

Tag & Nacht erreichbar
05651 12999



Bestattungsvorsorge
schafft
Vertrauen...



Eschwege Moritz-Werner-Str. 16

MARKT SPIEGEL

REGION ESCHWEGE

**MIETWAGEN
WITZEL**

- ⇒ Krankenfahrten
- ⇒ Rollstuhltransporte
- ⇒ Dialyse
- ⇒ Chemotherapie
- ⇒ Strahlenbehandlung

SONTRA
0 56 53 16 40


Zulassung zu allen Krankenkassen

**Heizöl & Diesel,
Ihr Wärmeruf
aus der Region!**




H. Dieterich GmbH
Bahnhofstraße 20 • 36205 Sontra
Tel. Sontra 05653 - 614 od. 613
Tel. Wanfried 05655 - 321

Jagdschein
Grünes Abitur bei Frauen
sehr begehrt.



& SONTRAE STADTKURIER

Pflege
Senioren: Zuhause gut
aufgehoben.



42. Jhg. ■ Nr. 3

15. Januar 2022

Chefarzt wirbt für Impfung

Videobotschaft: Marco Lubitz: „Fast nur Ungeimpfte auf der Intensivstation“

Werra-Meißner – Zwei Jahre hält die Coronapandemie die Menschen auch im Werra-Meißner-Kreis in Atem. Zwei Jahre steht nun schon medizinisches Personal direkt an der Front, das sich im Pandemiekrankenhaus des Klinikums Werra-Meißner in Witzenhausen um die schwer an Covid-19 Erkrankten kümmert. In einer Videobotschaft hat Chefarzt Marco Lubitz zu den Bürgern gesprochen, ein Update zur Situation gegeben und sich für das Impfen ausgesprochen.

„Wir behandeln leider noch immer viele Patienten auf der Intensivstation“, schildert der Chefarzt für Innere Medizin, der in Witzenhausen die Covid-Station leitet.

Im Prinzip könne das Krankenhaus fast alles an Beatmungstherapie bieten – von hoch dosierter Sauerstofftherapie bis hin zu invasiver und nicht-invasiver Beatmung und einem Ersatzverfahren mit Dialyse, die kontinuierlich läuft.

Kooperation mit Klinikum

„Wir arbeiten immer noch eng mit dem Klinikum Kassel zusammen – bei Patienten, deren Zustand trotz dieser ganzen Therapiemöglichkeiten nicht besser wird“, erklärt Marco Lubitz in dem Video. Diese Patienten würden dann nach Kassel an die Herz-Lungen-Maschine verlegt. Dadurch könne die Lunge unterstützt und ein paar Tage entlastet werden, das Blut werde mit Sauerstoff gesättigt.

„An der Therapie hat sich leider wenig geändert. Was



Eine Impfung schützt vor schweren Verläufen: Chefarzt Marco Lubitz findet im Kampf gegen Corona klare Worte.

FOTO: SEBASTIAN GOLLNOW/DPA

wichtig ist, sind die Impfungen“, betont der Chefarzt mehrfach, damit niemand an die Beatmungsgeräte oder gar an die Dialyse müsse. „Wir sehen auf den Intensivstationen fast ausschließlich ungeimpfte Patienten.“ Die Geimpften, die ins Krankenhaus kommen, hätten deutlich leichtere Verläufe, die auf der Normalstation behandelt würden.

Und die wenigen Geimpften, die bisher dennoch auf der Intensivstation behandelt werden mussten, hätten auch dort „deutlich bessere

Verläufe“, verdeutlicht er. Aktuell sei die Lage am Klinikum Werra-Meißner wieder etwas entspannter. Vier Patienten seien gerade auf der



Marco Lubitz, Chefarzt Innere Medizin Witzenhausen

FOTO: KLINIKUM WERRA-MEISSNER / NH

Intensivstation, acht können maximal behandelt werden. Drei der vier Patienten werden laut Lubitz mit Bauchlage beatmet, alle vier sind nicht geimpft. Auf der Normalstation befanden sich zum Zeitpunkt der Videoaufnahme 17 Patienten, alle mit einem milden Verlauf, die aber teilweise zu Hause oder im Pflegeheim nicht die Möglichkeit zur Isolation haben, erklärt Lubitz.

Die Ärzte am Klinikum hätten außerdem die insgesamt steigenden Zahlen im Blick. Die Zahlen steigen europä-

weit und auch im Werra-Meißner-Kreis aktuell wieder an. „Im Landkreis ist das derzeit aber noch gut zu handhaben.“ Die Stimmung unter dem medizinischen Personal, den Pflegenden und Ärzten, sei ebenfalls noch gut. Auf der Intensivstation sei mittlerweile eine gewisse Müdigkeit spürbar, die Stimmung sei aber auch dort trotz allem noch gut, sagt Marco Lubitz. Dennoch: Die schweren Verläufe, bei denen viele Patienten nicht mehr nach Hause kommen, nehmen alle mit.

jes

Ex-Schulleiter in Untersuchungshaft

Hersfeld-Rotenburg – Ein ehemaliger Grundschulleiter aus dem Kreis Hersfeld-Rotenburg sitzt seit Mitte Dezember in Untersuchungshaft. Gegen den Mann wird wegen des dringenden Tatverdachts des sexuellen Missbrauchs, der Herstellung und Verbreitung von Kinderpornografie sowie des Missbrauchs von Schutzbefohlenen ermittelt.

Das bestätigte ein Sprecher der Generalstaatsanwaltschaft in Frankfurt auf Anfrage unserer Zeitung. Auch an der Kleeblattschule in Reichensachsen war der Pädagoge jahrelang tätig. Das Ermittlungsverfahren wurde demnach nach einem Hinweis aus den USA eingeleitet. Nähere Auskünfte erteilt die Behörde derzeit nicht, um „unbefangen“ weiter ermitteln und mit Zeugen sprechen zu können, heißt es. Zuletzt hatte der Mann in Göttingen gewohnt, bestätigte die Staatsanwaltschaft.

Der unter Verdacht stehende Familienvater hatte auch ehrenamtlich häufig mit Kindern zu tun. Er war nach längerer Erkrankung Anfang des Jahres in den Ruhestand versetzt worden, erklärte der kommissarische Leiter des Staatlichen Schulamts in Bebra, Jürgen Krompholz, auf Anfrage. Ob die mutmaßlichen Missbrauchstaten während der Zeit als Schulleiter stattfanden, sei Bestandteil der Ermittlungen. Die Pensionierung sei auf eine Erkrankung zurückzuführen gewesen und hatte nichts mit den späteren Ermittlungen zu tun, bekräftigte Krompholz.

Auch das Staatliche Schulamt sei von den Vorwürfen gegen den früheren Schulleiter unvorbereitet getroffen worden. Es habe zuvor keinerlei Hinweise gegeben.

sis

NEUERÖFFNUNG
M VERSICHERUNGSBÜRO
Melanie Leimeroth
Versicherungskff. IHK

Melanie Leimeroth | Gartenstraße 22 | 37269 Eschwege
Tel. 01 52/52 70 28 89 | 0 56 51/79 15
E-Mail: Melanie.Leimeroth@diebayerische.de

Öffnungszeiten:
Mo., Mi. und Fr.: 9.00 – 12.00 und 15.00 – 18.00 Uhr
Di. und Do.: 9.00 – 12.00 Uhr
und nach Vereinbarung



Versichert nach dem Reinheitsgebot

Trends und mehr
Inh. Doris Urhahn

Ausverkauf
Weihnachtsartikel – letzte Gelegenheit
Villeroy & Boch – Goebel
Formano – Hutschenreuther
50 % reduziert

Stad 47 • Eschwege • Tel. 0 56 51 - 5 06 68

**Einzigartige
Einrichtungstrends
für Ihr Zuhause**

Weitere Infos unter
www.moebelkreis.de



MÖBELKREIS
Eschwege - www.moebelkreis.de

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

Wir suchen zur Verstärkung unseres
Praxisteams per sofort oder später
ausgebildete ZFA (m/w/d) als Voll-
zeitkraft oder zur Teilzeit. Wieder-
einstiege angenehm. Zuschr. unter
Z132991 an diese Zeitung

Größer - noch günstiger - schöner!
...hin zu...
Kimm!
NEUE:
Wäschetrockner
Waschmaschinen
Geschirrspüler
Einbaugeräte mit Cr.-Feld
ab € 129,-
ab € 199,-
ab € 199,-
€ 299,-
NEUE ADRESSE seit 3.1.22:
Philippstraße 23
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!
NORBERT KIMM
34127 Kassel · Telefon 8 70 03 96
www.hinzu-kimm.de

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

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

Lossetal
Ambulanter Intensivpflegedienst

Unser Team freut sich über Verstärkung
**Pflegefachfrau/
Pflegefachmann**
(m/w/d) - Tag- und Nachtdienst
Attraktives Gehalt
zzgl. Weihnachtsgeld & steuerfreie
Zulagen & 30 Arbeitstage Urlaub*
*bei Vollzeit
Wir freuen uns auf Deine Unterstützung!
Fröbelstraße 1, 34298 Helsa
(05605) 929 79 50
Frau Nicole Träbing
pdl@ai-lossetal.de
www.ai-lossetal.de

„Humor wird bei uns
auch gepflegt.“

Wir suchen eine/n
**Pflegefachfrau/
Pflegefachmann**
(m/w/d) - Tag- und Nachtdienst -
Vollzeit, Teilzeit, GfB
Senioren- und Therapiezentrum Helsa
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa
(05605) 808 - 180
Frau Katharina Braun
pdl2@haus-helsa.de
www.haus-helsa.de



Gewalt hat viele Formen: Häusliche Gewalt, Mobbing, Stalking und digital. In jedem Fall aber können sich Frauen an den „Verein Frauen für Frauen- Frauen für Kinder im Werra-Meißner-Kreis“ wenden.
SYMBOLFOTO: JIAN-PHILIPP STROBEL/DPA

Gewalt hat viele Gesichter

Betroffene finden Hilfe bei der Frauenberatungs- und Interventionstelle

Werra-Meißner – Wenn Frauen, Jugendliche und Kinder zu Hause Probleme mit Gewalt haben, können sie sich unter anderem an die Frauen-

beratungs- und Interventionsstelle des Vereins „Frauen für Frauen – Frauen für Kinder im Werra-Meißner-Kreis“ wenden. Aber wie wird eigentlich hinter den Kulissen gearbeitet?

Frauen suchen wegen vielerlei Anliegen bei den beiden Mitarbeiterinnen der Frauenberatung, Amy Wiedermann-Claar und Anja Axt, Hilfe. Die häufigsten Beratungsthemen sind neben häuslicher Gewalt auch digitale Gewalt über das Internet – eine neue Gewaltform – Trennung und Scheidung, Stalking, Mobbing sowie Probleme beim Kindesumgang nach einer Trennung (nach häuslicher Gewalt). Häufig wird auch ein entsprechender Schutzplan erstellt.

