

HEIMAT NACHRICHTEN

HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

Haben Sie keine
Heimatinformationen
bekommen?

Bitte wenden Sie sich an
VTS Nord,
☎ 0561 203-2323
oder per Mail an:
✉ vertriebsleitung@hna.de

Anzeigenschluss:
Mittwoch
10 Uhr

HEIMAT
NACHRICHTEN
HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

Seit 1981 • Nr. 22

30. Mai 2026

Ihr Herz schlägt im Dreivierteltakt

Birgit und Jörgen Hendel fanden ihre Liebe beim Tanztee im Haus der Nationen



Süße Geste: Birgit und Jörgen Hendel mit Stephanie Heck-Weidemeier (Leitung Haus der Nationen), die das Paar kennengelernt hat.

FOTO: PRIVAT

Hann. Münden – Am Valentinstag 2024 fing alles an: Als Birgit und Jörgen Hendel zum ersten Tanztee ins Haus der Nationen kamen, ahnte keiner, dass dort eine Liebesgeschichte beginnen würde. Nach schweren persönlichen Verlusten waren beide zunächst nur auf der Suche nach Gemeinschaft und ein wenig Lebensfreude, teilt das Haus der Nationen mit, das den Tanztee veranstaltet.

Zwischen Musik, Gesprächen und gemeinsamen Tänzen sei schnell eine besondere Verbindung entstanden. Aus ersten

Begegnungen wurden feste Treffen und aus gemeinsamen Nachmittagen, gemeinsame Zeit im Alltag, heißt es weiter. Darauf folgte die Liebe. Für Birgit Hendel steht dabei heute vor allem ein Gedanke im Mittelpunkt: „Liebe kennt kein Alter.“

Bald nahmen sie auch gemeinsam am Line Dance teil, der sich aus dem ursprünglichen Tanztee entwickelt hat. Während das Angebot anfangs einmal monatlich stattfand, ist daraus mittlerweile ein wöchentliches Treffen geworden, das viele Menschen zusammen-

bringt. Das zeigt auf besondere Weise, welche Bedeutung Begegnungsorte und gemeinschaftliche Angebote haben können, gerade für Menschen, die sich nach Nähe, Austausch und Gemeinschaft sehnen.

Heute sind Birgit und Jörgen Hendel verheiratet und weiterhin regelmäßig auf der Tanzfläche im Haus der Nationen anzutreffen. Beim jüngsten Tanztee sprach das Team des Hauses der Nationen mit den beiden und war sichtlich gerührt von der Herzlichkeit und Nähe, die die beiden ausstrahlen. Auch Kin-

der und Enkel freuen sich über das gemeinsame Glück und darüber, dass sich die beiden gefunden haben. Natürlich ließ es sich das Team des Hauses der Nationen nicht nehmen, dem Ehepaar persönlich zu gratulieren und ein kleines Präsent zu überreichen. Das Haus der Nationen bietet regelmäßig, vielfältige Angebote für Menschen aller Altersgruppen an. Diese Angebote stehen dabei vor allem für Gemeinschaft, Lebensfreude und Miteinander. Und manchmal entsteht daraus sogar die Liebe fürs Leben.

Angebote

Das „Haus der Nationen“ ist ein Ort, an dem sich Menschen verschiedener sozialer und nationaler Herkunft begegnen und neue Möglichkeiten erhalten, ihr Leben zu gestalten. Die Gesellschaft für Arbeits- und Berufsförderung (GAB) Südniedersachsen gGmbH betreibt im Auftrag des Landkreises das „Haus der Nationen“. Das Haus ist ein multifunktionales Haus mit mehreren, sich ergänzenden Bereichen. Im Haus befinden sich ein Wohnbereich für Geflüchtete, das Neumündener Begegnungszentrum, das zurzeit ebenfalls für die Schulverpflegung genutzt wird, der GAB-Qualifizierungsstandort und der Nachbarschaftstreff Plauderstube. Wesentlich für alle Bereiche ist, dass sich hier Menschen begegnen und sich gegenseitig helfen.

jak

Heimatinformationen

Beachten Sie die geänderte Anzeigenschluss-Zeit für die Ausgabe am

Samstag, 06.06.

für gewerbliche Anzeigen und private Kleinanzeigen:

Montag, 01.06.,
18 Uhr

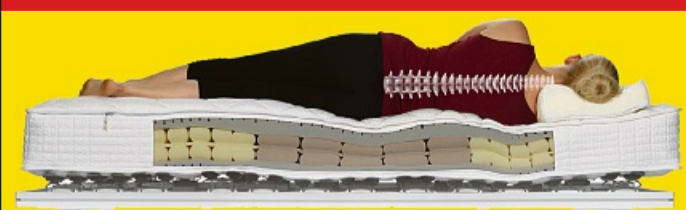
HEIMAT
NACHRICHTEN

localjob.de
Deine Karriere. Deine Zukunft.



Mit **SICHERHEIT**
für **ALLE**
was dabei!

MATRATZENBERATUNG MIT RÜCKENMESSUNG



Beratungstermin ☎ 05545 6312

Di.-Fr. 10-17 Uhr, Sa. 10-14 Uhr, Mo. geschlossen

Berufstätigen-Termine
nach Vereinbarung Di.-Do. 17-19 Uhr

BETTEN
KRAFT

A7 KS-GÖ / Abf. Hedemünden · Müндener Str. 9 · P vor der Tür

Auswahl auf über 1.500 m² · www.betten-kraft.de

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1

SAMSTAG – SAMSTAG
30.05.26 – 06.06.26

Angebot gilt nach Gutscheinvorlage vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigere/gleichwertige Geschenk! 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

Bunter Zug durch Hermannshagen

Drei Tage feierten die Menschen in dem Mündener Stadtteil ihre Kirmes

Hermannshagen – Mit fantasievoll geschmückten Motivwagen, viel Musik, bunten Kostümen und jeder Menge guter Laune zog am Samstagmittag der Kirmesumzug durch Hermannshagen und bewies, dass ein kleiner Ortsteil ganz groß feiern kann. Zahlreiche Zuschauer säumten die Straßen und staunten nicht schlecht, was Vereine, Gruppen, Kita und Schule mit viel Kreativität und Humor auf die Beine gestellt hatten.

Angeführt vom Mündener Spielmannszug Red Stars setzte sich der bunte Zug in Bewegung. Dahinter reichten sich Wagen und Fußgruppen ein, die mit originellen Ideen und heiteren Sprüchen für Begeisterung sorgten.

Besonders niedlich präsentierte sich die Kita-Gruppe, die sich ganz dem Zirkus verschrieben hatte. Als kleine Clowns, Artistinnen und Zirkusdirektoren verkleidet, zogen die Kinder auf ihrem bunt dekorierten Wagen vorbei. „Applaus, Musik und Konfetti dazu, die Kita-Zeit endet im Nu“ stand dort ebenso geschrieben wie „Als kleine



Unter den „Wilden Weibern“ findet der Bauer mit Sicherheit seine passende Zukünftige.

FOTOS: PETRA SIEBERT

Clowns fing alles an, jetzt zeigen wir, was jeder kann.“

Ebenfalls ganz in Blau unterwegs waren die „Tussis“, die sich als fröhliche Schlümpfe mit Meister Abraham präsentierten. „Blau die Haut, Bier im

Magen, Schlümpfe feiern Hermannshagen“ und „auf der Kirmes fließt das Bier, Schlümpfe feiern – laut und hier“ sorgten bei den Zuschauern für viele Lacher.

Die „Crazy Chicks“ hoben in

andere Sphären ab. Ihr Weltraum-Wagen stand ganz im Zeichen der Raumfahrt. Silberne Raumanzüge, eine startbereite Rakete und jede Menge galaktische Stimmung machten die Gruppe zu einem echten Hin-

gucker.

Nicht weniger auffällig präsentierten sich die „Wilden Weiber“, die unter dem Motto „Bauer sucht wildes Weib“ mit schrillen, bunten und teils gewagten Kostümen durch Her-

mannshagen zogen. Verrückt, laut und absolut nicht zu übersehen waren die Frauen.

Für reichlich Wirbel sorgte auch der Wagen „Waldgeister außer Rand und Band, Bikini Bottom in unserer Hand“. Zwischen Waldgeistern tummelten sich zahlreiche Figuren aus der beliebten Zeichentrickwelt von Spongebob Schwammkopf. Mit der „Krossen Krabbe“ und dem berühmten Ananashaus wurde die Unterwasserstadt nachgebaut.

Ein wenig nostalgisch zeigte sich dagegen der Wagen des SSV Hermannshagen. „Wir sind die Zukunft, Gegenwart und Vergangenheit“, lautete dort das Motto, ein Hinweis auf das diesjährige 60-jährige Bestehen des Vereins.

Drei Tage lang feierten die Hermannshäger ihre Kirmes mit Kinderfest, Zelt disco, Partyabend, Frühschoppen und dem traditionellen Ausgraben der Kirmesflasche. Den stimmungsvollen Abschluss bildeten am Sonntag ein geselliger Tanzabend, die Tombola und die traditionelle Fahnenversteigerung.

PETRA SIEBERT

Weißes Gold wie ein Magnet

Zum Brunnenfest in Sooden: 50. Salzsieden zieht Besucherscharen an

Sooden – Parkplätze in der Nähe nur schwer zu ergattern, Gedränge in den Fußgängerzonen rund um den Kurpark, die Straßencafés gut besetzt und Schlangengestehen vor den Eisdielen: Bei Kaiserwetter erlebte Sooden am Pfingstwochenende einen Besucheransturm zum Brunnenfest, mit dem die Stadt Dank sagte für Sole und Salz als die Lebensgrundlage des nordhessischen Heilbades und zugleich eine mehr als 400-jährige Tradition fortgesetzt hat.

