

SCHNELL, SANFT, SAUBER!

CAR WASH-CENTER

Textile Waschstraße
+ SB-Waschplätze

Bischhäuser Aue 5,
37213 Witzenhausen

**HEIMAT
NACHRICHTEN**

HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

GOLDANKAUF BÖRSE
An- & Verkauf
**Machen Sie beim Testsieger
Ihr Gold zu Geld**

Altgold • Zahngold • Goldmünzen • Goldbarren • Silbermünzen • Silberbarren • Platin • Brillant- und
Diamantschmuck (auch einzelne Steine) • Luxusuhren • Krügerand/Feingold • u. v. m.

**Garantiert bis zu 10% mehr als das höchste Angebot
eines Mitbewerbers. Wir zahlen für Feingold bis zu 129,30 €/g.**

Mo.-Fr. 10.00-18.00 Uhr • Sa. 10.00-15.00 Uhr
Wilhelmsstr. 25 a • 34117 Kassel • www.goldankauf-boerse.de

0561 93711200

Seit 1981 • Nr. 32

8. August 2026

Viele Aktionen zum Mitmachen

Das Haus der Nationen lädt im August zu Eis und Spielen, Tanzparty und Flohmarkt ein

Hann. Münden – Das Begegnungszentrum im Haus der Nationen hat auch im August einen kreativen Veranstaltungskalender geplant. Das bunte Programm bietet Spiel, Tausch-, Tanz- und Kreativangebote sowie eine Fotoausstellung. Die Veranstaltungen finden überwiegend an den Freitagen und Montagen statt. Hinzu kommt ein Flohmarkt am Samstag.

Alle Angebote finden im Begegnungszentrum und der Plauderstube im Haus der Nationen, Burckhardtstraße 60, 34346 Hann. Münden, statt. Telefonisch ist das Team unter 0 55 41/9 09 49 21 oder per E-Mail an begegnungszentrum@gab-suedniedersachsen.de erreichbar. Falls nicht anders angegeben, sind die Veranstaltungen kostenlos und können ohne Anmeldung besucht werden.

Zum Auftakt lädt das Begegnungszentrum am Freitag, 14. August, von 14 bis 17 Uhr zu „Eis und Spiele“ ein. Unter dem Motto „Sonne, Eis und Action“ können Besucherinnen und Besucher in der Plauderstube ihr Lieblingseis mit Waffel, Sahne und Dekor genießen und in gemütlicher Runde ins Gespräch kommen. Draußen auf der Wiese sorgen Sommerspiele für Bewegung und gemeinsamen Spaß. Die Veranstaltung richtet sich ausdrücklich an Gruppen von Freundinnen und Freunden.

Frucht- und Marmeladentausch

Am Montag, 17. August, von 14 bis 17 Uhr folgt der „Frucht- und Marmeladentausch“. Wer einen Garten voller Früchte hat, kann Obst und Gemüse auf einem Gabentisch unkompliziert gegen andere Leckereien tauschen und in der Küche des Hauses gemeinsam Marmelade einkochen. Dort wird geschnippelt, gerührt und experimentiert, um „einzigartige Spätsommer-Aufstriche für zu Hause“ zu kreieren, ist in der Mittei-

Schwungvoller Tanzabend

Tanzfreudige kommen am Freitag, 21. August, von 16 bis 20 Uhr bei einer Tanzparty auf ihre Kosten. Unter dem Motto, dass sowohl Anfängerinnen und Anfänger als auch Profis willkommen sind, wird ein schwungvoller Abend mit Standardtänzen, Salsa, Rumba und Discofox angekündigt. Ein besonderer Höhepunkt ist der Linedance, bei dem alle ohne Tanzpartner direkt mitmachen können.

Am Samstag, 22. August, findet von 11 bis 16 Uhr ein Flohmarkt statt. Dort verspricht das



Marmelade einmal selbst herstellen können die Besucher des Hauses der Nationen bei einer Veranstaltung im August.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

Begegnungszentrum, dass „einzigartige Unikate entdeckt und gleichzeitig lokale Talente unterstützt werden“. Der Eintritt ist frei, eine Standgebühr wird nicht erhoben. Der Aufbau der Stände ist ab 10 Uhr möglich, für das Kuchenbuffet werden wie gewohnt Kuchen-spenden aus dem Kreis der Teilnehmenden und Gäste gerne angenommen. Wer mitmachen möchte, kann spontan vorbeikommen.

Accessoires selbst gestalten

Kreativ wird es am Montag, 24. August, von 14 bis 17 Uhr bei der Bastelwerkstatt „Sommer-Accessoires“. Dort können eigene Armbänder, Ketten und Ringe gestaltet werden – wahlweise mit Perlen, aus bunten Bändern geknüpft oder aus Stoff genäht. Das Begegnungszentrum stellt eine große Auswahl an

Bastelmaterial zur Verfügung. Wer mitmachen möchte, bringt gute Laune und ein paar eigene Ideen mit.

Bis Ende August ist zudem die Ausstellung „Farbenfrohe Blütenpracht“ der Künstlerin Regina Friedrich im Begegnungszentrum zu sehen: zu entdecken gibt es ausdrucksstarke Blumen- und Blütenfotografien.

Plauderstube am 28. August fällt aus

Zum Monatsende weist das Begegnungszentrum darauf hin, dass die reguläre Plauderstube am Freitag, 28. August, ausfällt. Das offene Treffangebot findet an diesem Tag ausnahmsweise nicht statt.

Regelmäßige Angebote sind weiterhin die Kreativwerkstatt, das Familientöpfen, Tischtennis, Filzen oder die Rummikub-Gruppe. Das ausführliche Pro-

gramm gibt es unter gab-suedniedersachsen.de im Internet. Wöchentlich und monatlich wiederkehrende offene Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene finden statt. An allen Werktagen von Montag bis Freitag werden Freizeit-, Kreativ-, Beratungs- und Begegnungsangebote zu festgelegten Uhrzeiten vorgehalten. Weitere spezialisierte Angebote finden im Monatsrhythmus statt: Stricken und Häkeln wird an jedem zweiten Freitag im Monat von 14 bis 17 Uhr angeboten. Am dritten Freitag im Monat öffnet der Reparatortreff von 15 bis 18 Uhr, in dem gemeinsam versucht wird, defekte Gegenstände wieder instand zu setzen. Jeden vierten Freitag im Monat stehen von 15 bis 17 Uhr die Digitallotsen zur Verfügung, die laut Angaben der Einrichtung Unterstützung bei Fragen rund um Smartphone, Tablet und Computer bieten.

