

BESSER HÖREN durch individuelle Höranalyse und Anpassung.
Mike Trinkus

Hans-Staden-Allee 6 | 34576 Homberg
www.hoergeraete-trinkus.de

GLEICH KOSTENLOSEN HÖRTEST VEREINBAREN – 05681 9369641 ...für besseres Hören

Hörakustik **TRINKUS**

HEIMAT NACHRICHTEN

MELSUNGEN · FRITZLAR
HOMBERG · BORKEN

FACHZENTRUM
MALERMEISTERBETRIEB
alessandro SCHMIDT
EXKLUSIVE-FAKUNGE

EXKLUSIVE WANDGESTALTUNG
Sellenweg 13 | 34582 Borken-Kleinenglis
Tel. 05682 / 49 99 | info@maler-fuerst.de
www.maler-fuerst.de

Ausbildungsplatz finden
Landkreis unterstützt digitale Börse.



Mehr Zeit zum Forschen
Gesamtschule setzt auf regelmäßige Projekttag.



Raus aus der Einsamkeit
Marion T. plant neue Selbsthilfegruppe.



30. Jhg. ■ Nr. 7

12. Februar 2022

Ehrennadel für Seniorenbeauftragte

Gemeinde Neuental zeichnet Eduard Husung und Karl Euler aus

Neuental – Ob gemeinsame Mittagessen, Freizeitaktivitäten oder gemütliches Beisammensein: Die Arbeit der ehrenamtlichen Seniorenbeauftragten ist durch die Coronapandemie nicht leichter geworden.
Eduard Husung und Karl Euler haben für ihren jahr-



Ehrennadel in Bronze: 1. Beigeordneter Erich Strohm (von links), Seniorenbeauftragter Eduard Husung, Gemeindevorsterin Birgit Sandner, Seniorenbeauftragter Karl Euler und Bürgermeister Dr. Philipp Rottwilm bei der Auszeichnung.

FOTO: CHANTAL MÜLLER

zehntelangen Einsatz deshalb nun die Ehrennadel in Bronze der Gemeinde Neuental erhalten. Husung und Euler waren bereits 2019 als Helden des Alltags ausgezeichnet worden.
„Wir haben euch immer unterstützt“, sagte Bürgermeister Dr. Philipp Rottwilm bei der Auszeichnung. „Aber ihr uns noch viel mehr.“ Ohne den ehrenamtlichen Einsatz der beiden Se-

niorenbeauftragten sei in der Gemeinde vieles nicht möglich, vor allem für die ältere Bevölkerung.
„Ihr seid ein Garant für gesellschaftliches Leben im Alter in Neuental“, lobte der Bürgermeister.
Eduard Husung und Karl Euler hatten sich den Posten des Seniorenbeauftragten über zehn Jahre geteilt. Euler hörte im vergangenen Jahr auf. Er war von 2011 bis

2021 Seniorenbeauftragter und ist als Fahrer des Neuentaler Bürgerbusses aktiv. Außerdem gehört er dem Ortsbeirat Zimmersrode an.
Eduard Husung engagiert sich ebenfalls seit 2010 als Seniorenbeauftragter.
Er habe im vergangenen Jahr das Amt an den Nagel hängen wollen, sich mangels eines Nachfolgers jedoch entschieden, noch ein Jahr dran zu hängen. Er

hofft, dass sich in diesem Jahr jemand findet, der die Arbeit übernehmen kann und will.
Über die Arbeit in der Seniorenarbeit hinaus kümmert sich Husung wie Euler um die Bürgerbusfahrten, von 2011 bis 2016 war er im Ortsbeirat und als Schlierbacher Ortsvorsteher aktiv. Seit 2016 gehört er dem Gemeindevorstand an.

chm

Containerdienst Fette
1-10 cbm
0152 13 27 81 66
In Sachen Qualitätsprodukte in Holz
www.fetteandfriends.com

Mitarbeiter (m/w/d) im Verkauf gesucht. ohne Vorkenntnisse
MICHA'S FISCHLADEN
www.michas-fischladen.de

Kaufe Alt- und Zahngold
Goldschmuck Galerie
Y. Gabriel · 34212 Melsungen
Kasseler Str. 1 · Telefon 05661 923785

Hilfe zur Bewältigung Ängste Panikattacken Depressionen
Borken - Praxis für Psychotherapie
05682 4044993
www.vitamedis.de

REIFENSERVICE
für Pkw + Kleintransporter
• Gartentechnik
• Forsttechnik
• Kommunaltechnik
pfalzgraf
Inh. Tim Werner
Am Krachenberg 5
34576 Homberg-Mörshausen
Telefon: 0 56 81 / 93 06 36
reifenservice@pfalzgraf-homburg.de
www.pfalzgraf-homburg.de

Knüllhotel Tann-Eck
34593 Knüllwald-Schellbach
Tel. 05681 9921-0 • Fax 9921-97
IHR AUSFLUGSZIEL IM SCHÖNEN KNÜLL
Am Wochenende bitten wir um Reservierung!
Coronaregel: 2G+
E-Tankstelle am Hotel
www.hotelanneck.de

Münzen am Markt
Münzhandlung Gold- & Silberankauf
• Gold- & Silbermünzen
• Münzen (auch komplette Sammlungen) und DM
• Gold- & Silberschmuck
• Uhren (Armband/Taschen)
• Silberbestecke & Geschirr
• Altgold/Zahngold
• Zinn/Zinngeschirr
• Orden und Ehrenzeichen
• diverse Kleinantiquitäten
Brückenstr. 7 • Melsungen
☎ 0 56 61 - 923 14 70
Inh.: Frau Anne Werner-Zilch

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 Gemüseeintopf
4. Kalbsfrikasse mit Champignons
5. Gnocchi-Gemüse-Pfanne
6. Seelachsfilet in Schalotten-Senf
7. Schweinebraten & Backpflaumen
DER GRISCHÄFER
Kasseler Straße 77-78 • 34308 Bad Emstal • Tel.: 05624 - 99 85 0

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

Groß-Flohmarkt Borken
13.2.
Tel. 0176/56790406
nur Maskenpflicht!

Autoteile Homberg GmbH
IHR PARTNER FÜR IHR AUTO. ALLES AUS EINER HAND.
Markenersatzteile und Zubehör für alle Pkw, Lkw und Schlepper.
Hersfelder Straße 18 • 34576 Homberg
Telefon 05681 939534 • Fax 05681 939563
E-Mail: Autoteile-Homberg@t-online.de
Web: www.autoteile-homberg-efze.de

Digitale Börse startet

Landkreis unterstützt Suche nach Ausbildungsplätzen

Fritzlar-Homburg – Einfach mit dem Handy oder Tablett mal im Netz schauen, welche Ausbildungsplätze angeboten werden und bei Bedarf gleich anfragen. Oder sich selbst mit seinen Qualifikationen darstellen und auf Anfragen warten. So einfach soll die Ver-

mittlung von Ausbildungsplätzen werden. Der Landkreis will Vorreiter in Sachen digitale Ausbildungsbörse sein, so Landrat Winfried Becker. Ab Montag, 7. Februar, startet das Onlineportal Matching Schwalm-Eder. Dort können sich Ausbildungs-

platzsuchende und Unternehmen präsentieren. Über ihre Profile, die auf der Seite angelegt werden, können Jugendliche und Unternehmen miteinander in Kontakt kommen.

Der Datenschutz wird gewahrt. Das Online-Angebot

wird 24 Stunden am Tag verfügbar sein. Während der vergangenen zwei Jahre der Corona-Pandemie sind die Ausbildungsbörsen des Landkreises ausgefallen, auch die in den Berufsschulen.

Um eine Alternative anzubieten, sei die Idee entstanden, ein digitales Angebot zu entwickeln. Dort könnten die Jugendlichen sich Profile zur Ausbildungssuche anlegen. Außerdem können sie die Profile der Unternehmen ansehen und deren Ausbildungsplätze.

Neben der Ausbildungssuche soll die Plattform auch die Praktikumsuche erleichtern. Wenn die Interessen sich überschneiden, können beiderseits Anfragen abgesendet werden.

„Absolutes Novum in der Region“

„Die Nutzung ist kostenfrei und ein absolutes Novum in der Region“, sagt Tatjana Grau-Becker von der Wirtschaftsförderung. Denn nur dort sei es möglich, die Kontakte zu knüpfen und sich zu verabreden. Das sei mit anderen Jobbörsen nicht vergleichbar und ein Glücksfall, dass es geklappt habe.

Die Plattform ist auch mit mobilen Endgeräten nutzbar. Unternehmen und Ausbildungsplatzsuchende präsentierten sich beide als Nachfrager, das sei einmalig. Und zudem seriös. Der Wunsch danach sei bereits vor Jahren entstanden.

Die Wirtschaftsförderung und die Jugendwerkstatt Felsberg arbeiten gemeinsam an der Realisation des Online-



FOTO: CHRISTINE THIERY

Gabriele Stützer vom Landkreis war federführend bei der Organisation der Online-Plattform „Matching Schwalm-Eder“.

Angebotes. „Der Datenschutz ist die größte Hürde gewesen“, sagt Gabriele Stützer vom Landkreis, die federführend für die Organisation der Plattform verantwortlich ist. Alle dafür benötigten Vorkehrungen wurden beachtet. So werden sensible Daten vom Profil erst dann sichtbar, wenn das Interesse durch die Beschreibungen geweckt worden ist und der Kontakt bestätigt wurde.

Damit wolle man die Teilnehmer schützen. Auch eher zurückhaltende Bewerber kämen so einen guten Zugang zu den Ausbildungsbetrieben. Das Angebot ist aus

der Region für die Region, soll aber auch für die angrenzenden Kreise gelten. Das vorrangige Ziel sei es, so viele Kontakte wie möglich zu schaffen.

