

Eschwege  überrascht

**Verkaufsoffener SONNTAG**  
**19. April**

**& Automobil-**  
**ausstellung**

12 bis 18 Uhr in der Eschweger Innenstadt

Initiative Marketing Eschwege e.V.

**MARKT SPIEGEL & SONTRAEER**  
REGION ESCHWEGE STADTKURIER

**SAVE THE DATE**

**THÜRINGER IN ESCHWEGE**  
**10. MAI STRASSENFEST**  
12-17 UHR + VERKAUFSOFFENER SONNTAG

Seit 1981 • Nr. 16

18. April 2026

**19.04.**  
in der Eschweger Innenstadt

**Verkaufsoffener SONNTAG**

**& Automobil-**  
**ausstellung**

# Newcastle-Krankheit: Werra-Meißner-Kreis bisher ohne Befund

Ministerium mahnt Geflügelhalter zur Impfung und strikten Hygiene

**Werra-Meißner** – Im Werra-Meißner-Kreis gibt es bislang keine Fälle der Newcastle-Krankheit. Das bestätigt das Veterinäramt des Landkreises. Das hessische Landwirtschaftsministerium ruft Geflügelhalter aber vorsorglich zu Impfungen auf.

Nachdem in Deutschland erstmals seit rund 30 Jahren wieder Fälle der hochansteckenden Newcastle-Krankheit bei Geflügel aufgetreten sind, ruft das Landwirtschaftsministerium die hessischen Geflügelhalter zu erhöhter Wachsamkeit auf. Vor wenigen Tagen waren mehrere kommerzielle Hühner- und Putenbestände sowie Kleinhaltungen in Bayern und Brandenburg von Ausbrüchen der Tierseuche betroffen. Die Krankheit, auch „Atypische Geflügelpest“ genannt, droht sich nun weiter auszuweiten.

## Impfen und Biosicherheit

Das Landwirtschaftsministerium appelliert vorsorglich an die Geflügelhalter, insbesondere Hühner- und Putenbestände wie rechtlich vorgesehen regelmäßig zu impfen und die Biosicherheitsmaßnahmen streng einzuhalten. Eine frühzeitige und regelmäßige Impfung sowie konsequente Hygienemaßnahmen sind entscheidend, um die Ausbreitung der Newcastle-Krankheit zu verhindern. Wirksame Biosicherheitsmaßnahmen sind laut Tierseuchenexperten die strikte Trennung von Straßen- und Stallkleidung, die Zugangssi-



**Impfempfehlung:** Der Landkreis reagiert auf das aktuelle Infektionsgeschehen der Geflügelpest in Brandenburg und Bayern mit einer neuen Allgemeinverfügung.

FOTO: MONTICELLO/PANTHERMEDIA

cherung der Ställe, eine vor Wildvögeln gesicherte Futterlagerung und eine wirksame Bekämpfung von Mäusen und Ratten. Die Übertragung der Viren erfolgt direkt zwischen Tieren über Sekrete oder Kot oder indirekt über Futter und Was-

ser. Durch Schuhe, Kleidung oder Transportkisten kann ebenso ein Eintrag erfolgen. Die Newcastle-Krankheit ist eine hochansteckende Virusinfektion, die vor allem Geflügel betrifft. Die Krankheit sorgt für großes Tierleid: Erkrankte Vö-

gel zeigen Symptome wie Atemnot, Durchfall, Gleichgewichtsstörungen, eine verminderte Legeleistung und Todesfälle. Die einzelnen Vogelarten sind unterschiedlich betroffen. Während das Virus bei Hühnern und Puten zu hoher Sterb-

lichkeit führen kann, verursacht es beispielsweise bei Enten oder Gänsen oft nur eine klinisch unauffällige Infektion.

Für Menschen ist das Virus in der Regel ungefährlich. Sie können sich in seltenen Fällen

bei intensivem Kontakt mit infiziertem Geflügel anstecken (Zoonose) und bekommen dann meist eine Bindehautentzündung, die aber bald zurückgeht.

red/ts

## Meldepflicht

Die Newcastle-Krankheit ist in der EU meldepflichtig und gilt als Tierseuche der hochgefährlichen Kategorie A. Für betroffene Regionen können erhebliche wirtschaftliche Folgen entstehen, unter anderem durch Handelshemmnisse. Bei einem Ausbruch werden von den Veterinärbehörden vor Ort tierseuchenrechtliche Maßnahmen ergriffen, darunter die Einrichtung von Schutz- und Überwachungszonen, Verbringungsverbote sowie die Tötung infizierter Bestände.

red/ts

Machen Sie Ihr  
**Altgold**  
zu **Bargeld**

• Bei uns sind Sie goldrichtig •

Juwelier  
**KUNZE**  
Sontra

Inh. Fahrert

**26. APRIL 2026**  
**Flohmarkt**  
**Reichensachsen**  
**SPORTPLATZ**  
☎ 01 62/7 78 58 32  
STANDGEBÜHR 6€/LEW.

**Kuckucksmarkt**  
**in Braach**  
**25.04. + 26.04.26**

Kommen Sie zum größten Bauern- und Kunsthandwerkermarkt unserer Region!  
Auch diesen Markt gibt es wieder über 60 Stände zu entdecken.



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

**Ebhardt's Stad'l Wirtschaft**  
Wolfgang Ebhardt  
Hauptstr. 36, 37276 Mhd. Jestädt

suchen ab sofort  
**Jungkoch/köchin** Vollzeit oder auch als  
**Küchenhilfe** Teilzeit jeden Montag plus 2 Tage am Wochenende im Monat  
**Dienstag und Mittwoch frei** auch mal im Wechsel am Wochenende

**Arbeitszeit/Teildienst**  
9.30 bis 14.00 Uhr und ab 17.00 bis 21.00 Uhr  
Bewerbung per E-Mail:  
[wolfgang.ebhardt@freenet.de](mailto:wolfgang.ebhardt@freenet.de)

**KOLLMANN Metallbau**  
Balkonanlagen Vordächer  
Schlosserarbeiten Zäune, Toranlagen

Ihr Servicepartner im Metallbau!

**KOLLMANN METALLBAU LANDMASCHINENFACHBETRIEB GÄRTECHNIK**  
Seegel 9 · 36205 Sontra  
Tel. (0 56 53) 91 41 05  
Fax (0 56 53) 91 41 07  
[www.Kollmann-Sontra.de](http://www.Kollmann-Sontra.de) 

**Unser Standort in Reichensachsen**

kann momentan personalbedingt nicht angefahren werden.  
Unser Sortiment erhalten Sie in ESW, Stad 1 und im Nahkauf Niederhone.

**Fey**  
Fleischerei & Partyservice

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**GUTSCHEIN**

**2 FÜR 1**  
SAMSTAG – SAMSTAG  
18.04.26 – 25.04.26

Angebot gilt nach Gutscheinvorgabe 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. Gutschein gilt für Gerichte bis 20 € und nicht außer Haus.

GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN |  
OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL

# Eschwege macht mobil

Am 19. April findet wieder die EAA mit verkaufsoffenem Sonntag statt

Am 19. April von 12 bis 18 Uhr lädt die Innenstadt zu einem entspannten, frühlingshaften Shopperlebnis ein. Die Geschäfte öffnen zum verkaufsoffenen Sonntag ihre Türen und überraschen die Besucher mit attraktiven Angeboten, besonderen Aktionen und vielen kleinen Highlights, die Lust auf die neue Jahreszeit machen.

Gleichzeitig verwandelt sich Eschwege in eine mobile Erlebniswelt: Die Eschweger Automobilausstellung (EAA) präsentiert auf Obermarkt, Marktplatz, Marktstraße und Stad eine beeindruckende Auswahl an Neu- und Gebrauchtwagen. Zahlreiche Autohäuser nutzen die Gelegenheit, ihre aktuellen Modelle vorzustellen, sodass Interessierte in aller Ruhe stöbern, vergleichen und entdecken können, was die Automobilwelt Neues zu bieten hat.



Werden in der Innenstadt für Stimmung sorgen: die Ringo Fischer Band.

ARCHIVFOTOS: LILY MISSLER

## Musik, Aktionen und mehr

Für die passende Unterhaltung sorgt ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm,

das von der Initiative Marketing Eschwege e.V. organisiert wurde. Kinder dürfen sich auf spannende Aktionen freuen,

während Musikliebhaber am Nachmittag voll auf ihre Kosten kommen: Von 14 bis 16 Uhr tritt die beliebte Ringo Fischer Band

auf, die längst deutschlandweit unterwegs ist und mit ihren eigenen Songs sowie frisch interpretierten Evergreens für gute

Stimmung sorgt.

Wir wünschen allen Besuchern einen erlebnisreichen Tag, viel Freude beim Bummeln

und einen gemütlichen Frühlingssonntag in Eschwege!

red/ulk

**www.rb-becker.de**

**becker**

ab Sa., den 18.04.2026

**Allraddumper GAD 400.1/4x4**  
5,6 PS, bis zu 400kg, Mulden-  
volumen: 120l  
**TOP-PREIS 998,00**

**Schlamm-sauger GS 30-1600 3 in 1**  
230V, 1600W, 30l Tank, 4m  
Saugschlauch, für Teich-  
schlamm, Pool, Grabenschutt,  
Nass &  
Trockeneinsatz  
**79,98**

**Akku Kehrmaschine GKM 18-401-30**  
20l Schmutzfangbehälter,  
Kehrbreite: 610 mm  
inkl. Akku &  
Ladegerät  
**159,50**

**Akku Heckenschere HS 18-201-05**  
gegenläufiges Messer mit  
Diamantschliff  
inkl. Akku  
**59,50**

**Akku Kettensäge KS 18-401-30**  
Oregon Schwert & Kette  
inkl. Akku  
Schnittlänge: 240mm  
**89,50**

**Akku Freischneider FS 18-401-30**  
Direktantrieb,  
Schnittlänge: 510 mm  
inkl. Akku  
**99,50**

**Akku Winkelschleifer WS 18-0 BL**  
Brushless Motor,  
Ø: 125 mm  
o. Akku  
**49,50**

**Akku Schlagbohrschrauber BSB 18-201-30K**  
inkl. Akku  
**59,50**

**Polarstern** 11cm Topf, versch. Farben, gefüllt & nicht gefüllt **1,69** je

**Edelgeranie** 13cm Topf, versch. Farben **2,99** je

**Oleander** versch. Farben & Designs, Polypropylen **15,00** je

**Oleander Nerium** 10l Topf **15,00** je

**Nelken** versch. Farben 1cm Topf **1,79** je

**Oleander** Stämmchen **9,98** je

**Christrose** 15cm Topf **1,49** je

**Ahorn Red Flamingo** 6l Topf **9,98** je

**Einmachgläser je 6er Pack**  
210ml, Ø66mm = je **2,49**  
315ml, Ø66mm = je **2,79**  
330ml, Ø82mm = je **2,99**  
425ml, Ø82mm = je **3,49**  
540ml, Ø82mm = je **2,99**  
720ml, Ø82mm = je **3,99**

**Einmachgläser je 6er Pack**  
Ersatzdeckel 10er Pack, Ø66 o. 82mm = je **1,99**  
Glasflasche m. Schraubverschluss, 500ml = je **0,59**

**Outdoordecke** 160 x 230 cm **15,00** je

**Camping-Klappstuhl** 75x55x60cm **19,98** je

**Faltarmlehstuhl JUMBO** grau/schwarz, Polyester, bis 120kg **17,98** je

**Getränkhalter** **17,98** je

**Einmachgläser je 6er Pack**  
210ml, Ø66mm = je **2,49**  
315ml, Ø66mm = je **2,79**  
330ml, Ø82mm = je **2,99**  
425ml, Ø82mm = je **3,49**  
540ml, Ø82mm = je **2,99**  
720ml, Ø82mm = je **3,99**

**Einmachgläser je 6er Pack**  
Ersatzdeckel 10er Pack, Ø66 o. 82mm = je **1,99**  
Glasflasche m. Schraubverschluss, 500ml = je **0,59**

**Baueimer** mit Messleiste 12l **0,99** je

**Mörtelkübel** 65l **4,99** je

**Mörtelkasten** 60/65l **4,99** je

**80/90l = 6,99**

**Hubkarrenrad** Vollgummi 4.00-8 **29,50** je

**Mehrzweck Forke/Grabegabel** ca. 118 cm Zinken aus Stahl **9,98** je

**Spitzspaten** mit Stiel, Metall **9,98** je

**Gartensack** 27l **4,99** je

**Spitzspaten** mit Stiel, Metall **9,98** je

**Gartentischdecke** Weichschaum, versch. Farben **29,50** je

**Stirnlampe** 7LED **2,49** je

**Klappspaten** Holzgriff, 61cm **9,98** je

**Rundgrill** Ø33 cm **5,99** je

**BBQ-Ventilator** 21cm **3,99** je

**Kuppelzelte**  
3 Personen 200x180 cm **35,00** je  
4 Personen 310 x 240 cm **35,00** je

**Bench** Gürtel-, o. Umhängetasche versch. Farben & Muster **2,99** je

**Kühltasche** 30x17cm, dunkelblau **2,99** je

**becker's bester** Orange/Mandarine Nektar oder Apfelsaftchorle 1l Flasche **1,29** je

**miree Frischkäse** versch. Sorten 150g **0,99** je

**Deutsche Markenbutter** 250g **0,99** je

**müller Wackelpudding o. Doppeldecker** 500g **0,99** je

**Cravingz Donuts** Caramel, 200g **1,49** je

**Apfel-Birnenmus** 355g **0,99** je

**OHO Flakes** Erdbeere, Zimt o. Honey Rings 150/175g **0,99** je

**WIZ/Kleinalmerode** Industriest. 1 05542 / 93 39 60  
**Kassel** Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 551  
**Gudensberg** Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

**RB-Rolf Becker GmbH Zentrale** Industriest. 1 - 37217 Witzzenhausen/Kleinalmerode  
Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. **Alle Preise ohne Doko. 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



Gut besucht: In 2025 haben viele Menschen die Gelegenheit genutzt, um während der EAA durch die Innenstadt zu bummeln.

