

Ab sofort Grabgestecke in großer Auswahl.

Winterharte Heide nur 0,69 €

Silberdraht (großer Topf) statt 1,99 € nur 1,49 €

Traumhaft schöne Orchideen Knallerpreis 25% Rabatt

Super schöne Buxbaumkugeln 30 cm Ø Kracherpreis 10 €  
- solange der Vorrat reicht -

**NEU • NEU • NEU mit Floristik im Haus**

**BLUMEN CENTER** Hedemündener Str. 32  
34346 Hann. Münden

# HEIMAT NACHRICHTEN

HANN. MÜNDE  
WITZENHAUSEN

**Sanitätshaus Horn GmbH & Co. KG**  
Produkte und Dienstleistungen für Ihre Gesundheit

- Orthopädische Maßschuhe - Einlagen nach Gipsabdruck  
Orthopädische Schuhzurichtungen - Bequemschuhe  
Elektronische Laufanalyse - Diabetikerversorgung
- Rehatechnik - Rollstühle - Krankenbetten - Lifter  
Reparaturservice - Pflege - Wartung - Gehhilfen
- Bandagen - Kompressionsstrümpfe - Stützmidler  
Prothesen - Orthesen - Sanitätsbedarf - Sportartikel

Landgrafenstraße 39 37235 Hessisch Lichtenau Telefon 05602 3800  
Steinstraße 15 37213 Witzenhausen Telefon 05542 71252  
Augustastraße 39 37269 Eschwege Telefon 05651 336338

**Mitmachzirkus**  
Akrobatik für Anfänger in Hann. Münden.



**Spende**  
Stadtführer spenden St.-Crucis-Kirche 2000 Euro.



**Adventskalender**  
Sponsoren des Lions-Clubs stellen 157 Preise bereit.



Eine achtköpfige Reisegruppe aus Witzenhausen durfte jetzt Olvera, die ländliche Hauptstadt Spaniens des Tourismus und Witzenhausens künftige Partnerstadt, entdecken.

FOTO: EVA-MARIA WILLE

## Besuch bei neuen Freunden

Delegation aus Witzenhausen reiste ins spanische Olvera

**Olvera/Witzenhausen** – Endlich wieder eine Reise in eine der Witzenhäuser Partnerstädte – die konnte jetzt eine kleine Abordnung aus der Kirschenstadt ins spanische Olvera machen. Im Vorjahr hatte die Tour nach Andalusien noch wegen der Corona-Pandemie abgesagt werden müssen. „Pünktlich zur Preisverleihung der Wahl zur ländlichen Hauptstadt Spaniens des Tourismus durfte

eine erste achtköpfige Reisegruppe aus Witzenhausen die zukünftige Partnerstadt Olvera entdecken“, berichtet Teilnehmerin Eva-Maria Wille. „Schon der erste Blick auf den Ort war atemberaubend. Olvera liegt in den Bergen, die weißen, eng aneinander gebauten Häuser schmiegen sich an den Berg und werden von einer imposanten Kirche und der arabischen Burg überragt.“ Die Witzenhäuser

verbrachten eine intensive Woche mit einem abwechslungsreichen, gut organisierten Programm. Dazu gehörten unter anderem ein Stadtrundgang mit Besuch der Kirche, der Burg, dem wohl schönsten Friedhof Spaniens, der Wallfahrtskapelle Nuestra Señora de los Remedios und der Kunstkapelle des Malers Miguel Sevillano. Zusätzlich machte die Gruppe Ausflüge nach Ronda, Setenil

und Cadix, besichtigte eine Olivenöl-Kooperative und eine Weinpresse, wo auch eine Verkostung möglich war. Daneben wurden die Witzenhäuser Gäste im Rathaus empfangen. Die Reise endete mit dem Wunsch, die Städtepartnerschaft zwischen Olvera und Witzenhausen im nächsten Jahr offiziell zu besiegeln, sagt Wille, die von der Welle der Freundschaft, Fröhlichkeit und Gastfreund-

schaft beeindruckt war: „Großartige Eindrücke von der landschaftlichen Schönheit Andalusiens, verbunden mit der Erfahrung des familiären Lebens unserer Gastgeber, das wir hautnah genießen durften, werden uns für immer begleiten.“ Schon jetzt freuen sich die Witzenhäuser auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr – dann soll eine Gruppe aus Olvera in die Kirschenstadt reisen. fst

## 35 000 Euro vom Land für Sportprojekte

**Werra-Meißner** – Das Land Hessen stellt Fördermittel in Höhe von 35 000 Euro für Sportprojekte im Werra-Meißner-Kreis zur Verfügung. Wie die Landtagsabgeordnete Lena Arnoldt (CDU) aus Wiesbaden berichtet, erhält die Stadt Bad Sooden-Allendorf 10 000 Euro für die Erneuerung des Hallenbodens und der Türen in der Mehrzweckhalle im Stadtteil Oberrieden.

Weitere 25 000 Euro fließen in die Gemeinde Meißner. Hier werden bei den Sportplätzen in Abterode, Germerode und Weidenhausen die Flutlichtanlagen auf LED-Technik umgerüstet. Die Fördermittel des Landes stammen aus dem Sonder-Investitionsprogramm „Sportland Hessen“. Jährlich stellt das Land im Rahmen dieses Programms rund fünf Millionen Euro zur Verfügung, um die Träger der Sportstätten bei der Sanierung, Modernisierung oder auch bei der Erweiterung ihrer Sportanlagen für den Breitensport zu unterstützen. sps

## Wurstpaket und Stracke

**Hessisch Lichtenau** – Zu Skatrunden hatte der Seniorenarbeitskreis SeniorenAktiv in Hessisch Lichtenau eingeladen. Beim ersten Treffen war mit weitem Abstand Bernd Blencke der Tagessieger. Beim jüngsten Skat-Treff Anfang Oktober gab es wieder einige Stracke zu gewinnen. Tagessieger war dabei Uwe Eberhardt. Der nächste Termin ist am Freitag, 5. November, wieder ab 15 Uhr im Seniorenraum im Bürgerhaus. Anmeldungen unter Tel. 0 56 02/50 28. sps

**RITTER DER BRATWURST** **RITTER DER ROTWURST**  
UNSERE WURST HAT IHRE HEIMAT IN HANN. MÜNDE

## Herbstferien!

von Sonntag,  
den 24.10.2021  
bis einschließlich  
Montag, den 1.11.2021

KÖSTLICHKEITEN AUS DER MÄRCHENWALDREGION  
Schumann & Sohn GmbH | Lange Str. 29 | 34346 Hann. Münden | Tel. 05541 5151 | schumann-feinkost.de

## Ausstellungsküchen

### Abverkauf

Wir brauchen Platz für Neues

Jetzt Schnäppchen sichern!

**MÖBELKREIS**  
Eschwege - www.moebelkreis.de

**ECKSTEIN**

**23. BIS 30. OKTOBER**

**KALBSSCHNITZEL MAXI**  
MIT PREISELBEEREN,  
GEBACKENEM CAMEMBERT UND  
GEBACKENEM FETAKÄSE

NUR **19,90 €**

ECKSTEIN-LIEFERT.DE / IM ECKSTEIN

**Unsere Wochenendangebote vom 28.10. bis 30.10.2021**

Kotelett..... 1 kg **6,90 EUR**  
Kammbraten vom Schwein 1 kg **7,90 EUR**  
Pfefferbeißer..... 100 g **0,99 EUR**  
Fleischkäseaufschnitt 100 g **0,99 EUR**

**FREITAG:**  
**Gegrillte Rippchen**  
Portion **5,50 EUR**  
- Auf Vorbestellung -

**Fleischerei Fleckenstein**  
... man weiß, wo es her kommt!  
Sälzerstr. 3 | Großalmerode  
Tel. 05604 5801

## Zu Fuß zur Kantorenstelle

Stadtführer spenden St.-Crucis-Kirche 2000 Euro



Bad Sooden-Allendorf – Buchstäblich zu Fuß haben Bad Sooden-Allendorfs ehrenamtliche Stadtführer ihren Teil dazu beigetragen, dass die Stelle eines Kantors „für eine singende und klingende St.-Crucis-Kirche“ eingerichtet werden kann. Zu diesem Zweck übergaben sie am Dienstagabend nach einer historischen Stadtführung unter dem Motto „Allendorf bei Nacht“ eine Spende von 2000 Euro an Pfarrer Hubertus Spill. Weil die Landeskirche es abgelehnt hatte, aus ihren Mitteln einen Kantor zu bezahlen, muss die ersehnte Stelle komplett von der evangelischen Kirchengemeinde finanziert werden. Zu diesem Zweck ist die Kirchengemeinde dringend auf finanzielle Unterstützung angewiesen, um ihr vielfältiges musikalisches Angebot aufrechtzuerhalten.

Altstadt machten die Besucher Halt unter anderem am Diebesturm, an der Stadtmauer, dem Brunnen vor dem Tore oder am Fischerstad und erhielten fachkundige Erläuterungen zu den Sehenswürdigkeiten.

Sportlich ambitionierte Teilnehmer ließen es sich am Ende nicht nehmen, den 65 Meter hohen Turm der St.-Crucis-Kirche zu erklimmen.

Zum Schluss gab es einen Schmaus im Ratskeller. Die Kosten dafür sind in dem Teilnehmerbeitrag von 15 Euro enthalten. Mit einer Unterbrechung von anderthalb Jahren wegen der Corona-Pandemie laden die Stadtführer in historischen Kostümen an jedem zweiten Dienstag im Monat dazu ein, Bad Sooden-Allendorf bei Nacht zu erleben. Das ist seit 17 Jahren so. In dieser Zeit wurden insgesamt 17 600 Gäste gezählt und ein Erlös in Höhe eines mittleren fünfstelligen Betrags erzielt. Dieser kommt gemeinnützigen Zwecken zugute. Für dieses soziale Engagement waren die Stadtführer vor sechs Jahren mit dem Bürgerpreis der Stadt Bad Sooden-Allendorf ausgezeichnet worden.

An der Stadtführung am Dienstag beteiligten sich knapp 30 Menschen, darunter auch eine 16-köpfige Gruppe, die aus dem mehr als 100 Kilometer entfernten Schmalkalden (Thüringen) angereist war, um vier Wandertage in der Region zu verbringen. Bei einem Rundgang durch die pittoreske

Altstadt machten die Besucher Halt unter anderem am Diebesturm, an der Stadtmauer, dem Brunnen vor dem Tore oder am Fischerstad und erhielten fachkundige Erläuterungen zu den Sehenswürdigkeiten.

## VR-Bank stiftet Spielgerät für die Hirschbergschule

2500 Euro hat die VR-Bank Mitte der Hirschbergschule in Rommerode für ein neues Spielgerät zur Verfügung gestellt, mit dem sich die Kinder im Klettern und Balancieren üben können. Das Geld für die Konstruktion und den Aufbau des Geräts durch die

Firma Schmitt und Schwarzkopf aus Wanfried kommt aus der Stiftung „Herz für die Region“. Den Kontakt zu dem Geldinstitut nutzte Hausmeister Adalbert Fahrenbach (Zweiter von links) auch gleich, um eine der blauen „VR-Mitmachbänke“ zu orga-

nisieren. Christina Weller (rechts), Mitarbeiterin im Bereich Unternehmenskommunikation der VR-Bank, suchte die Schule auf, um sich vom Abschluss des Projekts zu überzeugen. Beim Termin hatten die Kinder der Klasse fünf das Spielgerät gleich aus-

probiert. Mit dabei waren außerdem Georg Gundlach (links), Vorsitzender des Vereins zur Förderung der Hirschbergschule, sowie Schulleiterin Petra Voß (Zweite von rechts).

FOTO: LOTHAR ROSS

## Sichere Radrouten zur Schule

Werra-Meißner – Damit Kinder und Jugendliche sicherer zur Schule kommen, wird im Werra-Meißner-Kreis ein Schülerradroutennetz mit den sichersten Strecken erarbeitet. Schulen, Schulträger und Kommunen sollen das Projekt unterstützen. Das teilt die Gesellschaft für integriertes Verkehrs- und Mobilitätsmanagement (ivm) mit, die die Planung übernimmt.

„Damit können wir nun für alle unsere weiterführenden Schulen im Kreis passende Routen für den Weg mit dem Rad zur Schule ausweisen“, sagt Roland Lentz von der Nahverkehr Werra-Meißner GmbH. Zudem können die Schulen sich aktiv einbringen und Projekttag veranstalten.

Die Routen werden auf bestehenden Radwegen und geeigneten Strecken ausgewiesen. Auch Aufmerksamkeitspunkte, die auf besondere Verkehrssituationen hinweisen, werden auf der Internetseite [schuellerradrouten.de](http://schuellerradrouten.de) angezeigt.

Mehr als 430 weiterführende Schulen in Hessen sind bereits angebunden.

„Die Routenvorschläge werden in sogenannten Schülerradroutenbeiräten mit Vertretern von Schulen, Politik, Verwaltung und Polizei abgestimmt und anschließend veröffentlicht“, sagt Nils Böttge, zuständiger ivm-Projektleiter.