Zusätzlich zum digitalen Angebot soll in diesem Jahr wieder die Ausbildungsbörse Schwalm-Eder in Borken stattfinden. Diese ist für den 27. September geplant.

Die Messe bleibe eine wichtige Präsenzveranstaltung, das Online-Angebot ist eine zeitgemäße Ergänzung zu den Börsen, erläutert Landrat Winfried Becker die Planung.

Infos: matching-se.de

Coaches helfen bei Profil-Erstellung

Die Profile können mithilfe von Coaches (Trainern) erstellt werden. Diese könnten sich nach Abstimmung mit den Jugendlichen auf deren Seiten einloggen und wenn diese das wollten bei den Bewerbungen oder sonstigen Formalitäten helfen und Tipps geben.

Die Coaches sind in der Regel Lehrer oder Sozialpädagogen, die die Jugendlichen aus der Schule oder von anderen Institutionen her kennen. Allerdings ist dies nicht zwingend notwendig.

Die Jugendlichen können ihr Profil auch selbst erstellen. Zum Inhalt gehören die bevorzugten Berufe, Schulabschluss, Noten, Qualifikationen, Stärken und besondere Sprach- oder Computer-

kenntnisse. Die Felder werden bei der Profilabfrage vorgeschlagen, sagt Gabriele Stützer. Man kann dazu noch persönliche Interessen angeben.

In einem sogenannten Bewerber-Cockpit können die Jugendlichen die Kontakte zu den Unternehmen verwalten. Diese wiederum agieren in einem Betriebs-Cockpit. Auf den Profilen der Unternehmen sieht man Informationen, Stellenangebote oder Videos zu den Betrieben.

Das Spiel beginnt, wenn man sich matcht – angefragt wird oder selbst anfragt. Die ersten Probe-Profilen seien bereits eingestellt und man habe eine gute und leichte Handhabung bestätigt, sagt Stützer. Nun müsse das Gan-

ze ins Rollen kommen, damit möglichst viele sich anmelden.

Die weiterführenden Gespräche oder konkreten Bewerbungen erfolgten dann außerhalb der Plattform. Künftig sollen auch duale Studiengänge angeboten werden. Unterstützt wird das Angebot von den Handwerkskammern und der IHK Regionalversammlung sowie der Kreishandwerkerschaft und von beruflichen und allgemeinbildenden Schulen.

DESIGN-KÜCHEN DIREKT AB WERK
Profitieren Sie bei Beratung und Preis!

AKTION BIS 28.02.2022
ALLE KÜCHEN
INKL. MIELE-BACKOFEN
+
MIELE-PIZZASTEIN
(IM WERT VON 199 €)

Gilt für alle Kaufverträge mit einem Verkaufspreis von mind. 10.000 Euro und Angebotsdatum ab dem 25.01.2022.

müller küchen – Werksverkauf Kassel
Holländische Straße 316, 34127 Kassel
Mo, Mi, Do, Fr: 10:00 – 18:30 Uhr
Sa: 10:00 – 16:30 Uhr
Tel. +49 (0) 561 – 861 94 176
www.mueller-kuechen-kassel.de

müller Küchen
Qualität seit über 100 Jahren

www.rb-becker.de

ab Mo, den 14.02.2022

Benzin-Hochtaster HB30
1,0kW/1,36PS
Gesamtlänge ca. 2,70 Meter
Kettensägeaufsatz 90° schwenkbar, Oregonkette-8-Schwert
119,50

SENIX Elektrischer Teleskop-Hochtaster CSPE7.5-M-EU
750W, Schnittgeschwindigkeit ca. 11m/sec., 5600U/min. Oregonkette & -Kette
39,98

Elektrische Kettensäge CSE22-M1-EU
2000Watt, Schwert: 400mm
35,90

SENIX Elektro-Messerschneider SDE25-M-EU
2500W, 5300U/min, Schnittdurchmesser: max. 40mm, inkl. Laufbandsack & Stopper
39,98

4 Takt Benzin Heckenschere HT4QL-M-EU
650W, Schnittlänge: 480mm
79,50

Gartentrolley Easy Go
hochwertiges Polypropylen, wetter- & UV-beständig
19,98

Der Große Bauer
versch. Sorten 250g
-29

FruchtZwerge Milchdrink
Vanille o. Schoko 200ml
-27

WIZ/Kleinalmerode
Industriest. 1 05542 / 93 39 60

Kassel
Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 351

Gudensberg
Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriest. 1 - 37217 Witzhausen/Kleinalmerode
Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deka. Für Druckfehler keine Haftung.

Aussaaterte
zum Säen Stecken & Pikieren 20 Liter Sack
1,99

Neu eingetroffen! FRANKONIA Qualitäts-Sämereien
viele versch. Sorten
ab -29

Kamin-Ofen 9
6 kW, Raumheizvermögen: 334 m², mit Holzfach, schwarz
799,50

Aduro
18l Fassungsvermögen, hitzebeständiges Aluminium-Saugrohr
29,98

Aschesauger GA18-1200.1
1200 Watt, 18l Fassungsvermögen, hitzebeständiges Aluminium-Saugrohr
29,98

Kopfkissen oder Steppbett
Natürlich gesunder Schlaf
anschlusssam, allergikergerecht, wärmeausgleichend, mit Reißverschluss, lange Lebensdauer, gute Verarbeitung

Strickstoff-Kopfkissen
40 x 80 cm
5,98

Kopfkissen
40 x 80 cm
7,98

Kopfkissen
80 x 80 cm
7,98

Steppbett
135 x 200 cm
14,99

Schmutzfangmatte Lupo
40 x 60 cm, rutschfest, versch. Farben
2,98

Bequemer gepolsterter Stuhl
gelb, hellgrau und anthrazit, Sitzhöhe ca. 49 cm, Breite ca. 65 cm
29,95

Mörtelrührer GRW 1414.1
Rührer für Mörtel, Putz und Kleber, Robustes und langlebiges Metallgetriebegehäuse
59,50

Wilckens Tiefengrund
5 Liter
5,99

Ulith Sanitär-silikon
versch. Farben 300 ml
4,99

Ulith Acryl-Dichtstoff
versch. Farben 300 ml
1,99

Wand- & Deckenfarbe
gut deckend, weiß, atmungsaktiv
10 Liter Eimer 5,99

Wilckens Polarweiß
extreme Deckkraft, hoher Weißgrad
10 Liter 19,98

Tolle Möbelserie von Home Affaire
Massivholz, hellbraun
Regal, 100x40x120 cm 75,00
Highboard, 100x40x120 cm 75,00
Lowboard, 160x45x50 cm 65,00

Nitro Universalverdünnung
1 Liter
2,55

Wand- & Deckenfarbe
gut deckend, weiß, atmungsaktiv
10 Liter Eimer 5,99

Wilckens Polarweiß
extreme Deckkraft, hoher Weißgrad
10 Liter 19,98

Milka Kekse
versch. Sorten 150-260g
1,29

Haribo
CandyMix oder KinderMix 550g
1,99

Coke light
0,5 Liter Glasflasche
3,50

becker
...IMMER WAS BESONDERES

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

HessenForst ist ein Landesbetrieb nach § 26 der Landeshaushaltsordnung und damit Teil der Landesverwaltung.

Für das Forstamt Melsungen suchen wir zum **nächstmöglichen Zeitpunkt** eine qualifizierte und engagierte Persönlichkeit (w/m/d) für die

Büroleitung

Die Stelle ist mit Bes. Gr. A 11 bzw. einer vergleichbaren Entgeltgruppe des TV-Hessen bewertet. Höhergruppierungsmöglichkeiten bestehen im Rahmen der tarif- und haushaltsrechtlichen Vorgaben. Wir möchten den Frauenanteil in diesem Berufsfeld erhöhen. Daher sind Bewerbungen von Frauen besonders erwünscht. Schwerbehinderte Menschen werden bei gleicher Eignung bevorzugt berücksichtigt. Die Stelle ist grundsätzlich teilbar.

Ihre aussagefähige Bewerbung sowie das ausgefüllte **Bewerbungsbeiblatt** richten Sie bitte per E-Mail bis zum **06.03.2022** an das Funktionspostfach des Forstamtes Melsungen „ForstamtMelsungen@forst.hessen.de“.

Unter www.hessen-forst.de/stellenangebote finden Sie alle Details zu dieser Ausschreibung. Telefonische Auskunft erteilt Ihnen gern bei Fachfragen die o. g. Dienststelle (05661 7378-11) und bei Fragen zum Bewerbungs- und Auswahlverfahren Frau Manns (0561 3167-128).

HEIMAT NACHRICHTEN
MELSUNGEN-FRITZLAR-HOMBURG-BORKEN

IMPRESSUM

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

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

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

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

Layout und Gestaltung:
DIGITALE KREATIV AGENTUR
Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

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

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Tel.: 0 56 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

Mehr Zeit für forschendes Lernen

Gesamtschule Gudensberg setzt auf regelmäßige Projekttag

Gudensberg – Die Dr.-Georg-August-Zinn-Schule (GAZ) in Gudensberg geht neue Wege. Als pädagogisch selbstständige Schule entwickelt sie neue Lernkonzepte und bricht so alte Fach- und Lernstrukturen auf.

„Das Lernen der Zukunft muss mehrdimensional angelegt sein, um der Komplexität der Themen und Sachverhalte unserer Gesellschaft gerecht werden zu können“, sagt Peter Hässel, Schulleiter der GAZ.