## Garten-Antikmarkt in Eschwege

Saisonstart im Gartenkabinett am Freitag und Samstag



Öffnet dieses Wochenende mit einem Garten-Antikmarkt: Das Gartenkabinett in Eschwege ist Hessens einziges Museum für Gartenkultur. FOTO: PRIVAT/NH

Eschwege – Das Gartenkabinett in Eschwege lädt zur Saisonöffnung mit Garten-Antikmarkt ein. Die Veranstaltung findet am Freitag, 17. April, und am Samstag, 18. April, jeweils von 14 Uhr bis 17 Uhr im Eschenweg 3 statt.

Im einzigen Museum für Gartenkultur in Hessen finden Besucher historische Fundstücke zum Thema Garten und ein stetig wachsendes Gartenantiquariat, das einen Einblick in die Literatur der Gartenkultur bietet. Im Gartenkabinett herrscht kein Stillstand, da kontinuier-

lich originelle Ergänzungen und wertvolle Sammlerstücke zum Thema Garten hinzukommen und die Ausstellung mit großer Leidenschaft liebevoll weiterentwickelt wird.

An beiden Tagen wird ein außergewöhnlicher Garten-Antikmarkt ausgerichtet, wie das Gartenkabinett mitteilt. Zu sehen sind lehrreiche, kuriose und zauberhafte Objekte aus über 100 Jahren Gartenkultur, darunter viele kostbare Raritäten, die in dem besonderen Ambiente des Hauses ein besonderes Erlebnis bieten.

**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: wochezeitung@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 Werbeaufkleber mit dem Zusatzswiss, Bitte keine kostenlosen Zeitungen\* an Ihrem Briefkasten anzubringen.

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

red/ulk

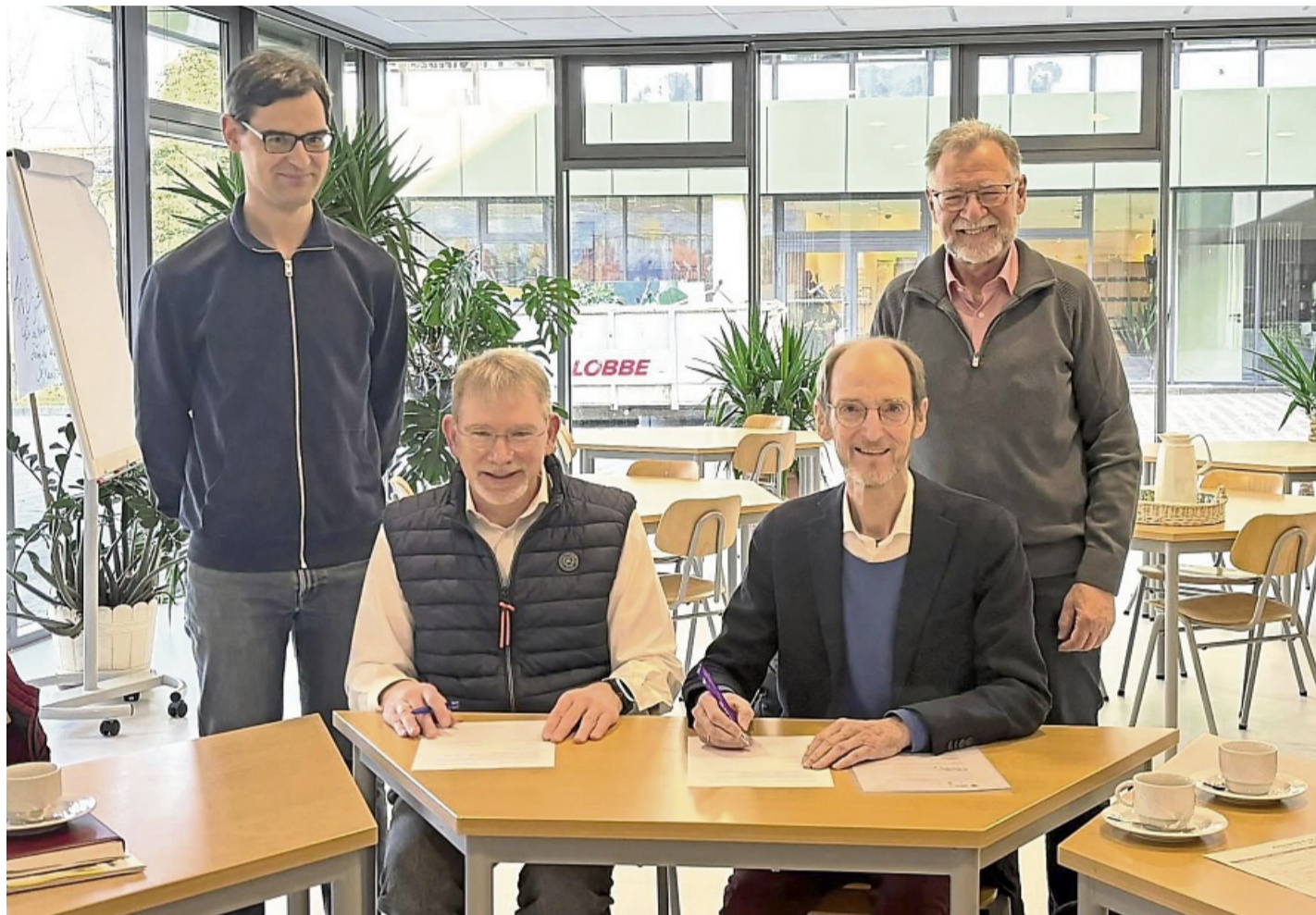
# Gelebte Geschichte: Neue Kooperation besiegelt

Adam-von-Trott-Schule und Verein machen jüdische Kultur dauerhaft im Unterricht erlebbar

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



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

FOTO: ADAM-VON-TROTT-SCHULE

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

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 Erinnerung 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.

red

**JETZT  
NEU!**



**Dein Kaufland-  
Prospekt ab  
sofort im Innenteil**

## Schlagball-Revival: Tradition trifft Teamgeist

TSV Völkershäusen lädt am Himmelfahrtstag zum großen Turnier für Jung und Alt

**Völkershäusen** – Am Donnerstag, den 14. Mai (Himmelfahrt), veranstaltet der TSV Völkershäusen ein Schlagball-Turnier. Los geht es um 11 Uhr, und sowohl Teilnehmer als auch Zuschauer sind eingeladen, den Feiertag sportlich und in geselliger Atmosphäre zu verbringen. Gespielt wird in Teams mit jeweils sieben Personen, wobei maximal drei Kinder im Alter von zehn bis 14 Jahren pro Mannschaft erlaubt sind.

„Die Idee habe ich letztes Jahr mit meinen Nachbarn Arim Werner und Timo Schneider ins Leben gerufen“, berichtet Mitorganisator Tobias Hunstock. Nach der erfolgreichen Premiere im vergangenen Jahr soll das Turnier nun weiterwachsen und sich langfristig etablieren. Dabei knüpft die Veranstaltung an eine lange Tradition im Ort an: „In Völkershäusen haben schon unsere Großväter – Horst Böhning, Manfred Schneider, Gerhard Ritzau und viele mehr – Schlagball auf dem Sportplatz gespielt. Es ging dann irgendwann dazu über, dass immer an Himmelfahrt gespielt wurde und jeder, der Lust hatte, mitgemacht hat. Teilweise waren es über 30 Personen, die gemeinsam einen ereignisreichen und spaßigen Tag verbracht haben“, so Hunstock.

Aus dieser Tradition heraus entstand die Idee, ein festes Turnier zu organisieren. „Wir haben uns dann überlegt, aus der



**So sehen Sieger aus:** Dieses Team hat im Vorjahr beim Schlagball-Turnier in Völkershäusen gewonnen.

FOTO: PRIVAT

Tradition ein festes Turnier zu etablieren und es als Sportverein TSV Völkershäusen gemeinsam mit der Kirmesgesellschaft an Himmelfahrt auszurichten.“ Während der TSV das sportliche Geschehen organisiert, kümmert sich die Kirmesgesellschaft um das Rahmenprogramm: „Die Kirmesgesellschaft ist zuständig für das leibliche Wohl, Spiel und Spaß für die kleinen Kinder, und wir als Sportverein richten das Turnier aus.“

Schlagball selbst ist ein traditionelles Mannschaftsspiel, das in seiner Grundform an Brennball erinnert. „Schlagball ist eine Art ‚Brennball‘, nur dass man den Tennisball nicht wirft,

sondern mit einer Holzlatte – ähnlich wie beim Baseball – schlägt“, erklärt Hunstock. Dabei treten zwei Teams gegeneinander an: ein Schlagteam und ein Feldteam. Ein Spieler wirft sich den Ball selbst hoch und schlägt ihn ins Spielfeld. Anschließend läuft er los und versucht, möglichst viele Bases zu erreichen, während das gegnerische Team den Ball schnell aufnimmt und zu einem festgelegten Spieler, dem sogenannten „Brenner“, bringt. Befindet sich der Läufer in diesem Moment nicht an einer Base, ist er „aus“. Jeder Spieler hat bis zu drei Versuche, den Ball zu treffen. Punkte gibt es für erfolgreiches Durchlaufen der Strecke –

einen Punkt für das Erreichen des Ziels, drei Punkte für einen direkten Lauf ohne Zwischenstopp.

Für Hunstock steht dabei vordergründig eines im Mittelpunkt: „Der Spaß steht klar im Vordergrund und das Ziel ist es, einmal im Jahr dieses Turnier auszurichten, es wachsen zu lassen und stetig mehr Menschen die Freude an diesem Spiel zu vermitteln.“ Wer teilnehmen möchte, kann sich noch bis zum 30. April anmelden. Zuschauer dürfen sich auf spannende Spiele, gute Stimmung und einen abwechslungsreichen Himmelfahrtstag in Völkershäusen freuen.

**THERESA LIPPE**

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

**Jakobi**  
Pflege

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

24-Stunden-Telefon  
**0 56 53 / 91 42 71**  
36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3



*Gut durch's Alter*  
**AWO mobil**  
– Pflege zuhause  
*Individuell, Professionell  
Mit Herz!*

Niedertor 1  
36205 Sontra  
Tel. 05653 / 8734  
www.awo-nordhessen.de



**DIE KRASSESTEN  
JOBS IN DER REGION!**

Sei kein Vollposten ... **... werde  
Sicherungs-  
posten!**

**Bewirb dich  
jetzt!**

- **Guter Verdienst** 06678 919012
- **Krisensicher** arbeit@bist-du-bereit.com
- **Für Quereinsteiger** bist-du-bereit.com
- **Aufstiegschancen**

**BDL** BAHN  
DIENSTLEISTUNGEN  
LUDOLPH

## Von Dachboden-Schätzen und Zusammenhalt

Eltmannshausen lädt zum ersten großen Dorfflohmarkt ein



Freuen sich auf viele Besucher und hoffentlich gutes Wetter: das Organisationsteam des ersten Dorfflohmarktes von Eltmannshausen. FOTO: PRIVAT

Eltmannshausen – Eltmannshäuser kennen und schätzen das Gefühl der Zusammengehörigkeit, was sie auch gerne bei Feiern und Festen zum Ausdruck bringen. „Seit einiger Zeit treibt einige die Frage um, wie man diese Stimmung nach außen trägt und gleichzeitig der dörflichen Gemeinschaft einen weiteren Höhepunkt bietet“, berichtet Björn Hübenthal als Sprecher des Organisationsteams. Ein Dorfflohmarkt schien ideal. „Schließlich schlummern in einem dörflichen Umfeld wahre Schätze auf zahlreichen Dachböden.“ Die Idee scheint auch im Dorf anzukommen: Weit über 40 Stände sind bis jetzt schon zusammengeworfen. Und bis zum 10. Mai ist noch etwas Zeit.

