

Wir kaufen Schrott und NE-Buntmetalle:
Kupfer (Kabel, Draht, Millberry), Aluminium, Zink, Messing, Blei, Bleibatterien usw.

HUGO SCHROTT METALL

Inhaber: Heinrich Hugo e. K.
Industriegebiet Nord ■ Justus-Liebig-Straße 3 ■ 36179 Bebra
☎ 06622 5587 Mo. – Fr. von 8:00 – 16:00 Uhr
www.hugo-schrott-metall.de

MARKT SPIEGEL
REGION ESCHWEGE

Tag & Nacht erreichbar
05651 12999

Wir geben Ihrer Trauer Raum und Zeit...

BARTELS
Bestattungsinstitut

Eschwege Moritz-Werner-Str. 16

Leerlauf in Impfstellen
Zustrom lässt deutlich nach.

SONTRAER STADTKURIER

Traures Medikament
Vierbacherin setzt sich für todkranke Kinder ein.

42. Jhg. ■ Nr. 7

12. Februar 2022

Mit viel Herz für kranke Kinder

Eschwegerin Silvia Becker häkelt 400 Teddybären – Spende an Krebsstationen

Eschwege – Teddybären sind Seelenröster. Sie simulieren Grundbedürfnisse wie Nähe, Wärme und Geborgenheit; sind seit jeher vielen Kindern bester Freund und Schmuseobjekt zugleich. Und wer erinnert sich nicht daran, wie sehr es in der Kindheit half, in problematischen Situationen in sein Stofftier zu weinen, wie das Kuschneln Ängste plötzlich erträglicher machte – und besser einschlafen konnte man mit dem treuen Plüschhelden im Arm sowie so.

Silvia Becker ist ein Herzensmensch durch und durch. Die Eschwegerin ist jemand, dem Geben mehr Freude bereitet als Nehmen; jemand, der Leid nur schwer ertragen kann. „Im Innersten angerührt“ hat sie so im vergangenen Jahr ein Fernsehbericht über die Kinderkrebstation der Charité-Universitätsmedizin Berlin.

„Da wollte und konnte ich einfach nicht mehr wegsehen“, sagt die 58-jährige – und legt los.

Selbstgemachte Seelenröster

Im Handumdrehen hat sie ihren ersten Teddy gehäkelt. Insgesamt 400 der selbst gemachten Seelenröster möchte sie in diesem Jahr fertigen; gespendet werden dann je 100 an Kinderkrebstationen und -hospize in Kassel, Göttingen, in ihrer Heimatstadt Braunschweig und in Berlin. „35 Teddybären habe ich im Januar schon geschafft“, sagt Silvia Becker glücklich.

Fröhlich-bunt sollen sie sein, kuschelig weich und klein, sodass sie gut in Kin-



Umgeben von Teddys: Silvia Becker häkelt die Plüschfreunde für kranke Kinder. 400 sollen es werden. Mit einer Maskenaktion sammelt sie zusätzlich Geld für die Anschaffung von Spielzeug.

FOTO: DIETMAR BECKER/INH

derhände passen. „Ich möchte den Kindern, die schon so viel ertragen müssen, ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Das wäre mir die größte Freude“, sagt die 58-jährige. In jeder freien Minute widmet sich Silvia Becker nun der guten Sache – neben dem Führen des familieneigenen Ge-

schäfts, den tagtäglichen Aufgaben, Familie und Freunden. „Ich mache das von Herzen gern“, sagt die Eschwegerin mit einem Lächeln. „Denn wenn ich anderen helfen kann, bin auch ich glücklich.“

Die Wolle, das Füllmaterial für die Körper und die Knöpfe

für die Augen der Teddys finanziert Silvia Becker in Eigenleistung. „Kein Problem“, sagt sie – wer aber Wolle oder Wollreste übrig hat und/oder diese für das Teddyprojekt der Eschwegerin spenden möchte, könne das gern tun, sagt sie. Die einzige Bedingung: Die Wolle sollte die Hä-

kelnadelstärke 3 haben, damit die gleichbleibende Größe der Teddybären gewährleistet ist.

Abgegeben werden können Wollspenden zu den regulären Öffnungszeiten des Staubsaugerservice Dietmar Becker, Brühl 17 in Eschwege.

esp

Bauarbeiten an Leuchtbergbrücke verzögern sich

Eschwege – Die Fertigstellung der Bauarbeiten an der Leuchtbergbrücke konnte nicht wie geplant bis Ende Dezember 2021 erfolgen. Zum aktuellen Stand werden die Bauarbeiten voraussichtlich bis Ende März 2022 andauern. Das berichtet die Stadt Eschwege.

Während der Sanierungsarbeiten seien neue, bisher unbekannte Schäden an dem Bauwerk aufgetreten, welche zu Verzögerungen des Bauablaufs geführt haben, berichtet Pressesprecherin Scarlett Grebestein. Aufgrund von Materialengpässen gibt es Lieferprobleme bei den GFK-Planken, heißt es außerdem von Seiten der Stadt Eschwege. „Des Weiteren muss das Fundament inklusive der Elastomerlager neu errichtet werden“, so Grebestein.

ts

MIETWAGEN WITZEL

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

SONTRA
05653 1640

Zulassung zu allen Krankenkassen

Augenoptik Heitzenröder

Ihr Augenoptik-Fachgeschäft in SOODEN



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Auf dem Herrengraben 3 (Nähe Kurpark)
37242 Bad Sooden-Allendorf
Telefon 05652 918555

Einzigartige Einrichtungstrends für Ihr Zuhause



MÖBELKREIS
Eschwege · www.moebelkreis.de

Juwelier Trauring Wochen bis Mitte März



Sontra
Herrenstr. 22. Tel. 05653 643

ECKSTEIN
einfach besser

NUR FÜR KURZE ZEIT

THORPLATTE
MIT BEILAGEN UND SAUCEN

AB **48,00 €**
FÜR 2 / 4 / 6 PERSONEN

BESTELLEN →

ECKSTEIN-LIEFERT.DE ☎ 0561 71 33 00

Geschäftsaufgabe

30% bis 50%

Trends mehr
Inn. Doris Urhahn
Stad 47 · Eschwege
Tel. 0 56 51 / 5 06 68

STADTHALLE ESCHWEGE

Wir kochen für Sie am Valentinstag mit viel Liebe, ein leckeres Menü.

Und Sie nehmen sich Zeit für Zweisamkeit.

Wir freuen uns auf Ihre Tischreservierung.

Mo. Ruhetag, Di. – Sa. 17.00 – 22.00 Uhr, So. 11.30 – 14.30 Uhr und 17.00 – 21.00 Uhr

Wiesenstr. 9, Tel. 05651 95121-0
hotel@stadthalle-esw.de

Anlagenbediener (m/w/d) für Eloxalwerk gesucht



AnodiTec Sontra ist ein mittelständisches Unternehmen, das sich auf die Aluminiumveredelung von Sonderbauteilen spezialisiert hat. Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir engagierte Mitarbeiter mit sehr guten handwerklichen Fähigkeiten, Flexibilität, schneller Auffassungsgabe, hoher Lernbereitschaft und Schichtbereitschaft. Eine Ausbildung/Vorbildung als Oberflächenbeschichter oder Galvaniseur ist wünschenswert aber nicht zwingend notwendig.

Ihre Aufgaben sind das Bestücken von Warenträgern, Anlagenbedienung, Pflegen von Prozessbädern, Aufbereiten von Abwasser und vieles mehr. Wir bieten Ihnen einen unbefristeten Arbeitsvertrag, 30 Tage Urlaub und spannende, wechselnde Aufgaben.

Bitte richten Sie Ihre Bewerbung, vorzugsweise per E-Mail, an Herrn Rost: bewerbung@anoditec.de

AnodiTec Sontra GmbH & Co. KG, Am Brodberg 2, 36205 Sontra, Tel. 0 56 53 / 917 73 68

Offener Bewerbertag Mittwoch 16. Februar



Guter Gerlach sucht Mitarbeitende (m/w/d) für Filialen in **Eschwege**, **Reichensachsen** und **Hessisch Lichtenau**. Wir laden Sie auf einen guten Kaffee und ein gutes Gespräch ein, natürlich unter Einhaltung der aktuellen Corona-Regeln. **Spontan, ohne Termin.**

**10:00
12:00
Eschwege
Niederhoner
Str. 4**

Schauen Sie
auf einen
gratis Kaffee
vorbei.

**15:00
17:00
Reichensachsen
Landstraße
40-42**

LOKALES

Leerlauf in den Impfstellen

Die vier Impfstellen des Kreises sind derzeit nicht ausgelastet

Eschwege – Seit Anfang Dezember vorigen Jahres die vier Impfstellen im Kreis ihre Arbeit aufgenommen haben, wurden 19 000 Impfungen verabreicht, davon 80 Prozent Auffrischungs- und Boosterimpfungen, bei etwa acht Prozent handelte es sich laut der Kreisverwaltung um Erstimpfungen. Während sich die Impfwilligen vor allem zu Beginn in den Impfstellen die Klinke in die Hand geben haben, lässt der Zustrom deutlich nach. „Der Bedarf ist im Moment offenbar gedeckt“, so der Gesundheitsdezernent des Kreises, Dr. Rainer Wallmann.

Wallmann appellierte erneut, ausdrücklich auch im Namen der Landrätin Nicole Rathgeber noch mal an die Bevölkerung, sich impfen zu lassen, „weil Impfen schützt und vor schweren Krankheitsverläufen bewahrt“, sagte Wallmann.

Wie hoch die Impfquote im Kreis ist, konnte er nicht sagen, da diese Daten nicht gesondert erhoben werden. Hessenweit liegt sie bei zirka 75 Prozent.

In den vier Impfzentren, die das Deutsche Rote Kreuz



Genug Impfstoff ist vorhanden, doch der Bedarf scheint gedeckt zu sein: Alle Impfstellen im Kreis vermelden rückgängige Auslastung.

FOTO: JUDITH WEDDERVILLE/ KREIS SOEST

im Auftrag des Landkreises in Eschwege, Sontra, Witzenhäusen und Hessisch Lichtenau betreibt, steht aktuell jeweils ein Impfteam bereit. Das besteht, so DRK-Kreisgeschäftsführer Thomas Wuth, aus einem Arzt, medizinischem Fachpersonal und Menschen, die die Daten erfassen.