Unter anderem gibt es für die Fünftklässler wöchentlich einen Projekttag. Der Zusammenschluss der Fächer Erdkunde, Biologie und Kunst führt dazu, dass die Schüler Themengebiete aus verschiedenen Fachperspektiven beleuchten. So soll vernetztes Lernen stattfinden und Zusammenhänge klar werden, erläutert Christian Kellermann, Rektor für Schulentwicklung an der Gudensberger Gesamtschule.

„Durch den Zusammenschluss der drei Fächer ergeben sich für uns auch zeitlich ganz andere Möglichkeiten. Wir haben mehr Zeit für



Die Fünftklässler haben an einem Projekttag im Wald zahlreiche tierische Skelette gesammelt. FOTO: TINA MEYER

praktisches Arbeiten, forschendes Lernen und Exkursionen“, sagt Tina Meyer, Leiterin der Projekttag im Jahrgang fünf. „Bei unserem letzten Ausflug in den Wald sammeln die Kinder nicht nur zahlreiche Insekten, sondern entdeckten sogar eine Vielzahl von tierischen Skeletteilen. Der absolute Höhepunkt war dabei der Fund eines Wildschweinschädels“, sagt

sie. Bei den Schülern kommen die Projekttag gut an, berichtet Kellermann. Sie haben dabei Wahlmöglichkeiten. Es sei ihr Lieblingstag. Besonders würden sie sich freuen, wenn es in den Wald oder auf die Oberburg gehe. Während der sechsständigen Projekttag könnten Themen intensiver bearbeitet werden als in jeweils zwei Stunden Unterricht in den Fächern

Erdkunde, Biologie und Kunst pro Woche. Für Fünftklässler werden an den Projekttagen unter anderem die Themenbereiche: „Fledermaus – ein Vampir?“, „Der Mensch, das unbekannte Wesen“, „An der Nordseeküste“ und „Erde – mehr als nur Schmutz?“ angeboten.

Acht Lehrkräfte der GAZ haben die Unterrichtseinheiten fachschaftsübergreifend

ausgearbeitet. Da sich die Projekttag bislang bewährt haben, soll es sie auch für den Jahrgang sechs geben, so Kellermann.

„Es wird hier einen Verbund der Fächer Geschichte, Erdkunde und Religion geben. Angedacht sind beispielsweise Projekte zu den Themen Klimazonen, Klimawandel und Europa.“ Höhepunkt für die Schüler könnte ein Ausflug mit Übernachtung im Klimahaus Bremerhaven werden. Bewähren sich die Projekttag bei den Sechstklässlern, sollen sie auch für Siebtklässler und höhere Jahrgänge angeboten werden.

Neben den festen Projekttagen geht die Schule auch in anderen Bereichen neue Wege. Dazu zählen zum Beispiel das Raumkonzept mit großen Lernbüros und Lernwelt, die kleineren Klassengrößen, die wöchentlichen Coachinggespräche, das individualisierte Lernen mit dem iPad, der Einsatz der digitalisierten Lernplattform Scobeos (HNA berichtete).

Das neue Unterrichtsfach „GanZ STARK“ soll den Klas-

senverband und das Verantwortungsbewusstsein der Schüler stärken. Vorgesehen sind laut Kellermann iPad-Paten und beispielsweise Besuche im Altenheim.

ciz

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

Türkischer Gold Basar
GOLD-ANKAUF
Goldpreis auf Rekordhöhe!
Bei uns zu vergleichen, lohnt sich immer!
Sofort Bargeld!!!
Rufen Sie gleich an!
Telefon 05 61-161 75
Werner-Hilpert-Str. 9 (nahe Kultur-Bahnhof), Kassel
Mo.-Fr. 10.00 bis 18.00 Uhr - Sa. 10.00 bis 15.00 Uhr



Vor 50 Jahren: Gesangverein Körle 1882 – Gemischter Chor von 1972. FOTO: CHRONIK 100 JAHRE GEMISCHTER CHOR KÖRLE

Chor besteht seit 140 Jahren

Der Gesangverein Körle 1882 heißt neue Mitglieder willkommen

Körle – Der Gesangverein Körle blickt auf eine 140-jährige Vereinsgeschichte zurück. Er ist somit der älteste Verein in der Gemeinde Körle.

Er wurde im Februar im Jahr 1882 als reiner Männerchor gegründet, dem sich ein Frauenchor anschloss.

Die im Verein tätigen Chöre (Gemischter Chor und Männerchorgemeinschaft Körle-Albshausen) verfügen über ein reichhaltiges Liedgut aus vielen Epochen und Stilrichtungen der Chormusik, heißt es in einer Mitteilung des Chors.

Der Verein hat sich die Pflege des Chorgesanges, der Gemeinschaft und kultureller Belange zum Ziel gesetzt. In

einer Mitteilung heißt es: „Wer gerne singen möchte im Chor, der stelle an einem Übungstage sich vor. Ein jeder wird uns willkommen sein, herzliche Kameradschaft schließt ihn ein.“

Ob aktiv oder passiv, ein jeder der singen kann, wird genommen, selbst Sponsoren sind willkommen.“ Der Gemischte Chor übt mittwochs im Musikraum der Berglandhalle.

Der Männerchor Körle-Albshausen übt zweimal im Monat im Musikraum der Berglandhalle bzw. im DGH Guxhagen-Albshausen. dho

Kontakt: Vorsitzender Hans Hillwig, Tel. 05665/ 2690

Spende für Opfer der Berufsverbote

GEW spendet 1000 Euro

Melsungen/Fritzlar – Der Kreisverband Melsungen-Fritzlar-Homburg der Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft (GEW) spendet 1000 Euro an den Neuen-Heinrich-Heine-Fonds.

Am 28. Januar jährte sich zum 50. Mal der Jahrestag der Verabschiedung des Radikalerlassens. Viele der damals

vom Berufsverbot Betroffenen lebten heute in Altersarmut. GEW, DGB und zahlreiche Privatpersonen fordern schon lange die Rehabilitierung und Entschädigung der Betroffenen.

Um einen unbürokratischen Rahmen bereitzustellen, wurde der Neue-Heinrich-Heine-Fonds eingerichtet. ddd



Impfen hilft.

Auch allen, die du liebst.

Wir helfen bei Fragen:

☎ **116 117**

corona-schutzimpfung.de



Die Bundesregierung

Endlich raus aus der Einsamkeit

Marion T. plant Selbsthilfegruppe für Menschen, die Lebensfreude suchen

Schwalm-Eder – Seit ihr Partner vor drei Jahren verstarb, ist in ihrem Leben viel Leere. Bis jetzt hat die Zeit nicht alle Wunden geheilt. Marion T. aus Homberg fühlt sich oft einsam und allein. Daher will sie nun eine Selbsthilfegruppe gründen. Sie sucht mit Unterstützung der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen, kurz Kiss, Gleichgesinnte, die ihre Gefühle und Gedanken teilen möchten, Trost suchen und gleichzeitig wieder neuen Lebensmut finden wollen.

Der Tod des Partners kam für die heute 57-jährige plötzlich, ohne jegliche Vorwarnung. „Er kam abends nach Hause und setzte sich aufs Sofa“, sagt sie. Ein Abend wie viele andere auch. Doch es war der letzte gemeinsame: Am nächsten Morgen fand sie den 56-jährigen tot auf. Die-



Blick ins Leere: Marion T. aus Homberg ist nach dem Tod ihres Partners oft einsam und sucht Gleichgesinnte für eine Selbsthilfegruppe.

FOTO: CHRISTINE THIERY

sen Schock kann sie noch heute kaum verwinden, obwohl der Verlust drei Jahre her ist. Sie steht eigentlich mitten im Leben. Ihrem Beruf als Altenpflegerin geht sie wie gewohnt nach. Finanziell

war sie immer unabhängig, sie weiß, wie man vorsorgt. „Alle denken, ich sei stark“, sagt sie. Doch innerlich sehe es ganz anders aus.

Wenn sie von der Arbeit nach Hause kommt, erwartet

sie die Leere: Mit dem Verlust des Partners hat sich ihr Leben grundlegend verändert. Erst jetzt, nach drei Jahren, hat sie sich therapeutische Hilfe gesucht, weil sie nicht klar komme. „Mir ist jegliche

Lebensfreude abhandengekommen“, sagt sie. Zwar habe sie ihre beiden Kinder und die Enkel in der Nähe, aber diese wolle sie auch nicht immer mit ihren Problemen belasten. Die Familien haben eigene Leben. Das sei auch verständlich.

Der Kontakt zu den Paaren, mit denen sie früher gemeinsam mit ihrem Partner viel unternommen habe, sei nahezu eingeschlafen. Selbst wenn sie eingeladen werde und sich alle sorgten, fühle sie sich doch oft wie das fünfte Rad am Wagen. „Viele können es nicht verstehen, dass es mir nach drei Jahren immer noch so schlecht geht.“

Die beste Freundin wohnt in Kassel, die beiden Frauen sehen sich nicht häufig. Dass Kontakt das Beste sei, wisse sie selbst. Aber: „Wo soll ich denn hier als Frau alleine hingehen? Noch dazu in Coronazeiten?“

Also hocke sie nach der Arbeit oft allein zu Hause, beschäftige sich mit Aufräumen, Putzen und Sortieren. „Aber wenn man allein lebt, ist auch nicht so viel zu tun.“

Daher hat Marion T. nun die Idee aufgegriffen, eine Selbsthilfegruppe zu gründen. Sie hofft, dass es viele Menschen in ähnlichen Situationen gibt, die den Partner verloren haben und sich einsam fühlen. „Es geht nicht nur darum, Gleichgesinnte

zu treffen und Nöte zu teilen. Im Mittelpunkt sollen Aktivitäten stehen wie gemeinsames Kochen, Ausflüge und Spielabende. Vieles sei denkbar.“ Ziel sei es, mithilfe einer Gruppe die Lebensfreude wieder zu finden. Die Selbsthilfegruppe solle weder eine Partnerbörse noch ein Trauerforum werden. Vielmehr gehe es darum, nette Menschen zu finden, die sich aufgrund ihrer Erfahrungen verstehen und die zu neuen Ufern aufbrechen wollten.