Für Schulen und Kommunen sei das eine Chance: Häufig finden in den Beiräten Akteure aus Verkehrs- und Schulwelt zusammen und arbeiten später auch für weitere Projekte zusammen.

Die Schülerradroutennetze sind Teil des kostenlosen Beratungsprogramms „Besser zur Schule“ vom Fachzentrum Schulisches Mobilitätsmanagement und dem Land Hessen.



Sozial engagiert: Allendorfs Stadtführer mit (vorn, von links) Uwe Friederich (im Gewand des Fischers), Salzträgerin Rita Brenner, Sälzerin Ursula Rademacher, Pfarrer Hubertus Spill, Margit Storch (17 600. Besucherin) und Salzträger Walter Bremser, dahinter Kirchenvorsteherin Susanne Frühaufer (von links), Stadtschreiber Werner Voß, Türmer Uwe Kanngießer, Nachtwächter Heribert Friese und Salzbeamter Gerhard Rademacher.

FOTO: CHRIS CORTIS

## Wieder Männergesang

Hemeln – Nach eineinhalb Jahren Corona-Pause hatte der Männer-Gesangs-Verein Hemeln (MGV) wieder zur gemeinsamen Probe geladen. Es kamen sieben Männer und der Chorleiter, berichtet Dr. Holger Bartels, der Chorleiter in Hemeln ist.

Die Sänger stimmten einige traditionelle Werke wie „Am Brunnen vor dem Tore“ und „Ännchen von Tharau“ an. Beides sind Chorwerke aus der Epoche der Romantik, der Gründungszeit des MGV Hemeln. „Die Probe war der erste Schritt von einer ganzen Reihe von Vorbereitungen für Ideen des Vereinsvorstandes und des Chorleiters, an denen noch in diesem Jahr gearbeitet wird, die aber erst im nächsten Jahr öffentlich werden“, schreibt Bartels.

Auch der Projektchor „Die Chormänner“ wird als wichtiger Baustein für die Zukunft wieder zusammengerufen, heißt es weiter. „Dieses A-Cappella-Ensemble, dessen Sänger aus unterschiedlichen Ortschaften inklusive Göttingen kommen, ist in den vergangenen Jahren durch Auftritte mit gehobener Männerchor-Literatur aufgefallen“, so Bartels.

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

05 61 / 920 94 – 301

info@top-direkt.de

HEIMAT NACHRICHTEN

IMPRESSUM

Herausgeber: NHW Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

Geschäftsführung: Frank Schmid, Frankfurter Str. 168 34121 Kassel, (zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen)

Leitung Geschäftskunden: Miriam Donnert (V.i.S.d.P.)

Anzeigenverkauf: Tel.: 05 61 / 7 97 79 18 E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Layout und Gestaltung: DIGITALE KREATIV AGENTUR Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1 34123 Kassel

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel Tel.: 0 5 61 / 920 94-301 E-Mail: info@top-direkt.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 1 vom 1.10.2021 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, mit Angabe Ihrer Anschrift, an info@top-direkt.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können. Weitere Informationen finden Sie auch auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de)

jed

www.rb-becker.de

**becker**

ab Mo, den 25.10.2021

**Herren Thermo-Unterhemd oder Unterhose**  
Hose lang mit Eingriff, Hemd 1/1 Arm, versch. Farben, Größe: M-XXXL **4,99**

**Damen Thermo-Strickstrumpfhose**  
uni/raute/ringel, Größe: 34-48, Farbe: Schwarz **4,98**

**Damen Thermo-leggings**  
versch. Unifarben, Rautenmuster, Größe: 34-48 **4,99**

**Damen Thermoleggings**  
in Jeansoptik versch. Farben, Größe: 34-48 **5,99**

**Bequeme Freizeitmode Jogginghose**  
unisex, Größe: 5-9 **9,99**

**Sweatshirt**  
unisex, grau oder anthrazit, Größe: M-XXXL **9,99**

**Herren Arbeitssocken**  
Farbe: Schwarz, Größe: 39-46, 1 Stück=0,798 **3,99**

**Herren Socken**  
versch. Farben, , Größe: 39-46, 1 Stück=0,99 **2,99**

**Damen und Herren Ski Socken**  
versch. Farben, Größe: 36-42 **1,49**

**Schoko-weihnachtsmann**  
Vollmilchschokolade 125g **1,79**

**Riegelein Schokokugeln**  
Vollmilchschokolade 10 Kugeln 100g **0,49**

**Der Große Bauer**  
-45% Zucker, versch. Sorten 250g **1,19**

**Schwarzwälder Schinken**  
geschnitten, ca. 300g **1,75**

**Dan Cake Waffeln**  
6 Stück 250g **0,49**

**Kuchenmeister Zitronen-, Marmor oder Früchte kuchen**  
400g **0,99**

**Edel-Marzipan-Stollen**  
950g **3,19**

**Christstollen**  
750g **2,99**

**Tischbohrmaschine**  
GTB 13/355 Keilriemenantrieb, Kugelgelagerte Bohrspindel, Bohrtisch höhenverstellbar, +/- 45° neigbar und 360° schwenkbar 350W, 250V-50HZ **65,00**

**Akku-Bohrschrauber**  
K-AK 20-2 XR PRO mit LED-Licht, LED-Ladestandsanzeige inkl. 2 Akkus **55,00**

**Drehmoment-schlüssel**  
1/2 Zoll, 40 - 210 Nm MTW 210 **25,00**

**Weihnachtsroller**  
mit Schale zum Bepflanzen, Farbe: rot/weiß, Größe L/B/H: 88x27x50cm Material: Metall **39,95**

**LED Multi-Stern**  
Farbe: weiß, Größe B/H: 37x35cm Material: Holz, mit Stromkabel **9,98**

**LED XXL Weihnachtssilhouette**  
Farbe: weiß, Größe B/H: 115x93cm, Material: Holz **49,50**

**Toller Weihnachtszug**  
Farbe: rot/grün/gelb, Größe L/B/H: 110x38x15cm, Material: Metall **59,50**

**Nur in Witzenhausen/Kleinalmerode erhältlich!**  
**Gerätehaus 757 - 2,28 x 2,23m XXL Anstellpavillon**  
witterungsbeständig & langlebig, Material: Evotech, mit Bodenplatte, versch. Größen, Farbe: braun oder anthrazit

L x B x H: 300 x 600 x 255 cm, Anthrazit, Robustes Lamellendach aus Aluminium, mit Kurbel leicht zu öffnen und zu schließen

Massive Pfosten 11,5 x 6 cm, mit Entwässerungsanschluss II. Wahl **1299,50**

in weiteren Größen erhältlich:  
3 x 3 m **EUR 699,50**  
3 x 4 m **EUR 799,50**

II. Wahl in weiterer Größe erhältlich: **EUR 599,00**

**WIZ/Kleinalmerode** Industriestr. 1 05342 / 93 39 60  
**Kassel** Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 551  
**Gudensberg** Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

**RB-Ralf Becker GmbH Zentrale** Industriestr. 1 - 37217 Witzenhausen/Kleinalmerode

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

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

**» besserzurschule.de**

# Akrobatik für Anfänger

Mitmachzirkus bietet viele Aktivitäten am heutigen Samstag an

**Hann. Münden** – Jede Menge Spaß und vielfältige Bewegung ist für heute, Samstag, 23. Oktober, angesagt. Mit der Aktion „Bunte Sporthalle“ beteiligt sich der Mitmachzirkus, die multikulturelle Sportgruppe für Kinder und Jugendliche des Kneipp-Vereins Hann. Münden, an der bundesweiten Bewegungskampagne der Deutschen Sportjugend. In der

Sporthalle am Werraweg (neben den Versorgungsbetrieben) können Besucher am Aktionstag von 10 bis 13 Uhr Sport- und Zirkusgeräte sowie Spiele ausprobieren, teilt Karsten Rohlf, 1. Vorsitzender des Kneipp-Vereins, mit. Geplant sind unter anderem Akrobatik, Balancieren, Ballspiele, Barren, Chinesische Teller, Gummitwist, Gymnastik, Jonglieren mit

Tüchern und Reifen, Wikingerschach, Laufkugeln, Seile zum Klettern und Schwingen, Slackline, Spiele mit dem Schwungtuch, Springseile, Trampolinspringen und Yoga-Übungen. Gäste sind willkommen. Die Eltern dürfen gern zusammen mit ihren Kindern aktiv werden. Die Teilnahme ist für alle kostenfrei. Außerdem lädt der Mit-

machzirkus in den Herbstferien für Mittwoch, 20. und 27. Oktober, jeweils von 17 bis 19 Uhr zu seinem offenen Ferienprogramm für Kinder in die Sporthalle Werraweg ein. Auch hier gibt es Gelegenheit, sich vielfältig zu bewegen und unter Anleitung das eigene Können in verschiedenen Zirkuskünsten zu testen oder zu verbessern. Nach den Ferien findet am Samstag, 30. Oktober, ab 10 Uhr eine Kinderolympiade zu Halloween statt. „Die Wettbewerbe für Hexen, Geister und Vampire sind wirklich zum Fürchten – aber trotzdem gesund“, heißt es in der Einladung. Es gibt ein Rennen mit dem Hexenbesen, Mitternachts-Fitness, Teufliche Tücher, Gespenster-Slalom und „Triff den Sarg“. Auf die Teilnehmer warten kleine Preise. Die Kinder sollten sich passend zu Halloween verkleiden.

Für alle Aktivitäten wird um eine vorherige Anmeldung gebeten. Bitte beachten: Straßenschuhe sind im Sportbereich der Halle nicht erlaubt. Im Vorraum der Halle und auf den Tribünen gilt Maskenpflicht.

**Infos und Anmeldung:** Kneipp-Verein Hann. Münden, Tel. 0 55 41/7 22 26 oder E-Mail: info@kneipp-muenden.de



Wie einst Tarzan im Dschungel: Der siebenjährige Naser schwingt geschickt von Seil zu Seil.

FOTO: MITMACHZIRKUS/INH

# Schlagerpiloten kommen

**Heiligenstadt** – Das Konzert „Die Schlagerpiloten“ findet am 31. Oktober im Eichsfelder Kulturhaus Heiligenstadt statt. Darauf weisen die Veranstalter hin. Die Musiker Stefan Peters, Frank Cordes und Kevin Marx stehen als Band „Die Schlagerpiloten“ im Rampenlicht der

Schlagermusik. Einlass zum Konzert ist ab 18 Uhr, Beginn um 19 Uhr. Weitere Karten gibt es noch im Kulturhaus Heiligenstadt, Tel. 0 36 06/60 80 60. Zu beachten ist, dass die 3G-Regel gültig ist. Für Getestete heißt das, ein PCR-Test nicht älter als 48 Stunden.

sps

**NICOLE RATHGEBER**  
Ihre Landratskandidatin  
**FREIE WÄHLER**

**DAFÜR STEHE ICH:**

- Erhalt und Schaffung von Arbeitsplätzen
- Sicherung der medizinischen Versorgung
- Gute Bildung in modernen Schulen

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

## Advent - Weihnachten - Silvester

**Genießen Sie die Premiumreisen von Frölich-Reisen!**

**Ihre Vorteile:** ✓ Sehr exklusiver Premiumbus ✓ Besonders großer Sitzabstand (bis zu 1 Meter) ✓ TAXI-Haustürabholung ✓ Frölich-Reisebegleitung ✓ Ausgesuchte TOP-Hotels der 4\*/5\*-Kat.

**Erleben Sie auch die attraktiven Kurzreisen!**

Zustiege: Kassel, Theater \* Hess. Lichtenau, Betriebshof \* Eschwege, Stadtbahn (Transfer mögl.)