25 Kilo entstehen beim Sieden

Wie ein starker Magnet auf die Schaulustigen wirkte am Sonntag das Salzsieden wie zu alten Zeiten, bei dem Mitglieder des Vereins für Heimatkunde demonstrierten, wie aus so-lehaltigem Wasser Salz gewonnen wird, das gern auch als „weißes Gold“ bezeichnet wird, weil es gegen Bares verkauft wurde.

Weil kein Gewerbe angemeldet ist, wird beim Brunnenfest Salz in Tütchen nicht verkauft, sondern nur gegen eine Spende in beliebiger Höhe abgegeben. Die Portionen schwanken bis zu 240 Gramm. Drei Stunden dauert der Siedevorgang. So wurde auch dieses Mal aus 400 Litern 22-prozentiger Sole 25 Kilo Salz gewonnen – und das zum 50. Mal.

Exakt so viele Jahre gehört Udo Wiesner zur Siedegemeinschaft. Gerade mal elf Jahre jung war er, als er sich 1976 dem Team anschloss. Zu diesem gehörte lange Zeit auch sein Vater Willi, der als Vorsitzender des Vereins für Heimatkunde vor 13 Jahren im Alter von 89 Jahren verstorben ist. Kein einziges Brunnenfest hat der 61-Jährige in dem halben Jahrhundert ausgelassen. Mal mit dem Auto, mal mit der Bahn nahm er die



Feuer unter der Pfanne: So machen Alfred Hocke (links) und Werner Voß aus solehaltigem Wasser Salz. FOTOS: CHRIS CORTIS

relativ weite Anreise aus Norderstedt bei Hamburg auf sich. Seine Motivation: die Liebe zur Heimatstadt Bad Sooden-Allendorf. Er sei „mit Leib und Seele“ dabei, gesteht der Vater zweier erwachsener Töchter, der bis vor zehn Jahren als Toningenieur arbeitete und jetzt Fahrlehrer ist. Diesmal hat ihn per Auto seine ältere Schwester Angelika mitgenommen in die nordhessische Kurstadt.

Zum zweiten Mal zu Besuch auf dem Brunnenfest und davon total begeistert ist Peter Galinski. Der Mann aus dem 485-Seelen-Dorf Hausen, einem Ortsteil der Gemeinde Niedersorsfeld im thüringischen Eichsfeld-Kreis, war vier Wochen zur Kur in Bad Sooden-Allendorf, als er einen entsprechenden Tipp bekam. Das Salzsieden findet er hoch interessant, und das ganze Drum und Dran des Festes „gefällt uns sehr gut“, sagt er auch im Namen seiner Frau Christina, die erstmals dabei ist. Im nächsten Jahr, verspricht er, „werden wir wiederkommen“.

Die mittelalterlich gewandeten Akteure des Heimatkundevereins boten den Zuschauern noch einen kleinen Krimi und

setzen das sich jedes Jahr wiederholende Stück „Salzdiebe in der Stadt“ in Szene. Natürlich wurden die Bösewichte rasch dingfest gemacht. CHRIS CORTIS

www.rb-becker.de

7-tlg. Weichgepäck Trolley-Set
Das Set enthält: 3 Koffer S= 50 cm / M= 60 cm / L= 70 cm, 1 Reisetasche ca. 50/28/25 cm, 1 Fliegertasche ca. 38/30/14 cm, 1 Kofferrucksack, 1 Koffergurt ca. 180 cm, in schwarz, olive o. marine

Family-Lounge-Pool
183 x 183 x 51 cm
15,00

Wehnecke Quick-Up-Pool-Set
ca. Ø 450 x 106 cm, inkl. 12V Filterpumpe, Leiter & Abdeckplane
99,50

Wehnecke Stahlrahmenpool-Set
ca. Ø 420 x 84 cm, inkl. Filterpumpe & Filterkartusche
89,50

Grill & Feuerschale, Terrassenkamin- oder Ofen
ab Sa., den 30.05.2026
H126cm
schwarz/Metall
49,50

Sport- & Reisetrolley
ca. 64x34x35 cm, versch. Farben
STATT 75,00
50,00 je

Bestquattro Maxi (5in1), Mini Tabs o. Chlor Mini
1kg Tabs
7,99 je

5-tlg. Pool-Pflegeset
Dosierschwimmer, Kescher, Thermometer, Unterwasser-Bodensauger, 5-teilige Alustange, 1 Dose Teststreifen
15,00

11-tlg. Messer-Set inkl. Holz-Schneidbrett & Schere
Edelstahl/Holz
12,98

FRISCH EINGETROFFEN
XXL-Hortensie-Magical
ständigster Farbwchsel
29,99 je

Garten-Hortensie
versch. Farben, 12cm Topf
9,98 je

Nelke z.B. Pink Kisses
versch. Farben, 12cm Topf
1,79 je

Stauden z.B.: Portulak
versch. Sorten, 12cm Topf
1,79 je

Balkonpflanze
versch. Sorten, 12cm Topf, z.B.: Fuchsia, Minibel o. Verbene
1,69 je

Lavendel
versch. Topfgrößen winterhart
ab 1,79 je

Polarstern
11cm Topf, versch. Farben
1,69 je

Tortmyrte
11cm Topf, versch. Farben
1,99 je

Aluminium-Anlegeleitern
leicht, rutschsichere Fußstopfen
8 Sprossen 25,00
11 Sprossen 35,00
15 Sprossen 40,00
18 Sprossen 45,00

Aluminium-Vielzweckleitern
rutschsichere Fußstopfen
3 x 7 Sprossen 75,00
3 x 9 Sprossen 89,50
3 x 10 Sprossen 99,50
3 x 11 Sprossen 109,50

Rasenmäher Eco Wheeler 462.5 R
Radantrieb, Schnittbreite: 46 cm
1.699,50

Werkzeugtasche, 20"
51x25x32 cm
39,50

Schraubenschlüssel 23 Fächer
4,99

Werkzeugkoffer MCPlus Pro-M-20
4,99

Sichtlagerkasten LF 322
5,00 je

Meggle Schnittkäse
Kräuter 130g
1,49

Werther's Soft Caramels
709g
3,99

Henry Lambert Mozartkugeln
versch. Sorten, 200g
2,49 je

Apfel Banane Mango Saft
12x 0,33l
4,99 je

Porridge
versch. Sorten 375/400g
0,69 je

Marzipantaler Pflaume
210g
1,79 je

Geschenkset Tasse + Schokolade
z.B.: Milka, Biscoff o. Smarties
0,79 je

WIZ/Kleinmerode
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 Witzhausen/Kleinmerode

Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deka. 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

HEIMAT NACHRICHTEN
HANAU, MÜNSTER, WITZENHAUSEN

nh-wochenzeitungen.de
IMPRESSUM

Verlag: NHW Verlag GmbH,
Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Tel.: 0 55 41 / 98 39 30
E-Mail: redaktion@dka.de

Geschäftsführer: Frank Schmid

Redaktion: Frank Schmid (V.i.S.d.P.)
E-Mail: redaktion@dka.de

Anzeigenverkauf:
Miriam Donnerert (Leitung)
Tel.: 0 55 41 / 98 39 30
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Vertrieb / Zustellung: VTS Nord GmbH
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel,
Tel.: 05 61 / 203 - 23 23
E-Mail: vertriebsleitung@hna.de

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

AGB / Copyright / Widerruf:
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 Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, unter Angabe Ihrer Anschrift, an zusteller@mms-team.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

Wenn Beton Farbe bekennt

Witzenhäuser Schüler erneuern Unterführung des Nordbahnhofs dank Spenden

Witzenhausen – Am Nordbahnhof von Witzenhausen hallt das Donnern der Züge noch immer durch die Unterführung. Doch der Ort hat sein Gesicht verändert. Wo sich lange grauer Beton, Kritzeleien und die typische Trostlosigkeit eines Bahnhofsdurchgangs ausbreiteten, ziehen sich nun klare schwarz-weiße Linien über die Wände, gelbe Flächen bringen Licht unter den Bahndamm. Menschen bleiben stehen, schauen genauer hin, fotografieren. Dass diese Unterführung heute so aussieht, war vor wenigen Monaten alles andere als sicher.

Denn die Stadt Witzenhausen steht unter Haushaltssperre. Öffentliches Geld für das Street-Art-Projekt 2026 gab es nicht. Trotzdem wurde die Neugestaltung realisiert, durch Spenden, Förderprogramme und eine Vielzahl an Unterstützern, die Geld, Material und praktische Hilfe organisierten. Zur Vorstellung des Projekts kamen zahlreiche Förderer an den Nordbahnhof, Unternehmer aus der Region sowie ehemalige Schüler.

