

**Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen**

**Karriere mit
Herz und
Hand**



**STÄRKE JETZT DEIN
IMMUNSYSTEM**

medifit

☎ 05692 - 995001
www.medifit-wolfhagen.de

**HEIMAT
NACHRICHTEN**

HOFGEISMAR
WOLFHAGEN

Fachbetrieb aus Beverungen

- ✓ Wintergärten
- ✓ Terrassendächer
- ✓ Haustüren
- ✓ Fenster



FIRMA FLEX
☎ 05273-367530

Brennholz
Holz aus heimischen Wäldern bestellen.



Namensfindung
Rudi Mahlmanns Idee gefiel am besten.



Gedächtnistraining
Alles reine Kopfsache in Zierenberg.



Wasser sprudelt erst 2024

Grottenkanal im Schlosspark Wilhelmsthal wird erneuert

Calden – Der Park von Schloss Wilhelmsthal bei Calden gleicht an seiner Südflanke seit wenigen Tagen einer Großbaustelle. Nach umfangreicher Restaurierung der historischen Grotte, einem anerkannten Rokoko-Prunkstück, konzentrieren sich die Wiederherstellungsarbeiten jetzt in einer nächsten Bauphase auf den vorgelagerten Grottenkanal.

Das Bauwerk und die dazugehörige Wassertechnik waren so marode, dass seit rund zehn Jahren keine Wasserspiele mehr präsentiert werden konnten. Nun wird der Kanal abgerissen und in den kommenden Monaten umgestaltet. Als gartendenkmalpflegerisches Leitbild dient seine Gestaltung um das Jahr 1750, kündigt die Museumslandschaft Hessen Kassel (MHK) an.

Der Kanal war ursprünglich Mitte des 18. Jahrhunderts angelegt worden, wurde aber bereits 1794 wieder verfüllt. 1967 dann die Rückbesinnung. Der Kanal wurde rekonstruiert - auf nichtoriginalem, zu hohem Bodenniveau und mit einer Sohle aus Beton. Eine Sanierung erwies sich in diesem Jahrhundert als immer dringlicher.

Nach Auskunft der MHK setzen die eigene Liegenschaftsverwaltung und der Landesbetrieb Bau und Immobilien Hessen als ausführender Dienstleister nicht nur auf die Behebung von Schäden an der Parkarchitektur, die sich im Laufe der Zeit eingestellt haben. Gleichzeitig soll die Chance genutzt werden, die Architektur nachträglich schädigende und verfälschende frühere Sanierungsmaßnahmen zu



Lagebesprechung: Dr. Siegfried Hoß, Tobias Apfel, Direktor Prof. Martin Eberle (alle MHK) und Projektleiter Dieter Jakumeit (Landesbetrieb Bau und Immobilien Hessen) an den Resten des Grottenkanals. FOTO: DORINA BINIENDA-BEER

korrigieren.

Die umfassenden Arbeiten im Schlosspark laufen bereits seit 2015. Den Abschluss der denkmalgerechten Kanalwiederherstellung strebt die MHK für Ende 2023 an. Die Wilhelmsthaler Wasserspiele könnten dann zum Saisonstart im April 2024 nach langer Pause erstmals wieder sprudeln.

Fast neun Millionen Euro

sind veranschlagt für den Grottenkanal sowie weitere Vorhaben im Verlauf der Wasserachse: Ab 2023 sollen sich die Instandsetzung des Ententeichs und der Kaskaden, der Bau von zwei Brücken über den Flutgraben hinter der östlichen Parkmauer und die Wiederherstellung eines Tors am östlichen Ende der Südachse anschließen.

pbb

HINTERGRUND

Auf Baustellenverkehr achten

Während der umfangreichen Bauarbeiten im Park von Wilhelmsthal bittet die Museumslandschaft Hessen Kassel (MHK) die Verkehrsteilnehmer auf der Allee zwischen Schäferberg und Schloss um erhöhte Aufmerksamkeit. Grund ist der Baustellenverkehr, der vom Schlosspark über ein Seitentor unmittelbar auf die Landesstraße einbiegen wird. Den Hinweis spricht die MHK vor dem Hintergrund oft zu beobachtender hoher Geschwindigkeiten in diesem Bereich aus.

pbb

Hofgeismarer Bücherei erhält Hörstation

Hofgeismar – „Büchereien vermitteln nicht nur die wunderbare Kunst des Lesens, sondern sind auch ein wichtiger Begegnungsort für alle Generationen“, so die für den Wahlkreis Waldeck zuständige SPD-Bundestagsabgeordnete Esther Dilcher. „Ich freue mich, dass die Büchereien in Hofgeismar und Diemelstadt jeweils mit 2300 Euro aus Bundesmitteln gefördert werden, um noch moderner und attraktiver zu werden“. Die Bücherei in Hofgeismar wird mit der Förderung ihren Internet-Arbeitsplatz erweitern und eine Hörstation einrichten.

Mit dem Soforthilfeprogramm „Vor Ort für Alle“ fördert der Deutsche Bibliothekenverband bundesweit zeitgemäße Bibliotheks- und Büchereikonzepte in Kommunen. Ziel sei es, Begegnungs- und Lernorte auf dem Lande zu stärken und einen Beitrag zu gleichwertigen Lebensverhältnissen zu leisten. Die Fördermittel stammen aus dem Bundesprogramm „Ländliche Entwicklung“ (BULE) des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft. zrk

Ortsbeirat berät über barrierefreie Kreuzungen

Wettesingen – Zur Sitzung des Ortsbeirats Wettesingen für Freitag, 29. Oktober, ab 19 Uhr in die Gaststätte Altes Rathaus Wettesingen ein. Auf der Tagesordnung stehen auch der barrierefreie Umbau der Kreuzungsbereiche in der Unteren Straße inklusive vor der Kirche sowie die Windkraftanlagen in Wettesingen.

dit

Town & Country HAUS Wunschimmo Massivbau e.K.
Town & Country Lizenz-Partner

Platz für 2 Familien



ab 289.090,- €

Das Zweifamilienhaus Domizil 192 inkl.:

- ✓ Bodenplatte
- ✓ Bauzeitgarantie
- ✓ Festpreisgarantie
- ✓ Geld-zurück-Garantie
- ✓ Baufertigstellungs-Bürgschaft
- ✓ Kontrolle durch unabhängigen Baugutachter

Jetzt informieren!
Telefon: 05606 563 147 0
Musterhaus Habichtswald-Ehlen
www.wunschimmobilie-massivbau.de

SICHERHEIT
Bau-Quadrat
Bau-Service
Bau-Finanzierung

HAUS für Sie

www.TC.de

autoprofi

Das können Sie von unserer Meisterwerkstatt erwarten:

- ✓ faire Serviceleistungen und faire Preise
- ✓ kostenloser Ersatzwagen
- ✓ täglich TÜ + AU-Abnahme
- ✓ Wartung nach Richtlinien der Hersteller
- ✓ Unfallinstandsetzung
- ✓ Reifenservice auf Wunsch mit Einlagerung
- ✓ Instandsetzung und Wartungsarbeiten aller Fabrikate zu Festpreisen
- ✓ Klimaanlage mit Desinfektion
- ✓ Hol- und Bringservice auf Wunsch