Der Schutzplan ist dabei individuell auf die Bedürfnisse und die Situation der Hilfesuchenden zugeschnitten. Vor allem dreht es sich darum, wie man die Frau vor Gewalt schützen kann. Ist die Frau akut betroffen, kann sie vorübergehend im Frauenhaus Schutz und Ruhe finden. Langfristig unterstützen die Beraterinnen dann bei der Wohnungssuche, helfen in Finanzfragen, bei Behörden-gängen und organisieren den Auszug aus der alten Wohnung mit.

Darüber hinaus begleiten sie die Betroffenen zum Fami-

liengericht und klären die Opfer über das Gewaltschutzgesetz auf. Sie bieten selbst psychosoziale Beratungen an oder vermitteln an entsprechende Fachstellen und Psychotherapeuten.

Die Frauenberaterinnen gehen dabei proaktiv und in enger Zusammenarbeit mit der Polizei vor: Wird häusliche Gewalt angezeigt und es kommt zu einem Polizeieinsatz, erhält die Frauenberatung durch die Beamten nach Einverständnis der Betroffenen die Kontaktdaten, um dem Opfer Beratung und Begleitung anzubieten.

Die Frauenberaterinnen haben festgestellt, dass die Bedarfe der Klientinnen in den vergangenen Jahren und Jahrzehnten komplexer geworden sind, auch wenn die Hauptthematiken gleich bleiben. Damit sie eine hohe Beratungsqualität anbieten können, verlangt die Fülle an Themen und Aufgaben auch nach spezifischen Qualifikationen. Auch juristische Kenntnisse über aktuelle Gesetze, etwa über das Gewaltschutzgesetz oder Gesetze hinsichtlich des Kindesumgangs müssen stets auf dem aktuellen Stand sein.

„Umso mehr Themen, desto mehr Rechtskenntnisse sind erforderlich“, sagt Amy Wiedermann-Claar. Die Einarbeitung in die Themen sei zwar

zeitaufwendig, aber auch notwendig.

Derzeit sind Axt und Wiedermann-Claar die beiden einzigen Fachkräfte bei der Frauenberatungsstelle. „Das Arbeitspensum ist sehr hoch, wir könnten Verstärkung im Team gebrauchen“, sagt Amy Wiedermann-Claar.

Komplexe, individuelle Fälle, Inklusion, Öffentlichkeitsarbeit, Herausforderungen durch die Digitalisierung und dringend notwendiges Engagement in der Politik – das alles sei nur zu erfüllen, wenn die personellen Ressourcen und die Finanzierung von Weiterbildungen für die Mitarbeiterinnen angepasst würden, machen die Frauenberaterinnen deutlich. Den Beraterinnen erscheint es aufgrund der Fülle der Aufgaben – mit dem Kernthema – zudem sinnvoll, sich auf bestimmte Themen zu spezialisieren.

Die Qualität und Quantität ihrer Arbeit überprüfen die Frauen jedes Jahr aufs Neue und passen sie entsprechend an.

jes

LAGERBOXEN ZU von 4-12 m²
VERMIETEN - in Kassel
H&S Lagerbox selfstorage
Tel. 0561/84 0 73 oder -74

MARKT SPIEGEL REGION ESCHWE
SONTRAER STADTKURIER

IMPRESSUM

Herausgeber:
Wochenzeitungs-Verlag Eschwege GmbH
Herrengasse 1-5, 37269 Eschwege
Tel.: 056 51 / 33 59-55
Geschäftsführung:
Markus Pfromm, Herrengasse 1-5
37269 Eschwege (zugleich auch ladungs-
fähige Anschrift für alle im Impressum
genannten Verantwortlichen)
Anzeigenleitung: Martin Meister
Anzeigenverkauf: Tel.: 056 51 / 33 59-22
E-Mail: wochenzeitung@werra-rundschau.de
Redaktion: Markus Pfromm (V.i.S.d.P.)
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. 1a vom 1.1.2022
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

Sondergebiet Logistik: Areal wird beackert

Neu-Eichenberg – Das Sonder-
gebiet Logistik in Neu-Eichen-
berg ist so gut wie Geschichte.
Nachdem die Umsetzung des
Projekts scheiterte, wird das
Gebiet am Rande Neu-Eichen-
bergs nun wieder für landwirt-
schaftliche Zwecke genutzt.

hend verpachtet worden. Fra-
gen zu Größe und Lage des
verpachteten Areals und so-
mit zur Lage der restlichen
Fläche sowie zur Laufzeit des
Vertrags blieben allerdings
unbeantwortet.

Die Planungshoheit für das
Gebiet liege weiterhin bei der
Gemeinde, schreibt das Mi-
nisterium. Erstaunen zeigt
der Verein „Land schafft Zu-
kunft“, der ein Konzept für
eine alternative Nutzung des
Areal vorgelegt hatte. Un-
klar ist auch, wie es mit der
vom Protestcamp belegten
Fläche weitergeht.

Domäne ist verpachtet

Wie das hessische Umwelt-
ministerium auf Nachfrage
erklärte, sei die Domäne
nebst Flächen vorüberge-

www.rb-becker.de

becker
ab Mo, den 17.01.2022

Bodensee Apfel
Mairac, Gala Royal oder Elstar
1 kg=0,888
5kg Kiste 4.44

Sonnenblumenkerne
geschält
1 kg **1.99**
oder ungeschält
1 kg **1.49**
Meisenknödel 6er Pack
1 kg=1,462 540 g **-79**
Mineralleckstein 10 kg
1 kg=0,399 **3.99**

Taillierte Steppjacke
mit abnehmbarer Kapuze, warm wattiert, wasserabweisend, Farbe: marine, Größe: 34 - 50
25.00

Kaminofen
7kW, Raumheizvermögen: 140m³, Anthrazit/Weiß, mit verdecktem Holzloch, 24 Stunden-Dauerbetrieb möglich
II. Wahl **199.50**

Gummistiefel
Farbe: grün, Größe: 40 - 47
19.98

Herren- oder Damen Ski Socken
versch. Farben, Größe 36-42
1.49

Weichholzbriketts
96 Bündel à 10 kg auf Palette
~ pro Bündel **2.08** 1kg=0,208
zzgl. Palettenpfand 20,00 Einzelpr.: 2,19 / 1kg=0,219

Kohleanzünder
48 Stück **-59**

Elektroheizung
3 Leistungsstufen, regelbares Thermostat, Überhitzungsschutz, Kontrollleuchte, Maße: 52,5x20x34,5 cm
15.00

Heizlüfter
mit 2 Heizstufen, Überhitzungsschutz, Kontrollleuchte, Umkippschutz
9.98

NUR DIESE WOCHE! 50% auf ALLE Teppiche! 50%
Sie zahlen nur die HALBTE vom ausgezeichneten Preis!

Schiebetürenkleiderschrank
pro Seite eine Kleiderstange & 2 obere Ablageböden, braun/antikweiß
B/H/T ca. 256 x 200 x 62 cm
II. Wahl **79.50** STATT 99.50

Moderne Kommode
mit Metallgestell, 2 Türen & 2 Schubkästen, Maße: 100 x 77 x 40 cm
59.98

Kommode
Farbe: creme oder kolonial, 2 Türen & 2 Schubladen, Maße: 100 x 40 x 46 cm
49.50

Spiegel
mit Ablage und Haken, 25 x 60 cm
4.99

Schreibtisch
weiß, Holz, Maße: 120 x 55 x 87 cm
59.50

Praktischer Schreibtisch
anthrazit, mit vielen Fächern, Holz, Maße: 120 x 60 x 78 cm
59.50

Castello
Alter Mommark 125 g
100g=0,88 **1.11**

Lavazza
Espresso, Vanilla Latte o. Cappuccino 200-250 ml Dose
100 ml=0,165-0,182 **-33**

Zimtrollen
Hefe-Feingebäck 300 g
100g=0,33 **-99**

Kuchenmeister Marmor-, Zitronen oder Früchtekuchen
100g=0,34 **1.19**

Ofen-Flieschkäs
mit Emmentaler 220 g
100g=0,405 **-89**

Tafel Meerrettich
scharf 140 g
100g=0,35 **-49**

Haferekke
versch. Sorten 150-175 g
100g=0,34 **-59**

WIZ/Kleinalmerode Industriestr. 1 05542 / 93 39 60
Kassel Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 351
Gudensberg Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriestr. 1 - 37217 Witzenshausen/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

Jagdschein ist bei Frauen begehrt

Grünes Abitur: Steigende Zahlen bei Jägerprüfung

Werra-Meißner – Die Jägerprüfung – wegen des umfangreichen Lernstoffs auch als das „Grüne Abitur“ bezeichnet – steht hoch im Kurs. Wie die Obere Jagdbehörde beim Regierungspräsidium Kassel mitteilt, sind im Jahr 2021 725 Jungjägerinnen und Jungjäger zur Jägerprüfung vor einem der 13 hessischen Jägerprüfungsausschüsse angetreten. Gut Dreiviertel der Bewerber haben nach Angaben der Behörde die Prüfung bestanden.

Damit bestätigte sich der Trend der vergangenen Jahre, dass immer mehr Menschen die Jägerprüfung ablegen wollen. 2016 waren es beispielsweise nur 518 Prüfungsanwärter. Zugleich steigt der Anteil der Frauen in der Jägerschaft. Nach Angaben des Deutschen Jagdverbandes liegt er bei zirka 30 Prozent.

Der Vorsitzende des Jagdvereins Hubertus Eschwege, Rainer Stelzner, bestätigt diese Entwicklung auch für den Werra-Meißner-Kreis: „Die Nachfrage, an unseren etwa ein Jahr dauernden Vorbereitungskursen für die Jägerprüfung teilzunehmen, ist seit Jahren steigend und auch bei uns nimmt die Zahl der Frauen stark zu.“



Auf der Jagd nach dem Grünen Abitur: Immer mehr Frauen wollen auf die Pirsch gehen.

FOTO: SEBASTIAN KAHNERT/DPA

„Ich denke, dass es neben dem Wunsch, die Natur intensiv erleben und sein Wildbret für die eigene Küche selbst erbeuten zu können, auch der Charakter der Jagd als ein naturverbundenes Handwerk ist, der viele junge Menschen motiviert. Als Jagdverein sehen wir damit sehr zuversichtlich in die Zukunft.“ Nach ihren Beweggründen befragt, Jäger zu

werden, geben die meisten Befragten in einer Umfrage des Deutschen Jagdverbandes das intensive Naturerleben auf der Jagd an. Gleich darauf folgt der Wunsch, etwas für den Schutz der Wildtierlebensräume zu tun, wie etwa Naturschutz durch Anlage von Blühflächen oder Feldholzsinseln aktiv anzupacken. Auf Platz drei liegt für viele der künftigen Jäger der

Wunsch, mit dem Wildbret ein naturreines Nahrungsmittel ohne Massentierhaltung oder Antibiotika zu erhalten.

Besonders für Frauen ist die Zusammenarbeit mit dem eigenen Jagdhund im Revier ein weiterer wichtiger Grund. Der Jägernachwuchs komme aus allen gesellschaftlichen Schichten.