Von Montag bis Freitag gestalteten die Schüler der Fachoberschule Gestaltung der Beruflichen Schulen Witzenhausen die rund 35 Meter langen Wandflächen nach einem Konzept der Künstlerin Katja Beilke. Für Beilke ist das Projekt



Idee, Organisation und Gestaltung: Die Gestaltungslehrer Henrich Förster (von links), Michael Beilke, Schüler der Beruflichen Schulen und Künstlerin Katja Beilke vor dem fertigen Kunstwerk. FOTO: ELVAN POLAT

deshalb weit mehr als reine Fassadengestaltung. „Der Gedanke meiner Frau ist es, Kunst zu den Menschen zu bringen und einen Raum zu schaffen, in dem Begegnung stattfindet“, sagte Gestaltungslehrer Michael Beilke. Selbst Schüler der Abiturklassen meldeten sich freiwillig zur Mitarbeit. Zusätzlich

stellten mehrere Malerbetriebe ihre Auszubildenden zur Verfügung. „Mit null Euro lässt sich so etwas nicht realisieren“, sagte Beilke. Zeitweise habe man improvisieren müssen. Privat seien schließlich Stromgeneratoren organisiert worden, sogar Zugänge zu Toilettenräumen hätten über Kontakte aus einer

Nachbarstadt ermöglicht werden müssen. Das Gestaltungskonzept verbindet grafische Klarheit mit regionalen Bezügen. Die Linien lassen den langen Tunnel weiter und offener erscheinen, die gelbe Decke erzeugt Helligkeit und Wärme. Stilisierte Reisende greifen die Idee von Bewegung und Begeg-

nung auf, Früchte verweisen auf die internationalen Partnerstädte Witzenhausens, der blaue Sockel nimmt Bezug auf die verbindende Kraft der Werra. Besonders beeindruckt zeigten sich Katja und Michael Beilke von den Jugendlichen selbst. „Von wegen, junge Menschen hätten nichts drauf“, sagte er.

„Aber hier erleben wir junge Menschen, die hochkonzentriert arbeiten und unglaublich engagiert sind.“ ELVAN POLAT

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

Medizin

ANZEIGE

Arthrose im Knie? Dieser Pflanzenwirkstoff hilft abseits der Krebstherapie bei Arthrose

Hoffnung für Millionen Arthrose-Patienten: Ein besonderer Wirkstoff, der in der komplementären Krebstherapie eingesetzt wird, kann unabhängig davon auch bei Arthrose helfen!

Wenn die Laubbäume ihre Blätter verlieren, bekommen wir eine sonst eher unscheinbare Pflanze zu Gesicht: die Mistel. Diese wird häufig in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als



„Seit Tagen habe ich keine Schmerzen mehr im Knie. Auch nachts nicht. Ich werde die Tropfen weiter nehmen!“ (Klaus W.)

Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album auch bei Arthrose helfen kann¹.

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz“. Dabei verspüren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.



Die Kniearthrose ist die häufigste Form der Arthrose.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.¹ Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.² Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)
www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!

Jetzt in Vorteilsgröße 100 ml



Rubaxx

¹Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312. • ²Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert. RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

Vereine gestalten die Gemeinschaft

EHRENTAG Messe in Großalmerode macht das Ehrenamt durch Mitmachaktionen sichtbar



Bürgermeister Finn Thomsen probiert sich auf dem Schwebebalken aus.

SARAH STOLZE

Großalmerode – Freiwillige Feuerwehr, Musikzug, Jugendparlament, und, und, und: Das Angebot an Vereinen und Möglichkeiten des Engagements in Großalmerode ist groß. Doch nicht jeder weiß um die Vielfalt. Zudem hat die Tonstadt in den vergangenen Jahren viele neue Einwohner gewonnen. Deshalb lenkte Großalmerode am Wochenende den Blick auf das Ehrenamt: Die Stadt veranstaltete erstmalig eine Vereinsmesse. 17 Vereine und Initiativen nahmen teil, um sich Neuanwohnern wie auch Alteingesessenen vorzustellen.

Anlass war der Tag des Ehrenamts am Geburtstag des Grundgesetzes, dem 23. Mai. Großalmerode nahm am bundesweiten Ehrentag teil, um „den Vereinen eine Plattform zu bieten“ und so „das Ehrenamt zu fördern“, wie Juliane Sandrock von der Stadt Großalmerode sagt. Zusammen mit Carsten Noll hat sie die Messe koordiniert, für das bunte Programm jedoch waren die Aussteller selbst verantwortlich. Bei Musik und strahlendem Sonnenschein waren das Schwarzenbergstadion und das Gelände des angrenzenden Panoramabades die Bühne: zum Kennenlernen der verschiedenen Ehrenämter und Freizeitangebo-

te, für Begegnungen zwischen Vereinen und Besuchern und natürlich zum Ausprobieren.

An vielen Ständen gab es Mitmachangebote und Spiele, vor allem für die jungen Gäste. Die Gäste konnten sich ausprobieren am Lasergewehr des Schützenvereins, auf dem Schwebebalken der Turngemeinde und an der Töpferscheibe des Geschichtsvereins. Auch Bastelangebote, Glitzer-Tattoos und eine Hüpfburg sorgten für Spaß.

Neben den altbekannten Sportvereinen, dem THW, der Freiwilligen Feuerwehr und den sozialen Vereinen – Familienbeirat, Kinder- und Jugendförderverein und FöV Grundschule – waren auch jüngere oder weniger bekannte Vereine mit von der Partie. So stellten sich die christlich-humanitäre Hilfsorganisation Mission Frodern“, wie Juliane Sandrock von der Stadt Großalmerode sagt. Zusammen mit Carsten Noll hat sie die Messe koordiniert, für das bunte Programm jedoch waren die Aussteller selbst verantwortlich. Bei Musik und strahlendem Sonnenschein waren das Schwarzenbergstadion und das Gelände des angrenzenden Panoramabades die Bühne: zum Kennenlernen der verschiedenen Ehrenämter und Freizeitangebo-

Besonders sollten mit der Veranstaltung die Großalmeröder Neubürger erreicht werden: „Wir haben etwa 900 neue Anwohner persönlich eingeladen“, erklärt Bürgermeister Finn Thomsen. Sie sollten im Rahmen der Vereinsmesse die Möglichkeit bekommen, Angebote der neuen Heimat kennenzulernen, das ein oder andere davon für sich zu entdecken und Kontakte zu knüpfen. „Das ist eine Win-win-Situation“.

Die Messe mündete in zwei weitere Events: die 50-Jahr-Feier des Tennisclubs Großalmerode und das letzte Spiel der Saison des FC Großalmerode 1920 mit anschließender Abschlussfeier. Wie auch das Panoramab-



Mitglieder des Musikzug Großalmerode

SARAH STOLZE

bad Großalmerode hatten diese Vereine zuvor als Gastgeber ihr Gelände für die Vereinsmesse zur Verfügung gestellt. Auch die Verpflegung des Vormittags war selbst organisiert: GemeinStadt hatte die Gäste mit Kaffee und Kuchen auf Spendenbasis versorgt.

Der Ehrentag war in diesem Jahr von Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier bundesweit ausgerufen worden, um das ehrenamtliche Engagement sichtbar zu machen und dessen Bedeutung zu würdigen. Unter dem Motto „Für dich. Für uns. Für alle.“ lud er dazu ein, mitzumachen, gemeinsam anzupacken und Demokratie zu leben. Großalmerode hat hier gezeigt, wie viele Initiativen und Vereine der Kleinstadt genau das möglich machen – und zwar nicht nur am Tag des Ehrenamts, sondern jeden Tag. **SARAH STOLZE**



Die Koordinatoren Carsten Noll (links) und Juliane Sandrock mit Bürgermeister Finn Thomsen. **FOTOS: SARAH STOLZE**

Witzenhäuser
Nachhilfe
www.nachhilfewitzenhausen.de

FLOHMARKT
Kassel, Wilhelmsstraße
Samstag, 30. Mai / 6. Juni
Vellmar, Festplatz
Sonntag, 31. Mai
Höfner, KS-Fuldabrück
Donnerstag, 4. Juni (Fronleichnam)
Info-Tel. 0561 23235
www.flohmarkt-mit-herz.de

NORMA[®] **XXXL**

RAMAZZOTTI
Amaro Ausano
 Ramazzotti 30% vol,
 je 1,5 l (1 l = 13,33)

11% billiger
XXL 1,5 Liter
 entspricht: 0,71 = 9,33
19,99*

Jomo
Marmor-/Zitronenkuchen
 je 600 g (1 kg = 4,98)

11% billiger
600 g
 UVP 3,39
2,99*

Alpen JodSalz aus den
 Tiefen der Alpen, mit 2 Gratis
 Mini-Streuer je 1,02 kg
 (1 kg = 2,18)

10% billiger
+ 2 Mini-Streuer
 UVP 2,49
2,22*

Mozart Kugeln Classic oder
 Vollmilch je 200 g, 8+2 Kugeln gratis
 (1 kg = 23,95)

20% billiger
 UVP 5,99
4,79*

8+2 gratis
33% billiger
 (1 kg = 19,95)
3,99**

Nur gültig mit NORMA Plus App von 01.06.2026 bis 07.06.2026

Bergsalami XXL
 aus Österreich – Kochsalami
 gegart, geräuchert und luft-
 getrocknet je 700 g
 (1 kg = 8,27)

13% billiger
700 g
5,79*

13% billiger
 (1 kg = 7,13)
4,99**

Nur gültig mit NORMA Plus App von 01.06.2026 bis 07.06.2026

Ver nel
 Weichspüler z.B. Zauberkarte
 Malediven, je 1,012 l für 46 Waschladungen
 (pro Waschgang -05) oder
 Wildrose je 1,1 l für 50
 Waschladungen (pro Wasch-
 gang -05)

10% billiger
 UVP 2,75
2,45*

19% billiger
 (pro Waschgang -05/-04)
2,22**

Nur gültig mit NORMA Plus App von 01.06.2026 bis 07.06.2026

Kulinarische Reise

Univer
Delikatess Creme
 versch. Sorten, z.B. Knoblauch-,
 Paprika- oder Gulaschcreme

mild oder scharf,
 je 160 g
 (1 kg = 12,44)