Der Flohmarkt findet von 10 bis 17 Uhr statt. An den Ständen werden vor allem Dachbodenfunde angeboten, darunter Antiquitäten, Kindersachen, selbst gefertigte Basteleien und sonstige Handarbeiten. Im Bereich des Dorfgemeinschaftshauses (DGH) sorgen die heimischen Vereine für das leibliche Wohl. Die Freiwillige Feuerwehr und der Sportverein bieten Bratwurst mit verschiedenen Beilagen an, die Gymnastikgruppe serviert ein Kuchen- und Tortenbuffet mit Kaffee, und der Schützenverein versorgt die Besucherinnen und Besucher mit unterschiedlichen Getränken.

Für zusätzliche Abwechslung ist ein Rahmenprogramm vorgesehen. In der Mittagszeit tritt die bekannte Kindertanzgruppe „Dance Monkeys“ aus Vierbach am DGH auf; die genaue Auftrittszeit wird vor Ort bekannt gegeben. Außerdem wird am DGH eine Hüpfburg aufgebaut. Kinder können mit einer Karte von Stand zu Stand gehen und sich Stempel geben lassen; für möglichst vollgestempelte Karten gibt es am DGH einen kleinen Preis. Als Parkmöglichkeiten stehen Flächen am Kirschteich in Richtung Weidenhausen sowie im Bereich des Bahnübergangs in Richtung Oberhonne zur Verfügung. Dort und an vielen Ständen sind zudem Flyer mit der Beschreibung des Rundweges erhältlich. Der auf den Flyern dargestellte Rundweg führt durch den historischen Ortskern und macht einige kurze Abstecher in Seitenstraßen.

TOBIAS STÜCK

## Abheben am Dornberg

Mittelhessischer Verein für Flugsport lädt am 1. Mai ein

Sontra – Die Segelflugsaison auf dem Dornberg ist gestartet – und die Vorbereitungen für das traditionelle 1.-Mai-Fliegen laufen bereits auf Hochtouren. Wie in jedem Jahr lädt der Mittelhessische Verein für Flugsport am 1. Mai zu einem abwechslungsreichen Flugtag für die ganze Familie ein.

Während der Wintermonate wurden die Vereinsflugzeuge umfassend gewartet und technisch überprüft. Auch die jährliche Nachprüfung fand bereits am 21. März auf dem Dornberg statt. Damit ist der Flugbetrieb für die neue Saison gesichert, erste Rundflüge wurden bereits erfolgreich durchgeführt.

„Die intensive Winterarbeit zahlt sich jetzt aus. Unsere Flugzeuge sind bestens vorbereitet, sodass wir sicher und mit viel Freude in die neue Saison starten können“, erklärt Michael Kramer, Pressewart des Mittelhessischen Vereins für Flugsport.

Am 1. Mai beginnt die Veranstaltung gegen 10 Uhr. Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, selbst in die Luft zu gehen: Rundflüge werden mit den vereinseigenen Dop-

pelsternern ASK 21 und DG 1000S sowie mit dem modernen Ultraleichtflugzeug WT 9 Dynamic angeboten. Darüber hinaus können verschiedene Flugzeuge aus nächster Nähe bei einer Ausstellung besichtigt werden. Auch am Boden ist für ein attraktives Programm gesorgt. Neben Speisen vom Grill, Getränken sowie einem traditionellen Kaffee- und Kuchenbuffet bietet sich die Gelegenheit, den Flugbetrieb entspannt zu verfolgen und mit Vereinsmitgliedern ins Gespräch zu kommen.

„Das 1.-Mai-Fliegen ist für uns jedes Jahr ein besonderes Highlight. Wir freuen uns darauf, vielen Gästen die Faszination des Fliegens näherzubringen und ihnen unsere Vereinsarbeit zu zeigen“, so Kramer weiter. Der Eintritt ist frei, ausreichend Parkmöglichkeiten stehen zur Verfügung. Der Dornberg ist sowohl mit dem Auto als auch mit dem Fahrrad oder zu Fuß gut erreichbar.

Weitere Informationen gibt es auf der Internetseite des Vereins für Flugsport unter: [segelflug-sontra.de](http://segelflug-sontra.de).

tl

Angebote gültig vom 20.04. – 25.04.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!

**logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**Flötzing Hell**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,70 €

**Neu im Sortiment!**

Flötzing 18.99

**16.99** **14.99** **11 = 1,50 €**

Logo App

**St. Bonifatius Bier**  
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10/4,50 € Pfand, 1l = 1,05 €

**Mönchshof Bier**  
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,80 € Pfand, 1l = 1,50 €

**Krombacher Bier**  
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,50 €

**Gerolsteiner Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,67 €

**St. Bonifatius Weibier**  
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10/4,50 € Pfand, 1l = 1,05 €

**Aktion!**  
+ 2 Flaschen Hell alkoholfrei GRATIS!

**Jever Bier**  
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,50 €

**Maxi Helles**  
Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 2,27 €

**Die Kleine!**

**Gerolsteiner Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,67 €

**Pülleken Bier**  
Helles, 0,0%, Kasten = 24 x 0,33 l, zzgl. 3,42 € Pfand, 1l = 1,89 €

**Neu im Sortiment! Helles 0,0%**

**Schneider Bier**  
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,60 €

**Anheuser-Busch Bud**  
Premium Lager, Kasten = 24 x 0,33 l, zzgl. 3,42 € Pfand, 1l = 2,36 €

**Peroni Nastro Azzurro**  
Original, 0,0%, Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 1l = 2,27 €

**Bitburger Premium Pils, Krombacher Pils, Budweiser Budvar**  
0,5 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 1,58 €

**top frisch Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,37 €

**Plose Mineralwasser**  
naturale, medium, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 1,25 €

**top frisch Orangensaft**  
Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 1,50 €

**Bionade**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,33 l, zzgl. 2,46 € Pfand, 1l = 2,52 €

**TWENTYFOUR 7 Energy**  
Original, Zero, koffeinhaltig, 0,25 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 2,36 €

**Yippy\***  
diverse Sorten, 0,33 l - Flasche, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 3,00 €

**top frisch Apfel-Schorle**  
Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,78 €

**Pepsi Kombikasten**  
teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,83 €

**Kessler Zink Landwein**  
diverse Sorten, 1 l - Flasche, zzgl. 0,15 € Pfand, 1l = 1,99 €

**Asbach Uralt**  
0,7 l - Flasche, 1l = 14,27 €

**Lillet Blanc, Rosé**  
0,75 l - Flasche, 1l = 14,65 €

**Wir haben den Award!**  
Haben Sie die App?

**ntv DEUTSCHER APP-AWARD 2026**  
Gesamtsieger Getränkemarkt-Apps

Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!

Jetzt scannen

1x Tankgutschein

\*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.

# Kleintiere im Frühlingsglück

Warum Meerschweinchen und Kaninchen mehr Platz und Gesellschaft brauchen

Wenn die Temperaturen steigen, beginnt auch für viele Kaninchen und Meerschweinchen die schönste Zeit des Jahres: Sie dürfen wieder in ihr Freigehege umziehen.

Aber: „Ein dauerhafter Umzug in die Außenhaltung sollte erst erfolgen, wenn die Nächte frostfrei sind“, sagt Selina Schlierenkamp vom Zentralverband der Heimtierbranche.

Zuvor können die Kleintiere tagsüber stundenweise nach draußen gebracht werden, sofern es mindestens 15 Grad warm ist.

Keinesfalls sollten die Tiere alleine gehalten werden, sie brauchen die Gesellschaft von Artgenossen. Schlierenkamp empfiehlt, mindestens zwei Tiere zu halten, artgerechter sei jedoch eine kleine Gruppe von etwa drei bis fünf Tieren. „Die beste Kombination ist meist ein kastriertes Männchen mit mehreren Weibchen“, so die Heimtier-Expertin.

Heiko Fröhlich, Betreiber der Internetseite „kaninchen-ratgeber“, spricht sich bei Kaninchen für eine Gruppe von zwei bis sechs Tieren aus. Meerschweinchen könnten gut in einer Dreiergruppe mit einem Männchen und zwei Weibchen gehalten werden. Aber auch Gruppen mit bis zu sechs Tieren seien bei Meerschweinchen problemlos möglich.

Allerdings kann das Zusam-



In guter Gesellschaft: Meerschweinchen sollten mindestens zu dritt gehalten werden.

FOTO: ANDREA WARNECKE/TMN

mensetzen einer Gruppe durchaus zur Herausforderung werden - denn nicht alle Tiere sind sich sympathisch. Laut Fröhlich vertragen sich Tiere des gleichen Geschlechts in der Regel weniger gut als gemischte Gruppen.

Egal, ob Kaninchen oder Meerschweinchen in dem Gehege leben - es gilt: je größer,

desto besser. Fröhlich empfiehlt eine Grundfläche von mindestens zehn Quadratmetern. Das nötige Platzangebot werde oft unterschätzt, sagt er: „Die Tiere wirken klein und zierlich, brauchen jedoch unbedingt genügend Freiraum, um sich zu bewegen.“

Das Gehege muss den Tieren nicht nur genügend Auslauf,

sondern auch Versteckmöglichkeiten bieten. Zudem brauchen sie Schutz vor Zugluft, Kälte, Wärme - und natürlich vor Feinden.

Denn davon haben Kaninchen und Meerschweinchen viele: Etwa Füchse, Hunde, Katzen und Greifvögel können ihnen gefährlich werden. Daher sollten beim Bau des Außenge-

heges stabile Materialien wie massives Holz und engmaschiges, verzinktes Drahtgitter verwendet werden.

Da die Kleinsäuger gerne knabbern, müssen natürlich ungiftige Materialien genutzt werden. „Für die Rahmenkonstruktion eignet sich Fichten- oder Lärchenholz“, empfiehlt Fröhlich und rät weiter: „Zum

Versiegeln von Holzoberflächen kann man Sabberlack einsetzen, den die Tiere bedenkenlos anknabbern können.“ Schrauben und Nägel dürfen wegen der Verletzungsgefahr nicht herausragen.

Da sowohl Kaninchen als auch Raubtiere graben können, muss das Gehege ebenfalls nach unten gesichert werden. Schlierenkamp empfiehlt hierfür eine stabile Bodenplatte, alternativ kann der Draht mindestens einen halben Meter tief in den Boden eingelassen werden. Nach oben muss das Gehege ebenfalls gesichert werden.

Auch die Einrichtung ist wichtig: Kaninchen und Meerschweinchen brauchen mehrere Rückzugsorte und Schlafplätze, um sich wohl und sicher zu fühlen. Dazu gehören erhöhte Ebenen, Tunnel und Häuschen. Essenziell sind dabei eine gut isolierte Schutzhütte und genügend Plätze im Schatten. Hitze ist für Meerschweinchen und Kaninchen deutlich gefährlicher als Kälte, denn sie können nicht schwitzen. Bei über 25 Grad kann es für sie kritisch werden, ab 30 Grad ist sogar ein Hitzschlag möglich. „Es ist unbedingt notwendig, die Tiere zu kühlen oder eventuell sogar ins Haus zu holen“, betont Fröhlich. Vor allem ältere oder kranke Meerschweinchen und Kaninchen vertragen Hitze schlecht.

tmn

## Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen

## So bleiben Sie beweglich und aktiv

Gelenkschmerzen gezielt behandeln

Schmerzen auf Schritt und Tritt: Mit zunehmendem Alter häufen sich auch die Gelenksbeschwerden und Bewegungen können schnell zur Qual werden. Doch gerade jetzt möchten viele nach draußen und den Frühling genießen! Damit sich Betroffene bestmöglich bewegen können, empfehlen unsere Experten ein natürliches Schmerzgel, das hilft – und zwar jeden Tag!