GROTE Container

Unsere Leistungen:

- Containerdienst
- Baggerbetrieb
- Fuhrunternehmen
- Reststoffentsorgung

Wir liefern Ihnen:

- Kies und Schotter • Komposterde

Sie finden unseren Recyclinghof in Neu-Eichenberg (BHF) in der Ladestr. 1

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 8.00-16.30 Uhr • Sa. 10.00-12.00 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Tel.: 05542 - 2130 oder 0171 - 4635536 • Fax: 50 79 09
info@grote-container.de

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

0561 / 203 2323

zustellung@mms-team.de

**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 • Mündener Str. 9 • P vor der Tür

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

**Unsere Angebote
vom 13.08. bis 15.08.2026**

Hausm. Bratwurst	1 kg	9,90 EUR
Schnitzel	1 kg	9,90 EUR
Hausm. Sülze	100 g	1,49 EUR
Feine Leberwurst	100 g	1,59 EUR

**Fleischerei
Fleckenstein**
... man weiß, wo es her kommt!

SÄLZERSTR. 3 | Großalmerode
Tel. 05604 5801
info@fleischerei-fleckenstein.de

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1

**SAMSTAG – SAMSTAG
08.08.26 – 15.08.26**

Angebot gilt nach Gutscheinvorlage vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigste/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**

Starke Kinder durch gute Vorbereitung

Beim Erste-Hilfe-Tag in Hann. Münden standen auch Kinderrechte auf dem Programm

Hann. Münden – Sich im Alltag und in Notfallsituationen stark und sicher zu fühlen, das übten jetzt zahlreiche Kinder bei der Arbeiter-Samariter-Jugend (ASJ) in Hann. Münden. Sie nahmen am Erste-Hilfe-Tag für Kinder teil, der den Titel „Starke Kids“ trug, wie die ASJ in einer Mitteilung berichtet.

Das Team der ASJ Hann. Münden hatte zusammen mit den Unterstützern der ASJ Niedersachsen zu dem Aktionstag in die Dreiflüssestadt eingeladen. Diese, Coaches genannten, Ehrenamtlichen hatten dazu einiges an Programm vorbereitet. Dieses habe das Präventionskonzept „wachSam“ umfasst und sei vielfältig ausgestaltet gewesen, heißt es in der Mitteilung. Die Kinder lernten von den Coaches in den Gruppenstunden viel über Kinderrechte. Damit sollten sie in die Lage versetzt werden, ihre eigenen Grenzen gegenüber anderen zu setzen. Die jungen Teilnehmer übten außerdem Grundlagen aus der Ersten Hilfe, beispielsweise wie man einen Verband anlegt, einen Notruf absetzt und die stabile Seitenlage. Wei-



Spannende Gruppenstunde zum Thema Erste Hilfe: Die Kinder, hier einige Teilnehmer mit Fabiola (li.) vom ASJ-Team Hann. Münden, lernten von ASJ-Niedersachsen-Coach Marco (re.), wie man Verbände richtig anlegt. FOTO: ANTJE SCHUMACHER/ASB

terhin wurde mit den ASJ-Teams gemeinsam gebastelt, gegessen und Kindertattoos geklebt.

Für besonderes Interesse sorgte die Besichtigung eines Rettungswagens des Arbeiter-Samariter-Bundes (ASB) Kreisverband Göttingen-Land. Das Fahrzeug wurde zur Anschauung ausgewählt, da dort auch Erste Hilfe geleistet werde, heißt es vom ASB. Das Fahrzeug zeigten zwei Rettungskräfte, die sich den Fragen der Kinder stellten. „Zum Abschluss des informativen Tages gab es noch eine Urkunde für die Kids“, berichtete Antje Schumacher, Pressesprecherin des Göttinger ASB-Kreisverbands.

Die ASJ Hann. Münden lädt auch weitere Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene ein, Mitglieder zu werden und ähnliche Aktivitäten zu erleben. Die Altersgruppe für Interessierte liegt zwischen 6 und 27 Jahren.

Weitere Informationen: ASB Göttingen-Land, unter Tel. 05541/9052-0 oder per E-Mail an asj@asb-muenden.de

bam

Familienzentrum ist umgezogen

Nachfrage nach Beratungen in Staufenberg steigt

Uschlag/Landwehrhagen – Das Familienzentrum Staufenberg hat ein neues Zuhause. Nach fast 14 Jahren in den Räumlichkeiten der evangelisch-lutherischen Kindertagesstätte Landwehrhagen ist die Einrichtung nun in die Dorfgemeinschaftsanlage in Uschlag umgezogen. Für Koordinatorin Jacoba Kanne ist der neue Standort nach zweijähriger Suche ein großer Gewinn.

Mit der Entscheidung des Staufenberger Gemeinderates, die Kita Uschlag dauerhaft in der DGA zu belassen, bot sich zugleich die Möglichkeit, das Familienzentrum an den neuen Standort zu verlagern. „Jetzt war der richtige Zeitpunkt für den Umzug“, freut sich Kanne. Der bisherige Raum in der Kita Landwehrhagen wurde komplett für den Kitabetrieb benötigt. Daneben bietet die Kita aber auch Beratungen an, deren Bedarf spürbar gestiegen sei. Bildung, Begegnung und Beratung bilden die Schwerpunkte der Arbeit des Familienzentrums. Ziel ist es, Familien aller Generationen in ihrem Alltag zu begleiten.

Ein wichtiger Aspekt bei der Standortsuche war für Kanne ein separater Zugang. Besucherinnen und Besucher sollen das Familienzentrum unabhängig vom Betrieb einer Kindertagesstätte aufsuchen können. „Die Anonymität unserer Beratungssuchenden hat höchste Priorität“, betont sie. Dass ihr Büro außerhalb der Nutzungszeiten auch anderen Ortsgruppen zur Verfügung gestellt werden kann, sei ein zusätzlicher Vorteil.

Mit dem Umzug übernimmt Susanne Christ, Leiterin der Kita Uschlag, auch die Leitung des Familienzentrums. Das neue Team möchte das Bildungsangebot weiter ausbauen. Ge-



Das neue Leitungsteam vom Familienzentrum Staufenberg in Uschlag: Jacoba Kanne (Koordinatorin, links) und Susanne Christ (Leitung). FOTO: SILKE KURI

plant sind unter anderem gemeinsame Elternabende für die drei Kindertagesstätten in Staufenberg zu Themen wie dem Übergang von der Kita in die Grundschule. Weitere neue Angebote sollen sich an den Bedürfnissen der Bürgerinnen und Bürger orientieren. Besonders weisen Kanne und Christ auf einen mit 30 Outdoor-Spielen gefüllten Sporttrucksack hin, der über das Familienzentrum kostenlos für gemeinsame Aktivitäten ausgeliehen werden kann. „Die Spiele eignen sich für Aktive zwischen 2 und 99 Jahren“, so Kanne. Neben verschiedenen Ballspielen bringen Riesen-Mikado, Wikingerschach oder ein Schwungtuch einen besonderen Spielspaß. Die Spiele können auch einzeln ausgeliehen werden.