28% billiger
 UVP 2,79
1,99*

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

26% billiger
 UVP 6,79
4,99*

750 ml

LASZLO
Ungarische Salami
 Classic je 500 g
 (1 kg = 11,38)

UVP 6,99
5,69*

500 g **18% billiger**

METAXA
5 Sterne
 Griechische Spezialität
 38% vol, je 50,7 l
 (1 l = 14,27)

37% billiger
 UVP 15,99
9,99*

Orvae
La Pinsa von
 Hand gemacht –
 auf Stein gebacken,
 mit Sauerteig
 je 230 g (1 kg = 8,65)

33% billiger
 UVP 2,99
1,99*

**Deutscher Blüten-
 honig** Spitzenqualität
 vom Imker,
 cremig je 500 g
 (1 kg = 11,98)

20% billiger
 UVP 7,49
5,99*

vom deutschen Imkerbund

ab Montag, 1. Juni

OBST VON BODENSEE
 Äpfel vom Bodensee
 Deutschland, Friedrichs-
 hafener Kl. I, Sorten: z.B. Brae-
 burn, Jonagold oder Grisp,
 Kal. 73/83 + 80/90 mm,
 je 2,5 kg (1 kg = 1,04)

große Früchte
2,5 kg
2,59*

(Abbildung ähnlich)

**Gourmet-Speise-
 kartoffeln**
 „Pom'Alliance“

Frankreich Sorten:
 Gourmandine/Jazzy,
 festkochend,
 je 2,5 kg
 (1 kg = 1,20)

2,5 kg
2,99*

(Abbildung ähnlich)

**Deutsche Rispen-
 tomaten** Deutschland,
 Thüringen

Gewächshaus-
 qualität, Kl. I,
 je 1 kg
 (1 kg = 1,99)

1 kg
1,99*

(Abbildung ähnlich)

➔ BIS ZU 83% SPAREN

T-Shirt für Damen • 100%
 Baumwolle • Mit V-Ausschnitt
 • Größen M (40/42) –

83% billiger
 UVP 59,95
9,99*

24 Auch online

4er-Pack für Herren • Mit Rundhals-
 ausschnitt • Uni: 100% Baumwolle, Grau-
 Melange: 85% Baumwolle, 15% Viskose
 • Größen M (48/50) – XXL (60/62)

2x Grau-Melange,
 1x Blau, 1x Schwarz
 2x Schwarz
 1x Grau-Melange
 1x Rot

4er-Pack
11,99*

Joggjeans-Bermuda für Herren • Hoher
 Ronley Baumwollanteil • Hinten 2 aufgesetzte
 Taschen • Größen M (48/50) – XXL (60/62)

je Bermuda

2x Navy
 1x Grau-Melange
 1x Weiß

4er-Pack
11,99*

Elektrostart-Benzin-Rasenmäher MS173-51E
 • Ideal für große Rasenflächen • Robustes, pulverbeschichtetes
 Stahlblechchassis • Leistungstarker 4-Takt-Motor 3,0 kW
 (4,1 PS) / 173 cm³ • 7-fache zentrale Schnitthöhenverstellung

25–75 mm
5 JAHRE GARANTIE

Schneepack MS173-51E
 Oberklasse 1,4

44% billiger
 UVP 519,-
289,-*

24 Auch online

STARKE LEISTUNG
 3,0 kW / 4,1 PS

7 in 1
 ELEKTRO-START
 SELBSTFAHRER MIT
 RADANTIEB
 MÄHEN
 FANGEN
 MULCHEN
 SEITENAUSWURF
 REINIGUNGSFUNKTION

MÄHEN AUF KNOPFDRUCK
 durch E-Start

Inkl. Akku
 und Lade-
 gerät

XXL ca. 51 cm Schnittbreite

3/4 für Damen • Hoher Baumwoll-
 anteil mit Elasthan • Größen S (36/38) – XL (48/50)
 je Hose

9,99*

24 Auch online

Komfort-Pantoletten für Damen und Herren
 • Softes Obermaterial in hochwertiger Lederoptik • Gepolsterte Decksohle
 aus chromfrei gegerbtem Echtleder
 • Leichte PU-Laufsohle
 • Größen 38–45
 je Paar

Herren: Schwarz, Beige
 Damen: Schwarz, Beige

46% billiger
 UVP 29,95
15,99*

Sneaker für Damen
 • Obermaterial aus hochwertigem
 Textil in Strick-Optik • Flexible
 und schockabsorbierende Phylon-Laufsohle
 • Extra breite Leisten • Waschbar bei 30 °C
 • Größen 38–41
 je Paar

Schwarz/
 Blau
 Schwarz/
 Pink

49% billiger
 UVP 39,95
19,99*

WALTER Unkrautbrenner
 Quality since 1919 • Piezoelektrische
 Zündung • Punktgenaue Flamme
 • Handgriff mit Fein-
 regulierventil der
 Brennstärke • Flammen-
 temperatur bis 1000 °C
 3 Jahre Garantie
 je Unkrautbrenner

Ergonomischer Handgriff
 Mit piezoelektrischer Zündung

Gleich dazu kaufen!
 Universal-Gasdruckdose 220 g (1 kg = 9,05)
 je Gasdruckdose

33% billiger
 UVP 14,98
9,99*

33% billiger
 UVP 2,99
1,99*

**LED-Solar-
 Leuchte**
 „Pusteblyume“
 • Aus Edelstahl und
 Kunststoff mit
 48 biegsamen
 Drahtsträngen
 • Höhe ca. 84 cm
 • 3 Leuchtmodi
 • IP44 spritzwasser-
 geschützt
 3 Jahre Garantie
 je Ausführung

Extra großer
 Blütenkopf
 Ø ca. 25 cm mit
 144 SMD-LEDs

Warm-
 weiß

Multi-
 color
 Grün

12,99*

24 Auch online

**Trendige Hose mit Kordelzug und
 Glitzerstreifen**
 für Damen • 95% Polyester,
 5% Elasthan • Elastischer
 Komfortbund
 • Größen S (36/38) –
 XXL (52/54)
 je Hose

8,99*

24 Auch online

GIN TONIC[®] Sneaker für Herren
 • Pflegeleichtes und
 atmungsaktives Textil-Obermaterial • **Schaum-
 decksohle mit Memory-Foam-Effekt**
 • Leichte und flexible Phylon-Laufsohle
 • Größen 42–45
 je Paar

Hellgrau
 Navy

46% billiger
 UVP 29,90
15,99*

Sneaker für Damen
 • Obermaterial aus hochwertigem
 Textil in Strick-Optik • Flexible
 und schockabsorbierende Phylon-Laufsohle
 • Extra breite Leisten • Waschbar bei 30 °C
 • Größen 38–41
 je Paar

Schwarz/
 Blau
 Schwarz/
 Pink

49% billiger
 UVP 39,95
19,99*

Sabots für Damen und Herren
 • Textiles Obermaterial • Weiche Textil-Decksohle
 • Ultraleichte Phylon-Laufsohle • Waschbar bei 30 °C
 • Größen 38–44
 je Paar

Gräu/
 Türkis
 Navy/
 Violett
 Navy/
 Dunkel-
 grau

49% billiger
 UVP 29,95
14,99*

GIN TONIC[®] Sneaker für Herren
 • Pflegeleichtes und
 atmungsaktives Textil-Obermaterial • **Schaum-
 decksohle mit Memory-Foam-Effekt**
 • Leichte und flexible Phylon-Laufsohle
 • Größen 42–45
 je Paar

Hellgrau
 Navy

46% billiger
 UVP 29,90
15,99*

Sneaker für Damen
 • Obermaterial aus hochwertigem
 Textil in Strick-Optik • Flexible
 und schockabsorbierende Phylon-Laufsohle
 • Extra breite Leisten • Waschbar bei 30 °C
 • Größen 38–41
 je Paar

Schwarz/
 Blau
 Schwarz/
 Pink

49% billiger
 UVP 39,95
19,99*

Wachstuch-Tischdecke mit geprägter Oberfläche
 • Aus robustem PVC • Strapazierfähig
 und schmutzabweisend je Tischdecke

ca. 100x140 cm
 (1 m² = 2,85)
3,99*

ca. 130x160 cm
 (1 m² = 2,40)
 ca. 140 cm
 (1 m² = 3,24)
4,99*

ca. 140x190 cm
 (1 m² = 2,63)
 ca. 140x220 cm
 (1 m² = 2,27)
6,99*

24 Auch online

NORMA[®] www.norma-online.de

ÖKO-TEST
 Surf Still 1,5 l
 Natürliches Mineralwasser
 je 1,5 l zzgl. -25 Pfand
 (1 l = -19)

sehr gut

Quintus-Quelle/Bruchsal
 je nach regionaler Verfügbarkeit

1,5 Liter

Ständig im Sortiment
-29

ÖKO-TEST
 Surf Classic 1,5 Liter
 Natürliches Mineralwasser
 je 1,5 l zzgl. -25 Pfand
 (1 l = -19)

gut

Quintus-Quelle/Bruchsal
 je nach regionaler Verfügbarkeit

1,5 Liter

Ständig im Sortiment
-29

ÖKO-TEST
 Surf Classic 1,5 Liter
 Natürliches Mineralwasser
 je 1,5 l zzgl. -25 Pfand
 (1 l = -19)

gut

Quintus-Quelle/Bruchsal
 je nach regionaler Verfügbarkeit

1,5 Liter

Ständig im Sortiment
-29

ÖKO-TEST
 Surf Classic 1,5 Liter
 Natürliches Mineralwasser
 je 1,5 l zzgl. -25 Pfand
 (1 l = -19)

gut

Quintus-Quelle/Bruchsal
 je nach regionaler Verfügbarkeit

1,5 Liter

Ständig im Sortiment
-29

Gemeinschaft im Rathaussaal

Seniorenrat startet mit Musik, Austausch und Informationen ins erste Wirkungsjahr