Ansprechpartner soll zunächst die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen („Kiss“) in Homberg sein. „Wir vermitteln die ersten Kontakte“, sagt Sozialpädagogin Madlen Honal-Link.

Sie glaubt, dass das Thema als Selbsthilfegruppe gut funktioniert: Aus ihrer Berufspraxis heraus weiß sie, dass es vielen Menschen ähnlich geht wie Marion T.: Viele fühlten sich nach dem Tod des Partners einsam. Aber es brauche immer jemanden, der den Anfang mache. „Wir von Kiss unterstützen Gruppen gerne, gründen aber selbst keine“, erklärt sie. *czy*

Kontakt: Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen beim Psychosozialen Kontaktzentrum Schwalm-Eder Nord in Homberg, Memelweg 4, madlen.honal-link@psz-sen.de Tel. 0 56 81/ 9 32 72 11.



ASKLEPIOS

informiert

Nicht von der Stange

Maria Thiel erhält ein maßgefertigtes Kniegelenk

Schwalmstadt. Im renommierten Endoprothetikzentrum des Asklepios Klinikums Schwalmstadt werden jährlich mehrere Hundert künstliche Gelenke eingesetzt, überwiegend Hüft- und Knie-Prothesen, bisweilen aber auch im Schulterbereich. Bei Maria Thiel stand im vergangenen Jahr eine solche Knie-OP an, denn sie plagte sich schon seit Langem mit Beschwerden bei jeglicher Bewegung und vor allem bei Belastung. Die Diagnose lautete Gonarthrose, also Knorpelverschleiß im Kniegelenk. „Ein neues Knie war schon früher nötig, aber ich war noch zu jung“, erzählt die 31-Jährige – schließlich habe sie ihr Facharzt zu den Spezialisten nach Ziegenhain überwiesen. „In der Regel verwenden wir konfektionierte Endoprothesen, die gibt es in verschiedenen Größen“, erklärt Dr. Karol Stiebler, „in den Untersuchungen vor dem geplanten Eingriff stellten wir jedoch fest, dass keines der Standardmodelle in Frage kam, denn die Patientin leidet unter Kleinwüchsigkeit“. Die das Kniegelenk bildenden Knochen seien sehr klein, so der Chefarzt weiter, „zusätzlich ist bei ihr die Oberschenkelseite



Die Maßanfertigung ist gut eingepasst: Dr. Karol Stiebler zeigt Maria Thiel anhand von Röntgenaufnahmen den Sitz der Endoprothese.

FOTOS: ASKLEPIOS

des Kniegelenks stark deformiert“. Eine Firma in der Schweiz stellte dann den maßgeschneiderten Gelenkersatz her, zuvor mussten in einer Computertomografie allerdings erst die exakten Maße ermittelt werden. Anhand der CT-Bilder haben die schweizer Ingenieure und der Operateur die Endoprothese gemeinsam geplant. „Wir sind seit 2014 zertifiziertes Endoprothetikzentrum und

haben inzwischen schon mehrmals mit den schweizer Partnern ein sonderangefertigtes Hüftgelenk eingesetzt, aber im Bereich Knie war es das erste Mal“, blickt der erfahrene Chirurg zurück.

Aufgrund der besonderen Umstände musste die OP um etwa zwei Monate verschoben werden, doch Ende Dezember war es soweit. „Ich bin einigermaßen entspannt“, gab sich Maria Thiel zuversichtlich, sie sei schon eine erfahrene Patientin, schließlich habe sie bereits eine künstliche Hüfte. „Ein solcher Eingriff dauert etwa 60 bis 90 Minuten“, sagt der Operateur, dieser werde sowohl in Teil- als auch in Vollnarkose durchgeführt. „Die Operation verlief nach Plan“, freut sich der Mediziner, „für die Implantation der maßgefertigten Endoprothese haben wir auch individualisierte Schnittblöcke verwendet – das erlaubt ein präzises Einsetzen des

Kunstgelenkes“, ergänzt Dr. Stiebler. „Die Patientin hat den Eingriff sehr gut überstanden“, bestätigt der Arzt, „schon am Operationstag konnten die Physiotherapeuten mit den ersten Übungen beginnen“. An die OP schloss sich ein zehntägiger stationärer Aufenthalt in der Klinik an, um die Wundheilung zu kontrollieren und die ersten Schritte unter fachlicher Aufsicht durchzuführen. Für die weitere Mobilisation der Patientin folgte eine vierwöchige Reha-Maßnahme in Reinhardshausen – heute kann sie schon wieder ohne Gehstützen laufen. „Durch das neue Kniegelenk habe ich keine Schmerzen mehr und somit eine viel bessere Lebensqualität“, freut sich Maria Thiel. Bei der Nachuntersuchung zeigt sich auch Dr. Stiebler sehr zufrieden mit dem Ergebnis, „mit dieser Maßanfertigung konnten wir der Patientin ihre Mobilität wiedergeben“.



Sichtbare Schädigung: Die Modelle des verschlissenen und des neuen Kniegelenks darf Maria Thiel mit nach Hause nehmen.

Auszeichnung fürs Energiesparen

Schule aus Treysa belegt ersten Platz

Schwalm-Eder – Auch im vergangenen Schuljahr hatten die Schulen im Schwalm-Eder-Kreis die Möglichkeit, am pädagogischen Prämienmodell „Energiesparen an Schulen“ teilzunehmen. Dabei sicherte sich erneut die Schule im Ostergrund aus Treysa den ersten Platz.

„Eine ressourcenschonende Lebensweise ist in der heutigen Zeit von großer Bedeutung. Um die Energiereserven der Umwelt nachhaltig zu nutzen, muss sie von den Menschen aktiv genutzt werden. Ein besonders guter Lernraum sind Schulen, denn dort verbringen die Kinder und Jugendlichen einen Großteil ihrer Zeit“, so Markus Karl Pollok, Dezernent für Energie und Klimaschutz. In der Schule im Ostergrund in Treysa nimmt die Umweltbildung einen besonders hohen Stellenwert ein. Damit erreich-

te die Schule im Ostergrund 47 von 50 möglichen Punkten, gefolgt von der Regenbogenschule in Züschen mit 46,5 Punkten.

Den geteilten dritten Platz belegten mit jeweils 46 Punkten die Bundespräsident-Theodor-Heuss-Schule in Homberg und das Schwalmgymnasium in Treysa. Von 67 Schulen beteiligten sich insgesamt 46 am pädagogischen Prämienmodell. „Wir legen viel Wert darauf, dass alle Schülerinnen und Schüler mitarbeiten. Dazu gehören zum Beispiel die Energiebeauftragten in den Klassen und regelmäßige Projekte, die das Umweltbewusstsein vertiefen“, so Mathematiklehrer Ruslan Renz.

Alle Schulen hatten zudem auch wieder die Chance auf einen Sonderpreis, der für besonders großes Engagement bei Projekten und Aktivitäten zum Thema Energie und Klimaschutz verliehen wird. Hier konnte vor allem die Anne-Frank-Schule Homberg mit ihrem Projekt „Schul-Saisongarten“ überzeugen und sicherte sich den mit 1500 Euro dotierten ersten Platz.

Aber auch die Astrid-Lindgren-Schule Neukirchen mit dem Projekt: „Hochbeete pflanzen, Frühblüher, Kräuter“, die Matthias-Claudius-Schule Wernswig mit dem Projekt: „Hochbeete bauen, befüllen, pflanzen und pflegen“ und die Osterbach-Schule Homberg mit dem Projekt: „Sonnenblumenwettbewerb“ erhielten jeweils 500 Euro für ihr Engagement und ihre Projektarbeit. Insgesamt wurden vom Kreis 29 880 Euro als Prämie für das Schuljahr 2020/21 an die Schulen ausbezahlt. *ciz*

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

Homberg Stadt, ruhige Lage, ELW, 68qm, 2 ZKB, EBK, möbliert, Keller, Terrasse, keine Haust., NR u. NT, ab 1.4.22 frei, KM 450€ + NK + 3MM Kauton. Zugschr. unter Z133110 an diese Zeitung

Ankauf

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

Stellenangebote

Fahrer m/w/d für Personenbeförderung sowie Disponent m/w/d gesucht.
Jens Marggraf GmbH
Melsungen, Fritzlar, Tel.: 05661 1220

Krank im Home Office

Bettanten-Entscheidung bewusst treffen

Im Homeoffice sind die Barrieren für Beschäftigte, sich an den Laptop zu setzen, obwohl sie krank sind, besonders niedrig. Wie zieht man eine Grenze?

Seit Beginn der Corona-Pandemie ist es vielerorts ein No-Go geworden, mit Erkältungssymptomen zum Arbeitsplatz zu kommen. Das hat aber nicht wirklich dem Präsentismus ein Ende gesetzt. So nennt sich das Phänomen, wenn Beschäftigte auch krank zur Arbeit kommen.

Im Gegenteil: Vielfach hat er sich ins Homeoffice verlagert. So zeigt eine kürzlich veröffentlichte Studie erste Tendenzen, dass Beschäftigte in vielen Fällen trotz Krankheit von zuhause aus arbeiten. Besonders Schuldgefühle seien dafür ausschlaggebend, so die Studienautorinnen der Kühne Logistics University in Hamburg und der WHU-Otto Beisheim School of Management in Düsseldorf.