Die neue Anlaufstelle des Familienzentrums Staufenberg befindet sich in der Dorfgemeinschaftsanlage Uschlag, Zum Sportplatz 1, im 1. Obergeschoss. Ansprechpartnerin ist Koordinatorin Jacoba Kanne, Telefon 05543 9619432, E-Mail:

Familienzentrum.Staufenberg@evlka.de.

zsk

www.rb-becker.de

becker

INDEX ab Sa., den 08.08.2026

Schlauchboot Challenger 2 für 2 Personen, ca. 236 x 114 x 41 cm inkl. Stechpaddel & Pumpe bis zu 200kg 39.50

XQ Max Kajak Cruiser X1 bis zu 160kg ca. 325 x 81 x 53 cm 29.50

Bestway Fast Set Aufstellpool Ø 183 x 51 cm 15.00

Seifenblasen-schwert 0.49

Hänge-matte ca. 200x80cm bis zu 120kg 9.98

GRUNDIG Verschiedene Solarlampen

- Tischlampe, ca. H21cm 3.49
- Tischkerze, ca. H11cm 2.99
- Strahler, ca. H36cm 2.99
- Fackel, ca. H37cm 2.49
- Laterne, ca. H38cm 4.99
- Tropfen, ca. H20cm 4.99

LED-Kerze Ø10 x H16cm, versch. Farben 2.99

Stieftisch, Ø80 cm zusammenklapbar H110 cm 29.50

Castello Höhlenkäse in Scheiben 150g 1.99

Knosser Zaziki 200g 0.55

Ibis Pita Sticks Classic 250g 1.99

Bauer RED Weichkäse am Stück 150g 0.99

Wingert Forstgerichte versch. Sorten 375/480g 2.49

Ibis Ciabatta 300g 1.99

Arti Ice pop Stangen-Wassereis 600 ml 0.99

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 Witzenhausen/Kleinalmerode

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

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

...IMMER WAS BESONDERES

„Guten Abend, Welcome und Bienvenue“

Mit Musik, Tanz und Begegnungen beginnt in Witzzenhausen die 65. Europäische Jugendwoche

Witzzenhausen – Drei Sprachen, eine Botschaft. Als Kirschenkönigin Leonie Schneider I. die Gäste der 65. Europäischen Jugendwoche auf Deutsch, Englisch und Französisch auf dem Witzzenhäuser Marktplatz willkommen heißt, wird schnell deutlich, worum es in den kommenden Tagen gehen soll. Um Begegnungen sowie um Musik und Tanz als Sprache, die Menschen verbindet, unabhängig davon, woher sie kommen.

Rund 600 Besucher erleben am Samstagabend die Eröffnung des traditionsreichen Folklorefestivals. Gemeinsam mit den gastgebenden Ludwigsteinern sind in diesem Jahr Tanzgruppen aus Italien, Frankreich, erstmals aus Estland und zwei Ensembles aus Tschechien nach Witzzenhausen gekommen. Zum Auftakt begrüßt Michael Göbel vom Arbeitskreis Europäische Jugendwochen die Gäste mit einem kurzen Blick auf die äußeren Bedingungen: „Das Wetter ist fantastisch und das ist das Einzige, was man zum Wetter sagen kann.“

Den Ton des Abends setzt jedoch Leonie Schneider. „Musik ist etwas Menschliches, etwas, das uns zusammenbringt. Sie ist die Sprache, die keine Übersetzung braucht“, sagt die frisch gekrönte Kirschenkönigin. Die Tänze und Melodien, die die Gruppen mit nach Witzzenhausen gebracht hätten, seien weit mehr als ein Bühnenprogramm. „Die Musik und Tänze, die ihr mitbringt, sind ein Teil eurer Kultur. Deshalb danke, dass ihr sie mitbringt.“

Schneider wirbt dafür, die Europäische Jugendwoche nicht nur als Festival zu erleben, sondern als Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Wer Menschen aus anderen Ländern kennenlerne, sehe auf einer Europakarte nicht mehr nur Grenzen, sondern Orte, mit denen Freundschaften verbunden seien. Diesen Gedanken greift auch Michael Craciun auf, der Bürgermeister Lukas Sittel bei der Eröffnung vertritt. „Nichts verbindet so sehr wie Tanz und Musik“, sagt er und wünscht den Gästen erlebnisreiche Tage in der Kirschenstadt.

Mit den ersten Tänzen gehört der Marktplatz schließlich ganz den internationalen Folkloregruppen. Kraftvolle Schrittfolgen wechseln sich mit fließenden Bewegungen ab, Röcke schwingen im Takt der Musik, kunstvoll bestickte Trachten setzen farbenfrohe Akzente vor der Kulisse der Fachwerkhäuser. Mal temperamentvoll, mal anmutig erzählen die Choreografien von den Traditionen ihrer Heimatregionen. Immer



Als Gastgeber der Europäischen Jugendwoche heißen die Ludwigsteiner ihre Gäste mit Tänzen und Musik aus der deutschen Folkloretradition willkommen.

FOTO: KEREM POLAT



Mit schwungvollen Tänzen und farbenfrohen Trachten bringt die französische Folkloregruppe „Le Quadrille Occitan“ aus Toulouse ein Stück Okzitanien auf den Witzzenhäuser Marktplatz.

FOTO: KEREM POLAT



Zum ersten Mal ist Estland bei der Europäischen Jugendwoche vertreten. Die Tanzgruppe „Leigarid“ aus Tallinn verbindet traditionelle Choreografien mit eindrucksvollen Trachten.

FOTO: KEREM POLAT



Musik und Tanz gehören untrennbar zusammen: Die Gruppen „Lidová muzika z Chrástu und Jarosovci Mělník“ präsentieren traditionelle Folklore.

FOTO: KEREM POLAT

wieder spendet das Publikum langen Applaus und begleitet die Darbietungen mit sichtlicher Begeisterung. Seit ihrer Gründung steht die Europäische Jugendwoche für genau diese Begegnungen. Die jungen Teilnehmer präsentieren nicht nur ihre Kultur auf der Bühne, sondern verbringen auch den Alltag gemeinsam auf Burg Ludwigstein. Die Eröffnung auf dem Witzzenhäuser Marktplatz

bildete den Auftakt für eine Woche, in der Musik, Tanz und persönliche Begegnungen erneut im Mittelpunkt stehen.

Service: Wer die internationalen Folkloregruppen erleben möchte, hat dazu noch bis Samstag Gelegenheit. Das vollständige Programm der Europäischen Jugendwoche gibt es unter eurowoche.org

KEREM POLAT

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

Witzzenhäuser **Nachhilfe**
www.nachhilfewitzzenhausen.de



Die Gruppe freut sich auf eine Woche voller Musik und Kultur: Das „Centro Culturale Terrazza“ aus Trabia (Sizilien) vertritt Italien bei dem Folklorefestival.

FOTO: KEREM POLAT

Sanitätshaus Medicus
Gesundheit für unsere Region!

Unsere neue Zentrale in Staufenberg/Lutterberg hat Montag bis Freitag von 9.00 Uhr bis 18.00 Uhr für Sie geöffnet!