**Viele weitere Reisen unter [www.froelich-reisen.de](http://www.froelich-reisen.de)**

<p><b>Graag-Müritz</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 6 x HP im 4* sup. IFA Hotel, Ausflüge Fischland-Darß, Rostock-Warnemünde, Güstrow mit RL, Kaffee und Kuchen im Hotel uvm. <b>07.11. - 13.11.21 p.P. ab € 889,-</b></p>	<p><b>Frankfurt Städel</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 1 x ÜF im 4* Maritim Hotel Frankfurt, Besuch und Eintritt Städel-Museum: NENNT MICH REMBRANDT, Stadtrundfahrt Frankfurt uvm. <b>06.11. - 07.11.21 p.P. ab € 199,-</b></p>	<p><b>Rügen im Advent</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 3 x HP im Parkhotel Rügen, Ausflüge Rügen Nord, Bädertour mit Reiseleitung, Adventsnachmittag im Hotel, Flasche Wasser auf dem Zimmer <b>09.12. - 12.12.21 p.P. ab € 478,-</b></p>	<p><b>Trier</b> Busreise, 2 x ÜF im Best Western Hotel Trier, RL Trier &amp; Luxemburg, Weinprobe <b>26.11. - 28.11.21 p.P. ab € 299,-</b></p>																																																																																
<p><b>Advent am Bodensee</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 3 x HP im 4* Seehotel Friedrichshafen, Besuch von Lindau, Meersburg und Pfahlbauten mit RL, Besuch von Rothenburg ob der Tauber uvm. <b>16.12. - 19.12.21 p.P. ab € 499,-</b></p>	<p><b>Imst in Tirol</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 3 x HP im 4* sehr guten Hotel Hirschen, Kutschfahrt Seefeld, Adventabend, Ausflug Innsbruck mit RL, Besuch einer Krippenausstellung uvm. <b>29.11. - 02.12.21 p.P. ab € 399,-</b></p>	<p><b>Donauschlinge</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 4 x HP im 4* Hotel Donauschlinge, Ausflüge Engelhartzell, Linz, Steyr mit RL, Adventsnachmittag, Fackelwanderung mit Punsch uvm. <b>02.12. - 06.12.21 p.P. ab € 675,-</b></p>	<p><b>Bremen</b> Busreise, 1 x ÜF im Hotel Courtyard Bremen, Stadtrundfahrt Bremen, Kurtaxe <b>07.12. - 08.12.21 p.P. ab € 149,-</b></p>																																																																																
<p><b>Schweiz im Advent</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 3 x HP im 4* Best Western Plus Hotel Bern, Bern, Montreux mit RL, Auffahrt auf den Rochers-de-Naye, Schloss Chillon, Ortstaxe uvm. <b>11.12. - 14.12.21 p.P. ab € 569,-</b></p>	<p><b>Nordischer Advent</b> Premiumreise mit TAXI-Service, 2 x HP in Hotels, 1 x HP in Außenkabine an Bord der TT-Line, Besuch von Lübeck, Kopenhagen, Malmö und Hamburg, Mautgebühren Öresund <b>07.12. - 10.12.21 p.P. ab € 599,-</b></p>	<p><b>Weihnachte und/od. Silvester Kitzbüheler Alpen</b> Premiumreise mit TAXI-Service, Üb./HP im 4* Hotel Kitzbüheler Horn, umfangreiches Programm! <b>19.12. - 26.12.21 p.P. ab € 969,-</b> <b>26.12. - 02.01.22 p.P. ab € 1249,-</b></p>	<p><b>Aachen &amp; Maastricht</b> Busreise, 2 x ÜF im Mercure Hotel Aachen, Stadtrundfahrt Aachen und Maastricht, Eintritt Fluweelengrotte <b>28.11. - 30.11.21 p.P. ab € 219,-</b></p>																																																																																
<p><b>Tagesfahrten im Advent - Zustiege: Kassel - Hess. Lichtenau - Eschwege</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <tr> <td>Aachen</td> <td>Sa. 04.12. p.P. € 47,-</td> <td>Quedlinburg - Advent in den Höfen</td> <td>Sa. 04.12. * So. 12.12. * So. 19.12. p.P. € 29,-</td> </tr> <tr> <td>Autostadt Wolfsburg</td> <td>inkl. Eintritt und Übersichtsführung</td> <td>Rothenburg o.d. Tauber</td> <td>Fr. 10.12. p.P. € 35,-</td> </tr> <tr> <td>Bad Homburg</td> <td>So. 05.12. p.P. € 30,-</td> <td>Rüdesheim</td> <td>So. 19.12. p.P. € 33,-</td> </tr> <tr> <td>Bamberg</td> <td>Fr. 03.12. * Sa. 18.12. p.P. € 35,-</td> <td>Soest</td> <td>Mi. 08.12. p.P. € 25,-</td> </tr> <tr> <td>Braunschweig</td> <td>Di. 30.11. * Sa. 11.12. p.P. € 30,-</td> <td>Schloss Bückeburg - Weihnachtszauber</td> <td>Sa. 27.11. * So. 28.11. * Mi. 01.12. p.P. € 40,-</td> </tr> <tr> <td>Celle</td> <td>Mi. 08.12. p.P. € 30,-</td> <td>Wartburg und Eisenach</td> <td>So. 05.12. p.P. € 25,-</td> </tr> <tr> <td>Dortmund</td> <td>Sa. 27.11. p.P. € 27,-</td> <td>Weimar</td> <td>So. 05.12. * Fr. 17.12. p.P. € 25,-</td> </tr> <tr> <td>Erfurt</td> <td>Do. 02.12. * So. 12.12. p.P. € 25,-</td> <td>Wernigerode</td> <td>Di. 07.12. * Do. 16.12. p.P. € 27,-</td> </tr> <tr> <td>Frankfurt am Main</td> <td>Sa. 04.12. p.P. € 29,-</td> <td>Wiesbaden</td> <td>Fr. 03.12. * Sa. 18.12. p.P. € 33,-</td> </tr> <tr> <td>Goslar im Harz</td> <td>Di. 30.11. * So. 19.12. p.P. € 27,-</td> <td>Gänseessen im Landgut Walkemühle</td> <td>inkl. leckeres 3-Gang-Gänseessen und Besuch von Fritzl am Nachmittag</td> </tr> <tr> <td>Hamburg</td> <td>Sa. 11.12. p.P. € 45,-</td> <td></td> <td>Fr. 26.11. p.P. € 65,-</td> </tr> <tr> <td>Hameln</td> <td>Mi. 01.12. * Fr. 17.12. p.P. € 29,-</td> <td>Winterzauber im Harz beim Windbeutelkönig</td> <td>inkl. Mittagessen, Harzrundfahrt mit Reiseleitung, Kaffeegedeck Windbeutel, Blauer Brocken" uvm.</td> </tr> <tr> <td>Hannover</td> <td>Fr. 17.12. p.P. € 29,-</td> <td></td> <td>Mo. 06.12. * So. 19.12. * Sa. 26.12.22 p.P. € 69,-</td> </tr> <tr> <td>Leipzig</td> <td>Do. 02.12. * Sa. 18.12. p.P. € 35,-</td> <td>Silvester-Partybus Berlin</td> <td>inkl. Glas Sekt</td> </tr> <tr> <td>Limburg</td> <td>Do. 09.12. p.P. € 29,-</td> <td></td> <td>Fr./Sa. 31.12./01.01.22 p.P. € 49,-</td> </tr> <tr> <td>Magdeburg</td> <td>So. 05.12. p.P. € 35,-</td> <td>Grüne Woche Berlin</td> <td>zzgl. Eintritt</td> </tr> <tr> <td>Michelstadt</td> <td>So. 28.11. * Fr. 17.12. p.P. € 37,-</td> <td></td> <td>Sa. 29.01.22 p.P. € 45,-</td> </tr> <tr> <td>Münster</td> <td>Mo. 29.11. * Do. 09.12. p.P. € 29,-</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Nürnberg</td> <td>Sa. 04.12. * Mi. 15.12. p.P. € 40,-</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Oberhausen Centro</td> <td>Fr. 10.12. p.P. € 29,-</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				Aachen	Sa. 04.12. p.P. € 47,-	Quedlinburg - Advent in den Höfen	Sa. 04.12. * So. 12.12. * So. 19.12. p.P. € 29,-	Autostadt Wolfsburg	inkl. Eintritt und Übersichtsführung	Rothenburg o.d. Tauber	Fr. 10.12. p.P. € 35,-	Bad Homburg	So. 05.12. p.P. € 30,-	Rüdesheim	So. 19.12. p.P. € 33,-	Bamberg	Fr. 03.12. * Sa. 18.12. p.P. € 35,-	Soest	Mi. 08.12. p.P. € 25,-	Braunschweig	Di. 30.11. * Sa. 11.12. p.P. € 30,-	Schloss Bückeburg - Weihnachtszauber	Sa. 27.11. * So. 28.11. * Mi. 01.12. p.P. € 40,-	Celle	Mi. 08.12. p.P. € 30,-	Wartburg und Eisenach	So. 05.12. p.P. € 25,-	Dortmund	Sa. 27.11. p.P. € 27,-	Weimar	So. 05.12. * Fr. 17.12. p.P. € 25,-	Erfurt	Do. 02.12. * So. 12.12. p.P. € 25,-	Wernigerode	Di. 07.12. * Do. 16.12. p.P. € 27,-	Frankfurt am Main	Sa. 04.12. p.P. € 29,-	Wiesbaden	Fr. 03.12. * Sa. 18.12. p.P. € 33,-	Goslar im Harz	Di. 30.11. * So. 19.12. p.P. € 27,-	Gänseessen im Landgut Walkemühle	inkl. leckeres 3-Gang-Gänseessen und Besuch von Fritzl am Nachmittag	Hamburg	Sa. 11.12. p.P. € 45,-		Fr. 26.11. p.P. € 65,-	Hameln	Mi. 01.12. * Fr. 17.12. p.P. € 29,-	Winterzauber im Harz beim Windbeutelkönig	inkl. Mittagessen, Harzrundfahrt mit Reiseleitung, Kaffeegedeck Windbeutel, Blauer Brocken" uvm.	Hannover	Fr. 17.12. p.P. € 29,-		Mo. 06.12. * So. 19.12. * Sa. 26.12.22 p.P. € 69,-	Leipzig	Do. 02.12. * Sa. 18.12. p.P. € 35,-	Silvester-Partybus Berlin	inkl. Glas Sekt	Limburg	Do. 09.12. p.P. € 29,-		Fr./Sa. 31.12./01.01.22 p.P. € 49,-	Magdeburg	So. 05.12. p.P. € 35,-	Grüne Woche Berlin	zzgl. Eintritt	Michelstadt	So. 28.11. * Fr. 17.12. p.P. € 37,-		Sa. 29.01.22 p.P. € 45,-	Münster	Mo. 29.11. * Do. 09.12. p.P. € 29,-			Nürnberg	Sa. 04.12. * Mi. 15.12. p.P. € 40,-			Oberhausen Centro	Fr. 10.12. p.P. € 29,-		
Aachen	Sa. 04.12. p.P. € 47,-	Quedlinburg - Advent in den Höfen	Sa. 04.12. * So. 12.12. * So. 19.12. p.P. € 29,-																																																																																
Autostadt Wolfsburg	inkl. Eintritt und Übersichtsführung	Rothenburg o.d. Tauber	Fr. 10.12. p.P. € 35,-																																																																																
Bad Homburg	So. 05.12. p.P. € 30,-	Rüdesheim	So. 19.12. p.P. € 33,-																																																																																
Bamberg	Fr. 03.12. * Sa. 18.12. p.P. € 35,-	Soest	Mi. 08.12. p.P. € 25,-																																																																																
Braunschweig	Di. 30.11. * Sa. 11.12. p.P. € 30,-	Schloss Bückeburg - Weihnachtszauber	Sa. 27.11. * So. 28.11. * Mi. 01.12. p.P. € 40,-																																																																																
Celle	Mi. 08.12. p.P. € 30,-	Wartburg und Eisenach	So. 05.12. p.P. € 25,-																																																																																
Dortmund	Sa. 27.11. p.P. € 27,-	Weimar	So. 05.12. * Fr. 17.12. p.P. € 25,-																																																																																
Erfurt	Do. 02.12. * So. 12.12. p.P. € 25,-	Wernigerode	Di. 07.12. * Do. 16.12. p.P. € 27,-																																																																																
Frankfurt am Main	Sa. 04.12. p.P. € 29,-	Wiesbaden	Fr. 03.12. * Sa. 18.12. p.P. € 33,-																																																																																
Goslar im Harz	Di. 30.11. * So. 19.12. p.P. € 27,-	Gänseessen im Landgut Walkemühle	inkl. leckeres 3-Gang-Gänseessen und Besuch von Fritzl am Nachmittag																																																																																
Hamburg	Sa. 11.12. p.P. € 45,-		Fr. 26.11. p.P. € 65,-																																																																																
Hameln	Mi. 01.12. * Fr. 17.12. p.P. € 29,-	Winterzauber im Harz beim Windbeutelkönig	inkl. Mittagessen, Harzrundfahrt mit Reiseleitung, Kaffeegedeck Windbeutel, Blauer Brocken" uvm.																																																																																
Hannover	Fr. 17.12. p.P. € 29,-		Mo. 06.12. * So. 19.12. * Sa. 26.12.22 p.P. € 69,-																																																																																
Leipzig	Do. 02.12. * Sa. 18.12. p.P. € 35,-	Silvester-Partybus Berlin	inkl. Glas Sekt																																																																																
Limburg	Do. 09.12. p.P. € 29,-		Fr./Sa. 31.12./01.01.22 p.P. € 49,-																																																																																
Magdeburg	So. 05.12. p.P. € 35,-	Grüne Woche Berlin	zzgl. Eintritt																																																																																
Michelstadt	So. 28.11. * Fr. 17.12. p.P. € 37,-		Sa. 29.01.22 p.P. € 45,-																																																																																
Münster	Mo. 29.11. * Do. 09.12. p.P. € 29,-																																																																																		
Nürnberg	Sa. 04.12. * Mi. 15.12. p.P. € 40,-																																																																																		
Oberhausen Centro	Fr. 10.12. p.P. € 29,-																																																																																		