Zum Meeting wird man sich ja wohl auch mit ein bisschen Kopfweh und einer verschleppten Nase noch zuschalten können, oder?

Utz Niklas Walter, Leiter des Instituts für Betriebliche Gesundheitsberatung (IFBG), verrät im Interview, wie Beschäftigte die richtige „Bettanten-Entscheidung“ treffen und welche Rolle dabei Führungskräfte haben.

Warum fällt es vielen im Homeoffice schwer, nicht zu arbeiten, obwohl sie krank sind?

Utz Niklas Walter: Generell kann man sagen: Im Homeoffice ist es natürlich leicht, mal eben das Notebook in die Hand zu nehmen. Man fühlt sich nicht so fit, sitzt im Bett und hat häufig den Laptop oder das Smartphone ohnehin griffbereit. Da passiert es schnell, dass man auch die E-



Im Bett ist der Laptop eh da: Da checkt man schnell mal Mails, anstatt sich auszukurieren.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Mails checkt. Die Barrieren sind niedrig. Welche Gründe speziell für Präsentismus im Homeoffice ausschlaggebend sind, dazu gibt es kaum Forschungserkenntnisse. Diese sind aber wahrscheinlich ähnlich wie beim klassischen Präsentismus.

Und da zeigen unsere Auswertungen von 16 000 Datensätzen, dass Beschäftigte vor allem wegen dringender Aufgaben und Terminen trotz Krankheit arbeiten. Der zweithäufigste Grund ist angehäufte Arbeit. Und an dritter Stelle steht der Wunsch, den Kolleginnen und Kollegen nicht zur Last zu fallen. Jüngere Beschäftigte sagen zudem häufig, dass es an einer Vertretung für sie fehle.

Wie setzen Beschäftigte selbst sinnvolle Grenzen?

Zunächst trifft jeder von uns jeden Morgen eine Bettanten-Entscheidung - ich wache auf und spüre, wie gut es mir geht und was ich heute machen kann. Diese Entscheidung sollte bewusst getroffen werden. Ausschlaggebend sind letztlich die Symptome. Wie geht

es mir? Wie fühle ich mich gerade? Wenn ich zum Beispiel nur ein leichtes Kopfschmerzen oder ein leichtes Kratzen im Hals habe, muss das nicht heißen, dass ich den ganzen Tag im Bett verbringe. Man sollte hier auch an den Arbeitgeber denken.

Wenn ich aber merke, ich habe stärkere Symptome und die Gefahr einer Verschleppung der Krankheit droht, dann sollte man sich lieber einen Tag rausnehmen, viel trinken, den Laptop abschließen und sich ausruhen. Entscheidend sollten also die Stärke der Symptome und die Frage sein, ob eine Verschleppung möglich ist.

Wie finden Teams hier eine gute Übereinkunft, so dass keine falsche Erwartungshaltung entstehen?

Letztlich kann man eine Art Selbstverpflichtung im Team entwickeln. Am besten hält man schriftlich fest, wie man mit diesen Dingen umgehen möchte und lässt das dann auch von jedem unterschreiben. Nach dem Motto: „Das ist unser Präsentismus-Kodex.“ Wichtig ist dabei, einen gu-

ten Kompromiss zwischen den Wünschen des Arbeitgebers und der Arbeitnehmer zu finden. Außerdem sollten Führungskräfte versuchen, in ihren Teams eine Kultur der Achtsamkeit für das Thema zu entwickeln.

Dazu gehört zum einen, dass sie ihre Vorbildfunktion erfüllen und selbst nicht krank im Meeting erscheinen. Zum anderen sollten sie niemanden dafür loben, wenn er oder sie krank arbeitet. Etwa: „Mensch, super, du bist ja jetzt trotzdem hier!“ oder „Toll, dass du jetzt heute noch einmal arbeitest.“ Diese Signalwirkung ist fatal, vor allem in Meetings vor anderen Leuten.

Ein weiterer Punkt: Führungskräfte sollten besonders kompetitive Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schützen - indem sie klar sagen: „Du ruhst dich jetzt aus und nimmst dich raus.“

Das wird geschätzt, weil den Beschäftigten am Ende die Entscheidung abgenommen wird. Die Person muss sich keine Gedanken machen, in welchem Licht sie jetzt wohl vor der Führungskraft da steht. tmn

Angemessene Bildschirmzeit

Drei Tipps zur kindgerechteren iPhone-Nutzung

Kinder und Smartphones - das ist Fluch und Segen zugleich. Einerseits sollen die Kinder den Umgang mit digitalen Medien lernen. Andererseits soll es eben auch nicht zu viel sein - und auch nicht alle Apps sind geeignet.

Die Kontrollfunktion Familienfreigabe (zu finden in den Einstellungen für die eigene Apple-ID) hilft weiter. Hier können Eltern eine Familiengruppe mit Konten für die Kinder einrichten und verwalten - wenn denn alle ein iOS-Gerät haben. Hat nur das Kind ein iOS-Gerät, richtet man die Schutzfunktionen in den Einstellungen unter „Bildschirmzeit“ ein und schützt sie mit einem Sicherheitscode. Die drei praktischsten Funktionen im Überblick:

Zeitlimits: Hier können für jede App-Kategorie Begrenzungen eingerichtet werden. Etwa weniger Zeit für Social Media, Chats und Spiele, dafür mehr Zeit für Bildung. Nach Ablauf des eingeräumten Zeitraums werden die Apps für den Rest des Tages gesperrt. Mit der Funktion „Auszeit“ können gleich



Videos ohne Ende? Freut den Nachwuchs, besorgt viele Eltern.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMN

komplette Zeiträume eingerichtet werden, in denen dann nur noch zugelassen Apps und Anrufe verfügbar sind - zum Beispiel während der Schlafenszeit.

Inhalte und Altersgrenzen:

Apps installieren? Filme schauen? Ein pauschales Ja oder Nein ist hier schwierig. Die „Beschränkungen“ erlauben die Feineinstellungen. Hier lässt sich unter „Inhaltsbeschränkungen“ einstellen, welche Altersfreigaben für Filme okay sind, welche TV-Sendungen die Kinder sehen dürfen oder welche Altersklassen für Apps in Ordnung sind. Auch nicht jugendfreie

Web-Inhalte und die Vernetzungsfunktionen des Gamecenters können hier gesperrt werden.

Fragen vor dem Kauf:

Das Kind will eine App haben? Wenn man die Funktion „Kaufanfrage“ aktiviert, muss es fragen. Als Familienorganisator erhält man dann eine Anfrage - und kann erlauben oder ablehnen. Für eingelöste Codes, den Download bereits gekaufter Apps oder für Updates funktioniert diese Anfragepflicht allerdings nicht.

Ein weiterer Schutz vor unerwünschten Ausgaben über App Store und Co.: In den

„Beschränkungen“ die In-App-Käufe sperren. Letzteres ist besonders dann wichtig, wenn man nicht die Familienfreigabe nutzt, sondern die Schutzfunktionen auf dem Gerät selbst regelt.

Der Expertenrat: Grundsätzlich sind technische Sperren nur ein mögliches Mittel, das besonders jüngeren Kindern helfen soll. Die Initiative „Schau hin!“ rät zusätzlich zu verbindlichen Absprachen, um mit fortschreitendem Alter einen bewussten Umgang mit Medien zu entwickeln.

Die Empfehlung für Bildschirmzeit lautet: Für Kinder bis fünf Jahre maximal eine halbe Stunde täglich, für Sechs- bis Neunjährige eine Stunde. Ältere Kinder ab zehn Jahre erhalten lieber ein wöchentliches Zeitkontingent.

o können sie auch lernen, mit ihren Ressourcen zu arbeiten. Eine grobe Empfehlung: Zehn Minuten pro Lebensjahr am Tag oder eine Stunde pro Lebensjahr in der Woche. Mediennutzung für Schule und Bildung sollte nicht angerechnet werden. tmn

Ich suche zum nächstmöglichen Termin eine(n) qualifizierte(n)

Steuerberater (m/w/d)

Steuerfachangestellte (m/w/d)

Steuerfachwirt/Bilanzbuchhalter (m/w/d)

Gerne auch junge/n Kollegen/in, auch als Partner/in. Ihr Aufgabenbereich umfasst die selbstständige Bearbeitung der Finanz- und Lohnbuchhaltung sowie die Erstellung von Jahresabschlüssen und Steuererklärungen. Ich biete Ihnen eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit in einer freundlichen und teamorientierten Arbeitsatmosphäre, kontinuierliche Fortbildungen und Unterstützung in Ihrer beruflichen Weiterentwicklung.

LOTHAR HIRTH – Steuerberater –

Am Vogelsang 4 | 34582 Borken | Telefon 05682 70820
lothar.hirth@steuerberater-hirth.de

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



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

Nachhaltiger gärtnern

Es kommt auch auf die kleinen Dinge an

Auch wenn man einen prächtig grünen Garten hat - er ist anders als die Natur. Und oft tun wir darin Dinge, die nicht so gut für ihn und in der Folge auch nicht gut für die Umwelt sind. Dabei könnte nachhaltiges Handeln gerade hier

anfangen: im eigenen Garten, wo man sich der Natur gefühlt so bewusst wird. „Während sich in der Natur die Stoffe beim Wachsen und Vergehen von pflanzlichem und tierischem Leben im Gleichgewicht halten,

wurde im Laufe der Industrialisierung im gärtnerischen Landbau immer mehr entnommen als gegeben“, sagt Marja Rottlieb vom Naturschutzbund Deutschland (Nabu). Schließlich werden Heutzutage nicht nur Blätter, Blü-

ten und Früchte geerntet, sondern auch Schnittgut und Herbstlaub dem Kreislauf entzogen. Ein guter Anfang, etwas zurückzugeben, ist für Rottlieb das Anlegen eines Komposts im Garten. „Man sammelt die gesunden Pflanzenreste im Garten ein, lässt sie verrotten und bringt sie anschließend wieder als Dünger in den Kreislauf ein.“ Gleichzeitig wird mithilfe von Kompost die Bodenstruktur verbessert, sodass sich Würmer und viele im Boden lebende Insekten besser darin bewegen können. Darüber hinaus verhilft Kompost beim Speichern von Wasser in der Erde.