» HINTERGRUND

HINTERGRUND

Jägerprüfung in drei Teilen

Zweimal jährlich finden in Hessen Jägerprüfungen statt. Die angehenden Jäger werden von den behördlich berufenen Ausschüssen geprüft. Die Prüfung besteht aus drei Teilen: einer schriftlichen Prüfung in vier Sachgebieten (Wildbiologie, Jagdbetrieb, Waffen, Recht), einer praktisch-mündlichen Prüfung mit simulierten Situationen aus dem Jagdbetrieb sowie der Waffenhandhabung sowie der Schießprüfung in drei Disziplinen des jagdlichen Schießens.

salz

Kreisweites Radfahrkonzept

Geo-Naturpark erstellt Verkehrskonzept

Werra-Meißner – Die Mitarbeiter des Geo-Naturparks Frauholle-Land haben damit begonnen, ein Radverkehrskonzept für den Werra-Meißner-Kreis zu erstellen. Schwerpunkt wird der Alltagsradverkehr sein; die Grundlage für das Konzept soll eine umfassende Bestands- und Bedarfsanalyse bilden.

Einstimmiger Beschluss

Der Kreistag Werra-Meißner hatte die Erstellung eines Radverkehrskonzeptes in seiner Sitzung im September 2020 einstimmig beschlossen. Nach der Erteilung eines Zuwendungsbescheids über Fördermittel von Hessen Mobil im Sommer des vergangenen Jahres schließlich wurde der Geo-Naturpark mit der Erarbeitung des Konzepts beauftragt. „Bis zum März 2023 soll eine umfassende Bestandsanalyse aller Radwege im Kreisgebiet sowie eine konkrete Planungsgrundlage für den zukünftigen Ausbau des Radnetzes vorliegen“,

sagt Diplom-Geologe Dietrich Lindner vom Geo-Naturpark.

Derzeit gibt es eine Vielzahl von regionalen Radwegen im Kreis, deren Verknüpfung zum Teil noch mangelhaft ist und deren Ausschilderung weder kontinuierlich vorhanden ist noch den heute geltenden Vorschriften genügt. Sie sind weder regional umfassend bekannt noch können sie zur Förderung des Radverkehrs in der Nahmobilität sinnvoll genutzt werden. „Für die Weiterentwicklung der Nahmobilität ist daher die Entwicklung eines Radverkehrskonzepts für den ländlich geprägten Werra-Meißner-Kreis von essenzieller Bedeutung“, sagt Marco Lenarduzzi, Geschäftsführer des Geo-Naturparks.

Zeitlicher Ablauf

Derzeit werden Termine koordiniert, um den zeitlichen Ablauf des Konzepts in den öffentlichen Sitzungen der einzelnen Kommunalpar-

lamente vorzustellen und die Planungen abzustimmen. Ab April werden dann alle vorhandenen Radwege im Kreis systematisch erfasst und darauf aufbauend eine Netzanalyse durchgeführt. Diese soll

den konkreten Handlungsbedarf in Sachen Radwege aufdecken. „Daraus werden sich auch Synergieeffekte für den touristischen Radverkehr ergeben“, sagt Marco Lenarduzzi.

esp

Sicherungsstellen (w/m)
 Bediener Warnsysteme (w/m)
 Sicherheitsaufsicht (w/m)
 Bahnerder (w/m)

dein Zug ist noch nicht abgefahren
steig um!

heute noch bewerben!

» 06678 919012
 arbeit@bist-du-bereit.com

BDL BAHN DIENSTLEISTUNGEN LUDDLPH
 www.bist-du-bereit.com

BAUBETRIEBSHOF ESCHWEGE

Der Baubetriebshof der Kreisstadt Eschwege
 – Eigenbetrieb –
 sucht möglichst zum 1. Mai 2022

eine/n mitarbeitende/n Maschinistin/Maschinenisten (m/w/d) für die Grünflächenpflege (unbefristet, Vollzeit)

Die vollständige Stellenausschreibung finden Sie auf www.eschwege.de/stellenangebote

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bis zum 15. Februar 2022 an den Baubetriebshof - Eigenbetrieb -, Georgstr. 10, 37269 Eschwege oder per E-Mail an: bewerbung@eschwege-rathaus.de

DRK-Kreisverband Witzenhausen e.V.

Deutsches Rotes Kreuz

Für unsere Kindertagesstätte „Morgentau“ in Witzenhausen suchen wir zur Verstärkung unseres Teams

• **Erzieher/Pädagogische Fachkräfte (m/w/d)**

Wir bieten:

- Vergütung orientiert sich an tariflichen Regelungen
- Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Arbeitgeberfinanzierte betriebliche Altersversorgung

Weitere Informationen zu der Stellenausschreibung erhalten Sie auf www.drk-wiz.de

DRK-Kreisverband Witzenhausen e. V.
 Im Kleinen Felde 18–22
 37213 Witzenhausen
 Telefon: 05542 9323590
 E-Mail: Bewerbung@drk-wiz.de

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

siebentage
ESSEN für eine woche
 Single-Menü 60 € Paar-Menü 100 €
 zzgl. je 10 Euro Liefergebühr

Ab Montag, 17. Januar

1. Wirsingkohlroulade
2. Gefüllte Cappelini in Pesto
3. Linseneintopf mit Mettenden
4. Indisches Zitronenhühnchen
5. Käsespätzle mit Röstzwiebeln
6. Schollenfilet in Speckstuppe
7. Rinderrückensteak

jetzt bestellbar unter grischaefer.de

DER GRISCHÄFER
 Kasseler Straße 77-78 • 34308 Bad Emstal • Tel.: 05624 - 99 85 0

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

4 Zimmer 110 m²

ab **178.250,- €**

Der Bungalow 110 inklusive:
 ✓ Erdarbeiten und Bodenplatte
 ✓ Bauzeitgarantie
 ✓ Festpreisgarantie
 ✓ Geld-zurück-Garantie
 ✓ Baufertigstellungs-Bürgschaft
 ✓ Kontrolle durch unabhängigen Baugutachter

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

SICHERHEIT
 geprüfte Bauweise
 • Bau-Qualität
 • Bau-Service
 • Bau-Finanzierung

Haus für Sie!
www.TC.de

Marktspiegel Region Eschwege & Sontraer Stadtkurier

Martin Meister
 Anzeigenleiter / Medienberater
 05651 / 335-921
Martin_Meister@werra-rundschau.de

Anzeigen-schluss: Mittwoch 10 Uhr

MARKT SPIEGEL
 REGION ESCHWEGE
 & **SONTRAE**
 STADTKURIER

► **Bis ins hohe Alter fit bleiben** und zu Hause leben: Mittlerweile gibt es dafür viele technische Hilfsmöglichkeiten für Senioren. Im Kreis gibt etwa die Beratungsstelle „Technik im @alter“ wertvolle Hinweise.

FOTO: PANTHERMEDIA.NET / IGOR VETUSHKO



Senioren- und Therapiezentrum
HELSA



Wir suchen zum nächstmöglichen
Zeitpunkt eine/-n
Logopäden/-in
(m/w/d) – Voll- oder Teilzeit
für die Praxis im
eigenen Haus

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

FH Gartenlandschaftsbau
Hausmeisterservice, Raumausstatter
Zaun- und Terrassenbau,
Gartenpflege, Entrümpelungen
Franz Horvat • Goldbachstr. 9 • 37269 Eschwege
Tel. 0 56 51 - 33 15 70 oder 01573 - 847 04 07

Apel
Die Bäckerei für mehr von hier
Kommen Sie in unser Team!
Wir suchen
VerkäuferInnen
(m/w/d)
(Voll-, Teilzeit oder Minijob)
Neben 50% Personalrabatt
bieten wir Ihnen einen sofort
unbefristeten Arbeitsplatz mit
fairer Bezahlung in einem
♥-lichen Team!
Keine Vorkenntnisse erforderlich.
Wir lernen Sie gerne an!
0170 7767991
bewerbung@baeckerei-apel.de
www.baeckerei-apel.de

Physio Plus
Praxis für Physiotherapie

Krankengymnastik • Manuelle Therapie
Manuelle Lymphdrainage • Bobath
Hausbesuche • Präventionskurse

Enge Gasse 2 • 37287 Wehretal-Hoheneiche

Tel. 056 58 / 92 33 66 • Mobil: 0171 / 73 23 529 • Fax: 0 56 58 / 34 59 804
E-Mail: info@physio-hoheneiche.de • Internet: http://physio-hoheneiche.de



Wir suchen
nette Kollegen (m/w/d) für unsere Filialen
Reichensachsen und Hessisch Lichtenau

- Wir bieten
- + unbefristete Arbeitsverträge
 - + Sonntagszuschlag
 - + Preisvorteile auf unsere Produkte
 - + viel Spaß in dynamischen Teams
 - + ausführliche Einarbeitungen
 - + Mitarbeiterevents

GUTER GERLACH GmbH & Co. KG
Döllwiesen 8 | 36282 Hauneck-Unterhaun
Tel.: 06621 9205 - 0 | E-Mail: jobs@guter-gerlach.de

BESTER NEBENJOB!

»ZUSTELLER (m/w/d)

Wir suchen
Zeitungszusteller zur
festen Zustellung
in Vierbach, Niederdünz bach,
Oberdünz bach,
Frankershausen, Reichensachsen,
Weißenborn, Eschwege, Markershausen,
Willershausen, Altfeld, Datterode,
Albungen

und zur
Vertretung
in Eschwege,
Herleshausen,
Weißenborn, Bischhausen, Ringgau,
Meinhard



WR Werra-Rundschau

»Wir haben Ihr Interesse geweckt?
Dann melden Sie sich! Alfred Gunkel, ☎ 05651/3359-55,
✉ vertrieb@werra-rundschau.de

Zuhause gut aufgehoben

Senioren- und Pflegeberatung im Kreis gut aufgestellt

Werra-Meißner – Senioren, ihre Bedürfnisse und ihr Lebensumfeld müssen auch in Zukunft eine Schwerpunktaufgabe der Kreispolitik sein – diesen Wunsch hat der ehemalige Landrat Stefan Reuß den politisch Verantwortlichen mit auf den Weg gegeben. „Um dem Wunsch der Menschen zu erfüllen, möglichst lange in der häuslichen Umgebung wohnen zu bleiben, braucht es weiterhin

konkrete Projekte“, heißt es dazu in einer Presseerklärung. In den vergangenen Jahren wurde die Senioren- und Pflegeberatung im Werra-Meißner-Kreis stetig ausgebaut. Wir geben einen chronologischen Überblick.

■ 2006: Der Startschuss

Bereits seit dem Jahr 2006 gibt es das Projekt „Freiwillige Senioren- und Demenzbegleitung“. Erklärtes Ziel: Ältere

Menschen sollen in ihrem häuslichen Umfeld unterstützt werden. Ebenfalls seit 2006 steht allen Bürgern sowie Organisationen das Seniorenbüro zur Verfügung. Es berät alle, die sich mit Themen rund um das Leben im Alter befassen. Seit 2011 wird die Arbeit des Seniorenbüros durch die Anbindung des Pflegestützpunktes Werra-Meißner ergänzt. Dieser arbeitet in gemeinsamer Trägerschaft des Werra-Meißner-Kreises und der Verbände der Pflegekassen, hier vertreten durch die AOK.

■ 2016: Hausbesuche

Das Projekt „Aktivierender Hausbesuch“ begann im Jahr 2016 als Gesundheitsförderung für Menschen, die ihre Wohnung nicht oder kaum mehr verlassen können mit dem Ziel, Selbstständigkeit und Lebensqualität zu verbessern, Isolation und Vereinsamung vorzubeugen und auf diese Weise einer Demenzerkrankung vorzubeugen. Ergänzt wurde dieses Projekt noch um das Programm „Demenzbeauftragte in Arztpraxen“.

■ 2017: Masterplan

Der erste „Masterplan Senioren im Werra-Meißner-Kreis“ erschien 2017 mit Analysen und Handlungsempfehlungen. Als Ergebnis der Empfehlungen wurde die Tagespflege für Senioren durch freie Träger kreisweit weiter ausgebaut. Regelmäßig erschienen auch Broschüren wie „Wohnen für alle: Barrierefreies Wohnen im Werra-Meißner-Kreis“.

■ 2019: Der Seniorentag

2019 fand schließlich der erste Seniorentag im Werra-Meißner-Kreis statt. Neben einem Fachvortrag und verschiedenen Workshops wurde ein buntes Programm an Mitmachangeboten zur Prävention, zur Gesundheitsförderung und zur Sicherheit angeboten.

■ Pflegeplätze

Neben diesen Beratungsangeboten wurde seit dem Jahr 2006 das Angebot an stationären Pflegeplätzen durch freie und private Träger kreisweit flächendeckend ausgebaut. Private Investoren schufen seit dem Jahr 2014/2015 barrierearme Wohnkomplexe überwiegend für Senioren in Hessisch Lichtenau, Bad Sooden-Allendorf und Eschwege.

■ Wellnessstag

Ein weiteres Herzensprojekt des ausgeschiedenen Landrats sei der Wellnessstag für pflegende Angehörige gewesen, heißt es vonseiten des Kreises. Zweimal pro Jahr wurde dieser in der Werrataltherme in Bad Sooden-Allendorf durchgeführt.

■ 2014: Die Technik

„Komplettiert wurde das Angebot durch die Beratungsstelle „Technik im @alter“, die 2014 an das Seniorenbüro/Pflegestützpunkt des Werra-Meißner-Kreises angegliedert wurde“, sagt Sylvia Wehnert vom Fachdienst Öffentlichkeitsarbeit des Kreises. Die Beratungsstelle informiere und berate zu technischen Hilfsmitteln, die im täglichen Leben unterstützen oder pflegenden Angehörigen die private Pflege erleichtern könnten.

■ 2015: Die erste Messe

Das Projekt „Wohnen für Hilfe“ wurde im Jahr 2015 in Witzzenhausen im Trägerverbund des Diakonischen Werkes, dem lokalen Bündnis für Familie, dem Seniorenrat und dem Allgemeinen-Studierenden-Ausschuss der Universität Kassel-Witzenhausen gestartet. Zur selben Zeit begann die Einführung des Case-Managements in der Hilfe zur Pflege, um zusätzliche Beratung zu bieten und eine Heimaufnahme möglichst lange hinausschieben zu können.

2015 fand auch die erste Messe „Technik im @alter“ statt und informierte über technische Möglichkeiten, die den Alltag von Senioren und deren Angehörigen erleichtern, mit dem Ziel, selbstbestimmt so lange wie möglich ein eigenständiges Leben zu Hause zu führen. Sie stand unter dem Motto: „Lebensqualität ein Leben lang“.



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.“

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 den MARKTSPIEGEL **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

MARKTSPIEGEL & SONTRAEER STADTKURIER:

- **BERKATAL:** Frankershausen (Höhenweg, Oberdorf)
- **HERLESHAUSEN:** Altfeld, Frauenborn, Nesselröden
- **MEINHARD:** Grebendorf (Europaring, Grubenstr., Neueroder Str.), Neuerode
- **WALDKAPPEL:** Burghofen, Eltmansee, Stadt (Wehrgasse)
- **WEHRETTAL:** Reichensachsen (Europastr.)
- **WEISSENBORN:** Rambach

HEIMATNACHRICHTEN:

- **BAD SOODEN-ALLEN DORF:** Ahrenberg, Allendorf (Klausbergstr., Ringstr., Schusterstr., Zimmerweg)
- **ELLERSHAUSEN, HILGERSHAUSEN** Kammerbach, Kleinvach, Weiden
- **SOODEN** (Am Gradierwerk, Berliner Str.)
- **STADT** (Hauptstraße)
- **BÜHREN:** Rommerode (Walburger Str.)
- **GROSSALMERODE:** Bonaforth, Hemeln (Hauptstr., Trift)
- **KATTENBÜHL** (Berliner Ring, Eberschenring, Fasanenweg, Im kleinen Felde, Molkenbrunnenweg, Oberer Entenbusch, Oberviechtacher Str., Vogelsang)
- **MIELNHAUSEN, NEUMÜNDEN** (Burckhardstr.)
- **QUESTENBERG** (Steinweg), Volkmarshausen
- **FÜRSTENHAGEN** (Losseweg, Schulstr., Siedlung), Hollstein, Stadt (Am Graben, Bergstr., Hirschhagen, Pommernstr., Poststr., Sudetenstr.)
- **WALBURG**
- **NEU-EICHENBERG:** Marzhausen
- **SCHEDEN:** Dankelshausen, Meensen
- **NIEDERSCHEDEN, OBERSCHEDEN** Benterode, Speele, Uschlag (Niestetalstr.)
- **STAUFBENBERG:** Kleinalmerode (Lehmkuhle)
- **WITZENHAUSEN:** Stadt (Am St. Jakob, Eichsfeldstr., Vor der Schanze), Unterrieden

Bewerben Sie sich jetzt:

(0561) 92094-100 oder -101
www.top-direkt.de



NORMA®

XXXL

über 40 Artikel in Ihrer Filiale, z.B.

ab Montag, 17. Januar

LEIBNIZ Pick Up Choco, Choco & Milk, Choco Nuts oder Dark 12x28-g-Packung (1 kg = 6,52) je 12er-Pack

49% billiger
zum Vergleich: UVP 5er-Pack = 1,79

10+2 gratis
2,19*

10+2 GRATIS

Calgon Entkalker Gel 2,25-l-Flasche für 45 Waschladungen (pro Waschgang - 17) je Flasche

35% billiger
zum Vergleich: UVP 15 Waschladungen = 3,89

45 Waschladungen
7,75*

Speed Gel Color oder Aktiv 5-l-Flasche für 100 Waschladungen (pro Waschgang - 10) je Flasche

29% billiger
zum Vergleich: UVP 20 Waschladungen = 2,85

100 Waschladungen
9,99*

XOX GROUP Erdnüsse geröstet und gesalzen oder geröstet und ungesalzen

1-kg-Beutel je Beutel

27% billiger
UVP 5,49

1 kg
3,99*

hella Mineralwasser mit Birnen-, Himbeer-, Melonen-Erdbeer- oder Mango-Pfirsichgeschmack 6x0,75-l-Flasche, zzgl. 6x-25 Pfand (1 l = -0,73) je 6er-Pack

23% billiger

6er-Pack
UVP 4,29

3,29*

FRUIT Minis Maxi Pack Früchte- oder Beeren-Mix 350-g-Packung (1 kg = 8,54) je Packung

20% billiger

350 g
UVP 3,75

2,99*

Vita Schaumküse 30 Stück im wiederverschließbaren Eimer 30 Stück, 650-g-Eimer (1 kg = 4,60)

650 g
2,99*

Vita XXL Gebrannte Nüsse Cashewnüsse, Kürbiskerne 350-g-Packung + 50 g gratis (1 kg = 12,48), Mandeln oder Erdnüsse 400-g-Schale + 40 g gratis (1 kg = 11,34) je Packung

400 g/440 g
4,99*

OSTEUROPA Spezialitäten aus OSTEUROPA

BECHEROVKA Kräuterlikör das Original - Der Kräuterlikör aus Tschechien 38% vol, 0,7-l-Flasche (1 l = 12,84)

25% billiger
UVP 11,99

8,99*

Bell Schlesische Wurst Polen - geräuchert und gebrüht, 600-g-Packung (1 kg = 7,15)

25% billiger
UVP 5,79

4,29*
600 g

KOMETA Echte ungarische Salami Classic 1-kg-Packung je Packung

23% billiger
UVP 12,99

9,99*
1 kg

Krakauer Spezialitäten Russland - Polskaja oder Sibirskaia, Brühwurst mit grober Fleischinlage, 500-g-Packung (1 kg = 6,98) je Packung

27% billiger
UVP 4,79

3,49*
500 g

ERSTER DISCOUNTER ALS GREEN BRAND ZERTIFIZIERT! **NORMA®** GREEN BRAND Germany 2021 | 2022

Granitec-Kochtopf oder -Hochrandpfanne „Larvik“ inklusive Glasdeckel

- Hochwertiger Aluminium-Guss • Wärmeabweisende Silikon-Griffe
- Mehrfache ILAG®-Antihaf-Versiegelung

Topf Ø ca. 16 cm **14,99***
Kasserolle Ø ca. 16 cm **19,99***
Topf Ø ca. 24 cm **17,99***
Panne Ø ca. 28 cm **21,99***

Thermo-Fleece-Bettwäsche Kissen ca. 80x80 cm, Bezug ca. 135x200 cm

- Mit Antistatik-Ausrüstung
- 100% Polyester je Bettwäsche

Extra kuschelige Fleece-Qualität

12,99*

CARRETTA Hochwertige Edelstahl-Pfanne oder Grillpfanne mit farbiger, 3-lagiger Antihaf-Beschichtung • Innenbeschichtung ILAG® Premium 5 Jahre Garantie

Pfanne Ø ca. 20 cm **16,99***
Pfanne Ø ca. 24 cm **19,99***
Pfanne Ø ca. 28 cm Grillpfanne Ø ca. 28 cm **22,99***

Frischhaltedosen 4er-Set rechteckig oder quadratisch • Mit 4-seitigem Clip-Verschluss • 100% luft- und flüssigkeitsdicht dank Aroma-Schutzring

je 4er-Set **6,99***

BEEM Kaffeemaschine 2in1 „Fresh-Aroma-Intense“

- Präzisions-Kegelmahlwerk
- Aroma-Plus-Funktion • Abnehmbarer Wassertank
- Inkl. Glaskanne für bis zu 10 Tassen • Leistung: 1000 Watt

UVP 159,90
99,-* **38% billiger**

Thermo-Interlock-Spannbett-tuch • 100% Baumwolle je Spannbetttuch

ca. 90-100x200 cm **7,99***
ca. 140-160x200 cm **9,99***
ca. 180-200x200 cm **12,99***

Wellness-Fleece-Anzug • 100% Polyester • Damen-Größen S (36/38) - XL (48/50) • Herren-Größen M (48/50) - XXL (60/62) je Fleece-Anzug

Anti-pilling-Ausrüstung

9,99*

Doppelwandiges Thermogläser-Set

- Kein Verbrennen oder Verkühlen der Finger je Set

Cappuccino modern 3er-Set **6,99***
Latte Macchiato 2er-Set **7,99***
Cappuccino 3er-Set **9,99***
Teegläser 2er-Set **9,99***

Universaldeckel mit Silikonrand und Dampfauslassventil

Kleiner Deckel, Mittlerer Deckel **7,99***
Großer Deckel **9,99***

Winterhausschuhe

- Aus synthetischem Filz
- Warmende Innenausstattung
- Druckdämpfende Lausohle • Größen 37 - 45 je Paar

9,99*

KRAFT Akku-Schlagbohrschrauber-Set inkl. 71tlg. Bohr- und Bit-Set • 2-Gang Getriebe inkl. Bohr- und Schlagbohrstufe • Drehmoment 25-fach Bohren + Schlagbohren • Rechts-/Linkslauf • LED-Arbeitslicht 3 Jahre Garantie

Komplett-Set inkl. 2x12V, 1,5Ah-Li-Ion Akkus, Schnellladegerät, 71-teiliges Bit- und Bohrerset und Aufbewahrungskoffer **49,99***

KRAFT Alu-Teleskopleiter **331 cm** • Arbeits-/Richthöhe max. 4,04 m • Gewicht nur ca. 12,2 kg • 11 Sprossen • Anti-Rutschkappen 3 Jahre Garantie

HOHE BELASTBARKEIT - MAXIMAL 150 KG

Teleskopleitbar bis ca. 331 cm

99,-*

KRAFT XXL-Trennscheiben-Set **9,99***

- Aus Korund • Zum gratfreien Schneiden
- Ø ca. 125 mm je Set

Schnellspannmutter für Winkelschleifer • Für Trennscheiben bis zu Ø 230 mm und 6 mm Stärke **9,99***

KRAFT Schnellspann- und Schraubzwingen 3 Jahre Garantie

Zum Spannen und Spreizen von Werkstücken

Schraubzwingen 3tlg. Spannlänge 300 mm **7,99***
Schnellspannzwingen 4tlg. 2x Größe S, Spannweite 100 mm 2x Größe M, Spannweite 150 mm **7,99***

KRAFT Kabelbinder XXL-Pack im wiederverschließbaren Polybag

Kabelbinder 940teilig in Schwarz oder Bunt **5,99***
Wiederverwendbare Kabelbinder 180teilig in Schwarz oder Bunt **180teilig**

edding Permanentmarker 3er-Set inkl. 10 Etiketten gratis

35% billiger
UVP 6,19

3,99*

HAMMERSMITH Monster Tape 3er-Set mit Nano-Grip-Technologie • Ohne Kleberückstände • 3x3 m (1 m = 2,22)

55% billiger
UVP 44,90

19,99*

LED-Leuchtmittel • Warmweiß Birne E27 1055 lm 7,8 W (Energieeffizienzklasse D - auf einem Spektrum von A - G)

LED-POWER

Mini-Globe E27 806 lm 7 W **3,99***
Mini-Globe E14 806 lm 7 W **3,99***
Kerze E14 806 lm 7 W **3,99***

Latex-Handschuhe

- 100er-Pack • Natürliches Latex
- Puderfrei, reißfest und griffig • Größen S - XL je 100er-Pack

9,79*

*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. 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.

NORMA®
MEHR FÜRS GELD.

AKTUELLE PROSPEKTE - einfach & bequem online durchblättern unter www.norma-prospekt.de



ENTDECKEN SIE MEHR AKTIONEN!



Buchtipp der Woche

Jeff Kinney: Gregs Tagebuch 16
Volltreffer!

Greg Heffley und Sport? Das passt ein-fach nicht zusammen. Nach einem fürchterlichen Trainingstag in der Schule erklärt Greg seine Sportkarriere für offiziell beendet. Doch leider hat Greg die Rechnung ohne seine Mom gemacht. Sie über-redet ihn, der Sache eine letzte Chance zu geben und sich für eins der Basketball-teams zu bewerben. Wie zu erwarten, sind die Auswahlspiele ein Reinfall, und Greg ist sich sicher, dass er es mal wieder versemelt hat. Doch dann schafft er es tatsächlich ins Team, wenn auch nur in das schlechteste der ganzen Schule. Die Saison beginnt, und die Chancen, auch nur ein Spiel zu gewinnen, sind gleich null. Aber im Sport ist alles möglich, oder? Und so bekommt Greg im entscheidenden Moment im Spiel den Ball ... Wird er über sich hi-



nauswach-sen und einen Treffer landen? Oder wird es es mal wieder vermessen? **Stadt- und Schulbibliothek Sontra** (im Gebäude der Adam-von-Trott-Schule) Telefon: 0 56 53/91 56 78 Öffnungszeiten: Montag und Mittwoch von 15 bis 18 Uhr sowie Donnerstag von 16 bis 19 Uhr GRAFIK: STADTBIBLIOTHEK SONTRA



Weißer Dächer über Sontra: Unser Leser-Bild stammt noch aus dem Winter Frühjahr 2021.

FOTO: RUDI KRAFT

NOTDIENSTE

ÄRZTE
Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst: 11 61 17

AUGENÄRZTE
Notdienstzentrale Eschwege
Tel. 0 56 51/1 92 92

APOTHEKEN

15. Januar
Meinhard Apotheke, Eschwege Straße 22, Grebendorf, Tel. 0 56 51/3 24 34
Ringgau Apotheke, Landstraße 18, Netra, Tel. 0 56 59/9 20 66

16. Januar
Meissner Apotheke, Steinweg 59, Abterode, Tel. 05657/232
Glückauf Apotheke, Herrenstraße 6, Sontra, Tel. 0 56 53/83 39

ZAHNÄRZTE
Zahnärztlicher Notfallvertretungsdienst für den Bereich Eschwege 0180/5 60 70 11 (gebührenpflichtig)

22. Januar
Bahnhof Apotheke, Stresemannstraße 1, Eschwege, Tel. 0 56 51/2 10 40

23. Januar
Goldbach Apotheke, An den Anlagen 18a, Eschwege, Tel. 0 56 51/3 13 30

Polizei 110

Rettungsdienste
Arbeiter-Samariter-Bund.
Aufträge zu richten über:
Leitstelle für den Werra-Meißner-Kreis,
Tel. 0 56 51/1 92 22,
Leitstelle für den Kreis Hersfeld-Rotenburg, Tel. 0 66 21/1 92 22.

Frauenhaus Eschwege
Tel. 0 56 51/3 26 65
Hospizdienst Sontra
Rufbereitschaft
Tel.-Nr. 0 56 51/33 83 14

Kinder- und Jugendhilfe
Bez.-Verband Hessen-Nord e.V., Mütternotdienst,
Telefon 0 56 77/95 85 12

Feuerwehr/Rettungsdienst 112

Strom- und Gasversorgung
EAM Netz GmbH
Kundenservice 08 00/3 25 05 32
Entstörungsdienst
Strom: 08 00/3 41 01 34
Erdgas: 08 00/3 42 02 34

Wasserversorgung und Abwasserbeseitigung Stadt Sontra
24. Std.-Rufbereitschaft
Wasserversorgung:
0151/53 85 50 87
Abwasserbeseitigung:
0151/ 53 85 50 74

Krankenpflege
24.-Std.-Rufbereitschaft

GOTTESDIENSTE

Samstag, 15. Januar Sontra
Ev. Kirche, 18 Uhr Epiphania Vesper mit About eight
Sonntag, 16. Januar Sontra
Ev. Kirche, 10 Uhr Gottesdienst
Kath. Kirche, 10.45 Uhr Heilige Messe
Thurnhosbach
Ev. Kirche, 11.15 Uhr Gottesdienst
Heyerode
Ev. Kirche, 9.30 Uhr Gottesdienst
Diemerode Ev. Kirche, 10.40 Uhr Gottesdienst

PROGRAMMVORSCHAU

Montag, 17. Januar Stadt- und Schulbibliothek ist geöffnet

15 bis 18 Uhr, Jahnstraße 16, Sontra, Adam-von-Trott-Schule

Mittwoch, 19. Januar Wochenmarkt Sontra

9 bis 13 Uhr Lecker, lebendig und regional! Der Sontraer Wochenmarkt in der Braugasse mit einem frischen und bunten Angebot an Produkten aus der Region

Stadt- und Schulbibliothek ist geöffnet

15 bis 18 Uhr, Jahnstraße 16, Sontra, Adam-von-Trott-Schule

Donnerstag, 20. Januar Stadt und Schulbibliothek

16 bis 19 Uhr, Jahnstraße 16, Sontra, Adam-von-Trott-Schule

Montag, 24. Januar Stadt- und Schulbibliothek ist geöffnet

15 bis 18 Uhr, Jahnstraße 16, Sontra, Adam-von-Trott-Schule

Mittwoch, 26. Januar Wochenmarkt Sontra

9 bis 13 Uhr Lecker, lebendig und regional! Der Sontraer Wochenmarkt in der Braugasse mit einem frischen und bunten Angebot an Produkten aus der Region

Stadt- und Schulbibliothek ist geöffnet

15 bis 18 Uhr, Jahnstraße 16, Sontra, Adam-von-Trott-Schule

Donnerstag, 27. Januar Stadt und Schulbibliothek

16 bis 19 Uhr, Jahnstraße 16, Sontra, Adam-von-Trott-Schule



Neuen Lesestoff gibt es in der Bücherei.

FOTO: UWE ANSPACH/DPA



Der Magistrat der Stadt Sontra

Der Magistrat der Stadt Sontra sucht für die städtische Kindertagesstätte „Wiesenwäldchen“ in Ulfen zum nächstmöglichen Zeitpunkt **einen**

Erzieher (m/w/d)

mit staatlicher Anerkennung.

Sie würden unser Team mit einer regelmäßigen, durchschnittlichen, wöchentlichen Arbeitszeit von **33,5 Stunden** unterstützen. Bei dem Beschäftigungsverhältnis handelt es sich vorerst um eine Vertretung. Die Beschäftigung ist zunächst bis zum 25.06.2022 befristet. Eine Weiterbeschäftigung ist nicht ausgeschlossen.

Bei der Kindertagesstätte handelt es sich um eine moderne, neu renovierte, zweigruppige Einrichtung, in der Kinder im Alter von 2-6 Jahren von 07:30 Uhr bis 15:30 Uhr betreut werden.

In der Einrichtung wird nach dem Situationsansatz und den Prinzipien des Hessischen Erziehungs- und Bildungsplanes im Offenen Konzept gearbeitet.

Wir wünschen uns:

- die entsprechende pädagogische Qualifikation
- einen liebevollen Umgang mit den Kindern auf Augenhöhe
- kooperative und vertrauensvolle Zusammenarbeit im Team und den Eltern
- Flexibilität, Engagement und Eigeninitiative

Wir bieten:

- Entgelt nach dem Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst (TVöD)
- ein kompetentes und engagiertes Team
- Möglichkeiten zur Fortbildung

Ihre Bewerbung senden Sie bitte bis spätestens 31. Januar 2022 mit den üblichen Bewerbungsunterlagen (Lebenslauf, Lichtbild und Zeugnisse in Kopie und ohne Klarsichthüllen, Hefter oder ähnlichem) an den

Magistrat der Stadt Sontra, Marktplatz 6, 36205 Sontra.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Kita-Leitung Frau Schmidt Telefon: 05653 699.

Hinweis:

Eine Rücksendung der Bewerbungsunterlagen nach Abschluss des Einstellungsverfahrens wird aus Kostengründen nur möglich sein, sofern der Bewerber ein entsprechend frankierter Rückumschlag beigefügt ist. Ist dies nicht der Fall, werden die Unterlagen nach Abschluss des Auswahlverfahrens unter Beachtung der datenschutzrechtlichen Bestimmungen vernichtet.

Die Stadt Sontra fördert die Gleichstellung aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Wir begrüßen deshalb Bewerbungen von Frauen und Männern, unabhängig von deren kultureller und sozialer Herkunft, Alter, Religion, Weltanschauung, Behinderung oder sexueller Identität. Bewerberinnen und Bewerber mit Schwerbehinderung werden bei gleicher Eignung unter Berücksichtigung aller Umstände des Einzelfalls bevorzugt.

DIE STADTVERWALTUNG INFORMIERT

Am Mittwoch, 19. Januar 2022, 19:30 Uhr, findet im Stadtteil Sontra-Ulfen, im Dorfgemeinschaftshaus eine öffentliche Sitzung des Ortsbeirates statt.

Es wird hierzu eingeladen.

Tagesordnung Teil I

1. Eröffnung der Sitzung und Feststellung der form- und fristgerechten Einladung sowie der Beschlussfähigkeit
2. Feststellung der Tagesordnung

Tagesordnung Teil II

1. Bericht des Ortsvorstehers
2. Bericht der Verwaltung
3. Erwerbsanfrage für einen Fußweg
4. Bauantrag für eine Mobilfunkanlage
5. Anfragen und Anregungen

Sontra-Ulfen, 06.01.2022

gez.
Michael Stein
Ortsvorsteher

Um die Einhaltung der folgenden Regeln wird dringend gebeten:

„Einhaltung des Abstandsgebotes (Mindestabstand 1,50 Meter) bei der Ankunft und dem Verlassen des Sitzungsortes sowie während der Sitzung.“

„Das Tragen von medizinischen Masken* ist bei Sitzungen in geschlossenen Räumen Pflicht, auch dann, wenn gewährleistet ist, dass ein Mindestabstand von 1,50 Metern zu anderen Personen im Saal dauerhaft eingehalten werden kann.“

(*Nach § 2 Coronavirus-Schutzverordnung (CoSchuV) sind medizinische Masken OP-Masken oder Schutzmasken der Standards FFP2, KN95, N95 oder vergleichbar ohne Ausatemventil.)

„Zudem sollten die mittlerweile bekannten weiteren Hygieneregeln (Vermeidung von Kontakten, Händewaschen, Niesetikette) eingehalten werden.“

WIR GRATULIEREN

Goldenen Hochzeit

Das Fest der Goldenen Hochzeit feiern die Eheleute Heinrich und Ilse Meyer, Nürnberger Straße 32, 36205 Sontra-Breitau, am 15. Januar 2022.



FOTO: WERNER EBERT

Wir gratulieren sehr herzlich!

DIE VERWALTUNG INFORMIERT

Berichte für Stadtkurier

Mitteilungen und Berichte für den Sontraer Stadtkurier müssen der Verwaltung montags bis 11 Uhr vorliegen.

Später eingehende Meldungen können nicht berücksichtigt werden.

Veröffentlichung von Ehejubiläen

Ehejubiläen werden nur dann im Sontraer Stadtkurier veröffentlicht, wenn die Betroffenen dies wünschen und sie ihren Wunsch rechtzeitig, d.h. mindestens drei Wochen vor dem Jubiläumstag, im Vorzimmer des Bürgermeisters mitteilen.

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

DIE VERWALTUNG INFORMIERT

Entsorgung von Altglas im Stadtgebiet
Glascontainer - Einwurfzeiten

Stadtgebiet Sontra-Mitte und auch in den Stadtteilen sind Altglascontainer aufgestellt.

Leider kommt es immer wieder zu Beschwerden, dass das Altglas außerhalb der Einwurfzeiten entsorgt wird und es dadurch zu Lärmbelästigungen kommt.

Wir möchten Sie hiermit bitten,

Rücksicht auf Ihre Mitbürger zu nehmen. Bringen Sie Ihr Altglas nur zu den zulässigen Zeiten zum Container.

Werfen Sie Ihr Altglas nur werktags von 7 bis 13 Uhr und von 15 bis 20 Uhr ein!

Herzlichen Dank für Ihr Verständnis.

DER MAGISTRAT DER STADT SONTRA
gez. Thomas Eckhardt
Bürgermeister

Elektrotechnik mit einer Hand.

INTELLIGENT MODERNISIEREN e-masters

Ihr Profi rund um die Elektrotechnik

- Elektro - Stückrath

Husarenpark 2 | 36205 Sontra
Tel. 0 56 53/9 13 06
www.elektro-stueckrath.de



„Wenn der Verein ruft, kommen alle“

STV Breitau steht für Zusammenhalt

Breitau – Wer den STV Breitau besucht, dem wird schnell klar: Die Mitglieder sind eine besonders eingeschlossene Truppe. Gemeinschaft und Zusammenhalt prägen das Vereinsleben schon seit der Gründung im Jahr 1985.

Hier kommen Menschen zusammen, die einen Bezug zu Breitau haben und sich im Verlauf der Zeit einfach nicht aus den Augen verlieren wollen. So manches Mitglied hat es auch schon in weiter entfernte Orte wie Fürth verschlagen – der Kontakt zum Verein ist trotzdem geblieben. „Wenn der Verein ruft, dann kommen alle zusammen“, sagen Mario und Michael Rabe.

Und noch etwas zeichnet die Gemeinschaft des STV aus: Hier treffen auch Menschen aus ganz unterschiedlichen Generationen aufeinander. Von 1996 bis 2015 traten keine neuen Mitglieder in den STV ein. Doch dann, ab 2015, kamen immer mehr jüngere Menschen dazu. „Das jüngste Mitglied ist 1999 geboren, das älteste in 1964“, sagt Michael Rabe, der schon seit 2001 Vorsitzender ist. Die Altersunterschiede spielen keinerlei Rolle. Man versteht sich einfach und hat Spaß an gemeinsamen Aktivitäten – ganz ohne größere Verpflichtungen und in lockerer Atmosphäre. STV steht übrigens für „Sauf- und Trinkverein“ –



Das Zeltlager des STV Breitau ist der Höhepunkt des Jahres. Auf unserem Bild in Rommerode sind einige Mitglieder des Vereins zu sehen: (hinten) Michael Rabe, Klaus Walter und Mario Rabe sowie (vorne, von links) Torsten Göbel, Siegfried Görke, Jürgen Stück, Björn Fritzen, Carsten Meyer, Udo Pippardt, Matthias Diegel, Udo Kröll und Rainer Bornscheuer.

FOTO: STV BREITAU

statt Turn- und Sportverein, kurz TSV, vertauschten die Mitglieder kurzerhand die Buchstaben. „Man wollte damals einfach etwas Anderes machen, man wollte rebellieren“, sagt Rainer Bornscheuer. Heute spielt die ausgeschriebene Version des Vereins eher weniger eine Rolle. Auf ihr Zeltlager ist der STV

besonders stolz. „Das ist unser Höhepunkt des Jahres“, sagen Mario und Michael Rabe.

Jedes Jahr im Sommer fahren die Mitglieder auf einen Zeltplatz im Umkreis von etwa 120 Kilometern – dort wird gemeinsam gekocht und gefeiert. „Wir wollen dabei auch andere Menschen

und Orte kennenlernen. Früher wurde das Zeltlager oft mit einer Kirmes verbunden“, erzählen die Mitglieder. In diesem Sommer ließen die Coronaregelungen ein gemeinsames Zeltlager zu. „Viele wollten mitmachen. Die Leute waren froh, auch mal wieder herauszukommen.“ Neben diesem Höhepunkt

treffen sich die Mitglieder alle drei Monate regelmäßig, insofern es die Pandemie ermöglicht. Dann stehen Wanderungen, eine Tagesfahrt oder Kegeln auf dem Programm.

Hauptsache, die Freunde kommen zusammen. Auch bei der Kirmes in Breitau sind die Mitglieder immer dabei.

Und auch ehrenamtliches Engagement gehört für sie dazu. Der Verein mäht die Grünflächen auf dem Friedhof in Breitau. „Für uns ist das eine tolle Gelegenheit, um uns für unseren Ort einzusetzen.“

jh

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



Schlüsselübergabe: (von links) Mathias Haas, Wendelin Teister, Johannes Jakobi, Tristan Hose, Mike Heinemann und Thomas Wuth.

FOTO: DRK

Neue Rettungswache

Schlüssel an das DRK übergeben

Wichmannshausen – Die Schlüsselübergabe für die Rettungswache in Wichmannshausen an das Deutsche Rote Kreuz (DRK) Eschwege ist erfolgt. Die Rettungswache wurde in Kooperation mit der Stadt Sontra, die für die Errichtung der Feuerwehr-Stützpunktwache zuständig ist, bereits im vergangenen Jahr fertiggestellt.

Seit Jahresbeginn hat der Rettungsdienst des DRK-Kreisverbandes Eschwege den Versorgungsauftrag übernommen und vorübergehend eine Behelfswache im „Alten Graben“ in Wichmannshausen eingerichtet.

Die nach DIN-Normen errichtete neue Wache kann nun betriebsbereit eingerichtet und im Januar vom DRK bezogen werden. Alle Beteiligten – ASB, DRK sowie die Stadt Sontra – sind froh, das

neue Gebäude mit Leben zu erfüllen.

„Es freut mich, dass das Gebäude mit dem Kauf durch das DRK und die damit verbundene Stationierung von zwei Rettungswagen (RTW) endlich seiner eigentlich geplanten Nutzung zugeführt wird“, sagt Sontras Bürgermeister Thomas Eckhardt. Durch die zentrale Lage des Gebäudes seien ideale Rahmenbedingungen für die Zukunft geschaffen worden. Diese dienen sowohl der engen Zusammenarbeit zwischen Feuerwehr und Rettungsdienst als auch den Bürgern. „Ich freue mich auf die gute Zusammenarbeit mit dem DRK und bedanke mich bei allen Beteiligten, die dazu beigetragen haben, dass nun eine endgültige und sehr gute Lösung gefunden wurde“, so Thomas Eckhardt.

esp

Vorlesewettbewerb



Nach coronabedingter Unterbrechung in 2020 fand kurz vor Weihnachten wieder der Vorlesewettbewerb des Jahrgangs 6 der Adam von Trott Schule statt. Zur Eröffnung stimmte Oberstufenlehrerin und Jurymitglied Katharina Wilhahn die gespannten Teilnehmerinnen und Teilnehmer, Organisatorin Kathleen Rhein sowie die Jury mit einem Stück am Klavier, auf den Wettbewerb ein.

In zwei Leserrunden, in denen die 14 Teilnehmerinnen und Teilnehmer jeweils einen ihnen bekannten und einen unbekanntem Text vorlesen mussten, wurde durch die Jury der Schulsieger ermittelt. Die Jury bestand aus fünf Schülerinnen und Schülern sowie fünf

Lehrkräften. Bewertet wurden in der ersten Vorleserrunde, in der aus selbstgewählten Büchern vorgelesen wurde, die Lesetechnik, das Textverständnis und die Textgestaltung. Nach einer kleinen Vorstellung des Buches, welches sie gewählt hatten, bekamen die Leser und Leserinnen jeweils ungefähr drei Minuten Zeit, um aus ihren gewählten Büchern vorzulesen.

Während der Punkteermittlung nach der ersten Runde konnten sich die Kinder über ihre Bücher austauschen und mal in die Geschichten der anderen reinlesen. Außerdem trugen Schülerinnen und Schüler aus der DAZ-Klasse (Deutsch als Zweitsprache) kurze Weihnachtsgedichte, passend zur Jahreszeit, vor.

In die zweite Runde kamen die fünf besten Leserinnen und Leser der ersten Runde und die zwei Inklusions-Schüler. Der unbekannteste Text für die fünf Besten stammte aus dem Buch „Mio, mein Mio“ von Astrid Lindgren und für die Inklusions-Schüler aus dem Buch „Biber Undercover“ von Rüdiger Bertram. Hier bekamen alle jeweils zwei Minuten zum Vorlesen.

Gewinnerin des Vorlesewettbewerbs wurde schließlich Alisa Jacke aus der 6c. Sie las aus dem Buch „Norden ist, wo oben ist“ von Rüdiger Bertram. Im Januar erwartet die Gewinnerin die Teilnahme am Kreisentscheid des Vorlesewettbewerbs. Hierfür wünschen wir ihr ganz viel Erfolg.

Eine Gemeinschaftsaktion der Sontraer Schulen, der untenstehenden Unternehmen und des

MIETWAGEN WITZEL
-> Krankenfahrten
-> Rollstuhltransporte
-> Dialyse
-> Chemotherapie
-> Strahlenbehandlung
SONTRA
0 56 53 16 40
Zulassung zu allen Krankenkassen

Bachmann
Gebäudetechnik GmbH & Co.KG

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

Peter Persch ... die Küche!
www.persch-die-kueche.de

Landfuxx Dieterich
Sontra, Tel.: 05653-613

Landfuxx Dieterich
Sontra, Tel.: 05653-613

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

www.ep-bierwirth.de

studiomittelmühle
büro für text, grafik und fotografie
elisabeth mühlender, peter krause
bahnhofstr. 7, 36205 sontra
+49-5653 914304, studio-mittelmuehle.de

AugenBlick
Gönnen Sie Ihren Augen den perfekten Blick
Tel.: (0 56 53) 91 99 350 Hinter der Mauer 31 - 36205 Sontra
Inh. Anika Werkmeister · Staatlich geprüfte Augenoptikerin & Augenoptikermeisterin

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

bocksberger
Farben, Tapeten, Bodenbeläge, Hobby
Sontra, ☎ 05653-8363 · www.tapeten-bocksberger.de



Hasseröder Premium Pils
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 0,90 €

- 40 %
8,99



SERVICE



Feste Rituale am Arbeitsplatz helfen, auf die empfohlene tägliche Trinkmenge zu kommen. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

Mehr Wasser trinken

Tipps für den Arbeitsalltag

Feierabend! Der Tag ist geschafft und alles erledigt. Nur wieder zu wenig getrunken - so geht es täglich vielen im Berufsleben. Mit ein paar simplen Tricks lässt sich das leicht in den Griff bekommen.

der Erledigung einer Aufgabe mindestens ein halbes Glas Wasser zu trinken. Zu Mahlzeiten empfiehlt sich jeweils ein ganzes Glas.

Heute schon genug getrunken? Viele Berufstätige werden diese Frage jetzt verneinen, sie vergessen im stressigen Arbeitsalltag schlicht regelmäßig zum Wasserglas zu greifen. Das empfohlene Pensum pro Tag liegt laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung (DGE) bei 1,5 Liter Wasser pro Tag, am besten pur – und Ernährungswissenschaftler Mark Hübers vom Institut für Betriebliche Gesundheitsberatung (IFBG) gibt hilfreiche Anregungen, wie das im Joballtag gelingen kann. Das eigene Trinkverhalten zu hinterfragen und zu beobachten, ist der erste Schritt auf dem Weg. Hier weitere Tipps für Trinkfaule:

Digitale Helfer: Apps wie Trink-Wecker und -Tracker erinnern rechtzeitig an den Griff zur Wasserflasche oder zum Glas, noch bevor der Durst es tut. Nutzer solcher Apps behalten somit ihre Flüssigkeitsaufnahme genau im Blick.

Das Auge trinkt mit: Es kann helfen, das Getränk jeweils in Sichtweite aufzustellen – dann greifen Sie unbewusst öfter zur Flasche oder zum Glas. Ein schönes Design des Trinkbehälters kann außerdem die Trinkmotivation steigern.

Wer genügend trinkt, trägt dazu bei, seinen Stoffwechsel im Gleichgewicht zu halten. Andernfalls muss man laut der DGE damit rechnen, schnell müde und unkonzentriert zu werden. Auch Kopfschmerzen, eine verringerte körperliche Leistungsfähigkeit und Verstopfung können Folgen von Flüssigkeitsmangel sein.

Wasser „essen“: Verzehren Sie möglichst Obst- und Gemüsesorten, die viel Wasser enthalten. Dazu zählen zum Beispiel Wassermelonen, Erdbeeren, Gurken, zahlreiche Blattsalate und Tomaten.

In einer Studie, für die rund 11 000 Beschäftigte befragt wurden, hat das IFBG in Zusammenarbeit mit der Techniker Krankenkasse allerdings herausgefunden: Fast 40 Prozent erreichen die empfohlene Trinkmenge von 1,5 Liter Wasser an gewöhnlichen Arbeitstagen nicht. tmm

Feste Trinkrituale: Beschäftigte können sich vornehmen, nach einem beendeten Meeting, bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz oder nach



... SONDERN WIR SUCHEN SIE zur Verstärkung unseres Teams zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

KAUFMÄNNISCHE/N MITARBEITER/IN

Sie erwarten eine abwechslungsreiche Tätigkeit in Teilzeit in einem interessanten Arbeitsumfeld.

Ihr Profil

- kaufmännische Ausbildung
- hohes Engagement und Eigenverantwortung
- Freude am Kundenkontakt
- Erfahrung im Verkauf (idealerweise) oder motivierte/r Quereinsteiger/in
- ausgeprägtes Organisationstalent
- Verbindliches und sympathisches Auftreten
- gute MS Office-Kenntnisse

Interessiert? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen, bitte vorzugsweise per E-Mail, an folgende Adresse: Martin_Meister@werra-rundschau.de oder per Post an Werra-Rundschau, z.Hd. Martin Meister, Herrergasse 1 – 5, 37269 Eschwege



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

- 20 %
11,99



Kozel Premium Lager*
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1 l = 1,40 €

+ 2 Flaschen GRATIS!

14,99
13,99
Entspricht einem Kastenpreis von 12,72 €



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

17,99
14,99



Maxl Helles
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,70 €

17,99
16,99



Maisel's Weisse
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,40 €

- 22 %
13,99



Grevensteiner Original
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1 l = 2,02 €

- 20 %
3,99



Bayreuther Hell, Hefe-Weissbier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,50 €

17,99
14,99



top frisch Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1 l = 0,50 €

- 25 %
2,99



Bad Brückener Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,42 €

- 32 %
4,99



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

Dauer-Niedrigpreis!
4,99



Bad Brambacher Garten-Limonade
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,89 €

8,99
7,49



Caldener Mineralwasser*
spritzig, still,
2 Kisten = 2 x 12 x 1 l,
zzgl. 9,90 € Pfand,
1 l = 0,48 €

- 36 %
11,58

ZAHL 2 NIMM 3



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

Dauer-Niedrigpreis!
8,99



Red Bull Energy
diverse Sorten,
koffeinhaltig,
0,25 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1 l = 3,96 €

- 41 %
0,99



Havana Club & Cola
koffeinhaltig,
10%,
0,33 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1 l = 6,03 €

- 29 %
1,99



Asti Cinzano
Spumante,
0,75 l-Flasche,
1 l = 7,72 €

5,99
5,79



Campari
25%,
0,7 l-Flasche,
1 l = 14,99 €

14,99
10,49



Absolut Vodka
40%,
0,7 l-Flasche,
1 l = 15,70 €

- 21 %
10,99



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

- 20 %
7,99



Lillet Blanc, Rosé
17%,
0,75 l-Flasche,
1 l = 15,99 €

15,99
11,99



top frisch Apfel-Schorle
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,72 €

7,99
6,49



Pircher
diverse Sorten,
0,7 l-Flasche,
1 l = 19,99 €

15,99
13,99



Logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

Folgen Sie uns auf:
f i y

In Ihrer Nähe:
Heurich GmbH & Co. KG
Landwehr 20-26
D-36100 Petersberg



JETZT IMPFSCHUTZ BOOSTERN

Nach wie vor gilt: Die Corona-Schutzimpfung ist der wirksamste Schutz vor schweren und tödlichen COVID-19-Verläufen. Den bestmöglichen Schutz erhalten Sie mit der Booster-Impfung, insbesondere mit Blick auf die Delta-Variante und die sich ausbreitende Omikron-Variante. Für ganz viele ist jetzt der richtige Moment, um sich boostern zu lassen und so den mit der Zeit nachlassenden Impfschutz wieder aufzufrischen!

Diese Personen sollten ihren Impfschutz ab 3 Monaten nach der Grundimmunisierung mit einer Booster-Impfung auffrischen lassen:



Dass der Immunschutz mit der Zeit nachlässt, ist ein natürlicher Vorgang: Das Immunsystem vergisst nach und nach, wie es das Coronavirus schnell und effektiv bekämpfen kann. Mit einer Booster-Impfung lässt sich der Immunschutz einfach und effektiv auffrischen.



Personen mit schwachem Immunsystem

nach der dritten Impfung, die 4 Wochen nach der zweiten Impfstoffdosis gegeben wurde



Genesene

- nach einer Infektion, die vor der Erst- oder Zweitimpfung eingetreten ist
- nach einer Infektion, die vor der Erstimpfung eingetreten ist und bei der ab 4 Wochen nach Symptomende eine Impfstoffdosis gegeben wurde



Personen, die mit dem Impfstoff Janssen® von Johnson & Johnson geimpft wurden

nach der Zweitimpfung mit einem mRNA-Impfstoff, die 4 Wochen nach der Erstimpfung zur Optimierung des Impfschutzes gegeben wurde



Schwangere

nach der ersten Impferserie, ab dem zweiten Schwangerschaftsdrittel



Alle Personen ab 18

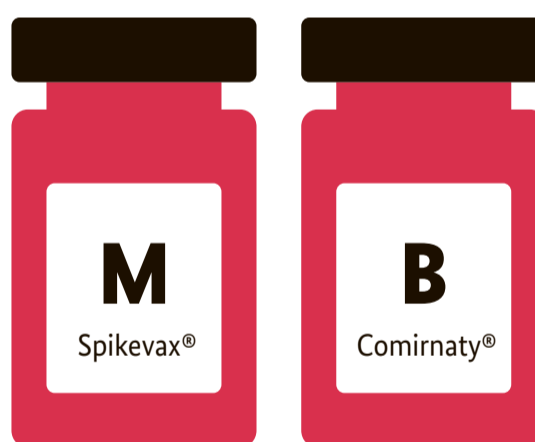
nach der ersten Impferserie

Informieren Sie sich bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Booster-Impfstoffe

Moderna

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt, Spikevax® von Moderna für Personen ab 30 Jahren zu verwenden – dies gilt auch für die Booster-Impfungen. Nach individueller Beratung durch die Ärztin oder den Arzt kann der Impfstoff auch für unter 30-Jährige verwendet werden.



BioNTech/Pfizer

Die STIKO empfiehlt den Einsatz von Comirnaty® von BioNTech/Pfizer als Booster für alle Personen ab 18 Jahren, in Einzelfällen auch Jugendlichen. Alle unter 30-jährigen Personen sowie Schwangere ab dem zweiten Schwangerschaftsdrittel, unabhängig vom Alter, sollen ebenfalls mit Comirnaty® geboostert werden.



Altersgruppe



etwa 85% Schutz vor schwerem Verlauf

Beide mRNA-Impfstoffe sind sicher und wirksam. Auch eine Kombination der Impfstoffe (zuerst BioNTech/Pfizer, dann Moderna – oder umgekehrt) ist für Personen über 30 Jahre möglich.



Altersgruppe



etwa 85% Schutz vor schwerem Verlauf

DANKE

an alle, die impfen und sich impfen lassen,
auch an Sonn- und Feiertagen.

Nicht länger warten, jetzt boostern lassen.

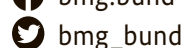


Weitere Informationen, auch in mehreren Sprachen, zum Download als Video oder als Newsletter unter [Corona-Schutzimpfung.de](https://www.corona-schutzimpfung.de)

Bleiben Sie auf dem Laufenden:



bm.g.bund



bm.g_bund



Bundesministerium für Gesundheit



bundesgesundheitsministerium

DEUTSCHLAND
KREMPelt DIE
#ÄRMELHOCH
[CORONA-SCHUTZIMPFUNG.DE](https://www.corona-schutzimpfung.de)

Kosten sparen bei Lebensmitteln

Was Bio-Siegel wirklich aussagen

Ohne chemischen Pflanzenschutz, kurze Transporte zum Schlachter oder sogar mit kosmischen Kräften aufgeladen - das versprechen Bio-Siegel. Eine Übersicht für Verbraucher.

Lebensmittel werden teurer. Gleichzeitig steigt die Nachfrage nach Bio-Produkten, die im Durchschnitt deutlich mehr kosten, den Verbrauchern aber wichtig sind. Inzwischen verschwimmen die Grenzen der teuren Naturkost und den günstigen Discounter-Lebensmitteln, denn auch die Discounter werben immer öfter mit erstaunlich günstigen Bio-Produkten. Wie ist das möglich – und sind die genauso gut?

„Was ein Bio-Siegel trägt, muss auch bio sein“, sagt Britta Schautz von der Verbraucherzentrale Berlin. Hierfür gelten klare Standards. Die meisten Produkte sind mit dem grün-weißen EU-Bio-Siegel zertifiziert. Dieses garantiert die Mindest-Anforderungen. „Alle Monoprodukte wie Äpfel müssen zu 100 Prozent bio sein, zusammengesetzte Produkte bestehen mindestens zu 95 Prozent aus Zutaten aus ökologischem Landbau“, erklärt Schautz. „Die Produkte sind außerdem frei von Gentechnik, es wird auf chemisch-synthetischen Pflanzenschutz verzichtet und die Tiere werden artgerechter gehalten.“ Die Verwendung von Zusatzstoffen ist außerdem eingeschränkt. Und die Auflagen werden regelmäßig kontrolliert.

Viele Infos fehlen trotzdem

Das Siegel gibt aber auch über sehr vieles keine Auskunft, etwa woher die Produkte genau stammen. Hier unterscheidet das Siegel laut der Verbraucherzentrale nur zwischen „Nicht-EU-Landwirtschaft“ und „EU-Landwirtschaft“ – das ist wenig transparent. Es gibt zudem keine Regelung über die Transportdauer von Tieren zu Schlachthöfen. Und die



Beim Siegel Naturland beispielsweise ist der Auslauf für Milchkühe und Mutterkühe verpflichtend.

FOTO: SEBASTIAN KAHNERT/DPA/DPA-TMN

Höfe dürfen auch parallel konventionell produzieren.

Wie kann ich sicher sein, dass die Bio-Richtlinien auch außerhalb der EU eingehalten werden? Das fragen sich viele Verbraucher. Hier gibt es konkrete Import-Vereinbarungen, auch diese Produkte werden zertifiziert und kontrolliert. Dabei geht es allerdings nur um qualitative Aspekte, nicht die Ökobilanz, die oft schlecht ist, wenn die Produkte einen weiten Weg zurücklegen.

Verbände wie Naturland, Bioland und Demeter haben sich selbst über die EU-Bio-Standards hinaus eigene strengere Regeln auferlegt. Diese sind allerdings individuell. Bei Naturland bedeutet

das zum Beispiel, dass ein Herkunftsbetrieb ausschließlich ökologisch produzieren darf. Der Verband hat sich außerdem verpflichtet, bestimmte soziale Standards gegenüber Beschäftigten einzuhalten.

Tierwohl an erster Stelle

Unterschiede gibt es auch in der Tierhaltung. Vor allem ist die Schlachtung geregelt: Es gibt Platzvorgaben, maximale Transportzeiten und -entfernungen. All dies gibt es bei dem EU-Bio-Siegel nicht.

Auch Bioland wirbt damit, dass die Höfe nur Bioland-Ware produzieren dürfen.

Nach eigenen Angaben steht bei dem Verband „das Tierwohl an erster Stelle“. Hierfür erfolgen demnach „regelmäßige Kontrollen mit Beurteilung der Tiere anhand von definierten Kriterien“. Mindestens 50 Prozent des Futters für alle Tierarten muss vom eigenen Betrieb oder einer regionalen Kooperation stammen. Bei Demeter ist etwa das schmerzhaft Entornen von Kühen verboten. Und das Futter muss zu 75 Prozent von einem Demeter-Betrieb stammen. Zur Philosophie gehört auch das Sozialer: „Integration von Menschen mit Behinderungen, Schulbauernhöfe, lebendige Hofgemeinschaften – viele Demeter-Höfe verstehen sich

als Orte des sozialen Miteinanders und sind weit mehr als 'nur' Bauernhöfe“, sagt Ameli Uhlig von Demeter.

Der anthroposophische Demeter-Verband schreibt auch den Einsatz sogenannter Präparate vor. Hierbei handelt es sich unter anderem um Wirkstoffe, die in geringen Mengen im Wasser verrührt und auf den Feldern ausgespritzt werden. Demeter informiert, das Verfahren werde auch als „Homöopathie für den Boden“ bezeichnet.

Dies dürfte vielen befremdlich vorkommen. Ist der Verband dennoch unterstützenswert? „Ja“, sagt Schautz von der Verbraucherzentrale Berlin. „Wir raten zum Beispiel aufgrund der hohen Tierhal-

tungsstandards trotzdem zu Demeter-Produkten.“

Die Preise der Produkte sind sehr unterschiedlich, richtig rational erklärbar sind sie nicht. Verbraucherschützerin Schautz sagt: „Wie genau die Preise zustande kommen, weiß nur der Einzelhandel selbst. Möglicherweise handelt es sich um eine Mischkalkulation, dass die Demeter-Produkte durch andere Produkte mit höherer Marge finanziert werden.“ Eine Rolle spielten aber wahrscheinlich die hohen Abnahmemengen. Nicht aber die Qualität - so viel steht fest.

Aber: Wo Bio draufsteht, ist also mindestens die EU-Bio-Qualität drin - egal wo man das Produkt kauft. tmn

Bekanntschäften

Hedwig, 73 J., aber mein Alter sieht man mir nicht an, bin schlank u. immer gepflegt. Ich koche vorzüglich, liebe die Natur u. suche einen aufrichtigen Mann bis ca. 85 J. Fassen Sie sich ein Herz u. rufen Sie üb. PV an, ich könnte Sie kurzerhand mit meinem Auto besuchen u. mich vorstellen. Tel. 0176-34498406

Susanne, 60 J., schlank, aber etwas mehr Oberweite, ganz natürlich, bin eher ruhig u. nicht aufdringlich, Sorge gerne für ein behagliches Zuhause, mag selber kochen u. backen, wäre auch umzugsbereit. Ich habe das Alleinsein so satt u. vielleicht bin ich es, die Du suchst? Ruf üb. PV an u. finde es heraus. Tel. 0162-7928872

Karl-Heinz, 64 J., humorvoll, charmant u. zuverlässig, will nicht noch ein Jahr alleine sein. So gerne würde ich mit einer lieben Freundin die Zeit verbringen, schöne Unternehmungen, einfach wieder glücklich sein. PV, Anruf und Vermittlung kostenlos Tel. 0800-2886445

Gerta, 68 J., bin lieb, häuslich aber auch spontan, mit allen fraul. Qualitäten. Möchte die Einsamkeit beenden u. Dir eine zärtl., fürsorgl. Partnerin sein. Wichtig ist für mich, Dich anzunehmen, wie Du bist. Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück Tel. 0800-7774050

Kontakte

Inge 42 – Frauen suchen SEX ohne Bindung 0176-97792223

Nackte Rentnerin (68) 01522-136 08 78

Sexy Hausfrau (32) 01525-720 64 42

Abstritzgarantie 0221 5600 577

Verkauf

Waschmaschine, Herde, Trockner, Gefrierkombi 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

Entrümpelung kostenlos? Wir holen alles, was man noch brauchen kann - kostenlos! Tel: 01 72 - 56 05 98 2

Entrümpelung aller Art Tel: 0561-498835

1A Buche ab 39,- € ☎ 0152-28000388
www.brennholzhandel-vey.de

Ankauf

Antikhalle Kassel, Haushaltsauflösungen mit Wertausgleich. Tel: 05 61 - 49 88 35

Antiquitäten, Kunsttrödel & Spielzeug
Telefon: 05 61 - 49 88 35

Landwirtschaft & Forsten

www.kaminbrennholz.com
Tel. 0173/3950311

Platten, Verbundsteine + Pflaster aller Art, Gartenarbeit übernimmt Fa. Engel Tel: 05 61 - 49 88 35

Stellenangebote

Suche Kraftfahrer/-in mit Führerschein Klasse C1E bis CE in Vollzeit im Bereich FV mit vorhandenen Qualifikationen. Info an Bossaerts Transporte: 05692 9964010 oder info@bossaerts-transporte.de

Auto-Ankäufe

Liebe Leser, kaufe Wohnwagen mit/ ohne TÜV, zu fairen Preisen. Bitte alles anbieten. ☎ 0152-54658507

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

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

Liebe Leser: kaufe PKWs zu fairen Preisen. Unfall, auf ohne TÜV, hohe KM. Bitte alles anbieten! ☎ 0152-54658507

Wir holen kostenlos Ihr Alt/Schrottfahrzeug ab! Tel: 01 72 - 56 05 98 2

STIFTER GESUCHT!

www.kinder-suchen-stifter.de