Was meist mit einem leichten Ziehen z. B. im Knie beginnt, kann sich bald zu einem anhaltenden Schmerz weiterentwickeln – vor allem bei Bewegung oder Belastung der Gelenke. Die Folge: Schmerzgeplagte bewegen sich aus Angst weniger. Doch genau das ist falsch. Denn Bewegung ist wichtig für die Gelenkgesundheit – ganz nach dem Motto: Wer rastet, der rostet. Schmerzexperten empfehlen ein natürliches Schmerzgel der Qualitätsmarke Rubaxx, mit dem Betroffene ihre rheumatischen Schmerzen lindern können.

Natürlich wirksam und gut verträglich

Der natürliche Arzneistoff in Rubaxx Schmerzgel mit dem Namen Rhus toxicodendron wirkt schmerzlindernd. So bekämpft



das Gel rheumatische Schmerzen und Folgen von Verletzungen oder Überanstrengungen. Was Anwender besonders schätzen: Das Rubaxx Schmerzgel ist gut verträglich und kann somit auch bei wiederkehrenden Schmerzen, etwa bei chronischen Verlaufsformen, angewendet werden. Das Gel wird ein- bis zweimal täglich auf den zu behandelnden schmerzhaften Stellen aufgetragen.

Rubaxx Schmerzgel ist rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Schmerzgel**  
(PZN 18709526)



**RubaXX**

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

## Die beste Medizin der Welt: Schlaf!

Doch was, wenn er fehlt?

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt.

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber



auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit über 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne

Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen!

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan**  
Stark für die Nacht  
(PZN 00499175)



www.baldriparan.de

Abbildung Betroffenen nachempfunden

RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

\*bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildung Betroffenen nachempfunden

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

# Probleme mit der Spülmaschine

Was Sie schon immer über Ihre Spülmaschine wissen wollten

Geschirr rein, Knopf drücken, los geht's: Zugegeben, eine Spülmaschine zu bedienen, ist keine Mondlandung. Und dennoch gibt es einiges, was man falsch machen kann - und Tipps und Tricks, wie das Geschirr (noch) sauberer wird oder lästige Gerüche verschwinden.

Drei Experten verraten, was Sie rund um die Spülmaschine wissen sollten - und beantworten die wichtigsten Fragen zu fettigen Gläsern, unangenehmen Gerüchen, der richtigen Beladung der Maschine und Co.

## Wie voll sollte man so eine Spülmaschine eigentlich beladen?

Hier ist weniger nicht mehr. Ganz im Gegenteil: „Je voller, desto effizienter“, sagt Bernd Glassl, Bereichsleiter Haus- und Körperpflege beim Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel (IKW) in Frankfurt am Main. Und das allein schon aus Umweltgründen.

Entscheidend ist allerdings, dass das Wasser in der Maschine alle Flächen erreichen kann. Schüsseln oder Töpfe sollten also nicht ineinander gestapelt werden. Jedes Teil braucht etwas Abstand, um sauber zu werden.

Ein Tipp von Glassl: „Geschirr sollte immer so eingeräumt werden, dass Öffnungen nach unten zeigen.“

## Was gehört nicht in die Spülmaschine?

Kupfer und Aluminium: Laut Heinz Heißler können sich die Materialien verfärben. Heißler leitet das Spüllabor von BSH Hausgeräte in Dillingen an der Donau. Dort arbeiten Ingenieure an der Optimierung des Geschirrspülens.

Auch Geschirr mit Goldrand oder aufgesetztem Dekor hat nichts in der Maschine verloren: Es kann laut Heißler durch den Geschirrspüler verblässen oder schält sich sogar ab. Außerdem sollte Holz besser draußen bleiben. Es saugt sich in der Maschine mit Wasser voll. „Das Holz verzieht sich, die Farbe wird grau“, warnt IKW-Experte Glassl. Und: Schrauben oder Teile, die rosten können, sollte man besser nicht in die Maschine geben. Denn: „Flugrost überträgt sich schnell auf Besteck“.

Auch bei Kunststoffgeschirr und Plastiklöffeln ist Vorsicht geboten. Nicht jeder Kunststoff ist hitzebeständig. Wer sicher gehen will, achtet auf das Spülmaschinen-Symbol. Fehlt es, kann der Spülgang das Material dauerhaft verformen.

Draußen bleiben sollten außerdem scharfe Messer. „Die Schneide leidet durch Hitze, Feuchtigkeit und aggressive Reiniger schneller“, sagt Karla Altenau, die als Produkttrainerin bei Miele in Gütersloh arbeitet. Thermoskannen, Thermobecher und andere Isolierbehälter gehören nur dann in die Spülmaschine, wenn der Hersteller sie als spülmaschinengeeignet kennzeichnet. „Hohe Temperaturen können die Isolierung beschädigen, wodurch die Thermofunktion verloren geht“, so Altenau.

## Wie werden eingebrannte Töpfe



**Voll darf die Maschine ruhig werden:** Soll alles wirklich sauber werden, kommt es vor allem aufs richtige Einräumen an.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

## sauber?

Glassl rät Töpfe bei stark Eingebranntem zunächst mit kaltem Wasser und etwas Spülmittel einzuweichen.

Ein Tipp von Heinz Heißler: den Topf mit Eingebranntem so in den Unterkorb stellen, „dass die Spüllauge die Innenseite erreicht“. Falls sich die Kruste dennoch hält, hilft nur manuelles Nacharbeiten.

## Darf man langstielige Gläser nach unten stellen?

Ja, wenn sie dort sicheren Halt finden. Ansonsten sind „lange Wein- oder Sektgläser im Oberkorb gut aufgehoben, weil sie dort durch die Tassenauflage gestützt stabil stehen und gezielt vom Wasserstrahl getroffen werden“, sagt Altenau. Wichtig ist allerdings das passende Spülprogramm. „Glas mag weder besonders lange Spülprogramme noch hohe Temperaturen. Daher sollte ein Glasprogramm oder ein Feinprogramm gewählt werden.“

## Auf den Gläsern bleibt ein Film zurück. Was hilft?

Das kommt auf den Film an. „Ein weißlicher Schleier kann vom Regeneriersalz stammen. Der lässt sich meist einfach mit Wasser abspülen“, sagt IKW-Experte Glassl. „Oft ist aber die Enthärtungsfunktion falsch eingestellt, dann bleibt Kalk zurück.“ Und der lässt sich per Hand entfernen - mit Säure wie zum Beispiel Essig.

Das klappt nicht? Dann handelt es sich wohl um Glaskorrosion. Und die ist nicht mehr rückgängig zu machen. Geht es sich um einen fettigen Film auf Gläsern, deutet dies auf zu wenig Spülmittel hin - oder auf sehr fettige Pfannen und Töpfe in der Maschine.

## Hilfe, das Geschirr

## riecht nach dem Spülgang noch. Was tun?

Für einen modrigen Geruch sind Heißler zufolge oft Schmutzablagerungen in der Maschine verantwortlich. Er rät deshalb: Siebe reinigen und ein Reinigungsprogramm laufen lassen. „Kommt es weiterhin zu einem unangenehmen Geruch, liegt die Ursache eventuell beim verwendeten Reiniger.“ Dann kann es sinnvoll sein, einmal unterschiedliche Produkte auszuprobieren. Gerüche können im warmen Zustand aber auch intensiver wirken. Oft verschwinden sie nach dem Abkühlen wieder.

In jedem Fall sinnvoll: Gläser und Tassen mit der Öffnung nach oben im Küchenschrank lagern. So kann auch die Oberfläche der Innenseite abdamp-

fen, was unangenehme Gerüche verhindert.

## Wie viel Reinigung braucht meine Spülmaschine?

Geschirrspüler reinigen sich weitgehend selbst. Allerdings erreicht das Wasser oft nicht alle Stellen im Gerät. Vor allem an Leisten und Dichtungen können sich Kalk und Essensreste ablagern. Sie sollte man deshalb gelegentlich mit einem feuchten Tuch und Spülmittel abwischen.

Das Sieb ist verschmutzt? Dann sollte es ausgebaut werden. „Unter fließendem Wasser kann man es dann vorsichtig mit Bürste oder Schwamm reinigen“, so Heißler. Besonders wichtig ist dabei das Mikrosieb mit der kleinsten Maschenweite.

Sind die Sprüharme ver-

stopft, wird das Geschirr an manchen Stellen nicht sauber. „Die Düsen lassen sich gut mit einem Zahnstocher freimachen, da bleiben oft Kerne oder kleine Reste hängen“, rät Glassl.

Wichtig ist außerdem, dass die Spülmaschine nicht dauerhaft mit Programmen bei niedrigen Temperaturen betrieben wird. Das könne zu Fettablagerungen führen, sagt Karla Altenau. Und die begünstigen wiederum Keime und Gerüche im Spülraum. Um dem vorzubeugen, empfiehlt es sich ihr zufolge, etwa einmal im Monat ein Spülprogramm mit hoher Temperatur laufen zu lassen - zum Beispiel ein Intensivprogramm bei 75 Grad.

## Ich habe es eilig. Wann kann ich die Spülmaschine öffnen?

„Die Spülmaschine sollte man erst öffnen, wenn das Programm beendet ist. Alles andere kostet Energie und man steht unnötig im Dampf“, sagt Glassl.

Bei Geräten ohne automatische Türöffnung empfiehlt Heißler, nach Programmende etwa 30 Minuten mit geschlossener Tür zu warten. Braucht man das Geschirr schnell nach dem Programmende, sollte man die Tür ganz öffnen und nicht nur anlehnen, um den Dampf schnell abzuleiten. Aber auch dann ist es Heißler zufolge sinnvoll, das Gerät einige Minuten abkühlen zu lassen, damit die Restfeuchte verdunsten kann.

Ein Tipp von Bernd Glassl: hochwertige Gläser als Erstes ausräumen. Denn: „Der Dampf kann die Oberfläche angreifen, und die Gläser können mit der Zeit trüb werden.“



**Mittelwechsel:** Wenn das Geschirr unangenehm riecht, kann man zunächst ein anderes Reinigungsprodukt testen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

# Ciao Zollstock

## Was Entfernungsmessgeräte bringen

Mühsames Hantieren mit dem Zollstock? Wer ein Laser-Entfernungsmessgerät hat, kann sich das beim Renovieren, Möbelaufbauen oder bei der Einrichtungsplanung oft sparen.

Die Geräte messen Distanzen in Sekunden aus. Bevor man ein solches Gerät anschafft, sollte man allerdings wissen, wofür man es vor allem einsetzen will – und für welche Entfernungen. Darauf weist der Tüv Süd hin.

### Technische Details

Für das Ausmessen von Innenräumen genügen meist Geräte mit einem Messbereich von 20 bis 40 Metern. Wer im Garten, an der Fassade oder auf Baustellen messen möchte, ist mit Modellen besser beraten, die größere Reichweiten abdecken: 60 bis 100 Meter Reichweite sollten es hier sein.

Die Herstellerangaben zur Reichweite beziehen sich meist auf Idealbedingungen. Bei starkem Sonnenlicht oder dunklen Oberflächen kann die tatsächliche Messdistanz laut Tüv Süd geringer ausfallen. Das sollte man in seine Kaufentscheidung einfließen lassen.

Für den Außeneinsatz sollte man auf ein stoßfestes Gehäuse achten – und auf einen passenden Staub- und Spritzwasserschutz. Der Tüv Süd rät zu einer Schutzklasse von mindestens



Laser-Entfernungsmessgeräte messen Distanzen in Sekunden aus.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA

IP54.

Die entsprechenden Geräte seien langlebiger und lieferten auch unter schwierigen Bedingungen zuverlässige Messergebnisse, so die Fachleute. Wer das Gerät nur drinnen nutzen mag, kann aber auch mit einem einfacheren und günstigeren Modell auskommen.

Sinnvoll für Heimwerker

können integrierte Rechenfunktionen wie Flächen- und Volumenberechnung oder Addition und Subtraktion mehrerer Messungen sein. Das spart Zeit und vermeidet Rechenfehler – besonders bei Renovierungs- oder Planungsarbeiten, so Stephan Kammermayer vom Tüv Süd.

Als hilfreich erweist sich

dann womöglich auch eine App-Anbindung. Etwa, um Grundrisse direkt digital zu speichern oder sie mit Handwerker zu teilen.