34369 Hofgeismar
Neue Straße 26 . Tel.: 05671 5070300
www.autoprofi.org
info@autoprofi.org

Meisterbetrieb

Der ambulante Pflegedienst Ochs GmbH sucht ab sofort oder später eine

Pflegefachkraft (m/w/d)
und eine
Pflegehilfskraft (m/w/d)
mit Berufserfahrung auf 450-Euro-Basis bis Vollzeit.



www.ah-do.de

AHDO
Ambulanter Hauspflegedienst
OCHS GmbH
Bahnhofstraße 10
34369 Hofgeismar
info@ah-do.de
Tel. 05671 920245

ECKSTEIN



23. BIS 30. OKTOBER

KALBSSCHNITZEL MAXI
MIT PREISELBEEREN,
GEBACKENEM CAMEBERT UND
GEBACKENEM FETA-KÄSE

NUR **19,90 €**

ECKSTEIN-LIEFERT.DE / IM ECKSTEIN

Dudeck



34396 Liebenau-Haueda
☎ 05676 989 128

Drei Radwege werden saniert

Stadt Grebenstein erhält Fördermittel



Förderung: Uwe Koch (links), Fachbereichsleiter Schulen, Sport und Mobilität beim Landkreis Kassel, und der Erste Stadtrat, Horst Wolff beim Ortstermin zur Übergabe des Förderbescheids.

FOTO: LANDKREIS KASSEL / NH

Grebenstein – Diverse Schlaglöcher und Wurzelschäden tragen dazu bei, dass an den Hauptradwegen zwischen Grebenstein und Burguffeln, Grebenstein und Kelze sowie am Radweg am Freibad der Spaß am Radfahren getrübt ist. „Die Stadt Grebenstein hat bereits an einigen Stellen Instandsetzungsmaßnahmen durchgeführt; in den kommenden Wochen werden noch weitere Sanierungen an drei Radwegen folgen“, sagt der Erste Stadtrat, Horst Wolff. Die Gesamtkosten schätzt er auf rund 12 000 Euro.

Zuschuss über 3482,61 Euro

Der Landkreis Kassel unterstützt die Stadt Grebenstein dabei mit einem Zuschuss über 3482,61 Euro. „Wir wollen mit der Schlaglochinitiative gezielt den Kommunen bei der Unterhaltung von Radwegen helfen, da das Land hierfür kein Förderprogramm bereithält“, erklärt Uwe Koch, Fachbereichsleiter Schulen, Sport und Mobilität beim Landkreis Kassel, bei einem Termin in Grebenstein zur Übergabe des Förderbescheids.



Brennholz aus dem Wald: Gerückte Stämme von Buchenbrennholz, wie sie vom Forstamt verkauft werden, liegen am Waldwegrand. Das Holz im Vordergrund wurde vom Käufer bereits auf Ofenlänge gesägt.

FOTO: KLEMENS KAHLE HESSENFORST

Nur Eiche ist teurer geworden

Forstamt nimmt Brennholz-Bestellungen entgegen

Reinhardshagen – Das Forstamt Reinhardshagen bietet wieder Brennholz aus heimischen Wäldern an. Angeboten werden Buchenholz sowie – abhängig vom Revier – auch Eiche sowie Edellaubhölzer. Das Holz liegt gerückt am Weg.

Das Holz hat in der Regel eine Länge zwischen drei und vier Meter und muss vom Käufer weiterverarbeitet werden. Die Preise je Festmeter betragen für Buche 62 Euro, für Eiche 45 Euro sowie für Edellaubhölzer 55 Euro. Gegenüber 2020 seien die Preise von Buchen- und Edellaubholz unverändert, teilte das Forstamt mit. Eichenbrennholz sei um fünf Euro je Festmeter teurer geworden.

Die Bestellung erfolgt ausschließlich über das Internet

und nur bis zum 30. November. Die Bestellungen sind ab sofort im Brennholz-Shop unter Hessen-Forst/marktplatz/brennholz möglich. Die Mindestbestellmenge beginnt bei fünf Festmetern und ist in

automatisierte Rückmeldung. Fertiges Holz wird in Rechnung gestellt, für bestelltes Holz wird der Bereitstellungstermin mitgeteilt. Die Abgabe von Schlagabraum ist bei den Revierförstern vor Ort direkt zu erfragen.

Das Laubholz stammt aus Pflegebeständen, die durchforstet werden. „Die besten Bäume bleiben stehen und erhalten durch die Entnahme mehr Platz zum Wachsen“, erklärt der stellvertretende Forstamtsleiter Dr. Stefan Reccius. „Dadurch kann sich die Baumkrone besser entfalten und die Wurzel sich besser im Waldboden ausbreiten.“ So werde der gesamte Waldbestand stabiler gegen Umwelteinflüsse. Wer Brennholz aus heimischen Wäldern kauft, erwerbe nicht nur einen regional nachwachsenden Rohstoff, sondern fördere auch eine stabile Waldentwicklung, ergänzt Reccius.

Nach Versand der Bestellung erhält der Kunde eine

Stefan Reccius



Fünf-Festmeter-Schritten erweiterbar. Der Kunde kann bereits aufgearbeitetes Holz kaufen oder in seinem Wunschkreis geplante Holzungen bestellen, solange der Vorrat reicht.

Nach Versand der Bestellung erhält der Kunde eine

ber/FOTO: KLEMENS KAHLE

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 €

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 €

Tischbohrmaschine
GTB 13/355
Kettienantrieb, 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: 115x93 cm, Material: Holz
49,50 €

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

Nur in Witzenhausen/Kleinallmerode 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

499,50 €

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:
759 - 228 x 287 cm **EUR 599,00**

Schoko-weihnachtsmann
Vollmilchschokolade
125 g
100g=0,62
-79

Der Große Bauer
-45% Zucker, versch. Sorten
250 g
100g=0,119
je -0,29

Dan Cake Waffeln
6 Stück
250 g
100g=0,196
-0,49

Edel-Marzipan-Stollen
950 g
1kg=3,674
3,99

Riegelein Schokokugeln
Vollmilchschokolade
10 Kugeln
100 g
-0,49

Schwarzwälder Schinken
geschnitten, ca. 300 g
100g -0,75

Kuchenmeister Zitronen-, Marmor oder Früchte kuchen
400 g
100g=0,2478
je -0,99

Christstollen
750 g
1kg=3,987
2,99

becker
IMMER WAS BESONDERES

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

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

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

Noch in Form?

„Durch den Nebenjob als HEIMATNACHRICHTEN-Zusteller bleiben wir fit und verdienen uns etwas zur Rente dazu.“

© Foto: Bay - www.fotolia.com

Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienst Du Dein Geld an der frischen Luft.

Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhaft in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich die HEIMAT NACHRICHTEN Hofgeismar/Wolfhagen **samtstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

- **BAD EMSTAL:** Balhorn (Am Distelberg, Lindestr.)
Merxhausen
- **CALDEN:** Fürstenwald (Weimarer Weg)
Stadt (Treisweg)
Westuffeln (Kasseler Str., Mühlenbergstr.)
- **HABICHTSWALD:** Dörnberg (Silberseestr., Wolfhager Str.)
Ehlen (Kasseler Str., Lohweg)
Hümme (Hauptstr.)
Stadt (Am Hang)
- **HOFGEISMAR:** **Holzhausen** (Eichwaldstr., Tannenstr.)
Stadt (Am Leutenhäuser Berg, Lohweg, Meisenweg)
- **IMMENHAUSEN:** **Niedermeiser**
Ostheim
- **LIEBENAU:** **Elbenberg** (Bergstr., Grüner Weg)
Heimarshausen
- **NAUMBURG:** **Veckerhagen** (Eichhof, Königsberger Str.)
- **REINHARDSHAGEN:** **Deisel** (Oberdorf, Unterdorf)
Eberschütz, Gottsbüren
- **TRENDELBURG:** **Gasterfeld, Stadt (Bussardstr.)**
Wenigenhasungen
- **WOLFHAGEN:**

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

☎ **05 61 / 920 94 – 301**

✉ **info@top-direkt.de**

HEIMAT NACHRICHTEN
HOFGEISMAR WOLFHAGEN

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.: 0 56 71 / 50 90 27
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

Bewerben Sie sich jetzt:
(0561) 92094-100 oder -101
www.top-direkt.de

HEIMAT NACHRICHTEN

TOP DIREKT



Dankeschön für gute Idee: Rudi Mahlmann bekam für seine Idee, das neue Holzhaus, Museums-Tenne zu nennen, einen Präsentkorb von Regina Pinks-Freybott und Christa Fiege vom Verein für Heimat und Brauchtum. Die Vereinigung kümmert sich um das Dorf-Museum Oedelsheim.

FOTO: TANJA TEMME

Seine Idee gefiel am besten

„Museums-Tenne“: Rudi Mahlmann schlug Namen vor

Oedelsheim – Weder Kater-Höhle noch Party-Scheune: Die Museums-Tenne machte das Rennen. Bei der Namensfindung für das neue Holzhaus auf dem Gelände des Oedelsheimer Dorf-Museums, setzte sich der Vorschlag von Rudi Mahlmann durch. Dafür bekam der Ideengeber vom Heimat- und Verkehrsverein (HVV) am Sonntag ein kleines Dankeschön überreicht.

Warum der Verein auf seinem Grundstück dieses Holzhaus bauen ließ, brachte die Vereinsvorsitzende Christa Fiege auf den Punkt: „Wir hatten es satt, alljährlich im Frühjahr das Zelt auf- und es im Herbst

wieder abzubauen, denn das war immer eine komplexe Angelegenheit.“ Damit meint sie ein Festzelt, das seit Jahren von Frühjahr bis Herbst hinter dem Museum stand. Außerdem sei dieses mit der Zeit recht unansehnlich geworden und bei Sturm hätten sie oft Sorge gehabt, dass es wegfiegen könne.

All das ist nun Vergangenheit, wurde doch an gleicher Stelle nun ein Ständerbau aus Fichtenholz errichtet. Möglich wurde dieses durch Fördermittel aus dem Leader-Programm, aus welchem 15 000 Euro in das Projekt flossen. „Der HVV hat dann nochmal 6000 Euro dazugegeben, sodass unser

neues Häuschen am Ende 21 000 Euro gekostet hat“, erklärte Vorstandsmitglied Regina Pinks-Freybott.

Eigentlich wäre das Objekt noch teurer geworden, doch durch den Arbeitseinsatz einer kleinen Gruppe von Männern konnte Geld gespart werden. „Ob beim Setzen der Sockel, dem Einrichten des Stromanschlusses oder dem Anstrich der Fassade: Ohne Unterstützung hätten wir tiefer in die Tasche greifen müssen“, ist sich Fiege sicher.

Die Hauptarbeit fand schon im vergangenen Jahr statt, wo zwischen Juli und Oktober Wände und Dach aufgebaut

wurden. Diesen Sommer wurden dann die übrigen Arbeiten vorgenommen. „Noch sind wir nicht ganz fertig, denn wir wollen noch den Boden befestigen

– wahrscheinlich mit Gummimatten“, gab Fiege als Ausblick. Zudem überlegt der Vereinsvorstand, ob es sinnvoll wäre, einen Teil der Fensteröffnungen abzudichten. Doch das ist erst mal Zukunftsmusik, denn ohne weitere Fördermittel kann es nicht weitergehen.

Die Tenne soll von allen Oedelsheimern gegen eine kleine Gebühr genutzt werden können. So sei es auch schon bei dem Zelt gewesen, berichtete der Vorstand.

Ehrenamtliche sind bereit für ihren Einsatz

Aktivitätspaten für Senioren geschult

Hofgeismar – Gemeinsam mit dem Altenberatungszentrum (ABC) Hofgeismar haben mehrere ehrenamtliche „Aktivitätspaten“ für Senioren ihre Schulungen abgeschlossen und hoffen nun auf Einsätze. Noch sind die Angebote aber nicht bei allen Seniorinnen und Senioren bekannt, wie Anne Brosig vom ABC mitteilte.

Unterstützung im Alltag

Bei dem Angebot geht es darum, dass ältere Menschen, die noch in vertrauter Umgebung leben, aber deren Kräfte nachlassen, im Alltag Unterstützung benötigen. Soziale Kontakte pflegen, einfach nur schnuddeln, spazieren gehen und die Frühlingssonne genießen, ein gemütlicher Cafébesuch, vertrauten Hobbys nachgehen, notwendige Einkäufe erledigen oder einfach ein entspannter Einkaufsbummel sind für ältere Menschen oft nicht mehr selbstverständlich. Auch

Arztbesuche oder Behördengänge fallen zunehmend schwerer. Bei all diesen Dingen können die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer des Altenberatungszentrums Personen in der Stadt Hofgeismar und in den übrigen Kommunen des Altkreises Hofgeismar unterstützen.

Sie haben eine Basisschulung erhalten, bekommen für ihre Tätigkeit eine Aufwandsentschädigung und unterliegen der Schweigepflicht. Nicht übernommen werden allerdings pflegerische Tätigkeiten, Raumpflege oder Treppenhausreinigung.

Die Kosten können bis zu einer Höhe von 125 Euro durch die Pflegekasse erstattet werden, wenn ein Pflegegrad vorliegt.

Wer Hilfe oder Begleitung benötigt, wendet sich an das: ABC - Altenberatungszentrum Hofgeismar, Im Loggenhagen 1, 34369 Hofgeismar, Tel. 05671/92 51 16 oder Email: altenberatungszentrum@t-online.de

Ballettunterricht in zwei Gruppen

Kassel – Bei der VHS können Kinder und Jugendliche Ballett lernen. In den Altersgruppen fünf bis zehn Jahre (montags 15.30 bis 17 Uhr) und elf bis 17 Jahre (freitags 16 bis 17.30 Uhr) unterrichtet Kursleiterin Irina Kotovitch. Die Kurse umfassen jeweils acht Termine und starten am 25. Oktober und 29. Oktober.

Kribbeln, Brennen, taube Füße?
Beratungstag (auch telefonisch möglich) zum Thema Polyneuropathie am Donnerstag, dem 28.10.2021. Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin.
Hubertus Apotheke
Apotheker Stephan Parzefall
Bahnhofstr. 3, 34369 Hofgeismar
Telefon: 05671 - 9 93 60

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

Gaming-Gläser

beugen dem Office Eye Syndrom vor!

Im digitalen Zeitalter wächst die Zahl der Gamer an Konsole, Tablet und Smartphone in nahezu jeder Altersgruppe rasant.