**Frölich-Reisen** Kassel: 0561 - 102993 \* Eschwege: 05651 - 50066 [www.froelich-reisen.de](http://www.froelich-reisen.de)  
Hess. Lichtenau: 05602 - 80070 E-Mail: info@froelich-reisen.de  
Ein Angebot der Frölich-Reisen GmbH, Ludwig-Frölich-Str. 1-5, 37235 Hess. Lichtenau

## Vorbefragungen für Zensus starten

Einwohnerzahl wird ermittelt

**Hann. Münden** – Im kommenden Jahr wird wieder der Zensus im Bundesgebiet erhoben. Darauf weist die Stadt Hann. Münden hin. Deshalb kann es sein, dass die Bürgerinnen und Bürger der Stadt zeitnah vom Landesamt für Statistik Niedersachsen kontaktiert werden und um Auskunft gebeten werden. Dazu hat der Melde- und Ausweisservice der Stadt einige Informationen zusammengestellt. Beim Zensus wird ermittelt, wie viele Menschen in Deutschland leben, wie sie wohnen und arbeiten. Es werden dabei nicht nur aktuelle Bevölkerungszahlen festgestellt, sondern unter anderem auch Angaben zum Gebäude- und Wohnungsbestand sowie zur Wohnsituation der Bevölkerung erhoben. Dazu wird im Mai 2022 eine sogenannte Gebäude- und Wohnungszählung (GWZ) vorgenommen, heißt es in

der Mitteilung. Zur Vorbereitung der GWZ starten seit dem 18. Oktober Vorbefragungen. „Im Zuge der Vorbefragung werden in Niedersachsen rund 350 000 Eigentümer von Wohnungen beziehungsweise Gebäuden mit Wohnraum zur Auskunft aufgefordert“, ist der Mitteilung zu entnehmen. Personen, die für diese Befragungen ausgewählt werden, erhalten in Kürze Post vom Landesamt für Statistik. In dem Brief werden neben allgemeinen Informationen zur Vorbefragung auch die Zugangsdaten zum Online-Fragebogen, über den die Daten übermittelt werden sollen, mitgeteilt. Ein Papierbogen wird dem Anschriften nicht beigelegt. Dieser wird aber automatisch mit der ersten Erinnerung versandt. Für die Vorbefragung besteht Auskunftspflicht. jed



Der neue Adventskalender des Lichtenauer Lions-Clubs ist da, kürzlich stellten Präsident Harald Germandi (links) und Bernd Quittkat, Vorsitzender des Fördervereins, die zwölfte Auflage im Hotel Restaurant Pempel in Großalmerode vor.

FOTO: LOTHAR RÖSS

...IMMER WAS BESONDERES  
**becker**

**Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir für unsere Filiale in Witzenhausen**

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

Sie arbeiten gerne im Verkauf?

Sie haben Spaß an der Warenpräsentation sowie am Kassieren und suchen einen interessanten und abwechslungsreichen Job?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Wir bieten eine sicheren Arbeitsplatz in einem familiär betriebenen Unternehmen mit humanen Arbeitszeiten und einem netten und motivierten Team.

Gerne auch Quereinsteiger.

Bitte senden Sie Ihre Bewerbung per Email an:

**centrale@rb-becker.de**

**RB-Rolf Becker GmbH**

Industriestraße 1  
37217 Witzenhausen/Kleineralmerode  
centrale@rb-becker.de



## Verkauf von Kalender startet

Sponsoren des Lions-Clubs stellen 157 Preise bereit

**Hessisch Lichtenau** – Der neue Adventskalender des Lichtenauer Lions-Clubs ist da, kürzlich stellten Präsident Harald Germandi und Bernd Quittkat, Vorsitzender des Fördervereins, die zwölfte Auflage im Hotel Restaurant Pempel in Großalmerode vor. Insgesamt haben 51 Sponsoren 157 Preise im Gesamtwert von mehr als 6500 Euro zur Verfügung gestellt.

Hauptpreis ist ein Satz Winterreifen im Wert von maximal 1250 Euro. Der Verkauf mit fünf Euro pro Exemplar startete am Freitag, 15. Oktober, Ende ist der 30. November. Erhältlich ist der Kalender in Hessisch Lichtenau im Schreibwarengeschäft Glade und im Bürgerbüro, beide Landgrafstraße, in der Esso-Tankstelle Röder, Leipziger Straße, und

in Schmidts Blumen-Werkstatt, Gartenstraße in Fürstenhagen. In Großalmerode gibt es ihn bei der Firma Hofsommer, Bahnhofstraße, und im Bürgerinformationsbüro, Marktplatz. In Helsa-Wickenrode ist er bei e-Rast, Berliner Straße, und in Waldkappel in der Stadtpotheke, Hindenburgstraße, zu kaufen. Aufgrund der Nachfrage wurden erstmals 2000 Exem-

plare gedruckt, diesmal mit einer winterlichen Szene am Backhaus in Fürstenhagen, gemalt von Yvonne Quittkat. Die Kalender sind durchnummeriert, die Gewinnnummern werden jeweils in der HNA, den Verkaufsstellen und auf der Club-Homepage [lionsclub-hessischlichtenau.de](http://lionsclub-hessischlichtenau.de) veröffentlicht.

zlr

### Jagdgenossenschaft Uengsterode

#### Einladung

Zur Jagdgenossenschaftsversammlung der Jagdgenossenschaft Uengsterode am **Freitag, den 12.11.2021 um 19 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Uengsterode**

#### Tagesordnung

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit

#### Für das Jagdjahr 2019–2020

3. Bericht des Jagdvorstehers
4. Beschlüsse
5. Bericht des GNA Kassenprüfung
6. Entlastung des Jagdvorstehers
7. Beschluss Reinertrag

#### Für das Jagdjahr 2020–2021

8. Bericht des Jagdvorstehers
9. Bericht des GNA Kassenprüfung
10. Entlastung des Jagdvorstehers
11. Beschluss Reinertrag
12. Beschlüsse
13. Verschiedenes
14. Der Pächter hat das Wort

Gemäß § 6 ist die Genossenschaftsversammlung beschlussfähig, wenn sie satzungsgemäß einberufen wurde. Das Protokoll der Genossenschaftssitzung wird vom 19.11.2021 bis zum 4.12.2021 für die Dauer von 2 Wochen im Hause des Jagdvorstehers zur Einsichtnahme ausgelegt. Aufgrund der Verordnung zur Corona-Pandemie sind die geltenden Hygienevorschriften bindend und einzuhalten. Der Jagdvorsteher und der Genossenschaftsausschuss würde sich freuen, die Jagdgenossen zur Genossenschaftsversammlung begrüßen zu können.

Frank Damm-Schefski  
Jagdvorsteher

### Bad Sooden-Allendorf

*dance masters!*

Best of **IRISH DANCE**

28.01.2022 • Werratal KuK • 19:00 Uhr

**TINA**  
THE ROCK LEGEND

13.03.2022 • Werratal KuK • 20:00 Uhr

Tickets erhältlich in der Tourist-Information und an allen bekannten VVK-Stellen sowie unter [www.resetproduction.de](http://www.resetproduction.de)

**Tickethotline: 0365-5481830**



#### Steuererklärung?

**Kein Problem.**

Verschenken Sie kein Geld, denn ohne Einkommensteuererklärung gibt es keine Rückzahlung! Eine kostengünstige Alternative zum Steuerberater kann die Zuhilfenahme eines Lohnsteuerhilfevereins sein.

**B.Lipnik berät Mitglieder begrenzt nach § 4 Nr. 11 StBerG** und erstellt dann die Einkommensteuererklärung.

Aktuell Lohnsteuerhilfeverein e.V.  
Beratungsstellenleiterin  
**BEATE LIPNIK**



Margueritenweg 5  
37213 Witzenhausen  
05542 999182  
0170 2101959  
[lipnik@t-online.de](mailto:lipnik@t-online.de)

AEG • Bosch • Miele • Juno • Zanker  
Bauknecht • LG u.v.a.

...hin zu...

**Kimm!**

**NEUE:**  
Wäschetrockner ab € 129,-  
Waschmaschinen ab € 199,-  
Geschirrspüler ab € 255,-  
Einbaueherd mit Cr.-Feld € 299,-  
Einbauküchen **Super preiswert**  
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!  
Wir nehmen Ihr Altgerät in Zahlung!  
**NORBERT KIMM • Mönchebergstr. 4**  
Kassel • Telefon 8 70 03 96  
[www.hinzu-kimm.de](http://www.hinzu-kimm.de)



Senioren- und Therapiezentrum  
**HELSA**



Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/-n  
**Logopäden/-in**  
(m/w/d) – VZ/TZ/GfB  
für die Praxis im eigenen Haus

Senioren- und Therapiezentrum Helsa  
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa  
**(05605) 808-0**  
Frau Jutta Bauer  
[heimplleitung@haus-helsa.de](mailto:heimplleitung@haus-helsa.de)  
[www.haus-helsa.de](http://www.haus-helsa.de)

Das  
ist los

„Veranstaltungstipps für die Region“

## Buchvorstellung

Kulturgemeinschaft Großalmerode

**Großalmerode** – Im Rahmen von „Großalmerode liest ein Buch“ lädt die Kulturgemeinschaft Großalmerode für Freitag, 29. Oktober, 19 Uhr, ins Hermann-Sauter-Haus, Obere Scheidquelle 11, Großalmerode ein.

Wir freuen uns, dass die Schriftstellerin Claudia Wagener und ihre Autorenpartnerin Kornelia Stenzel der Einladung der Kulturgemeinschaft Großalmerode e.V. gefolgt ist. „Gringa“ – ein persönlicher Erlebnisbericht mit bildhaften Impressionen aus ihrer Zeit in Bolivien. Eine junge, behütet aufgewachse-

ne Frau reist nach Bolivien, in ein ihr unbekanntes Land. Der Plan ist, für ein Jahr in einem sozialen Projekt zu arbeiten. Doch welcher Plan geht schon auf? Sie findet sich stattdessen im größten Abenteuer ihres Lebens wieder! Zwischen faszinierenden Reiseerlebnissen und den ihr täglich begegneten Abgründen der menschlichen Seele schließt sie Freundschaften zu Menschen aller gesellschaftlicher Schichten.

Unter Berücksichtigung aller Hygienemaßnahmen und Nutzungsbeschränkungen laden wir Sie herzlich ein.

Einlass nur für Geimpfte und Genesene mit Nachweis. Denken Sie an Ihren Mund-Nasenschutz.

Alle Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen. Eintritt frei - Spenden erbeten. Alle eingehenden Spenden gehen an das Kinderheim „Tata Juan de Dios“ in Sucre, Bolivien.

Eine Anmeldung bei der Bürger-Information Großalmerode, Marktplatz 18, 37247 Großalmerode, Telefon 0 56 04/ 93 35-26, E-Mail: kultur@grossalmerode.de ist erforderlich. nh

## 70 Jahre Musikzug

Freiwillige Feuerwehr Großalmerode lädt ein

**Großalmerode** – Der Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr Großalmerode wird 70 Jahre alt. In diesem Zusammenhang laden wir herzlich zum Jubiläumskonzert am Sonntag, den 7. November um 15 Uhr, in die Evangelische Stadtkirche Großalmerode ein. Das Konzert wird unter der 2-G-Regel stattfinden, der Eintritt ist frei.

Das Programm für den Nachmittag wird aus Musikstücken der verschiedensten Genres und Einblicken in die Historie unseres Musikzuges bestehen. Zudem werden wir ein ganz besonderes Highlight präsentieren.

Der Musikzug der FF Großalmerode besteht seit dem Jahr 1951 und wurde zunächst als Spielmannszug ge-



FOTO: PRIVAT / NH

gründet. Die Entwicklung des Vereins machte sich über die Jahrzehnte instrumental sowie musikalisch bemerkbar. Der ursprüngliche Spielmannszug entwickelte sich zu einem Spielmanns- und

Fanfarenzug und schließlich in den 1980er Jahren zu dem noch heute bestehenden Musikzug weiter.

Wir freuen uns auf jeden, der sich dieses Konzert nicht entgehen lässt! nh



# DANIEL HERZ

MIT LEIDENSCHAFT & ENGAGEMENT

- NACHHALTIG
- PRAGMATISCH
- BÜRGERORIENTIERT

Landrat mit Herz 

# Goldankauf 77

## WIR KAUFEN AN:



Profitieren  
Sie jetzt von  
einem hohen  
Goldpreis!

Goldschmuck  
Zahngold  
Münzen  
Uhren  
Diamanten  
Silber  
Platin  
Bernstein  
Koralle  
Perlen  
Musikinstrumente  
Antiquitäten  
Porzellan  
Gemälde

Orden  
Militärisches  
Teppiche  
Möbel  
Tafelsilber  
Bronzefiguren  
Luxusuhren  
Altgold  
Ankauf von Zinn  
und vieles mehr...

JETZT NEU!  
SCHÄTZTAGE von  
Montag bis Mittwoch  
von 10.00 - 18.00 Uhr

Lassen Sie Ihre Wertgegenstände kostenlos und unverbindlich schätzen.