Verimpft werden für alle Personen unter 30 der Impfstoff von Biontech/Pfizer, alle über 30 Jahre erhalten Moderna. Auch Kinder zwischen fünf und elf Jahren können mit Biontech geimpft werden, allerdings nur montags

und freitags. Wegen der derzeit nachlassenden Nachfrage wird das DRK die Öffnungszeiten der Impfstellen voraussichtlich verkürzen. Auf die Empfehlung der Ständigen Impfkommission (Stiko) zu einer vierten Boosterimpfung könne man jederzeit flexibel reagieren.

„Wir haben mit dem DRK flexible Vertragsvereinbarungen und können alle Impfangebote schnell hochfahren“, sagte Wallmann.

Dazu gehören auch die mobilen Impfteams, die so Wuth, derzeit nur punktuell aktiv werden.

salz

Aktiv-Freizeit für Jugendliche

CVJM Eschwege und Kirchenkreis bieten Urlaub in Skandinavien

Eschwege – Der CVJM Eschwege bietet in Zusammenarbeit mit dem Evangelischen Kirchenkreis Werra Meißner in den Sommerferien 2022 wieder eine zweiwöchige Fahrt nach Norwegen an. Mit einem Hygienekonzept und einem geschulten Mitarbeiterteam möchten die Veranstalter nun die Vorfreude auf den Sommer schüren. „Wir sind zuversichtlich, dass wir in den Sommerferien 2022 nach Norwegen fahren können“, erklärt Jugendreferent Marc Dobat.

Wer derzeit mit Jugendlichen zu tun hat, bemerkt sicherlich ihre große Sehnsucht nach Action und Bewegung, aber auch nach Gemeinschaft und sozialen Kontakten untereinander. 2020 fiel die Fahrt aus, im vergangenen Jahr wurde erstmals seit vielen Jahren nicht Norwegen angesteuert. Kurzfristig ging es nach Schweden.

Desmal soll es auf jeden Fall Norwegen werden, sagt Dobat. „Bei allem sind wir zuversichtlich, dass wir den Jugendlichen eine sehr schöne Reise ermöglichen können und bieten die Fahrt jetzt an.“

Seit rund 20 Jahren fährt der CVJM mit Jugendlichen in den Sommerferien nach Skandinavien. Ein zehnköpfiges und er-



Norwegen mit seinen Klippen und Fjorden soll in diesem Jahr wieder Ziel der Sommerreise für Jugendliche des CVJM werden.

FOTO: CVJM

fahrenes Mitarbeiterteam begleitet die Fahrt und sorgt neben viel Spaß und Action für einen sicheren Rahmen und bietet ein abwechslungsreiches Programm, bei dem für alle was dabei ist und in dem auch die gute Gemeinschaft untereinander nicht zu kurz kommt.

Die Fahrt führt in den Süden Norwegens. Nicht zuletzt die Natur in Norwegen ist einzigartig schön und lädt zu vielen Aktivitäten wie Kanufahren, Trekking, Baden, Angeln und Sport ein. Deshalb lassen sich Jahr für Jahr rund 40 Jugendliche diese Gelegenheit nicht entgehen. Und es gibt noch freie Plätze.

Mitfahren können Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren.

Der Reisepreis liegt mit Vollpension bei 699 Euro. Sollte die Fahrt ausfallen, bekommen alle Teilnehmer den gezahlten Betrag zurückerstattet.

Wer Sozialleistungen bezieht, kann die Veranstalter direkt kontaktieren. Sie können durch Zuschüsse den Reisepreis in diesem Fall erheblich reduzieren.

red/ts

Weitere Informationen per Telefon unter 0 56 51/7 61 64 oder unter skandinavienfreizeit.de.



IMPRESSUM

Herausgeber: Wochenzeitungs-Verlag Eschwege GmbH
Herrengasse 1-5, 37269 Eschwege
Tel.: 05651/3359-55

Geschäftsführung: Markus Pfromm, Herrengasse 1-5
37269 Eschwege (zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen)

Anzeigenleitung: Martin Meister

Anzeigenverkauf: Tel.: 05651/3359-22
E-Mail: wochenzeitung@werra-rundschau.de

Redaktion: Markus Pfromm (V.i.S.d.P.)

Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1, 34123 Kassel

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Tel.: 0 5 61 / 920 940
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

www.rb-becker.de

becker

ab Mo, den 14.02.2022

Aussaaterte
zum Säen
Stecken
& Pikieren
20 Liter
Sack

Neu eingetroffen!
FRANKONIA
Qualitäts-Sämereien
viele versch.
Sorten

**Kamin-
ofen 9**
6 kW,
Raumheiz-
vermögen:
334 m²,
mit Holz-
fach,
schwarz

Aduro
1200 Watt,
18l Fassungs-
vermögen,
hitze-
beständiges
Aluminium-
Saugrohr

**Benzin-
Hochtaster HB30**
1,0kW/1,36PS
Gesamtlänge
ca. 2,70 Meter
Kettensägeaufsatz
90° schwenkbar,
Oregonkette-&Schwert

**SENIX Elektrischer
Teleskop-
Hochtaster
CSPE7.5-M-EU**
750W,
Schnittgeschwindig-
keit ca. 11m/sec.,
5600U/min.
Oregonkette-&Kette

Kopfkissen oder Steppbett
Natürlich gesunder Schlaf

**Aschesauger
GA18-1200.1**
1200 Watt,
18l Fassungs-
vermögen,
hitze-
beständiges
Aluminium-
Saugrohr

**Elektrische Kettensäge
CSE22-M1-EU**
Schwert: 400mm,
2000Watt

**Elektro-
Mess-
hacker
SDE25-M-EU**
2500W, 5300U/min,
Schnittdurchmesser:
max. 40mm,
inkl. Laubfang-
sock & Stopfer

**4 Takt Benzin
Heckenschere
HT4QL-M-EU**
650W, Schnittlänge:
480mm

**Gartentrolley
Easy Go**
hochwertiges
Polypropylen,
wetter- & UV-
beständig

**Der Große
Bauer**
versch. Sorten
250 g

**Castello
Cheddar**
in Scheiben
140g

**Milka
Kekse**
versch. Sorten
150-260g

Haribo
CandyMix oder
KinderMix
550g

Coke light
0,5 Liter
Glasflasche

**Strickstoff-
Kopfkissen**
40 x 80 cm

Kopfkissen
40 x 80 cm

Kopfkissen
80 x 80 cm

Steppbett
135 x 200 cm

**Schmutzfang-
matte Lupo**
40 x 60 cm, rutsch-
fest, versch. Farben

**Bequemer
gepolsterter Stuhl**
gelb, hellgrau
und anthrazit,
Sitzhöhe
ca. 49 cm,
Breite
ca. 65 cm

Tolle Möbelserie von Home Affaire
Massivholz, hellbraun
Regal, 100x40x120 cm

Wand- & Deckenfarbe
gut deckend,
weiß, atmungsaktiv

Wilkens Tiefengrund
5 Liter

**Ulith Sanitär-
silikon**
versch. Farben
300 ml

**Ulith Acryl-
Dichtstoff**
versch. Farben
300 ml

Wilkens Polarweiß
extreme Deck-
kraft, hoher
Weißgrad

WIZ/Kleinalmerode
Industriest. 1
05542 / 93 39 60

Kassel
Hegelbergstr. 21
0561 / 49 172 351

Gudensberg
Kasseler Str. 78
05603 / 91 86 54

siebentage

ESSEN für eine woche

Single-Menü 60 € Paar-Menü 100 €
zzgl. je 10 Euro Liefergebühr

Ab Montag, 21. Februar

1. Kreolische Hähnchenpfanne
2. Spaghetti a la Carbonara
3. Pichelsteiner Gemüseintopf
4. Kalbsfräse mit Champignons
5. Gnocchi-Gemüse-Pfanne
6. Seelachsfilet in Schalotten-Senf
7. Schweinebraten & Backpflaumen

**bestellbar unter
grischaefer.de**

DER GRISCHÄFER

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

Das teuerste Medikament der Welt

Spinale Muskelatrophie: Zeynep Akin setzt sich für todkranke Kinder ein

Die Spritze, die den Gendefekt SMA reparieren soll, ist das teuerste Medikament der Welt.

Vierbach – Sie müssen beim Atmen husten. Selbständig sitzen gelingt kaum. Ob sie jemals laufen können, ist ungewiss. Wer kleine Kinder mit spinaler Muskelatrophie (kurz: SMA) sieht, möchte sofort helfen. Von der seltenen Erbkrankheit sind allein in Deutschland jedes Jahr etwa 80 Kinder betroffen. Ohne Therapie sterben die meisten im Alter von zwei, höchstens drei Jahren, manche früher. Ihre Muskeln werden schwächer. Da auch zum Atmen ein komplexes Zusammenspiel der Muskulatur notwendig ist, ersticken sie.

Zeynep Akin aus dem Wehretaler Ortsteil Vierbach möchte diesen „stillen Babys“, die sich mit fortschreitender Krankheit nur noch mit Blicken verständigen können, eine Stimme geben. Sie ist eine von rund 100 Ehrenamtlichen in Deutschland und der Schweiz, die sich der Rettung der an spinaler Muskelatrophie erkrankten Kinder verschrieben haben – und die einzige im gesamten Werra-Meißner-Kreis.

Mit Herz und Seele kämpft die zweifache Mutter jeden Tag aufs Neue, oft bis in die Nacht hinein, manchmal bis hin zur Selbstaufgabe. Denn sie weiß: Eine Heilung dieser Kinder ist möglich, scheint aber auf den ersten Blick unerreichbar.

Seit dem Jahr 2019 kann manchen der Kinder eine einmalige Spritze gegeben werden. Sie kostet 2,3 Millionen Dollar (umgerechnet rund 1,8 Millionen Euro) und ist bekannt als das teuerste Medikament der Welt. Zolgensma heißt die Arznei des Schweizer Pharmakonzerns



Unser Archivbild zeigt den einjährigen Michael aus Baden-Württemberg. Er schläft, während er eine Injektion mit dem Genpräparat Zolgensma gegen spinale Muskelatrophie bekommt.

FOTO: MARINA MANTEL/DPA

Novartis. Für die Eltern kranker Kinder ist das Mittel, bei dem ein defektes Gen gegen ein funktionierendes ausgetauscht wird, wahlweise Wundermittel oder letzte Hoffnung. Krankenkassen übernehmen die Kosten für das Medikament lediglich in Einzelfällen.