Die Folgen sind oft müde, trockene und brennende Augen bis hin zur Sehverschlechterung.

Schützen Sie Ihre Augen jetzt mit speziellen Gläsern für Ihren digitalen Freizeitgenuss.

GESUNDHEIT
Kompetenz-Zentrum
für Sehen & Hören

Stephan Siebert
DIE OPTIK

Findet uns auf
„Instagram“ und

IM ATRIUM, WILHELMSHÖHER ALLEE 262, BAD WILHELMSHÖHE
WOLFHAGER STRASSE 383, KASSEL - HARLESHAUSEN
HANNOVERSCHE STRASSE 75, NIESTETAL - SANDERSHAUSEN
MARKTPLATZ 5, ZIERENBERG
+ NICE PRICE BRILLEN, TEICHSTR. 31, KASSEL - KIRCHDITMOLD

Ein Angebot der Stephan Siebert Die Optik GmbH, Hannoversche Straße 75, 34286 Niestetal

Zuverlässiger Goldverkauf am Töpfermarkt in Hofgeismar

Anzeige



„Mein Angebot ist fair und unverbindlich“, betont Georges Khalil und schafft damit gute Voraussetzungen für einen soliden und transparenten Goldverkauf. Seit über 9 Jahren betreibt er das kleine Ladengeschäft im Zentrum von Hofgeismar. Seine Kunden schätzen den freundlichen Umgang und die Atmosphäre.

Der Goldpreis ist hoch und hat sich auch auf den internationalen Goldmärkten auf einem hohen Niveau etabliert. Der Goldankauf am Töpfermarkt ist gerade jetzt eine gute Adresse, um erfolgreich zu verkaufen.

Neben altem Gold und Silber jeglicher Art können Kunden auch nicht mehr benötigtes Altgold, Zinn oder Zahngold bei Khalil veräußern. Selbstverständlich ist ein Verkauf kein Muss, wenn der angebotene Preis nicht zusagt.

War in der Vergangenheit durch die Pandemie nur ein Verkauf nach Terminvergabe möglich, so ist seit September wieder ein spontaner Besuch möglich. Wer im Vorfeld allerdings lieber einen Termin vereinbaren möchte, kann dies gern telefonisch tun. Georges Khalil hat sein Geschäft Montag bis Freitag von 10.30 Uhr bis 15 Uhr und Samstag von 10.30 Uhr bis 13.00 Uhr geöffnet. Telefonisch ist er unter Tel. 0173 5762767 für Interessierte erreichbar.

GOLDANKAUF HOFGEISMAR

SOFORT BARGELD!

- ✓ Goldschmuck und Altgold
- ✓ Zahngold (auch mit Zähnen)
- ✓ Gold- und Silbermünzen
- ✓ Gold- und Silberuhren (Markenuhren)
- ✓ Silberbesteck (auch Auflage)
- ✓ Tafelsilber
- ✓ Zinn (nur mit Stempel)

Töpfermarkt 6 (neben Parfümerie Weber)
34369 Hofgeismar
Mo.-Fr. 10.30-15 Uhr, Sa. 10.30-15 Uhr
☎ 0173 5762768



Alles reine Kopfsache

Gedächtnistraining mit Evelyn Kallenbach-Pedina

Zierenberg – Die Köpfe rauchen zwar nicht beim Kurs für Gedächtnistraining mit Evelyn Kallenbach-Pedina, aber es strengt dennoch auch an. Allerdings stellt sich der Erfolg schnell ein, von Aufgabe zu Aufgabe wird es einfacher. Kreativität, Wortfindung und Denkfähigkeit sind die Trainingsziele im Zierenberger Bürgerhaus, wo der Vhs-Kurs stattfindet. Redewendungen und Sprichwörter bringen der Gruppe zusätzlich auch viel Spaß.

Dass ein „Stirb-nicht-Gebäck“ ein simpler Lebkuchen ist, ist nicht auf Anhieb erkennbar. Da denken einige vielleicht zu kompliziert. Auf der Basis modernster Forschung entwickelt der Bundesverband Gedächtnistraining ausgewählte Übungsprogramme zur Förderung spezifischer Gehirnleistungen, die ständig weiter entwickelt werden. Mit unterschiedlichen Trainingskonzepten können verschiedene Zielgruppen trainiert werden, Grundschulkinder, junge Erwachsene, Berufstätige, Senioren und Menschen mit demenziellen Veränderungen.



Gedächtnistraining in Zierenberg: Sie halten sich fit (von links) Monika Lammers, Elke Seegel, Gedächtnistrainerin Evelyn Kallenbach-Pedina, Susanne Hedderich, Renate Völkel und Rita Friedl. FOTO: MONIKA WÜLLNER

gen. Und bei allen Zielgruppen sind Erfolge sichtbar. Das bestätigt Evelyn Kallenbach-Pedina, die Fachtherapeutin für Hirnleistungstraining, Fachpräventologin geistige Fitness und Tanzlehrerin für

Tanzen im Sitzen ist. Die Mitglieder der Gruppe in Zierenberg bestätigten alle, dass sie bereits Erfolge spüren, dass es ihnen ganz viel bringe, an dem Training teilzunehmen, dass sie die Stunden nicht missen möchten und auch Spaß daran haben. Und zwar nicht, weil einer von ihnen bereits Probleme bei der Hirnleistung habe, sondern weil alle frühzeitig das Gehirn trainieren möchten. Das empfiehlt auch Gedächtnistrainerin Evelyn Kallenbach-Pedina.

Sie rät dazu, das Gehirn wie jeden anderen Muskel im

Körper zu betrachten. „Diese Muskeln trainiert man ja schließlich auch“, sagt sie überzeugt. Zudem empfiehlt sie, alltägliche Dinge einfach mal anders zu machen. Zum Beispiel: Wer seinen Kaffeebecher immer mit der rechten Hand hält, sollte auf die linke wechseln. Wer sich mit der rechten Hand die Zähne putzt, darf das auch mal mit der linken trainieren und so weiter. „Es ist gut, Bewegungsabläufe einfach mal zu ändern“, so die Trainerin.

Die Übungen sind vielfältig. So geht es in einer darum, Worte zu finden, dann wie-

derum Sätze zu bilden, zu reimen oder auch mal zwischendurch eine Rechenaufgabe zu lösen. Beispiel: Eine Gruppe Enten möchte eine Straße überqueren. Hinter der ersten Ente laufen zwei Enten. Vor der Ente in der Mitte der Gruppe läuft eine Ente und vor der letzten Ente laufen zwei Enten. Wie viele Enten überqueren die Straße? (Es sind drei). Wer jeden Tag mit solchen Aufgaben zu tun hat, löst sie sicherlich im Handumdrehen. Aber wer darin nicht geübt ist, braucht eine Weile oder vielleicht auch – so wie im Kurs – eine Trainerin, die die Aufgabe anhand von Buntstiften verdeutlicht. Am Ende freuen sich die Teilnehmer über ihren Erfolg, und manchmal kommt man gemeinsam besser voran. Evelyn Kallenbach-Pedina empfiehlt zudem das Tanzen, um das Gehirn fit zu halten. „Die Bewegung zum Takt, die Koordination und der gesamte Ablauf des Tanzens, das alles trainiert das Gehirn“, so die Trainerin.