Eine gute Alternative ist die Verwertung der abgeschnittenen und gehäckselten Pflanzenreste als Mulch zwischen den Pflanzen im Beet. Der Vorteil des Mulchens ist, dass die Decke die oberste Bodenschicht schützt. „Eine Bodenbedeckung erhält auch das Bodenleben und sorgt dafür, dass eine natürliche Lockerung und Belüftung des Bodens erfolgt“, so Rottlieb. Da der Mulch nach und nach verrottet, gehen auch über ihn wertvolle Nährstoffe zurück an die Erde.

Die Nachhaltigkeit lässt sich Schritt für Schritt steigern. Ein Baustein ist die Auswahl und der Einkauf der Pflanzen. Für Burkhard Bohne, Technischer Leiter des Arzneipflanzengartens der Technischen Universität Braunschweig, haben heimische Pflanzen eine wichtige Rolle inne. Er rät gerade im



Ein Kompost ist ein Weg, dem Gartenboden etwas zurückzugeben. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Das Gartencenter Grünwald informiert

Anzeige

Frische Luft für Ihr Zuhause

Jetzt schon für den Genuss aus dem eigenen Garten sorgen

Region Die Tage werden länger und die Temperaturen steigen langsam – ein neues Gartenjahr beginnt. Die ersten Frühlingsblüher beginnen zu wachsen und freuen sich auf Ihren Garten. Neben den klassischen Primeln, die die erste Farbe in den Garten bringen, sind auch schon einige Frühlingszwiebeln mit vorne dabei. Dazu zählen die Narzisse – mit ihrer freundlichen Farbe Gelb, die Hyazinthe in den unterschiedlichen blauen und lila Tönen und die kleinen, aber feinen Krokusse. Alle diese Pflanzen bringen jetzt die ersten Farben in Ihren Garten und das Trübe und Gräuliche verschwindet allmählich. Für alle, die im Sommer und im Herbst etwas aus Ihrem Garten ernten wollen, haben wir von Garten-Center Nordharz/Grünwald jetzt schon etwas Pas-

sendes. Viele Gemüsesorten und Kräuter können selbst angezchtet werden. Man braucht zwar etwas Geduld, doch es ist auch sehr interessant, den Pflanzen beim Wachsen zuzusehen. Mit Tipps und Tricks von uns ist der Start für die eigene Ernte kinderleicht. Sie finden bei uns alles für den Beginn in die eigene Anzucht. Am wichtigsten sind hierbei wohl die Sämereien. Sie haben bei uns eine Riesenauswahl aus über 600 verschiedenen Pflanzen, Gemüse- und Kräutersorten –

da ist doch für jeden Geschmack etwas dabei. Ferner benötigt man noch einige andere Utensilien, wie ein Anzuchtgewächshaus, Anzuchttöpfe und die richtige Erde, das alles finden Sie natürlich auch bei uns. Und dann kann es auch schon los gehen – wir von Garten-Center Nordharz/Grünwald wünschen Ihnen viel Erfolg und Freude bei der Anzucht der eigenen Pflanzen und stehen Ihnen zur Seite.

Garten-Center Grünwald Zoo & Co., Fuldastraße 4, Baunatal



Jetzt schon mit der Anzucht der eigenen Ernte beginnen.

BILD: GARTEN-CENTER NORDHARZ/GRÜNWALD

grünwald
GARTENCENTER & ZOO
GmbH & Co. KG

Jede Idee eine Valentins-Überraschung

Baunatal |
Fuldastraße 4 |
05665/8150 |
Mo. - Sa. 09:00 - 19:00 Uhr |
www.gartencenter-nordharz.de
Angebote gültig bis 19.02.2022



Phalaenopsis
Multiflora - 2 Rispen

7,99 €
~~9,99 €~~



Phalaenopsis
Cascade - 3 Rispen
Umbrella - 2 Rispen

14,99 €
~~19,99 €~~



Frühjahrsblüher
Narzissen / im 12er
Hyazinthen Topf

1,99 €
~~2,49 €~~



Primel
im 11er Topf

-,99 €
~~1,39 €~~



Capiz-Girlande
verschiedene Ausführungen
180 cm

5,99 €
~~8,99 €~~



Grünpflanzen
verschiedene Sorten
im 12er Topf

3,99 €
~~4,99 €~~



Dracaena
Lemon Lime |
Warneckii |
ca. 100 cm hoch

24,99 €
~~34,99 €~~



Über 500 Sorten
an Sämereien...

Anzuchttöpfe
quadratisch / 6 cm
24 Stück

1,99 €

Anzucherde
10 Liter

2,99 €

Coupon
15 %
auf eine Grünpflanze
Ihrer Wahl
Gültig bis 26.02.2022



Coupon
10 %
auf einen Artikel Ihrer Wahl
- aus unserem
gesamten Sortiment -
Gültig bis 26.02.2022



Änderungen und Irrtümer vorbehalten



Auch wenn ein Strauß mit regional wachsenden Blumen im Winter eine Herausforderung ist, es gibt ihn – unter anderem mit Christrosen und Weidenkätzchen.

FOTOS: STEPHANIE WITTMER/STEPHANIEWITTMER.CH/DA-TMN

Statt Rosen aus Kenia Slowflower-Alternativen zu Valentinstag

Rosen mitten im frostigen deutschen Winter? Das geht nicht, daher stammen die meisten Blumen zum Valentinstag aus fernen Ländern. Das ist nicht gut für die Umwelt. Aber was ist eine Alternative?

Rosen und Valentinstag gehören für viele Liebenden zusammen. Für Corinna Hölzel nicht. „Wenn ich im Laden die Sträuße mit den riesigen roten Rosen sehe, gelingt es mir nicht, Freude zu empfinden“, sagt die Pestizid-Expertin des Bundes für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND). Die Gründe dafür liegen unter anderem in den langen Transportwegen, dem Einsatz von Pflanzenschutzmitteln und den schlechten Arbeitsbedingungen. „Die Rosen werden aus afrikanischen und lateinamerikanischen Ländern kurzfristig eingeflogen, um den enormen Bedarf zu decken“, sagt Hölzel. Bei der Produktion auf den Plantagen werde ein Cocktail an Pestiziden eingesetzt, von dem sich bei Tests regelmäßig Rückstände in den Schnittrosen finden ließen.

Aber es gibt noch mehr gute Gründe gegen die Blume der Liebe als Geschenk am Valentinstag: „Die Arbeiter wissen meist nichts von den Gefahren, haben keine Schutzkleidung, keine geregelten Arbeitszeiten. Die Menschenrechtslage ist in der Regel katastrophal, wenn der Betrieb nicht Fairtrade-zertifiziert ist“, berichtet Hölzel. Gibt es Alternativen, die man mit gutem Gefühl überreichen kann? Viel ist es nicht, was die Natur hierzulande zum Valentinstag an

Blumen für einen üppigen Strauß in Aussicht stellt. Schneeglöckchen und Krokusse halten sich zwar recht gut in der Vase, taugen aus Hölzels Sicht dennoch nur bedingt als Schnittblumen. „Die Frühblüher sind für die Wildbienen sehr wichtig. Sie komplett abzusäbeln, ist nicht zu empfehlen.“

Maja Bartholet setzt für den Valentinstag auf Sträuße mit Schneerosen und Weidenkätzchen, die sie mit getrockneten Strohblumen, Zinnien, Dahlien und Gräsern kombiniert. Die Schweizer Farmerfloristin nutzt für ihre Sträuße nur das, was ihr Garten ihr im Überfluss im Februar bietet. Sie gehört der Slowflower-Bewegung an. Die Mitglieder bauen Schnittblumen an - regional, saisonal und pestizidfrei. Rosen zu Valentinstag gehören nicht dazu.

Üppig blüht es auch bei Maja Bartholet im Spätwinter nicht. Doch sie liebt die Herausforderung: „Wir müssen uns einfach wieder mehr öffnen für das, was zu jeder Jahreszeit wirklich da ist und nicht blind annehmen, was uns der Markt verkaufen

will“, sagt sie. Genau wie Maja Bartholet setzt Malin Luth im baden-württembergischen Mühlheim daher auf Trockenblumen. Mit Blumenstrauch bindet sie getrockneten Rittersporn, Silbertaler und Strohblumen an Zweigen fest - als Pseudoblüten. Bei den Frischblumen hofft die Flowerfarmerin auf die ersten Anemonen, die im ungeheizten Folientunnel wachsen.

Ein klein wenig lässt sich der Natur aber auf die Sprünge helfen. So lassen sich zum Beispiel Frühlingsblüher wie Tulpen, Krokusse, Schachbrettblumen, Hyazinthen und Traubenhyazinthen im Topf im Haus vortreiben. Auch frische Zweige von Forsythie, Magnolie, Zaubernuss, Weide und Obstgehölzen wie Kirsche, Apfel und Zierquitten schlagen aus, wenn sie im Warmen in einer Vase mit Wasser stehen. tmn

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

Gemeinsam ein
starkes Team!