Staufenberg (Zentrale) | 2 x Kassel (Innenstadt & Klinikum) | Hofgeismar
Gudensberg | Niestetal | (Zentrallager)

Rehatechnik | Homecare | Wohnraumberatung
Orthopädietechnik | orthopädische Einlagen | Kompressionsversorgung

Triftstraße 18 | 34355 Staufenberg | Tel. 0561-78805-0 | www.medicus-ks.de | info@medicus-ks.de

Weißenbach feiert 90 Jahre Feuerwehr

Gemeinsames Erinnern beim Sommerfest am Dorfgemeinschaftshaus



Die Freiwillige Feuerwehr Weißenbach feierte ihr 90-jähriges Bestehen mit einem Sommerfest rund um das Dorfgemeinschaftshaus.

FOTO: BERND NEUMANN

Weißenbach – Mit einem Sommerfest rund um das Dorfgemeinschaftshaus hat die Freiwillige Feuerwehr Weißenbach jüngst ihr 90-jähriges Bestehen gefeiert. Nach Angaben der Feuerwehr nutzten zahlreiche Besucher die Gelegenheit, gemeinsam mit den ehrenamtlichen Einsatzkräften einen abwechslungsreichen Tag zu verbringen. Vor allem Kinder kamen demnach auf ihre Kosten. Neben einer Hüpfburg, einer Wasserspritze und einer Handsirene konnten sie bei kleinen Löschübungen selbst aktiv werden und so spielerisch Einblicke in die Arbeit der Feuerwehr gewinnen. Als Erinnerung erhielten sie kleine Feuerwehrautos.

Auch das gastronomische Angebot stieß laut Mitteilung auf Zuspruch. Es wurden Kaffee und Kuchen gegen Spenden angeboten, Grillspezialitäten ergänzten das Angebot. Unter schattigen Bäumen, begleitet von Musik und stimmungsvoller Beleuchtung, klang das Fest bis in die Abendstunden in geselliger Atmosphäre aus.

Wie die Feuerwehr mitteilte, nutzten Dorfbewohner und Gäste die Gelegenheit zum Austausch und zu gemeinsamen Erinnerungen. Der Vorsitzende der Freiwilligen Feuerwehr Weißenbach, Andreas Nickel, dankte allen Helfern, die zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen hatten. Sein besonderer Dank galt den Kuchenbäckerinnen, der Einsatzabteilung sowie den zahlreichen Unterstützern.

elv

Feiern, gemeinsam essen und Blut spenden

Viele Aktionen beim DRK-Ortsverein in Hann. Münden

Hann. Münden – Der DRK-Ortsverein lädt im August zu einem Hoffest, einem Begegnungstreffen und einer Blutspendeaktion ein. Die Termine sind geplant für den 15., 19. und 20. August.

Am Samstag, 15. August, wird von 10 bis 16 Uhr zum Hoffest beim DRK-Shop in Neumünden eingeladen. Für Essen und Trinken ist gesorgt: mit Kaffee und Kuchen, kalten Getränken sowie Bratwurst und Rippchen. Im Geschäft gibt es aus Anlass des Hoffestes 20 Prozent Ermäßigung auf das gesamte Sortiment. Das Jugendrotkreuz bietet außerdem Glitzertattoos und Wassertattoos an, ist in der Mitteilung zu lesen.

Ein weiterer Programmpunkt ist die Vorstellung der Drohnstaffel des DRK-Ortsvereins: Gezeigt werden die Drohne mit ihrer Technik, das Material sowie das dazugehörige Einsatzfahrzeug. Parkmöglichkeiten bestehen auf dem Parkplatz des Discounters Penny; dort sollten die Besucherinnen und Besucher laut Angaben des DRK eine Parkscheibe auslegen.

Am Mittwoch, 19. August, lädt der DRK Münden zudem wieder zu einem Treffen unter dem

Motto „Gemeinsam gegen ein- sam“ in das Restaurant Antico und Abruzzo ein. In geselliger Runde werden Erfahrungen, Tipps und Neuigkeiten ausgetauscht. Das Treffen beginnt um 17.30 Uhr im Restaurant in der Langen Straße 6–10. Da die Plätze laut DRK erfahrungsgemäß schnell vergeben sind, ist eine Anmeldung bis Montag, 17. August, unter der Telefonnummer 0 55 41/43 92 unbedingt erforderlich.

Für Donnerstag, 20. August, ruft das DRK Münden alle spendefähigen Personen zur Blutspende in die Werra-Realschule auf. In den Sommermonaten sei das Blut „sehr knapp geworden und wird dringend benötigt“, teilt der Verband mit.

Terminreservierungen sollen nach Möglichkeit digital über die App, über die Internetseite blutspende-leben.de oder über die Service-Hotline 0800/1194911 vorgenommen werden. Personen ohne Termin werden ebenfalls zur Spende zugelassen; hier müssen Spenderinnen und Spender jedoch mit etwas längeren Wartezeiten rechnen, da laut DRK zunächst alle registrierten Terminspender an der Reihe sind.

sps

logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

Angebote gültig vom 10.08. – 15.08.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!

Kulmbacher Bier
edelherb, alkoholfrei,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1 l = 1,10 €

Aktion!
+ 2
Flaschen
GRATIS!

ANGEBOT
10,99

Entspricht einem
Kastenpreis von 9,99 €.

Benediktiner Hell, Weissbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,50 €

König Pilsener
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,20 €

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

Bad Brückenaauer Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,54 €

Benediktiner Weissbier
ANGEBOT
14,99 **13,99**
1 l = 1,40 €

König Ludwig Bier
Dunkel, Weissbier naturtrüb,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,50 €

Corona
Kasten = 20 x 0,355 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 2,25 €

Bad Brückenaauer Mineralwasser
ANGEBOT
6,49 **5,99**
1 l = 0,50 €

Heineken Original
Kasten = 20 x 0,4 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 2,25 €

Augustiner Hell alkoholfrei
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand

Bayreuther Bier
Urstoff, Hell alkoholfrei,
Pack = 6 x 0,5 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1 l = 1,83 €

Förstina Sprudel Plus Lemon
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,72 €

top frisch Apfelsaft
klar, naturtrüb,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1 l = 1,17 €

Heil Schorle, Apfelwein*
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,33 l,
zzgl. 2,46 € Pfand,
1 l = 2,27 €

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,60 € Pfand,
1 l = 1,00 €

Bad Brambacher Garten-Limo
Orange, Zitronen,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1 l = 1,76 €

Durstlöcher
diverse Sorten,
0,5 l-Pack,
1 l = 1,18 €

Bembel with care
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
0,5 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1 l = 1,98 €

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

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1 l = 1,50 €

Mionetto Prosecco
Original,
0,0% alkoholfrei,
0,75 l-Flasche,
1 l = 8,65 €

Martini
diverse Sorten,
0,75 l-Flasche,
1 l = 10,65 €

Chandon Garden Spritz
0,75 l-Flasche,
1 l = 22,65 €

Botucal Reserva Exclusiva
Rum,
0,7 l-Flasche,
1 l = 39,99 €

Wir haben den Award!
Haben Sie die App?

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

1x Ninja CREAMi

*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.