Wettbewerb zu gelebter Vielfalt

Nordhessen – Für gelebte Vielfalt können Kommunen nun belohnt werden: Die Initiative „Offen für Vielfalt – Geschlossen gegen Ausgrenzung“ zeichnet erstmals Kommunen aus, die sich im ländlichen Raum für ein tolerantes, respektvolles und diverses Miteinander einsetzen. Das teilt das Regierungspräsidium Kassel mit, das Kooperationspartner des Wettbewerbs ist.

Alle 135 Städte und Gemeinden aus den sechs Landkreisen Hersfeld-Rotenburg, Fulda, Kassel, Schwalm-Eder-Kreis, Waldeck-Frankenberg und Werra-Meißner-Kreis können sich mit einem Vielfalts-Projekt aus ihrer Kommune bewerben, heißt es in der Mitteilung. Als Grundlage dienen sieben anerkannte Vielfaltsdimensionen: Alter, Geschlecht und geschlechtliche Identität, sexuelle Orientierung, Religion und Weltanschauung, körperliche und geistige Fähigkeiten, ethnische Herkunft und Nationalität sowie soziale Herkunft.

Pro Landkreis warten Preisgelder in Höhe von 4000 Euro. Einen Sonderpreis gibt es für den vorbildlichen Einsatz für demokratische Werte. Damit wollen die Kooperationspartner auch an den 2019 erordenen Kasseler Regierungspräsidenten Walter Lübcke erinnern.

So funktioniert es: Kommunen können Orte, in denen Vielfalt gelebt wird, online in eine Karte eintragen. Mit einer Idee zum Ausbau des „Vielfalts-Angebots“ können sich die Kommunen dann um ein Projektbudget bewerben. Die Ausschreibung läuft bis zum 31. Oktober.

Info unter www.hna.de/vielfalt

Hochzeitswald Hombressen

Hombressen - Hochzeitspaare aus Hombressen bekommen am Samstag, 30. Oktober, ab 15 Uhr wieder die Möglichkeit, im Hochzeitswald des Ortes einen Baum zu pflanzen. Anmeldung ist möglich per Mail an hochzeitswaldhombressen@gmx.de oder telefonisch bei Jürgen Weiß unter 0 56 71/68 61.

RATIO_Land
XXL FLOHMARKT
RATIO-LAND BAUNATAL
31.10.
hansenmaerkte.de • ☎ 06424-6191

Ich reinige Ihre Fenster - Gewerbe und Privat
0177 686 3179

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

Grabschmuck zu Allerheiligen in großer Menge aus eigener Herstellung vorhanden!

Blumenhaus Kraatz
Kurfürstenstr. 16 | 34466 Wollfshagen
Telefon 05692 2346

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag
8.00-13.00 Uhr,
14.00-18.00 Uhr
Samstag
8.00-13.00 Uhr

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

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

HEINRICH HARTLEB UMZÜGE
Seit 1886 • www.umzug-hartleb.de
☎ 0561/ 47 59 63-0

AUFGEPASST !!! 20% Coronarabatt !!!
Werbewochen 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

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

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

GOLDANKAUF KASSEL
OBERE KÖNIGSSTRASSE 37A, AM OPERNPLATZ
MACHEN SIE IHR GOLD ZU GELD

- Altgold
- Zahngold (auch mit Zähnen)
- Gold-Münzen-Barren
- Silberschmuck - Münzen
- Silberbesteck / Zinn
- 90/100/800 abgestempelt
- 5 DM und 10 DM Münzen
- Erbnachlässe / Diamanten
- Kompl. Münzsammlungen
- LUXUS-/NOBELUHREN**

Bitte Termin vereinbaren unter 0561-5055515

Vertrauen Sie dem Juwelierfachmann
GOLDANKAUF KASSEL
Obere Königsstrasse 37a, direkt am Opernplatz Neben Herenausstatter Köhler
34117 Kassel • 0561-5055515 • Mobil 0175-2326110 • www.goldankaufkassel.de
Parkkostenersatzung Parkhaus Königsgalerie
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. von 10.00 - 18.00 Uhr • Sa. 9.30 - 14.00 Uhr

Podologische Fachpraxis Nicole Schmidt | Bahnhofstr. 4 | 34369 Hofgeismar
Ihre Spezialisten für medizinische Fußbehandlung

Wir finden für jedes Fußproblem eine Lösung!

Behandlung von:

- ▶ eingewachsene Nägel ohne OP
- ▶ Nagelpilzinfektion
- ▶ Hühneraugen/ Warzen
- ▶ Druckstellen
- ▶ und vielem mehr

Kassenleistung für:

- ▶ Diabetiker
- ▶ Neuropatiker
- ▶ Patienten mit Querschnittssyndrom

Hausbesuche? JA!

Mit uns und gesunden Füßen durch den Herbst. Wir lassen Sie nicht im Regen stehen.

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin unter
0 56 71-608 77 11
Schmidt
www.podologie-schmidt-hofgeismar.de

Unser Speiseplan
vom 25.10.2021 bis 30.10.2021

Montag: Pfannengyros vom Schwein mit Reis, Pommes, Kräuterquark und Salat	8,50 €
Dienstag: Wildschweingulasch mit Waldpilzen und Rotkohl, dazu Klöße oder Kroketten	8,90 €
Mittwoch: Schweineschnitzel mit Zwiebel-Schmand-Soße, Pommes oder Salzkartoffeln, dazu Salat	8,90 €
Donnerstag: Hähnchenmedaillons in Pfifferling-Rahmsoße, Spätzle oder Basmati-Reis, dazu Salat	8,90 €
Wochensuppe: Kartoffel-Lauch-Suppe mit Hackfleisch-Klößchen, dazu Brot	6,00 €

Freitag:
Hechtfilet mit Kartoffelsalat und Remouladensoße **9,90 €**

Samstag:
Schweinschaxe mit Sauerkraut und Kartoffelpüree **9,50 €**

Salate:
Gemischter Salat mit Hähnchenbrust **7,90 €**
Chefsalat mit Schinken, Thunfisch, Käse und Ei **7,90 €**
Tomaten-Mozzarella-Salat mit Balsamicodressing **7,90 €**

Genießen Sie in unserem Hotel Viktorosa unser tägliches Frühstücksbuffet (8.00 - 11.00 Uhr) für 13,50 € p. P.
Wir bitten um Voranmeldung unter: Tel. 05671 40854

info@ess-bar-hofgeismar.de
www.hotel-viktoria.de
Tel. 05671 40854 | Erlenweg 2 | 34369 Hofgeismar

...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 einen 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/Kleinmerode
centrale@rb-becker.de

Es werde Licht

Tipps fürs Fahren in der dunklen Jahreszeit

Im Dunkeln zur Arbeit fahren – und im Dunkeln wieder nach Hause kommen: Wer im Herbst und Winter nicht im Homeoffice sitzt, greift als Autofahrer fast automatisch jeden Tag mehrmals zum Lichtschalter. Mit diesen Tricks und Tipps kommen Fahrer gut durch die dunkle Jahreszeit.

1. Autos mit Lichtsensor richtig handhaben

Der Griff zum Schalter gilt auch für Autos mit Lichtsensor. Dieser schaltet zwar automatisch das Abblendlicht bei Dunkelheit an, er hat aber mit schwierigen Lichtverhältnissen oftmals Probleme.