Herr Hofmaier, bekannt aus „Bares für Rares“ zu Besuch bei seinem Kollegen Herrn Steinbach vor dem Ladenlokal in der Frankfurter Straße.



Frankfurter Str. 200  
34134 Kassel  
© 0561 - 83 07 98 45  
info@goldankauf77-kassel.de

Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. 10 - 18 Uhr | Sa. 10 - 15 Uhr

[www.goldankauf77-kassel.de](http://www.goldankauf77-kassel.de)

## Richtig gepflegt

Gesichtsreinigung auf den Hauttyp abstimmen

Wer eine gesunde und schöne Haut will, sollte auf gute Ernährung, genug Schlaf und Schutz vor UV-Strahlung achten. Eine gute Pflege gehört ebenfalls dazu - mit dem passenden Reinigungsprodukt. Dieses kann sich je nach Hauttyp unterscheiden.

Man unterscheidet zwischen normaler, fettiger, trockener und Mischhaut. Der Zustand der Gesichtshaut kann sich verändern. Er wird zum Beispiel durch Diäten, Konsum von Alkohol oder Zigaretten, Hormone, das Wetter und die Raumluft beeinflusst, so der Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel (IKW).

Gestartet wird mit einer Grundreinigung. Eine mildcremige Waschemulsion hat



Damit die Gesichtshaut Pflegeprodukte gut aufnehmen kann, sollte sie vorher gründlich gereinigt werden.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

meist rückfettende und feuchtigkeitsregulierende Inhaltsstoffe und eignet sich in der Regel für jeden Hauttyp, besonders aber für trockene und empfindliche Haut.

Seifenfreie Waschgele besitzen oft antibakteriell wirkende Inhaltsstoffe. Sie sind eine gute Wahl für unreine und zu Pickeln und Mitessern neigende Haut - egal bei welchem Hauttyp. Reinigungsmilch wird bei trockener bis normaler Haut empfohlen, kann aber auch bei Mischhaut eingesetzt werden.

Zwei-Phasen-Produkte enthalten eine ölhaltige Phase, die schonend reinigt, und eine wässrige Phase, um die Haut aufzufrischen. Haben Sie eine sensible und empfindliche Haut, sind solche

Produkte wegen ihrer entspannenden und beruhigenden Wirkung besonders geeignet.

Abgeschlossen wird die Reinigung mit einem Gesichtswasser. Damit ließen sich letzte Spuren des benutzten Reinigungsmittels von der Haut entfernen, so der Fachverband. Besonders in Regionen mit stark kalkhaltigem Wasser sei das empfehlenswert. Das Gesichtswasser bereite die Haut außerdem auf die folgende Pflege vor.

Erst nach einer gründlichen Reinigung kann die Haut Pflegeprodukte richtig aufnehmen.

Ein Grund mehr, das Gesicht regelmäßig am besten morgens und abends gründlich zu reinigen.



Desinfektionsmittel für die Hände sollten nicht direkt auf Gegenstände wie Türklinken, Handys oder Autolenkräder aufgetragen werden. Sie könnten dort Oberflächen beschädigen oder verfärben.

FOTO: ROBERT MICHAEL/DPA-ZENTRALBILD/DPA-TMN

## Empfindliche Oberflächen

Mittel für Hände nicht geeignet

Als Helfer gegen Coronaviren wird seit Beginn der Pandemie immer wieder die Desinfektion der Hände angepriesen.

Vor dem Beginn der Grippezeit tritt jetzt das Desinfizieren von Händen und Gegenständen wieder stark in den Fokus. Kann man praktischerweise ein Mittel für alles nutzen - also Hände und Flächen mit derselben Flüssigkeit behandeln? Die Stiftung Warentest rät davon ab. Denn zur Desinfektion von Gegenständen kommen auch Inhaltsstoffe infrage, die die

Haut stärker strapazieren, erklärt die Stiftung in ihrer Zeitschrift „test“ (Ausgabe 11/2021).

Desinfektionsmittel für die Hände wiederum könnten empfindliche Oberflächen von Gegenständen wie Handys oder Autolenkrädern beschädigen oder verfärben. In einem Haushalt, in dem alle Bewohner gesund sind, sei der Einsatz von Flächendesinfektionsmitteln ohnehin überflüssig, so die Tester. Dort reiche es aus, mit gewöhnlichen Haushaltsreinigern zu putzen.

tmn

## Schon vorgesorgt?

Lösungen gegen drohende Rentenlücke

58 Prozent der Menschen in Deutschland befürchten für sich eine Rentenlücke, und zwar fast unabhängig vom persönlichen Einkommen. Das ergab eine Kantar-Umfrage im Auftrag der Deutschen Vermögensberatung (DVAG). Wenn es darum geht, die Lücke durch private Vorsorge zu schließen, kommen zwei Drittel mit der Flut an Informationen kaum zurecht.

Knapp 50 Prozent informieren sich bei Angehörigen, Freunden und Bekannten, doch das birgt Risiken. Denn was für die Eltern noch richtig war oder bei Freunden funktioniert, ist für einen selbst nicht immer passend. Die Lösung kann eine professionelle Finanzberatung sein, die die individuelle Situation sowie die Ziele und Wünsche berücksichtigt.

djd-k



Rechtzeitig an morgen denken: Die eigene Altersvorsorge selbst in die Hand nehmen und im Alter finanziell entspannt dastehen. FOTO: DJD-K/DEUTSCHE VERMÖGENSBERATUNG/GETTY IMAGES/VEGENYATAMANENKO

## Möbel aus Massivholz erkennen

Ist das noch Holz oder schon eine Nachbildung? Eine berechtigte Frage, denn im Handel finden sich laut der Initiative Pro Massivholz (IPM) in Herford viele holzbasierte Möbel. Wer Massivholzmöbel sucht, sollte diese erkennen können. Wichtigstes Merkmal von Massivholz seien nadelstichgroße natürliche Holzporen - etwa bei Eichenholz gut sichtbar. Auch wenn ein Möbel sogenanntes Kernholz mit einem dunkleren Mittelteil aufweise, handele es sich um Massiv- oder Vollholz.

„Furnierte Möbel besitzen zwar oberflächlich eine dünne Holzschicht, jedoch keine Jahresringe“, sagt IPM-Geschäftsführer Andreas Ruf. Ein weiteres Erkennungsmerkmal von Massivholz seien nadelstichgroße natürliche Holzporen - etwa bei Eichenholz gut sichtbar. Auch wenn ein Möbel sogenanntes Kernholz mit einem dunkleren Mittelteil aufweise, handele es sich um Massiv- oder Vollholz.

tmn

**Anzeige**

# GOLDANKAUF LOHFELDEN

**Aktion nur 5 Tage gültig!!**  
Nutzen Sie die einmalige Gelegenheit.

**Montag bis Freitag**  
**10-18 Uhr**

Ohne Risiko!  
Militärorden  
Unverbindliche Beratung  
Transparente Abwicklung  
Seriouser Ankauf  
Sofortige Barauszahlung

Ankaufstag  
**Montag 25.**  
Oktober

Ankaufstag  
**Dienstag 26.**  
Oktober

Ankaufstag  
**Mittwoch 27.**  
Oktober

Ankaufstag  
**Donnerstag 28.**  
Oktober

Ankaufstag  
**Freitag 29.**  
Oktober

**WIR KAUFEN AN:**  
Wir zahlen bis zu  
**64 €**  
pro Gramm

**GRATIS**  
Kaffee & Kuchen

**Für Pelze und Nerze bis zu 8.000,- €**

**ZAHNGOLD** (mit und ohne Zähne)  
**ANTIKE GOLD-ARMBÄNDER** (bevorzugt in breiter Form)  
**GOLD-TASCHENUHREN** (aller Art)  
**5- & 10-D-MARK-MÜNZEN**  
**ABENDGARDEROBE**  
**PELZMÄNTEL\***  
**LEDER- UND LAMMFELL\***  
\*nur in Verbindung mit Gold

**Altgold**

**Silberbesteck**

**Breite Armbänder**

**Gold- und Silbermünzen**

**Modeschmuck**

**Rolex, Omega etc.**

**Ankauf von Lederjacken und Ledermänteln aus Glatt- und Wildleder, auch Lammfellmäntel, zum Höchstpreis von bis zu 4.000,- €**

**HAUSBESUCHE BIS ZU 60 km KOSTENLOS!**

**Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!**

**SOFORT BARGELD**

**WIR SCHÄTZEN IHRE ANTIQUITÄTEN, SCHMUCK, PELZE u. v. m. Kostenlos und unverbindlich!**

**Ankauf von Zinn aller Art**

**Gerne übernehmen wir Ihre Spritzkosten bis zu 30,- € bei Verkauf!**

**LOHFELDEN**

**Goldankauf Lohfelden**  
Hauptstraße 31 | 34253 Lohfelden (neben Hotel zur Post)  
**Tel. 0561 43021553 oder Mobil 0176 20961546**



**Frostempfindliche Pflanzen**, die im Garten eingewachsen sind, können in Vlies eingepackt werden. Zusätzlich hilft es, eine Mulchschicht auf dem Boden zu verteilen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

## An Wintervorbereitung denken

Was man jetzt noch im Garten tun muss

Gartenarbeit ist schön - und kann auch Stress bedeuten. Etwa wenn man die wenigen trockenen Tage im Herbst noch unbedingt dazu nutzen muss, um die letzten Arbeiten im Garten zu erledigen und ihn winterfest zu machen. Aber muss man das eigentlich wirklich? Nein, einiges kann nicht nur liegenbleiben bis zum Frühjahr, es ist sogar besser für die Umwelt, sagen Experten.

Zum Beispiel wenn die abgeblühten Blumen, Stauden und Sträucher nicht abgeschnitten werden. „Sie bieten den Vögeln Futter und Insekten Möglichkeiten zum Überwintern“, sagt Marja Rottleb vom Naturschutzbund Deutschland (NABU). „Und sie sehen auch schön aus, wenn sie von Raureif bedeckt sind.“

Zudem ist die Düngung von Stauden und Gehölzen in der Ruhezeit jetzt nicht nötig, erklärt Jörg Korfhage, Gärtner und Trainer an der DIY Academy in Köln. „Der Dünger wird von den Pflanzen nicht aufgenommen und gelang teilweise ins Grundwasser.“

An anderen Arbeiten kommt man leider nicht vorbei. „Nicht winterharte Pflanzen in Töpfen und Kübeln sollte man am besten in einen hellen, aber kühlen Raum stellen“, rät Jörg Korfhage. Empfindliche Pflanzen, die im Garten eingewachsen sind, müssen anderweitig geschützt werden. „Man kann sie in Vlies einpacken und eine Mulchschicht auf dem Boden verteilen“, rät Oliver Fink vom Bundesverband Einzelhandelsgärtner. Bei Topfpflanzen, die den Winter über im Freien bleiben, muss auch der Kübel eingepackt werden.

Auch raten die Experten dazu, den Rasen noch einmal vor dem Winter zu mähen. Wann der optimale Zeitpunkt ist, lässt sich nur mit

Blick auf die Witterung sagen - denn bleibt es lange warm, wächst der Rasen entsprechend lange weiter. Übrigens: Eine Düngung im Herbst mit einer speziellen Herbstmischung mit viel Kalium kann dem Rasen helfen, besser den Winter zu überstehen, so die Deutsche Rasengesellschaft.

Wichtig ist für den Rasen aber besonders eines: Laub von ihm entfernen. Er schadet den Gräsern, bleibt er liegen. Denn sie würden faulen oder schimmeln, da sich unter der Blätterdecke Feuchtigkeit hält. Der BUND aber rät, herabfallende Blätter nicht mit einem Laubsauger auf einer Stelle zu sammeln. Die Geräte saugen mit den weichen Blättern auch Kleintiere wie Spinnen und Insekten auf, häckseln und töten sie dabei. Außerdem zerstören sie Pflanzensamen.