Bei der Nutzung der Geräte ist Sorgfalt geboten. Denn Laser-Entfernungsmesser arbeiten mit sichtbarem Laserlicht. Für den Heimgebrauch kommen nur Modelle der Laserklasse 2

infrage, die bei kurzzeitigem, zufälligem Blickkontakt als sicher gelten, so der Tüv Süd. Dennoch sollte man den Augen zuliebe nicht absichtlich in den Laserstrahl schauen.

Man sollte den Laserstrahl niemals auf Personen oder Tiere richten. Wenn der Laserstrahl ins Auge trifft, rät das Bundesamt für Strahlenschutz

(BfS), die Augen bewusst zu schließen und abzuwenden.

Der Laserstrahl sollte nie auf reflektierende Flächen wie Spiegel oder metallische Konstruktionen gerichtet werden. So kann man durch Reflexionen unbeabsichtigt auch weit entfernt stehende Personen gefährden.

dpa

**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](mailto: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](http://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](http://werra-rundschau.de/sommer) ☎ **05651 335955**



# Vor- und Nachteile gefriergetrockneter Früchte

Knusprig, bunt und voller Aroma: Warum gefriergetrocknete Früchte als Snack so beliebt sind

Ob Erdbeere, Heidelbeere, Mango oder Ananas: Wenn man erst einmal anfängt, von gefriergetrockneten Früchten zu naschen, kann man nicht aufhören. Geht es Ihnen auch so? Muss wohl so sein: Denn das Angebot im Handel wird immer größer.

Sie punkten mit knackigem Biss, leuchtender Farbe und intensivem Aroma. Praktisch sind sie obendrein: kein Schälen, kein Zupfen, kein Aufwand. Bleibt die Frage: Wie gesund ist das eigentlich?

## Kleine Zeitkapseln der Natur

Streng genommen sind gefriergetrocknete Früchte wie kleine Zeitkapseln der Natur. Genau dann, wenn Früchte vollkommen reif sind, Süße, Säure und Aroma ihren Höhepunkt erreicht haben, werden sie schonend getrocknet. Wie, beschreibt das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) so:

Die Fruchtstücke werden bei Temperaturen von bis zu minus 85 Grad schockgefrostet. Dabei gefriert das enthaltene Wasser so schnell, dass die Zellen intakt bleiben. Beim vergleichsweise langsamen Einfrieren zu Hause dehnt sich das Wasser aus und lässt die Zellen platzen. Dadurch wird Obst beim Auftauen matschig.

Beim Gefrierdörren hingegen wird den Fruchtstücken nach dem Einfrieren durch Unterdruck im Vakuum das Wasser entzogen. Das dauert mehrere Stunden. Dabei überspringt das gefrorene Wasser



**Knusprige Zeitkapseln:** Gefriergetrocknete Früchte bewahren Geschmack, Farbe und Vitamine, und eignen sich perfekt für den Genuss außerhalb der Obstsaison.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA

den flüssigen Zustand und wird auch. Das Verfahren braucht weit entfernten Ländern, so sind. Auf der Verpackung ist das sofort gasförmig, sehr viel Energie, so das BZfE. dass die Transportwege der Pro- in der Regel nicht zu erkennen, Das klingt aufwendig? Ist es Die Früchte kommen oft aus dukte demzufolge auch weit da es für die Herkunft von ver-

arbeitetem Obst keine Kennzeichnungspflicht gibt.

Und zwei weitere Punkte stehen auf der Negativseite: Die Produkte sind teurer als frisches oder tiefgefrorenes Obst- und süßer. Denn der Zuckergehalt ist deutlich höher als bei frischem Obst – bei Erdbeeren beträgt er zum Beispiel das Zehnfache.

Propos süß: Mit Schokolade überzogen gehören gefriergetrocknete Früchte trotz des fruchtigen Kerns zu den Süßigkeiten.

## Doch es gibt auch Vorteile:

Durch das Gefrierdörrenverfahren bleiben so gut wie alle Vitamine und Aromastoffe der Lebensmittel erhalten, genau wie Farbe und Struktur. Daher sind gefriergetrocknete Früchte hochwertige Lebensmittel. Als ein guter Vorrat können sie über die Zeit hinweghelfen, in der das Lieblingsobst keine Saison hat.

Da den Früchten das Wasser fehlt und sie dadurch auch viele Ballaststoffe enthalten, halten es die Ernährungsprofis für sinnvoll, genug Wasser dazu zu trinken.

Ein weiterer Vorteil gefriergetrockneter Früchte sei die lange Haltbarkeit - ganz ohne Konservierungsstoffe. Nach dem Öffnen sollte die Packung allerdings luftdicht verschlossen oder der Inhalt in eine gut schließende Dose umgefüllt werden. So bleibt alles knusprig und schimmelt nicht, erklärt das BZfE.

dpa

## Wann Fastentrends problematisch werden

Ein Mediziner klärt auf, ab wann es für die Gesundheit gefährlich wird

Intervallfasten und andere Fastenmethoden sind populär, auch dank sozialer Medien. Viele Menschen nutzen sie aus gesundheitlichen Gründen und meist auf eigene Faust, ohne ärztliche Begleitung.

Dabei sind mögliche Vorteile durchaus belegt: Intervallfasten, eine Ernährungsform bei der sich Fastenperioden und Essensphasen abwechseln, kann etwa zu einer moderaten Gewichtsabnahme führen oder Blutzuckerwerte verbessern. Allerdings halten diese Effekte nur an, solange die Methode dauerhaft praktiziert wird.

Zugleich ist Vorsicht geboten. „Das ist ein schmaler Grat, auf dem man sich da bewegt – ein zweischneidiges Schwert“, sagt Christian Dannmeier, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie sowie Innere Medizin. Bevor man sich eine solche Ernährungsumstellung vornimmt, sollte man klären, ob Fasten zur eigenen Situation passt, ob es Gegenanzeigen gibt und ob die Erwartungen realistisch sind.

## Vorsicht bei restriktiven Essmustern

Problematisch wird es vor allem dann, wenn Fasten stark mit Diätgedanken verknüpft ist. „Menschen, die ohnehin zu restriktiven Essmustern oder häufigen Diäten neigen, würden wir eher davon abraten“,



**Aus gesundheitlichen Gründen** ist Fasten höchstens für gesunde Erwachsene mit stabilem Essverhalten geeignet.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

sagt Dannmeier, Oberarzt der Schön Klinik in Bad Bramstedt.

Viele Fastenformen hätten einen klaren Regelcharakter. So auch das verbreitete 16:8-Modell des Intervallfastens, bei dem 16 Stunden gefastet und nur in einem 8-Stunden-Fenster gegessen wird.

Das könne dazu führen, dass Essen nicht mehr nach Hunger- und Sättigungsgefühl gesteuert werde. „Man orientiert sich an einem zeitlichen Regelwerk“, so Dannmeier. Das wiederum

könne Heißhunger und Essanfälle begünstigen.

Für Menschen mit (einer Neigung zu) Essstörungen kommt Fasten deshalb nicht infrage. Auch Schwangere, Kinder sowie ältere oder chronisch kranke Personen sollten nicht fasten. Geeignet sei Fasten aus gesundheitlichen Gründen höchstens für „gesunde Erwachsene mit stabilem Essverhalten“, so der Mediziner.

## Unbedingt

## Warnsignale beachten

Wer Fasten ausprobiert, sollte zudem aufmerksam auf den eigenen Körper achten. Warnsignale, dass das Fasten in eine ungesunde Richtung schlägt, können etwa körperliche Symptome wie Schwindel, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden oder starke Hungergefühle sein.

Aber auch anhaltender Stress sollte ernst genommen wer-

den: „Wenn man merkt, dass man sich quält oder ständig ans Essen denkt, ist das ein Hinweis, dass man auf einem ungesunden Weg ist“, sagt Dannmeier. In solchen Fällen sollte man das Fasten anpassen oder ganz abbrechen.

Entscheidend ist außerdem, flexibel zu bleiben. Starre Regeln können im Alltag schnell zusätzlichen Druck erzeugen, etwa bei Einladungen oder besonderen Anlässen. „Essen und Fasten sind etwas sehr Individu-

elles und sollten gut zum eigenen Leben passen“, betont Dannmeier.

Entscheidend ist dem Facharzt zufolge ohnehin etwas anderes: eine insgesamt ausgewogene Ernährung und ein gesunder Lebensstil.

## Sechs Tipps für Intervallfasten und Co.

- Eigene Voraussetzungen prüfen: Fasten kommt vor allem für gesunde Erwachsene infrage – nicht für Menschen mit Essstörungen, in der Schwangerschaft oder bei schweren Erkrankungen.
- Langsam beginnen: Wer Intervallfasten ausprobieren möchte, kann zunächst mit längeren Essensfenstern starten, etwa 12 statt 16 Stunden Pause.
- Flexibel bleiben: Einladungen oder besondere Anlässe sollten kein Problem sein. Wer sich zu strikt an Regeln bindet, sollte das Konzept überdenken.
- Warnsignale ernst nehmen: Körperliches Unwohlsein oder Stress können Hinweise sein, dass Fasten nicht gut passt.
- Auf die Ernährung achten: Auch beim Intervallfasten gilt: ausgewogen essen, viel Gemüse und Obst, ausreichend trinken und Bewegung einplanen.
- Vorsicht bei teuren Produkten: Spezielle Pulver, Tees oder Nahrungsergänzungsmittel sind in aller Regel unnötig.

tmm

# NORMA®



## Frühlings- genuss

ab Montag, 20. April

**MOSER Südtiroler Speck** je ca. 750 g, Ware einzeln ausgepreist (1 kg = 11,99)

**22% billiger**  
UVP 1 kg = 15,49  
z.B. 750 g  
**8,99\***

XXL

**GIRONE PIZZA & PASTA Pizza Familia XXL** Tomate Mozzarella oder Salami Piccante ca. 29x40 cm, je 1 kg (1 kg = 4,99)

UVP 5,69  
**4,99\***

12% billiger

1 kg

+++ Im Aktionskühlregal +++

**ZUEGG Fruchtaufstrich aus Südtirol** - verschiedene Sorten, z.B. Marille je 320 g (1 kg = 7,16) oder Feige je 330 g (1 kg = 6,94)

**23% billiger**  
UVP 2,99  
**2,29\***

**Knorr Kräuterlinge** im Streuer - Frühlings-, Garten- oder Italienische Kräuter je 60 g (1 kg = 28,17)

**22% billiger**  
UVP 2,19  
**1,69\***

**OBST VOM BODENSEE** Äpfel vom Bodensee Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorten: Elstar, Braeburn oder Jonagold, Kal. 73/83 + 80/90 mm, je 2,5 kg (1 kg = 1,04)

**große Früchte**  
**2,59\* 2,5 kg**

(Abbildung ähnlich)

**Milka Schokoladenmilch** Original oder Karamell je 750 ml (1 l = 2,65)

**20% billiger**  
UVP 2,49  
**1,99\***

750 ml

**Mutters Beate Vielseitiger Eintopf** Frühlingsgemüse-, Bohnen- oder Texastopf je 800 g (1 kg = 3,11)

**2,49\***

800 g

**Emmi Caffè Latte** verschiedene Sorten, z.B. Macchiato oder Cappuccino je 230 ml (1 l = 5,61)

**41% billiger**  
UVP 2,19  
**1,29\***

230 ml

+++ Im Aktionskühlregal +++

**Berenzen Summer Cream Edition** Passionfruit Cream, Coco Pineapple Cream oder Cherry Banana Cream 15% vol, je 0,7 l (1 l = 9,99)

**30% billiger**  
UVP 9,99  
**6,99\***

**River Valley Tafeltrauben** Mix XXL Indien fresh Kl. I, 3 Sorten: • Rot: Flame Seedless • Hell: Thompson Seedless • Schwarz: Sharad je 750 g (1 kg = 4,44)

**kernlos**  
**750 g 3,33\***

(Abbildung ähnlich)

**MilkyWay Croissants** je 192 g (1 kg = 11,93)

**23% billiger**  
UVP 2,99  
**2,29\***

**Jomo Marillenroulade XXL** fruchtig & fein je 520 g (1 kg = 4,40)

**34% billiger**  
UVP 3,49  
**2,29\***

520 g

**UNI-EAGLE Sriracha Sauce** Sriracha Mayoo Sauce je 460 g (1 kg = 6,50), Sriracha Hot Chili Sauce je 475 g (1 kg = 6,29) oder Sweet Chili Sauce je 525 g (1 kg = 5,70)

**2,99\***

**Tablestyle Servietten** mit verschiedenen Frühlingsmotiven 33x33 cm, 3-lagig, je 20 Stück

**1,19\***

**Ernte Deutsche Cocktail-tomaten** Deutschland/Thüringen Kl. I, Gewächshausqualität, je 650 g (1 kg = 5,12)

**650 g 3,33\***

XXL (Abbildung ähnlich)

# ➔ BIS ZU 62% SPAREN

**scheppach Benzin-Rasenmäher Trike 6 in 1** MS197-51-3W SE • Leistungsstarker 4-Takt-Motor 3,0 kW/4,1 PS • Zentrale 7-fache Schnitthöhenverstellung (25-75 mm) • Robustes Stahlblech-Gehäuse • Kugelgelagerte Laufräder • Klappbarer Führungsholm mit Komforthandgriff

**5 JAHRE GARANTIE**

Hervorragend geeignet für das Mähen schwer zugänglicher Stellen wie z.B. an Bäumen, Sträuchern und Hecken durch leichtgängiges, geländetaugliches Bugrad vorne.