„Gerade im Herbst bei Nebel reagiert die Lichtautomatik verzögert oder gar nicht, da der empfindliche Lichtsensor durch die hell reflektierenden Tropfen irritiert wird“, sagt der Technikexperte Marcel Mühlich vom Auto Club Europa (ACE). „Daher sollten Autofahrer die Automatik aus und das Licht manuell einschalten.“

Außerdem leuchten Tagfahrleuchten nur vorn – die Rückleuchten bleiben aus. „Bei trüben und dämmerigen Lichtverhältnissen ist es daher besser, das Abblendlicht frühzeitig einzuschalten, damit der rückwärtige Verkehr das Fahrzeug erkennen kann“, sagt Mühlich. Auch bei Fahrten durch Waldgebiete mit schnell wechselnden Lichtverhältnissen leuchten die Scheinwerfer besser ständig.

2. Nebelscheinwerfer sinnvoll einsetzen

Nicht vorgeschrieben, aber hilfreich sind Nebelscheinwerfer am Auto. „Die dürfen jedoch nur bei wetterbedingter schlechter



Sicht wie Regen, Nebel oder Schneefall eingesetzt werden“, sagt Mühlich.

Zusätzlich wird am besten das Standlicht und nicht das Abblend- oder Fernlicht eingeschaltet. Da die Nebelscheinwerfer ihr Licht eher in die Breite streuen und meist tief liegen, blenden die feinen Wassertropfen den Fahrer weniger. Allerdings leuchten sie nicht weit, so dass die Geschwindigkeit stark reduziert werden sollte.

Bei Nebelsichtweiten von weniger als 50 Metern gilt maximal Tempo 50. Erst dann darf auch die Nebelschlussleuchte eingeschaltet werden. Ist sie schon bei besserer Sicht aktiv, droht ein Bußgeld von mindestens 20 Euro. Als Anhaltspunkt dienen die Leitpfosten am Rande von Straßen und Autobahnen, die in der Regel

50 Meter Abstand zueinander haben.

3. Strenge Vorgaben bei Zusatzscheinwerfern

Nicht alle Scheinwerfer und Leuchten sind für die Verwendung am Auto zulässig. Laut Gesetz müssen alle Lampen, Leuchten, Scheinwerfer, Strahler, Blinker und Rückleuchten für das jeweilige Fahrzeug eine Bauartgenehmigung besitzen und gemäß Bauartgenehmigung verwendet werden, erklärt Thorsten Rechten vom TÜV Rheinland. Ein Scheinwerfer darf nicht einfach umgerüstet oder umgebaut werden, die Lampen müssen in den jeweiligen Scheinwerfer passen und ein E-Prüfzeichen besitzen.

4. Kostenloser Lichttest

Michael Neuburger als Kfz-Meister und Pressesprecher der Kfz-Innung Gifhorn

rät, spätestens im Herbst die Beleuchtungsanlage überprüfen zu lassen. „Moderne Scheinwerfersysteme mit ihren elektronischen Bauteilen lassen sich nicht mehr einfach selbst mechanisch einstellen, sondern werden elektronisch justiert“, sagt er. „Das können lediglich Kfz-Fachwerkstätten oder Prüforganisationen.“

Seit 1956 gibt es bundesweit in Werkstätten die Aktion Licht-Test im Oktober. Sie legt schnell und kostenlos Defekte und fehlerhafte Einstellungen an der Beleuchtungsanlage dar. Bei rund einem Viertel der untersuchten Fahrzeuge finden die Mechaniker dann auch Mängel.

5. Andere Lampen und Pflege – was ist sinnvoll?

Bei Umrüstkits, die von konventionellen H7-Schein-

werfern auf LED-Scheinwerfer umstellen, mahnt TÜV-Experte Rechten zur Vorsicht: „Wenn diese Retro-Fits keine Bauartgenehmigung für den jeweiligen Fahrzeugtyp und Scheinwerfer besitzen, dürfen sie nicht verwendet werden, da die Betriebserlaubnis des Fahrzeugs erlischt.“

Besondere Pflege benötigen Scheinwerfer und Rückleuchten zwar nicht. Je nach Außentemperatur können sie allerdings von innen beschlagen. Dann sollte man die Scheinwerfer einfach anschalten, damit die Feuchtigkeit durch die Wärmeentwicklung entweichen kann. Blinde Reflektoren im Inneren sollten allerdings in der Werkstatt getauscht werden, Gleiches gilt für matte und milchige Gläser.

tmn

◀Trübe Suppe: Jetzt kommt es auf eine gute und funktionierende Lichtanlage an.

FOTO: JULIAN STRATENSCHULTE/DPA/DPA-TMN

Rixer

Bauernladen

Jetzt vorbestellen!

Flugenten, Gänse
(Aus Freilandhaltung!)
Puten

Hausmacher
Wurstwaren

Unsere Schweine werden auf
Stroh gehalten und haben einen
überdachten Auslauf!

Mittwochs ab 11 Uhr
Schnitzel mit wechselnden Belegen 7,50 €
Donnerstags - Eintopf 5,- €
Um Vorbestellung wird gebeten!

Zier- & Esskürbis
Kürbis
für Halloween

Frisch geerntet
aus eigenem Anbau!

Weißkohl, Kohlrabi, Spitzkohl,
Wirsing, Rotkohl, Knoblauch,
Steakrüben, Fenchel, Rote Beete,
Porree, Pastinaken, Möhren,
Sellerie, Hokkaido, Zuckermais

Kartoffeln

Verschiedene Sorten

12,5 kg	6,- €
25 kg	10,- €

Freilandeier

Mo - Mi & Fr 9-13 & 14-18 Uhr
Do 9-13 Uhr & 14-19 Uhr
Sa 9-13 Uhr

Familie Peter Koch
34393 Grebenstein-
Friedrichsthal Nr. 5
☎ 05674-1355

Reifen, Licht und Batterie

Check: So fährt das Auto sicher durch die kalte Jahreszeit

Bevor die ersten Flocken vom Himmel fallen, ist es sinnvoll, sein Auto auf die kalte Jahreszeit vorzubereiten. Dazu gehört eine gute Bereifung, eine geprüfte Lichtanlage sowie eine intakte, geladene Batterie. Aber das ist längst nicht alles, worauf man achten sollte.

Besonders bei den unbeständigen Straßenverhältnissen im Winter ist eine gute Sicht unerlässlich. Deshalb sollten die Scheiben innen wie außen immer gut geputzt und die Wischerblätter nicht ausgefranst sein, empfiehlt die Gesell-

schaft für Technische Überwachung (GTÜ). Wird die Scheibe bei Nässe, Schneematsch und Streusalzeinsatz verdreckt, hilft das Scheibenwischwasser bei der Reinigung. Mit der richtigen Dosis an Winterreiniger versehen, frieren Pumpe und Spritzdüsen nicht ein.

Bei Fahrzeugen, die keinem regelmäßigen Kundendienst unterzogen werden, sei die Überprüfung der Kühlflüssigkeit mit einem Frostschutzgerät ratsam, sagt die GTÜ. Diese sollte auch bei Temperaturen von minus 25 Grad Celsius noch flüssig sein. Bei bitterkalten

Winternächten drohen sonst teure Frostschäden am Motor.