Und das gesammelte Laub ist viel zu schade, um es in Säcken auf den Müll zu bringen. „Es ist ein natürliches Isoliermaterial für die Pflanzen“, sagt NABU-Expertin Marja Rottleb. „Man kann es unter Hecken und zwischen die Sträucher kehren und auf Beeten verteilen. Das ist nicht nur ein guter Frostschutz für die Pflöanzen, sondern auch Lebensraum für Igel, verschiedene Insekten, Mäuse und Kriechtiere.“

Wichtig ist ebenfalls, den Gartenteich winterfest zu machen - schon im zeitigen Herbst und vor dem ersten Frost. „Wird die Teichbepflanzung zurückgeschnitten, reduziert das die Algenentstehung“, erklärt Jörg Korfhage. Außerdem ist es wichtig, vor dem Frost den Teichfilter zu leeren und zu trocknen, gegebenenfalls muss auch die Pumpe entfernt werden. Sie sollte frostfrei in einem Eimer mit Wasser lagern, damit die Dichtungen nicht porös werden. tmn



**Bevor es richtig kalt wird:** Eine auf dem Boden verteilte Mulchschicht kann empfindliche Pflanzen vor Frost schützen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

**Hacker Pschorr Münchner Hell**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,80 € Pfand, 1 l = 1,60 €

~~18.49~~  
**15.99**

**+2 Flaschen GRATIS!**

Entspricht einem Kastenpreis von 14,54 €

**Elisabethen Quelle Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,55 €

~~5.99~~  
**4.99**

**Wicküler Pilsener**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,00 €

**Dauerniedrigpreis**  
**9.99**

**Herzog von Franken Pilsener**  
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 1 l = 1,10 €

**-21%**  
**10.99**

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

~~16.99~~  
**14.99**

**Benediktiner Hell, Weissbier**  
naturtrüb, alkoholfrei, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,60 €

~~18.99~~  
**15.99**

**top frisch Apfel-Kirsch, Apfelsaft**  
klar, naturtrüb, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1 l = 1,00 €

**Dauerniedrigpreis!**  
**5.99**

**Corona Extra**  
Pack = 6 x 0,355 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 1 l = 3,28 €

**-22%**  
**6.99**

**Black Forest Mineralwasser**  
still, Kasten = 12 x 0,7 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,59 €

**-29%**  
**4.99**

**Förstina St. Maria-Brunnen**  
Heilwasser, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,55 €

**-29%**  
**4.99**

**Bad Brückener Mineralwasser**  
diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,46 €

**-25%**  
**5.49**

**Rubbellos Gewinnspiel**

1x E-Bike Giant

1x Microsoft Xbox Series S

1x iPhone 13 (128GB) (Kleinstpreis)

1x Wollweinstag Aqualex

1x Netflix-Abbo zwei Jahre

1x Weberriff

Alle Informationen zum Gewinnspiel einschließlich der Teilnahmebedingungen finden Sie unter [www.logo-getraenke.de](http://www.logo-getraenke.de). Der Aktionszeitraum ist vom 18.10. - 14.11.2021. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Ein Rubbellos pro einem Einkaufswert von 25 €\*.

**pepsi Kombikiste**  
teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,67 €

**-20%**  
**7.99**

**Monster Energy**  
diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, 0,5 l-Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1 l = 1,98 €

**-38%**  
**0.99**

**Kessler Zink Rotwein**  
diverse Sorten, 1 l-Flasche, zzgl. 0,05 € Pfand, 1 l = 2,99 €

**-25%**  
**2.99**

**Gordon's**  
London Dry Gin, Premium Pink, 37,5%, 0,7 l-Flasche, 1 l = 14,27 €

**-23%**  
**9.99**

**Sturmius Cola Orange**  
koffeinhaltig, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 0,90 €

**EXKLUSIV bei logo!**

**Dauerniedrigpreis!**  
**8.99**

**Glenmorangie 10 Years**  
Highland Single Malt Scotch Whisky, 40%, 0,7 l-Flasche, 1 l = 38,56 €

~~32.99~~  
**26.99**

**Asbach Uralt**  
36%, 0,7 l-Flasche, 1 l = 14,27 €

~~11.99~~  
**9.99**

**logo** GETRÄNKE • FACHMARKT

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

Angebote gültig vom 25.10. - 30.10.2021 [www.logo-getraenke.de](http://www.logo-getraenke.de)

TEST TOP SERVICE-QUALITÄT

1. Platz

TEST TOP SERVICE-QUALITÄT

1. Platz

TEST TOP SERVICE-QUALITÄT

1. Platz

TEST TOP SERVICE-QUALITÄT

1. Platz

Folgen Sie uns auf:

In Ihrer Nähe:

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

# Motorradklassiker

## 120 Jahre Royal Enfield

Älter als Harley-Davidson und Triumph, das ist die indische Motorradmarke Royal Enfield. Doch ihre Wurzeln liegen in Großbritannien. Dort entstanden vor 120 Jahren die ersten Maschinen.

Puristische Motorräder sind beliebt, sie haben eine große Fangemeinde. Viele Hersteller legen daher in letzter Zeit wieder Zweiräder im Retro-Design auf. Anders Royal Enfield, die indische Motorradmarke baut seit 1901 Zweiräder. Einige ihrer Modelle zeigen sich über viele Jahrzehnte völlig unverändert.

Der indische Hersteller gilt als der älteste Motorradproduzent der Welt, der immer noch aktuelle Motorräder verkauft - wenn auch unter verschiedenen Besitzern. Harley-Davidson startete erst 1903, Triumph 1902. Ab 1891 produzierte die Enfield Manufacturing Company Limited Fahrräder und Präzisionsbauteile für die Kleinwaffenfabrik Royal Small Arms

Factory in Enfield, Middlesex, erläutert Gordon May. Zwei Jahre später nannte sich das Unternehmen in Royal Enfield um, so der Historiker bei Royal Enfield in Großbritannien.

1898 entstand ein erster Prototyp eines Vierrads. 1901 folgte das erste Motorrad der Marke - mit 1,5 PS. Acht Jahre später der erste V2-Zylinder. Doch erst mit Seitenwagen wurde die Marke ab 1912 bekannt und erfolgreich, vor allem als Einsatzfahrzeug für den Ersten Weltkrieg. Die Briten produzieren seitdem Zweiräder, etwa seit 1932 die 250er, 350er und 500er Bullet. Seit 1949 verkauft Royal Enfield seine Maschinen in Indien.

Die indische Armee suchte 1951 ein Motorrad für Gelände, Wüste, Berge und Straße. Dazu sollte es einfach zu reparieren sein. „Die 350er Bullet von 1948 war für die Armee perfekt, weil sie leicht, stark, robust und geländetauglich war“, sagt Gordon May. „Es war das erste Serienmotorrad mit hinteren Dämpfern.“ Die Bullet wurde so erfolgreich, dass der Im-

porteur den Typ auch an die Bevölkerung verkaufen wollte. Wegen Einfuhrbeschränkungen gründete das Unternehmen 1955 mit Royal Enfield eine neue Firma: Enfield India.

### Von Indien zurück nach Europa

Die Maschine erfreute sich in Indien großer Beliebtheit und beherrschte bald das Straßenbild. Als Royal Enfield 1967 in Großbritannien pleiteging, produzierte der indische Ableger die Bullet weiter, exportierte sie ab 1977 nach Europa.

Ende der 1980er Jahre geriet das Unternehmen in Schwierigkeiten, als japanische Motorräder den indischen Markt fluteten. Daher wurde Enfield India 1994 von der Eicher-Gruppe übernommen und nennt sich seither Royal Enfield.

### Klassischer Look mit aktueller Technik

„Es gibt kaum einen anderen Motorradhersteller, der eine solch lange Tradition be-



Gefühl für Klassiker: Royal Enfield baut seit 120 Jahren Motorräder.

FOTO: ROYAL ENFIELD/DPA-TMM

steht“, sagt auch Markus Biebricher von der Zeitschrift „Motorrad“. Neben ihrer Geschichte bieten die Zweiräder seiner Meinung nach noch andere Vorzüge: „Maschinen von Royal Enfield zeichnen sich durch einfache und robuste Technik aus, ein Gegenpol zu den meist hoch technischen europäischen und japanischen Maschinen.“

Die Firma entwickelte nie Rennmaschinen wie Triumph oder Norton, sondern verlässliche Maschinen für den Alltag. „Royal Enfield baut Maschinen für Motorradfahrer, die ein puristisches Zweirad ohne viel Technik, Kraft und Luxus suchen“, sagt Biebricher. Und: „Trotz

vieler Gerüchte sind die nach Deutschland importierten Motorräder nicht besonders pannenanfällig.“

Zudem sehen die in Deutschland aktuell erhältlichen Modelle Meteor, Continental GT, Interceptor und Himalayan wie historische Bikes aus. Sie kosten im Vergleich zu Wettbewerbern wenig und starten ab rund 4400 Euro. Rund 80 Händler in Deutschland kümmern sich, falls technisch versierte Besitzer nicht selbst schrauben wollen. Royal Enfield war auf dem europäischen Festland schon immer eine Nischenmarke, meint Frank Meißner vom Marktbeobachter Classic Analytics. „Technisch wa-

ren die Motorräder gute Maschinenware auf der Höhe ihrer Zeit, die gut funktioniert haben, aber nicht durch technische Experimente auffielen“, sagt Meißner. Eine Ausnahme: eine Dieselsonne der Bullet.

Als Ikone der Marke sieht der Klassik-Experte die 350er Bullet, eine Maschine, die seit über 70 Jahren produziert wird, aber auch die 700er Super Meteor der 1960er Jahre. Gepflegte Maschinen aus den 1960er Jahren wie eine Bullet 500 in wirklich gutem Zustand haben einen Marktwert von 6000 bis 8000 Euro. Für einen Klassiker einer 120 Jahre alten Motorradmarke ein überschaubarer Preis. tmm

**RATIO\_Land**  
**XXL FLOHMARKT**  
RATIOLAND BAUNATAL  
**31.10.**  
hansenmaerkte.de • 06424-6191

**SPARFUCHS**  
MITTWOCHS von 17-23 Uhr  
NACHTFLOHMARKT sowie  
FR. 12-20 UHR • SA. 9-18 UHR  
Druseltalstr. 1 B • 34131 KS-Wilhelmshöhe  
Telefon 01 73 - 5 68 97 64

**Fahrer m/w/d für Personenbeförderung gesucht.**  
Jens Marggraf GmbH  
Melsungen, Fritzlar, Tel.: 0 56 61-12 20

**Biete Gartenarbeit inkl. Entsorgung**  
05542 505525 oder 0170 7666634

**Ich reinige Ihre Fenster - Gewerbe und Privat**  
**01 77 6 86 31 79**

**Biete Entrümpelungsarb.**  
0170 7666634

**Wir suchen einen Helfer (Rentner) für Arbeiten rund ums Haus,** zuverlässig, zeitlich flexibel, stundenweise als Aushilfe. Bei Interesse bitte unter **05542 503323** (auch AB!) melden.

**Speedlog GmbH**  
Internationale Spedition sucht Kraftfahrer im Nah- und Fernverkehr, Tel.: 0561-589468107 oder bewerbung@speedlog.de

**Ankauf Flohmarktartikel, Haushaltswaren, Werkzeuge u. v. m., auch größere Mengen**  
Telefon 0 56 61 - 92 10 90

**LAGERBOXEN ZU vermieten** von 4-12 m<sup>2</sup>  
**VERMIETEN - in Kassel**  
**H&S Lagerbox selfstorage**  
Tel. 0561/84 0 73 oder -74

**BARGELD SOFORT!**  
**WIR SIND AUCH JETZT FÜR SIE DA UND KAUFEN (FAST) ALLES!**  
**money point**  
Friedrichsplatz 6 • 0561-9701105  
[www.moneypoint.kassel.de](http://www.moneypoint.kassel.de)

**HEINRICH HARTLEB UMWÜGE**  
Seit 1886 • [www.umzug-hartleb.de](http://www.umzug-hartleb.de)

**AUFGEPASST !!! 20% Coronarabatt !!!**  
Werbewachen bei Firma Stieb, Kassel: Dach- und Fassadensanierung, auch Dachreparaturen, Dachbeschichtung, Dachrinnenreinigung ab 1,50€/lfdm.  
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!  
Tel. 0172-5625766 • Büro 0561-51058961

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

**Frauenpower?**  
„Familie und Haushalt unter einen Hut zu bekommen, ist schon manchmal stressig. Trotzdem will ich nebenbei mein eigenes Geld verdienen. Als MARKTSPIEGEL-Zustellerin habe ich einen Job der Spaß macht und sich trotzdem mit Familie und Haushalt vereinbaren lässt.“  
© Foto: Liechten - www.fotolia.com

**Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienst Du Dein Geld an der frischen Luft.**  
Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhafte in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich den MARKTSPIEGEL samstags zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

**MARKTSPIEGEL:**  
■ BERKATAL: Frankershausen (Höhenweg)  
■ ESCHWEGE: Oberhone (Friedhofsweg)  
■ MEINHARD: Grebendorf (Europaring) Neuerode Abterode (Rehbergstr.) Rambach

■ MEISSNER:  
■ WEISSENBORN:  
**HEIMATNACHRICHTEN:**  
■ BAD SOODEN-ALLENDORF: Allendorf (Kirchstr., Klausbergstr., Ringstr., Schusterstr., Zimmerweg) Sooden (Am Gradierwerk) Kleinvach, Weiden Stadt (Hauptstraße)  
■ BÜHREN: Rommerode (Walburger Str.) Trubenhäuser Bonaforth Hemeln (Hauptstr., Trift) Kattenbühl (Falkenhorst, Fasanenweg, Im kleinen Felde, Sichelsteinerstr., Vogelsang) Neumünden (Pionierstr.) Volkmarshäuser  
■ HESS. LICHTENAU: Fürstehagen (Losseweg, Schulstr., Siedlung) Stadt (Hirschhagen, Poststr., Sudetenstr.) Walburg  
■ NEU-EICHENBERG: Herrmannrode, Marzhäuser  
■ SCHEDEN: Dankelshäuser, Meensen Niederscheden  
■ STAUFENBERG: Escherode (Im Hirtenhof) Landwehrhagen (Obere Dorfstr., Ostring) Stadt (Am St. Jakob, Mündener Str., Siedlerstr.) Unterrieden  
■ WITZENHAUSEN:

**Bewerben Sie sich jetzt:**  
☎ (0561) 92094-100 oder -101  
[www.top-direkt.de](http://www.top-direkt.de)

DRK-Kreisverband Witzenhausen e.V. **Deutsches Rotes Kreuz**

• **Pflegefachkraft (m/w/d)** (Gesundheits-, Kranken- und Altenpflege)

Wir wachsen stetig und erweitern unsere Angebote. Daher suchen wir für unseren ambulanten Pflegedienst ab sofort Pflegefachkräfte (w/m/d) in Voll- und Teilzeit.