WIR SIND KÖNIG IMMOBILIEN

Matthias Vollmer, Jürgen König
und Björn König
**Sie möchten Ihre
Immobilie verkaufen?**
Wir stehen Ihnen mit Rat
und Tat zur Seite!
www.koenig-immobilien.de
05681 99299

König
IMMOBILIEN

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

Mit Abstand die beste
AUTOWÄSCHE
Mo. - So. 9:00 - 18:00 Uhr

MyWashCard *Gratis und ohne jegliche Verpflichtung*
Kunden waschen günstiger!
CAR WASH Einfach sauberhaft!
www.carwashservice.de
Bad Zwesten-Fritzlar-Homburg(Efze)-Stadtallendorf

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

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

LAGERBOXEN ZU von 4-12 m³
VERMIETEN - in Kassel
H&S Lagerbox selfstorage
Tel. 0561/84 0 73 oder -74

Größer - noch günstiger - schöner!
...hin zu...
Kimm!
NEUE:
Wäschetrockner ab € 129,-
Waschmaschinen ab € 199,-
Geschirrspüler ab € 199,-
Einbauherd 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

RATIO_Land
XXL FLOHMARKT
RATIO LAND BAUNATAL
20.2.
hansenmaerkte.de • ☎ 06424-6191

Ich kaufe
PELZE und NERZE jeder Art,
zahle bis 5000 Euro in bar.
Aktionswoche
vom 12.02. bis 19.02.2022
Kaufe auch Antike Möbel, Wanduhren, Standuhren,
Ölgemälde, Klaviere, Porzellan und Silberbestecke
Tel.: 0163/4694197

Angebote gültig vom 14.02. bis 19.02.2022

Fleischerei und Partyservice
Hubert Marcinek
34587 Felsberg • Schulstr. 6 • Tel. 05662 2480

Runde Kochwurst..... 350-g-Stück **3,25**

Cordon bleu 1 kg **12,99** **Rouladen Oberschale** 1 kg **17,99**

Schlemmerrolle gefüllt 1 kg **8,99** **Currywurst** Stück **2,80**

Ab Mittwoch: 1 Fertiggericht zum Mitnehmen

MEDIAN ist ein modernes Gesundheitsunternehmen mit rund 120 Rehabilitationskliniken, Akutkrankenhäusern, Therapiezentren, Ambulanzen und Wiedereingliederungseinrichtungen und ca. 15.000 Beschäftigten in 14 Bundesländern. Als größter privater Betreiber von Rehabilitationseinrichtungen mit etwa 18.000 Betten und Behandlungsplätzen besitzt MEDIAN eine besondere Kompetenz in allen Therapiemaßnahmen zur Erhaltung der Teilhabe.

Die MEDIAN Klinik Mühlengrund Bad Wildungen ist eine Rehabilitationsklinik mit den Fachbereichen für Psychosomatik, Orthopädie, Innere Medizin / Kardiologie und Neurologie.

Für unsere Klinik suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt Sie als

- **Assistenzärzte mit Approbation** (m/w/d)
Vollzeit / Teilzeit
- **Physiotherapeuten** (m/w/d)
Vollzeit / Teilzeit
- **Med. Schreibkräfte** (m/w/d)
Vollzeit / Teilzeit
- **Geringfügig Beschäftigte für Archivierungsarbeiten** (m/w/d)
befristet

Wir haben Ihr Interesse geweckt?

Wir freuen uns auf Ihre Online-Bewerbung über unser Jobportal.

MEDIAN Klinik Mühlengrund Bad Wildungen
Günter-Hartenstein-Str. 25 • 34537 Bad Wildungen
www.median-kliniken.de

Noch in Form?

„Durch den Nebenjob als HEIMAT-NACHRICHTEN-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 (wohnhafte in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Sie sind dafür verantwortlich die HEIMAT-NACHRICHTEN **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

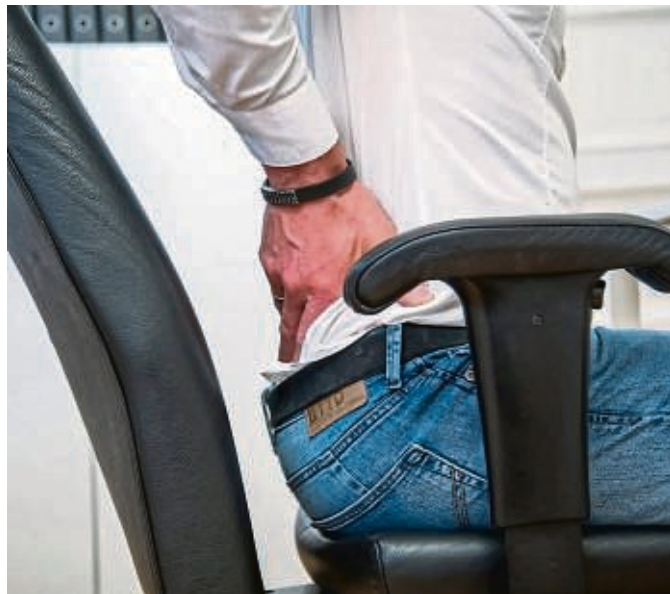
- **BORKEN:** **Großenenglis**
- **EDERMÜNDE:** **Besse** (Beethovenstr., Gänseweide, Grüner Weg)
Holzhausen (Hauptstr.)
- **FRITZLAR:** **Geismar** (Bonifatiusstr.)
Stadt (Brüdergasse, Pappelallee)
Wehren, Züschen (An der Bösenhecke)
- **GUDENSBERG:** **Dissen** (Deuter Str., Stückweg), **Gleichen Stadt** (Kasseler Str., Lamsberger Weg)
- **GUXHAGEN:** **Stadt** (Albert-Schweitzer-Allee, Brückenstr., Dörnhagener Str., Fuldablick)
- **HOMBERG:** **Stadt** (Am Grüning, Stadtgebiet)
Steindorf
- **KNÜLLWALD:** **Remsfeld** (Schellbacher Str.)
- **KÖRLE:** **Empfershausen, Wagenfurth Stadt** (Birkenweg, Zum Rot)
- **MELSUNGEN:** **Adelshausen, Kirchhof Obermelsungen** (Elfershäuser Str., Weinberg)
Stadt (Hessenwinkel, Kolberg, Küstriner Str., Schöne Aussicht, Sonnenhang, Thüringer Str., Waldstr., Zum Pfielfrain)
- **MORSCHEN:** **Neumorschen**
- **NEUENTAL:** **Dorheim**
- **NIEDENSTEIN:** **Metze** (Gudensberger Str.)
- **SPANGENBERG:** **Elbersdorf** (Heil, Hellerbachstr.) **Pfieffe**

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

HEIMAT
NACHRICHTEN
TOP
DIREKT

Aufrecht sitzen und viel schonen?

Irrtümer über Rückenschmerzen



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

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

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

Bereichsleiter/Objektleiter (m/w/d) in Vollzeit für das PLZ-Gebiet 34, 35, 36 gesucht!

Ihr Profil:

- Berufserfahrung in der Gebäudereinigung
- Dienstleistungsorientiertes Denken und Handeln
- Selbstständige und strukturierte Arbeitsweise.
- Freundliches, sicheres und kompetentes Auftreten im Umgang mit Kunden und Mitarbeitern
- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift sowie MS-Office (Word, Excel, Outlook)
- Belastbar, flexibel und Freude an Teamarbeit, Führerschein Kl. B

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann freuen wir uns auf Ihre aussagefähigen Bewerbungsunterlagen.

All Service Gebäudedienste GmbH

Junkers Str. 8a · 35394 Gießen · Telefon: 06408 9699061 · eileen.jennings@all-service.de



Alheim - voller Energie!

Wir suchen Personal!

Die Gemeinde Alheim, Landkreis Hersfeld-Rotenburg, sucht zum **01.03.2022** oder zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

staatlich anerkannten Erzieher (m/w/d)

in unserer Kita in Alheim-Baumbach.

Die vollständige Ausschreibung finden Sie auf unserer Internetseite: **www.alheim.de** unter der Rubrik „Aktuelles“.



Sprechtag für
Gründer*innen
dienstags und donnerstags
9:00 - 12:00 Uhr

Terminvereinbarungen online unter
www.vgz-schwalm.de oder
telefonisch unter **06691-207436**

Das Virtuelle Gründerzentrum Schwalm befindet sich in
Schwalmstadt-Treysa,
Bahnhofstraße 12 in der 3. Etage

Sie haben eine
gute Geschäfts-
idee und wollen
eine Firma
gründen?

Platzprobleme?
Interesse an
Leerstand?

Betriebsnach-
folger gesucht?



**ICH WILL DABEI SEIN,
WENN ICH WEIß, WIEVIEL MEINE
ARBEIT ANDEREN BEDEUTET.**



Klinikum Schwalmstadt

MIT DIESEM WUNSCH SIND SIE BEI ASKLEPIOS GUT AUFGEHOSEN. Mit rund 150 Gesundheitseinrichtungen in 14 Bundesländern zählen wir zu den größten privaten Klinikbetreibern in Deutschland. Der Kern unserer Unternehmensphilosophie: Es reicht uns nicht, wenn unsere Patienten gesund werden – wir wollen, dass sie gesund bleiben. Wir verstehen uns als Begleiter, der Menschen ein Leben lang zur Seite steht.

Wir suchen zum 01.03.2022 oder nach Absprache

Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger (w/m/d)

Wir sind

Die Asklepios Schwalm-Eder-Kliniken GmbH ist ein Zusammenschluss von zwei stationären Einrichtungen an den Standorten in Schwalmstadt und in Melsungen mit insgesamt 310 Betten der gehobenen Grund- bzw. Regelversorgung.