Musik, Gespräche und Informationen bestimmten den ersten gemeinsamen Nachmittag des neuen Seniorenrats im Rathaussaal. FOTO: SENIENRAT WITZENHAUSEN

Witzenhausen – Mit einem geselligen Nachmittag im Rathaussaal ist der neue Seniorenrat in sein erstes Wirkungsjahr gestartet. Nach Angaben des Gremiums wurde damit ein vielfach geäußelter Wunsch aus der Bürgerschaft aufgegriffen, wieder mehr gemeinsame Begegnungen und Austauschmöglichkeiten zu schaffen. Rund 60 Gäste kamen zu der Veranstaltung zusammen und erlebten ein abwechslungsreiches Programm bei Kaffee und selbstgebackenem Kuchen, der von den Seniorenkümmerern aus den Ortsteilen bereitgestellt wurde. Für musikalische Unterhaltung sorgten die „Kesperknirpse“, die mit Gesang, Instrumenten und sommerlicher Stimmung den Nachmittag begleiteten. Neben dem geselligen Teil standen auch Informationen rund um Selbstständigkeit und Sicherheit im eigenen Zuhause auf dem Programm. Wie der Seniorenrat mitteilte, stellte Miriyam Holzhauser vom Pflegestützpunkt Werra-Meißner-Kreis das Thema mithilfe einer Präsentation sowie verschiedener technischer Alltagshilfen zum Ausprobieren vor. Die Rückmeldungen der Besucher seien durchweg positiv gewesen, hieß es weiter. Bereits im Herbst plant der Seniorenrat ein weiteres großes Treffen. Anregungen und Wünsche zu Themen oder Aktionen können dem Gremium laut Mitteilung noch bis August 2026 übermittelt werden. elv

Lebensräume sind wichtiger als Fütterung

FÜNF FRAGEN an die Vogelschutzbeauftragte Sarah Niggemann

Im Folgenden beantwortet Vogelschutzexpertin Sarah Niggemann fünf Fragen über ihre Beobachtungen, Vogelarten und das Füttern:

Welche Beobachtung hat Sie zuletzt besonders beeindruckt?

Vor kurzem habe ich beim Fahrradfahren zufällig eine Wildkatze entdeckt. Das war wirklich ein besonderer Moment. Auch einen Schwarzstorch einmal beobachten zu können, vergisst man nicht so schnell.

Kann man Vogelarten nur am Gesang erkennen?

Teilweise schon. Manche Arten erkennt man irgendwann sofort am Ruf oder Gesang. Andere klingen sehr ähnlich, gerade für Anfänger ist das manchmal schwierig.

Im Gespräch haben Sie den Kuckuck erwähnt. Warum ist der Vogel so besonders?

Viele kennen zwar den Begriff „Kuckuckskind“, aber tatsächlich legt der Vogel seine Eier in fremde Nester. Der Jungvogel wird anschließend von den Wirtseltern großgezogen und verdrängt nach dem Schlüpfen häufig die anderen Eier oder Jungvögel aus dem Nest.

Was läuft beim Vogelfüttern oft falsch?

Viele Menschen meinen es gut, aber wichtiger als zusätzliches Futter sind gute Lebensräume. Heimische Pflanzen, Insekten, alte Stauden oder Hecken helfen vielen Arten deutlich mehr als dauerhaftes Füttern.

Welchen Tipp haben Sie für Menschen, die Vögel beobachten möchten?

Einfach rausgehen und anfangen. Man braucht nicht viel, vielleicht ein Fernglas und etwas Geduld. Vieles lernt man erst mit der Zeit und durch andere Vogelbeobachter.

zep

Angebote gültig vom 01.06. – 06.06.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!

Logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

Bitburger Bier
diverse Sorten, „Stubbi“,
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,51 €

Aktion!
Beim Kauf
von 2 Kästen
+ 1 WM-Cap
GRATIS!

ANGEBOT
9,99

Selters Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,50 €

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

Hofbräuhaus Hell
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 2,12 €

Die Kleine!

Sturmibus
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,00 €

ANGEBOT
11,99 **10,99** **13,99** **12,99**

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

Hofbräu Sommerzwickl
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,50 €

Nur für kurze Zeit!

ANGEBOT
14,99 **14,99** **9,99**

Erdinger Brauhaus, Weißbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,50 €

Krombacher Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,60 € Pfand,
1l = 1,50 €

Aktion!
+ 2 Dosen
GRATIS!

St. GeorgenBräu Anna Festbier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,60 €

Jetzt zugreifen!
Nur solange der Vorrat reicht.

Bitburger Bier, Biermix
diverse Sorten,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,02 €

ANGEBOT
14,99 **13,99** **15,99** **3,99**

Corona Extra, Anheuser-Busch Bud
Perfect Draft,
6 l - Fass,
zzgl. 5,00 € Pfand,
1l = 3,17 €

Bad Brückener Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,72 €

Aktion!
+ 2 Gläser
GRATIS
beim Kauf von
1 Perfect Draft
Anheuser-Busch
oder Corona
Extra!

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,55 € Pfand,
1l = 1,50 €

**+ 1 Flasche
GRATIS!**

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

ANGEBOT
18,99 **6,49** **5,99** **8,99** **0,59**

City Secco Dose
diverse Sorten,
0,2 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 3,95 €

Bembel with care
diverse Sorten, teilweise
koffeinhaltig,
0,5 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 2,38 €

Doppio Passo Primitivo
diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
1l = 7,32 €

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,60 € Pfand,
1l = 1,08 €

Aktion!
+ 2 Flaschen
GRATIS!

Bree
diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
1l = 4,65 €

Aktion!
Beim Kauf
von 5 Flaschen
+ 1 Flasche
GRATIS!

Echter Nordhäuser Reiche Ernte
diverse Sorten,
0,5 l - Flasche,
1l = 11,98 €

-25%
5,99

Martini Bianco, Fiero
0,75 l - Flasche,
1l = 10,65 €

-27%
7,99

ANGEBOT
12,99 **11,99**

Jägermeister
0,7 l - Flasche,
1l = 16,41 €

ANGEBOT
11,49

Wir haben den Award!
Haben Sie die App?

ntv
DEUTSCHER APP-AWARD 2026
Gesamtsieger
Getränkemerkmal-Apps
Kundenanteil zu 4 Ableitern: 49,04%

Logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

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

Jetzt scannen

1 x Tefal Pizzaofen

*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.

GESCHÄFTSAUFGABE



Die TOP-ADRESSE für gehobenes Wohnen auf über 5.000 qm Verkaufsfläche

Der Abverkauf in Eschwege läuft auf Hochtouren

Hartmann Wohnideen schließt endgültig wegen Geschäftsaufgabe

Eschwege Die Zeit drängt: Der Familienbetrieb in Eschwege schließt in Kürze. Eschwege verliert damit ein großes Traditionshaus nach über 70 Jahren. Der Total-Räumungs-Verkauf läuft bereits auf Hochtouren, die komplette Ausstellungsware muss schnell abverkauft werden. **Reduzierungen weit unter den regulären Ver-**

kaufpreisen sind daher jetzt keine Seltenheit. Die Entscheidung den Familienbetrieb zu schließen, ist der Familie Hartmann sehr schwer gefallen. Jetzt zum Total-Räumungs-Verkauf sind alle Ausstellungsstücke extrem reduziert! Jetzt wird der Rotstift rigoros angesetzt. Egal, ob Polstermöbel, Schlafzimmer, Einbauküchen,

TV-Sessel, Speisezimmer, Matratzen, Badezimmermöbel, Boutique, Wohnwände, Couchtische, Einzelmöbel, Boxspringbetten sowie Teppiche und vieles, vieles mehr - hier ist für jeden Geschmack und jeden Geldbeutel etwas dabei. Alle Ausstellungsstücke sind als Abholware gekennzeichnet und werden auf Wunsch gegen einen geringen Aufpreis auch ausgeliefert

und aufgestellt. „Selbstverständlich sind sowohl die Auslieferung, als auch sämtliche Gewährleistungsansprüche weiterhin gesichert und alle Aufträge werden in der gewohnten Form abgewickelt“, versichert die Geschäftsleitung. Übrigens: Falls in der Ausstellung nicht das richtige Möbelstück dabei sein sollte, **ist es letztmalig noch**

möglich, Neuware zu bestellen. Also, jetzt schnell hinfahren, denn bekanntlich sind die beliebtesten Stücke schnell vergriffen. Eine einmalige Gelegenheit, die so nie wieder kommt! Die Öffnungszeiten während der Firmenschließung sind von Montag bis Freitag von 9.00 bis 18.00 Uhr und Samstag von 9.00 bis 16.00 Uhr.



Noch über 20 Musterküchen vorhanden

RABATT-COUPON
Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie

55% Rabatt
auf alle Orientteppiche

Nur gültig bei Neuaufträgen.
Bitte diesen Coupon Ihrem Einrichtungberater Vorlegen.

MATRATZEN-UMTAUSCH-AKTION

Bei Kauf einer neuen Matratze ab 200,- € und Rückgabe Ihrer alten Matratze profitieren Sie von diesen Vorteilen:

100,- € Gutschein für Ihre alte Matratze

Kostenlose Lieferung Ihrer neuen Matratze!

Kostenlose Abholung und Entsorgung Ihrer alten Matratze!

RADIKAL REDUZIERT BIS ZU:
70%



Hartmann Wohnideen
Kuhtrift 3 | 37269 Eschwege
Telefon: +49 (0) 5651-9223-0
www.hartmann-wohndeiden.de

Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9.00 - 18.00 Uhr
Samstag 9.00 - 16.00 Uhr

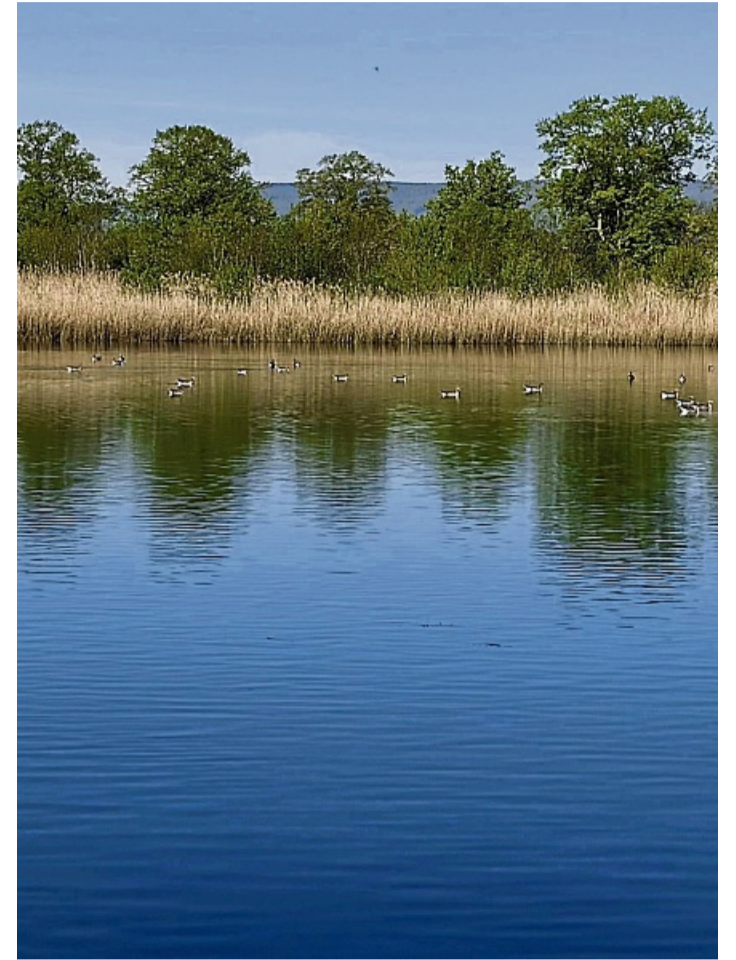
Mit Fernglas, Fahrrad und viel Geduld

Sarah Niggemann engagiert sich für den Vogelschutz im Werra-Meißner-Kreis



Mehr als 90 Kilometer legten Sarah-Marie und Michael Niggemann beim Birdrace durch den Werra-Meißner-Kreis zurück.

FOTO: SARAH NIGGEMANN



Zwischen Wasserflächen und Schilfbereichen konnten beim Birdrace zahlreiche Wasser- und Singvögel beobachtet werden.

FOTO: SARAH NIGGEMANN

Oberrieden – Das Fernglas hängt griffbereit um ihren Hals, auf dem Rücken trägt Sarah Niggemann ein Spektiv. Viel braucht es nicht, damit sie stehen bleibt: ein Zwitschern aus dem Gebüsch, eine Bewegung über dem Wasser oder ein Schatten zwischen den Bäumen. „Jetzt gerade eine Gebirgsstelze“, sagt sie am Ufer eines kleinen Bachs und zeigt auf einen unscheinbaren Vogel. Für viele sieht er aus wie eine gewöhnliche Bachstelze. Niggemann erklärt ruhig den Unterschied, spricht über die gelbliche Färbung und darüber, wie schwierig manche Arten auseinanderzuhalten seien. Oft erkenne sie Vögel inzwischen schon am Gesang. „Sobald morgens die Tür aufgeht, höre ich sofort, ob etwas singt, ruft oder

warnt.“

Die 40-Jährige aus Oberrieden engagiert sich seit Ende 2025 als Vogelschutzbeauftragte der Staatlichen Vogelschutzwarte Hessen für ihren Heimatort und ist Mitglied im Arbeitskreis Werra-Meißner der Hessischen Gesellschaft für Ornithologie und Naturschutz (HGON). Obwohl sie sich selbst noch als „relativ neu“ in der Vogelbeobachtung bezeichnet, prägt die Natur inzwischen ihren Alltag. „Je mehr man weiß, desto mehr fällt einem auf“, sagt sie.

Anfang Mai nahm sie gemeinsam mit ihrem Mann, Michael Niggemann, am Birdrace des Deutschen Dachverbands der Avifaunisten (DDA) teil. Mit dem Fahrrad ging es von Oberrieden über Bad Sooden-Allen-dorf, Albugen und den Werra-

talsee bei Schwebda bis nach Freudenthal. Über 90 Kilometer legte das Zweierteam zurück und dokumentierte dabei mehr als 50 Vogelarten, darunter Nachtigallen, Rohrsänger, Weißstörche sowie zahlreiche Wasser- und Singvögel.

Dass sie selbst erst seit relativ kurzer Zeit intensiv Vögel beobachtet, erwähnt Niggemann

immer wieder. Vieles habe sie erst durch erfahrene Ornithologen aus dem Werra-Meißner-Kreis gelernt. „Nicht alles Wissen steht in Büchern“, sagt sie. Gerade deshalb könne sie nachvollziehen, warum viele Menschen anfangs kaum Unterschiede zwischen den Arten erkennen. Während des Gesprächs bleibt Niggemann

immer wieder stehen. Mal kreist ein Vogel über dem Wasser, mal kommt ein Ruf aus dem Gebüsch. Kaum ist ein Thema beendet, richtet sich ihr Blick schon wieder in eine andere Richtung. Doch wichtiger als Zahlen sei für sie der Blick auf die Natur selbst. „Viele Menschen haben verlernt, ihre Umgebung bewusst wahrzunehmen“, sagt Niggemann. Vogelbeobachtung bedeute für sie auch Entschleunigung. Während des Beobachtens verschwänden Stress und Zeitdruck oft völlig. „Bei der Vogelbeobachtung kann man Zeit und Raum vergessen.“

Besonders beschäftigt sie der Verlust von Lebensräumen. Viele Arten seien auf bestimmte Landschaften angewiesen. Verschwänden Hecken, alte Bäu-

me oder strukturreiche Feldränder, gingen oft auch die Vögel zurück. Als Kind habe sie bei sommerlichen Fahrradtouren noch Rebhühner am Feldrand gesehen. „Heute sieht das leider ganz anders aus.“ Dabei könne jeder im Kleinen etwas tun. Im Garten müsse nicht alles perfekt aufgeräumt sein. Alte Stauden, heimische Pflanzen oder kleine Totholzhecken böten Insekten und damit auch Vögeln Nahrung und Schutz. Kritisch sieht sie dagegen sterile Schottergärten oder dauerhaft gemähten Rasen. Ihr Rat an Interessierte ist einfach: Rausgehen und anfangen.

„Man braucht nicht viel, vielleicht ein Fernglas und Geduld.“ Vieles lerne man erst mit der Zeit. „Die Natur ist immer da, und das gratif.“ **ELVAN POLAT**

Staatliche Vogelschutzwarte Hessen

Die Staatliche Vogelschutzwarte Hessen gehört zum Hessischen Landesamt für Naturschutz, Umwelt und Geologie (HLNUG). Sie beschäftigt sich unter anderem mit dem Schutz heimischer Vogelarten und ihrer Lebensräume. Unterstützt wird die Arbeit vor Ort von ehrenamtlichen Vogelschutzbeauftragten. Sie beobachten Bestände, melden besondere Entwicklungen und sind Ansprechpartner für Fragen rund um den Vogelschutz in ihren Gemeinden.

zep

Stellenangebote

Für lebendige Wasserstraßen



Das Wasserstraßen- und Schifffahrtsamt Weser sucht für den Außenbezirk Hann. Münden - Werkstatt - zum nächstmöglichen Termin, befristet bis voraussichtlich 30.11.2029, ggf. auch länger, eine/einen

Elektronikerin/ Elektroniker (m/w/d)
Fachrichtung Betriebstechnik/Anlagentechnik

Stationierung im Werkstattbereich des Außenbezirkes Hann. Münden, mit den amtsweiten Einsatzorten der ABZe Edertal mit Stützpunkt Diemeltal, Rotenburg a. d. Fulda, Höxter und Hameln mit den dazugehörigen Anlagen und Bauwerken.

Referenzcode der Ausschreibung 20260860_9561

Fühlen Sie sich angesprochen? Dann bewerben Sie sich bitte bis zum 19.06.2026 über das Elektronische Bewerbungsverfahren (EBV) auf der Einstiegsseite <https://www.bav.bund.de/Einstieg-EBV> Hier geben Sie bitte den oben genannten Referenzcode ein.