Heurich GmbH & Co. KG • Landwehr 20-26 • D-36100 Petersberg



www.logo-getraenke.de

Sommerfest nach acht Jahren

Vor dem Umzug nach Laudenbach verabschiedet sich das THW vom Standort Rommeroder Straße

Großalmerode – Auch wenn ein Hauch von Abschied über dem Sommerfest des Großalmeröder Ortsverbands des Technischen Hilfswerks (THW) am vergangenen Samstag lag, trübte das die Stimmung nicht: Bei strahlendem Sonnenschein und sommerlichen Temperaturen lockte das umfangreiche Angebot für Jung und Alt die ersten Besucher bereits vor der offiziellen Eröffnung um 11 Uhr auf das Areal.

Dass die Tonstädter großes Interesse zeigten und der Platz sich über Mittag zunehmend füllte, ist verständlich: Schließlich mussten sie nach dem Sommerfest 2018 acht Jahre lang auf eine erneute Auflage warten. Aber der THW-Führungskreis war sich wegen des bevorstehenden Standortwechsels in den Großalmeröder Stadtteil Laudenbach im kommenden Sommer einig: Das Sommerfest sollte ein gebührender Abschied für das Areal an der Landstraße zwischen der Siedlung Faulbach und dem Stadtteil Epterode werden.

Ihrem guten Ruf von schmackhafter Kost aus der mobilen Multifunktionsküche bereitete die Fachgruppe Verpflegung einmal mehr alle Ehre: 200 Portionen Erbsensuppe mit Würstchen, Currywurst und Grillbratwurst, dazu am Nachmittag das Kuchenbuffet



Die THW-Jugendgruppe verkaufte Tontiegel aus heimischer Produktion zugunsten der eigenen Arbeit.

FOTO: LOTHAR RÖSS

auf Spendenbasis – die Besucher griffen fleißig zu.

Die Jugendgruppe machte nicht nur mit einer Einsatz-

übung, bei der sich der Nachwuchs durch einen imitierten

Trümmertunnel zum „Gebäude“ vorarbeiten musste, um ei-

nen Verletzten in Form eines Dummys zu retten, auf sich aufmerksam. Sie verkaufte auch kleine Tontiegel verschiedener Größe, gespendet von einer Tontstädter Firma. Der Erlös kommt der Arbeit des aktuell 40-köpfigen THW-Nachwuchses zugute.

Durch das Programm moderierte Zugführer Marco Schäfer, der beim Gang über den Platz immer wieder neue Gesprächspartner ans Mikrofon holte, die von der abwechslungsreichen Arbeit bei den Einsätzen des THW berichteten. Zudem hatte der Ortsverband in der Fahrzeughalle, in der die Bierzeltgarnituren die Besucher zum Verweilen einluden, mit einer Bilddokumentation einen Überblick über die 72-jährige Geschichte des Tonstädter THWs von der Gründung am 6. Oktober 1964 bis zum Lageplan der neuen Unterkunft in Laudenbach geboten.

Kaum ein Quadratmeter auf dem Areal, der nicht genutzt wurde. Auf der Wiese lud die Hüpfburg der Großalmeröder Feuerwehr die Kids zum Toben ein, zudem bot das Spielmobil des Kreisjugendrings jede Menge Abwechslung. Der Ortsverband hatte außerdem seine THW-Bobbycars und das Kinderschminken im Angebot.

LOTHAR RÖSS

Sie ließen die Erinnerung nicht stehlen

Neue Gedenktafel am Kriegerdenkmal erinnert an die Gefallenen

Hilgershausen – Von oben betrachtet gleicht der Aufgang einer Glocke. Die steinerne Treppe zum Kriegerdenkmal verjüngt sich nach oben und öffnet sich talwärts. Eine Symbolik, auf die Bürgermeisterkandidat Robert Trube aufmerksam machte, nachdem ihn Lothar Faßhauer kurz zuvor auf diese Besonderheit hingewiesen hatte. Glocken rufen Menschen zusammen. Auch dieses Denkmal erfüllt seit Generationen genau diese Aufgabe. Es ruft zur Erinnerung.

Am Samstag kehrte ein Stück dieser Erinnerung sichtbar zurück. Mit der Einweihung einer neuen Gedenktafel ist das Kriegerdenkmal oberhalb Hilgershausens wieder vollständig. Nachdem Unbekannte im August vergangenen Jahres eine der Bronzetafeln gewaltsam vom Denkmal gerissen und entwendet hatten, schien zunächst mehr verloren als nur ein Stück Metall.

Für den damaligen Ortsvorsteher Adolf Knierim war die Tat bis heute weit mehr als ein gewöhnlicher Diebstahl. „Das ist Frevel“, sagte er in seiner Ansprache. Es fehle jedes Verständnis für einen Angriff auf das historische Gedächtnis des Dorfes. Die Hoffnung, die Täter mithilfe mehrerer Wildkameras zu überführen, zerschlug sich. Eine der Kameras verschwand ebenfalls. Knierim vermutet organisierte Metalldiebe, die gezielt Kriegerdenkmäler aufsuchten und die Bronzetafeln als Altmittel veräußerten.



Malou Schröder (von links) in Begleitung ihres Vaters Dennis Schröder war das Fehlen der Tafel aufgefallen. Sie freuen sich, dass nun Ersatz da ist, vor allem auch Heinz Horn (vierter von rechts) und Ortsvorsteherin Kathrin Faßhauer.

FOTO: ELVAN POLAT

Aufgeben kam dennoch nicht infrage. Mit Soforthilfsmitteln der Stadt und ehrenamtlichem Engagement wurde Ersatz beschafft. Den Auftrag erhielt der Steinmetzbetrieb Friederich aus Frankershausen. Da eine originalgetreue Bronzetafel die finanziellen Möglichkeiten überstiegen hätte, entschied man sich bewusst für eine andere Ausführung. Gerade dieser sichtbare Unterschied erzählt heute seine eigene Geschichte, als Mahnung, dass Erinnerung verletzlich ist.

Auch viele kleine Gesten verliehen der Feierstunde ihren Charakter. Andrea Stöber, die das Vorhaben seinerzeit als Erste Stadträtin mit auf den Weg gebracht hatte, löste ihr Verprechen ein und sorgte mit Grillgut für die Gäste. Ortsvorsteherin Kathrin Faßhauer

dankte allen, die sich für den Erhalt des Denkmals eingesetzt hatten.

Kaum jemand verkörperte die Bedeutung dieses Ortes eindrucksvoller als Heinz Horn. Der 83-jährige ist der einzige Anwesende, dessen Vater Friedrich Horn zu den auf dem Denkmal genannten Gefallenen gehört. Auf die Frage, was es für ihn bedeute, die neue Tafel wieder an ihrem Platz zu sehen, antwortete er schlicht: „Das ist wunderbar.“ Mehr Worte brauchte es nicht.