Ihr Aufgabengebiet

- Fachgerechte patientenorientierte Versorgung von Wöchnerinnen und Neugeborenen
- Gute Zusammenarbeit mit dem interdisziplinären Team aus Ärzten, Kinderkrankenschwestern und Hebammen
- Motivation zur Weiterentwicklung des aufstrebenden Bereiches
- Umsetzung leitliniengerechter Prozesse mit dem gesamten Team

Wir suchen

- Mitarbeiter mit abgeschlossener Ausbildung zum/zur Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger/in
- Flexibilität und und Belastbarkeit für sich schnell verändernde Patientensituationen
- Freude an einem komplexen und dynamischen Arbeitsumfeld
- Motivation zur Unterstützung notwendiger Veränderungsprozesse

Wir bieten

- Bezahlung gem. Tarifvertrag
- Unterstützung bei internen und externen Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen
- Ein interessantes und vielseitiges Aufgabengebiet in einer modernen, fortschrittlichen und trotzdem familiären Abteilung für Geburtshilfe mit derzeit 17 Betten
- Eine von hoher Pflegequalität, Respekt und Wertschätzung geprägte Arbeitsumgebung im interdisziplinären Team
- Alle Vorteile der Beschäftigung in einem deutschlandweit agierenden Konzern

Für weitere Informationen steht Ihnen gerne als pflegerische Bereichsleitung Ina Sander zur Verfügung, Tel. 06691-799 459, E-Mail: i.sander@asklepios.com; bzw. die Pflegedienstleitung Squollan Schönneweiß unter 06691-799 471 oder s.schoeneweiss@asklepios.com.

Wir bitten Sie, Bewerbungen - vorzugsweise per E-Mail - bis zum 23.02.2022 an die Personalabteilung, personal.schwalm-eder@asklepios.com, einreichen.

Asklepios Klinikum Schwalmstadt
Krankenhausstraße 27 • 34613 Schwalmstadt
E-Mail: personal.schwalm-eder@asklepios.com

www.asklepios.com



- Inspektion
- Reparaturen aller Fabrikate
- Unfallinstandsetzungen
- TÜV/AU-Service
- Reifenservice
- Stoßdämpfer und Bremsen
- Glasschäden
- Verkauf & Reparatur von Garten-geräten

Autohaus Ried
Inh. Jörg Viehmann

34621 Frielendorf-Todenhausen
Tel. 05684 408 · Fax 05684 1759
autohaus-ried@t-online.de

Öffnungszeiten: Mo. – Do. 8–17 Uhr,
Fr. 8 –16 Uhr, Sa. 8–12 Uhr

Lössetal
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

**Brauchen Sie Hilfe bei
Garten- u. Renovierungsarbeiten,
Umzüge, Entrümpelung,
Tel. 0152 59932402**

Reinigungskräfte m/w/d
(SV-pflichtig) zur Reinigung einer Bundeswehrkaserne in
Fritzlar, Berliner Str. gesucht. AZ. Mo. – Freit. ab 6.00
Uhr morgens. Bitte bewerben Sie sich aussch. telefonisch
unter: **Nils Bogdol GmbH**, kostenlose Rufnummer:
Mo-Fr 08:00-16:00 Uhr unter **0162 200 34 20**

helbig **zahnästhetik**
Motivierte Azubis
finden bei helbigzahnästhetik
eine vielseitige Ausbildung
in der analogen
und digitalen Zahntechnik.

Gardinen nach Maß
**10 %
Rabatt auf
Material bei
Auftragserteilung
bis 15.3.2022**
Gerne berät Sie: Gabi Steinbrecher
• **Insektenschutz**
• **Rollos & Doppelrollos**
• **Plissees & Vertikalanlagen**
**Maler
Thomas Hohmann**
Frankfurter Str. 32
34621 Frielendorf-Verna
Tel. 05684 8129
www.malerhohmann.de



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

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-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



- + **Bike-Leasing**
- + **Firmen-Fitness**
- + **Gutscheinkarte**
- + **Betriebl. Altersvorsorge**
- + **30 Tage Urlaub**
- + **Mitarbeiterbeteiligung**



Die Konvekta AG ist ein weltweit agierender Hersteller von innovativen und zukunftsweisenden Klimasystemen für Busse, Bau- und Landmaschinen sowie Schienen- und Transportkühlfahrzeuge.

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n engagierte/n und zuverlässige/n

Elektriker (m/w/d)

Zum Ausbau unserer Produktion suchen wir ab sofort

Mitarbeiter Montage (m/w/d)

Interesse?

Alle Informationen finden Sie auf unserer Webseite:

www.konvekta.de **www.konvekta.de/karriere**

Konvekta AG • Am Nordbahnhof 5 • 34613 Schwalmstadt

Auf dem Weg ins Leben begleiten

Malteser Kindertagesstätten bieten Ort zum Wachsen und Lernen

Fritzlar Philosophieren, Erkunden, Ausprobieren, Erleben, Neues entdecken, dies können die Kinder jeden Tag in den Kindertagesstätten des Malteser Hilfsdienstes Nordhessen.

„Jeder Tag ist spannend“

In den Kindertagesstätten „St. Johannes“ in Ungedanken sowie „St. Martin“ in Fritzlar werden Kinder von 11 Monaten bis hin zum Grundschulalter betreut. „Kita heißt Gemeinschaft mit Kindern, Eltern und Mitarbeitenden, wir sind Lernende und Lehrende zu gleich, ein jeder Tag mit den Kindern ist spannend, neu, bunt und abwechslungsreich“, erklärt Ines Goehler, Kitaleiterin „St. Johannes“. Und Dagmar Birke-Plogmann, Kitaleiterin „St. Martin“, ergänzt: „Wir gehen mit den Eltern eine Erziehungspartnerschaft ein, um den Kindern in enger Abstimmung mit den Eltern eine bedarfsorientierte Entwicklung zu ermöglichen.“



Ein multiprofessionelles Team ist für die Betreuung der Kinder beispielsweise in der Kindertagesstätte „St. Johannes“ in Ungedanken zuständig.

FOTO: MALTESER

Die Betreuung der Kinder wird von einem multiprofessionellen Team erbracht. In den Kindertagesstätten arbeiten Erzie-

herinnen, Heil-, Musik- und Motopädagoginnen zusammen, um die bestmögliche Betreuung der Kinder zu garan-

tieren. „Unsere breitaufgestellten Professionen sind für die tägliche Arbeit von großer Bedeutung“, sind

sich die Kitaleiterinnen einig. Beide Einrichtungen arbeiten nach dem Malteser Leitsatz „tuitio fidei et obsequium pau-

perum“ – „Bezeugung des Glaubens und Hilfe den Bedürftigen“. „In unseren Einrichtungen sind Kinder und Mitarbeitende jeden Glaubens willkommen“, so Birke-Plogmann.

Interessen und Fähigkeiten

Die Kindertagesstätte „St. Martin“ richtet ihren Blick auf das Thema Sprache, denn als Sprachkita wird diese besonders gefördert. Das Konzept von Maria Montessori wird in der Kita „St. Johannes“ gelebt. „Das freie Erproben und Erfahren ihrer Interessen und Fähigkeiten steht bei uns im Vordergrund. Die Gruppenräume werden immer wieder neugestaltet, sodass den Kindern immer wieder neue Entfaltungsmöglichkeiten geboten werden können“, berichtet Göhler.

Weitere Informationen zu den Malteser Kindertagesstätten gibt es unter www.malteser-nordessen.de.



Malteser
...weil Nähe zählt.

Wir suchen
Dich!

- Erzieherin (m/w/d)
- Pädagogische Fachkraft (m/w/d)
- Erzieherin im Anerkennungsjahr (m/w/d)
- Auszubildende für die Praxisintegrierte Ausbildung (PIA) zur staatlich anerkannten Erzieherin (m/w/d)

Das erwartet Dich:

- Ob Organisationstalent, Seelenröster oder Alltagsheld – Die Rollenvielfalt in unseren KiTas wird nur durch die Freude und den Zusammenhalt in unseren engagierten Teams übertroffen.
- Diese begleiten Deinen Alltag in unserer geförderten Sprach-KiTa St. Martin, Fritzlar, die nach dem situationsorientierten Ansatz arbeitet und Entdeckungen im Zahlenland, nach Prof. Preiss durchführt, oder in unserer familiären Einrichtung KiTa St. Johannes, Fritzlar-Ungedanken, welche nach dem situativen Ansatz und dem Ansatz von Maria Montessori arbeitet.
- Persönlicher Gestaltungsspielraum in der pädagogischen Arbeit sowie regelmäßige Team-Gespräche gehören für uns einfach dazu.
- Zudem erhältst Du eine attraktive Vergütung nach AVR Caritas (entspricht TVöD SuE) inkl. Jahressonderzahlungen, 30 Tagen Urlaub und eine arbeitgeberfinanzierte Altersvorsorge.
- Deine Gesundheit ist uns wichtig – hierbei unterstützt unser Betriebliches Gesundheitsmanagement.
- Stillstand kennen wir nicht – die stetige Förderung fachlicher und persönlicher Weiterentwicklung ist für uns selbstverständlich.
- Das Malteser-Vorteilsprogramm hält außerdem viele Rabatte und Vergünstigungen für Dich bereit.

Bewirb Dich jetzt unter www.jobs.malteser.de, Suchwort: Kita
Wir freuen uns auf Dich!



Du hast noch Fragen? Unsere KiTa-Leitungen helfen Dir gerne weiter:
KiTa St. Martin: Dagmar Birke-Plogmann, Dagmar.Birke-Plogmann@malteser.org, 05622 3241
KiTa St. Johannes: Ines Göhler, Ines.Goehler@malteser.org, 05622 6191

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 Ver-
rutschen 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. tmn



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

FOTO: HALL-WATTENS.AT

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.



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

FOTO: STADTMARKETING HALL IN TIROL

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-TMN

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!