Für weitere Auskünfte zum Aufgabengebiet stehen Ihnen beim Außenbezirk Hann. Münden Herr Roß, Tel.: 05541 99991-2922, und in tariflichen Fragen Frau Flörke, Tel.: 05541 952-1120, zur Verfügung.

Ausführliche Informationen zum Stellenangebot erhalten Sie unter <https://www.wsa-weser.wsv.de> und <https://www.bav.bund.de>

Verkauf

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

Ankauf

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

Achtung! Suche Herren-, Damen-, Lederbekleidung und Teppiche ☎ 06623 915 7280

Landwirtschaft&Forsten

Trockenes Buchenbrennholz
Telefon 05684 931670

Brennholz Buche Eiche 10 Srm
720 € m Lief. Tel. 0176 62681914

Auto-Ankäufe

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

IHR VERMÄCHTNIS
MIT HERZ Telefon 0800 3060-500



die-Zusteller

Auf meiner Route bin ich CHEF

www.die-zusteller.de

Samstags noch nichts vor?
Jetzt als **Zusteller (m/w/d)** deiner Wochenzeitung vor Ort bewerben und Chef:in werden in:

- Bad Sooden-Allendorf**
Allendorf
Kleinvach
Sooden
Weiden
- Großalmerode**
Epterode
Rommerode
Stadt
- Hann. Münden**
Gimte
- Scheden**
Dankelshausen
- Staufenberg**
Benterode
- Witzenhausen**
Hundelshausen
Stadt

(Mindestalter 13 Jahre)

Heimat Nachrichten-Vertrieb:
☎ 0561 203-1175 ☎ WhatsApp 0151 61666277

Senioren- und Therapiezentrum
HELSA

Wir suchen eine/n
Pflegefachfrau/ Pflegefachmann
(m/w/d) – Tag- und Nachtdienst – Vollzeit, Teilzeit, GfB

Attraktives Gehalt!
TOP-Mitarbeiter-vorteile!

Senioren- und Therapiezentrum Helsa
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa
(05605) 808 - 0
Frau Katharina Braun
heimleitung@haus-helsa.de
www.haus-helsa.de

Suchen Sie ein Zimmer, eine Wohnung, ein Haus?
Eine Anzeige in Ihrer Zeitung hilft immer!

Hoch hinaus über Hessisch Lichtenau

Pfingstfliegen zum Jubiläum des Luftsportvereins lockte viele Besucher an

Hessisch Lichtenau – Von Hessisch Lichtenau aus ging es am Wochenende hoch in die Lüfte: Am vergangenen Sonntag sorgten strahlender Sonnenschein, ein tiefblauer Himmel und ideale Bedingungen beim diesjährigen Pfingstfliegen des Luftsportvereins für zahlreiche Besucher. Schon früh füllten sich die Plätze rund um Start- und Landebahn, wo Familien, Luftfahrtbegeisterte und viele Einheimische gemeinsam einen erlebnisreichen Tag verbrachten.

Das traditionsreiche Pfingstfliegen gilt seit Jahren als „fest etablierter Termin in den Kalendern vieler Menschen aus der Region“, wie stellvertretender technischer Leiter Christian Krause sagte. Dieser besondere Stellenwert bestätigte sich auch in diesem Jahr.

Zwischen Kaffee, Kuchen, kühlen Getränken und Eis genossen die Gäste des Pfingstfliegens die sommerlichen Temperaturen und das vielseitige Programm. Besonders die „lockere Atmosphäre und das gesellige Miteinander“ prägten den Tag auf dem Flugplatz, sagt Krause. Tatkraftige Unterstützung erhielt der Luftsportverein in Hessisch Lichtenau dabei von zahlreichen Helfern sowie befreundeten Vereinen, die zum reibungslosen Ablauf der Veranstaltung beitrugen.

Für die Besucher bot sich ein



Beeindruckende Manöver gab es bei den Kunstflugvorführungen des Luftsportvereins Hessisch Lichtenau.

umfangreicher Einblick in die Welt der Luftfahrt. Ob Motorflugzeuge, Segelflugzeuge oder Hubschrauber: Zahlreiche Luftfahrzeuge konnten aus nächster Nähe bestaunt werden. Jugendleiter Roman Heibrock berichtet, dass die Flugzeuge aktuell modernisiert werden.

Viele Gäste nutzten zudem die Gelegenheit, selbst einmal abzuheben. Die Rundflüge sorgten für unvergessliche Eindrücke und atemberaubende

Erinnerungen, hoch über der Region. Auch bei der Tombola warteten attraktive Gewinne auf die Besucher, darunter ebenfalls einmalige Fluglebnisse. Ein besonderer Höhepunkt des diesjährigen Pfingstfliegens waren die Kunstflugvorführungen, die jeweils um 12 Uhr und um 15 Uhr stattfanden. Mit spektakulären Manövern und beeindruckender Präzision begeisterten die Piloten die Zuschauer, die das Gesche-



Rundflug vom Flugplatz in Hessisch Lichtenau nach Waldkappel: Unsere Mitarbeiterin Theresa Ludwig durfte mit ins Flugzeug steigen.

FOTOS: THERESA LUDWIG

hen gespannt verfolgten.

Während der Vorführungen begleitete ein Kommentator die Gäste, erklärte die Flugmanöver und vermittelte interessante Informationen rund um die Luftfahrt. Dadurch erhielten die Besucher nicht nur spannende Einblicke, sondern konnten die Darbietungen noch intensiver erleben.

Der Luftsportverein, der in diesem Jahr sein 75-jähriges Bestehen feierte, präsentierte sich

als engagierter Gastgeber und bewies eindrucksvoll, wie lebendig die Fliegerei in der Region weiterhin ist. Besonders bemerkenswert: Der gesamte Flugbetrieb basiert auf ehrenamtlichem Engagement. Vom Frühjahr bis in den Herbst, in der Flugsaison von April bis Oktober, investieren die Vereinsmitglieder einen großen Teil ihrer Freizeit in ihren Sport. Dabei wird nicht nur geflogen, sondern auch organisiert, ge-

wartet und gemeinsam angepackt. Gerade dieser starke Teamgeist macht den Luftsportverein für viele zu weit mehr als nur einem Hobby. Über den gesamten Tag hinweg herrschte reges Treiben auf dem Flugplatzgelände, während sich Besucher jeden Alters von den Flugvorführungen begeistern ließen, ehe das erfolgreiche Pfingstfliegen am Pfingstsonntag in entspannter Atmosphäre ausklang. **THERESA LUDWIG**

Gesundheit

ANZEIGE

NEU

Stress – Cortisol – Magnesiummangel: ein biochemischer Teufelskreis

Was Stress mit dem Cortisolspiegel zu tun hat und welche Rolle Magnesium dabei spielt

Stress löst im Körper eine Kettenreaktion aus: Der Cortisolspiegel steigt, die Muskeln spannen sich an, der Magnesiumverbrauch kann steigen. In stressigen Phasen kann es deshalb sinnvoll sein, Muskeln, Nerven und Psyche mit Magnesium zu unterstützen.

Voller Terminkalender, familiäre Verpflichtungen, Alltagsorgen: Stress ist für viele zum Dauerbegleiter geworden. Häufige Folgen sind Probleme beim Einschlafen, Verspannungen oder Erschöpfung. Dass dies zum Teil auch Symptome eines Ma-



„Ich war morgens oft wie gerädert. Seit ich auf Melatonin & Magnesium umgestiegen bin, schlafe ich ruhiger und habe tagsüber mehr Energie.“

Christian K.

gnesiummangels sein können, ist kein Zufall.

Magnesium für Nerven, Psyche und Muskeln

Das wertvolle Mineral unterstützt eine normale Funktion des Nervensystems, eine normale Muskel- und psychische Funktion. Anhaltender Stress jedoch kann den Magnesiumhaushalt auf zwei Wegen gleichzeitig belasten:

1. Erhöhter Verbrauch

Studien zeigen einen Zusammenhang zwischen Stress und erhöhtem Magnesiumbedarf.¹ Magnesium trägt dazu bei, die Erregbarkeit von Nervenzellen zu regulieren, sodass nicht jeder Reiz sofort als Stresssignal ans Gehirn weitergeleitet wird.

2. Vermehrte Ausscheidung

Unter normalen Bedingungen werden mehr als 95 Prozent des in der Niere filtrierten Magnesiums wieder vom Körper aufgenommen. Stress kann dazu führen, dass bis zu 30 Prozent mehr Magnesium ausgeschieden werden.²

Ein Teufelskreis: Stress kann sowohl den Magnesiumver-



brauch als auch dessen Ausscheidung erhöhen. **Magnesiummangel** kann anfälliger für Stress machen.¹

Neu von der Expertenmarke Baldriparan

Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, kann eine ge-

zielte Unterstützung sinnvoll sein. Mit jahrzehntelanger pharmazeutischer Expertise hat Baldriparan einen Premium-

Magnesium-Komplex entwickelt. Baldriparan Magnesium PLUS enthält eine durchdachte Kombination aus Magnesium-bisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid.

Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei – eine wertvolle Unterstützung, wenn Stress zu Schwierigkeiten beim Einschlafen führt.

Für Ihre Apotheke:
**Baldriparan
Magnesium PLUS**
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de



Frische Ideen im Glas

Fünf coole Drinks, die für Erfrischung sorgen

Die Tage werden wieder wärmer und die Abende länger. Der Freundeskreis sitzt zusammen, Gläser werden gereicht, Eis klirrt, es riecht nach Zitrus und frischen Kräutern. Dabei muss nicht zwingend Alkohol fließen. Für Rocco Tolomeo, Barmanager im Fünf-Sterne-Hotel The Fontenay in Hamburg, lautet das Motto: „EINFACH“: Dieses Jahr seien einfache Drinks gefragt.