3,0 kW/4,1 PS

65 Liter Extra großer Fangsack

Zentral vom Führungsholm feststellbares Bugrad

**47% billiger**  
UVP 549,-  
**289,-\***

51 cm

Extra große XL Schnittbreite von ca. ermöglicht zeitsparendes Mähen auf großen Flächen

24 Auch online

**MAYR Solar-Dusche 35 Liter** warmes Wasser ohne Strom • Kompatibel mit allen marktüblichen Stecksystemen und Gartenschläuchen • Metallstandfuß mit Montagemöglichkeit • Teilbar für einfachen Transport und platzsparende Lagerung • Praktisches Wasserablassventil • Höhe ca. 2,17 m

Großer Luxus-Regenschirmkopf

Kalt-/Warmwasser-Einhandmischer

Wasserhahn als Fußdusche oder zur Befüllung von Gießkannen etc.

Mit praktischer Duschablage

Großer Wasserspeicher mit ca. 35 Liter Fassungsvermögen

**35% billiger**  
UVP 199,-  
**129,-\***

(ohne Bodenplatte)

**KRAFT Stoßverbinder mit Schrumpfschlauch-Set 100-tlg.**

**85 + 15 gratis**

**5,99\***

Auch erhältlich: Krokodilklemmen-Set 116-tlg., Schnell-Verdrahtungs-Set 75-tlg., Aderendhülsen-Set 806-tlg., Kfz-Sicherungs-Set 62-tlg.

**Schnellkuppler-Set 47-tlg.**

**40 + 7 gratis**

**Anschlussklemmen-Set 353-tlg. inkl. Abisolierzange**

**305 + 48 gratis**

**BAUFIX PUR-Langzeitlasur 5 Liter** für innen und außen • Lasierender Holzstrich • Erhöhte Witterungs- und UV-Beständigkeit je Ausführung

44% billiger  
UVP 26,95  
**14,99\***

24 Auch online

Palisander, Nussbaum, Kastanie, Kiefer, Mahagoni, Teak, Eiche hell

Made in Germany

**bella casa Wachstuch-Tischdecke „Ecotex“** mit geprägter Oberfläche • Strapazierfähig und schmutzabweisend • Aus robustem PVC je Tischdecke

ca. 100x140 cm (1 m<sup>2</sup>=2,85) **3,99\***

ca. 130x160 cm (1 m<sup>2</sup>=2,40) Ø ca. 140 cm (1 m<sup>2</sup>=3,24) **4,99\***

ca. 140x190 cm (1 m<sup>2</sup>=2,63) ca. 140x220 cm (1 m<sup>2</sup>=2,27) **6,99\***

(Modellbeispiele)

Made in EU

**TOPTEX Arbeitshose mit CORDURA®** mit Kontrasteinsätzen, für Herren • Strapazierfähige (245 g/m<sup>2</sup>) Twillqualität • Mit Zollstocktasche und Hammerschlaufe • 65% Polyester, 35% Baumwolle • Größen M (48/50) - XL (56) je Arbeitshose

Grau

**SANFOR** Schwarz

**15,99\***

**CORDURA®** Mit CORDURA®-Einsätzen in Profi-Qualität

**KRAFT Schrauben-Box** jeweils mit passendem S2-Bit 3 Jahre Garantie je Box

Gipsplattenschrauben Kreuzschlitz, 550 Stück oder 300 Stück

**5,99\***

Spannplattenschrauben TX25, 160 Stück oder TX15, 600 Stück oder TX20, 400 Stück oder 250 Stück

Terrassenschrauben mit Turbogewinde 180 Stück, 200 Stück oder 320 Stück

**WORK Sicherheitsschuhe S3 SRC für Herren** • Aus hochwertigem Glattleder • Atmungsaktives Mesh-Innenfutter mit Coolmax®-Einlegesohle • Durchtrittsicher • Wasserdurchlässig • Antistatisch • Rutschhemmende PU-Laufsohle • Nach EN ISO 20345:2011/S3 • Größen 42-45

je Paar **COOLMAX** 3M Scotchlite® Reflektive Material

Schwarz/ Rot

geprüft nach: EN ISO 20345: 2011

UVP 39,95  
**21,99\***

44% billiger

Schwarz/ Grau Robuste Stahlkappe Schwarz/ Blau

**Powercolor Lackpinsel 3er-Set** ca. 30/50/60 mm Acrylpinsel 3er-Set ca. 30/50/60 mm

**3er-Set aus FSC® zertifiziertem Holz (FSC® N001587)**

**2,99\***

Anstreichpinsel 3er-Set ca. 25/50/25 mm Lasurpinsel 3er-Set ca. 30/50/60 mm

**Powercolor Spezial-Unkrautvlies in Grün/Schwarz oder Schwarz, ca. 0,8 x 10 m** • Robustes Polypropylen mit einer Stärke von ca. 85 g/m<sup>2</sup> • Witterungsbeständig sowie wasser- und luftdurchlässig (1 m<sup>2</sup> = 1,25)

**9,99\***

Durch integrierte Wabenstruktur besonders widerstandsfähig gegen Durchwurzelung

**Powercolor Messinghahn mit verchromter Oberfläche** 3 Jahre Garantie je Ausführung

Auslaufkugelhahn 1/2" Auslaufkugelhahn 3/4"

Für marktübliche Schnellkupplungen

**5,99\***

24 Auch online

Wasserhahn 1/2"

**Powercolor Rasentrimmer- und Freischneider-Zubehör** 3 Jahre Garantie je Ausführung

Unkrautbürste 15 cm oder 20 cm • Aufnahme 25,4 mm

Aluminium-Fadenkopf 72 mm • Aufnahme 16 mm • Inkl. 4 Trimmerfäden

**7,99\***

24 Auch online

**Cuchova Lava-Pfanne** • Induktionsgeeignet • Antihaftend - kein Anbrennen und Festkleben • Extrem kratzfest und langlebig • Optimale Hitzeverteilung • Spülmaschinengeeignet

**52% billiger**  
UVP 39,99  
**18,99\***

Ø ca. 20 cm

**56% billiger**  
UVP 49,99  
**21,99\***

Ø ca. 24 cm

**54% billiger**  
UVP 54,99  
**24,99\***

Ø ca. 28 cm

Außergewöhnliche raue Lava-Beschichtung - jede Pfanne ein Unikat

**HYPERFLON Edelstahl-Thermoschüssel** mit Diamantstruktur • Innenschüssel mit Premium Wärme- und Kälteisolierung • Hält warme Speisen bis zu 4 Stunden warm und kalte Speisen bis zu 6 Stunden kalt je Ausführung

3 Liter Ø ca. 23 cm x 19 cm

**62% billiger**  
UVP 49,99  
**18,99\***

3er-Set ca. 500/1000/2000 ml

Hält Grillgut, Salate und Speisen lange warm oder kalt - der ideale Begleiter für Grillpartys, Picknick und vieles mehr

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

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

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

**Ständig im Sortiment**  
**2,99**

**Stiftung Warentest**

**GUT (1,6) King Lady Colibri 6-Klingen Damenrasierer** Im Test: 18 Damenrasierer für Frauen, davon 18x gut

Produktgleich mit Lacura Damen-Rasierer Starter-Set 6er-Klingen Ausgabe 04/2026 [www.test.de](http://www.test.de)

**26CK72**

**NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++**

**6-Klingen Damenrasierer "Colibri"** Note: GUT (1,6) je 1 Set inkl. 1 Ersatzklinge

**4,49**

Ständig im Sortiment



**VERANSTALTUNGEN**

**Samstag, 18. April**

**18 Uhr:** Heimat- und Förderverein Ulfen, Whisky-Tasting, Anmeldung erforderlich unter [info@heimathof-ulfen.de](mailto:info@heimathof-ulfen.de)

**Sonntag, 19. April**

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

**Montag, 20. April**

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

**Dienstag, 21. April**

**14.30 bis 17 Uhr:** Seniorennachmittag mit Kaffee und Spielen, Bürgerhilfe Sontraer Land und AWO-Ortsverein Sontra, Niederstadt 41

**Mittwoch, 22. April**

**9 bis 13 Uhr:** Sontraer Wochenmarkt in der Braugasse mit einem frischen und bunten Angebot an Produkten aus der Region

**13 Uhr:** Werratalverein Sontra, Besuch im Werratal-Museum Gerstungen, 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

**Donnerstag, 23. 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

**Sonntag, 26. April**

**8.30 Uhr:** Städtepartnerschaftswanderung in Tambach-Dietharz, Anmeldung bei Stadt Sontra erforderlich., Treffpunkt Parkplatz Breitwiese

**KIRCHLICHE NACHRICHTEN**

**EV. KIRCHEN**

**KIRCHSPIEL SONTRA**

**19. April**  
**Sontra:** 10 Uhr Gottesdienst  
**Hornel:** 11.15 Uhr Gottesdienst

**KIRCHSPIEL BERNEBURG**

Keine Gottesdienste

**Kirchspiel Ulfen**

**19. April**  
**Röhrda:** 10 Uhr Konfirmation

**Kirchspiel Datterode/Röhrda**

**19. April**  
**Datterode:** 10 Uhr Konfirmation

**KATH. KIRCHEN**

**Pastoralverbund Gabriel Werra-Meißner**

**18. April**  
**Nentershausen:** 17 Uhr Vorabendmesse

**19. April**  
**Sontra:** 10.45 Uhr Sonntagsmesse

**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.

**Service von Juwelier Kunze**  
Goldschmiedearbeiten  
Reparaturen und Anfertigungen  
**Tel. und WhatsApp 05653-643**

**Gardziella**  
Brillenhaus-Blankenbach 06627 8866

# Online-Ausbauchek verfügbar

Glasfaserausbau in Sontra: „Ist meine Adresse dabei?“

**Sontra** – Die Stadt Sontra stellt ihren Bürgerinnen und Bürgern ab sofort einen digitalen Ausbauchek zum Glasfaserausbau zur Verfügung. Über das neue Online-Tool können Interessierte schnell und unkompliziert prüfen, ob ihre Adresse im Rahmen eines Glasfaserausbaus berücksichtigt wird und welche Ausbaumform vorgesehen ist.

„Ich freue mich auch auf Grundlage zahlreicher Anfragen von Bürgerinnen und Bürgern, dass wir heute den Online-Ausbauchek für den Glasfaserausbau der Öffentlichkeit zur Verfügung stellen können“, erklärt Bürgermeister Thomas Eckhardt.

Der Ausbauchek wurde in Zusammenarbeit mit der Infratech Services GmbH bereitge-

stellt. Nach Eingabe der jeweiligen Adresse erhalten Nutzerinnen und Nutzer umfassende Informationen darüber, ob der Ausbau eigenwirtschaftlich durch ein Telekommunikationsunternehmen oder im Rahmen eines Förderprojekts erfolgt. Zudem wird angezeigt, welches Unternehmen für den Ausbau zuständig ist und an welche Ansprechpartner man sich bei Fragen oder Problemen im Zusammenhang mit den Ausbauarbeiten wenden kann.

Mit dem neuen Service schafft die Stadt Sontra mehr Transparenz und ermöglicht eine schnelle Übersicht über den aktuellen Stand des Glasfaserausbaus im Stadtgebiet.

Der Ausbauchek ist erreichbar unter <https://ausbauchek.infratech.services>.