**Ihre Aufgaben:**

- Durchführung und Dokumentation von Pflegeleistungen der Grund- und Behandlungspflege
- Unterstützung bei qualitätssichernden Maßnahmen
- Ansprechpartner/in für Patienten, Angehörige und Bezugspersonen
- Kooperation mit Ärzten und Therapeuten

**Unsere Anforderungen:**

- Erfolgreich abgeschlossene dreijährige Ausbildung in der Alten- oder Krankenpflege
- Führerschein Klasse B
- Hohes Maß an Flexibilität sowie Fach- und Sozialkompetenz
- Engagement, Einsatzbereitschaft und Motivation
- Ausgeprägte Fähigkeit zur Arbeit im Team
- Selbständige und zuverlässige Arbeitsweise
- Identifikation mit den Grundsätzen des DRK

**Wir bieten:**

- Interessantes und vielfältiges Tätigkeitsfeld in einer modernen Arbeitsumgebung
- Fachspezifische Weiterbildungsmöglichkeiten z. B. Palliative Care, Wundexperte
- Qualifikationsgerechte Vergütung in Anlehnung an den Rahmentarifvertrag des Deutschen Roten Kreuz
- Familienfreundliche Arbeitszeiten
- Betriebliche Altersvorsorge
- 6 Wochen Jahresurlaub

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per E-Mail oder per Post an:**  
DRK-Kreisverband Witzenhausen e. V.  
Im Kleinen Felde 18-20, 37213 Witzenhausen  
Telefon: 05542 9323-350, E-Mail: [bewerbung@drk-wiz.de](mailto:bewerbung@drk-wiz.de)

Bitte beachten Sie, dass postalische Bewerbungen nach Abschluss des Auswahlverfahrens vernichtet und nicht zurückgesendet werden.

**Lössetal**  
Ambulanter Intensivpflegedienst

Wir suchen eine/n **Pflegefachfrau/-mann (m/w/d)**

Bruttogehalt ab **3.200 €\***  
zzgl. Weihnachtsgeld & 30 Arbeitstage Urlaub  
\*+100,- € montl. mit entsprechender DIGAB-Zusatzqualifikation, bei Vollzeit  
Wir freuen uns auf Deine Unterstützung!

Fröbelstraße 1, 34298 Helsa  
**(05605) 929 79 50**  
Frau Hanna Schley  
[pd@ai-lossetal.de](mailto:pd@ai-lossetal.de)  
[www.ai-lossetal.de](http://www.ai-lossetal.de)

**HeilRecycling**  
Hans Dieter Heil..

Wir suchen Sie!  
**Kraftfahrer (m, w, d)**  
Führerschein CE-Module-Fahrer-karte im Güternah- und Fernverkehr, Vollzeit

Wir bieten: Einen unbefristeten Arbeitsvertrag • Leistungsgerechte Vergütung u. Spesen • Einen festen LKW aus einem modernen Fuhrpark • Eine 5 Tage Woche u.m.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:  
[www.heil-recycling.de](http://www.heil-recycling.de)

Bewerbung an: [bewerbung@heil-recycling.de](mailto:bewerbung@heil-recycling.de)  
**Hans Dieter Heil e.K.**  
Im Kleinen Felde 28, Witzenhausen

**Wir brauchen Sie zur Verstärkung in unserem Team!**

Gesucht im Raum Kassel  
**Kraftfahrer/in (m/w/d)**  
KL. CE (95), Sattelzug 40-t-Kühler z. Festanstellung/tägl. Heimkehr, auch 2-Tagestouren  
**Aushilfsfahrer**  
auch Rentner/Wochenende  
Tel. 0151 550377-11/-33

**Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams:**

**Bürokräft, gern auch Quereinsteiger (m/w/d)**  
(Vollzeit/Teilzeit)

**Elektroniker für Energie- & Gebäudetechnik (m/w/d)**  
(Vollzeit/Teilzeit)

**Anlagenmechaniker für Heizung-, Sanitär- & Klimatechnik (m/w/d)**  
(Vollzeit/Teilzeit)

**Wir bieten:**

- außerartfliche, leistungsgerechte Bezahlung • einen sicheren Arbeitsplatz
- interessante u. abwechslungsreiche Tätigkeiten
- freundschaftliche Arbeitsatmosphäre • Fort- u. Weiterbildungsmöglichkeiten
- geregelte Arbeitszeiten • moderne Arbeitskleidung (wird von uns komplett gestellt)

**Bewerbungen an: [c.woge@meyer-elektro-technik.de](mailto:c.woge@meyer-elektro-technik.de)**  
Tel. 05541 7019130 oder 0151 23556416

**Meyer & Meyer**  
**Elektrotechnik**  
**Elektro-Heizung-Sanitär**

Bebelstraße 18 | 34346 Hann. Münden  
[www.meyer-elektro-technik.de](http://www.meyer-elektro-technik.de)

# NORMA®

# Mehr fürs Geld.

ab Montag,  
25. Oktober

JETZT ZUGREIFEN! SOLANGE VORRAT REICHT!

**WC-Frisch WC-Stein Kraft Aktiv**  
Blauspüler  
Chlor oder  
Kraft Aktiv  
Lemon, 3x50-g-Packung  
(100 g = 2,19)  
je 3er-Pack

**37% billiger**  
Zum Vergleich:  
UVP Einzelpack = 1,75

**3,29\*** 3er-Pack



**OMO Universalwaschmittel**  
XXXL flüssig 5-l-Flasche  
oder Pulver 7-kg-Packung  
für 100 Waschladungen  
(pro Waschgang -0,09)  
je Artikel

**37% billiger**  
Zum Vergleich: UVP 70  
Waschladungen = 9,99

**8,99\***

100 Waschladungen  
Cent pro Waschgang



**Glanz Meister Geschirrspüler-Tabs Alles in 1**  
mit Extra-Trocken-Effekt  
90-Tabs-Packung  
(1 Tab = -0,07)

**25% billiger**  
UVP 7,99

**5,99\*** 90 Tabs



**BACARDI Carta Blanca Superior White Rum**  
37,5% vol, 1,5-l-Flasche  
(1 l = 12,66)  
je Flasche

**billiger** **1,5 Liter**

**18,99\***

UVP 20,99



**NESCAFÉ Classic 100% löslicher Bohnenkaffee**  
200-g-Glas + 20 g mehr Inhalt  
(100 g = 2,27)

**31% billiger** **+ 20 g mehr Inhalt**

**4,99\***

UVP 7,29



**Balerzak Original polnische Krakauer**  
350-g-Packung  
(1 kg = 8,54)

**25% billiger**  
UVP 3,99

**2,99\***



**Dresdner Christstollen**  
750-g-Schmuckdose  
(1 kg = 11,99)

**18% billiger**  
UVP 10,99

**8,99\***



**PERFECT FIT Katzen-Trockenfutter mit Truthahn**  
1,4-kg-Packung (1 kg = 2,85) oder  
mit Huhn 1,9-kg-Packung (1 kg = 2,10)  
je Packung

**10% billiger**  
Zum Vergleich: z. B. Whiskas = 4,45

**3,99\*** **1,4 kg**



**1-2-3 fertig!**



**Saupiquet Thunfischsalat Mexicana, Couscous oder Western**  
2x160-g-Dose  
(1 kg = 9,34)  
je 2er-Pack

**44% billiger**  
Zum Vergleich: UVP Einzeldose = 2,69

**2,99\*** 2er-Pack



**Appel Zarte Filets vom Hering**  
in Eier-Senf-Creme, Sweet Onion,  
in Tomaten-Creme, Tomate-Mozzarella  
oder Pfeffer, 200-g-Dose (100 g = -0,50)  
je Dose

**37% billiger**  
UVP 1,59

**-0,99\***



**TRIMM Sirup Holunderblüten-, Himbeer- oder Pfirsich-**  
Maracuja-Geschmack  
kalorienarm, 700-ml-Flasche,  
ohne Pfand (1 l = 2,41)  
je Flasche

**1,69\***  
700 ml



**Chicken Nuggets XXL** In der Tiefkühltruhe:  
mit je 3x Curry- und Süß-Sauer Dip  
650 g Nuggets + 6x25 g  
(= 6x21,4 ml) Dip,  
800-g-Packung (1 kg = 6,24)

**4,99\***




## ERSTER DISCOUNTER ALS GREEN BRAND ZERTIFIZIERT!



www.green-brands.org

**ElleNor Steppmantel**

- 100% Polyester
- Mit hochschließendem Kragen und Kapuze
- Größen M (40/42) – XL (48/50)

je Steppmantel

**17,99\***



**ElleNor Wellness-Fleecehose**

- 100% Polyester
- Größen S (36/38) – XL (48/50)

je Fleecehose

**6,99\***

Weiche Mikrofleece-Qualität



**camprella Filzpantolethen** **9,99\***

- Obermaterial aus Synthetik-Filz oder Mikrofaser • Druckdämpfende Soft-PU-Laufsohle • Damen-Größen 37–41 • Herren-Größen 41–45

je Paar



**ElleNor Jeggings für Damen**

- Besonders hochwertig durch Viskose-Anteil • Mit elastischem Bund
- Innenseite angeraut, dadurch kuschelig weich • Seamless-Qualität
- Größen S (36/38) – L (44/46)

je Jeggings

**7,99\***



**JILINE Sport- und Freizeithose**

- Damen-Größen M (40/42) – XL (48/50)
- Herren-Größen M (48/50) – XL (56/58)

**65% billiger** **60% billiger**

UVP 19,99 je Damenhose **6,99\***  
UVP 19,99 je Herrenhose **7,99\***



**VIBROSHAPER Vibrationsplatte**

- 3 Intensitätsstufen, 99 unterschiedliche Geschwindigkeiten • Inklusive Trainings-/Ernährungsplan sowie Fernbedienung

**50% billiger**  
UVP 299,40

**149,-\***

Effektives Ganzkörpertraining in nur 10 Min. pro Tag



**LED-Outdoor-Laterne „Clara“**

- Warmweißes, flackerndes LED-Licht • ca. 14 x 14 x 30cm
- Inklusive Batterien
- 3 Jahre Garantie

**12,99\***

Inkl. cremefarbene Kerzen

**17,99\***

Mit Timerfunktion!



**bella casa Weihnachts-Tischwäsche**

- Fleckschutzbeschichtung, Lotuseffekt
- Effektvolle Leinenoptik
- Mit 3D-Druck
- ca. 14 x 14 x 30cm
- 100% Polyester

**2,99\***

Mitteldecke/ Tischläufer **4,99\***

Tischläufer ca. 40 x 135 cm  
Tischläufer ca. 50 x 100 cm  
Deckchen oval ca. 35 x 50 cm  
Deckchen rund ca. Ø 30 cm 2er-Set



**JILINE T-Shirt 4er-Pack**

- Formstabile Premiumqualität
- In angenehmer Single-Jersey Qualität
- Größen M – XXXL je 4er-Pack

**61% billiger**

UVP 25,99 **9,99\***

4x Weiß



**MAUI Sneaker/Sportschuhe für Damen oder Herren**

- Strapazierfähiges Obermaterial • Atmungsaktive, textile Innenausstattung • Leichte und dämpfende Phylon-Laufsohle
- Größen 37–45

je Paar **Große Artikelauswahl!**

**62% billiger**  
UVP 39,95

**14,99\***

(Modellbeispiele)



**15 kabellose LED-Weihnachtskerzen**

- ca. 9 cm, inkl. Fernbedienung
- 5-fach Dimmung im Warmweiß- und Kaltweiß-Modus
- IP44
- Inkl. Batterien
- 3 Jahre Garantie

je Set **17,99\***

15er Set

Farbwechsel, kaltweiß oder warmweiß einstellbar



**Weihnachts-Geschenktaschen**

- Geschenktaschen 4er-Set
- Maxi-Geschenktaschen 3er-Set
- Flaschentaschen 5er-Set
- Minitaschen 4er-Set

Jede Tasche mit kleiner Grußkarte und farbiger Tragekordel

je Set **1,49\***

Präzise Deko-Auswahl



**Dittmann Tens-/EMS-Gerät**

- TEN 250, mit 4 Pads und 4 Ersatzpads
- 10 Massageprogramme

je Tensgerät

**50% billiger**  
UVP 59,99

**29,99\***

Auch online



**Dittmann Klebeelektroden KEG 365 (4er-Set) oder KES 286 (8er-Set)**

- 4er-Set: ca. 8x4 cm
- 8er-Set: ca. 4x4 cm

je Set

**42% billiger**  
UVP 13,99

**7,99\***

Auch online



**topfit Sportbandagen**

- versch. Ausführungen, z. B. Knie-Sportbandage oder Handgelenk-Sportbandage
- Größen S/M – L/XL
- 3 Jahre Garantie

je Ausführung **3,99\***

Auch online



**bella casa Lammflor-Sesselschoner**

- inkl. Armlehnen mit Einstecktaschen
- Sitzfläche ca. 160 x 50 cm
- Armlehne ca. 60 x 40 cm

**14,99\***

Naturprodukt aus 100% Schafschurwolle

Auch online



**NORMA®**

**www.norma-online.de**



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

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

**NORMA® MEHR FÜRS GELD.**



**AKTUELLE PROSPEKTE – einfach & bequem online durchblättern unter [www.norma-prospekt.de](http://www.norma-prospekt.de)**



**ENTDECKEN SIE MEHR AKTIONEN!**





Einmal Flammkuchen mit Ziegenfrischkäse, einmal mit Limburger - aber beide mit Pfifferlingen und Roter Bete. Passt perfekt zu den Farben des Herbstes.

FOTO: MAREIKE PUCKA/BISKUITWERKSTATT.DE/DPA-TMM

## Schmeckt wie im Elsass

Flammkuchen mit Roter Bete

Food-Bloggerin Mareike Pucka weiß, wie man stilvoll die letzten wärmenden Sonnenstrahlen auf der Terrasse genießt - mit einem Flammkuchen, der die Farben des Herbstes vereint.

Wir haben in unserem Garten vorne eine kleine und hinten eine noch kleinere Terrasse. Hinten ist der kleine Sitzplatz mit alten Backsteinen umrandet, und wo könnte man abends nach der Arbeit seinen Flammkuchen frisch aus dem Ofen besser genießen als in diesem hübschen Ambiente und den letzten wärmenden Sonnenstrahlen?

Der Flammkuchen wird direkt aus dem Ofen auf den Pizzaschiebern serviert - fast so authentisch wie im Elsass. Der Belag mit wahlweise Ziegenfrischkäse oder Limburger Käse, Pfifferlingen und

Rote Bete ist in diesem Jahr definitiv unser Favorit.

### Zutaten für 2 Flammkuchen:

#### Für den Teig:

280 g Instantmehl 405  
120 ml Wasser  
1 EL Olivenöl  
5 g Salz  
2 TL gehackter Rosmarin  
Mehl zum Bearbeiten  
1-2 Zweige Rosmarin

#### Für den Belag:

200 g Creme fraiche  
1 Handvoll Pfifferlinge  
1/2 Limburger in Scheiben  
6 TL Ziegenfrischkäse  
2-3 Kugeln Rote Bete vorgegart,  
Honig

#### Zubereitung:

1. Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mit einem Holzlöffel vermengen.
2. Mit etwas Mehl bestäuben, die Schüssel mit einem sauberen Tuch abdecken und 30 Minuten stehen lassen.
3. Den Pizzastein im Backofen so heiß wie möglich, am

besten auf 300 Grad vorheizen.

4. Die Arbeitsplatte mit Mehl bestäuben, den Teig auf die Arbeitsplatte kippen, halbieren und je eine Hälfte sehr dünn ausrollen.

5. Da der Teig sehr klebrig ist, ausreichend Mehl verwenden.

6. Den Teig mit Creme fraiche bestreichen und mit Rote Bete Scheiben sowie Pfifferlingen belegen. Auf den einen Flammkuchen den Ziegenfrischkäse und auf den anderen den Limburger legen.

7. Die Flammkuchen nacheinander im vorgeheizten Ofen backen, bis der Rand Blasen wirft und braun wird.

8. Die Flammkuchen nach dem Backen mit etwas Honig beträufeln und gezupftem Rosmarin bestreuen. Jeder darf dem anderen eine Hälfte mit „seinem“ Käse zum Kosten überlassen. tmm

Mehr Rezepte auch unter:  
» [biskuitwerkstatt.de](http://biskuitwerkstatt.de)

Es gibt Lebensmittel, die können in der Tiefkühltruhe platzen, andere werden dort lappig oder weich wie Püree. Ernährungsexperten geben einen Überblick, was alles nicht ins Eisfach gehört.

Üppige Ernte im eigenen Garten? Zu viel eingekauft oder reichlich gekocht? Als Lösung gegen Lebensmittelverschwendung kommt einem in solchen Situationen meist das rettende Einfrieren in den Sinn. Doch geht das überhaupt mit allen Lebensmitteln? „Leider nein“, erklärt das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE). Die Experten dort haben einige Beispiele zusammengestellt, was alles nicht für die Tiefkühltruhe geeignet ist - und warum das so ist:

**Blattsalate, Radieschen, Rettich und ganze Tomaten:** Sie sind nach dem Auftauen nicht mehr knackig, weil ihr hoher Wassergehalt zu einer

## Eisfach, nein danke!

Was sich alles nicht zum Einfrieren eignet



Nicht alle Lebensmittel sind zur Lagerung in der Tiefkühltruhe oder im Tiefkühlschrank geeignet. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

großen Zellzerstörung beim Gefrieren führt.

**Rohe Kartoffeln:** Sie schmecken nach dem Auftauen sehr süß, weil während der Gefrierlagerung Stärke zu Zucker abgebaut wird. Das Zellgewebe wird zerstört, die Konsistenz beim Auftauen wird zu weich.

**Rohe Eier in der Schale:** Sie würden in der Tiefkühlung platzen, da sich Eigelb und Eiweiß beim Einfrieren ausdehnen.

**Pudding und gebundene Soßen:** Sie werden flüssig, da die Stärke das beim Kochen gebundene Wasser beim Auf-

tauen wieder abgibt.

**Joghurt, saure Sahne und Crème fraiche:** Bei diesen Produkten wird die Konsistenz in der Tiefkühlung flockig oder grieslig.

Zum Einfrieren von Lebensmitteln sollte generell nur beste Qualität verwendet werden. Lebensmittel tierischen Ursprungs müssen frisch und hygienisch einwandfrei sein, Gemüse und Obst erntefrisch. Am besten für die Tiefkühlung eignen sich Bohnen, Erbsen, Paprika, Rosenkohl, Steinpilze, Tomatenmark, Karotten und verschiedene Kohlarten. tmm

## Von wegen Kerne

Hier ist die Chilischote am schärfsten



Wie scharf eine Chilischote ist, hängt vom Capsaicin-Gehalt ab. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

Da dachte man doch immer, wenn man die Kerne aus der Chilischote entfernt, wird die Schärfe erträglich. Dabei versteckt sich das feurige Capsaicin dicht daneben.

Wer eine Chilischote entschärfen will, sollte mehr als nur die Kerne herauslösen. Denn besonders viel des Schärfe-Wirkstoffs Capsaicin befindet sich in den weißen Rippen, an denen die Kerne hängen. Darauf weist die Zeitschrift „Lecker“ (Ausgabe 10/2021) hin.

Für den Fall, dass einen trotzdem mal zu viel der Chilischärfe umhaut, empfehlen die „Lecker“-Experten drei Sofortmaßnahmen:

**Im Topf:** Eine zu feurige So-

ße lässt sich mit Erdnussbutter, Honig, Kokosmilch, Frischkäse, Sahne oder Schmand abmildern. Einfach einrühren, was gerade da ist.

**Auf der Haut:** Wenn man sich nach dem Schnippeln unbedacht an Nase oder Auge reibt, tut's richtig weh. Hier hilft leider nur Vorbeugen: Nach dem Schnippeln sofort

Hände (und Fingernägel) mit Öl einreiben, dann mit Spülmittel gründlich abwaschen.

**Im Mund:** Statt mit Wasser besser mit Milch löschen. Auch Brot oder Milchprodukte schwächen die Wirkung von Capsaicin und lindern den Schmerz. Laut der Wissenschaft ist eine Kombi aus beidem besonders wirksam, etwa als Käsebrötchen.

Wer sich dagegen darüber wundert, dass Chilipulver zu wenig Bumms hat, sollte zu Cayennepfeffer greifen. Er besteht zu 100 Prozent aus Chilischoten der Sorte Cayenne. Chilipulver dagegen ist nur eine milde Gewürzmischung aus Cayennepfeffer, Knoblauch, Kreuzkümmel, Oregano und je nach Mix auch Muskat, Zimt und Nelken. tmm

### Stellenangebote

### Immobilienankauf

### Bekanntschaffen

**www.hess-hoeren.de**

## Sie sind Hörakustiker/-meister (m/w/d) und auf der Suche nach neuen Herausforderungen?

Sie sind Teamplayer, verstehen Ihr Handwerk, sind Profi auf Ihrem Gebiet und möchten sich regelmäßig und zielgerichtet weiterbilden?

Dann sind Sie bei uns richtig und wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

# HESS HÖREN

**Kontakt: Wilhelm Dombrink**  
Hess Hören Hörgeräte GmbH  
Treppenstr. 6 • 34117 Kassel  
kontakt@hess-hoeren.de

Tausche meine EG-Wohnung in Kassel gegen Wohnhaus in Nordhessen. 0172-2827004

**5000,- € Belohnung**  
Immobilien-Sofortankauf.de  
- bundesweit - 06625-1820

**Baumarkt**

Teppichreinigung, Polster und Unterhaltsreinigung Tel. 05692/994530

**Brennholz ☎ 05545 6438**

**Verkauf**

Waschmaschine, 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](http://www.tm-store.de)

**Doris, 63 J.**, mit schöner fraulicher Figur, zärtlichen Gefühlen und viel Lebensfreude. Bin gerne häuslich, humorvoll, offen für alles, eine gute Hausfrau/ Köchin und Hobbygärtnerin, trotz eigenem Haus nicht ortsgelassen. Wenn Du eine liebe, umgängliche Frau vermisst, ruf über PV an, es gibt doch mich. Tel. 0176-34488463

**Sylvia, 69 J.**, fantastische Köchin, mit schöner weiblicher Figur. Bin keine Reisetante und eher häuslich. Die dunkle Herbstzeit ist da u. meine Einsamkeit wird immer größer, dabei habe ich so viel Liebe, Wärme u. Fürsorge zu geben. Ist in Deinem Herzen noch Platz für mich? Dann ruf ü. PV an u. gib uns eine Chance. Tel. 0176-43646934

**Pamela, 58 J.**, mit super Figur und Kurven an den richtigen Stellen, hübsch aber überhaupt nicht eingebildet, bin familiär und liebevoll. Habe das Alleinsein satt und suche über PV ei. treuen Mann zum Glücklichein u. glücklich machen. Tel. 0176-45891543

### Auto-Ankäufe

€ Auto für Export gesucht. Zahle über Wert. Kaufe alle Kfz, Diesel u. Benziner, auch mit Motorschaden. TÜV/km Stand egal. 0157-570 178 22

### Unterricht

**Witzenhausen Nachhilfe**  
[www.witzenhausen-nachhilfe.de](http://www.witzenhausen-nachhilfe.de)

**F&G PERSONAL**

**Lagermitarbeiter** m/w/d  
Kassel Umkreis 30 km  
Wechselschicht

**T 0561 - 7880970**  
kassel@fg-personal.de  
es ist nur ein Lebenslauf notwendig!  
F&G Personal GmbH  
Friedrich-Ebert-Straße 21 · 34117 Kassel

**F&G PERSONAL**

**Staplerfahrer** m/w/d  
Kassel Umkreis 30 km  
Wechselschicht

**T 0561 - 7880970**  
kassel@fg-personal.de  
es ist nur ein Lebenslauf notwendig!  
F&G Personal GmbH  
Friedrich-Ebert-Straße 21 · 34117 Kassel

**F&G PERSONAL**

**Reinigungs-kräfte** m/w/d  
in TZ für Schule in Fritzlar

**T 0561 - 7880970**  
kassel@fg-personal.de  
es ist nur ein Lebenslauf notwendig!  
F&G Personal GmbH  
Friedrich-Ebert-Straße 21 · 34117 Kassel

Wir suchen  
**KFZ-Mechaniker/Schlosser und Berufskraftfahrer (m/w/d)** für den Nah- und Fernverkehr ab Kassel.  
Tel. 0171-7580987 oder [info@knauff-transporte.de](mailto:info@knauff-transporte.de)

**Kontakte**  
Hausfrau (34) ganz privat 01525-767 2221

### Landwirtschaft & Forsten

**Buche Brennholz**  
Tel. 05684 931670

**Buchenbrennholz**, ofenfertig, trocken, ab 38 €.  
[www.brennholzfahrer.de](http://www.brennholzfahrer.de) • Tel. 0172 - 5211121

**www.kaminbrennholz.com**  
Tel. 0173/3950311