Cocktails müssen nicht stark sein, alkoholfreie Drinks nicht kompliziert. Angesagte Mixturen setzen auf Klarheit: Frucht, saubere Säure, unkomplizierte Builds. Highballs, Varianten von Spritz und Klassiker wie Paloma sind weiter in.

Weniger Show, mehr bewusstes Erleben

Doch das Trinkerlebnis wird neu definiert. Im Vordergrund steht das bewusste Erleben eines schönen Moments. Man nimmt sich Zeit beim Trinken. Aromen treten in den Vordergrund, mitunter ist Regionales gefragt. Alkohol wird bewusst eingesetzt, Genuss lässt sich auch alkoholfrei erleben. Es geht um Entspannung allein oder in Gesellschaft.

Mehr Aroma, weniger Alkohol

Thomas Weinberger von der Destillerie Lantenhammer aus Hausham (Bayern) weiß, dass vermehrt zu Hause getrunken wird: „17 Prozent konsumieren allein, 83 Prozent zu zweit oder in größeren Gruppen.“ Spirituosen würden bevorzugt beim gemütlichen Beisammensein in Gesellschaft getrunken, größtenteils in den eigenen vier Wänden oder zu Hause bei anderen.

Cocktails sind dabei am beliebtesten. Wert wird auf Qualität, Erfrischung und Hochwertiges gelegt. Heutige Mixturen sind auf das Aromaprofil konzentriert. „Sie werden so kreiert, dass der Alkohol den Geschmack nur noch verstärkt“, sagt Rocco Tolomeo.

Fünf Drinks für zu Hause

Mit diesen fünf Drinks will der Hamburger Experte die Bar nach Hause bringen. Keine große Einkaufsliste ist nötig, alles ist einfach und schnell zubereitet. In der Freizeit will man mit Leichtigkeit und Spontanität zusammen sein. Alkoholisches kann gern durch alkoholfreies ersetzt werden.

■ 1. Highball – die reine Form der Erfrischung

Highballs, also Longdrinks in einem hohen Glas, meist mit einer Spirituose und einem größeren Anteil nicht alkoholischer Getränke wie Soda oder Tonic, sind immer gefragt, egal, ob in Hamburg an der Alster oder in München an der Bar.

Für Rocco Tolomeo sind das einfache Getränke, die man gut zwischendurch trinken kann und die auch in einer Gartenrunde angeboten werden können, ohne den Geldbeutel zu sehr zu belasten. „Das sind Drinks, bei denen ich denke: Da sitze ich gern mal mit einem Date an der Alster und habe einen Longdrink im „to go“-Be-



Statt starke Cocktails stehen im Sommer leichte Spritz-Varianten mit Zitrusnoten und Kräutern hoch im Kurs. Dabei muss nicht zwingend Alkohol rein.

FOTO: LANTENHAMMER DESTILLERIE/DPA-TMN

cher oder meinen Picknickkorb dabei“, sagt der Barmanager lächelnd.

Er empfiehlt etwa einen Whisky Soda mit 4 cl Whisky, 10-12 cl hoch karbonisiertem Soda, einem Eisblock im Highball-Glas, dekoriert mit Zitronenzeste. Das Prinzip des Drinks: Kälte und Kohlensäure ergeben Klarheit. Die Aromen sind Zitrus, leichte Süße und florale Noten. Der Vorteil für Rocco Tolomeo: „Alkohol ist wasserlöslich. Wenn man einen Whisky Soda trinkt, verflüchtigt sich der Alkohol und man hat nur noch das Aroma des Getreides vom Whisky.“ Es sind lediglich zwei Zutaten, die aber mit einem Spritzer Zitrone oder Limette getoppt werden.

Er rät zu einem hoch karbonisiertem Mineral- oder Sodawasser: „Kohlensäure sorgt dafür, dass der Whisky die Aromen explodieren lässt. Alles, was flach ist, ist im Sommer schwer zu trinken. Es ist warm und man will etwas Erfrischendes.“ Serviert wird der Drink in einem klassischen Highball-Glas mit viel Eis.

■ 2. Paloma - salzig, frisch, direkt

Dieser „Durstlöcher mit Struktur“ besteht aus 5 cl Tequila, 10 cl Grapefruit-Soda, 1 cl Limettensaft und einer Prise Salz. „Eine schöne kalte Paloma ist leicht zuzubereiten“, sagt Rocco Tolomeo. Das Prinzip aus Bitterkeit, Salz und Säure garantiert angenehmen Trinkfluss. Mit Aromen von Grapefruit, Mineralität und Frische ist sie eine perfekte Abkühlung.

„Man kann sie auch als Pitcher machen“, so der Experte. Die Menge wird passend zur Gästezahl hochgerechnet. Die Karaffe kommt auf den Tisch, jeder schöpft sich selbst sein Glas. Der Drink ist mit und ohne Alkohol möglich, so der Fachmann: „Es gibt inzwischen alkoholfreie Tequilas und auch Mescals.“

■ 3. Crodino Spritz - alkoholfreier „Aperitivo“

Dieser alkoholfreie Drink besticht mit seinen Zitrus- und Fruchtnoten sowie der leichten Kräuterwürze. Die kleinen Flaschen aus Italien sind mittlerweile im Einzelhandel zu bekommen. „Man kann Crodino mit einem Schuss Sodawasser oder alkoholfreiem Wein beziehungsweise Sekt aufgießen“, so Tolomeo. Seine Empfehlung: 1 Flasche Crodino, 6 cl Soda oder alkoholfreier Weißwein oder Sekt. Die Bitterkeit des Drinks ersetzt Alkohol. Mit den Aromen von Orange und Kräutern gepaart mit einer leichten Süße ist dies ein süßiges Sommergetränk.

Serviert wird der „Aperitivo“ im Highball- oder Weinglas, garniert mit Zitronenzesten oder Orange. Wer will, kann auch Eiswürfel mit gefrorenen Früchten oder Kräutern dazugeben.

■ 4. Hydration trifft Geschmack - Coconut Water Cooler

„Kokosnusswasser ist angesagt“, berichtet Barmanager Tolomeo. Der Grund für den Hype

um Kokoswasser sei dessen angenehmer Geschmack, meist ohne Zusatz von Zucker oder ungesunden Zusatzstoffe. Früchte wie Kokosnuss mit ihrem hohen Wassergehalt tragen zur geschmackvollen Hydratation bei.

Für seinen sommerlichen Drink empfiehlt Tolomeo 4 cl leichten Rum, 8 cl Kokoswasser und 1 cl Limettensaft. „Es sollte auf jeden Fall ein weißer Rum sein. Die gelagerten Rums bringen andere Aromen mit, die mit dem Kokoswasser nicht harmonieren“, erklärt er. Man kann auch ein alkoholfreies Destillat verwenden. Die Leichtigkeit und natürliche Süße des Drinks kommt von seinen frischen und grünen Aromen gepaart mit Kokos.

Serviert wird der Cocktail im Highball-Glas auf Eis, dekoriert mit Minze oder einem Pandan-Blatt. Diese immergrüne Pflanze aus Asien bringt ein süßlich-nussiges Aroma, das an Vanille erinnert, und einen tropischen Twist.

■ 5. Cold Brew Tonic - veredelter kalter Kaffee

Das ist die alkoholfreie Variante des klassischen Espresso Martini. Cold Brew bedeutet einfach nur kalter Kaffee. Filterkaffee oder frisch aufgebühter Kaffee wird Stunden zuvor kaltgestellt. „Man füllt zuerst das Tonic ein und gießt dann den Kaffee oben darauf. Letzterer bleibt oben, er rutscht nicht durch. Man hat also zwei Farbschichten. Das nennen wir Layering“, erklärt der Experte. Beim Layering schichten Bar-



Der Coconut Water Cooler wird im Highball-Glas auf Eis und dekoriert mit Minze oder einem Pandan-Blatt serviert. Die Pflanze aus Asien bringt ein süßlich-nussiges Aroma und einen tropischen Twist.

FOTO: ALINA ZELENKA/DPA



Sieht aus wie Aperol Spritz, ist es aber nicht. Der alkoholfreie Crodino Spritz aus italienischem Crodino, Soda oder alkoholfreiem Weißwein besticht mit Zitrus- und Fruchtnoten sowie leichter Kräuterwürze.

FOTO: ALINA ZELENKA/DPA



Der Cold Brew Tonic ist die alkoholfreie Variante des modernen Klassikers Espresso Martini.

FOTO: ALINA ZELENKA/DPA

tender und Bartenderinnen Zutaten unterschiedlicher Dichte sorgfältig im Glas. Leichtere, weniger dichte Flüssigkeiten wie Kaffee werden also auf schwerere Flüssigkeiten gegossen, um verschiedene Schichten zu erzeugen. Dazu den Kaffee langsam über die Rückseite eines Löffels gießen, sodass er auf dem Tonic sitzt.

So schichtet Rocco Tolomeo 6 cl Cold Brew auf 8 cl Tonic Wa-

ter und dekoriert mit einer Orangen- oder Zitronenzeste. In einem Highball, Tumbler oder bauchigem Weinglas serviert, trifft Bitterkeit und Kohlensäure auf trockene Aromen von Kaffee und Zitrus. Der Drink ist ein klassischer Wachmacher.

Einem unkomplizierten Trinkvergnügen steht mit diesen Cocktails nichts im Wege.

tmn