„Wichtig ist es, über die Krankheit aufzuklären“, sagt Zeynep Akin. SMA sei eine relativ häufige „seltene Erkrankung“: Ungefähr eines von 10 000 Neugeborenen sei betroffen und etwa eine von 45 Personen könne Überträger der Erkrankung sein.

Eine fundierte, transparente Aufklärung schaffe Verständnis und nicht zuletzt auch Reichweite, sagt die gebürtige Witzenhäuserin. „Und das ist es, was wir brauchen: Wenn wir viele Menschen erreichen und auch viele bereit sind, nur einen Euro zu geben, dann können wir Leben retten.“

Das Engagement der Ehrenamtlichen ist eingebettet in die „Tuisa hilft“-Stiftung. Für jede eingehende Spende

wird eine Spendenquittung ausgestellt. Um weiterhin absolute Transparenz zu schaffen, senden Zeynep Akin und das Team aus Ehrenamtlichen täglich live auf ihren Kanälen in den Sozialen Medien.

„Jedes Baby, jeder Mensch ist es wert, ihm diese Art von unwürdigem Leid, welches

die Krankheit mit sich bringt, zu ersparen“, sagt Zeynep Akin. Immer wieder kämpft sie mit den Tränen.

Auch wenn der Kampf „Geld gegen Lebensrettung“ ein mühsamer ist, ihr immer wieder Steine in den Weg gelegt werden – Zeynep Akin wird ihn weiterführen. Mit ganzer Kraft.

Ab März: Neue Schilder für Mofas und E-Scooter

Blaue Kennzeichen haben ausgedient

Werra-Meißner – Spätestens ab dem 1. März brauchen Mofas und E-Scooter neue Kennzeichen. Ansonsten sind die Fahrzeuge nicht mehr versichert und macht sich strafbar.

Darauf macht Ulrich Zander aus Eschwege aufmerksam, Vizepräsident im Bundesverband Deutscher Versicherungskaufleute (BVK).

Die alten Nummernschilder, deren Schrift noch blau war, haben ausgedient. Grün ist nun die Farbe, an der sich die Fahrer aller motorisierten Zwei- und Vierräder bis zu 50 Kubikzentimeter Hubraum orientieren müssen. Das betrifft zum Beispiel Mofas und Leichtmofas, Mopeds, Kleinkrafträder und sogar Krankenrollstühle, wenn diese schneller sind als sechs Kilometer pro Stunde fahren. Ein neues Schild beziehungsweise eine neue Haftpflichtversicherung ist ein Jahr gültig und für etwa 50 bis 130 Euro bei den Versicherungskaufleuten zu haben.

Für die sogenannten S-Pedelecs (nicht zu verwechseln mit E-Bikes), die rein elektrisch ohne Muskelkraft mit Tretunterstützung bis zu 45

km/h pro Stunde schnell sein können, ist ebenfalls eine Haftpflichtversicherung und ein neues Kennzeichen nötig. Wird ein dreirädriges Kleinkraftrad oder vierrädriges Leicht-Kfz mit Mofa-Kennzeichen gefahren, kostet die Versicherung 20 bis 30 Euro pro Jahr, so Ulrich Zander.

Auch E-Scooter benötigen einen Versicherungsnachweis.

Aber anders als bei Mofas wird kein Blechschild am Heck des E-Scooters angeschraubt, sondern der Versicherungsnachweis in Form eines Stickers gut sichtbar hinten aufgeklebt. Eine weitere Besonderheit von E-Scootern ist, dass sie bereits ab dem 14. Lebensjahr von Jugendlichen ohne Führerschein und Helm gefahren werden dürfen.

Frisierte und getunte Fahrzeuge bleiben illegal, betont Zander. „Daher zahlt die Haftpflichtversicherung nach einem Unfall zwar den Schaden des Unfallopfers, holt sich aber später das Geld vom Schädiger zurück. Daher lohnt sich Frisieren nicht.“

jes



Impfen hilft.

Auch allen, die du liebst.

Wir helfen bei Fragen:
116 117
corona-schutzimpfung.de

Die Bundesregierung

H. LEITER Leergut
Flaschen und Kästen für die Getränkeindustrie
...der Umwelt zuliebe

Zur Realisierung unserer hohen Unternehmensziele suchen wir für unser Logistikzentrum in **99837 Berka/Werra** einen

Personalsachbearbeiter (w/m/d)

Interessiert?
Infos unter
www.leergutleiter.com

AUFGEPASST !!!

Werbewochen bei Firma Stieb - Kassel
Dach- und Fassadensanierung, auch Dachreparaturen,
Dachbeschichtung, Flachdachsanieierung, Innenausbau,
Fachwerkrenovierung und Reinigung von Photovoltaikanlagen.
Wir sind hessenweit für Sie unterwegs.
Gerne erstellen wir Ihnen ein kostenloses,
unverbindliches Angebot vor Ort.

Mobil 0172 - 5625766 oder Büro 0561 - 51058961
Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Firma Stieb

Wir suchen
eine flexible, freundliche und zuverlässige

Haushälterin m/w/d
für 12 - 15 Stunden pro Woche in Wehretal.

Bei Interesse:
Telefon 0170 30 600 64
(Mo.-Fr. von 9.00 - 17.00 Uhr)

TEAM 4

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

H. LEITER Leergut
Flaschen und Kästen für die Getränkeindustrie
...der Umwelt zuliebe

Zur Realisierung unserer hohen Unternehmensziele suchen wir für unsere Logistikzentren in **99837 Berka/Werra und Herda**

Maschinen-/Anlagenführer (w/m/d)

Interessiert?
Infos unter
www.leergutleiter.com

Urkunden via Klick bestellen

Eschweger Online-Rathaus: Anliegen von zu Hause aus erledigen

Eschwege – Für viele Angelegenheiten, für die ein Weg ins Eschweger Rathaus früher unumgänglich war, ist ein Termin vor Ort nicht mehr nötig. Das Online-Rathaus bietet zunehmend mehr Möglichkeiten, um die eigenen Anliegen von zu Hause aus zu erledigen.

„Mit dem Online-Rathaus wird unser Bürgerservice schrittweise an moderne Bedürfnisse angepasst und nicht nur einfach digital, sondern bürgerfreundlich und

zukunftsorientiert gestaltet“, sagt Bürgermeister Alexander Heppe.

■ Was gibt es schon?

„Derzeit gibt es im Bereich des Standesamtes die Möglichkeit, Urkundenbestellungen, wie beispielsweise Geburts- oder Sterbeurkunden, online zu tätigen.

„Seit Ende letzten Jahres kann die An- und Abmeldung der Hundesteuer online erledigt werden. Hundebesitzer können nun die Steuer für ihren Vierbeiner mit ein paar Klicks über den Online-Service anmelden. Alle Personen, die einen Hund halten, sind dazu verpflichtet, diesen anzumelden. Die Haltung eines Hundes ist steuerpflichtig. Hierfür sind nur wenige Informationen notwendig, die schnell und einfach online hinterlegt werden können, sodass der Weg ins Rathaus gespart wird.

„Eine Einbürgerungsselbstauskunft kann ebenfalls online getätigt werden. Die Selbstauskunft hilft der Behörde, sich einen ersten Eindruck über die persönlichen Einbürgerungsvoraussetzun-

gen des Antragstellers zu verschaffen. Stellt die Behörde fest, dass der Antragsteller alle Voraussetzungen zur Einbürgerung erfüllt, wird ein Gesprächstermin zur Antragstellung einer Einbürgerung vereinbart.

„Bei allen online gebuchten Dienstleistungen ist es möglich, eine Onlinebezahlung via Pay-Pal oder Giro-Pay zu wählen.

■ Was ist noch geplant?

Die nächsten Schritte sehen die Online-Beantragung des Bibliotheksausweises und den Bereich der Friedhofverwaltung vor.

Im Bereich der Online-Friedhofsverwaltung wird es dann beispielsweise möglich sein, dass Einebnungsanträge online gestellt werden können. Alle Standardprozesse werden langfristig digital möglich sein. „Besonders im Einwohnermeldeamt werden viele Prozesse im Laufe des Jahres bürgerfreundlich von zu Hause aus zu erledigen sein“, sagt Pressesprecherin Scarlett Grebestein. Hierzu zählen die Beantragung von Führungszeugnissen, das An-

und Ummelden beim Umzug, der Personalausweis und der Reisepass. Auch im Ordnungsamt wird die Anmeldung von Veranstaltungen, Standplätzen für den Wochenmarkt sowie für das Abbrennen von pyrotechnischen Gegenständen online möglich sein. Alle Leistungen sind dann von zu Hause aus oder unterwegs mit Vorabbezahlung per E-Payment durchführbar.

Nur bei wenigen Prozessen wird noch ein zusätzlicher Termin im Einwohnermeldeamt notwendig, um eine Unterschrift zu leisten. Hierfür kann man den Online-Terminservice des Bürgerservice nutzen. Durch das Onlinezugangsgesetz (OZG) sollen bis 2022 alle Verwaltungsdienste digital angeboten werden. Das Online-Rathaus wird schrittweise um weitere Online-Dienste ausgebaut und stetig um weitere Dienstleistungen ergänzt.

„Die Verfügbarkeit von Online-Dienstleistungen und die Individualisierung von Bürgerengängen ist der Stadt Eschwege ein großes Anliegen“, sagt Heppe.

red/ts

Hofläden erleben einen Boom

Anbieter von regionalen Produkten profitieren von Pandemie

Werra-Meißner – Hofläden sind schon seit einigen Jahren bei Menschen immer beliebter geworden. Auch die Pandemie hat sich hierauf ausgewirkt. Der Landesbetrieb Landwirtschaft Hessen berichtete schon im vergangenen Jahr von einem „Nachfrageboom“ bei Hofläden und Marktständen.

„Wir haben es während der ersten Welle deutlich gemerkt. Vieles war geschlossen – einige Menschen nutzten daher die Chance, bei uns mal vorbeizuschauen und regional einzukaufen“, sagt Alois Brüggemann vom Heuhof in Breitau. Im Hofladen können Kunden beispielsweise Fruchtaufstriche und Fruchtwine aus eigener Herstellung kaufen. Durch



FOTO: JULIA STÜBER

Auf dem Heuhof in Breitau verkaufen Alois und Heike Brüggemann zum Beispiel Fruchtwine und Fruchtaufstriche. Auch sie haben eine erhöhte Nachfrage seit der ersten Welle der Pandemie festgestellt.

die Pandemie hätten Menschen mehr Zeit, um sich mit Themen wie Ernährung und Regionalität zu beschäftigen. Auch das kam dem Laden und dem Stand auf dem Wochenmarkt zugute.

Stefan Bofinger vom Kulchhof in Waldkappel spürte die Auswirkungen weniger im Hofladen, sondern vielmehr beim Lieferservice, den die Familie anbietet. Interessierte können sich Produkte aussuchen oder Kisten selbst zusammenstellen – diese werden dann nach Hause geliefert. Boris Degenhardt, Hofladen

und Apfelkellerei Degenhardt in Oberdünzbach, bemerkt schon seit einigen Jahren eine steigende Nachfrage. Die Auswirkungen der Pandemie auf das Einkaufsverhalten der Menschen äußerten sich aber auch im ersten Lockdown, das Interesse der Kunden stieg auch während dieser Zeit noch einmal.

Für Stefan Bofinger sind die Vorteile eines Einkaufs vor Ort jedenfalls klar: „Der Kontakt zwischen Erzeuger und Endkunde ist da. Man rückt näher zusammen, wenn die Kunden regional einkaufen.“

jh

H. LEITER Leergut
Flaschen und Kisten für die Getränkeindustrie

Zur Realisierung unserer hohen Unternehmensziele suchen wir für unsere Logistikzentren in **99837 Berka/Werra und Herda**

Kraftfahrer (w/m/d) Vollzeit

Interessiert? Infos unter www.leergutleiter.com

H. LEITER Leergut
Flaschen und Kisten für die Getränkeindustrie

Zur Realisierung unserer hohen Unternehmensziele suchen wir für unsere Logistikzentren in **99837 Berka/Werra und Herda**

Elektriker/ Elektroniker (w/m/d) – Instandhaltung –

Interessiert? Infos unter www.leergutleiter.com

Einfach besser schlafen im neuen Jahr!

-20% mit Code SCHLAF22
(bei der Bestellung eingeben, gültig bis 28.02.22)

INNOVATIONSPREIS ERGONOMIE 2021

In enger **Zusammenarbeit mit Schlafforschern** und auf Basis von Studien aus Wissenschaft und Praxis entwickeln wir **funktionale Schlafprodukte**, von Nachtwäsche über Kissen und Bettdecken bis hin zu Matratzenschonern, um das besondere Drittel unseres **Lebens zu verbessern**.

30 Tage Probeschlafen

Versandkostenfrei ab 50 €

Kostenlose Retoure

Knieskissen
24,95 €

Ergonomisches Seitenschläferkissen ACAMAR
69,95 €

Aloe Vera Kopfkissen NuMOON
69,95 €

Bettdecke AERO ActiveClima
135 x 200 cm
149,95 €

Direkt bestellen: www.third-of-life.com

Info + Beratung: Tel. 089 - 44 35 55 04



Third of Life
Your Sleep Company

Kissen | Decken | Bettwäsche | Topper
Sleepwear | Zubehör | Beratung

Lossetal
Ambulanter Intensivpflegedienst

Unser Team freut sich über Verstärkung

Pflegefachfrau/ Pflegefachmann (m/w/d) – Tag- und Nachtdienst

Attraktives Gehalt
zzgl. Weihnachtsgeld & steuerfreie Zulagen & 30 Arbeitstage Urlaub*

*bei Vollzeit

Wir freuen uns auf Deine Unterstützung!

Fröbelstraße 1, 34298 Helsa
(05605) 929 79 50
Frau Nicole Träbing
pd@ai-lossetal.de
www.ai-lossetal.de

Jakobi Pflege

- ambulante Pflege
- Hausnotruf
- Essen auf Rädern
- Betreuung
- Hauswirtschaft
- Pflegeberatung

24-Stunden-Telefon
0 56 53 / 91 42 71
36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3

ZUR VERSTÄRKUNG UNSERES TEAM SUCHEN WIR SIE IM NEBENJOB!

Wir sind der leistungsstarke Partner für Haushaltswerbung im Großraum Nord- und Ostthessen. Zusammen mit mehreren namhaften Verlagsobjekten verteilen wir im Rahmen der flächendeckenden und adressierten Zustellung jede Woche über 607.000 Anzeigenzeitungen sowie rund 6,7 Millionen Prospekte.

Wir bieten Ihnen eine spannende und abwechslungsreiche Aufgabe auf **Minijob-Basis** (30 Std./Monat). Für das Gebiet Cornberg, Nentershausen und Waldkappel (ESW-07) suchen wir ab 01.03.2022 bzw. zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

VERTRIEBSINSPEKTOR (M/W/D)

Ihr Aufgabenbereich:

- Sicherstellung einer lückenlosen Verteilung der Anzeigenzeitungen Heimat-Nachrichten Rotenburger/Bebra und Marktspiegel Eschwege
- Überprüfung der Zustellqualität vor Ort (Kontrolltätigkeit am VT Samstag)
- Personalsuche, Einstellung und Einweisung von Zustellern
- Personalplanung und Betreuung von Zustellern
- Bearbeitung und Klärung von Reklamationsfällen
- Bindeglied zum Verwaltungssitz unseres Unternehmens

Ihre Qualifikationen:

- Kontaktfreudigkeit und eine natürliche Art im Umgang mit Menschen
- Erfahrung in der Mitarbeiterführung und Durchsetzungsvermögen
- Engagement, zeitliche Flexibilität, Mobilität und Belastbarkeit
- Führerschein, eigener PKW, PC, Drucker mit Scanner, E-Mail-Zugang
- sicher in der Nutzung von MS-Office-Produkten
- idealerweise wohnen Sie im gesuchten Gebiet

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung mit Lebenslauf, die Sie bitte richten an:

TOP DIREKT

Top Direkt Marktservice GmbH
z.Hd. Herrn Nüchel
Frankfurter Straße 168
34121 Kassel
E-Mail: nuechel@top-direkt.de
www.top-direkt.de

Größer - noch günstiger - schöner!

...hin zu... Kimm!

NEUE: Wäschetrockner ab € 129,-
Waschmaschinen ab € 199,-
Geschirrspüler ab € 199,-
Einbaueherd mit Cr.-Feld € 299,-

NEUE ADRESSE seit 3.1.22: Philippstraße 23

Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!

NORBERT KIMM
34127 Kassel • Telefon 8 70 03 96
www.hinzu-kimm.de

FH Gartenlandschaftsbau
Hausmeisterservice, Raumausstatter

Zaun- und Terrassenbau, Gartenpflege, Entrümpelungen

Franz Horvat • Goldbachstr. 9 • 37269 Eschwege
Tel. 0 56 51 - 33 15 70 oder 01573 - 847 04 07

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

BARGELD SOFORT!

WIR SIND AUCH JETZT FÜR SIE DA UND KAUFEN (FAST) ALLES!

money point

Friedrichsplatz 6 • ☎ 0561-9701105
www.moneypoint.kassel.de

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

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

Polin macht alles! **01522-779 8837**

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

Karriereziel Führungskraft

Kann ich das? Und will ich das?

Karriere machen heißt in vielen Köpfen: Irgendwann eine Führungsposition übernehmen. Bleibt die Frage: Was bedeutet das für mich?

Das Unternehmen mitgestalten, auch mal unangenehme Entscheidungen treffen, im Fokus stehen: Die Anforderungen an Führungskräfte sind hoch. Dennoch oder gerade deshalb wird es für Berufstätige oft als Karriereziel ausgegeben.

Allzu viele sind es aber nicht, die wirklich danach streben. Einer repräsentativen Umfrage im Auftrag der Initiative Chefsache aus dem Jahr 2020 zufolge wollen lediglich 35 Prozent der 5000 Befragten eine Führungsposition übernehmen. 30 Prozent der Frauen und knapp 40 Prozent der Männer. Tendenz: sinkend.

Ob Führung etwas für einen ist, merke man oft schon in der Jugend, sagt Jörg Schmidt. Er ist Geschäftsführer der Haufe Akademie für den Bereich Kompetenz für Fach- und Führungskräfte. Wer proaktiv etwas gestalten möchte, gerne im Fokus steht und wem es leichtfällt, zu kommunizieren, der erfülle schon wichtige Bedingungen.

Hinzu kommt: Man muss es mögen, sich selbst zu reflektieren und zu entwickeln. „Grundsätzlich kann man all das auch lernen“, sagt Schmidt. „Aber man sollte sich in einer Führungsposition auch wohlfühlen. Dazu ist Affinität wichtig.“

Motivation und Sozialkompetenz

So sieht es auch Karrierecoach Ute Bölke. „Wer Führungskraft wird, sollte das aus innerer Überzeugung tun.“ Sich aus Statusgründen oder wegen des Geldes dafür zu entscheiden, könne einem „früher oder später um die Ohren fliegen“.

Dafür gibt es verschiedene Gründe. Allen voran: „Menschen sind schwierig“, so Ute Bölke. Was lustig klingt, ist



Eine Führungsposition zu übernehmen ist mit vielen Herausforderungen verbunden. Daher zieht es auch längst nicht jeder und jede in Betracht.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

durchaus ernst gemeint: Nicht immer sind Dynamiken im Team nachvollziehbar, geschweige denn kontrollierbar. Genau das sei aber die Aufgabe als Führungskraft. Dafür braucht es viel Einfühlungsvermögen und die Fähigkeit, das Vertrauen von Menschen zu gewinnen.

Man muss sich aber auch durchsetzen können. Und natürlich müssen die Ansichten der Führungskraft zu denen des Unternehmens passen. Außerdem sollte man sich im Klaren darüber sein, dass man als Führungskraft fachliche Aufgaben abgibt. Die erledigen dann die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. „Es geht darum, das volle Potenzial eines Teams auszuschöpfen, statt jede Entscheidung selbst zu treffen“, sagt Schmidt. Wer sich diesen Aufgaben gewachsen fühlt, kann sich als Führungskraft probieren. Aber es warten noch mehr Herausforderungen – egal, ob man im eigenen Unternehmen aufsteigt oder ob man von außen kommt, wie Bölke sagt.

Werden Beschäftigte innerhalb ihres Teams befördert, bekommen sie es vor allem mit Akzeptanzproblemen zu tun. Von der Kollegin zur Vor-

gesetzten: Das passt nicht jedem, der auf seinem alten Posten bleibt. Den Respekt als Führungskraft muss man sich erarbeiten, auch wenn man sich bereits kennt.

Unschöne Überraschungen

Kommt man neu in das Unternehmen, können unschöne Überraschungen warten: Das Team, das man leiten soll, funktioniert nicht oder die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter trauern der alten Vorgesetzten nach.

Gerade in sogenannten Sandwichpositionen hat man es immer schwer. „Erwartungen und Ansprüche von unten und oben, das setzt viele unter Druck“, sagt Bölke.

Immerhin: Zwänge durch ungeschriebene Gesetze wie „Der Chef ist der erste der kommt und der letzte der geht“, die gebe es eigentlich nicht mehr. Auch als Vorgesetzte immer das letzte Wort haben zu wollen, sei überholt, sagt Schmidt. „Die Mitarbeiter wissen es oft einfach

besser.“ Wer sich seines Ziels sicher ist, sollte sich gut überlegen, wie man die künftige Arbeit als Führungskraft gestalten will und nicht improvisieren, empfiehlt Schmidt. Am besten geht man die neue Aufgabe mental durch und entwirft ein Szenario für die ersten 100 Tage: Was will ich bis dahin erreicht haben? Und wie will ich das erreicht haben?

Gedanken machen sollte man sich auch, wie man Meetings aufsetzen will, wie oft man sich mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eins zu eins trifft und wie man im Führungskreis zusammenarbeiten möchte.

Profilieren mit seinen Ideen

Als Vorgesetzter befinde man sich oft auf dem schmalen Grat, sich gut in die Unternehmenskultur einzupassen, aber auch prägend Einfluss zu nehmen, sagt Schmidt. „Man will sich profilieren mit seinen Ideen, Dinge in Frage stellen, aber die unternehmenskulturellen Grenzen nicht überschreiten.“ Eine Gebrauchsanleitung für das richtige Maß gibt es natürlich nicht. Die Dos und Don'ts seien je nach Unternehmen sehr unterschiedlich, sagt Schmidt. Mit der Zeit entwickle man ein Gefühl dafür, wie sehr man anecken kann und sollte und wann man besser mit dem Strom schwimmt.

Schmidt betont aber auch: Jeder weiß, man ist neu. „Man braucht also nicht so zu tun, als ob alles perfekt läuft.“ Er rät, offen damit umzugehen, wo man steht. Bloß keine Schwäche zeigen wollen und bei völliger Ahnungslosigkeit Kompetenz vortäuschen, das sei der falsche Ansatz. „Die meisten merken, wenn man unsicher ist. Man sollte offen damit umgehen und als Person authentisch bleiben.“

TMN

SCHNAPP DIR DEN BESTEN JOB!

...bevor es andere tun.

(w/m) SICHERUNGSPOSTEN

- ✓ Guter Verdienst
- ✓ Krisensicher
- ✓ Für Quereinsteiger
- ✓ Aufstiegschancen

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



www.bist-du-bereit.com

BESTER NEBENJOB!

»ZUSTELLER (m/w/d)

Wir suchen Zeitungszusteller zur

festen Zustellung

in Niederdünzabach, Oberdünzabach, Willershausen, Altfeld, Frankershausen, Frankenhain, Weißenborn und zur

Vertretung

in Eschwege, Herleshausen, Weißenborn, Waldkappel, Berkatal, Meinhard

Springer

zur Festanstellung für
- Herleshausen und Ringgau
- Waldkappel



WR Werra-Rundschau

»Wir haben Ihr Interesse geweckt?

Dann melden Sie sich! Alfred Gunkel, ☎ 05651/3359-55,
✉ vertrieb@werra-rundschau.de

Fleißige Kollegen (m/w/d) werden immer gesucht!

Vielseitiges Tätigkeitsfeld, prima Team, unbefristeter Arbeitsvertrag.

Manuel Havel Garten- & Landschaftsbau
Bebra und Eschwege
www.havel-galabau.de

ZUR VERSTÄRKUNG UNSERES TEAMS SUCHEN
WIR ZUM AUSBILDUNGSJAHR 2022

**AZUBI KAUFMANN FÜR
BÜROMANAGEMENT (M/W/D)**

AZUBI BAUZEICHNER (M/W/D)

PLANQUADRAT GmbH

Team
Armin Pank, Planungsleiter
Marco Holzhauser, Architekt

Rathausstraße 34 36179 Bebra Fon 06622 - 92090 www.team-planquadrat.de

Entwurf
Planung
Ausschreibung
Bauleitung
Projektsteuerung
Si-Ge-Ko

Neubau
Umbau
Modernisierung
Sanierung
Denkmalpflege

Überzeugen Sie sich jetzt von den Vorteilen des **WR** ePapers!

**2
WOCHEN
GRATIS!**

JETZT BESTELLEN
unter Telefon 05651-33 59 55

Noch in Form?

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

© Foto: Ray - www.fotolia.com

Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienen Sie Ihr Geld an der frischen Luft.

Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhaft in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich den MARKTSPIEGEL **samstags** bzw. die HEIMATNACHRICHTEN **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

MARKTSPIEGEL & SONTRAER STADTKURIER:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ BERKATAL: ■ HERLESHAUSEN: ■ MEINHARD: ■ WALDKAPPEL: ■ WEHRETA: ■ WEISSENBORN: ■ HEIMATNACHRICHTEN: ■ BAD SOODEN-ALLENDORF: ■ BÜHREN: ■ GROSSALMERODE: ■ HANN. MÜNDEN: ■ HESS. LICHTENAU: ■ NEU-EICHENBERG: ■ SCHEDEN: ■ STAUFENBERG: ■ WITZENHAUSEN: | <ul style="list-style-type: none"> Frankershausen (Höhenweg) Altfeld, Frauenborn, Nesselröden Grebendorf (Europaring, Grubenstr., Neueroder Str.), Neuerode Bischhausen, Burghofen, Stadt (Wehrgasse) Reichensachsen (Europastr.) Rambach Ahrenberg, Allendorf (Klausbergstr., Ringstr., Schusterstr., Sudetenstr., Wahlhauser Str., Zimmersweg) Ellershausen, Kammerbach, Kleinvach, Weiden Sooden (Am Gradierwerk, Berliner Str., Brunnenplatz) Stadt (Hauptstraße) Rommerode (Walburger Str.) Bonaforth, Hemeln (Hauptstr., Trift) Kattenbühl (Berliner Ring, Ebereschenring, Fasanenweg, Im kleinen Felde, Molkenbrunnenweg, Oberer Entenbusch, Oberviechtacher Str., Vogelsang) Mielenhausen, Neumünden (Burckhardtstr.) Questenberg (Steinweg), Volkmarshausen Fürstenhagen (Losseweg, Schulstr., Siedlung), Stadt (Am Graben, Bergstr., Hirschhagen, Pommernstr., Poststr., Sudetenstr.) Walburg Marzhausen Dankelshausen, Meensen Niederscheden, Oberscheden Benterode, Speele, Uschlag (Niestetalstr.) Kleinalmerode (Lehmkuhle) Stadt (Am St. Jakob, Eichsfeldstr., Vor der Schanze), Unterrieden |
|---|---|

Bewerben Sie sich jetzt:

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





GETRÄNKE • FACHMARKT

Würzburger Hofbräu Pilsner

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
1 l = 1,10 €

- 21 %

10.99

+ 4er Pack GRATIS!



Entspricht einem Kastenpreis von 9,16 €

Heineken Original

Kasten = 20 x 0,4 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 2,00 €



- 48.49

15.99

Schneider's Helles Landbier, Schneider Weisse

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1 l = 1,50 €



+ 2 Flaschen GRATIS!

- 47.99

14.99

Entspricht einem Kastenpreis von 13,63 €

Warsteiner Brewers Gold

Pack = 5 x 0,5 l,
zzgl. 0,40 € Pfand,
1 l = 1,20 €



- 25 %

5 Flaschen + 1 Glas

2.99

Mooser Liesl Helles

Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1 l = 2,27 €



- 4.99

4.49

Förstina Sprudel Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,44 €



- 20 %

3.99

Bad Brückenauer Mineralwasser

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



- 25 %

5.49

Licher Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1 l = 1,20 €



- 20 %

11.99

+ 2 Natur Radler GRATIS!

Jetzt NEU im Sortiment

Entspricht einem Kastenpreis von 10,90 €

Förstina Schorle, Vital

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,5 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,83 €



- 29 %

4.99

klein & praktisch!

Förstina Limonade

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,61 €



- 21 %

5.49

Blauer Bock, Der alte Hochstädter

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



- 40.99

8.99

fuze tea

diverse Sorten,
1 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1 l = 0,99 €



- 27 %

0.99

Chiemseer Hell

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1 l = 1,60 €



- 20 %

15.99

+ 2 Flaschen GRATIS!

Entspricht einem Kastenpreis von 14,54 €

Bembel with care

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



- 4.99

0.99

Graeger Sekt

diverse Sorten,
0,2 l - Flasche,
1 l = 5,95 €



- 20 %

1.19

Jack Daniel's Whiskey

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
10 %, 0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1 l = 6,03 €



- 31 %

1.99

Niersteiner Rheinhessen

diverse Sorten,
1 l - Flasche,
1 l = 3,49 €



- 3.99

3.49

Echter Nordhäuser Reiche Ernte

Williamsbirne,
Haselnuss, 30 %, 0,5 l - Flasche,
1 l = 11,98 €



- 6.99

5.99

Russian Standard Vodka

40 %, 0,7 l - Flasche,
1 l = 11,41 €



- 38 %

7.99

top frisch Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,33 €



- 20 %

2.79

Ramazotti

diverse Sorten,
0,7 l - Flasche,
1 l = 14,27 €



- 23 %

9.99

Bad Brambacher Garten-Limonade

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1 l = 0,90 €



- 10.99

8.99

Jameson

Irish Whiskey, 40 %, 0,7 l - Flasche,
1 l = 21,41 €



- 21 %

14.99



GETRÄNKE • FACHMARKT

Folgen Sie uns auf:



In Ihrer Nähe:



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

Angebote gültig vom 14.02. – 19.02.2022

www.logo-getraenke.de

SERVICE

Wenn es trotz aufrechter Sitzhaltung im Kreuz schmerzt, überrascht das nicht: Der Rücken braucht Abwechslung.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Aufrecht sitzen und viel schonen?

Irrtümer über Rückenschmerzen

Immer schön aufrecht sitzen, dann gibt's keine Rückenschmerzen. Diesen Satz hat wohl jeder schon gehört. So ganz stimmt das aber nicht.

Beim Thema Rückenschmerzen kann fast jeder mitreden. Einige Annahmen darüber beruhen jedoch auf Irrtümern. Darauf weist Prof. Nikolai Rainov vom MVZ Wirbelsäulenzentrum München/Taufkirchen hin.

Dazu gehört die Annahme, dass es nur eine aufrechte Sitzhaltung braucht, um von Schmerzen verschont zu bleiben. „Sehr langes Sitzen - egal ob gerade oder schief - führt zur einseitigen Belastung, die dem Rücken schadet“, so Rainov, Facharzt für Neurochirurgie und spezielle Schmerztherapie. Besser sei es, die Sitzposition zwischendurch zu wechseln und regelmäßig aufzustehen, um sich Bewegung zu gönnen. Der Rücken freut sich über Abwechslung.

Zieht und sticht es bereits unangenehm, kommen viele Betroffene auf die Idee, sich besonders zu schonen. Dabei tut meist genau das Gegenteil

dem Rücken gut - Bewegung. Ob durch einen entspannten Spaziergang oder einen Besuch im Schwimmbad: Körperliche Aktivität kann Verspannungen oft lösen.

Wer Schmerzen vorbeugen will, trainiert gezielt die Rückenmuskulatur. Mediziner Rainov weiß, worauf dabei zu achten ist: „Um Fehlhaltungen zu vermeiden, sollten die Übungen Rücken- und Bauchmuskeln gleichermaßen beanspruchen.“

Nicht zuletzt glauben viele Menschen, dass Rückenschmerzen mit dem Alter kommen. So pauschal lässt sich das aber nicht sagen. „Lendenwirbel blockieren beispielsweise häufig, wenn die umliegenden Muskeln überlastet sind - unabhängig vom Alter der Person“, so Rainov.

Häufig ist es das Iliosakralgelenk, ein Gelenk zwischen Kreuz- und Darmbein, das Beschwerden im unteren Rücken verursacht. Eine Blockade in diesem Gelenk muss aber keine Alterserscheinung sein, sondern kann auch beim Golf oder Fußballspielen oder in einer Schwangerschaft auftreten.

tmn

Am Ball bleiben und fit werden

Trainingsroutine hält einen bei der Stange

Fit in den Frühling starten. Wer sich das vornimmt, sollte nicht einfach planlos mit Sport anfangen - ansonsten ebbt die Anfangseuphorie wahrscheinlich schneller ab, als einem lieb ist. Damit man langfristig dabei bleibt, muss man sich eine Routine aufbauen, sagt Sportwissenschaftlerin Laura Blanz. Ehe es auf den Sportplatz oder ins Fitnessstudio geht, sollte man sich deshalb daheim hinsetzen und überlegen: Welche Ziele will ich durch das Training erreichen? Wie viel Zeit steht mir pro Woche zur Verfügung und welche Erfahrungen oder Trainingsvorlieben habe ich?

Die Antworten notiert man sich. Je konkreter sie ausfallen, desto leichter werde das Finden des richtigen Trainingsrahmens, verspricht die Expertin von der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement in Saarbrücken. Und desto größer sind die Chancen, dass man es länger durchzieht.

Ein wichtiger Tipp für Sporteinsteiger: Häufigkeit schlägt Intensität. Entsprechend sind drei wöchentliche

Einheiten à 30 Minuten besser als eine Einheit pro Woche à 90 Minuten. Laura Blanz begründet: Wer sich durch zu intensives Training körperlich überfordert, nimmt sich schnell die Bewegungsfreude.

Denn man sollte nicht vergessen: Muskeln, Sehnen und Gelenke brauchen Zeit, um sich an die neue Belastung zu gewöhnen. Deshalb lieber mit einer moderaten Intensität in die neue Trainingsroutine starten.

tmn

Ob Springseilspringen, Joggen oder beides zusammen: Regelmäßiges Training funktioniert besser durch das Schaffen von Routinen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Alle Artikel und Zugaben solange Vorrat reicht.

Für Druckfehler keine Haftung!

*nicht in allen Filialen erhältlich

NORMA®

Mehr fürs Geld.

JETZT ZUGREIFEN!
SOLANGE VORRAT
REICHT!

ab Montag,
14. Februar

Waschmittel
Universal oder Color –
flüssig 4,9-l-Flasche
für 140 Waschlädungen
(pro Waschgang –,05)
oder Pulver 7,5-kg-Packung
für 100 Waschlädungen
(pro Waschgang –,07) je Artikel

100 WL/140 WL

UVP 10,99
6,99* **36% billiger**

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

25% billiger

UVP 3,99
2,99*

RAMAZZOTTI
Kräuterlikör
aus Italien
30% vol, 0,7-l-Flasche
(1 l = 14,11) je Flasche

17% billiger

UVP 11,99
9,88*

Connemara
Peated Single Malt Irish Whiskey
Original 40% vol,
0,7-l-Flasche (1 l = 28,56)

UVP 23,99
19,99* **16% billiger**

Kuschelweich
Weichspüler
Sommerwind, Sommerliebe
oder Glücksmoment
1-l-Flasche für 38 Waschlädungen
(pro Waschgang –,03) je Flasche

38 WL

UVP 1,59
1,11* **30% billiger**

Cat
XXL Multipack
feine Mahlzeiten in Sauce oder Gelee
44x100-g-Packung + 14x15 g Schleck Snacks
(1 kg = 1,95) je Packung

44x100 g + 14 Schleck Snacks

8,99*

Tracht-Honig
Raps-, Linden-, Wald- oder Sonnenblumen-Honig, 500-g-Glas (1 kg = 7,98)

500 g

18% billiger

UVP 4,89
3,99*

nutella
Biscuits
Keks mit 40% Nuss-Nougat-Füllung
304-g-Packung (1 kg = 9,18)

billiger

UVP 2,99
2,79* **304 g**

1-2-3 fertig!

Miracoli
Spaghetti-fertiggericht
Klassiker Spaghetti
3 Portionen,
379,8-g-Packung
(1 kg = 4,19)

30% billiger

UVP 2,29
1,59*

Knorr
Hütten-schmaus
z. B. Spätzle in Champignonsauce
151-g-Packung (100 g = –,79) und weitere Sorten je Beutel

14% billiger

UVP 1,39
1,19*

Instant Teegetränk
Erdbeer-Kiwi, Mango-Maracuja oder Kirsch-Banane
ergibt bis zu 4 Liter, heiß oder kalt ein Genuss,
400-g-Dose (1 kg = 3,73) je Dose

1,49*

Reeva
Instant Nudeln Cup
Rind- oder Huhn-Geschmack
ergibt 400 ml, 75-g-Becher

16% billiger

UVP 1,19
–,99*



ERSTER DISCOUNTER

ALS GREEN BRAND ZERTIFIZIERT!

NORMA®



Design WC-Sitz
• Aus MDF mit Holzkern
• Absenkaufschalter
• Inkl. Absenkscharniere
3 Jahre Garantie

je Ausführung 22,99*

24 Auch online

Alle Modelle mit brillantem Farbdruk auf 3 Seiten

Hochwertige Frotteewaren „Korfu“
• 100% Baumwolle
• Walkfrottee vom Feinsten
• Mit Aufhängekordel

je Handtuch 2er-Set 4,99*

je XL-Duschtuch 7,99*

24 Auch online

NEUE Farben

Edel-Renforcé-Bettwäsche
• 100% Baumwolle • Mit Marken-Reißverschluss
• Mit Soft-Touch Ausstattung • Einlaufgeschützt
durch SANFOR-Standard

1 Kissen ca. 80x80 cm, 1 Bezug ca. 135x200 cm

12,99*

24 Auch online

Jersey-Spannbettuch
• 100% Baumwolle
• Steghöhe ca. 30 cm

ca. 140-160x200 cm 7,99*

ca. 180-200x200 cm 9,99*

SANTOSINI Weichschaum-Badematte
• 100% Polyester • Hochwertiger Digitaldruck

24 Auch online

Halbrund bzw. eckig ca. 50x55 cm 5,99*

Eckig ca. 50x80 cm Rund Ø ca. 70 cm 9,99*

Tief Fußbett-Pantoletten
• Gepolsterte Decksohle aus Rindsveloursleder
• Pflegeleichtes, strapazierfähiges Obermaterial
• EVA-Laufsohle
• Größen 37–45 je Paar

8,99*

Made in Germany

Ronley Winterhaus-schuhe
• Obermaterial aus synthetischem Filz
• Größen 37–45 je Paar

9,99*

CARRETTA Profi-Induktionspfanne „Rovigo“
mit Whitford Quantum Titanium Granitoptik-Beschichtung
• Aus geschmiedetem Aluminium • Hohe Form
• Extra starker Boden
10 Jahre Garantie

Mit Hitze-kontrolle!

Pfanne Ø ca. 20 cm 14,99*

Pfanne Ø ca. 24 cm 17,99*

Pfanne Ø ca. 28 cm 19,99*

Spültischarmatur in Granitoptik
• Handbrause mit Antikalk-Softdüsen und Umschaltendrucktaucher • Ausziehbarer Handbrause mit 1,2 m Schlauch und 2 Strahlarten

je Ausführung 29,99*

24 Auch online

ca. 80 x 190 cm 12,99*

ca. 67 x 250 cm 14,99*

Lifetex XL-Designläufer
• Rückseite mit Anti-Rutsch-beschichtung • 100% Polyamid (Modellbeispiele)

24 Auch online

NEUE Designs

Profi-Dickenhobel PLM1800
• 2 Hobelmesser für perfekte Ergebnisse
• Starke 1500 Watt für plangenaues Hobeln
• Hohe Vorschubgeschwindigkeit ca. 7,4 m/min
• Einfache Höhenverstellung per Handkurbel
• Spanabnahme max. 2,8 mm
• ca. 630 x 580 x 500 mm / ca. 33 kg

57% billiger

UVP 699,–
299,–*

24 Auch online

Durchlasshöhe 152 mm / Durchlassbreite 330 mm

KRAFT Werk- und Spanntisch
• Stahlrahmen mit MDF-Platten (25 mm)
• ca. 60,5 x 63 x 76 cm
• Belastbar bis 150 kg
3 Jahre Garantie je Tisch

Spannwinkel bis 10° einstellbar

19,99*

24 Auch online

bella casa Wachstuch-Tischdecke
mit geprägter Oberfläche • Aus robustem PVC je Tischdecke

ca. 100x140 cm (1m² = 2,49) 3,49*

24 Auch online

ca. 130x160 cm (1m² = 2,16) 4,49*

ca. 140x220 cm (1m² = 2,92) 5,99*

ca. 140x190 cm (1m² = 2,25) 5,99*

ca. 140x220 cm (1m² = 1,94) 5,99*

NEUE Designs

bella casa Leinenoptik-Tisch-decke
mit Fleckschutzbeschichtung
• 100% Polyester (Teilweise nicht alle Farben in allen Größen erhältlich)

ca. 100x140 cm 5,99*

ca. 130x160 cm 7,99*

ca. 140x220 cm 11,99*

ca. 150x250 cm 11,99*

bella casa Kurzgardine 3er-Set
• Hochwertig bestickt • Mit Satin-Band
• 1 x ca. 20 x 70 cm und 2 x ca. 20 x 90 cm
• 100% Polyester je 3er-Set

5,99*

24 Auch online

(Modellbeispiele)

LED-Fluter
• Metall-Gehäuse • Neutralweiß • IP65
• Inkl. Befestigungsbügel • 50 Watt

UVP 39,99
29,99* **25% billiger**

24 Auch online

4000 LUMEN

KRAFT Rollenbock
• Verzinkt und pulverbeschichtet • Klappbar
• Rollengröße Ø ca. 48 x 280 mm
3 Jahre Garantie je Rollenbock

Belastbar bis 90 kg

14,99*

Bambus-Küchen-helfer

je Ausführung 13,99*

Schneide- & Abdeckplatte
ca. 56 x 50 x 4 cm

24 Auch online

Messer-block
ca. 12,5 x 24 x 18,5 cm

24 Auch online

Brotkasten
ca. 36 x 14 x 20 cm

24 Auch online

Bambus-Eckregal
ca. 52 x 39 x 29,5 cm

24 Auch online

Küchenregal
ca. 28,5 x 25 x 7 cm

24 Auch online

Profi-Handschuhe „Master Shock“
• Handinnenfläche aus Synthetik-Leder
• Größen 7–11 je Paar

8,99*

24 Auch online

WALTER Auto-Batterieladegerät / Starthilfe 2in1
• Mit Starthilfefunktion
• Auch für 12 V AGM und Gel-Batterien

UVP 69,99
49,99* **28% billiger**

24 Auch online

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

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

7/22

NORMA® Nachhaltigkeitsbericht ZUM 6. MAL IN FOLGE

HIER ONLINE ANSCHAUEN: www.norma-online.de/nachhaltig

NORMA Lebensmittelfilialbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg



Glücklicher Zufall für den Bauhof

Sontra investiert 98 000 Euro in Unimog – Vorgänger war defekt ausgefallen

Sontra – Glück im Unglück hatten die Verantwortlichen der Stadt Sontra, als der 24 Jahre alte Unimog des Bauhofes, der gerade im Winter eine sehr wichtige Funktion beim Räum- und Streudienst hat, mit einem technischen Defekt ausgefallen war. Kurzfristig konnte über Kleinanzeigen ein Lohnunternehmer ausfindig gemacht werden, der als privater Dienstleister einen Unimog mit Salzstreuer und Schneepflug anbot, da er sich aus Altersgründen zur Ruhe setzen wollte. Da das Angebot exakt den Vorstellungen der Bauhofmitarbeiter entsprachen hat, hat der Magistrat kurzfristig die Beschaffung des „neuen gebrauchten“ Fahrzeuges beschlossen.

Seit 1998 ist der bisher beim Bauhof eingesetzte Unimog mit den unterschiedlichsten Anbaugeräten für die verschiedensten Arbeiten eingesetzt worden. Ob bei der Kanalreinigung, der Grünflächenpflege oder beim Winterdienst – stets war auch der Unimog im Einsatz. Entsprechend hoch waren die geleisteten Betriebsstunden, die natürlich nicht spurlos an dem Fahrzeug und seiner Technik vorübergegangen sind. Daher war auch von der Verwaltung Geld für die Ersatzbeschaffung eines gebrauchten Fahrzeuges im Entwurf des Haushalts 2022 vorgesehen worden. Auf-



Vor dem neuen Unimog: (von links) Bauhofleiter André Jakob freut sich mit den Mitarbeitern Christopher Ziplies, Thorsten Werner, Horst Karges und Ulrich Hollstein über den „neuen gebrauchten“ Unimog.

FOTO: STADT SONTRA

grund eines Getriebebeschadens und weiterer Mängel, deren Reparatur im Verhältnis zum Wert des Fahrzeuges völlig unwirtschaftlich gewesen wäre, bestand jetzt aber akuter Handlungsbedarf, erläutert Bürgermeister Thomas Eckhardt die Hintergründe für die kurzfristige Er-

satzbeschaffung. Der neue Unimog U318, der als Gebrauchtfahrzeug samt Winterzubehör mit einem Gesamtinvestitionsvolumen von rund 98 000 Euro beschafft worden ist, hat nur 17 000 Kilometer gelaufen und befindet sich in einem sehr guten Zustand, wie eine

umfangreiche Prüfung vor dem Kauf ergeben hat. Deshalb geht man in Sontra fest davon aus, dass er noch viele Jahre gute Dienste leisten wird.

„Die Stadt Sontra investiert mit dem Unimog weiterhin konsequent in die Ausstattung des Bauhofes, um die

Wirtschaftlichkeit und Effizienz zu verbessern und zudem die allumfassenden Aufgaben in unserem großen Gemarkungsgebiet zur Zufriedenheit der Bürger erledigen zu können“, freut sich Sontras Bürgermeister Thomas Eckhardt über die Neuan-

red/esp

BEKANNTMACHUNGEN DER STADT SONTRA

Bekanntmachung Gemeinsame Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses und des Umwelt- und Sozial- ausschusses

Sehr geehrte Damen und Herren,
hiermit laden wir zur gemeinsamen öffentlichen Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses und des Umwelt- und Sozialausschusses am Dienstag, 15. Februar 2022, 19:00 Uhr, im Bürgerhaus Sontra (großer Saal), Thingstätte 2, Sontra, ein.

Tagesordnung Teil I

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

Teil II
Haupt- und Finanzausschuss / Umwelt- und Sozialausschuss
1. Ausweisung von Naturwaldflächen
hier: Antrag der Fraktion „Bürger für Sontra“

2. Anfragen und Anregungen (nur) Umwelt- und Sozialausschuss

3. Sozialarbeit an Schule
hier: Adam-von-Trott-Schule
- Vorlage der Jahresberichte 2019/2021 und 2020/2021
- Fortschreibung der Handlungsprogramme der Sozialarbeit an Schule in Sontra für die Schuljahre 2020/2021 und 2021/2022
4. AWO-Jugendförderung Sontra
hier: Tätigkeitsberichte für die Jahre 2019, 2020 und 2021

Sontra, 07.02.2022

gez. Herbert Cebulla
Ausschussvorsitzender

Haupt- und Finanzausschuss

gez. Thomas Schmidt
Ausschussvorsitzender
Umwelt- und Sozialausschuss

Wichtige Hinweise:

Als Maßnahme zum Schutz gegen das Coronavirus ist die Zahl der Zuschauer auf maximal 20 Personen begrenzt.
Interessierte, die an der Sitzung teilnehmen wollen, müssen sich telefonisch bei der Stadtverwaltung unter 0 56 53/97 77 12 anmelden.

Die Sitzung findet unter Einhaltung der 3G-Regel (genesen, geimpft oder getestet (nicht älter als 24 Stunden)) statt. Wir bitten um Beachtung!
Des Weiteren wird um die Einhaltung der folgenden Regeln dringend gebeten:

- Einhaltung des Abstandsgebotes (Mindestabstand 1,50 Meter) bei der Ankunft und dem Verlassen des Sitzungsortes sowie während der Sitzung.
- Das Tragen von medizinischen Masken*) ist bei Sitzungen in geschlossenen Räumen Pflicht, auch dann, wenn gewährleistet ist, dass ein Mindestabstand von 1,50 Metern zu anderen Personen im Saal dauerhaft eingehalten werden kann.
- (*) Nach § 2 Coronavirus-Schutzverordnung (CoSchuV) sind medizinische Masken OP-Masken oder Schutzmasken der Standards FFP2, KN95, N95 oder vergleichbar ohne Ausatemventil.)
- Zudem sollten die mittlerweile bekannten weiteren Hygieneregeln (Vermeidung von Kontakten, Händewaschen, Niesetikette) eingehalten werden.

Stadtteil Diemerode Der Ortsvorsteher Bekanntmachung

Am Dienstag, 22. Februar 2022, 19:30 Uhr, findet im Stadtteil Sontra-Diemerode, im Dorfgemeinschaftshaus, eine öffentliche Sitzung des Ortsbeirates statt.

Es wird hierzu eingeladen.

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

2. Feststellung der Tagesordnung
- Tagesordnung Teil II
1. Bericht des Ortsvorstehers
2. Bericht der Verwaltung
3. Dorferneuerung
4. Dorfgemeinschaftshaus / Internat
5. Förderprogramm „Digitale Dorflinde, WLAN - Förderung für hessische Kommunen“
6. Anfragen und Anregungen

Sontra-Diemerode, 04.02.2022

gez. Lothar Oschmann
Ortsvorsteher

Stadtteil Heyerode Der Ortsvorsteher Bekanntmachung

Am Freitag, 18. Februar 2022, 20:00 Uhr, findet im Stadtteil Sontra-Heyerode, im Dorfgemeinschaftshaus, eine öffentliche Sitzung des Ortsbeirates statt.

Es wird hierzu eingeladen.

Tagesordnung Teil I

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

Beschlussfähigkeit

2. Feststellung der Tagesordnung
- Tagesordnung Teil II

1. Bericht des Ortsvorstehers
2. Bericht der Verwaltung
3. Regionalbudget 2022
4. Erneuerung Ortsdurchfahrt - Sachstand
5. Baumaßnahmen Feuerwehr - Informationen
6. Anfragen und Anregungen

Sontra-Heyerode, 07.02.2022

gez. Achim Lange
Ortsvorsteher

Die Sitzungen finden unter Einhaltung der 3G-Regel (Genesen, geimpft oder getestet (nicht älter als 24 h)) statt.

Des Weiteren wird um die Einhaltung der folgenden Regeln dringend gebeten:

- Einhaltung des Abstandsgebotes (Mindestabstand 1,50 Meter) bei der Ankunft und dem Verlassen des Sitzungsortes sowie während der Sitzung.
- Das Tragen von medizinischen Masken*) ist bei Sitzungen in geschlossenen Räumen Pflicht, auch dann, wenn gewährleistet ist, dass ein Mindestabstand von 1,50 Metern zu anderen Personen im Saal dauerhaft eingehalten werden kann.
- (*) Nach § 2 Coronavirus-Schutzverordnung (CoSchuV) sind medizinische Masken OP-Masken oder Schutzmasken der Standards FFP2, KN95, N95 oder vergleichbar ohne Ausatemventil.)
- Zudem sollten die mittlerweile bekannten weiteren Hygieneregeln (Vermeidung von Kontakten, Händewaschen, Niesetikette) eingehalten werden.

Einladung zur Versammlung Kleingartenverein Sontra

Sontra – Hiermit ergeht die herzliche Einladung zur Jahreshauptversammlung am Sonntag, 20. März, um 15 Uhr im Bürgerhaus Sontra.

Wegen der anstehenden Neuwahlen des gesamten Vorstandes bitten wir um zahlreiches Erscheinen. Die Versammlung findet unter den zu dieser Zeit geltenden Corona-Regeln statt. Sollte die Versammlung aufgrund Corona nicht stattfinden, wird rechtzeitig ein neuer Termin benannt und bekannt gegeben werden.

Tagesordnung:
TOP 1: Begrüßung und Eröffnung der Versammlung, Feststellung über Beschlussfähigkeit

TOP 2: Gedenken der verstorbenen Mitglieder

TOP 3: Grußworte der Ehrengäste

TOP 4: Verlesen des Protokolls der letzten Jahreshauptversammlung

TOP 5: Bericht des Vorsitzenden

TOP 6: Bericht des Kassierers

TOP 7: Aussprache zu den Punkten 4 - 6

TOP 8: Bericht der Revisoren und Antrag auf Entlastung des gesamten Vorstandes

TOP 9: Ehrungen
TOP 10: Neuwahlen des gesamten Vorstandes

TOP 11: Gemeinschaftsarbeit 2022, Festlegung der Arbeitsstunden sowie Ersatzleistungen

TOP 12: Preisfestlegung für Wasser und Strom

TOP 13: Verschiedenes

TOP 14: Schlusswort des Versammlungsleiters

gez. 1 Vors. J. Sobek



FOTO: ANDREAS ARNOLD/DPA

DIE STADTVERWALTUNG INFORMIERT

Berichte für Stadtkurier

Mitteilungen und Berichte für den Sontraer Stadtkurier müssen der Verwaltung montags bis 11 Uhr vorliegen.
Später eingehende Meldungen können nicht berücksichtigt werden.

Veröffentlichung von Ehebildern

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

Mehr Stauraum am Auto

Was bei Dachboxen wichtig ist

Es geht in den Urlaub aber der Kofferraum reicht mal wieder nicht aus? Hier kann eine Dachbox helfen. Ein paar Tipps helfen beim sinnvollen Einsatz.

Dachboxen erweitern den Stauraum auf Reisen und sind auch für Skiausrüstung praktisch. Aber was ist bei Dachboxen in Sachen Zuladung, Tempo und Kraftstoffverbrauch wichtig? Ein paar Tipps von ADAC und TÜV Süd. Für die Boxen wird in der Regel ein extra auf das eigene Automodell passender Grundträger benötigt. Er darf nur an den dafür gedachten Punkten am Auto montiert werden, so der TÜV Süd. Das sorgt nicht nur für festen Sitz, sondern verhindert Schäden an Blech und Lack.

Auf maximale Dachlast achten

Allerdings können die Boxen auch nicht unendlich viel Last schlucken. Wie viel dort hinein darf, richtet sich nach der Herstellervorgabe und der maximal erlaubten Dachlast des eigenen Autos. Meist sind das zwischen 50 und 100 Kilogramm – ein Blick ins Handbuch des Autos klärt darüber auf. Wichtig: Auch das Gewicht von Box und Trägersystem muss man einkalkulieren.

Nicht nur die Box muss ver-
rutschsicher befestigt sein. Auch die Ladung darin zurrt

man besser fest – etwa mit Spanngurten. Wer weiche Sachen wie etwa eine Decke oder einen Schlafsack vorn unterbringt, kann verhindern, dass empfindliche Dinge beim Bremsen durch Verrutschen leiden. Nach etwa 50 Kilometern kontrolliert man besser die Befestigung der Box am Auto und zieht bei Bedarf nach.

Nicht so schnell wie sonst fahren

Es gebe zwar rein rechtlich kein spezielles Tempolimit mit Dachbox. Doch sie gilt als Ladung und das Tempo müsse „angemessen“ sein, so der ADAC. Einige Hersteller raten zu einer bestimmten Maximalgeschwindigkeit, die man auch aus Haftungsgründen beachten sollte. Der ADAC rät etwa zu Höchsttempo 130.

Mit Box auf dem Dach reagiert das Auto empfindlicher auf Seitenwind. Auch der Kraftstoffverbrauch steigt. Bei Tempo 130 sind das laut Messungen des ADAC rund 18 Prozent Mehrverbrauch oder knapp ein Liter mehr auf 100 Kilometer. Daher demontiert man die Box nach Gebrauch am besten möglichst schnell. Und noch eine Sache ist wichtig: Fahrerinnen und Fahrer dürfen nie die ungewohnte Höhe des Autos mit Dachbox vergessen, sonst knirscht es unangenehm. Zum Beispiel in der niedrigen Einfahrt einer Tiefgarage.

tmm



FOTO: HALL-WATTENS.AT

Ein wahrer Kraftort: Die Marienbasilika in Absam ist weithin sichtbar.

Frühlingserwachen in Tirol

Zauberhafte Wanderungen in einer tollen Natur

Die Sonne strahlt vom Himmel und alles grünt und blüht: Jetzt wird in der Region Hall-Wattens im Herzen Tirols beim Radieschenmarkt die erste Ernte gefeiert, zauberhafte Frühlingswanderungen laden zu Entdeckungen in der erwachenden Natur ein und besondere Kraftorte geben Raum und Zeit zum Auftanken und Durchatmen.



FOTO: STADTMARKETING HALL IN TIROL

Meist prächtiges Wetter: Mitte April werden die ersten Radieschen geerntet, Ende April findet der Radieschenmarkt statt.

und Maiglöckchen: Im Frühling sind die Temperaturen perfekt für eine Wanderung in den niederen Lagen der Region Hall-Wattens. Zwischen dem Kloster St. Martin und St. Michael in Gnadewald etwa geht am Gnadewalder Baumpfad auf Entdeckungsreise. Entlang des lauschigen Waldrandes erfährt man auf vierzehn Stationen Wissenswertes zu den Bäumen und Sträuchern im Alpenraum.

Kaum eine Region im Tiroler Inntal ist so reich an Kunstdenkmälern wie die Region Hall und Wattens. Viele dieser historischen Schätze entdeckt man bei einer früh-

lingshaften Wanderung entlang des „Historischen Rundwanderwegs“, der durch blühende Wiesen und Wälder führt.

Traumhafter Aussichtspunkt

Spiritualität, Geschichte und landschaftliche Schönheit liegen selten so eng beieinander wie an dem traumhaften Aussichtspunkt, an dem das Romedikirchl und die Schlossruine hoch über dem Dorf Thaur thronen. Beide Sehenswürdigkeiten sind über zahlreiche Wanderwege

erreichbar und auch Kraftorte der Region Hall-Wattens. An den insgesamt vierzehn Kraftorten am Berg und im Tal halten die Besucher inne, verweilen und tanken neue Lebensenergie. Einige der Orte sind versteckt, wie etwa der Mölssee, ein mystischer Gebirgssee; andere dagegen weithin sichtbar, so die Marienbasilika in Absam.

Eines aber haben sie alle gemeinsam: Sie bieten eine ideale Möglichkeit, durchzuatmen und zur Ruhe zu kommen.

nh

Urlaubstipps gibt es unter **hall-wattens.at**



Quasi der Dachbodenausbau beim Auto: Mit einer Dachbox lässt sich für Urlaubsfahrten zusätzlicher Stauraum schaffen.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMM

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

Bekanntschaften

Petra, 65 J., bin eine liebe, hübsche Frau, mit ansprech. Figur, war Krankenschwester u. auch privat helfe ich wo ich kann, liebe es neue Kochrezepte auszuprobieren, mag Ausflüge mit meinem Auto, doch am liebsten möchte ich ganz für SIE da sein. Das Alleinsein ist furchtbar, bitte rufen Sie gleich üb. PV an. **Tel. 0176-34488463**

Doris, 59 J., fraulich-schlank, mit viel Sinn für ein sauberes, gemütli. Zuhause u. mit meinem Auto immer flexibel. Keine langen Reden, denn alles andere findest Du am besten selbst heraus. Ich wünsche mir e. ehrl. Mann, den es nicht stört, dass ich so gerne koche u. umsorge. Melde Dich üb. PV, am besten noch heute. **Tel. 01520-8293309**

Eise, 77 J., vital und jung geblieben, mit dem Herz am rechten Fleck, firm in Garten und Haushalt, mag Busreisen, bin auch selbst eine gute Fahrerin. Eine schöne Zeit kann für uns beide beginnen, ich freue mich auf Sie! Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück **Tel. 0800-7774050**

Edith, 72 J., hübsche und unterhaltsame Witwe, hier aus der Gegend, begabte Köchin, mit Int. für Natur und Politik. Habe ein Auto und würde Sie besuchen oder Sie kommen zu mir. Alleinsein ist so schwer, rufen Sie über PV an, alles Weitere besprechen wir beide. **Tel. 0176-43632696**

Verkauf

Waschmaschine, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE
Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3,
34466 Wolfhagen-Ippinghausen, 05692 9939472
Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 9-14 Uhr, **www.tm-store.de**

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

Entrümpelung aller Art **Tel: 0561-498835**

Ankauf

Modelleisenbahn und Zubehör gesucht. Telefon 05544 912031

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

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

Landwirtschaft & Forsten

Buche Brennholz
Tel. 05684 931670

www.kaminbrennholz.com
Tel. 0173/3950311

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

Stellenangebote

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

Auto-Ankäufe

☎Auto-Export ges. Zahle über Wert.
Kaufe alle Kfz, Diesel/Ben., auch Motorschaden. **0157-570 178 22**

Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen! 0800-186 00 00 (kostenlos) www.ankaufwohnmoblie.de

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

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

Umzüge

Biete Montageservice 01754517218

Kontakte

Polin macht fast alles! **01522-779 8837**

Bethel

menschlich.Bethel

v. Bodelschwingsche Stiftungen Bethel · www.bethel.de

LOKAL – Ihre Tageszeitung berichtet auch aus Ihrem Ort!