Türgummis pflegen

Auch die Türgummis leiden im Winter und können mitunter gefrieren. Damit sie nicht rissig werden und dicht bleiben, sollte man sie regelmäßig mit Pflegemitteln behandeln. Die Mittel gibt es im Auto-Zubehörhandel oder an der Tankstelle. Damit sollten sich die Türen auch bei Minusgraden zuverlässig öffnen lassen,

sagt die GTÜ. Zusätzlich kann es sinnvoll sein, einen Türschlossenteiser griffbereit zu haben. Sicher ist sicher: Ein, zwei Decken im Auto können zu wichtigen Wärmespendern werden, wenn man doch mal im Schneechaos oder einem langen Stau stecken geblieben ist.

Auch bei einer Panne kann es im Winter andersfalls ungemütlich werden. Denn bis Räumfahrzeug oder Pannenhilfe vor Ort sind oder sich der Stau auflöst, kann es mitunter dauern.

tmn

Reifen-Schindewolf

Trinoga

Inh. Helmut

• NEUREIFEN • REIFEN ALLER FABRIKATE
• FELGEN • REPARATUREN

Schachtener Straße 2 • 34393 Grebenstein • Tel.: 05674/209
www.hessenweb.de/trinoga

Das perfekte Zusammenspiel aus Bild und Ton.

Die **BESTKOMBI** Made in Germany kombiniert mit der **SONATA 1** und dem **MONITORLINE UHD** erstklassigen Sound mit scharfem Bild. Für beste Stadionatmosphäre zu Hause.

Ihr **TechniSat** Fachhändler berät Sie gerne:

Fernseh Wohlgemuth

Untere Schnurstraße 12 • 34393 Grebenstein • Tel.: 05674 6149
Mo. bis Fr. 15:00 bis 18:00 Uhr • Sa. 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

RENAULT service

Jahreswagen & Gebrauchtwagen

Reparatur, Wartung und Unfallinstandsetzung aller Fabrikate

LUND

Autohaus Georg Lund GmbH

www.autohaus-lund.de
Untere Hofstr. 3 • 05674 894
Grebenstein

Willi Brede

Elektro - Heizung - Sanitär

Alles aus einer Hand von Ihrem EHS-Service-Partner

Udenhäuser Str. 17 • 34393 Grebenstein
Telefon: 05674/ 4341 • Fax: 05674/ 4305
E-mail: webmaster@willi-brede.de
Web: http://www.willi-brede.de

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 Rottlieb 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 gelangt 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



FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Frostempfindliche Pflanzen können in Vlies eingepackt werden. Zusätzlich hilft es, eine Mulchschicht auf dem Boden zu verteilen.

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 Rottlieb. „Man kann es unter Hecken und zwischen die Sträucher kehren und auf Beeten verteilen. Das ist nicht nur ein guter Frostschutz, sondern auch Lebensraum für Igel, verschiedene Insekten, Mäuse und Kriechtiere.“

tmn

GOLDANKAUF LOHFELDEN

Aktion nur 5 Tage gültig!! Montag bis Freitag 10-18 Uhr
Nutzen Sie die einmalige Gelegenheit.

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

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

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

Für Pelze und Nerze bis zu 8.000,- €

Ankauf von Goldschmuck aller Art. Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie gut erhaltene Ringe, Broschen, Ketten, (Armbänder bevorzugt in breiter Form), Colliers, Medallions, Golduhren – auch defekt, Pelz i. V. mit Gold

Altgold

Silberbesteck

Breite Armbänder

Gold- und Silbermünzen

Modeschmuck

Rolex, Omega etc.

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

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

Angebot
26.10.-29.10.2021

Aus der Region – für die Region!
Gutes vom Lande im Hofgut Hofladen

Aus unserer Hofgut Landwirtschaft:

Lachsbraten	100g	1,19 €
Kammbraten	100g	1,09 €
Bauchspeck gewürzt	100g	0,89 €
Bratwurst gebrüht	5-Pck	5,50 €
Blutwurst, Sülze klein	250g	3,00 €
Pfefferschinken	100g	2,59 €

Hausmacher-Stracke immer vorrätig

ÖFFNUNGSZEITEN GÄRTNEREI
Mo, Di, Mi, Do 8.00 – 16.00 Uhr
Fr 8.00 – 14.00 Uhr
Telefon: 0 56 71 50 80 11-00

ÖFFNUNGSZEITEN HOF-LADEN
Di, Mi, Do 8.00 – 13.00 Uhr
Freitag 8.00 – 14.00 Uhr
Telefon: 0 56 71 50 80 11-01
Schützenhofweg 17, 34369 Hofgeismar

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

LAGERBOXEN ZU VERMIETEN - in Kassel
H&S Lagerbox selfstorage
Tel. 0561/84 0 73 oder -74

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

Briefmarken • Gold • Münzen
Ansichtskarten, Schätzung, Beratung
An- u. Verkauf • Dr. Rohde & Kornatz,
Treppenstr. 13, Kassel, Tel.: 05 61 - 1 62 17

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

...hin zu... Kimm!

NEUE:
Wäschetrockner ab € 129,-
Waschmaschinen ab € 199,-
Geschirrspüler ab € 255,-
Einbauherd 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

Senioren Tagespflege OCHS GmbH

Wir befinden uns in einer denkmalgeschützten Villa mit ganz besonderem Charme im Herzen Hofgeismars. Wir bieten in einer angenehmen, familiären Atmosphäre Platz für 10 Gäste täglich.

Die Kosten für den Besuch unserer Tagespflege trägt Ihre Pflegekasse.

Wir laden Sie herzlich zu einem **kostenlosen Schnuppertag** ein, um sich von unserem Angebot zu überzeugen.

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!
Mario und Tamara Ochs

Tagespflege OCHS GmbH

Bahnstraße 10
34369 Hofgeismar

Telefon
0 56 71 - 92 02 45

www.tagespflege-ochs.de

SL TORE TÜREN

SL Doorsystems GmbH & Co. KG

Tore - Türen - Fenster - Terrassendächer - Sonnen- & Insektenschutz
Elektrotechnik - Verkauf - Montage - Reparatur - Wartung

www.sl-doorsystems.de
info@sl-doorsystems.de

Telefon 0 56 93/91 89 89
Zum Bodenfeld 7 - 34479 Breuna

Das
ist los

„Veranstaltungstipps für die Region“

Kabarettistisches Chanson-Duo

Große Gefühle und trockener Humor

Hofgeismar – Mit dem Chanson-Duo „Pfeffer und Likör“ sind zwei Pianistinnen und zwei Sängerinnen auf Einladung des Kulturforums Hofgeismar am **Samstag, 30. Oktober 2021, um 19.30 Uhr im Café Gesundbrunnen in Hofgeismar** zu Gast.

So sinnlich und absurd wie der Name „Pfeffer und Likör“ schon anmutet, gestalten sich auch die Chanson-Abende der beiden Damen. Auf große Gefühle folgt trockener Wortwitz, gepfefferte Texte treffen auf süßen Klang. Das Publikum darf schwelgen und lachen, singen und staunen und den Abend mit allen Sinnen genießen.

Der besondere Reiz des frischen und eleganten Duos liegt im Bühnenspiel: Mit Humor und Nonchalance wechseln sie im Laufe des Abends die Plätze. Hier musizieren zwei fabelhafte Pianistinnen, die als Sängerinnen unterschiedlicher kaum sein könnten. Die betörende Stimme von Kristin de Oliveira ist ebenso temperamentvoll wie verführerisch und kontrastiert wunderbar mit dem ko-



Kristin de Oliveira und Claire Raibers als „Pfeffer und Likör“.

FOTO: PFEFFER UND LIKÖR/PRIVAT

kett frivolen Sopran Claire Raibers.

Ein Abend mit Pfeffer und Likör erinnert an vergangene Zeiten der Revues, Bars und Berliner Kabarets. Ihr Repertoire umfasst heißgeliebte Lieder der 20er Jahre und anderer Jahrzehnte ebenso wie zauberhaft skurrile Eigenkreationen.

Das Konzert findet gemäß der 2-G-Regel (geimpft, genesen) statt.

Tickets für 17 Euro zzgl. Vorverkaufsgebühr gibt es in der Tourist-Info der Stadt Hofgeismar, in den HNA-Geschäftsstellen und sowie unter www.adticket.de. Weitere Informationen: Kulturforum-Hofgeismar.de

Wolfhager Altstadt-Markt

Am Donnerstag, 28. Oktober, auf dem Marktplatz

Wolfhagen – Am Donnerstag, 28. Oktober findet ab 16 Uhr wieder der nächste Altstadtmarkt statt. Ausschließlich regionale Produkte werden angeboten.

Mit dabei sind: Weinstand, Blumenstand, Liköre, Fruchtweine, Wildspezialitäten, Gemüse, Bierfladen, Imbiss, Brotaufstriche, Fleisch- und Wurstwaren, Ahle Wurscht,

hausgemachte Maultaschen und Nudelwaren, Bäckerei, Bier- u. Getränkestand, Popcorn Bar mit versch. Sorten, Förderverein „Hand-in-Hand für Kleine Füße“ mit Waffeln und Kaffee, Honigwaren, fair gehandelte Produkte (ev. Kirche), Käse Sommelier, Kunst- und Handwerkswaren u.v.m.

Ab 18 Uhr wird das Konzert „Musik zur Marktzeit“ in der

Evangelischen Stadtkirche und Sankt Anna stattfinden. Der Eintritt ist kostenfrei. Am Ausgang wird lediglich um eine freiwillige Spende gebeten.

Die Stadt Wolfhagen freut sich als Veranstalter über immer größer werdende Beliebtheit des Altstadtmarkts und ebenso über zahlreichen Besuch.

nh

Neue Schuhtrends bei K+K

Abwechslungsreich in die goldene Jahreszeit

Hofgeismar. Passend zur neuen Herbst-/Wintersaison bietet das K+K Schuh-Center in der Garnisonsgalerie in Hofgeismar tolle Trends, Klassiker und eine große Markenvielfalt zu fairen Preisen – für die ganze Familie.

Damen: Markante Details und weiche Töne

Die Schuhmodelle der Herbst-/Winterkollektion sind definitiv vielfältig: von klobigen Stiefeln mit derben Sohlen über 60ies-Boots und Schuhen mit Accessoires, wie Schmucksteinen, Ketten oder Taschen, ist alles dabei. Wer lieber zarte Töne bevorzugt, wählt in dieser Saison aus der Nude-Farbpalette. Ein besonderes Markenzeichen des aktuellen H/W Fashionrends ist der Combat Boot. Farben wie offwhite, creme, beige oder ein helles Braun sind hier angesagt. Feminin kombiniert zum fließenden Plisseerock, elegant zum Strickkleid oder leicht rockig zu den aktuellen Jeans-Trends – viele Outfits bekommen durch seine Optik eine extra raffinierte Note.

Herren: Auf in die Natur

Boots sind bei den Herren bereits seit einigen Jahren treue Begleiter zu jeglichen Out-



Freuen sich auf Ihren Besuch bei K&K in der Garnisonsgalerie: Ursula Muras, Natalia Lind und Inna Panisch (v. li.) FOTO: KRÜMLER

door-Aktivitäten. Auch in diesem Jahr gehören sie zu den Must-haves der Herrenschuhe. In der aktuellen Saison sorgen gemusterte Schnürbänder oder besonders derbe Profilsohlen für einen lässigen Look.

Kinder: Funktionalität punktet

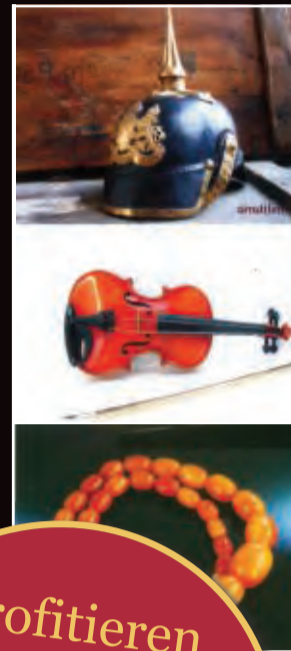
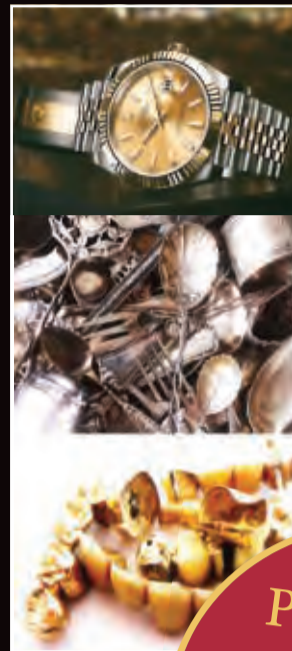
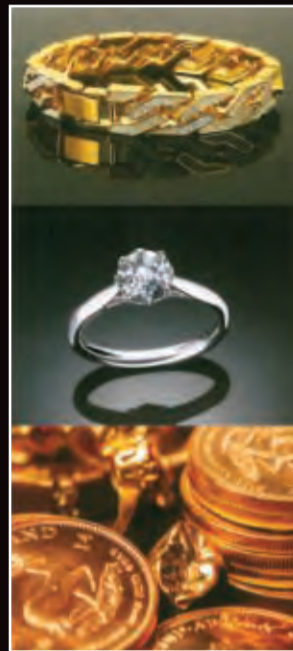
Jetzt kann die große Entdeckungstour für die Kleinen beginnen! Mit wasserabweisenden Obermaterialien, robusten Profilsohlen und festem Halt, gepaart mit tollen

Motiven, gibt es eine großartige Schuhauswahl. Durchdachte Funktionen, die Elternherzen höherschlagen lassen und den Kids bei ihrer Abenteuerreise treue Begleiter werden.

Ihr K+K Schuh-Center bietet neben den neusten Modellen auch Klassiker der Marken Rieker, Annie G., Avic Adventure, DooDogs, adidas, Nike, PUMA, bugatti, Tom Tailor, adidas, s.Oliver, Skechers, Dockers und vielen mehr.

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



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

Eisfach, nein danke!

Was sich alles nicht zum Einfrieren eignet

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



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 fraîche: 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

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 ortsgewunden. 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 über 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 Glücklichen 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

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

Kontakte
Hausfrau (34) ganz privat 01525-767 2221

Landwirtschaft & Forsten

Buche Brennholz
Tel. 05684 931670

Buchenbrennholz, ofenfertig, trocken, ab 38 €.
www.brennholzfahrer.de • Tel. 0172 - 5211121

www.kaminbrennholz.com
Tel. 0173/3950311