**Online-Ausbauchek** zum Glasfaserausbau: Bürgermeister Thomas Eckhardt weißt darauf hin, dass der Ausbauchek ab sofort verfügbar ist. FOTO: STADT SONTRA

**AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN**

**Konstituierende Sitzung der Stadtverordnetenversammlung**

Die aufgrund des Ergebnisses der Kommunalwahl vom 15. März 2026 gewählten Mitglieder der Stadtverordnetenversammlung werden hiermit gemäß § 56 Abs. 2 der Hessischen Gemeindeordnung (HGO) zur ersten (konstituierenden) Sitzung der Stadtverordnetenversammlung am Dienstag, 21. April 2026, 18:00 Uhr, in den Saal des Bürgerhauses Sontra, Thingstätte 2, 36205 Sontra, eingeladen. Die Sitzung ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch den Bürgermeister
2. Feststellung des am längsten ununterbrochen der Stadtverordnetenversammlung angehörenden Mitgliedes, das hierzu bereit ist
3. Feststellung der Beschlussfähigkeit
4. Wahl der Stadtverordnetenvorsteherin/des Stadtverordnetenvorstehers
5. Wahl der Stellvertreterinnen/Stellvertreter der Stadtverordnetenvorsteherin/des Stadtverordnetenvorstehers
6. Festlegung der Reihenfolge der Vertreter der Stadtverordnetenvorsteherin/des Stadtverordnetenvorstehers
7. Wahl
  - a) der Schriftführerin/des Schriftführers
  - b) der Stellvertreterinnen/Stellvertreter
8. Entscheidung über die Gültigkeit der Wahl der Stadtverordnetenversammlung und der Ortsbeiräte (§ 26 KWG) sowie der Wahl des Bürgermeisters und über Einsprüche nach § 25 Kommunalwahlgesetz (KWG)

a) Stadtverordnetenversammlung

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Berneburg

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Breitau

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Diemerode

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Heyerode

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Hornel

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Krauthausen

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Mitterode

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Stadthosbach

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

(c) Ortsbeirat Thurnhosbach

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

k) Ortsbeirat Ulfen

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

l) Ortsbeirat Weißenborn

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

m) Ortsbeirat Wichmannshausen

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

n) Ortsbeirat Wölfterode

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

o) Wahl des Bürgermeisters

(a) Einsprüche

(b) Gültigkeit

9. Beschluss über das Bilden der Ausschüsse im Benennungsverfahren oder Wahl der Ausschussmitglieder

10. Grundstücksangelegenheiten hier: Einziehung der öffentlichen Wegparzellen in der Gemarkung Lindenu, Flur 1, Flurstück 123, 124 und 125

11. Benennung von Stadtstraßen

Änderung einer Straßenbezeichnung in Sontra-Wichmannshausen

12. Wahl einer Vertreterin/eines Vertreters und einer stellvertretenden Vertreterin/eines stellvertretenden Vertreters der Stadt Sontra in die Verbandsversammlung des Kommunalen Gebietsrechenzentrums Hessen (ekom21 – KGRZ Hessen)

13. Wahl, Einführung, Verpflichtung, Ernennung und Vereidigung der ehrenamtlichen Stadträtinnen/Stadträte

14. Magistratsbericht

15. Anfragen und Anregungen Sontra, 10.04.2026

gez. Thomas Eckhardt

Bürgermeister

**Stadtteil Berneburg Der Ortsvorsteher**

Sehr geehrte Damen und Herren, zur ersten (konstituierenden) Sitzung des Ortsbeirates Berneburg lade ich Sie für Mittwoch, 22.04.2026, 19:30 Uhr, in das Dorfgemeinschaftshaus Berneburg, Biehlweg 4, 36205 Sontra-Berneburg, ein. Die Sitzung ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch den bisherigen Ortsvorsteher
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des bisherigen Ortsvorstehers
4. Wahl der Ortsvorsteherin/des Ortsvorstehers
5. Wahl der stellv. Ortsvorsteherin/des stellv. Ortsvorstehers
6. Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers
7. Wahl der stellv. Schriftführerin/des stellv. Schriftführers
8. Benennung von zwei Mitgliedern für den Friedhofsausschuss
9. Aufräumarbeiten Kirchberg
10. Anfragen und Anregungen Sontra-Berneburg, 13.04.2026

gez. Martin König

Ortsvorsteher

**Stadtteil Breitau Der Ortsvorsteher**

Sehr geehrte Damen und Herren, zur ersten (konstituierenden) Sitzung des Ortsbeirates Breitau lade ich Sie für Montag, 27.04.2026, 19:30 Uhr, in das Dorfgemeinschaftshaus Breitau, Kremptal 13, 36205 Sontra-Breitau, ein. Die Sitzung ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch den bisherigen Ortsvorsteher
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des bisherigen Ortsvorstehers
4. Wahl der Ortsvorsteherin/des Ortsvorstehers
5. Wahl der stellv. Ortsvorsteherin/des stellv. Ortsvorstehers
6. Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers
7. Wahl der stellv. Schriftführerin/des stellv. Schriftführers
8. Benennung von zwei Mitgliedern für den Friedhofsausschuss
9. Anfragen und Anregungen Sontra-Breitau, 13.04.2026

gez. Lothar Asbrand

Ortsvorsteher

**Stadtteil Hornel Der Ortsvorsteher**

Sehr geehrte Damen und Herren, zur ersten (konstituierenden) Sitzung des Ortsbeirates Hornel lade ich Sie für Freitag, 24.04.2026, 19:00 Uhr, in den Mehrgenerationsraum, Kupferstraße 17, 36205 Sontra-Hornel, ein. Die Sitzung ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch den bisherigen Ortsvorsteher
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des bisherigen Ortsvorstehers
4. Wahl der Ortsvorsteherin/des Ortsvorstehers
5. Wahl der stellv. Ortsvorsteherin/des stellv. Ortsvorstehers
6. Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers
7. Wahl der stellv. Schriftführerin/des stellv. Schriftführers
8. Benennung von zwei Mitgliedern für den Friedhofsausschuss
9. Anfragen und Anregungen Sontra-Hornel, 13.04.2026

gez. Martin Hollstein

Ortsvorsteher

**Stadtteil Thurnhosbach Die Ortsvorsteherin**

Sehr geehrte Damen und Herren, zur ersten (konstituierenden) Sitzung des Ortsbeirates Thurnhosbach lade ich

Sie für Dienstag, 28.04.2026, 20:00

Uhr, in das Dorfgemeinschaftshaus

Thurnhosbach, Dorfstraße 8, 36205

Sontra-Thurnhosbach, ein. Die Sitzung

ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch die bisherige Ortsvorsteherin
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht der bisherigen Ortsvorsteherin
4. Wahl der Ortsvorsteherin/des Ortsvorstehers
5. Wahl der stellv. Ortsvorsteherin/des stellv. Ortsvorstehers
6. Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers
7. Wahl der stellv. Schriftführerin/des stellv. Schriftführers
8. Benennung von zwei Mitgliedern für den Friedhofsausschuss
9. Anfragen und Anregungen Sontra-Thurnhosbach, 13.04.2026

gez. Margot Flügel-Anhalt

Ortsvorsteherin

**Stadtteil Ulfen Der Ortsvorsteher**

Sehr geehrte Damen und Herren, zur ersten (konstituierenden) Sitzung des Ortsbeirates Ulfen lade ich Sie für Mittwoch, 22.04.2026, 19:30 Uhr, in das Dorfgemeinschaftshaus Ulfen, Rendarer Straße 15, 36205 Sontra-Ulfen, ein. Die Sitzung ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch den bisherigen Ortsvorsteher
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des bisherigen Ortsvorstehers
4. Wahl der Ortsvorsteherin/des Ortsvorstehers
5. Wahl der stellv. Ortsvorsteherin/des stellv. Ortsvorstehers bzw. Wahl der stellv. Ortsvorsteherinnen/Ortsvorsteher
6. Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers
7. Wahl der stellv. Schriftführerin/des stellv. Schriftführers
8. Benennung von zwei Mitgliedern für den Friedhofsausschuss
9. Anfragen und Anregungen Sontra-Ulfen, 13.04.2026

gez. Michael Stein

Ortsvorsteher

**Stadtteil Wichmannshausen Der Ortsvorsteher**

Sehr geehrte Damen und Herren, zur ersten (konstituierenden) Sitzung des Ortsbeirates Wichmannshausen lade ich Sie für Montag, 27.04.2026, 20:00 Uhr, in das Dorfgemeinschaftshaus Wichmannshausen, Sandgasse 2, 36205 Sontra-Wichmannshausen, ein.

Die Sitzung ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch den bisherigen Ortsvorsteher
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des bisherigen Ortsvorstehers
4. Wahl der Ortsvorsteherin/des Ortsvorstehers
5. Wahl der stellv. Ortsvorsteherin/des stellv. Ortsvorstehers
6. Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers
7. Wahl der stellv. Schriftführerin/des stellv. Schriftführers
8. Benennung von zwei Mitgliedern für den Friedhofsausschuss
9. Anfragen und Anregungen Sontra-Wichmannshausen, 13.04.2026

gez. Herbert Cebulla

Ortsvorsteher

**Stadtteil Wölfterode Der Ortsvorsteher**

Sehr geehrte Damen und Herren, zur ersten (konstituierenden) Sitzung des Ortsbeirates Wölfterode lade ich Sie für Montag, 27.04.2026, 20:00 Uhr, in das Dorfgemeinschaftshaus Wölfterode, ein. Die Sitzung ist öffentlich.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Sitzung durch den bisherigen Ortsvorsteher
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des bisherigen Ortsvorstehers
4. Wahl der Ortsvorsteherin/des Ortsvorstehers
5. Wahl der stellv. Ortsvorsteherin/des stellv. Ortsvorstehers
6. Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers
7. Wahl der stellv. Schriftführerin/des stellv. Schriftführers
8. Benennung von zwei Mitgliedern für den Friedhofsausschuss
9. Freiwilligentag 2026
10. Anfragen und Anregungen Sontra-Wölfterode, 13.04.2026

gez. Siegfried Bogdanski

Ortsvorsteher

**Bekanntmachung der Jagdgenossenschaft Sontra-Berneburg/Hübenthal**

Die Niederschrift der Jagdgenossenschaftsversammlung vom 11. April 2026, sowie das Jagdkataster liegen bei dem Jagdvorstand Veit Borschel, Sommerberg 6, 36205 Sontra-Berneburg, gemäß § 10 der Satzung in der Zeit vom 15.04. bis 29.04.2025 zur Einsichtnahme der Jagdgenossen öffentlich aus.

Veit Borschel

Jagdvorstand



**Dienstbereit**

**Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst:** 11 61 17

■ **Augenärzte**  
**Notdienstzentrale** Eschwege:  
0 56 51/1 92 92

■ **Zahnärzte**  
**Zahnärztl. Notfallvertretungs-**  
**dienst** für den Bereich Eschwege:  
0180/5 60 70 11 (gebührenpflichtig)

■ **APOTHEKEN**  
**18. April**  
Struth Apotheke, ESW, Freiherr-vom-  
Stein-Straße 2, 0 56 51/1 31 20

**19. April**  
Glückauf Apotheke, Sontra, Hinter der  
Wachtmauer 3, 0 56 53/2 25 98 10

■ **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-Roten-  
burg: 0 66 21/1 92 22

**Frauenhaus Eschwege:** 0 56 51/  
3 26 65

**Kinder- und Jugendhilfe**, Bez.-Ver-  
band Hessen-Nord e.V., Mütternot-  
dienst: 0 56 77/95 85 12

**Hospizdienst Sontra**, Rufbereit-  
schaft: 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

# Wechsel im Vorstand

Freiwillige Feuerwehr Breitau: Erfolgreiches Jahr

**Breitau** – Auf ein insgesamt sehr erfolgreiches Jahr blickte die Freiwillige Feuerwehr Breitau bei ihrer Jahreshauptversammlung Ende Februar zurück. Vertreter aller Abteilungen berichteten von zahlreichen Aktivitäten, einer starken Gemeinschaft und einer weiterhin sehr positiven Entwicklung der Feuerwehr.

Besonders im Fokus stand die Nachwuchsarbeit. Im vergangenen Jahr konnte das 20-jährige Bestehen der Kinderfeuerwehr sowie das 50-jährige Jubiläum der Jugendfeuerwehr gefeiert werden. Beide Jubiläen wurden mit großem Engagement begangen und verdeutlichen die kontinuierlich erfolgreiche Jugendarbeit der Feuerwehr Breitau.

Auch die Jugendfeuerwehr blickte auf ein aktives Jahr zurück. Neben den regelmäßigen Übungsdiensten nahm der Feuerwehrynachwuchs unter anderem am Waldlauf, am Kreisentscheid der Jugendfeuerwehren sowie am Stadtentscheid teil.