Dass der Diebstahl überhaupt entdeckt wurde, ist Malou Schröder zu verdanken. Bei einem Spaziergang mit ihren Eltern bemerkte sie, dass eine Tafel fehlte. Aus ihrer Beobachtung wurde ein gemeinsames Anliegen.

ELVAN POLAT

UG UNSERE GRÜNE GLASFASER

Großalmerode hat Glasfaser.

Schließt euch an. • • •

Glasfaser-anschluss innerhalb von 6 Monaten

Jetzt bestellen unter: 089 12 08 13 35

Bis 30.9.2026 kostenlos buchen*



* Bei der Auswahl eines passenden Tarifes bei einem unserer verfügbaren ISP-Partner. Dieses Angebot gilt bis zum 30.9.2026.



Spielend durch den Sommer

Die Kinderferienspiele der evangelischen Jugend machen in Dohrenbach Station

Dohrenbach – Lachen hallt über den Platz am Haus des Gastes, bunte T-Shirts trocknen in der Sonne, selbst gebaute Raketen schießen in den Himmel. In Dohrenbach sind in dieser Woche wieder die Kinderferienspiele der Evangelischen Jugend Werra-Meißner zu Gast. Das bewährte Ferienangebot macht jedes Jahr in einem anderen Ort im Werra-Meißner-Kreis Station, diesmal ist Dohrenbach Gastgeber für 44 Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren.

Den Auftakt bildet an jedem Morgen eine Andacht in der evangelischen Kirche. Pfarrerin Luise Ubbelohde und Pfarrer Michael Zink begleiten die Kinder dabei. Für Ubbelohde ist das längst eine liebgewonnene Tradition. „Die Kinderferienspiele sind ein bewährtes Format, das die Kinder jedes Jahr aufs Neue begeistert“, sagt sie. Seit 2004 gestaltet sie die morgendlichen Andachten mit.

Anschließend wird rund um das Haus des Gastes gebastelt, getüftelt und gespielt. Rund sieben Workshops laden zum Ausprobieren ein. Mit einer Luftpumpe katapultieren die Kinder selbst gebaute Raketen in die Höhe, aus farbigem Paracord entstehen Armbänder, beim Batiken verwandeln sich schlichte weiße T-Shirts in individuelle Kunstwerke. Wer lieber mit Wolle arbeitet, kann sich im Nassfilzen ausprobieren, beim Papierweben entstehen kleine Taschen oder Stiftehalter. Naturnah geht es beim Gestalten der Leuchtgläser zu. Gemeinsam sammeln die Kinder im Wald Moos, Steine und andere Materialien, bevor daraus Windlichter entstehen.

Betreut werden die Stationen von Mitarbeitern der Evangelischen Jugend, ehrenamtlichen Helfern und Konfirmanden aus der Region. Für Leiterin Jennifer Grandt steckt darin weit mehr als nur Ferienprogramm. „Das bringt den Kindern und Konfirmanden auch soziale Kompetenz, wenn sie lernen, wie man miteinander etwas baut“, sagt sie. Nach einem ge-



Ein Workshop, der Kreativität und Naturerlebnis verbindet: Naturmaterialien aus dem Wald werden zu stimmungsvollen Leuchtgläsern verarbeitet.

FOTOS: KEREM POLAT

meinsamen Mittagessen wartet täglich ein großes Gruppenspiel. Weil die Temperaturen am Mittwoch hochsommerlich ausfielen, wurde kurzerhand, sehr zur Freude der Kinder, eine Wasserschlacht organisiert. Den Abschluss der Ferienfreizeit bildete am gestrigen Donnerstag ein Ausflug ins Safari-Land Stukenbrock.

Dass die Kinderferienspiele seit mehr als 25 Jahren erfolgreich sind, überrascht Mitarbeiter Stefan Sußebach nicht. Er begleitet das Angebot seit der ersten Stunde, zunächst selbst als Teilnehmer, heute als Betreuer. „Damit es auch ja nicht langweilig wird, gibt es jedes Jahr neue Workshops“, ergänzt er abschließend. **KEREM POLAT**



Countdown, Luftpumpe, Start: Mit selbstgebaute Raketen experimentieren die Kinder spielerisch.



Mit Wasser, Wolle und viel Fingerspitzengefühl entstehen beim Nassfilzen kleine Kunstwerke, die jedes Kind mit nach Hause nehmen kann.

FOTOS: KEREM POLAT

Stellenangebote

Auf meiner Route bin ich CHEF

die-Zusteller

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
- Hann. Münden**
Kattenbühl
- Witzenhausen**
Hundelshausen
Stadt
- Großalmerode**
Epteroode
Rommerode
Stadt

(Mindestalter 13 Jahre)

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

Senioren- und Therapiezentrum
HELSA

Attraktives Gehalt!
TOP-Mitarbeiter-vorteile!

Wir suchen eine Wohnbereichsleitung
(m/w/d) – Voll- oder Teilzeit

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

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

Verkauf

Waschmaschinen, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE
Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3,
34466 Wollfagen-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 u. Handtaschen ☎ 06623 915 7280

Landwirtschaft&Forsten

Trockenes Buchenbrennholz
Telefon 05684 931670

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

Autoanzeigen

Auto-Ankäufe

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

Singles aus Ihrer Region.

Einfach. Kostenlos. Verlieben.

partner.HNA.de

Zeitung lesen – und mitreden können!

Damit die Zukunft abhebt

Neues Segelflugzeug für 33.000 Euro soll Flugschülern Perspektiven eröffnen

Witzenhausen – Der Luftsportverein Witzenhausen investiert in seine Zukunft. Während des Fliegerlagers hat der Verein gemeinsam mit der VR-Bank Mitte ein neues Leistungssegelflugzeug vorgestellt. Die rund 33.000 Euro teure Anschaffung soll vor allem den Streckensegelflug fördern und dem wachsenden Nachwuchs neue Perspektiven eröffnen. Die VR-Bank Mitte beteiligte sich mit 2500 Euro an der Finanzierung.

„Mit 20 aktiven Mitgliedern kann man so etwas natürlich nicht alleine stemmen“, sagte 2. Vereinsvorsitzender Björn Schütze. Insgesamt zählt der Verein rund 45 Mitglieder, von denen etwa 20 fliegen. „Deshalb sind wir total dankbar, wenn wir von außen unterstützt werden. Das ist unbedingt notwendig.“

Auch Robin Hillebrecht, Regionaldirektor der VR-Bank Mitte für die Region Witzenhausen, hob die Bedeutung des Projekts hervor. Die Bank unterstütze bewusst Initiativen, die jungen Menschen Perspektiven eröffnen und das Ehrenamt stärken. Das entspreche dem genossenschaftlichen Selbstverständnis, Verantwortung mit „Herz für die Region“ zu übernehmen.

Das einsitzige Leistungssegelflugzeug richtet sich an erfahrene Piloten. Wer damit fliegen



Freuen sich über das neue Leistungssegelflugzeug: Björn Schütze (von links), Jan Schiedek-Jacht, Robin Hillebrecht von der VR-Bank Mitte, Paul Schulze, Lennart Dobers, Ede Luther, Thomas Meder und Simon Götz; vorn: Fred Jostes und Jamie Oubogbati.

FOTO: ELVAN POLAT

möchte, muss zuvor auf einem Schulungseinsitzer ausgebildet worden sein und entsprechende Flugerfahrung nachweisen. Gerade darin sieht Schütze den besonderen Wert der Investition. „So ein gutes Leistungsflugzeug hatten wir hier noch nie.

Die Leute wachsen mit ihren Aufgaben“, sagte er. Das Flugzeug solle ambitionierte Piloten zu längeren Streckenflügen motivieren und gleichzeitig den Nachwuchs anspornen.

Dass der Verein diesen Schritt gerade jetzt geht, ist kein Zufall.

Acht Flugschüler befinden sich derzeit in der Ausbildung. „Wir haben eine Menge neuer Schüler und mussten deshalb modernisieren“, erklären Schütze gemeinsam mit Ausbildungsleiter Jan Schiedek-Jacht. Zwar gehören noch Schulungsflug-

zeuge aus den 1960er-Jahren zur Flotte, „aber man kann nicht auf einem Stand von 1960 stehen bleiben“. Segelfliegen sei weit mehr als der eigentliche Flug. Jeder Start funktioniere nur im Team, von der morgendlichen Einweisung bis

zum gemeinsamen Einräumen der Flugzeuge am Abend. Während des Fliegerlagers wird deshalb eine Woche lang täglich geflogen, außerhalb der Ferien meist nur an den Wochenenden.

Wer den Sport kennenlernen möchte, kann im Rahmen einer Schnupperteilnahme einen Tag auf dem Flugplatz verbringen und gemeinsam mit einem Fluglehrer drei Flüge absolvieren. Denn für Schütze lebt der Segelflug von seiner Gemeinschaft. „Segelfliegen ist ein richtig großes Paket. Es geht nicht nur ums Fliegen.“ Diese Gemeinschaft möchten die Segelflieger auch in den kommenden Monaten erlebbar machen. Am Sonntag, 6. September, präsentiert sich der Verein bei der MINT-Messe in Witzenhausen, am Samstag, 10. Oktober, folgt das traditionelle Drachenfest auf dem Flugplatzgelände. Für den Luftsportverein ist genau das der eigentliche Reiz des Sports. Oder, wie sie einstimmig mit Blick über den Flugplatz sagt: „Diese Landschaft hier oben, das ist einfach ein Traum.“

Weitere Informationen zum Verein, zur Schnupperteilnahme und zu den Veranstaltungen gibt es unter luftsportverein-witzenhausen.de

ELVAN POLAT

Gesundheit

ANZEIGE

„Schlafwunder“ Magnesium?

Experten klären auf, was dahintersteckt und warum ein spezieller Magnesium-Komplex in Deutschland für Aufsehen sorgt!

Die Amerikaner machen es vor: Der Magnesium-Trend ist in aller Munde. Was viele hierzulande nicht wissen: Probleme im Schlaf können mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Logisch, dass auch zahllose Präparate den deutschen Markt schwemmen. Aber Vorsicht: Der Teufel steckt im Detail. Welches Präparat mit Magnesium dank einer speziellen Formel beim Einschlafen unterstützen kann, erfahren Sie hier.

Ob stressiger Alltag, Sorgen, schwierige Entscheidungen oder die Beziehung – welche Gründe Betroffene auch wachhalten, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Unterstützung. Der Schlafrend aus den USA ist daher erstmal nicht verwunderlich. Statt auf Schlaftabletten setzen dort viele auf das Mineral Magnesium. Aber lässt sich auch wissenschaftlich ein Zusammenhang zwischen Schlaf und Magnesium-Versorgung herstellen?

Welche Rolle spielt Magnesium?

Vielen ist bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.¹ Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört



werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.¹ Wenn der Körper unter Stress viele

Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig un-

ter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein für den Abend ist z.B. Magnesiumbisglycinat. Es enthält die Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit.

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das

reicht nicht aus! Daher gibt es auf dem deutschen Markt ein spezielles Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr.1* Schlafexperten in deutschen Apotheken. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.**² So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Bekannt aus dem TV

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Magnesium PLUS
(PZN 19927395)

www.baldriparan.de



NORMA®

BIO-GESAMTSIEGER!
zur aktuellen
DLG Bio Prüfung

Zum
17. Mal
in Folge

XXL

Bio-Zitronensaft
je 2x250 ml, ohne Pfand
(1 l = 5,98)

DOPPEL PACK

BIO

VEGAN

2,99*

2er-Pack

Bio-Getreide XXL Quinoa
je 800 g (1 kg = 4,99), **Sesam** je 850 g
(1 kg = 4,69), **Haferkleie, Buchweizen**
je 1,2 kg (1 kg = 3,33), oder **Bulgur**
je 1,5 kg (1 kg = 2,66)

XXL

BIO

3,99*

LISTERINE® Mundspülung
Fresh Mint, Cool Mint
oder Cool Mint mild

500 ml +
600 ml,
je 1,1 l
(1 l = 5,90)

25% billiger
zum Vergleich: 500 ml = 3,95

1100 ml
6,49*

Doppelpack

Südtiroler Speck
je ca. 640 g, Ware einzeln
ausgepreist (1 kg = 13,99)

21% billiger

z.B. 640 g
UVP 1 kg = 17,90

8,95*

Bio-Kürbis-kerne
je 300 g
(1 kg = 8,97)

XXL

BIO

2,69*

Bio-Sonnenblumenkerne
XXL/Hanfsamen Sonnen-
blumenkerne je 1 kg (1 kg = 2,39),
oder **Hanfsamen: geschält** je 200 g
(1 kg = 11,95)

XXL

BIO

2,39*

multiTEC Profi-Abfallsäcke
extra stark je 20x240 l

20x240 Liter
5,99*

ideal für Handwerker

Insektenmix Eimer
je 500 g (1 kg = 17,98)

NEU

500 g
8,99*

Bio-Chiasamen/Leinsamen
XXL Chiasamen je 350 g (1 kg = 8,54),
Leinsamen geschrotet
je 800 g (1 kg = 3,74),
oder **ganz** je 1 kg
(1 kg = 2,99)

XXL

BIO

2,99*

Bio-Bouillon Gemüse
oder **Huhn** je 540 g, ergibt 27
Liter (1 l = -,15)

BIO

ergibt 27 Liter

3,99*

WEITERE SORTEN
Rind oder 7-Kräuter

RAUCH Eistee Berries, Strawberry-Kiwi,
Peach oder Peach zero je 1,5 l,

zzgl. -,25 Pfand
(1 l = -,66)

41% billiger
UVP 1,69

1,99*

Sortiments-Dosenbiere bis zu 20% billiger!

Krombacher 50 ORIGINAL
HOLSTEN 50 ORIGINAL

Aktions-
zeitraum:
10.08. bis
16.08.2026

je nach
regionaler Verfügbarkeit,
je zzgl. -,25 Pfand

➔ BIS ZU 71% SPAREN

57% billiger
UVP 34,99

42% billiger
UVP 34,99

45% billiger
UVP 39,99

14,99*

19,99*

21,99*

CERAFILON® Diamant-Topf oder -Pfanne
• Extrem kratzfest dank Antihalt-Versiegelung
• Energiesparend dank starkem Wärmeleitboden

• Backofenfest bis ca. 400 °C

✓ Maximale Haltbarkeit
✓ Mega harte Beschichtung
✓ Optimale Hitzeverteilung

2 Stielkasserolle mit Deckel
Ø ca. 18 cm

3 Topf mit Deckel
Ø ca. 24 cm

4 Pfanne
Ø ca. 20 cm

5 Pfanne
Ø ca. 24 cm

7 Topf mit Deckel
Ø ca. 20 cm

6 Pfanne
Ø ca. 28 cm

1 Viereckpfanne
ca. 28 x 28 cm

24 Auch online

**CASA ROYALE Geschmiedete Hochrand-
pfanne oder Topf „Weston“**
• Hochwertiges, geschmiedetes Aluminium
• Töpfe inkl. Glasdeckel mit Dampfloch • Innen
hochwertige ILAG®-Keramik-Versiegelung
• Energiesparend durch extra starken Boden

Pfanne Ø ca. 24 cm UVP 12,99*

Pfanne Ø ca. 28 cm UVP 15,99*

Topf Ø ca. 20 cm UVP 14,99*

Topf Ø ca. 24 cm UVP 16,99*

Topf Ø ca. 28 cm UVP 19,99*

Mit Soft-touch-Griff

Höhe ca. 8 cm

Pfanne Ø ca. 28 cm

ILAG Topf
Ø ca. 28 cm

Topf
Ø ca. 20 cm

Pfanne
Ø ca. 24 cm

Pfanne
Ø ca. 28 cm

Induktions geeignet

**SEVERIN Kaffeeautomat mit
Mahlwerk KA 4810 • Leistung 1000 Watt**
• LC-Display mit Timerfunktion • Aromawahl mit 3
einstellbaren Aromastufen • Inkl. zusätzlichem
Permanentfilter und hochwertiger
Glaskanne

52% billiger
UVP 199,90

94,99*

Für ganze
Bohnen und
gemahlene Kaffee

**bella casa Wachstumstischdecke mit geprägter
Oberfläche • Strapazierfähig und schmutzabweisend**
• Aus robustem PVC • Feucht abwischbar
je Tischdecke

ca. 100 x 140 cm
(1 m² = 2,85)

3,99*

ca. 130 x 160 cm
(1 m² = 2,40)
Ø ca. 140 cm
(1 m² = 3,24)

4,99*

ca. 140 x 190 cm
(1 m² = 2,63)
ca. 140 x 220 cm
(1 m² = 2,27)

6,99*

(Modellbeispiele)

**BAUFIX Hammerschlag
Lack 400 ml je Ausführung**

Auch erhältlich:
XXL-Sprühlacke 600 ml

2 in 1 Lack und
Grundierung
in einem

44% billiger
UVP 8,99

4,99*

Hammerschlag Lack
Silbergrau, Schwarz, Dunkelgrün

PowerTEC Lackpinsel 3er-Set
ca. 30/50/60 mm

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

3er-Set
aus hoch-
wertigem
Holz

2,99*

Anstreichpinsel
3er-Set ca.
25/50/25 mm

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

Edel-Renforcé-Bettwäsche
Kissen ca. 80 x 80 cm, Bezug ca. 135 x 200 cm
• 100 % Baumwolle • Mit YKK-Markentreißverschluss
• Atmungsaktiv und pflegeleicht je Bettwäsche

**Renforcé-
Qualität**
besonders glatt
und weich

Vancouver

Victoria

Liberia

Bankok

YKK

SOFT TOUCH

12,99*

24 Auch online

**Premium-Jersey-
Spannbettuch**
in 3 Größen • 100 % Baumwolle
• Steghöhe ca. 30 cm
• ca. 160 g/m² Premium-Jersey-
Spannbettuch

Lila

Offwhite

Grau

Aqua

Oliv

Anthrazit

ca. 90 –
100 x 200 cm

6,99*

ca. 140 –
160 x 200 cm

9,99*

ca. 180 – 200 x 200 cm

11,99*

24 Auch online

Shorty-Set Doppelpack
für Damen und Herren • Hautsympathisch durch
reine Baumwolle • Damen-Größen S (36/38) – XL (48/50)
• Herren-Größen M (48/50) – XXL (60/62)
je Doppelpack

NEU

**Mint +
Grau-
blau**

**Oil
Blue +
Schwarz**

Doppelpack
12,99*

**Orchid +
Marine**

**Moonlight
Blue + Marine**

Capri-Leggings 2er-Pack
für Damen • 95 % Baumwolle,
5 % Elasthan • Single-Jersey-Qualität
• Größen
S (36/38) –
XXL (52/54)

2er-Set
6,99*

Dunkelblau + Schwarz

Blau + Schwarz

**Auch in 2x
Schwarz
erhältlich**

Sneakersocken
6 Paar für Damen und
Herren • Komfortbund • Perfekte Passform
durch Elasthan • Hoher Baumwollanteil
• Größen 35/38 – 43/46
je 6 Paar

71% billiger
UVP 24,95

6,99*

(Farbbeispiele)

**KRAFT Edeldahl-Spanplatten-
schrauben PZ, 320-tlg.**
3 x 30 mm 180 St.,
4 x 40 mm 80 St.,
5 x 50 mm 40 St.,
6 x 60 mm 20 St.

**Edeldahl-Spengler-
schrauben, TX 120**
Stück oder 200 Stück

**Edeldahl-Flügel-
mutter-Sortiment,**
150-tlg. von M5 – M8

7,99*

Auch erhältlich:
Schrauben-Set 400-tlg., Haken-
und Ösensortiment, 151-tlg.

Edeldahl-Mutter-Satz
mit Eigensicherung,
146-tlg. von M4 – M12

*Keine Minderpreisgarantie! 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. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unentgeltlich und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir hehlen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung. **Nur gültig für registrierte Nutzer der NORMA Plus App. Nur in der Filiale einlösbar. Es gelten die in der NORMA Plus App angegebenen Bedingungen und Aktionszeiträume.

Jetzt Bewerben!

Faire Ausbildung 2026
trendence

Mit Top-Ausbildung in eine sichere Zukunft!

AZUBIS 2026/27

DEIN GELD
1. Jahr: 1.350 €
2. Jahr: 1.450 €
3. Jahr: 1.550 €

**AUF DEN GESCHMACK
GEKOMMEN?**

BEWIRB DICH JETZT!

TOP
Auszubildender im
Mittelstand
2026
yourfirm

NORMA

www.norma-online.de

NORMA Lebensmittelbetrieb Stiftung & Co. KG, Manfred-Roth-Straße 7, 90766 Fürth