblume“

12,99*

Modische Komfortschuhe
für Herren • Herausnehmbare, gepolsterte, chromfrei geerbte Lederinnensohle

48% billiger
UVP 44,95
22,99*

*Keine Mindestgarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de (Solltensartikelliste). Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unentgeltlich 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. **Gültig für Nutzer der NORMA Plus App. Nur in der Filiale einlösbar. Es gelten die Bedingungen in der NORMA Plus App. Letzter gezeigter Preis. © KW 10/26. Farben abweichend.

ÖKO-TEST
Bio Sonne Bio-Crunchy-Müsli Hafer
sehr gut

Bio Crunchy Müsli
Hafer
je 500 g (1 kg = 5,98)

Stiftung Warentest
Ständig im Sortiment
2,99

6-Klingen Damenrasierer „Colibri“
je 1 Set inkl. 1 Ersatzklinge

4,49

NORMA®

www.norma-online.de