Im Einsatzdienst rückten die Breitauer Feuerwehrkräfte im vergangenen Jahr zu acht Einsätzen aus. Darüber hinaus engagiert sich der Feuerwehrverein traditionell stark im Dorfleben und ist ein wichtiger Bestandteil des gesellschaftlichen Miteinanders in Breitau.

Im Rahmen der Versammlung wurden außerdem mehrere Mitglieder für ihre langjähri-



Die geehrten Mitglieder und die neue Vorstandsmitglieder sowie Ehrengäste der Jahreshauptversammlung.

FOTO: FFW BREITAU

ge Mitgliedschaft und ihr Engagement in der Feuerwehr geehrt. Für 40 Jahre Vereinsmitgliedschaft wurde Kai Holzhauser ausgezeichnet. Dieter Pippart und Dirk Ruppel wurden für 50 Jahre Mitgliedschaft geehrt. Bereits auf 60 Jahre Vereinszugehörigkeit können Dieter Borschel und Willi Göbel zurückblicken. Jürgen Sünder wurde zum Hauptfeuerwehrmann befördert.

Ein weiterer wichtiger Punkt der Versammlung war die Verjüngung des Vorstandes. Dirk Ruppel legte nach erfolgreicher

Nachfolgersuche wie geplant sein Amt nieder und übergab die Vereinsführung an Niklas Reinhardt. In seinem Rückblick dankte Ruppel besonders des gesamten Vereins für die hervorragende Zusammenarbeit und hob die zahlreichen gemeinsam umgesetzten Projekte der vergangenen drei Jahre hervor.

Mit der Wahl von Niklas Reinhardt sowie der Um und neu Besetzung mit Moritz Reinhardt und Fabian Gleitsmann setzt die Feuerwehr Breitau bewusst auf eine jüngere Führung, um

die zukünftige Ausrichtung und Weiterentwicklung des Vereins aktiv zu gestalten. Die anwesenden Gäste aus Politik sowie der Feuerwehrführung dankten Dirk Ruppel für sein Engagement und wünschten Niklas Reinhardt, dem Vorstand und einem verjüngten Vorstand viel Erfolg für die kommenden Jahre.

Mit einer engagierten Mannschaft, starker Nachwuchsarbeit und einem verjüngten Vorstand sieht sich die Freiwillige Feuerwehr Breitau gut für die Zukunft aufgestellt.

## Neuwahl des Vorstandes

**Krauthausen** – Zur diesjährigen Jahreshauptversammlung für das Geschäftsjahr 2025 lade ich 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 Holzmarktlage
  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.

## Blutspendetermin in Sontra

**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/](http://www.blutspende.de/) Termine gebucht werden.

## Glapa und Schülbe sind Vereinskönige

Hänselsänger Sontra

**Sontra** – Nach einer erfolgreichen Karnevalsveranstaltung im Februar 2026 und der Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen, trafen sich die Hänselsänger Sontra am Samstag, 11. April, zu ihrem traditionellen Hänselschiessen. Dieses fand wie jedes Jahr im Schützenhaus des Sportschützenvereines Sontra am Ziegenberg statt. Der neue erste Vorsitzende Bernd Köcher konnte 17 Vereinsmitglieder im Schützenhaus begrüßen.

Nach einem gemeinsamen Kaffeetrinken ging es an das Schießen. Es war wie immer eine spannende Sache. Nach 60 Schuss konnte sich Jonas Schülbe bei den Männern als neuer Vereinskönig durchsetzen. Bei den Damen dauerte es ein wenig länger. Andrea Glapa wurde schließlich mit dem 95. Schuss die neue Vereinskönigin.

Anschließend gab es noch ein gemütliches Grillen, bei dem auch schon über die neue Saison gesprochen wurde. Die Hänselsänger möchten den Sontraer Bürgern wieder eine tolle Karnevalsveranstaltung bieten. Diese soll am 30. Januar 2027 im Bürgerhaus Sontra stattfinden.

Für das Jahr 2026 sind noch einige Veranstaltungen im Verein geplant. Als Beispiel gibt es am 22. August eine gemeinsame Familienwanderung nach Wichmannshausen mit anschließendem gemütlichen Beisammensein.

Die Hänselsänger Sontra würden sich stets über neue Mitglieder freuen. Wer Interesse und Lust hat, in unserem Verein mitzuwirken kann sich jederzeit beim ersten Vorsitzenden Bernd Köcher unter Telefon 017/77 46 27 27 melden.



**Siegerehrung:** Bernd Köcher (Mitte) zeichnet Andrea Glapa und Jonas Schülbe als neue Vereinsmeister aus.

FOTO: HÄNSELÄNGER SONTRA

**Goldankauf bei Juwelier Kunze**  
Wir kaufen alten Schmuck, Münzen, Bestecke, Zahngold  
Tel. und WhatsApp 05653-643

**06627/8686**  
Brillenhaus-Blankenbach Gardziella

## Die AVT stellt sich vor...

Adam-von-Trott-Schule

## Schülerinnen und Schüler der Adam-von-Trott-Schule besuchen das französische Filmfestival in Kassel

Im März dieses Jahres nahmen alle Französischkurse aus der Mittelstufe an der französischen Kinowoche Cinéféte teil. Für dieses Filmfestival fuhren über 70 Schülerinnen und Schüler in Begleitung der Lehrkräfte Petra Dürholt, Noel Seger sowie Martina Wagner am 12.03.2026 nach Kassel und sahen im Filmladen den französischen Film UN P'TIT TRUC EN PLUS, der in Frankreich fast 11 Millionen Besucher in die Kinos lockte. Die Komödie handelt von zwei Bankräubern, Vater Lucien und Sohn Paulo, die sich auf der Flucht nach einem Raubzug einer Reisegruppe eingeschränkter Männer und Frauen anschließen, sich als Betreuer und Schützling ausgeben und mit den behinderten Menschen eine gemeinsame Zeit auf dem Lande verbringen.

Im vollbesetzten Kino verfolgte die Schülergruppe aufmerksam die französische Komödie und erhielt hierbei auf amüsante Art und Weise Einblicke in das alltägliche Leben behinderter Menschen in Frankreich und deren Inklusion. Dieser Kinobesuch ermöglichte es den Französischlernenden, authentische Sprachpraxis und kulturelle Bildung hautnah zu erleben und gleichzeitig ihr Hör- und Sehverstehen zu schulen. Die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler waren sich einig, dass dieser Kinobesuch das Französischlernen motivierender und lebendiger macht, so dass auch im nächsten Jahr wieder geplant ist, an diesem Filmfestival teilzunehmen.



Martina Wagner, Französisch-Lehrkraft an der Adam-von-Trott-Schule

Eine Gemeinschaftsaktion der Sontraer Schulen, der untenstehenden Unternehmen und des **SONTRAE** STADTKURIER

**Bachmann**  
Gebäudetechnik GmbH & Co.KG

**Juwelier KUNZE**  
Sontra, Herrenstr. 22, Tel. 05653 643

**LANDFUXX**  
LANDFUXX DIETERICH  
Sontra, Tel.: 05653-613

**studiomittelmühle**  
büro für text, grafik und fotografie  
elisabeth mühlleder, peter krause  
bahnhofstr. 3, 36205 sontra  
+49-5653 914304, studio-mittelmuehle.de

**Autohaus Lindemann**  
Göttinger Str. 55 · Sontra  
Tel.: 0 56 53 / 97 99 - 0

**Peter Persch ... die Küche!**  
[www.persch-die-kueche.de](http://www.persch-die-kueche.de)

**www.ep-bierwirth.de**

**NEUENDORF**  
Haustechnik GmbH  
HEIZUNG • LÜFTUNG  
SANITÄR  
Sontra • Tel. 05653/1866

**Silke Lütz**  
05653-8383

# So stocken Sie Ihre Sommergarderobe sinnvoll auf

Urlaub, Arbeitsanlässe, Festivals: Ihr Terminplan für den Sommer ist voll – doch der Kleiderschrank zu leer? Eine Stilberaterin weiß Rat.

**Stromberg** – Frühling, bald Sommer – und einfach nichts zum Anziehen? Wen beim Blick in den Kleiderschrank derzeit dieses Gefühl überfällt, der sollte erst mal Träumen. Dazu rät die Farb- und Stilberaterin Jasmin Link. Man sollte sich also vorfreudig die Sommersituationen vorstellen: „Arbeit, Freizeit, Urlaub, Feste.“

Mit diesen Szenarien im Kopf kann man dann durchgehen, welche Stücke man gerne tragen würde. Die schreibt man auf, erstellt eine Wunschliste, gleicht sie mit dem Ist-Bestand im Kleiderschrank ab und ergänzt den fehlenden Rest, empfiehlt Link.

Allerdings sollte man auch etwas Realismus walten lassen – und sich nicht von allzu unwahrscheinlichen Sommersituationen leiten lassen, etwa die Kreuzfahrt, die man gar nicht gebucht hat.

„Durch meine jahrelangen Einblicke in Kleiderschränke



Mit speziellen Sommersituationen im Kopf kann man den Ist-Bestand im Kleiderschrank besser einschätzen und weiß, welche Stücke noch fehlen.

FOTO: BODO MARKS/DPA

ist mir aufgefallen, dass Menschen sehr gerne Sommerklei-

dung kaufen“, sagt Link. Sie rät deshalb, so viel wie nötig zu

kaufen, aber so wenig wie möglich – und zu Materialien zu

greifen, die sich an heißen Tagen angenehm tragen lassen:

Leinen und Musselin etwa. Links Sommerfavorit ist Tencel. Dieses Material sei nachhaltig, weich auf der Haut und luftdurchlässig. Die halbsynthetische Chemiefaser wird auch Lyocell genannt und ist der Verbraucherzentrale Hessen zufolge biologisch abbaubar.

„Allgemein eignen sich Naturmaterialien bei häufigem Schwitzen“, empfiehlt Jasmin Link. „Wolle-Seide-Mischungen temperieren auch sehr gut als Unterhemden für Hemdträger im Büro.“

Und mache Kleidungsstücke lassen sich auch umfunktionieren. Für Link gehört in die Sommergarderobe neben Hüten, Basecaps und Co. etwa auch ein leichter Schal. Der kann als Bolero getragen werden. „Wenn er cremeweiß ist, passt er zu allen Farben.“ Und er wärmt, wenn es doch mal kühler ist als gedacht.

dpa

## Bekanntschäften

**Ute, 65 J.**, hübsche blonde Witwe, schlank, sportlich, liebe ein schönes Zuhause, Garten. Mit Ihnen gemeinsam möchte ich wieder lachen u. leben. Würde Kuchen backen für unser erstes Kennenlernen. Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück Tel. 0800-7774050

**Uschi, 59 J.**, 1.57, zierlich, natürlich u. mobil. Suche üb. PV einen ganz normalen Mann, der mein Herz berührt. Tel. 0176-47603082

**Hausfrau (34) privat! 0174 512 09 97**

**Rosalinde, 72 J.**, einfühlsame Witwe, mit gepflegtem Äußeren u. leicht vollbusiger Figur. Ich brauche nicht viel um glücklich zu sein, bin eine häusliche Frau mit zwei fleißigen Händen. Alles würde ich aufgeben, wenn Sie mich brauchen. Ich fahre sehr gerne Auto u. komme Sie kurzerhand besuchen. PV Tel. 0176-57889239

## Auto-Ankäufe

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

**Suchen Sie ein Zimmer, eine Wohnung, ein Haus?**

Eine Anzeige in Ihrer Zeitung hilft immer!

**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](mailto:logistik@werra-rundschau.de)

**die-Zusteller**

**Auf meiner Route bin ich CHEF**

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

Dein Bezirk,  
Deine Route,  
Deine Entscheidung.

[www.die-zusteller.de](http://www.die-zusteller.de)

Verkauf	Ankauf	Landwirtschaft&Forsten
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, <a href="http://www.tm-store.de">www.tm-store.de</a>	<b>Ankauf Flohmarktartikel, Haushaltswaren, Werkzeuge u. v. m., auch größere Mengen</b> Telefon 0173 2650986	<b>Trockenes Buchenbrennholz</b> Telefon 05684 931670
<b>Anzeigen ...</b> ... informieren gründlich!	<b>VON PRIVAT: Kaufe Möbel, Teppiche, Kleidung, Lederwaren, Kristall, Puppen, Lampen &amp; Manschetten, sowohl Besteck ALLER ART</b> ☎ 0176 1642 7416	<b>Brennholz Buche und Eiche 60 €</b> 25-30 cm, Tel. 0176 62681914

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](http://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**

TICKETS & INFOS

Präsentiert von:

Medienpartner: