

Neues Bad = neues Lebensgefühl

Besuchen Sie unsere Ausstellung

ULLRICH
DIE BADGESTALTER

www.ullrich-bebra.de
Wiesenweg 5 · Bebra · Telefon 0 66 22 92 99-0

HEIMAT NACHRICHTEN

ROTENBURG
BEBRA

Schöne Überdachungen

Vollholz Viereck GmbH
05664 - 930 341 | www.vollholz-viereck.de

isofloc

Kardiologen zertifiziert
Herzspezialisten am HKZ ausgezeichnet.

Neue Spitze
Ninja Christ als Kreissprecherin gewählt.

Wehren fusionieren
Aua, Obergeis und Untergeis werden eins.

duodruck=digital.
Qualität vor Ort und online.

Am Helfersgrund 2a
36251 Bad Hersfeld
Tel. 06621 - 50 52 0
info@duodruck.de
duodruck.de



Energie für die Kaligrube: K+S baut neues Umspannwerk in Röhrigshof

Das Bergbauunternehmen K+S lässt auf dem Gelände der Schachanlage Hera in Röhrigshof-Nippe ein neues Umspannwerk errichten. Aktuell laufen nach Auskunft von Unternehmenssprecher Marcus Janz Erd- und Rohbauarbeiten. Die neue Anlage soll das benachbarte bisherige Umspannwerk ersetzen, dessen Technik noch aus den 1970er Jahren stammt. Mit dem Neubau sollen künftig alle Bereiche der Kaligrube inklusive des neuen Grubensfelds Marbach mit Energie versorgt werden. Die Bauarbeiten sollen voraussichtlich bis 2024 dauern. K+S investiert nach Auskunft von Unternehmenssprecher Marcus Janz in den Neubau rund 7,5 Millionen Euro. jce FOTO: JCE

Ihr zuverlässiger Lieferant für Holzbriketts und Holzpellets

Bio massehof Waldhessen

Andreas Richter · Ulfenmühle 13 · 36179 Bebra
Tel. 06622 420785 · Fax 06622 420786
info@biomassehof-waldhessen.de
www.biomassehof-waldhessen.de

gunther
ENERGIE

JETZT ERDGAS UND STROM VON UNS!

ERDGAS STROM

Nutzen Sie unseren Service zum Anbieterwechsel!

Rufen Sie uns an!
(06622) 405-191
36179 Bebra

www.guenther-energie.de

www.schuh-zentgraf.de

AB SOFORT... 20% AUF ALLE WINTERSCHUHE

Schuhhaus ZENTGRAF

Steinweg 5
36132 Eiterfeld-Arzelt
Tel.: 06672/419

Friedrich-Dietz-Str. 3
36093 Künzell
Tel.: 0661/4800767

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 9-19 Uhr
Sa.: 9-16 Uhr

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 9-19 Uhr
Sa.: 9-18 Uhr

Harte Zeiten für Schwerkranke

Transportunternehmen kündigen Vertrag mit AOK Hessen

Hersfeld-Rotenburg – Der Fachverband Pkw-Verkehr Hessen und die Krankenkassen AOK Hessen und Knappschaft haben sich nicht auf eine neue Vergütung für Liegend- und Tragestuhlkrankfahrten einigen können. Das hat Folgen für schwerkranke AOK- und Knappschaft-Versicherte, die auf die spezialisierten Transportfahrten angewiesen sind. Rund 50 der 120 Dienstleister für Liegend- und Tragestuhlkrankfahrten, die der Fachverband Pkw-Verkehr Hessen vertritt, haben ihren Vertrag mit der AOK Hessen und der Knappschaft zum 1. Januar gekündigt. Damit fahren 350 Autos weniger für die beiden Kassen. Einer dieser Dienstleister ist das Taxiunternehmen von Jens Marggraf, das auch einen Standort in Rotenburg hat. „Das Angebot der AOK Hessen ist weit unter dem, was andere Krankenkassen zahlen“, sagt der Firmeninhaber. Die Mitarbeiter von Jens Marggraf fahren schwerkranke und gehunfähige Menschen zu ihren Behandlungen in sämtlichen ärztlichen Einrichtungen. Inflation, Erhöhung des Mindestlohns, hohe Spritpreise, Anschaffungs- und Reparaturkosten für die Fahrzeuge sowie ihre Ausrüstung – alles stemmen die Transportunternehmen, sagt Marggraf. Mit der derzeit von der AOK Hessen und der Knappschaft gezahlten Vergütung für die Fahrten sei das nicht möglich. Die übrig gebliebenen Dienstleister, die noch Liegend- und Tragestuhlkrankfahrten für die AOK Hessen und die Knappschaft fahren, können zumindest im Landkreis Hersfeld-Rotenburg den Markt nicht ausreichend bedienen, sagt Kai Hebler von Taxi Hebler aus Friedewald: „Wir sind erst einmal weiterhin Vertragspartner der AOK.“ Die Kasse verweise ihre Kunden aus dem Landkreis an das Taxiunternehmen. „Diese Aufträge kommen also noch zu unseren Stammfahrten hinzu.“ Es überschreite die Kapazitäten der Firma. „Wir fahren auf Teufel komm raus und wollen gern alle Fahrten übernehmen. Aber wir schaffen es nicht“, sagt Hebler. Die Leute reagieren auf Absagen verärgert. „Doch uns sind leider die Hände gebunden“, sagt er. So entstehen häufig Wartezeiten, und kurzfristige Fahrten könne das Unternehmen fast gar nicht mehr annehmen. Mathias Hörning, Pressesprecher des Fachverbands, hofft, dass sich die AOK Hessen auf den Verband zubewegt. „Wir haben klar signalisiert, dass wir weiterhin verhandlungsbereit sind.“ ciz/alw

AOK Hessen erklärt Forderungen für zu hoch

Die Verbandsforderungen seien laut Stephan Gill von der AOK Hessen mit Zusatzausgaben von zehn Millionen Euro im Jahr 2022 verbunden – das Gesamtvolumen betrage derzeit 14 Millionen. Das Angebot der AOK Hessen, das Mehrkosten von insgesamt fünf Millionen Euro verursachen würde, sei vom Fachverband abgelehnt worden. Die AOK sei weiterhin Gesprächsbereit. Die Kündigungen der Unternehmen werden sich nicht negativ auf Versicherte auswirken, betont Gill. ciz

Ihr Direktvermarkter aus der Region

- eigene Schlachtung
- eigene Fütterung

Ihre **LAND-METZGEREI Jillek**

Direkt vom Bauern und täglich frisch!

Am Wilhelmshof 10
36251 Bad Hersfeld
Tel. 0 66 21 / 1 59 96

WSV Preissturz bis zu 70%

Hosen und Oberteile **ab 10€**

10% auf alle Jeans
20% auf nicht red. Ware aus der laufenden Saison

Aufgrund der aktuellen Corona-Situation bleibt im Januar + Februar der **MITTWOCH GESCHLOSSEN!**

JEANS KELLER

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 9.30 - 12.30 Uhr + 14.30 - 18.00 Uhr · Sa.: 9.30 - 13.00 Uhr

www.persch-die-kueche.de

Das starke Team für Ihre Küche

Donnershag 4 · 36205 Sontra · Telefon 05653 919490

Peter Persch ... die Küche!

OBI

Primel im T9 Topf 0,69 €

OBI Bad Hersfeld
HEBA Bau- u. Heimwerkermarkt GmbH
Heinrich-von-Stephan-Str. 2 a

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Montag - Freitag von 8.00 - 20.00 Uhr
Samstag von 8.00 - 18.00 Uhr

Gunter Müller
Rechtsanwalt

Breitenstraße 20 · 36251 Bad Hersfeld

- Familienrecht
- Strafrecht
- Verkehrsrecht
- Erbrecht

Tel.: (06621) 9680370
info@ra-gunter-mueller.de

Die besten Brillengläser Deutschlands bekommen Sie bei uns.

Perfekte Sicht
Made in Germany

im Brancheninformationsbrief Augenoptik der markt intern Verlag GmbH - Ausgabe 12/21
ISSN 14 3391 Leistungsaspekte Brillengläser
Note 1,59 - www.optavision.com/lsp

SCHNEIDER
Augenoptik & Hörakustik
Bebra - Rotenburg - Obersuhl
www.augenoptik-schneider.de

Hervorragende Herzspezialisten

Kardiologie am HKZ als Mitralklappenzentrum zertifiziert

Rotenburg – Erneut wurde das Herz-Kreislauf-Zentrum Rotenburg von der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK) ausgezeichnet: Mit hoher Qualität und einem breiten Versorgungsspektrum gilt das HKZ als interventionelles Mitralklappenzentrum.

Eine als Mitralklappenzentrum ausgezeichnete Klinik sticht vor allem durch eines hervor: Eine hervorragende Behandlungsqualität in und Beherrschung der Mitralklappenintervention. Hinzu kommen – wie auch im Fall des HKZ – eine enge Verzahnung unterschiedlicher Fachdisziplinen mit effizienten Strukturen innerhalb der Herzchirurgie und Kardioanästhesie.

„Die Zertifizierung ist die Honorierung der jahrelangen, herausragenden Qualität in unserem interventionellen Mitralklappenprogramm“, freut sich Prof. Dr. Holger Nef, Chefarzt am HKZ für strukturelle Herzerkrankung, über die Auszeichnung.

Bei der Mitralklappe handelt es sich um ein Ventil in der linken Herzkammer, durch die das Blut in das Herz hineinströmt. Wird sie undicht, müssen Herzspezialisten sie wiederherstellen oder ersetzen.

Während das bestehende Standardverfahren die operative Behandlung mit einer Re-



Auszeichnung für das HKZ: Darüber freuen sich von links Ralf Mootz (Oberarzt), Tanja Herbig (Katheterlabor), Prof. Dr. Holger Nef (Chefarzt Kardiologie), Dr. Yusuf Mangov (Oberarzt), Prof. Dr. Ardawan Rastan (Chefarzt).

FOTO: WERNER HAMPE/NH

konstruktion oder einem Klappenersatz ist, berufen sich die Experten am HKZ häufig auf das sogenannte MitraClip-Verfahren. Dabei wird mittels Katheter ein Clip über die großen Hohlvenen hin zur linken Herzkammer geführt und dort entsprechend platziert.

„Gerade bei Patienten mit einer schweren Mitralinsuffizienz oder bei bestehenden Erkrankungen stellen die interventionellen Verfahren eine gute Therapiealternative dar“, erläutert Prof. Dr. Arda-

wan Rastan, Chefarzt Herzchirurgie. Nahezu gleichzeitig konnte das interventionelle Team rund um Nef eine Erweiterung des eigenen Portfolios durch die Einführung eines zweiten Clipverfahrens (PASCAL, Firma Edwards) bekanntgeben.

„Durch dieses neue Verfahren können wir erstmals zwischen zwei Systemen wählen und damit noch individueller auf die Patientengegebenheiten eingehen“, so der Rotenburger Kardiologe. Das Herzteam weiß um die Bedeutung

der Auszeichnung als Anerkennung seiner herausragenden Teamarbeit.

„Nur durch unsere Zusammenarbeit und die verschiedenen Fachdisziplinen, die wir jeder für sich abdecken, können wir diesen hohen Grad der Individualisierung in der Behandlung bieten“, ergänzt Nef.

Mit der gemeinsamen Expertise sei so auch für Patienten mit Mitralklappenerkrankungen eine optimale Behandlung im HKZ gegeben.

red/rey

Tablets für Schule in Niederaula

Spende des VR-Fördervereins

Niederaula – Mit neun Apple iPads im Gepäck besuchten die Vorstandsmitglieder Maik Schuchardt und Henrik Muhl des Fördervereins VR-Herz und Hand die Gesamtschule Niederaula.

„Gerade in Zeiten der Corona-Pandemie zeigt sich, wie wichtig es ist, digitales Lernen zu fördern. Dabei wollen wir die Schülerinnen und Schüler sowie die Lehrkräfte bestmöglich unterstützen“, erklärte Maik Schuchardt.

Schulleiterin Nicole Stutz und Christopher Wahl (IT-Bauftragter der GSN) freuen sich, dass die Schülerinnen

und Schüler der Gesamtschule Niederaula damit gut versorgt sind.

„Die neuen iPads sind ein wichtiges, zukunftsweisendes Unterrichtswerkzeug und finden ihren Einsatz in verschiedenen AGs und im Fachunterricht“, betont Nicole Stutz.

In jedem Unterrichtsraum befinden sich mittlerweile ein Beamer und die WLAN-Ausleuchtung für die gesamte Schule werde gerade eingerichtet. Somit seien die neuen iPads eine perfekte Ergänzung, resümierte die Schulleiterin.

red/kai



Willkommene Spende zu Weihnachten: Maik Schuchardt und Henrik Muhl, Vorstandsmitglieder des Fördervereins VR-Herz und Hand, mit Schulleiterin Nicole Stutz und Christopher Wahl von der Gesamtschule Niederaula. FOTO: KATJA GIESEL/NH

TLT-Turbo spendet für Covid-Station

Dank an Pflegepersonal des Klinikums

Bad Hersfeld – Der Standort Bad Hersfeld der TLT-Turbo GmbH hat 1500 Euro für das Pflegepersonal der Covid-19-Intensivstation des Klinikums Hersfeld gespendet. Damit sollen die Krankenschwestern und -pfleger unterstützt werden, die sich unermüdlich für die Bewältigung der Covid-19-Pandemie in der Region eingesetzt haben. Die Spende wurde von

Standortleiter Christian Kosack im Klinikum Hersfeld übergeben.

Die Spende gehe an diejenigen, „die an vorderster Front im Kampf gegen die Pandemie stehen“, erklärte Kosack. „Wir sind der Meinung, dass das Pflegepersonal der Intensivstation nicht nur das Geld verdient, sondern ebenfalls die Anerkennung der Unternehmen für all das, was es in



Hilfe: TLT-Standortleiter Christian Kosack überreicht den Spendenscheck an Frank Heenes, Stationsleiter der Intensivstation 1 des Klinikums.

FOTO: TLT TURBO/NH

der schweren Zeit bisher getan hat“, sagte Kosack.

Die Spende wurde an Frank Heenes, Stationsleiter der Intensivstation 1 des Klinikums

Bad Hersfeld, übergeben und soll später für ein besonderes Sommerfest für die Mitarbeiter der Intensivstation verwendet werden.

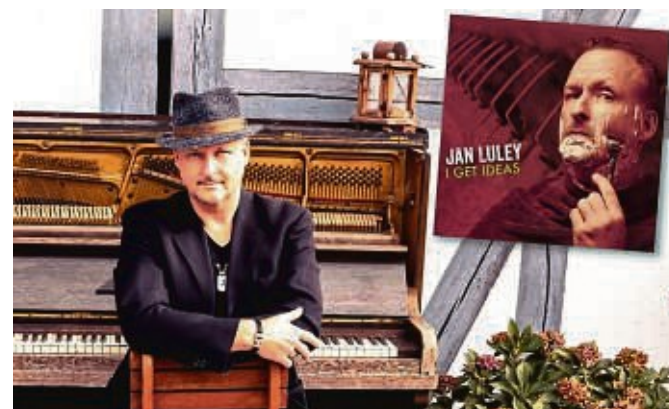
red/kai

Jan Luley veröffentlicht neues Album

Sänger und Pianist hat Corona-Zeit kreativ genutzt

Bad Hersfeld – Die Corona-Pandemie ist für auftrittsfreudige Musiker wie den Bad Hersfelder Pianisten und Sänger Jan Luley eine Zeit, in der sie ihren Beruf nur eingeschränkt ausüben können. Wie viele andere Kreative hat Luley die Zeit daher genutzt, um neue Songs zu komponieren. Nun ist das neue Solo-Album „I Get Ideas“ des Künstlers erschienen.

Fünf eigene Kompositionen stehen gleichauf mit Stücken von Tom Waits, Allen Toussaint und anderen Jazz-Größen. Klassischer Piano-Jazz mit Einflüssen aus der Musik der 20er- und 30er-Jahre von New Orleans bis New York trifft Balladen und kreolische Rhythmen. Das Album enthalte einen kleinen Teil der Songs, die ihn im ersten Corona-Jahr begleitet und beschäftigt haben, so der Künstler. Aufgenommen wurden die Stücke im vergangenen Herbst und Winter auf einem Steinway-Flügel im No Limit



Komponieren statt Konzerte: Pianist und Sänger Jan Luley hat ein neues Album veröffentlicht, das auch durch die Corona-Pandemie geprägt wurde.

FOTO: LULEYMUSIC/NH

Studio in Reiskirchen – dort seien auch Stücke aus „The Lion King“ und „Titanic“ gemischt worden. „Der Lockdown unserer Branche hat viele von uns mit voller Breitseite getroffen“, sagt Jan Luley. Die Zwangspause habe aber auch die Chance eröffnet, sich mit Dingen zu beschäftigen, für die im normalen Konzertalltag kaum Zeit

bleibe. Für die neue CD hat der Bad Hersfelder auch das Cover fotografiert und die Drucksachen gestaltet.

red/cig

Erhältlich ist das Album für 20 Euro über den Web-Shop des Künstlers und bei verschiedenen Verkaufsstellen in Bad Hersfeld (Weingalerie, Meyers Home, Living Stars, Gärtnerei Kühn, Jacques' Weindpot). janluley.de



HNA | ZUSTELLER

Wir suchen Sie!

HNA-PressEZusteller/in (m/w/d)

Unterwegs, wenn die Region noch schläft.

Wenn Sie gerne früh aufstehen und die Ruhe am frühen Morgen genießen, bieten wir Ihnen einen idealen Nebenjob. Sie arbeiten selbständig, beginnen frühmorgens und haben danach noch den ganzen Tag vor sich.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung, wenn Sie zuverlässig und mindestens 18 Jahre alt sind.

Jetzt informieren und bewerben:

0561 203-1282

www.hna-zusteller.de

HEIMAT NACHRICHTEN

ROTENBURG KASSEL

IMPRESSUM

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

Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV: Frank Schmidt

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

Anzeigenverkauf: Tel.: 0 56 61 / 70 57 27 E-Mail: anzeigen@nhw-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. 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

Arbeitslosenquote bleibt stabil

Milder Winter wirkt sich positiv auf Arbeitsmarkt im Kreis aus

Hersfeld-Rotenburg – Die Situation auf dem Arbeitsmarkt bleibt in Waldhessen auch weiterhin stabil. Im Dezember lag die Arbeitslosenquote wie schon im November bei 3,2 Prozent.

„Der für den Winter typische Anstieg bei Männern fiel bisher relativ gering aus, weil aufgrund der milden Witterung in den Außenberufen gearbeitet werden konnte“, sagt Waldemar Dombrowski, Vorsitzender der Geschäftsführung der Agentur für Arbeit Bad Hersfeld-Fulda. Arbeitslos gemeldet sind im Landkreis 2071 Personen – 355 weniger als vor einem Jahr.

Für eine insgesamt solide Konjunktursituation spricht laut Dombrowski der Bestand an Stellen.

Gegenwärtig liegen dem Arbeitgeberservice im Landkreis Hersfeld-Rotenburg 1324 Stellen zur Besetzung vor – 193 mehr als vor einem Jahr. Besonders gesucht werden Berufskraftfahrer sowie



Waldemar Dombrowski
Agentur für Arbeit

Personal im Lager- und Logistikbereich. Hoher Bedarf an Personal besteht darüber hinaus insbesondere im Verkauf, in der Altenpflege sowie in verschiedenen Gewerker des Handwerks.

Der Arbeitsmarkt ist laut Dombrowski aber auch nur deswegen so stabil, weil das Instrument der Kurzarbeit genutzt werden kann. „Das wird weiterhin zur Stützung der heimischen Wirtschaft in Anspruch genommen. Aktuell erreichen uns wieder ver-

mehrt Anfragen nach Kurzarbeitergeld, insbesondere aus dem Hotel- und Gaststättenbereich. Aber auch die Lieferkettenprobleme machen sich nach wie vor bemerkbar.“

Es gilt wie schon den gesamten Herbst: Für Menschen unter 25 Jahren ist die Situation am Arbeitsmarkt nicht so gut wie für die übrige Bevölkerung.

191 Männer und Frauen unter 25 Jahren sind arbeitslos gemeldet – ein leichter Anstieg gegenüber November, als 185 Personen betroffen waren.

Das ist laut Dombrowski vor allem auf das Auslaufen befristeter Verträge zurückzuführen, die im Kontext des kritischer werdenden Pandemiegeschehens nicht verlängert worden seien.

Trotzdem ist auch bei den jungen Menschen die Situation deutlich besser als 2020, als 31 Personen mehr arbeitslos waren.

Die sogenannte Unterbeschäftigungsquote, die auch all diejenigen Menschen erfasst, die in einer „arbeitsmarktpolitischen Maßnahme“, vorübergehend krank oder älter als 58 Jahre sind und Hartz-IV beziehen, liegt bei 4,0 Prozent (Vormonat: 4,1; Vorjahr: 4,8).

FOTO: AGENTUR FÜR ARBEIT



Der Vorstand: Vorjahressitzender Christian Helm, Kreissprecherin Ninja Christ und Harald Wegfahrt, Sprecher Fördermitglieder – von links.

FOTO: WIRTSCHAFTSJUNIOREN HEF-ROF/NH

Wirtschaftsjunioren starten mit neuer Spitze

Ninja Christ als Kreissprecherin gewählt

Hersfeld-Rotenburg – In ihrer Jahreshauptversammlung der Wirtschaftsjunioren, die im Hybrid-Format in der Gaststätte „Zum alten Fort-haus“ in Niederaula stattfand, wurde der neue Vorstand für das Jahr 2022 gewählt.

Er setzt sich wie folgt zusammen: Neue Kreissprecherin ist Ninja Christ, erster stellvertretender Kreissprecher Marc-Andreas Dönges, zweiter stellvertretender Kreissprecher Benjamin Schlotzhauer, Immedidate Past President (IPP, Vorsitzender des Vorjahres) Christian Helm, Kreisgeschäftsführerin Kathrin Heyer und als Sprecher der Fördermitglieder wurde Harald Wegfarth gewählt. Die Vernetzung der umliegenden Kreise und ein stärkeres regionales und überregionales Auftreten gehören laut Pressemitteilung

zu den Zielen der neuen Kreissprecherin Ninja Christ. Ihre Auftaktveranstaltung, der Neujahrsempfang, ist momentan in der Planung und wird in der Orangerie in Philippsthal stattfinden. Unter anderem werden als Gäste die Bürgermeister von Philippsthal, Hohenroda und Heringen erwartet. Außerdem freuen sich die Wirtschaftsjunioren, dass sie im Jahr 2022 den digitalen Arbeitskreis weiterhin als festen Bestandteil haben, sowie einen weiteren Arbeitskreis für Personal- und Auszubildendensuche etablieren werden, um ihren Mitgliedern einen Mehrwert zu verschaffen.

In Zeiten von Corona und weiterhin vager Planungssicherheit sollen auch wieder zahlreiche Online-Veranstaltungen umgesetzt werden, sofern sie in Präsenz nicht stattfinden können.

...Wir schlachten noch selbst...
Fleischerei **Roth**

Kaiserkasseler Kamm ohne Knochen	100 g	0,75
Schnelle Pfanne verschiedene Sorten	100 g	0,95
Cordon bleu aus der Lachsrolle, lecker gefüllt	100 g	0,99
Hausmacher Putenwurstaufschnitt	100 g	1,19
Feine Leberwurst verschiedene Sorten	100 g	0,99
ab Dienstag frisch aus dem Rauch		
Roth's Kartoffelwurst	100 g	0,99
Nusschinken	100 g	1,89
Aus der heißen Theke:		
Fleischkäsebrötchen	Stück	1,60
Aus unserer Salattheke:		
Roth's Fleischsalat	100 g	0,89

Diese Angebote, sind gültig vom 17. 1. bis 22. 1. 2022.
Ihr Team von Roth's freut sich auf Ihren Besuch!
Für Druckfehler keine Haftung.

Weniger Schwerbehinderte ohne Job

Am meisten profitiert laut der Statistik von den Gruppen, die einzeln erhoben werden, derzeit die Gruppe der Schwerbehinderten: 202 sind arbeitslos gemeldet. Das sind neun weniger als im Vormonat und 64 weniger als vor einem Jahr.

Bebra kürt besten Vorleser

Wettbewerb an der Brüder-Grimm-Gesamtschule

Bebra – Unter dem Motto „Meine Superkraft: Vorlesen“ hat die Brüder-Grimm-Gesamtschule in Bebra ihren besten Vorleser ermittelt: Eine Jury aus Deutschlehrkräften, Stufenleiter Fuchs und Buchhändlerin Raasch kürt Adrian Abraham (Klasse 6c) zum Schulsieger.

Er wird die BGGS im Frühjahr beim Kreisentscheid vertreten. An dem Wettbewerb nahmen alle Schülerinnen und Schülern des Jahrgang sechs teil. Die Sechstklässler traten zunächst bei einem klasseninternen Vorlesewettbewerb an, die Sieger konkurrierten dann um den Titel des Jahrgangsbesten.

Elias Beyer (6a), Simon Celik (6b), Adrian Abraham (6c) und Alejandro Vacquez (6d) lieferten sich ein spannendes Kopf-an-Kopf-Rennen, heißt es in einer Mitteilung der Brüder-Grimm-Gesamtschule.

Sie lasen zunächst jeweils eine Stelle aus einem selbstausgewählten Buch und anschließend einen Text aus einem unbekanntem Werk vor. Die Aktion soll in Kooperation mit Buchhandlungen, Bi-



Die Vorleser: von links Alejandro Vacquez, Elias Fernandez Olmedo, Simon Celik und Schulsieger Adrian Abraham.

FOTO: MARTHA AY/INH

bliotheken sowie kulturellen Einrichtungen dazu beitragen, die Motivation am Lesen bei den Schülern zu entfalten und so Kompetenzen für einen erfolgreichen Bildungsweg zu schaffen.

Alle Teilnehmer des Wettbewerbs erhielten nach dem Vorlesen jeweils eine persönliche Urkunde sowie eine

Überraschungstüte und einen Gutschein für die Hoehlsche Buchhandlung in Bebra. Laut Mitteilung treten jedes Jahr bundesweit rund 600 000 Schülerinnen und Schüler der sechsten Klassen im Vorlesen an. Somit gelte der Wettbewerb als einer der größten Schulwettbewerbe in Deutschland.

red/lah

Brillenfassungen



Aktuelle Angebote:
www.creativ-optik-bebra.net

10 %
25%
35%
bis zu 50%
Rabatt *

stark reduziert

bis 28. Februar 2022

*auf alle vorrätigen Fassungen

Abbildung beispielhaft

Zweitbrille günstiger

Das günstigere Glaspaar zum halben Preis beim Kauf einer zweiten Brille sofort oder innerhalb von drei Monaten

Nur im Januar

48

Basic Brille

Euro

mit Einstärkengläsern * als Fernbrille oder Lesebrille

* Fassung aus unserem Aktionsassortiment, Kunststoffgläser Standard Index 1,5, Stärkenbereich sph. +6 dpt. und cyl. +3 dpt., wenn gewünscht, Veredelung (Entspiegelung, Hartschicht) gegen Aufpreis von 49 Euro möglich, Gläser von Galaxa, www.galaxa.de, gültig bis 31.01.2022



Geöffnet Mo bis Fr 09.30-13 /14-18 Uhr
Sa bereits ab 09 bis 13 Uhr
EINFACH KOMMEN oder Wunschtermin,
auch außerhalb der Öffnungszeiten
Mobilfunknummer 0179 60 22 555

Neueröffnung nach Umzug

Ab sofort finden Sie uns in der Weinstr. 17 | Bad Hersfeld

30 % Willkommensrabatt*

Gewinnspiel mit Preisen im Wert von bis zu 500 €

Mehr Infos unter: www.sedelmayr.de

Ihre Familie Sedelmayr & Team

GEIST SEDELMAYR
sehen und hören

* auf alle Brillen und Hörgeräte bis zum 31. 1. 2021. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar, nicht auf bereits reduzierte Ware; bei Kauf von Hörgeräten: auf Ihren privaten Eigenanteil bei Vorlage einer ohrärztlichen Verordnung.

Effizienter beim Tourismus

Kirchheims Bürgermeister Manfred Koch führt das Rotkäppchenland

Hersfeld-Rotenburg – Die Mitgliederversammlung des Tourismusservice Rotkäppchenland hat jüngst Beschlüsse gefasst, die zur Neuorganisation der Strukturen innerhalb des Vereins führen. Das Ziel ist eine effektivere Organisation der touristischen Arbeit durch eine Aufwertung der Geschäftsstelle und die Einrichtung einer Kommunikationszentrale.

„Wir freuen uns, dass wir heute gemeinsam diesen wichtigen Schritt zur Weiterentwicklung des Rotkäppchenlandes beschlossen haben“, fasst der Vorsitzende Manfred Koch die positive Grundstimmung in der Mitgliederversammlung zusammen.

Dieser Schritt ist das Ergebnis eines langen Entwicklungsprozesses, der seit 2019 von Sonja Kunze vom Büro akp-Stadtplanung + Regionalentwicklung aus Kassel begleitet wird.

Mit einer Befragung der Kommunen im Rotkäppchenland wurden sowohl die Aufwendungen für den Tourismus als auch die Anforderungen an die touristische Entwicklung ermittelt.

Es wurde sichtbar, dass das Rotkäppchenland als touristischer Hauptakteur anerkannt ist, aber ein Großteil der touristischen Arbeit noch auf kommunaler Ebene stattfindet.

Durch eine Aufwertung der Geschäftsstelle und die Einrichtung einer Kommunikationszentrale sollen mehr per-



Vorstand und Geschäftsführung freuen sich über die Neustrukturierung im Rotkäppchenland.

FOTO: ROTKÄPPCHENLAND/NH

sonelle und finanzielle Kapazitäten auf die Ebene der Touristischen Arbeitsgemeinschaft verlagert werden. Möglicher Standort der Kommunikationszentrale könnte ein Büro am Marktplatz in Homburg/Efze oder am Ortseingang in Knüllwald-Remsfeld sein. Der Kommunikationszentrale angegliedert wird die Touristinfo in Schwalmstadt.

Die Geschäftsstelle ist künftig für Aufgabenschwerpunkte wie Angebots- und Produktentwicklung, angebotsspezifische Marketingaktivitäten oder Qualitätsentwicklung und -sicherung zuständig. Der Standort der Geschäftsstelle bleibt in der Neuen Wache in Schwalm-

stadt-Ziegenhain. Das Ziel ist eine Personalbesetzung mit 2,5 bis 3 Vollzeitstellen. Für 2022 wird zunächst mit geringerem Personaleinsatz gestartet, da vor einer Neubesetzung noch Refinanzierungsmöglichkeiten geprüft werden.

Zur Finanzierung der Neuorganisation der Strukturen wurde eine Beitrags- und Umlagenordnung beschlossen. Es gibt eine Staffelung des Jahresbeitrags nach Größe der Kommune, wobei Mittelzentren mit 20 000 Euro, Kommunen ab 6500 Einwohnern und mit mehr als 200 Betten mit 7500 Euro und alle weiteren Kommunen mit 1500 Euro eingestuft werden. Dazu kommt eine Umlage

aus Einwohner- und Bettenzahl. Zum Vorsitzenden des Tourismusservice Rotkäppchenland wurde Kirchheims Bürgermeister Manfred Koch gewählt. Sein Stellvertreter ist Dr. Nico Ritz, Bürgermeister von Homburg/Efze. Erste Beisitzerin ist Elke Lepper vom Parkhotel zum Stern in Oberaula.

Dem Vorstand, der jeweils für drei Jahre gewählt wird, stehen als Funktionalpartner der Schwalm-Eder-Kreis, der Landkreis Hersfeld-Rotenburg sowie der Zweckverband Knüll zur Seite.

Zum Rotkäppchenland gehören 19 Orte, darunter Breitenbach a.H., Kirchheim, Neuenstein, Niederaula und Oberaula.

red/rey

3000 Euro für die „Kleinen Helden“

Nach Konzerten in Blankenheim

Blankenheim – Das Wohltätigkeitskonzert von Shiregreen mit Klaus Adamaschek und Freunden in Bebra-Blankenheim war laut der Organisatoren ebenso wie das „Brunnen-Stuhl-Konzert“ mit dem im Raum Fulda bekannten „Jam-Duo“ mit Dirk Faulstich und Markus Katzenberger ein voller Erfolg.

3000 Euro kamen durch Spenden, Eintrittsgelder, Sammeldosen sowie einen Nachlass des nach Bayern verzogenen Jürgen Meise zusammen und wurden jetzt zu Gunsten des Kinder- und Jugendhospiz Osthessen e.V. „Kleinen Helden“ gespendet.

Über zwei besinnliche Stunden konnten die Besucher des Konzertes von Shiregreen mit Klaus Adamaschek und Freunden in der Klosterkirche zu Blankenheim genießen, heißt es.

Die Musiker verzichteten auf ihre Gage und somit konnte das Eintrittsgeld ebenso wie nicht zurückgefordeter Eintritt aus dem Jahr 2020, als das Konzert wegen der Corona-Pandemie abgesagt werden musste, komplett gespendet werden. Die

Besucher der 2G-Veranstaltung seien hellauf begeistert gewesen.

Ebenso erfolgreich war das etwas andere „Stuhl-Konzert“ am Brunnen in der Ortsmitte von Blankenheim, zu dem jeder Besucher sein eigenes Sitzmöbel mitgebracht hatte. Nach einhelliger Meinung soll die Veranstaltung 2022 unbedingt erneut stattfinden, teilen die zufriedenen Initiatoren mit.

Der „Interessengemeinschaft für behinderte Menschen“ in Person von Wolfgang Schneider, Karlheinz Mönch und Jürgen Meise sei es gelungen, die Erlöse beider Veranstaltungen, nach wenigen Unkosten, zu Gunsten der „Kleinen Helden“ zu spenden.

Darüber hinaus hatten Spendendosen in verschiedenen Betrieben gestanden und Jürgen Meise hatte einige zum Verkauf stehende private Dinge zur Verfügung gestellt. Die „Kleinen Helden“ konnten sich also über insgesamt 3000 Euro freuen und nahmen den symbolischen Scheck kürzlich dankend entgegen.

red/nm



Spendenübergabe für die „Kleinen Helden“ in der Zentrale in Michelsrombach bei Hünfeld. Von links Dieter Bostelmann, Wolfgang Schneider, Karlheinz Mönch (Organisatoren) und Rosemarie Müller (Vorstandsmitglied Kleine Helden) sowie Dirk Faulstich von der Band „Jam-Duo“.

FOTO: KLEINE HELDEN/NH

Tipps für Jungunternehmer

Wirtschaftsjunioren unterstützen Bebraer Berufsschüler

Bebra – Geschäftsideen entwickeln, Businesspläne erstellen und die ersten Schritte in die virtuelle Selbstständigkeit wagen: Auch dieses Jahr nehmen die Fachoberschüler der Beruflichen Schulen Bebra aus dem Bereich Wirtschaft und Verwaltung am Wettbewerb „Jugend gründet“ teil.

Die Lerninhalte werden mit ihrem Wirtschaftslehrer Frank Wagner im Unterricht intensiv besprochen, und nun wurden die Jugendlichen – wie bereits im Vorjahr – von den Wirtschaftsjunioren Bad Hersfeld-Rotenburg bei der Erstellung ihrer Businesspläne beraten.

Jeweils ein Mitglied der Bad Hersfeld-Rotenburger Wirtschaftsjunioren hatte eine Patenschaft für eines der Schüler-Teams mit je einer innovativen Produktidee übernommen. Aufgrund der Pan-



Zusammenarbeit: Die Fachoberschüler der Beruflichen Schulen Bebra wurden von den Wirtschaftsjunioren vor Ort sowie online von zu Hause beraten.

FOTO: BERUFLICHE SCHULEN BEBRA/NH

demie fand die Veranstaltung statt. Die Wirtschaftsjunioren dieses Jahr im Hybrid-Format haben vor Ort sowie on-

line von zu Hause beraten. Die Wirtschaftsjunioren zeigten sich von der Vielfalt der innovativen Produktideen beeindruckt.

Sie konnten lesen, wie ein QR-Code die Nachhaltigkeit von Kleidungen nachvollziehen soll oder eine Jacke, gerade für Bauarbeiter, gleichzeitig wärmen oder kühlen kann.

Nun werden die Anregungen von den Schülern in die Businesspläne eingearbeitet. Im Januar ist Eingabeschluss auf der Homepage jugendgruendet.de, und dann sind alle Beteiligten laut Pressemitteilung gespannt, ob es vielleicht ein Team in eines der Zwischenfinals auf Landesebene schafft.

red/jce

Hohe Förderquote bleibt auch 2022

Dorfentwicklung wird verlängert

Hersfeld-Rotenburg – Die Hessische Landesregierung hat die erhöhte Förderquote für Projekte im Rahmen der Dorfentwicklung verlängert. Sie gilt nun auch für das Jahr 2022. Im Landkreis Hersfeld-Rotenburg könnten Alheim, Bebra, Hauenetal, Hohenroda, Ludwigsau und Neuenstein sowie seit diesem Jahr auch Niederaula profitieren. Die erhöhte Förderquote liege bei durchschnitt-

lich 80 Prozent. Das teilt die heimische Landtagsabgeordnete Kaya Kinkel (Grüne) mit. „Die Dorfentwicklung im ländlichen Raum ist wichtig, damit das Leben auf dem Land attraktiv und lebenswert bleibt. In Kommunen mit besonders schwieriger Haushaltslage übernimmt das Land sogar 90 Prozent der Kosten.“ Bereits für 2021 galten die erhöhten Förderquoten.

red/cig

Menüplan/Angebote vom 17.01.–21.01.2022
Metzgeria Bebra

- Metzgerei
- Imbiss
- Partyservice

Metzgerei André Budeshelms GmbH, Nürnberger Straße 39, 36179 Bebra
Tel: 06622 9148885
bebra@budeshelms.de

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Hackfleischpizza mit Reis, dazu Blattsalat 7,00 €	Rostbratwurst mit Salzkartoffeln und Speckrosenkohl 7,00 €	Pollo Fino mit Ofenkartoffeln und Gemüse 8,50 €	Schweinemedallions in Pfefferrahm mit Bandnudeln 8,50 €	Panierter Fisch mit Kartoffelstampf und Buttergemüse 7,50 €
Menü 2	Vegetarische Mantaschen mit geschmortem Gemüse 7,00 €	Nasi Goreng 6,50 €	Milchreis mit heißen Kirschen 5,00 €	Vegetarisches Kartoffelgulasch 6,50 €	Vegetarischer Nudelaufguss 6,00 €

Wir empfehlen in dieser Woche unsere schnelle Pflanze in der praktischen Backofenschale. Verschiedene Sorten – von herzhaft bis exotisch – für jeden Geschmack.

Heiße Theke von 6:00 bis 15:00 Uhr, Mittagstisch von 11:00 bis 14:00 Uhr. Alle Gerichte solange der Vorrat reicht. Das Allergen- und Zusatzstoffverzeichnis liegt für Sie zur Ansicht im Laden bereit.



Sandweg 2 | Bad Hersfeld
Telefon 0 66 21-16 95 30
www.kuechen-janzen.de

KüchenJanzen Lieferung • Montage
Planung • Beratung
...alles aus einer Hand

Feuerwehren sind fusioniert

Aus Aua, Obergeis und Untergeis wird Neuenstein Mitte

Neuenstein – Die Feuerwehren aus den Neuensteiner Ortsteilen Aua, Obergeis und Untergeis sind fusioniert. Bei der konstituierenden Jahreshauptversammlung wurde die neue gemeinsame Einsatzabteilung Neuenstein Mitte gegründet.

Parallel dazu wurden die Einsatzabteilungen Aua, Obergeis und Untergeis per Satzung aufgelöst. Es folgte die Wahl einer neuen Wehrführung. Wehrführer der Feuerwehr Neuenstein Mitte ist jetzt Maximilian Will (ehemaliger Wehrführer in Obergeis). Seine Stellvertreter sind Norbert Meckbach (ehemaliger Wehrführer in Untergeis) und Norbert Bernhardt (ehemaliger Wehrführer in Aua). Gemeindebrandinspektor ist Timo Harbich. Die Versammlung votierte jeweils einstimmig für die neuen Wehrführer.

Die Ehrengäste gratulierten der neuen Wehrführung und bedankten sich für diesen mutigen Schritt und die geleistete Vorarbeit. An diesem Abend gab es zudem Erläuterungen zum Stand der Fahrzeugbeschaffungen, Baumaßnahmen bei Gerätehäusern sowie weitere Informationen zum Feuerwehrwesen. Die Entscheidung zur Umorganisation der Feuerwehr in ihren Ortsteilen war für die verantwortlichen Wehrführer und Vorstände



Die neue Wehrführung Neuenstein Mitte: Wehrführer Maximilian Will, stellvertretender Wehrführer Norbert Meckbach, Gemeindebrandinspektor Timo Harbich, stellvertretender Wehrführer Norbert Bernhardt und Alt-Bürgermeister Walter Glänzer (von links).

FOTO: FEUERWEHR NEUENSTEIN MITTE/ANH

kein leichter Entschluss. Die seit längerem nachlassende Bereitschaft zum freiwilligen Feuerwehrdienst und gesetzliche Vorgaben zur Sicherstellung des Brandschutzes machen diesen harten Schritt im traditionellen Gefüge der Feuerwehren unumgänglich, heißt es in der Pressemitteilung der Feuerwehr.

Die Einsatzabteilung Neuenstein Mitte liegt im Zentrum der Gefahrenschwerpunkte Neuensteins: Gewerbebetriebe, Anschlussstelle Bad Hersfeld West der Autobahn 7, Tankstelle sowie Gastronomie- und Beherbergungsbetriebe.

Die Zahl der Einsätze steigt kontinuierlich an. Erst kürz-

lich wurde die neunte Brandmeldeanlage in der Gemeinde in Betrieb genommen. Hinzu kommt noch der Brandschutz für das Altenheim im kommenden Jahr.

Für eine Fusion von Wehren gibt es ein gesetzlich reguliertes Verfahren. Der wesentlichste Punkt ist eine Abstimmung der aktiven Feuerwehrkameraden. Die Zustimmung lag in allen Ortsteilen bei nahezu 100 Prozent. Das Abstimmungsergebnis zeige, dass alle aktiven Einsatzkräfte eine effektive und zeitgemäße Weiterentwicklung in ihren jeweiligen Einsatzabteilungen zum Wohle der Bürger von Neuenstein wollen. Die Bezeichnung Feuer-

wehr Neuenstein Mitte wurde gemeinsam ausgesucht, da sie neutral im Sinne der Ortsteile sei und den Einsatzschwerpunkt abbilde, heißt es. Mittelfristig soll ein neues zentrales Feuerwehrgerätehaus im Gewerbegebiet als gemeinsamer Standort der Feuerwehr Neuenstein Mitte gebaut werden. Bis zu dessen Fertigstellung werden die vorhandenen Standorte für die Einsatzfahrzeuge weiter genutzt. Der Einsatz-, Übungs- und Ausbildungsbetrieb wird ab der Zusammenführung in der neuen Personalstruktur durchgeführt.

Die Alters- und Ehrenabteilungen zählen zum gemeindlichen Teil der Feuerwehr und sind somit ebenfalls von der Fusion betroffen. Es gibt nun auch eine gemeinsame Alters- und Ehrenabteilung. Die Feuerwehrvereine in den jeweiligen Ortsteilen sind von der Zusammenlegung nicht berührt. Sie bestehen als eigenständige Vereine weiter.

Selbsthilfegruppen helfen Suchtkranken

Regionale Gruppen trafen sich in Median Klinik Wigbertshöhe

Bad Hersfeld – Zum alljährlichen Treffen der regionalen Selbsthilfegruppen für Suchtkranke trafen sich unlängst Vertreter von sechs Gruppen in der Median Klinik Wigbertshöhe in Bad Hersfeld. Coronabedingt fand die Veranstaltung im kleineren Rahmen statt.

Jean-Christoph Schwager von der Median Klinik Wigbertshöhe betonte die Bedeutung der Selbsthilfe bei der Behandlung von Suchterkrankungen. Eine Studie der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS) in untermauert die wertvolle, für viele Suchtkranke (über)lebensnotwendige Hilfe, welche die über 800 Selbsthilfegruppen für Suchtkranke in Hessen Tag für Tag leisten: 33 Prozent der betroffenen Suchtkranken, welche regelmäßig eine SHG besuchen, schafften den Ausstieg aus der Sucht allein durch die Suchtselbsthilfe, die übrigen nach zuvor erfolgter Entgiftungsbehandlung, stationärer und/oder ambulanter Therapie und anschließendem regelmäßigen Selbsthilfegruppenbesuch.

Weiterhin belegt die Untersuchung der HLS eindrucksvoll, wie langfristig stabilisierend und heilsam sich der regelmäßige Selbsthilfegruppenbesuch auf die Gesundheit der Betroffenen auswirkt: Nur 17 Prozent der Befragten erlitten im Zeitraum von einem Jahr einen suchtbedingten Rückfall, welcher zumeist mit Hilfe der Gruppe wieder aufgearbeitet werden konnte.

Umgekehrt heißt das auch, dass 83 Prozent der Teilnehmer eine langfristige Abstinenz vom Suchtmittel erreichen konnten. Im Zentrum

der Veranstaltung standen neben dem Rückblick auf das vergangene, von der Coronapandemie geprägte, Jahr der Austausch über die geleistete Arbeit mit den Patienten (Alkohol-, Medikamenten- und Glücksspielabhängige), die Veränderungen innerhalb der Patientenschaft und deren Auswirkungen auf die Behandlung.

Immer häufiger leiden die Patienten, die in der Median Klinik Wigbertshöhe ihre Therapie absolvieren, unter zusätzlichen co-morbiden Erkrankungen (vor allem Depressionen, Psychosen). Im Rahmen des Spezialkonzeptes für Pathologische Glücksspieler kommen zunehmend auch junge Menschen in die Klinik, welche unter einer sogenannten Online-Abhängigkeit leiden (internet addiction). Und die Patienten, die zur Behandlung auf dem Hintergrund des speziellen +55-Konzeptes für ältere Suchtkranke in die Fachklinik kommen, werden immer älter – erst kürzlich feierte eine ältere Dame ihren 84. Geburtstag in der Klinik.

Die Mitglieder der Selbsthilfegruppen berichteten, dass trotz der Corona bedingten Einschränkungen die Hilfsangebote für die Betroffenen aufrecht erhalten werden konnten. Der harte Kern sei weiterhin abstinenz geblieben. Einige nutzen für die wöchentlichen Meetings die Möglichkeiten des Internets (chat rooms, Video-Konferenzen, Notfalltelefon...). Gerade das Notfalltelefon werde gerne genutzt, zunehmend auch von Angehörigen von Suchtkranken.

Ein Teilnehmer, 79 Jahre alt, schilderte eindrucksvoll,

wie wichtig für ihn der regelmäßige Besuch seiner Selbsthilfegruppe sei: „Ich habe früher vieles ausprobiert, viele Rückfälle gehabt, mehrere Therapien absolviert. Ich besuche jetzt seit fast 40 Jahren regelmäßig meine Gruppe. Ich möchte nichts schleifen lassen, nicht leichtsinnig werden. Die Gruppe ist meine Lebensversicherung!“

red/zac

GOLDANKAUF
BRUCHGOLD • ZAHNGOLD
SILBER • GOLDMÜNZEN
BARREN • BESTECK
gegen BARGELD
»ALANYA JUWELIER«
Breitenstraße 6 • 36199 Rotenburg
Telefon 01 73 / 88 59 88 4

ROTENBURGER SCHMUCKCENTER
Sofortankauf
BRUCHGOLD • ZAHNGOLD • SILBER
• GOLDMÜNZEN • BARREN
• BESTECK gegen BARGELD
Waldweg 5 im Rotenburg Center
Tel.: 06623/9138400

Knüllhotel Tann-Eck
34593 Knüllwald-Schellbach
Tel. 05681 9921-0 • Fax 9921-97

IHR AUSFLUGS-ZIEL IM SCHÖNEN KNÜLL

Am Wochenende bitten wir um Reservierung!
Coronaregel: 2G
E-Tankstelle am Hotel
www.hotelanneck.de

Apel
Die Bäckerei für viele 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 **fröhlichen Team!**
Keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir lernen Sie gerne an!

0170 7767991
bewerbung@baeckerei-apel.de
www.baeckerei-apel.de

MVZ | Hersfeld-Rotenburg

Neu

Dr. Mohamed Rashad
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Sprechstunde
Mo-Do: 7:30-17:00 Uhr
Fr: 7:30-11:30 Uhr
offene Sprechstunde: täglich 8:30-9:30 Uhr

MVZ Bebra
Nürnberger Str. 48-50
36179 Bebra
Telefon 06621 88-55300

info@mvz-hef.de
www.mvz-hef-rof.de

GOLDANKAUF
Altgold • Zahngold • Silber • Erbnachlässe
Schmuck • Platin • Goldmünzen • Luxusuhren
JUWELIER HANDKE
Linggplatz 9 • Bad Hersfeld • Tel. 0 66 21/968 62 28
Mobil 01 75 / 232 61 10 • www.juwelier-handke.de

ANTIK- & SAMMLERMARKT
Hessenhalle Aisfeld
15./16. Januar 2022
Einlass nur nach 2G-Regel!
Wertschätzungen, Ankauf & Verkauf
von verschiedenen Antiquitätenexperten
Antikmarkt Eintritt 2€
Sa. 07:00 bis 15:00 Uhr, So. 08:00 bis 16:00 Uhr
Tel: 0157 74032817 www.antikmarkt-hessenhalle.de

Gerd Budesheim

Metzgerei + Partyservice

Angebote vom 17.1. bis 22.1.2022

Minutensteaks aus der zarten Lachsrolle	1 kg €	8,90
Gefüllte Schweinebrust als Zwiebelrollbraten oder mit Mettfüllung	1 kg €	5,49
Polnische oder Kümmelringe herzhaft geräuchert	100 g €	0,89
Feine Delikatessleberwurst verschieden Sorten	100 g €	0,99

Schlemmer-Eck Tel.: 06621-14510
Currywurst grob oder fein mit Pommes Portion € 4,50

Mühlersfeldstraße 6
36251 Bad Hersfeld / Kathus
Telefon (0 66 21) 7 81 32

Öffnungszeiten
Mo. 7.00 - 13.00 Uhr
Di. - Fr. 7.00 - 18.00 Uhr
Sa. 7.00 - 13.00 Uhr

Budesheim's
Metzgeria am Linggplatz 14
Telefon 06621-959695
Mo.-Do. 7-17 Uhr,
Fr. 7-18 Uhr, Sa. 7-13 Uhr

Für Druckfehler keine Haftung.

HESSEN IMPFZENTRUM

Familienimpftage

- Impfungen für Kinder ab 5 Jahre
- Ohne Anmeldung
- Mit Personalausweis und Krankenversicherungskarte

Dienstag, 18. Januar 2022
11:00-17:00 Uhr - Bad Hersfeld/Stadthalle

Dienstag, 25. Januar 2022
11:00-17:00 Uhr - Bad Hersfeld/Stadthalle

Freitag, 28. Januar 2022
11:00-17:00 Uhr - Loksuppen Bebra

Montag, 31. Januar 2022
11:00-17:00 Uhr - Rotenburg/Großsporthalle

Mit welchem Impfstoff wird geimpft?
Geimpft wird mit den Impfstoffen von Biontech/Pfizer und Moderna. Für den Impfstoff von Biontech/Pfizer gibt es allerdings eine Lieferbegrenzung durch das Bundesgesundheitsministerium. Die unter 30-Jährigen und Schwangere ab dem zweiten Trimenon sollen Biontech bekommen. Die über 30-Jährigen sollen mit dem mRNA-Impfstoff von Moderna geimpft werden.

Was muss zur Impfung mitgebracht werden?
Mitzubringen sind der Personalausweis und die Krankenkassenkarte. Bei der Auffrischungsimpfung ist der Impfausweis beziehungsweise die Impfersatzbescheinigung mitzubringen, mit der eine vollständige Impfung nachzuweisen ist. Die Corona-Schutzimpfungen sind kostenlos.

Weitere Informationen zur Corona-Schutzimpfung finden Sie auf unserer Website:
www.impfen-hef-rof.de

Vereine werben in Bebra für Integration

Zusammenkunft von Alteingesessenen und Geflüchteten



Metzgerei Andre Budesheim spendet für die Jugendarbeit der Feuerwehr: Hintere Reihe von links: Erster Stadtrat Volkmann Hanf, Jugendwart Sven Reinmüller, Andre Budesheim, Stadtjugendwart Sascha Schöbe, Bürgermeister Stefan Knoche und Bürgermeister Dirk Noll.

FOTO: METZGEREI BUDESHEIM/MNH

800 Euro für Jugendfeuerwehren

Spende von Metzgerei Budesheim

Bad Hersfeld/Friedewald/Bebra – Die Metzgerei Andre Budesheim GmbH verzichtet in diesem Jahr auf Weihnachtspresents für Kunden und Geschäftspartner und spendet stattdessen 800 Euro an Jugendfeuerwehren.

Über eine Spende von jeweils 400 Euro freuen sich die Stadtjugendfeuerwehr der Stadt Bebra und die Jugendfeuerwehr der Gemeinde Friedewald.

„Als aktiver Feuerwehrmann weiß ich, welche hervorragende und wichtige Jugendarbeit in den einzel-

nen Wehren geleistet wird. Dies zu fördern und zu unterstützen ist für Budesheims selbstverständlich“, führt der geschäftsführende Gesellschafter Andre Budesheim aus.

Zur Spendenübergabe in der Feuerwache Bebra waren neben dem Jugendwart Sven Reinmüller aus Friedewald, Bebras Stadtjugendfeuerwehrwart Sascha Schöbe, Bebras Erstem Stadtrat Volkmann Hanf, Bebras Bürgermeister Stefan Knoche auch Friedewalds Bürgermeister Dirk Noll vertreten.

red/lah

Bebra – Im Rahmen des Projekts „Mein, dein, unser Deutschland“ haben der gemeinnützige Bildungsträger „Deutsche Gesellschaft“ aus Berlin und Bebraer Vereine bei zwei Veranstaltungen in der Eisenbahnerstadt für Integration geworben.

Ziel der Treffen war es, ältere Bebraner und Geflüchtete zusammenzubringen. In „entspannter Atmosphäre“ trafen sich Syrer, Afghanen und Senioren im Gemeindesaal der evangelischen Kirche und im Fitnesspark Bebra, heißt es in einer Mitteilung.

Das Integrationsprojekt des Vereins Deutsche Gesellschaft und dessen Gesprächsrunden werden durch die Bundesregierung gefördert.



Ein Zeichen für Integration: Die Teilnehmer beim Treffen im Fitnesspark von Nejat Sunel in Bebra (rechts mit Sohn Adriano).

FOTO: REINHARDT/MH

Neben dem Thema „Flucht und das Ankommen in Deutschland“ seien auch zahlreiche Wünsche, Hoffnungen und Erfahrungen, aber auch Probleme im Mitei-

einander ausgetauscht worden. Ein syrischer Gast habe etwa von seinem Job als Ingenieur berichtet, den er in Deutschland nicht ausüben kann. Ein Familienvater aus

Afghanistan schilderte seine Ausbildung zum Schneider – ein Berufsfeld, das ihm in Deutschland wenig Möglichkeiten biete. Und Abdul, heute Trainer im Fitnesspark, habe von seiner ergreifenden Flucht als Kind aus Pakistan berichtet.

Alle Teilnehmer hätten sich ein baldiges Freundschaftsfest in Bebra gewünscht.

Die Deutsche Gesellschaft und die beiden lokalen Vereine Kubiv und Rehasportverein Bebra hatten trotz Corona-Absagen an den Terminen festgehalten. „Die Qualität in den auf Deutsch geführten Diskussionen untermauert diese Entscheidung“, heißt es.

red

5000 Euro Spende für die Förderstätten

Geld fließt in Reaktionsspiel

Bebra – Die Sozialen Förderstätten für Behinderte in Bebra sind bei der Freudepunkte-Aktion der Sparda-Bank Hessen mit dem Ziel angetreten, Unterstützung für ihr Projekt „Freude und Bewegung für alle“ zu erhalten. Jetzt wurde das Projektziel erreicht, eine Spende über 5000 Euro fließt damit in die Anschaffung einer sogenannten Tovertafel.

Das optische Reaktionsspiel soll vor allem Menschen in den Tagesförderstätten ansprechen, die aufgrund ihrer geistigen und körperlichen Beeinträchtigung in ihren Bewegungsmöglichkeiten stark eingeschränkt sind. Lichteffekte auf der Tafel, die interaktiv beeinflusst werden kön-



Punkt für Punkt zur Freude: Patrick Lingelbach von den Sozialen Förderstätten und Meik Schweda, Filialeiter der Sparda-Bank in Bebra, bei der Spendenübergabe.

FOTO: SPARDA-BANK/MNH

nen, regten dazu an, das Spielgeschehen zu verfolgen und aktiv einzugreifen, heißt

es. Das unterscheidet sie von klassischen Brettspielen, bei denen meistens nur eine Per-

son aktiv sei. „Diese Spende zu übergeben, ist mir eine besondere Freude. Denn auch wenn ich sie überbringe, stammt sie eigentlich von unseren Kundinnen und Kunden, die damit ihre Wertschätzung für ihr herausragendes Engagement zum Ausdruck bringen“, so Meik Schweda, Leiter der Sparda-Bank-Filiale Bebra, bei der Übergabe.

Die Sparda-Bank Hessen vergibt Freudepunkte etwa für neu eröffnete Konten oder als Dankeschön für eine erfolgreiche Weiterempfehlung. Derzeit können die Punkte an neun zur Auswahl stehende Vereinsprojekte verteilt werden.

red/cig

sparda-freudepunkte.de

Tobias Lotz
Metzgermeister

Forsthausstr. 15 • 36251 Kathus • Tel.: 06621/64915
Di. 8-13 Uhr + 15-17 Uhr, Mi. 8-13 Uhr, Do. 8-13 Uhr, Fr. 8-13 Uhr + 15-17 Uhr, Sa. 8-12 Uhr
Am Markt 27 • 36251 Bad Hersfeld • Tel.: 06621/15196
Di.-Fr. 07:30-17 Uhr, Sa. 07:30 - 13 Uhr

Angebote vom 18. 1. bis 22. 1. 2022

Gewürztes Gehacktes	1 kg 6,99 €
Zwiebelrollbraten	1 kg 7,49 €
Pfefferbeißer	100 g 0,99 €
Blut-/Leberwurst	100 g 0,79 €
Kochschinken	100 g 0,99 €

Der neue vollelektrische
ID.5*

Jetzt vollelektrisch
in die Zukunft durchstarten

Die moderne Symbiose zwischen SUV und Coupé

Komfortabel wie ein SUV, stilvoll wie ein Coupé und nachhaltig wie ein ID. – der neue ID.5 zeigt, wohin die Reise bei Volkswagen geht. Er kombiniert seine elegante Formensprache mit zeitgemäßer Ausstattung und intelligenten Ladetechnologien für alltagstaugliche Reichweite. Dabei ist er sogar „Over the Air“-updatefähig. Sein eindrucksvolles Exterieur-Design wird durch die optionalen 21-Zoll-Leichtmetallfelgen optimal abgerundet. Und das Open-Space-Interieur bietet viel Platz für neue Ideen. So kann morgen kommen.

* Stromverbrauch des neuen ID.5 Pro, kWh/100 km: kombiniert 16,2; CO₂-Emissionen, g/km: kombiniert 0; Effizienzklasse: A+++.
Stromverbrauch des neuen ID.5 Pro Performance, kWh/100 km: kombiniert 16,2; CO₂-Emissionen, g/km: kombiniert 0; Effizienzklasse: A+++.

Fahrzeugaufbildung zeigt Sonderausstattungen. Bildliche Darstellungen können vom Auslieferungsstand abweichen. Stand 01/2022. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

SALZMANN
DAS AUTOHAUS

Ihr Volkswagen Partner

Autohaus Salzmänn GmbH & Co.KG
An der Haune 2, 36251 Bad Hersfeld
Tel. +49 6621 50540, www.salzmänn-automobile.de

Immer realistischer

Forschung: Crashtest-Dummys werden zunehmend menschlich

Keine blockierenden Räder oder quietschenden Reifen. Ungebremst rast das Auto ins Hindernis. Glas splittert, Blech verformt sich und im Innenraum wird ein Dummy herumgeschleudert. Seit Jahren konstruieren Forscher auf diese Weise Zusammenstöße, um die Sicherheit von Fahrzeugen zu erhöhen oder um Unfälle zu rekonstruieren. Mit einer neuen Dummy-Variante können sie nun auch innere Verletzungen darstellen.

Es ist mehr als 20 Jahre her, seit der Berliner Unfallforscher Michael Weyde feststellte, dass er mit konventionellen Dummys keine forensischen Versuche für Gerichtsverfahren durchführen kann. „Bei Autounfällen mit Fußgängern oder Radfahrern waren die konventionellen Dummys zu starr und zu gestaltfest. Die Schäden an den Fahrzeugen tauchten in der Realität nicht auf“, sagt er. Statt der Knochen brachen die Stoßstangen der Autos. Nur die Schäden an Windschutzscheiben und Dächern entsprachen der Wirklichkeit.

Also optimierte Weyde die Standard-Dummys kurzerhand. Anfangs wollte er damit Schäden am Fahrzeug auswerten, merkte aber, dass sich mit dem entsprechenden Ersatzkörper auch realistische Verletzungen darstellen lassen. 2010 dann die Weiterentwicklung: Michael Weyde entwirft seinen eige-



Sieht zwar nicht aus wie ein Mensch, kommt dem menschlichen Körperbau aber nahe: ein moderner Crashtest-Dummy der Firma CTS Crashtest Service.

FOTO: GUIDO KIRCHNER/DPA/DPA-TMN

nen Biofidel-Dummy. Ein Dummy also, der dem Körperbau des Menschen nahekommt und mit dessen Hilfe sich Verletzungen sehr viel besser auswerten lassen.

Statt Verbindungen zwischen Körperteilen wie Bolzen-Gabelgelenke aus dem Maschinenbau schweben ihm Stempelgelenke wie beim Menschen vor. Eine wesentlich realistischere Nachbildung. Um Knochen darzustellen, verwendet er anfangs verschiedene Holzarten wie Fichte oder Eichenholz.

Gemeinsam mit Studenten der HTW Dresden und der TU Berlin entwickelt Weyde den Dummy weiter, findet Stoffe und Materialien, die der Zug-, Druck- und Biegefestigkeit von Knochenmaterial entsprechen und gießt sie in For-

men, die Knochen ähneln.

Dann folgt die dritte Generation des Biofidel-Dummys: Ein spezielles Silikon bildet nun auch Weichteilgewebe, Muskeln und Fett nach und gleicht in der Verformung den menschlichen Entsprechungen. Dazu kommt eine neuartige Haut aus einer Latex-Mischung.

Für die Produktion vergleichbarer Dummys findet der Gutachter einen Partner, der den Biofidel-Dummy inzwischen weltweit vertreibt. Damit sind nun viele Crashtests darstellbar, die vorher so nicht möglich gewesen sind. „Wir haben gemerkt, dass bei bestimmten Zusammenstößen Beine und Rippen brechen“, sagt Michael Weyde. Und dass der Dummy schon bei einem Aufprall

von 30 Kilometern pro Stunde aufs Dach fliegt.

Der Dummy sieht dabei immer gleich aus: Er misst 1,78 Meter und wiegt 78 Kilogramm. Das entspricht genau dem europäischen 50-Perzentil-Mann. Bedeutet: Die Hälfte der europäischen Männer hat Maße, die darüber liegen, die andere Hälfte hat Maße, die darunter liegen. Kinder, Frauen sowie sehr große oder dicke Männer deckt der Dummy nicht ab. In den nächsten Jahren könnte sich das nach Weydes Einschätzung ändern.

Auch das Beschussamt Ulm setzt seit 2021 bei seinen Versuchen auf Biofidel-Dummys. Dort wird untersucht, wie widerstandsfähig gepanzerte Fahrzeuge gegen Beschuss oder Sprengladungen sind. „Anhand der am Dummy festgestellten Beschädigungen wie an Kleidung und Haut oder gebrochenen Gliedmaßen können Rückschlüsse auf das Eindringen von Splittern oder anderen Bauteilen in den Innenraum des Fahrzeuges gezogen werden“, sagt Peter Häußler, Sachgebietsleiter beim Ulmer Beschussamt. Sind am Dummy keine Beschädigungen zu erkennen, kann das geprüfte Fahrzeug eine Bewertung von bis zu drei Sternen erhalten. Eine starke Explosion, ein harter Aufprall und verformtes Blech soll den Dummys dann ebenso wenig ausmachen wie dem realen Menschen.

tmn

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 Symptommende 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 Impfserie, ab dem zweiten Schwangerschaftsdrittel



Alle Personen ab 18

nach der ersten Impfserie

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.



Altersgruppe



etwa 85% Schutz vor schwerem Verlauf



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.

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.



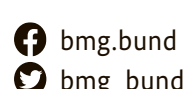
Nicht länger warten, jetzt boostern lassen.

DEUTSCHLAND
KREMPelt DIE
#ÄRMELHOCH
CORONA-SCHUTZIMPFUNG.DE

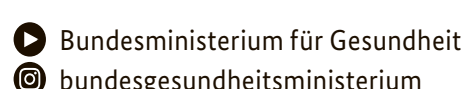


Weitere Informationen, auch in mehreren Sprachen, zum Download als Video oder als Newsletter unter [Corona-Schutzimpfung.de](https://www.corona-schutzimpfung.de)

Blieben Sie auf dem Laufenden:



bmg.bund
bmg_bund



Bundesministerium für Gesundheit
bundesgesundheitsministerium

Schwarze Flecken an der Wand

Der Schimmel liebt besonders den Winter

Was für uns die Sommerwärme und eine Meeresbrise ist, ist für den Schimmel warme Heizungsluft und eine hohe Luftfeuchtigkeit: Eine Umgebung zum Verweilen. Daher wächst er im Winter bei uns zu Hause.

Es beginnt mit einem kleinen schwarzen Fleck an der Wand oder einem dunklen Punkt an einer Fliesenfuge im Bad: Solche kleinen schimmelligen Stellen können im Winter schnell zum großen Problem werden. Denn auf guten Nährböden wachsen Schimmelpilze mehrere Zentimeter am Tag.

Das Wichtigste zuerst: Was kann man dagegen tun? Selbst wenn die Flecken noch sehr klein sind, sollten sie nicht ignoriert, sondern möglichst schnell beseitigt werden. „Kleinere Stellen bis zu einem halben Quadratmeter können die Bewohner selbst entfernen, sofern keine Allergie oder Immunsuppression vorliegt“, sagt Guido Fischer vom Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg. Am besten unter Verwendung einer persönlichen Schutzausrüstung mit FFP2-Maske und Schutzhandschuhen.

„Befallene Silikonfugen werden feucht mit Haushaltsreiniger abgewischt, bei grö-



Vom Schimmel befallene Silikonfugen werden feucht mit Haushaltsreiniger abgewischt.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TM

ßeren Schäden erneuert“, so Fischer. „Tapeten und Putz, auf denen sich Schimmel befindet, sollten ebenfalls entfernt werden.“ Schimmel lässt sich von glatten Flächen wie Fliesen, Keramik oder Möbel mit einem Haushaltsreiniger abwaschen, anschließend kann man noch mit einem haushaltsüblichen Desinfektionsmittel nachwischen. Die Räume sollten währenddessen gelüftet werden, und feuchte Stellen müssen gut abtrocknen können. In Ecken, in denen die Luft normalerweise schlecht zirkuliert, kann ein Ventilator nachhelfen. Das ist wichtig, denn besonders hinter großen Möbeln siedelt sich Schimmel an.

Hier raten Experten übri-

gens: Die Möbel etwa zehn Zentimeter dauerhaft von der Wand abrücken, vor allem wenn es sich um eine schlecht gedämmte Außenwand handelt.

Mit Abwischen und Trocknen ist es aber nicht unbedingt getan. Wird die Ursache für den Schimmel nicht erkannt und behoben, bildet er sich schnell erneut und das oftmals in viel größerem Ausmaß. „Man hat vielleicht ein paar Wochen Ruhe, bestenfalls über den Sommer. Spätestens im nächsten Winter ist der Schimmel wieder sichtbar“, sagt Heinrich Bökamp, Präsident der Ingenieurkammer-Bau NRW.

Wie gehe ich bei wiederkehrendem Schimmelbefall vor? Bei größerem und hartnäckigem Befall empfiehlt es sich,

einen Experten einzuschalten. Möglich sind dann verschiedene Lösungsansätze: Es kann zum Beispiel helfen, die äußere Kellerwand freizulegen, um den Wassereintritt von draußen zu verhindern. Oder das Gebäude stärker zu dämmen, damit Wärmebrücken verschwinden.

Möglich ist auch, Raumecken von innen und außen neu zu isolieren. „Das kostet zwar viel Geld, aber der Schaden am Haus könnte ohne diese Maßnahmen noch größer werden“, so der Bauingenieur Bökamp.

Wer immer wieder Schimmelflecken findet, sollte daher für die Experten auf Ursachenforschung gehen und Details protokollieren: Wann wurde der Schimmelfleck entdeckt? Wächst er oder

bleibt er gleich groß? Wie lange war die Wand nach der Entfernung des Flecks sauber? Kommt der Schimmel wieder? An der gleichen Stelle? In welchem Zeitraum? „Stellt sich heraus, dass der Schimmelbefall chronisch ist, können das wichtige Hinweise sein, wo die Ursachen zu suchen sind“, sagt Heinrich Bökamp.

Schimmel ist ekelig. Aber warum ist er ein Problem? Schimmel kann große Schäden am Haus anrichten. Schimmelpilze zersetzen organische Materialien wie Tapeten und Holz. Wenn Balken oder Dachstuhl befallen werden, kann ein Haus schlimmstenfalls sogar unbewohnbar werden.

Wieso entsteht Schimmel? „Häufig ist ein bauphysikalisches Problem die Ursache“, erklärt der Ingenieur Heinrich Bökamp. Dann kann sich Schimmel bilden, selbst wenn die Bewohner des Hauses angemessen lüften. Grund können zum Beispiel Wärmebrücken, mangelhafte Abdichtungen oder Leckagen sein – alles Dinge, die Laien nicht erkennen können. Oder es kann an von außen gut gedämmten Wänden, zum Beispiel bei energetisch sanierten Gebäuden, bei unzureichender Lüftung Schimmel auftreten.

Früher, als die Hausfassa-

den noch nicht so dicht gedämmt waren, drang Feuchtigkeit in die Wände und trocknete dann mit der Zeit ab. Das ist in gedämmten Häusern nicht mehr so. „Bedingt durch die gute Isolierung ist die Lage des Taupunktes in den Wänden besonders zu beachten. Die sich dort niederschlagende Feuchtigkeit muss aufgenommen beziehungsweise schadlos abgeführt werden“, erklärt Bökamp.

Und im Wohnraum? „An Stellen im Innern, wo nur schwer Luft hingelangt, setzt sich Feuchtigkeit ab und es kommt zum Schimmelbefall. Das sind oft Ecken, Decken oder Wände“, so Bökamp. Aber hier kann auch das mangelnde Lüften im Winter Schuld sein.

„Mindestens dreimal am Tag sollte kräftig gelüftet werden, am besten Stoßlüftung“, rät Guido Fischer vom Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg. Feuchtigkeit, die durch Duschen, Kochen und Wäschetrocknen entsteht, sollte zusätzlich direkt nach außen geleitet werden. Zudem ist es wichtig, ausreichend zu heizen und dafür zu sorgen, dass auch ungenutzte Räume nie ganz auskühlen. Denn Feuchtigkeit setzt sich an den ausgekühlten Wänden ab – und das ist dann ein Ferienparadies für den Schimmel. tmn

Senioren

Schwindel und Stürzen vorbeugen „Wichtiges über Fußzehen“

Schwindel und Sturzneigung im Alter

Leichte Übungen mindern die Sturzgefahr im Alltag nachhaltig

Viele Menschen leiden mit zunehmendem Alter unter Schwindelgefühlen und einer hohen Sturzneigung, die wegen der Verletzungsgefahr lebensbedrohlich ist.

Die Entwicklung von Schwindelgefühlen kann sehr viele Ursachen haben,

die ärztlich abzuklären sind. Niedriger Blutdruck, Durchblutungsstörung in den Arterien zum Hirn sind mögliche Ursachen. Wenn sich jedoch keine Begründung finden lässt oder die Behandlung keine Besserung bringt, kann der Schwindel eine bis heute unbeachtete Ursache haben, die ohne Medikamente zu behandeln ist.

Gemeint ist der plötzliche, sekundenlange Muskelspannungsverlust in den Beinen.

Die Folge davon ist ein absoluter Funktionsausfall der Beinmuskulatur und zwangsläufig ein Sturz ohne Chance, sich zu fangen. Bezeichnend für dieses Phänomen ist der Kontrollverlust beim belasteten Bein, sodass der Fall immer nach vorne und in Richtung der belasteten Seite verläuft. Bevor der vollständige Kontrollverlust eintritt, hat der Betroffene oft Unsicherheitsgefühle im Stand, die sich zum Schwindelgefühl verstärken können.

Deshalb sind lange bevor Schwindel oder Stürze auftreten, folgende Symptome unter anderem zu beobachten: Muskelkrämpfe in den Unterschenkeln nachts,

Schmerzen im inneren Bereich des Knies, ziehender Schmerz vom Beckenkamm über den Po bis zur Außenseite des Oberschenkels und Rückenschmerzen.

Das heißt, dass Schwindel und Sturzneigung nur weitere Symptome einer lang andauernden Fehlbelastung beim Gehen und Stehen sind.

Eine Ursache ist die Krallenzehebildung der vierten und fünften Zehe. Dadurch berühren diese Zehen beim Gehen und Stehen nicht mehr den Boden. Unser Hirn erwartet aber den Kontaktimpuls, um den sicheren Stand des Fußes zu erkennen. Wird der Kontakt nicht gemeldet, versucht das Hirn autonom durch Abkippen des Fußes nach außen den Kontakt herzustellen. Je länger das versucht wird,



Fehlt der Kleinzeh beim Auftritt, kommt es zu Standunsicherheiten, die sich zum Schwindel verstärken. Ist nur ein Fuß betroffen, schwandelt man nur zu dieser Seite.

GRAFIK: TRIEBSTEIN/NH

umso stärker werden die

Haltemuskeln im Bein belastet, bis die Muskelspannung zusammenbricht. Deshalb ereignen sich Stürze besonders dann, wenn eine längere Belastung vorausgegangen ist.

Glücklicherweise kann man durch einige Maßnahmen die Intensität der Probleme abschwächen.

So sollte darauf geachtet werden, dass die Schuhe feste und gerade Sohlen haben und die Zehen nicht vom Schuh eingeeignet werden.

Es hilft auch, jeden Abend seine Zehen zu massieren und zu richten. Durch die weitergehende Beratung eines kompetenten Fachmanns kann der Schwindel vollständig verschwinden und andere Symptomate weitgehend reduziert werden.

red

WIR PFLEGEN SIE ZU HAUSE



EPG VANGELISCHE
FLEGEDIENSTE
ESUNDBRUNNEN

IN BAD HERSFELD, LUDWIGSAU UND UMGEBUNG

☎ 0 66 21 – 50 46-23

EINE EINRICHTUNG DES EVANGELISCHEN ALTENHILFE GESUNDBRUNNEN E.V. HOFGEISMAR

Gemeinde.Diakonie
Station Bad Hersfeld, Niederaula und Hohenroda-Ausbach

Mitten im Leben

beraten
pflegen
begleiten

Bad Hersfeld: 06621 959292 · Niederaula: 06625 1787
Hohenroda-Ausbach: 06629 919333

**Sanitätshaus
Rehatechnik**



„Unsere
Kompetenz
für Ihr
gutes Gefühl“

Schmerzen?

Rücken-, Knie- und Hüftschmerzen?
Erschöpfung, ständige Müdigkeit,
Kopfschmerzen?

**Wir helfen
Schmerzen zu vermeiden.**

Sanitätshaus
Triebstein
Und es geht Ihnen gut



InGA sys

Wolfgang Triebstein GmbH | Nürnberger Str. 25–27
Bebra | Telefon 0 66 22 / 4 23 43

www.ingasys.de
www.triebstein-orthopaedie.de



Die dünnen Plastiktüten an der Obsttheke im Supermarkt bleiben erlaubt. Sie werden auch Knotenbeutel oder Hemdchen-Tüte genannt. FOTO: MARCEL KUSCH/DPA/DPA-TMN

Plastiktüten vermeiden

Warum der Papierbeutel nicht besser ist

Ab 2022 sind die regulären Plastiktüten im Supermarkt verboten. Die kleinen Tragehilfen für Obst und Gemüse - auch Hemdchentüten genannt - betrifft das nicht. Trotzdem kann man sie ersetzen.

Plastiktüten gibt es in vielen Geschäften schon gar nicht mehr. Das Anbieten der Modelle mit einer Wandstärke von 15 bis 50 Mikrometern ist mit Jahresbeginn 2022 auch verboten. Aber die angebotenen Alternativen sind nicht immer eine gute Lösung - wie das Beispiel der Tragehilfe für Obst und Gemüse an der Supermarkt-Theke zeigt.

Die Supermärkte dürfen diese dünnen Plastiktüten zum Tragen von unverpackten Früchten weiterhin ihren Kunden anbieten - und sie sind erst mal gar nicht so schlecht, wie man denkt. Denn die Alternative Einweg-Papiertüte hat eine schlechtere Öko-Bilanz als der Einweg-Plastikbeutel, da das Papier ein achtmal höheres Gewicht habe, erläutert der Naturschutzbund Deutschland (Nabu).

Warum sind Papiertüten schlechter? Das Mehr an Material ist nötig, um die Papiertüten stabil zu machen. Auch werden daher lange und chemisch behandelte Fasern eingesetzt, so der Nabu. Und es gibt noch einen Grund gegen die Papiertüte: Die Herstellung von Zellulose ist äußerst energie- und wasseraufwendig.

Daher müsse eine übliche Einwegtüte aus frischen Papierfasern schätzungsweise mindestens dreimal so oft genutzt werden wie eine erdölbasierte Plastiktüte, damit sich die Klimabilanz ausgleicht, so die Umweltexperten. Und leider seien Papiertüten fast immer aus Frischfaser, es gibt nur wenige Altpapier-Produkte.

Auch kommt es darauf an, ob die Papiertüte wirklich nur aus Papier besteht. So ist laut Nabu in vielen Verpackungen innen eine Kunststoff- oder Alufolie verklebt, um das Papier zum Beispiel bei Kontakt mit Feuchtigkeit nicht reißen zu lassen oder

um zu verhindern, dass die Druckfarben in die Lebensmittel übergehen. Diese so bearbeiteten Papiere ließen sich kaum recyceln.

Auch das Bundesumweltministerium bewertet Papiertüten als „nicht wirklich besser als Einweg-Plastiktüten“. Allerdings würden Papiertüten eher recycelt und sie landen selten in der Umwelt. Und selbst wenn, würden sie dort nicht lange erhalten bleiben, da die Papierfasern schnell verrotten. Wenn man Papiertüten nutzen wolle, sollte man trotzdem darauf achten, dass diese mehrfach verwendet werden, so der Rat des Ministeriums.

Wie sieht es mit den Netzen aus Baumwolle oder Polyester aus? Im Vergleich der Alternativen stehen in einem Ranking Obst- und Gemüsenetze aus Mehrweg-Polyester an erster Stelle - basierend auf einer Untersuchung des ifeu-Instituts im Auftrag des Nabu. Bei der Analyse wurde angenommen, dass das Netz mindestens 50 mal verwendet werden wird.

Netze aus Baumwolle landen bei einer angenommenen Nutzung von mindestens 100 Mal auf Platz zwei. Allerdings sollte man darauf achten, dass es Bio-Baumwolle ist, da die Produktion der Pflanzen sonst unter anderem wegen ihres hohen Wasserverbrauchs sehr umweltschädlich ist. Übrigens: Die Einwegplastik-Beutel landen in diesem Vergleich auf Platz drei, die Papiertüten auf Platz vier.

Warum bleiben die Obst-Tüten aus Plastik eigentlich erlaubt? Das hat laut der alten Bundesregierung mehrere Gründe. Sie argumentierte zur Verkündung der ersten Novelle des Verpackungsgesetzes, dass diese Tüten dem hygienischen Umgang mit gekauftem Obst oder Gemüse dienen und der Verschwendung von Lebensmitteln vorbeugen.

Denn man kann mit dieser Transporthilfe so viele Einzel Früchte nehmen, wie man braucht. Zudem gab es Befürchtungen, dass ein Verbot die Hersteller motivieren könne, noch mehr Produkte standardmäßig in Plastik zu verpacken.



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

- 40 %

8.99



<p>Bitburger Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,20 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 20 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">11.99</p>	<p>Kozel Premium Lager* Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,26 € Pfand, 1 l = 1,40 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">+ 2 Flaschen GRATIS!</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">44.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">13.99</p> <p style="font-size: 0.8em;">*Entspricht einem Kastenpreis von 12,72 €</p>	<p>Hofbräu Original, Hofbräuhaus Hell Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,50 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">47.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">14.99</p>	<p>Maxl Helles Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,70 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">47.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">16.99</p>
<p>Maisel's Weisse diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,40 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 22 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">13.99</p>	<p>Grevensteiner Original Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 1 l = 2,02 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 20 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">3.99</p>	<p>Bayreuther Hell, Hefe-Weissbier Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,50 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">47.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">14.99</p>	
<p>Bad Brückener Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,42 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 32 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">4.99</p>	<p>Theresien Quelle Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,55 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">Dauer-Niedrigpreis!</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">4.99</p>	<p>Bad Brambacher Garten-Limonade diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,7 l, zzgl. 0,25 € Pfand, 1 l = 0,89 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">8.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">7.49</p>	<p>Sturmius Cola Orange koffeinhaltig, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 0,90 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">Dauer-Niedrigpreis!</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">8.99</p>
<p>top frisch Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1 l = 0,50 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 25 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">2.99</p>		<p>Red Bull Energy diverse Sorten, koffeinhaltig, 0,25 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1 l = 3,96 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 41 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">0.99</p>	<p>Havana Club & Cola koffeinhaltig, 10%, 0,33 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1 l = 6,03 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 29 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">1.99</p>
<p>Grüner Veltliner trocken, 1 l - Flasche, 1 l = 2,99 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 25 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">2.99</p>	<p>Asti Cinzano Spumante, 0,75 l - Flasche, 1 l = 7,72 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">5.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">5.79</p>	<p>Campari 25%, 0,7 l - Flasche, 1 l = 14,99 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">41.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">10.49</p>	<p>Absolut Vodka 40%, 0,7 l - Flasche, 1 l = 15,70 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 21 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">10.99</p>
<p>pepsi Kombikiste teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,67 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">- 20 %</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">7.99</p>		<p>Lillet Blanc, Rosé 17%, 0,75 l - Flasche, 1 l = 15,99 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">43.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">11.99</p>	<p>top frisch Apfel-Schorle Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,72 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">7.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">6.49</p>
<p>Pircher diverse Sorten, 0,7 l - Flasche, 1 l = 19,99 €</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">45.99</p> <p style="font-size: 3em; font-weight: bold; color: yellow;">13.99</p>		 <p>Folgen Sie uns auf:</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 10px;">    </div> <p>In Ihrer Nähe:</p> 	

Für das Alter vorsorgen

Worauf Selbstständige achten sollten

Je früher man mit der Altersvorsorge beginnt, desto besser. Das gilt auch für Selbstständige. Diese Optionen gibt es.

Heute schon an morgen denken. Sprich, finanziell fürs Alter vorsorgen. Das ist für alle wichtig – ganz besonders aber für Selbstständige. Denn viele von ihnen sind nicht Mitglied in der gesetzlichen Rentenversicherung.

Das heißt: Sie müssen ihre Altersvorsorge selbst in die Hand nehmen. Und selbst wenn Selbstständige in die gesetzliche Rentenkasse einzahlen, sollten sie zusätzlich privat vorsorgen.

Einige Berufsgruppen müssen in die gesetzliche Rentenkasse einzahlen. Manche Selbstständige sind dazu verpflichtet, in die gesetzliche Rentenkasse einzuzahlen. „Dazu zählen etwa Handwerker, Künstler, Publizisten, Physiotherapeuten, Pflegekräfte oder freiberufliche Lehrer“, so Klaus Morgenstern vom Deutschen Institut für Altersvorsorge. Welche Berufsgruppen versicherungspflichtig sind, regelt das Sozialgesetzbuch VI (SGB VI, Paragraph 2).

Wer als Selbstständiger pflichtversichert ist, zahlt meist 18,6 Prozent des Einkommens in die Rentenversicherung ein. „Klar muss aber

jedem sein, dass der Betrag eines Tages eine vergleichsweise niedrige Rente ergibt“, so Morgenstern. Daher sollten auch pflichtversicherte Selbstständige noch anderweitig finanziell fürs Alter vorsorgen. Wer als Freiberufler oder Kammerberufen arbeitet, ist dort pflichtversichert – und zahlt einkommenabhängige Pflichtbeiträge. „Dazu zählen etwa Ärzte, Anwälte, Apotheker und Architekten“, sagt Morgenstern.

Freiwillig Versicherte können Beitragshöhe mitbestimmen. Das Gros der Selbstständigen muss sich indes freiwillig versichern. Auch sie können in die gesetzliche Rentenversicherung einzahlen – auf freiwilliger Basis. Was dafür spricht, erklärt Dirk von der Heide von der Deutschen Rentenversicherung Bund: „Neben einer Absicherung fürs Alter ist immer auch ein Hinterbliebenenschutz für Ehepartner, eingetragene Lebenspartner und Waisen enthalten.“

Die Höhe der freiwilligen Beiträge können Versicherte festlegen - der Mindestbeitrag liegt bei 83,70 Euro pro Monat, der Höchstbeitrag bei rund 1320 Euro pro Monat. „Freiwillige Beiträge können Versicherte monatlich oder auch einmal jährlich zahlen“, erklärt von der Heide.

Was für Pflichtversicherte Selbstständige gilt. Innerhalb von fünf Jahren können Selbstständige nach ihrer Existenzgründung die Pflichtversicherung in der Rentenversicherung beantragen. Einer der Vorteile: Pflichtversicherte Selbstständige sichern sich Ansprüche auf eine Rehabilitation oder eine Erwerbsminderungsrente.

Die Pflichtbeiträge können Selbstständige entweder als Regelbeitrag oder entsprechend des tatsächlichen Einkommens zahlen. Der Regelbeitrag beträgt im Westen rund 612 Euro pro Monat sowie im Osten seit Anfang 2022 rund 586 Euro. Im Jahr der Aufnahme der Tätigkeit und in den drei folgenden Kalenderjahren ist es auch möglich den halben Regelbeitrag zu zahlen.

In jedem Fall gilt bei der gesetzlichen Rentenversicherung: Es fallen keine zusätzlichen Kosten oder eine Gesundheitsprüfung an. „Die gesetzliche Rentenversicherung übernimmt bei Zahlung einer Rente auch Teile der Krankenversicherung bis zu 50 Prozent eines Beitrags“, sagt von der Heide.

Alternativen und zusätzliche Absicherungsoptionen für das Alter. Zusätzlich zur Einzahlung in die gesetzliche Rentenversicherung haben Selbstständige noch mehr



Selbstständige müssen sich selber um ihre Altersversorgung kümmern.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TM

Möglichkeiten privat vorzusorgen. Sie können zum Beispiel einen Rürup-Vertrag abschließen, den es in Form einer klassischen oder fondsgebundenen Rentenversicherung gibt.

Wie hoch die Rente eines Tages ausfällt, hängt unter anderem von den eingezahlten Beiträgen sowie den genauen Vertragsbedingungen ab. Die Höhe der Beitragszahlung sei flexibel.

„Die Beiträge können Versicherte meist jederzeit dem eigenen Bedarf oder der Leistungsfähigkeit anpassen“, so von der Heide.

Allerdings: „Bei einer Rürup-Rente ist meist nur eine Altersabsicherung enthalten“, erklärt von der Heide.

Die Bausteine Hinterbliebenenschutz und Erwerbsminderung können Versicherte bei Bedarf zwar hinzunehmen – dadurch entstehen aber meist zusätzliche Kosten. Was sich auf die Rendite auswirken kann.

Es lohnt sich also, wenn Selbstständige sich bei ihrer Altersvorsorge sowie der Absicherung für Erwerbsminderung unabhängig beraten lassen – möglich ist dies etwa bei der Deutschen Rentenversicherung Bund oder bei einer örtlichen Verbraucherzentrale.

Altersvorsorge und Steuern: Was es dabei zu beachten? Wer für das Alter vorsorgt, kann die Aufwendungen ge-

genüber dem Fiskus als Sonderausgaben geltend machen – das gilt für Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung sowie zur Rürup-Rente.

Laut Bund der Steuerzahler liegt der Höchstbetrag für Sonderausgaben 2022 bei 25 639 Euro. Davon können Steuerzahlerinnen und Steuerzahler im Jahr 2022 maximal 94 Prozent absetzen. So können Alleinstehende maximal 24 101 Euro steuerlich geltend machen. Für Ehepaare sowie eingetragene Lebenspartner sind es bis zu 48 202 Euro.

Im Vergleich zum Vorjahr hat sich dies also verändert: Im Jahr 2021 waren nur bis zu 92 Prozent steuerfrei. Allerdings lag der Höchstbetrag 2021 bei rund 23 724 Euro, erklärt Dirk von der Heide von der Deutschen Rentenversicherung Bund.

Im Gegenzug dazu sind die ausgezahlten Renten steuerpflichtig. Sowohl bei der gesetzlichen Rente als auch bei der Rürup-Rente richtet sich der Besteuerungsanteil nach dem Jahr des Rentenbeginns, so von der Heide. Wer etwa seine Rente erstmals 2021 ausgezahlt bekommt, muss wissen, dass 81 Prozent der Rente steuerpflichtig sind. Dieser Anteil steigt jährlich. Derzeitigen Regelungen zufolge soll bei einem Rentenbeginn in 2040 die Rente zu 100 Prozent steuerpflichtig sein.

tmn

Helfer in schweren Stunden

Alternative zu herkömmlichen Grabsteinen „Doppelgrabsteine“

Trauerfeier in der eigenen Kapelle

Tag und Nacht erreichbar

Bestattungshaus Henniger

Bad Hersfeld & Kirchheim

Am Neumarkt 30 · Tel. 0 66 21-1 55 15

Erd-, Feuer- und Seebestattung

Erladigung von Formalitäten

Überführungen In- und Ausland

Bestattungsvorsorge

Der Bestatter Mitglied der Innung

Jederzeit erreichbar:

seit 1920

Horchler & Sohn

K. HORCHLER & SOHN

Inh. Manfred Horchler, Bau-Ing. + Christian Horchler, Tischlermeister

Gilfershäuser Str. 9

36179 Bebra

☎ 0 66 22 / 74 10 · Fax 53 11

www.horchler-sohn.de

Letzte Ruhe als Paar

Doppelgrabsteine weisen auf den Zusammenhalt hin

Ein Doppelgrabstein ist - wie der Name bereits erahnen lässt - ein besonders breiter Grabstein, der besonders häufig für Doppel- oder Familiengräber genutzt wird.

Ein Doppelgrabstein – auch Breitstein – ist meist zwischen 60 und 100 Zentimeter hoch und circa 65 bis 120 Zentimeter breit. Sollten Sie einen größeren oder kleineren Doppelgrabstein wünschen, setzen Sie sich mit Ihrem Steinmetz Ihres Vertrauens in Verbindung. Er wird mit Ihnen zusammen sicher den richtigen Doppelgrabstein finden. Ob Sandstein, Granit, Kunststein oder Quarzit - Doppelgrabsteine werden aus allen Steinsorten angefertigt, die auch für Einzelgrabsteine genutzt werden.

Immer häufiger werden sowohl für Doppel- als auch



Ein Doppelgrabstein drückt auch nach dem Tod Verbundenheit aus.

FOTO: PANTHERMEDIA / LIANE MATRISCH

für Einzelgrabsteine Form gewählt, die von der klassischen, rechteckigen Form ein wenig abweichen. Besonders beliebt ist die Variante, in der die Oberkante des Grabsteins leicht geschwungen ist. Aber auch ganz runde, schräge oder bogenförmige Steine sind

stark im Kommen. Scheuen Sie nicht davor zurück dem Händler, bei dem Sie Ihren Doppelgrabstein in Auftrag geben, eine genaue Beschreibung zu liefern. Die meisten Steinmetze haben auch einen Katalog. Nehmen Sie sich so viel Zeit, wie Sie brauchen, und wählen

Sie den Stein aus, der genau Ihren Wünschen entspricht. Schließlich ist dies eine Entscheidung, die lange Zeit Bestand haben wird.

Wie bei allen stehenden Grabsteinen, darf ein Doppelgrabstein nur von Fachleuten aufgestellt werden und muss fest im Boden verankert werden. Der Grund für diese Vorsichtsmaßnahme liegt auf der Hand: Ein Grabstein ist sehr schwer und birgt daher ein großes Gefahrenpotential, umzukippen.

Ob es darüber hinaus weitere Regeln gibt, die Sie bei der Wahl des Doppelgrabsteins beachten müssen, können Sie in der Friedhofsordnung Ihres örtlichen Friedhofs nachlesen.

trauer.de

BESTATTUNGEN

Häußler

Tag & Nacht: 06621 1 55 35

Untere Frauenstraße 30

36251 Bad Hersfeld

Wie erkläre ich meinem Kind, dass Opa gestorben ist?

Hilfe finden Sie bei uns.

www.bestattungen-haeussler.de

info@bestattungen-haeussler.de

Bestattungsinstitut Hans-Werner Taubert

- Auf Wunsch Hausbesuche
- Trauerfeiern in eigenen Räumlichkeiten
- Hauseigener Aufbahrungs- und Abschiedsraum
- Trauercafé im „Haus am Seulingswald“

Tag und Nacht zu erreichen: 036922/30957

99837 Werra-Suhl-Tal OT Großensee, Am Sandgraben 6

www.bestattungsinstitut-taubert.de

Ihr Steinmetzmeisterbetrieb für Grabgestaltung und Natursteinarbeiten

Grabmale · Urnengrabanlagen · Einfassungen · Arbeitsplatten · Waschtischplatten · Fensterbänke · Natursteintreppen

Seit 1918 Ihr Fachbetrieb für Steinmetzarbeiten und Grabmalgestaltung

Naturstein Schaffert

Heinrich Schaffert & Söhne GbR

www.Naturstein-Schaffert.de Alsfelder Straße 18 Tel.: 0 66 21 / 7 31 60

info@Naturstein-Schaffert.de 36251 Bad Hersfeld-Asbach Fax: 0 66 21 / 7 85 14

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*

Speel 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 = -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***
Pfanne 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 Kaffee-maschine 2in1 „Fresh-Aroma-Intense“

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

2in1 Für ganze Bohnen und gemahlene Kaffee geeignet

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

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

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

ELLERRE Ronley 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***

Universaldeckel mit Silikonrand und Dampf-auslassventil

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

BEEM Kaffee-maschine 2in1 „Fresh-Aroma-Intense“

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

ELLERRE Ronley Winterhausschuhe

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

9,99*

ELLERRE Ronley Winterhausschuhe

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, Schnell-ladegerät, 71-teiliges Bit- und Bohrerset und Aufbewahrungskoffer **49,99***

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

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. Spann-länge 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 **9,79***

edding Permanentmarker 3er-Set inkl. 10 Etiketten gratis

Auch erhältlich: 3x Schwarz

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)

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*

NORMA® **www.norma-online.de**

NORMA MEHR FÜRS GELD.

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



ENTDECKEN SIE MEHR AKTIONEN!



Zeit, zu verhandeln

Viele Erbbaurechtsverträge laufen bald aus

Das eigene Haus auf fremdem Grund – das ist das Prinzip des Erbbaurechts. Viele Erbbaurechtsverträge laufen demnächst aus. Betroffene sollten frühzeitig aktiv werden.

Ein Eigenheim auf einem fremden Grundstück zu bauen, das klingt nach einem großen Risiko. Mit einem Erbbaurechtsvertrag ist es aber weitgehend sicher. Tausende Wohnbauten in Deutschland stehen auf Grundstücken, die Kommunen, Stiftungen, Länder oder kirchliche Einrichtungen den Bauherren gegen einen Erbbauzins überließen.

Vor allem nach dem Zweiten Weltkrieg, als Wohnraum für die vielen Geflüchteten geschaffen werden musste, erlebte das Erbbaurecht eine Hochzeit. Die Verträge waren auf viele Jahre angelegt, auf 70 oder sogar 99 Jahre. Im Durchschnitt liegt die Laufzeit bei 85 Jahren.

„Man kann das Modell mit einem Leasing-Vertrag für ein Auto vergleichen“, sagt Manfred Raber, Vertrauensanwalt beim Bauherren-Schutzbund. Beim Erbbaurecht bekommt der Bauherr ein Grundstück geliehen, ist zwar Eigentümer an seinem Haus, muss das Grundstück aber zurückgeben, wenn der Vertrag abgelaufen ist.

Viele Verträge laufen aus

Genau das steht vielen Betroffenen bald bevor. Demnächst laufen etliche der alten Erbbaurechtsverträge aus. Bei 22 Prozent aller deutschen Erbbaurechtsgeber ist das bis 2030 der Fall, ergab eine Studie des Deutschen Erbbaurechtsverbands in Berlin. Eine zweite Welle ist von 2040 bis 2060 zu erwarten.

Viele dieser auf Erbpacht-Grundstücken stehenden Häuser haben inzwischen mehrfach durch Vererben oder Verkaufen den Eigentümer gewechselt. Für diese ist es nun höchste Zeit, noch vor dem Ende der Laufzeit ihrer Erbbaurechtsverträge aktiv zu werden.

„Grundsätzlich gibt es zwei Möglichkeiten“, erklärt Matthias Nagel, Geschäftsführer des Deutschen Erbbaurechtsverbands in Berlin. „Unternehmen beide Seiten nichts,



Das Vertragsmodell des Erbbaurechts erlebt gerade ein Revival. Allerdings laufen viele alte Verträge in wenigen Jahren aus.

FOTO: KARL-JOSEF HILDENBRAND/DPA-TMN

läuft der Vertrag zum vereinbarten Termin einfach aus.“ Das Grundstück geht an den Erbbaurechtsgeber zurück. Er kann es neu vermarkten.

Für das Haus auf dem Grundstück, das sich im Eigentum des Erbbaurechtsnehmers befindet, zahlt der Erbbaurechtsgeber eine Entschädigung. Nagel: „Die liegt üblicherweise bei 66 bis 75 Prozent des Immobilienwertes. 19 Prozent der Erbbaurechtsgeber in Deutschland entschädigen sogar mit dem vollen Gegenwert.“

Die meisten Erbbaurechtsnehmer sind jedoch daran interessiert, ihren Erbbaurechtsvertrag zu verlängern. Das ist grundsätzlich auch möglich. Dabei wird der Erbbauzins aber neu berechnet. Er gilt dann ab dem Zeitpunkt der Vertragsverlängerung. „Je früher man sich mit dem Erbbaurechtsgeber in Verbindung setzt, desto bessere Konditionen kann man in der Regel aushandeln“, betont Matthias Nagel. Auch die Erbbaurechtsgeber sind meist an einer Verlängerung interessiert.

Spätestens fünf Jahre vor Vertragsende sollten Erbbaurechtsnehmer den Kontakt zu ihrem Vertragspartner suchen. Stehen größere Renovierungen am Haus an, auch früher. Nagel: „Dann kann es auch 20 bis 30 Jahre vor Vertragsende sinnvoll sein, den Vertrag zu verlängern, um eine gute Finanzierung von der Bank zu bekommen.“

Werden die Verträge erst kurz vor Ablauf verlängert, fällt der Erbbauzins aufgrund der kurzen Restlaufzeit meist höher aus. Das ist auch der Fall, wenn der Vertrag endet und dann doch neu abgeschlossen werden soll. „Ob

ein neuer Vertrag zustande kommt und wie hoch der Zins ist, ist dann Verhandlungssache zwischen beiden Parteien.“

Modell erlebt gerade neue Blüte

Das Vertragsmodell des Erbbaurechts erlebt gerade ein Revival. Es wird zum Beispiel aktuell gern angewendet, wenn Kommunen ihre Grundstücke nicht verkaufen, aber trotzdem vom Wertzuwachs profitieren wollen. „Für Bauherren hat das den Vorteil, dass sie ein Grundstück bekommen, auf dem sie ihr Haus bauen können. Und das zu vergleichsweise günstigen Konditionen“ so Matthias Nagel.

Auf dem heiß umkämpften Immobilienmarkt sei das ein großer Pluspunkt. „Es ist schon ein Unterschied, ob der Bauherr einen sechsstelligen Betrag allein für den Kauf eines Baugrundstücks aufbringen oder ob er dafür nur Zinsen zahlen muss. Der durchschnittliche Erbbauzins für Wohnimmobilien liegt in Deutschland bei rund drei Prozent des Bodenrichtwertes pro Jahr.“

Allerdings sollten Bauherren, die neu in einen Erbbaurechtsvertrag einsteigen oder einen schon laufenden erwerben wollen, auch mögliche Nachteile bedenken. „Es ist zwar ein eigentumsähnliches Modell, aber eben kein vollständiges Eigentum“, so Manfred Raber. Zwar kann der Erbbaurechtsnehmer sein Haus samt Erbbaurecht vererben, verkaufen oder verschenken. Aber es bleibt ein gewisses Risiko.

So hat der Erbbaurechts-

geber die Möglichkeit, den Vertrag vorzeitig zu beenden, wenn der Vertragspartner gegen vereinbarte Pflichten verstößt. „Das kann zum Beispiel der Fall sein, wenn er unverschuldet seine Erbbauzinsen nicht zahlen kann.“

Bei der Finanzierung der Bauvorhaben ist ein Erbbaurechtsvertrag eher die zweite Wahl. Banken machen durchaus einen Unterschied bei ihren Konditionen, ob es sich um eigenes oder gepachtetes Land handelt.

„Die Bauherren müssen oft höheres Eigenkapital einbringen als die Eigentümer von Grundstücken. Auch relativ kurze Restlaufzeiten des Erbbaurechtsvertrags sind vielen Geldinstituten zu riskant. Manche lassen sich auch gar nicht darauf ein, solche Projekte zu finanzieren“, weiß Manfred Raber. Und: Wer sein auf einem Erbbaurechts-Grundstück erbautes Haus verkaufen will, erzielt oft niedrigere Preise als bei vollständigem Eigentum.

Zu bedenken ist auch, dass die Erbbauzinsen mit den Jahren immer weiter steigen. Denn sie dürfen regelmäßig angepasst werden. „Die Erbbauzinsen sind ja nicht von den übrigen Immobilienpreisen abgekoppelt, sondern orientieren sich an den Bodenwertpreisen. Gerade in Ballungsgebieten kann das ziemlich teuer werden“, sagt Roland Stecher von der Verbraucherzentrale Bremen.

Er rät Interessenten, das genau durchzurechnen und besonders auf die Restlaufzeiten des Erbbaurechtsvertrages zu schauen. „Bleiben da nur noch zehn Jahre, sollte man lieber die Finger davon lassen - oder rechtzeitig neu verhandeln.“

Kassensturz vor der Finanzierung

Immobilie: Viele benötigen einen Kredit

Ob Haus oder Eigentumswohnung: Ein Immobilienkauf kostet viel Geld. Die meisten Menschen brauchen einen Kredit – und damit das Vorhaben nicht zu groß wird, sollte man seine Belastungsgrenze ermitteln.

15 Jahren zum Beispiel auf 4,20 Prozent steigen, wären statt 1000 Euro für die Restschuld monatlich mehr als 1450 Euro aufzubringen, um wenigstens ein Prozent zu tilgen.

Wichtig ist deshalb, vor einem Kauf die Einnahmen und Ausgaben schonungslos gegenüberzustellen. Die entscheidende Frage lautet: Was bleibt unter dem Strich tatsächlich zur freien Verfügung? So weiß man, was man monatlich sicher für Zins und Tilgung aufwenden kann.

Immobilien sind deutlich teurer geworden: Von 2010 bis 2020 sind die Preise für Ein- und Zweifamilienhäuser sowie für Eigentumswohnungen in Deutschland um rund 65 Prozent gestiegen, erläutert die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen. Wer jetzt kaufen oder bauen will, sollte vor diesem Hintergrund genau rechnen.

Denn bis eine Immobilie abbezahlt ist, vergehen meist viele Jahre. Ob aber die Zinsen für Immobilienkredite auch in Zukunft weiterhin so niedrig bleiben, ist ungewiss. Kaufinteressenten sollten daher mit einem Kassensturz genau ermitteln, wo ihre Belastungsgrenze liegt.

Ein Beispiel: Eine Immobilie kostet 495 000 Euro. Mit 100 000 Euro Eigenkapital braucht man laut der Verbraucherzentrale für die gesamte Finanzierung inklusive Kaufnebenkosten ein Darlehen von rund 444 500 Euro. Kann man sich nur 1000 Euro monatlich für Zins und Tilgung leisten, bleiben nach 15 Jahren noch 335 000 Euro Schulden.

Sollten die Zinsen bis dahin wieder gestiegen sein, könnte das zu einer großen Herausforderung bei der Anschlussfinanzierung werden: Würde das Zinsniveau nach

Wer eine Immobilie finanziert, sollte laut der Empfehlung mindestens 20 Prozent Eigenkapital mitbringen, und die anfängliche Tilgung für das Darlehen sollte bei mindestens zwei Prozent liegen, besser mehr. Auf jeden Fall sollten Sondertilgungsrechte vereinbart werden.

Die aktuell niedrigen Zinsen sollten nach Ansicht der Verbraucherschützer möglichst lange, also für 15 oder 20 Jahre, festgeschrieben werden, auch wenn das einen Zinsaufschlag kostet.

Entlastung können Fördermittel bringen. So gibt es niedrige Zinsen zum Beispiel über das Wohneigentumsprogramm der KfW-Bank. Nutzbar sind zudem Darlehen und Zuschüsse für energetische Investitionen. tmn



Ob die Zinsen für Immobilienkredite niedrig bleiben, ist unklar. Daher ist es wichtig, die Finanzierung solide zu planen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Wer im Gedächtnis seiner Lieben lebt,
der ist nicht tot, nur fern;
tot ist nur, wer vergessen wird.

Immanuel Kant

Wir sind traurig,
dass wir dich verloren haben,
aber wir danken Gott,
dass wir dich hatten.

**Heinz
Bayer**

* 1. 12. 1937
† 13. 12. 2021



Wir danken allen,
die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten, mit uns Abschied nahmen und ihre Anteilnahme auf so vielfältige Weise zum Ausdruck brachten.

Besonderen Dank dem Klinikum Bad Hersfeld, dem Bestattungsinstitut Keßler, den „Alten Herren“ und dem Sportverein Cornberg, Frau Sabine Groppe-Guske und dem Pfarrer Herrn Schweimer.

Edeltraud Bayer
und Familie

Cornberg, im Januar 2021

D Friedel Fischer

geb. Müller

* 17. 10. 2023 † 31. 12. 2021

A
N
K
E
Wir haben uns für unsere Mutter gefreut, welche große Anteilnahme wir in Form von Schreiben, Besuchen, Telefonaten oder Teilnahme anlässlich ihrer Beerdigung erfahren durften. Wir betrachten dies als nachträgliche Anerkennung ihrer Lebensleistung und danken allen dafür. Besonders die einfühlsame und persönliche Trauerfeier durch Pfarrerin Dorothee Becker, die Betreuung zuhause bis zuletzt durch Dipl.-med. Monika Haug, Schenklingfeld und die Gemeindediakonie Hohenroda-Ausbach sowie die kompetente Begleitung der Angehörigen auf Friedels letztem Weg einschließlich der Gestaltung der Feier durch das Bestattungsinstitut Ehrhoff, Friedewald, verdienen unseren Dank.

Im Namen der Trauerfamilie
Manfried Fischer und Christa Sippel

Ransbach, im Januar 2022

Begrenzt ist das Leben, doch unendlich die Erinnerung.

Als Gott sah, dass der Weg zu lang,
der Hügel zu steil und der Atem
zu schwer wurde, legte er seinen Arm
um sie und schenkte ihr seinen Frieden.

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von unserer lieben Mutter,
Schwiegermutter, guten Oma und Uroma, Schwägerin, Patin, Tante und Cousine



Anneliese Löffler

geb. Leimbach
* 8. 12. 1934 † 6. 1. 2022

*Ich gehe zu denen, die mich liebten
und warte auf die, die mich lieben...*

Klaus und Annette
Heidi und Fred
Inge
Deine lieben Enkel und Urenkel
Tamara und Timo mit Marla
Marina und Alex mit Finn
Theresa und Tristan
Pierre
sowie alle Angehörigen

Hönebach, im Januar 2022

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Mittwoch,
den 19. Januar 2022, um 14.00 Uhr auf dem Friedhof in Hönebach statt.
Für bereits erwiesene und uns noch zgedachte Beweise der Anteilnahme und des Mitgeföhls
bedanken wir uns ganz herzlich.
Besonderer Dank gilt dem DRK Seniorenzentrum „Am Schloss“ in Friedewald sowie all denen,
die uns in dieser Zeit hilfreich und unterstützend zur Seite standen.

*Einschlafen dürfen,
wenn man das Leben
nicht mehr selbst
gestalten kann,
ist der Weg
zur Freiheit
und Trast für uns alle.*



In tiefem Schmerz, jedoch voll Liebe und Dankbarkeit
nehmen wir Abschied von unserer lieben Mutter,
Schwiegermutter, herzenguten Oma und Uroma,
Schwägerin, Patin, Tante und Cousine

Luise Eisenberg

geb. Schuchardt
* 2. 8. 1939 † 4. 1. 2022

In liebevoller Erinnerung
Helma und Arthur
Karla
Holger und Karola
Deine lieben Enkel
Nadine, Marcel und Sarah
Deine lieben Urenkel
Leo und Caspar
sowie alle Angehörigen

Wildeck-Richelsdorf, im Januar 2022

Die Trauerfeier im Angehörigenkreis findet am Freitag,
dem 21. Januar 2022, um 14.00 Uhr auf dem Friedhof in Richelsdorf statt.

Für die persönliche Anteilnahme, das Mitgeföh und
die Zuwendungen bedanken wir uns von ganzem Herzen.
Unser besonderer Dank gilt dem Team vom AWO Alten-
pflegezentrum Obersuhl für die fürsorgliche Betreuung
in den vergangenen Jahren
und Allen, die unsere Mutter gedanklich begleitet haben.

Du bist befreit von Leid und Schmerz,
geliebtes, treues Vaterherz,
du hast gesorgt bis an dein Ende,
nun ruhen deine fleißigen Hände,
die immer gern für uns bereit,
wir danken dir für alle Zeit.

Nach kurzer schwerer Krankheit entschlief
unser lieber Vater, Schwiegervater, Opa, Uropa,
Bruder und Onkel

Dieter Metzner

* 10. 10. 1942 † 29. 12. 2021

In Liebe und Dankbarkeit
René Metzner
Carmen und Norbert Hergert
Ronny Hergert mit Familie
und alle Angehörigen

Alheim-Baumbach, im Januar 2022

Die Trauerfeier findet am Samstag, dem 22.
Januar 2022, um 13.00 Uhr in der Friedhofskapelle
in Baumbach im engsten Familien- und
Freundeskreis statt.

Von Kranz- und Blumenspenden bitten wir
höflichst abzusehen.



„Wir mussten Dich gehen lassen und konnten nichts tun.
Still und voller Schmerz hoffen wir, Du kannst nun ruhn.“

Wir haben in aller Stille Abschied genommen von meiner lieben Tochter,
Schwester, Tante und Nichte

Martina Irena Weiß

* 2. 3. 1964 † 23. 12. 2021



In stiller Trauer

Ingrid Weiß
Stefan Weiß mit Fabian
Jörg und Gisela Oles
und alle Angehörigen

Wölfershausen, im Januar 2022

Für bereits erwiesene und noch zgedachte Anteilnahme möchten wir uns
auf diesem Wege herzlich bedanken. Besonders danken wir Pfarrer Bieber
für seine tröstenden Worte, allen, die mit uns Abschied genommen haben
und dem Bestattungshaus Blüthgen für die hilfreiche Unterstützung.

Was man tief in seinem Herzen besitzt,
kann man durch den Tod nicht verlieren.

Wenn ihr an mich denkt, seid nicht traurig,
erzählt lieber von mir und traut euch zu lachen.
Lasst einen Platz zwischen euch,
so wie ich ihn im Leben hatte.



In unsere Erinnerung schließen wir Dich ein,
Du wirst immer bei uns sein.

Horst Schneiderei

* 7. 12. 1952 † 9. 1. 2022

Always in our heart, one day we will be together again.

Dein Schatz Yvonne und Karsten
mit Jolina und Julien

Ausbach, im Januar 2022

Die Trauerfeier findet am Freitag, dem 21. Januar 2022, um 15.30 Uhr
am Angelteich in Hohenroda statt.

Im Anschluss gehen wir in aller Stille auseinander.

*Mit dem Tod eines lieben
Menschen verliert man vieles,
niemals aber die gemeinsam
verbrachte Zeit.*



Frank Golez

* 07.07.1960 † 04.01.2022

Traurigkeit

erfüllt unser Herz,
und hilflos versuchen unsere Gedanken
das Unbegreifliche zu ergründen.
Sie fragen nach dem Sinn und
wollen diese Endgültigkeit nicht fassen.

Wir sind tief betroffen und trauern um
unseren Mitarbeiter und Kollegen.

Mit Dank und Anerkennung nehmen wir
Abschied.

Seiner Familie gilt unsere aufrichtige
Anteilnahme!

Die Geschäftsleitung und die Mitarbeiter
der H. Leiter GmbH



Bescheiden war dein Leben, fleißig deine Hand,
Friede hat dir Gott gegeben, ruhe sanft und habe Dank.

Wir trauern um unsere langjährige Mitarbeiterin

Petra Krauß

Familie Häde
und Mitarbeiter

H. Häde GmbH Geflügelzucht
Horst-Hermann Häde
Inh. Hans Joachim Häde

Alheim, im Januar 2022

Wer mir vertraut, wird leben,
auch wenn er stirbt.
Und wer lebt und sich
auf mich verlässt,
wird niemals sterben.

Johannes 11, 25

STELLENANGEBOTE



Für unsere **Kindertagesstätte Ludwigsau Friedlos** mit bis zu **150 Plätzen** suchen wir zur **unbefristeten Einstellung** ab dem 1. 3. 2022 bzw. zum **nächstmöglichen Zeitpunkt** **pädagogische Fachkräfte (m/w/d)**

Unsere Einrichtung umfasst sechs Kindergartengruppen mit einer Betreuungszeit von 6.50 - 17.00 Uhr. Wir arbeiten altersstufenübergreifend und integrativ mit Kindern im U3-Bereich und Regelbereich (3 bis 6 Jahre).

Zur Unterstützung unseres modernen, innovativen Teams suchen wir Vollzeit- oder Teilzeitkräfte ab 30 Std. Die **unbefristete Einstellung** erfolgt entsprechend dem Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst (TVöD) für Beschäftigte im Sozial- und Erziehungsdienst. Des Weiteren bieten wir ein **attraktives Leistungsentgelt, eine betriebliche Altersvorsorge (ZVK)**, die Möglichkeit des **E-Bike Leasing** sowie regelmäßige **Fort- und Weiterbildungen**.

Schwerbehinderte Bewerber (m/w/d) werden bei gleicher Eignung bevorzugt berücksichtigt.

Informationen erhalten Sie unter:

Kindertagesstätte Ludwigsau-Friedlos
Akazienweg 4, 36251 Ludwigsau-Friedlos
Frau Natascha Groß, Tel. 06621/67344
E-Mail: kindertagesstaette-friedlos@ludwigsau.de

Ihre Bewerbung senden Sie bitte bis zum 1. 2. 2022 an:
Gemeindevorstand der Gemeinde Ludwigsau,
Schulstraße 1, 36251 Ludwigsau, z.Hd. Herrn Bernd Prokupek
E-Mail: bernd.prokupek@ludwigsau.de, Tel. 06621/9201-12

Konzeption



Die Bildungsakademie für das Schornsteinfegerhandwerk Hessen, mit Sitz in 36179 Bebra, sucht für ihre Kantine zum 01. Februar 2022 eine engagierte

Küchenhilfe (m/w/d) in Teilzeit

Flexible Arbeitszeiten, ca. 25 Stunden/Woche. Berufserfahrung von Vorteil, jedoch keine Bedingung!

Weitere Informationen gerne telefonisch unter 06622 9151355 (Mo.-Fr. von 7.00-14.00 Uhr).

Anfragen und Bewerbungen gerne auch unter die.kuechenfeger@web.de oder info@livhessen.de.

Praxis für Neurochirurgie Dr. med. Michael Kuhr

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir eine nette und engagierte

MFA (m/w/d) auf 450-€-Basis
(nach Absprache ggfs. auch mehr Stunden).

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung. Gerne telefonisch oder per E-Mail.

Borngasse 9 · 36199 Rotenburg · Telefon: 06623 9152407
neurochirurgie-rotenburg@t-online.de

Hausmeisterservice Beisheim Suchen Reinigungskraft für Treppenhausräumung auf 450 €-Basis

Telefon 06621-169701



Frauenpower?

„Familie und Haushalt unter einen Hut zu bekommen, ist schon manchmal stressig. Trotzdem will ich nebenbei mein eigenes Geld verdienen. Als Sontraer Stadtkurier Zustellerin habe ich einen Job der Spaß macht und sich trotzdem mit Familie und Haushalt vereinbaren lässt.“

© Foto: Lieschen - 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 den Heimat-Nachrichten Rotenburg Bebra **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

KREISANZEIGER BAD HERSFELD

- **BAD HERSFELD:** Beiershausen, Johannesberg, Kathus, Sorga, Stadt
 - **BREITENBACH AM HERZBERG:** Hatterode
 - **HAUNECK:** Unterhaun
 - **HERINGEN:** Widderhausen
 - **KIRCHHEIM:** Gersdorf, Heddersheim, Stadt
 - **LUDWIGSAU:** Friedlos, Meckbach, Mecklar, Rohrbach
 - **NEUENSTEIN:** Obergeis, Raboldshausen, Untergeis
 - **NIEDERAULA:** Stadt, Solms
 - **OBERAULA:** Hausen
 - **PHILIPPSTHAL:** Heimbildshausen, Stadt
 - **SCHENKLENGSFELD:** Erdmannrode, Stadt, Unterweisenborn
 - Wippershain
 - Wipperfshain
 - Stadt
 - **VACHA:** Stadt
- HEIMAT-NACHRICHTEN ROTENBURG BEBRA**
- **ALHEIM:** Heinebach, Licherode
 - **BEBRA:** Breitenbach, Stadt
 - **GERSTUNGEN:** Untersuhl
 - **NENTERSHAUSEN:** Stadt
 - **RONSHAUSEN:** Stadt
 - **ROTEBURG:** Braach, Lisperhausen, Stadt
 - **WILDECK:** Hönebach

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



Wir suchen zum nächstmöglichen Termin

Verkäufer (m/w/d)

1. für **Elektroinstallationsmaterial und technischem Licht**
 2. für **Elektrohaushaltsgeräten, TV und Multimedia**
- Vollzeit, 40 Std./Woche.**

Anforderungsprofil:

- Sie sind kundenorientiert, belastbar, freundlich, loyal, flexibel, verantwortungsbewusst und teamfähig
- Sie sind es gewohnt, selbstständig und eigenverantwortlich zu handeln und sind bereit, Verantwortung zu übernehmen

ZU 1. • Sie verfügen über eine abgeschlossene Ausbildung zum Elektriker/ Elektriker (m/w/d) oder Kaufmann im Groß- oder Einzelhandel (m/w/d)

ZU 2. • Sie haben bereits Verkaufserfahrung gesammelt und eine positive Einstellung zum Beruf eines Verkäufers

Tätigkeitsfeld:

- Warenbestellung, -annahme und Eingangskontrolle
- Verwaltung des Materiallagers

ZU 1. • Verkauf & Beratung von Elektronikinstallationsmaterial und technischem Licht

ZU 2. • Verkauf und Beratung von Elektrogroß- und Kleingeräten, TV und Multimedia

Wir bieten:

- ein angenehmes Betriebsklima, dass von gegenseitigem Respekt und Freundlichkeit geprägt ist
- einen sicheren Arbeitsplatz
- Weiterbildungs- und Schulungsmöglichkeiten in Ihrem Einsatzgebiet
- Entgelt nach Vereinbarung, Urlaubs- und Weihnachtsgeld
- 30 Tage Urlaub

Ihre aussagefähige Bewerbung senden Sie bitte per Mail an u.horn@elektro-langheld.de oder per Post an

Elektrofachhandel Langheld
z.Hd. Frau Horn
Wiesenweg 26, 36179 Bebra



Gemeinsam durchstarten! Werden Sie Teil unseres Teams!

Zur Verstärkung unseres EDV-Teams suchen wir in Vollzeit zum nächstmöglichen Termin einen

IT-Anwendungsbetreuer (m/w/d)

Sind Sie auf der Suche nach einer neuen Herausforderung?

Ausführliche Informationen erhalten Sie über unsere Karriereseite www.klinikum-karriere.de.

Wir freuen uns auf Ihre Online-Bewerbung.

Ihr Ansprechpartner:
Torsten Wennemuth
Konzernabteilungsleiter EDV
06621/88-1015

Klinikum Hersfeld-Rotenburg

Klinikum Bad Hersfeld | Klinik am Hainberg | Orthopädie Bad Hersfeld | Herz-Kreislauf-Zentrum Rotenburg | MVZ



Wir suchen ab sofort oder später:

- Berufskraftfahrer/innen Klasse CE

- für nationalen Linien-Fernverkehr - in Wechselschicht
- tägliche Heimkehr - ab Standort Bad Hersfeld

Kontakt: Dirk Steinbrecher, Telefon: 06621/9590516
E-Mail: dirk.steinbrecher@dm-logistik-services.de
DM-Services GmbH & Co. KG, Europaallee 2, 36251 Bad Hersfeld

Wir suchen ab sofort in Haunack eine **Reinigungskraft (m/w/d) auf Minijob-Basis**

- Ihre Aufgaben:**
- Unterhaltsreinigung
 - ab 16.00 Uhr

Unser Angebot:

- unbefristetes Arbeitsverhältnis
- sorgfältige Einarbeitung

Immobilien Service Deutschland
Weserstraße 33 · 36043 Fulda
Tel.: 0661-380083-0
fulda@isd-service.de
www.isd-service.de



Hilfskraft für Aufräum- und Reinigungsarbeiten per sofort auf 450 € Basis gesucht Zeitraum von 4 - 6 Wochen. Tel.: 06621/799761

Vorsicht, Betrüger am (Netz-)Werk!

Auch in „harmlosen“ Downloads und E-Mail-Anhängen können Gefahren lauern.



www.polizei-beratung.de

Herzlich willkommen in der Chirurgischen Praxis und Tagesklinik in Rotenburg a. d. Fulda. Wir sind eine vollausgestattete chirurgische Praxis mit angegliedertem OP (Tagesklinik). Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams für den Verwaltungs- und Telefonbereich sowie für die Sprechstundenassistenten und den OP-Bereich:

Medizinische Fachangestellte (m/w/d)

oder eine Pflegefachkraft (m/w/d)

im Bereich **Chirurgie/Gefäßchirurgie** in **Voll- und Teilzeit.**

Gute Gründe, um mit uns zu arbeiten:

- ein anspruchsvolles und entwicklungsreiches Aufgabengebiet
- Arbeiten in modernen Räumlichkeiten
- ein freundliches, engagiertes Team
- interne/externe Fortbildungen
- keine Schichtdienste, Wochenenden und Feiertage frei

Ihr Profil:

- eine erfolgreich abgeschlossene Berufsausbildung zur/zum MFA (oder vergleichbare Ausbildung)
- Röntgenschein erwünscht
- Kenntnisse in der Instrumentenaufbereitung
- strukturiertes und effizientes Arbeitsverhalten
- Flexibilität, Selbstständigkeit und Belastbarkeit
- Sie haben die Fähigkeit zur vertrauensvollen und kooperativen Zusammenarbeit im Team
- Sie haben gute Kommunikationskenntnisse und PC-Anwenderkenntnisse.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungen.



Poststraße 8
36199 Rotenburg a. d. Fulda
Telefon: 06623 1597
E-Mail: info@venalys.de
Webseite: www.venalys.de

Übrigens bilden wir auch uns über Bewerbungen zum **MFA (m/w/d)!**

WENN DU ES LIEBST...

- ... dein Geld auf der Straße mit einem Sattelzug und mit aus dem Fenster gucken zu verdienen
- ... täglich in den Norden Richtung Meer oder in den Süden Richtung Berge zu fahren (Linientour)
- ... täglich in eine andere Himmelsrichtung zu fahren und deinen Truckerkollegen auf der Autobahn zu winken (Tagestouren ab PLZ 36286 oder Aushilfskräfte auf 450 € Basis)
- ... die ganze Woche Deine Ruhe zu haben und deine einzige Aufgabe ist es zu fahren
- ... deinen festen LKW zu haben, um den du dich kümmern kannst und der eine gehobene Ausstattung hat
- ... nicht einfach eine Nummer zu sein sondern ein Familienmitglied
- ... pünktlich deinen Lohn jeden Monat zu bekommen und dich dann auch noch über Bonuszahlungen, Urlaubsgeld, Weihnachtsgeld, Kostenübernahme für Schulungen und sonstiges freust...

dann suchen wir dich (m/w/d).

- Tägliche Nachtlinientour mit Start Sonntagabend und Ende Freitag Start und Ende in 36286 Neuenstein (ADR-Schein erforderlich)
- Tagestouren ab 36286 Neuenstein mit 80% täglicher Rückkehr an den Standort (ADR-Schein nicht zwingend erforderlich)
- Tägliche Taglinientour von Montag bis Freitag mit Start und Ende PLZ 34576 (Pause in Homburg, ADR-Schein erforderlich)
- Aushilfskräfte auf 450 € Basis für einzelne Tagestouren ab 36286 Neuenstein (ADR-Schein nicht zwingend erforderlich)

Wenn du genau das liebst, über eine gültige Fahrerlaubnis mit Eintragung der 95 für LKW verfügst, in Zukunft „Spaß an der Arbeit“ haben willst und noch mehr Infos haben möchtest, dann melde dich einfach, wir freuen uns auf dich.



Boschetto Transporte GmbH & Co. KG
Gewerbestr. 18 | 36160 Dipperz
Frau Johanna Pape | Tel. 06657/608602
Mobil 0151/42640122

geschaeftsleitung@boschetto-transporte.de | www.boschetto-transporte.de



Der Kreisausschuss des Landkreises Hersfeld-Rotenburg beabsichtigt, zum nächstmöglichen Zeitpunkt folgende Stellen zu besetzen:

Hausmeister/in (m/w/d)

- z. T. befristet -

Aufgaben u. a.: Wartung und Unterhaltung der Gebäude und Einrichtungen, Bedienung der Heizungs- und Lüftungsanlagen, Schließdienst/Kontrollgänge - auch abends und an Wochenenden - sowie Erledigung von Reparaturen.

Teamleitung der Hausmeister im Verwaltungsgebäude (m/w/d)

- unbefristet -

Aufgaben u. a.: Koordination und Überwachung der Arbeiten der Hausmeister und Reinigungskräfte, Bedienung der Heizungs- und Brandmeldeanlage, Konfigurieren der elektronischen Schließanlage sowie Schließdienst und Kontrollgänge.

Sie sollten über eine abgeschlossene handwerkliche Berufsausbildung verfügen.

Bewerbungsschluss: 31. 1. 2022

Weitere Informationen unter:
www.hef-rof.de/stellenausschreibungen
E-Mail: personal@hef-rof.de
Telefon 06621/ 87-1107



STELLENANGEBOTE



Kreisaltenpflege
Hersfeld-Rotenburg GmbH



Wir sind ...

... seit über 55 Jahren der etablierte Anbieter für
Seniorenpflege in der Langzeit- und Kurzzeitpflege sowie den
Mobilen Mittagstisch in der Marktgemeinde Niederaula.

Wir vergeben ...

... perspektivisch Stellen in
den Bereichen
Pflege und Betreuung sowie
Hauswirtschaft!

Werden Sie Teil
unseres Teams!

Wir bieten ...

... einen attraktiven und zukunftssicheren Arbeitsplatz
... eine transparente und offene Kommunikationskultur
... eine umfassende Einarbeitung
... eine leistungsgerechte Vergütung des öffentlichen Dienstes
... eine betriebliche Altersversorgung u.v.m.

Die Stellenausschreibung finden Sie auf unserer Internetseite
www.kreisaltenpflege.de

Ihre Ansprechpartnerin:
Frau Franka Meinecke
Tel.: 0 66 25 / 109 - 0

Kreisaltenheim Niederaula
Berliner Straße 5
36272 Niederaula

info@kreisaltenpflege-niederaula.de



Wir suchen ab sofort oder später:

Fahrer Klasse B - bis 3,5 t

– für nationalen Linienverkehr – Nachtschicht – auf Teilzeit-Basis – 35-40 Std./Woche
– ab Standort Bad Hersfeld – Voraussetzung Führerschein Klasse B
sowie gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

Bewerbungen bevorzugt per Mail
Kontakt: Dirk Steinbrecher, Tel.: 06621/95905-16
E-Mail: dirk.steinbrecher@dm-logistik-services.de, Mobil: 0151/11328184
DM Services GmbH & Co. KG, Europaallee 2, 36251 Bad Hersfeld

Wir suchen ab sofort in Rotenburg eine
Reinigungskraft (m/w/d)
auf Minijob-Basis

Ihre Aufgaben:

- Treppenhausreinigung

Unser Angebot:

- Arbeitszeit flexibel
- unbefristetes Arbeitsverhältnis
- sorgfältige Einarbeitung

Immobilien Service Deutschland
Weserstraße 33 · 36043 Fulda
Tel.: 0661-380083-0
fulda@isd-service.de
www.isd-service.de



Anzeigen in
Ihrer Tageszeitung
sind eine
wirkungsvolle
Werbemöglichkeit.

Reinigungskräfte (m/w/d)
auf Minijob-Basis schnellst-
möglich in Bad Hersfeld gesucht!

Arbeitszeiten: Mo. - Fr. 8.00 - 9.15 Uhr
14-tägig; Sa. 8.00 - 10.30 Uhr
So. 10.00 - 12.30 Uhr

Telefonische Bewerbung unter:
FDM Facility Dienstleistungsmanagement GmbH
Tel.: 06406-775 85 80

**VERKAUFEN, KAUFEN,
CHATTEN, TAUSCHEN**

OHNE GEBÜHREN

**KLEINANZEIGEN-
APP GRATIS
DOWNLOADEN**

JETZT BEI
Google play
Laden im
App Store

**Alzheimer
Reisen**

KLEINBUSFAHRER (W/M/D)
TEILZEIT IN FESTEINSTELLUNG UND
MINIJOB BASIS

Das erwarten wir von Ihnen

- Führerschein Klasse B und Personenbeförderungsschein
(Unterstützung bei Erwerb Personenbeförderungsschein
möglich)

Das bieten wir Ihnen

- Eine interessante Aufgabe in einem innovativen
Familienunternehmen
- Arbeitszeit: Minijob (auf 450-Euro-Basis)
- Festeinstellung/Teilzeit (60-80 Stunden)

Haben wir Ihr Interesse geweckt,
freuen wir uns über eine Kontaktaufnahme per
E-Mail info@alzheimer-reisen.de oder
Telefon 06623 912755.

Wir suchen ab sofort in Hünfeld eine
Reinigungskraft (m/w/d)
auf Minijob-Basis

Ihre Aufgaben:

- Unterhaltsreinigung
- ab 20.00 Uhr

Unser Angebot:

- unbefristetes Arbeitsverhältnis
- sorgfältige Einarbeitung

Immobilien Service Deutschland
Weserstraße 33 · 36043 Fulda
Tel.: 0661-380083-0
fulda@isd-service.de
www.isd-service.de



**ERLEBEN SIE DAS
ABENTEUER PATENSCHAFT**

Schützen Sie bedrohte Arten
wie Luchse, Tiger oder Orang-Utans
und ihre Lebensräume. Die Natur
braucht Freunde – werden Sie Pate!

Kostenlose Informationen:
WWF Deutschland, Tel.: 030.311 777-702
oder im Internet: wwf.de/paten

Verkauf

Waschmaschine, Herd, 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

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

Ankauf

**Ihr Entrümpelr in Bad Hersfeld
SEIT ÜBER 15 JAHREN**
Ankauf von Militaria 1. und 2. Weltkrieg
MANFRED FRANZ
Tel. 0 66 21 / 1 35 32
oder 01 71 / 5 42 65 82

Tiermarkt

BELOHNUNG
Unser 8 Monate alter
Familienkater Loki
Weiß-bräunlich-merlierte Flecken an den
Hinterpfoten, kleiner
Fleck an der Nase,
größere Ohren, kein
Freigänger.
Bitte suchen Sie Ihre Keller-
räumlichkeiten ab. **SORGA**
Tel. 06621/400348 oder Tel. 0176/70361697

Immobilienverkauf

Immobilienmakler gibt es viele -
entscheiden Sie sich für den Richtigen!
KLAUS SCHMIDT-IMMOBILIEN
Tel.: 06625-5764
www.klaus-schmidt-immobilien.de

**immo-gut-
verkaufen.de**

Immobilienankauf

Feld und Wald, auch verpachtet,
zu gutem Preis, zu kaufen oder zu
pachten gesucht. Telefon 05654-6126
oder 01520-6542490
E-Mail: claus.ellenberger@gmx.de

Mietgesuche

Dentallabor sucht...
für eine Zahntechnikermeisterin
in Führungsposition eine
4 - 5 Zimmerwohnung
ca. 100 - 120 m² oder ein
kleines Häuschen
mit Garten oder Terrasse
zum nächstmöglichen Termin.
Gerne auch in einem Ortsteil.
Es dürfen auch Immobilien
in der Größenordnung
angeboten werden.
Tel. 0151 / 11 77 39 22

Sicherungsposten (w/m)
Bediener Warnsysteme (w/m)
Sicherungsaufsicht (w/m)
Bahnerder (w/m)

Bruno, 36

aufspringer

„...genieße die Verantwortung in vollen Zügen.“

bewirb dich auch!

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

BDL BAHN
DIENSTLEISTUNGEN
LUUDLPH

www.bist-du-bereit.com

Kundendienst

Hausgeräte Kundendienst
ELEKTRO-GREGOR
Im Gewerbegebiet 3
36284 Friedewald
Telefon: 06674-535

Bekanntschafen

Susanne, 60 J., schlank, aber etwas
mehr Oberweite, ganz natürlich, bin
eher ruhig u. nicht aufdringlich, liebe
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

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

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

Er, 55 1,78m, groß, sportlich, sucht lie-
bevolle Partnerin für Neuanfang. Chif-
fre 591265 a

Vermietung

**Zentrumsnahe Wohnung
in Bad Hersfeld zu vermieten**

3ZKB, 100 m², inkl. Einbauküche + Balkon + Gartennutzung
Mietpreis VB, **Bedingung:** Mitbeteiligung/Pflegeunterstüt-
zung einer Person im Haus. Chiffre 591193 z

Seniorenwohnung im Kurpark 2 Zi.
(Wohnküche u. Schlafzimmer), gr. Bad
mit Badewanne, Dusche und Wasch-
maschinen/Trocknerplatz, 61 m², Bal-
kon zur Sonnenseite, neue EBK mit Ge-
schirrspüler, alle Fenster mit el. Rollos,
Paterre, Keller, Parkplatz auf Wunsch,
Erstbezug, 590 € KM + 200 € NK. **Helle**
2 Zimmer, Kü., Bad, Keller, in der In-
nenstadt (gegenüber Hotel zum Stern),
67 m², Bad mit Badewanne, Waschma-
schinen/Trocknerplatz, EBK, 590 € KM
+ 200 € NK, beide Wohnung werden
mit einer sep. Gastherme beheizt, Sie
rechnen direkt mit den Stadtwerken
Bad Hersfeld ab. Tel. 06621/70245
oder. 0171/2709447

Bebra, Kleiststr.: ruhige Lage, 1. OG,
87,26 m², 3 Zimmer, Küche, Bad und
Balkon, KM 698.- € + NK + Kaut. ☎
0170-7369302

Bebra, Kleiststr.: ruhige Lage, DG,
64,83 m², 3 Zimmer, neue Einbaukü-
che, Abstellraum, Bad, KM 551.- € + NK
+ Kaut. ☎ 0170-7369302

4 ZKB, Friedewald, Balkon, Abstellr.,
WK, Garage, Stellpl., frei, KM 599.- € +
NK + KT. ☎ 01522-2684495

ROF, 3-Zi.-Whg. mit Balkon, 88 m²,
480€ + NK + Garage 45€, zu vermieten.
☎ 0160 7917449

Kontakte

Blonde LOLA
1. Mal Cornberg! XXL Natur-OW,
0157-78602455 • ladies.de *

1. Mal in CORNBERG! XXL Natur-OW
BLONDE LOLA
0157-78602455 • www.ladies.de

Nackte Rentnerin (68j.)
01522-136 08 78

Sexy Hausfrau (32j.) 01525-720 64 42

Mit **2€** im Monat helfen:

01 80/2 22 22 10
(0,06 €/Anruf)

two
for one world

www.2-Euro-helfen.de

MISEREOR
DAS HILFSWERK

Wann sollte man zum Arzt?

Das Kind schnarcht mit Atemaussetzern

Häufiges Schnarchen mit Atemaussetzern kann bei Kindern das Risiko von Bluthochdruck erhöhen. Ärzte können allerdings einschränken, wann Eltern sich ernsthaft Sorgen machen müssen – und wann nicht.

Manche Kinder schnarchen ganz schön laut. Kommt das nur gelegentlich vor, ist das unbedenklich und gar nicht selten: Rund ein Viertel der

Kinder ist laut dem Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) betroffen. Schnarchen Mädchen und Jungen jedoch an drei oder mehr Nächten in der Woche und kommen weitere Auffälligkeiten hinzu, sollten Eltern das ärztlich abklären lassen.

Denn das häufige Schnarchen sowie Atemaussetzer im Schlaf können das Risiko für Bluthochdruck erhöhen, bei Kindern wie bei Erwachsenen. Laut dem BVKJ legen Studien außerdem nahe, dass

die Stimmung, das Immunsystem, der Stoffwechsel und das Herz-Kreislaufsystem durch die Schlafprobleme negativ beeinflusst werden können.

Besonders anfällig für das Schnarchen seien Kinder mit allergischem Schnupfen, einer Atemwegserkrankung, einem verringerten Muskeltonus, vergrößerten Mandeln und/oder Polypen, mit starkem Übergewicht, einer Mund-Kiefer-Gaumen-Spalte und Trisomie 21.

Auch Schadstoffe und Ziga-

rettenrauch begünstigten die Aussetzer und das Schnarchen, sagt Hermann Josef Kahl, Kinder- und Jugendarzt und BVKJ-Experte.

Schlafapnoe – das sind die nächtlichen kurzen Aussetzer der Atmung – komme vor allem in der Altersgruppe von zwei bis acht Jahren vor, da in diesem Zeitraum die Gaumen- und Rachenmandeln stark wachsen, erläutern die Experten. Ursache für die Atemaussetzer kann Übergewicht sein, meist sind es vergrößerte Mandeln und Polypen.

Dass eine Schlafapnoe vorhanden sein kann, zeigen körperliche Anzeichen: Neben dem Schnarchen in drei oder mehr Nächten in der Woche sind Atembeschwerden während des Schlafes, das Schlafen mit überdehntem Nacken, Mundatmung, Kopfschmerzen beim Erwachen und Schläfrigkeit tagsüber damit verbunden, so Hermann Josef Kahl. Eltern sollten mit ihrem Kind zum Arzt gehen, wenn sie bemerken, dass ihr Kind häufig schnarcht und tagsüber sehr müde ist und/oder auch wenn es Verhaltens- oder Schulprobleme hat.

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.

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:

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

Feste Trinkrituale: Beschäftigte können sich vornehmen, nach einem beendeten Meeting, bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz oder nach der Erledigung einer Aufgabe mindestens ein halbes Glas Wasser zu trinken. Zu Mahlzeiten empfiehlt sich jeweils ein ganzes Glas.

Digitale Helfer: Apps wie Trink-Wecker und -Tracker erinnern rechtzeitig an den Griff zur Wasserflasche oder zum Glas, noch bevor der



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

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.

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. tmn



Viele Kinder schnarchen nachts. Kommt das häufig vor, sollte sich ein Kinderarzt oder eine Kinderärztin dies näher ansehen. FOTO: ANDREA WARNECKE/DPA-TMN

Jung und gesund essen?

Was hinter dem Diättrend Sirtfood steckt

Es drängen immer mehr Bücher auf den Markt, die sich mit der Sirtfood-Ernährung beschäftigen. Und auch im Netz scheint ein Hype dazu ausgebrochen zu sein, von dem sich Abnehmwillige einen dauerhaften Erfolg versprechen.

Diese Ernährungsform wird auch Sirtuin-Diät ge-

nannt. Dabei isst man laut Verbraucherzentrale Bayern bevorzugt Lebensmittel, die reich an Stoffen sind, die Sirtuine im Körper aktivieren. Das sind Enzyme, die den Stoffwechsel positiv beeinflussen und den Alterungsprozess steuern. „Dazu zählen beispielsweise Zitrusfrüchte, grünes Gemüse,

Kohl und Sojaprodukte, aber auch Gewürze wie Kurkuma, Chili und Knoblauch“, so Andrea Danitschek, Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale.

Insgesamt ist die Sirtfood-Diät eine pflanzenbetonte Kost mit hochwertigen Fetten wie Olivenöl, Weißmehl und Zucker sollten möglichst

vermieden werden. Ob oder wie weit Sirtuine tatsächlich einen Gewichtsverlust begünstigen, ist für die Verbraucherschützer bislang nicht ausreichend wissenschaftlich belegt. Sichtbare Erfolge seien vor allem auf die Kalorienreduzierung zurückzuführen, die die Sirtfood-Diät ebenfalls verlangt. tmn

Familienanzeigen

Lieber Opa Mirtscha (Alex), lieber Papa

3x täglich sollst du lachen, Dinge tun, die Freude machen, genieß das Leben hier auf Erden mit Schwung, dann wirst du werden 100 Jahre jung. Zu deinem 85. Wiegenfeste wünschen wir dir nur das BESTE.

85

Deine Kinder und Enkelkinder

Wippershain, im Januar 2022

Herzlichen DANK

für die vielen Aufmerksamkeiten, Glückwünsche und Geschenke anlässlich unserer **Eisernen Hochzeit.**

Wir werden diesen Tag in dankbarer Erinnerung behalten.

65

Emmi & Fritz Löffler

Friedewald, im Januar 2022

Herzlichen Dank

allen Gratulanten, die uns zu unserer Diamanten Hochzeit gratuliert haben. Wir wünschen allen ein frohes, neues Jahr!

Angela und Horst Braunert

Wildeck-Bosserode, im Januar 2022

Eine Familien-Anzeige in unserer Zeitung erreicht alle Freunde und Bekannten.

EICHLER'S HOF LADEN

Metzgerei | Partyservice | Eigene Schlachtung

Unsere Angebote vom 18. 1. bis 22. 1. 2021

Aufschnitt verschiedene Sorten außer Schinkenwurst	100 g 1,09 €
Kochschinken natur oder geräuchert	100 g 1,59 €
Fleischkäse am Stück oder als Aufschnitt	100 g 0,99 €
Schweinefilet auch gefüllt	100 g 1,39 €
Weckwerke	100 g 0,69 €

Freitag, den 21. 1. 2022 ab 11 Uhr:
EICHLER'S GRILLHAXE mit Kraut und Brot. Bitte vorbestellen! **6,00 €**

EICHLER'S HOF LADEN Hauptstraße 2 36282 Hauneck-Unterhaun
Telefon 066 21 - 6 66 64 eichlers.hofladen@web.de www.eichlers-hofladen.de

Zeitung lesen – und mitreden können!



Eins, zwei, drei. Dabei!

Bitte unterstützen Sie unsere Hilfen für kranke, behinderte und vernachlässigte Kinder.

Online spenden unter www.spenden-bethel.de

Bethel

FASZINATION MODELLBAU

• Modellbahnen und Modellautos führender Hersteller
• Umfangreiches Angebot an Zubehör-Artikeln
• Reparatur- und Umbauservice für Modellbahnen
• Anlagenplanung und Anlagenbau
• Bewertung/Ankauf von Modellbahn-Sammlungen
• RC Modelle – Autos, LKW, Flieger und Schiffe

Modellbauland Fulda
36037 Fulda, Kanalstraße 23
Tel. 066 1/21730, modellbahnbohn@t-online.de
www.mobabohn.de

ES BAU

Wir stehen zu Rat und Tat

- Fußböden aller Art
- Türen einbauen
- Trockenbau
- Anstrich- u. Tapezierarbeiten
- Verputzen, Spachteln
- komplette Raumgestaltung

Verkauf und kostenfreie Beratung vor Ort!

Egerländer Straße 2
36093 Künzell
Telefon 0151/19131096
e-sbau@web.de

Jede Minute zählt!

Bei Verdacht auf Herzinfarkt sofort den Rettungsdienst rufen:

112

oder örtliche Notrufnummer

Herzinfarkt

Deutsche Herzstiftung
Vogtstr. 50
60322 Frankfurt
www.herzstiftung.de