

Wir kaufen Ihren gepflegten Gebrauchtwagen ab Bj. 2014 und gepflegte Motorräder zu guten Konditionen!

HONDA

BRÜNE

Industriegebiet Pfieffewiesen · 34212 Melsungen
Tel. 05661 1737 · Fax 05661 1848 · www.bruenegmbh.de

**HEIMAT
NACHRICHTEN**

MELSUNGEN · FRITZLAR
HOMBERG · BORKEN

Samsung S 22 ultra
& 20 GB Internet 59,99€*

**39,90€
0€**
Anschlusspreis bis 28.02.22

100 Mbit/s Wlan nur 24,99 €

O₂ O2-Shop Fritzlär
Kasseler Straße 14 (Fußgängerzone)
Telefon: 05622 790680
SMS/WhatsApp: 0163 1400308
o2shopfritzlär@gmail.com

Morschen
VdK Morschen feiert 75-jähriges Bestehen.



Fritzlär
Fritzlärer erinnert sich an seine Le-Mans-Teilnahme.



Großenglis
Landmarkt Großenglis braucht mehr Untestützer.



Friskhekur für historisken Brunnen

Bauhof und Naturpark setzen Landgrafenborn-Quelle instand

Gudensberg – Im Gudensberger Langenberg, einem sich in nördliche Richtung entfaltenden Höhenkamm im Naturpark Habichtswald, lädt der Landgrafenborn zum Verweilen ein. Nun wurde die historische Stätte aufgewertet: Der städtische Bauhof hat die Quelle, die kaum noch sichtbar war, neu eingefasst. Auch die am Born stehende Hütte wurde modernisiert.

Ältere Bürger können sich vermutlich noch gut erinnern: Bei Schulausflügen bildete die kleine Quelle des Landgrafenborns ein beliebtes Zwischenziel. Hier konnte man sich erfrischen und zu einer Rast niederlassen. Doch irgendwann war das Wasser verschwunden, ohne intakte Quellsfassung versickerte es rasch im Waldboden. Der Gudensberger Bauhofleiter Uwe Kiefer griff nun Anregungen der Bürger auf, um den historischen, gar mit einer Sage belegten Ort, attraktiver zu gestalten.

Mehrere Tage waren Mitarbeiter des städtischen Bauhofs im Einsatz. Das Ergebnis: Der Quellauslauf wurde mit heimischen Basaltbrocken neu gefasst, sodass Wasser wieder sichtbar zutage tritt. Mehr noch: Ein bizarres Gesicht, das ein wenig an den Keltenfürsten der Glauburg erinnert, speit Wasser. Gestaltet wurde es von Uwe Kiefer aus einem Sandsteinblock, der auch einige Holzsulpturen anfertigte, die Tiere des Waldes zeigen. Sie stehen an den neu angelegten Wegen, die von Hauptweg und Schutzhütte zur Quelle und einer Sitzgruppe führen.

Mit dabei war der Naturpark Habichtswald, dessen



Der Landgrafenborn wird instand gesetzt: Naturparkleiter Jürgen Depenbrock (von links), Bauhofchef Uwe Kiefer und Bauhof-Mitarbeiter Andreas Christoph begutachten den neu gestalteten Quellauslauf. Das untere Bild zeigt, wie der Quellauslauf angelegt wird.

FOTOS: STADT GUDENSBERG

Leiter Jürgen Depenbrock dafür sorgte, dass eine Tafel mit Informationen zum Landgrafenborn aufgestellt wurde. Die Textrecherchen kamen von den Gudensberger Heimatfreunden. „Der Landgrafenborn wie auch das Lautariusergrab sind kleine Höhepunkte des Naturpark-Rundweges 1“, erläutert Depenbrock. Der Weg führt auf rund vier Kilometern um den Kammerberg, wenn man ab Wanderparkplatz am ehemaligen Forsthaus Gestecke läuft, sind es 4,7 Kilometer. Der Weg ist in Gelb mit der Zahl 1 im Kreis markiert. *ciz*



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

Frisch geräucherte Forelle
diese Woche 100 g **1,59 €**
MICHA'S FISCHLADEN
www.michas-fischladen.de

Haben Sie die Nase voll...
**Ängste
Panikattacken
Depressionen**
05682 4044993
Praxis für Psychotherapie und Hypnose
Anti-Stress-Coaching www.vitamedis.de

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

Kompetent. Persönlich. Nah.
- Finanzierung auch ohne Anzahlung!
- Inzahlungnahme Ihres Gebrauchten!
- Umfassende Garantie inklusive!

Autohaus Ostmann
Autohaus Ostmann KG
Festungsstraße 17
34613 Schwalmstadt
Telefon: 06691 506491-32
E-Mail: jvoelker@autohaus-ostmann.de
www.autohaus-ostmann.de

ABACUS
NACHHILFEINSTITUT
Einzelnachhilfe zu Hause

Noch bleibt Zeit ...
Unterstützen Sie Ihr Kind jetzt
im 2. Halbjahr mit
Einzelnachhilfe zu Hause

05661 / 90 87 292
05681 / 93 74 88
06691 / 96 89 93

www.abacus-nachhilfe.de

gunther
ENERGIE

JETZT ERDGAS UND STROM VON UNS!

ERDGAS STROM

Nutzen Sie unseren Service zum Anbieterwechsel!

Rufen Sie uns an!
(05682) 7387679
34582 Borken

www.guenther-energie.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.hoteltanneck.de

VW AUDI ŠKODA SEAT MERCEDES BMW FORD OPEL RENAULT

Getriebeöl-Wechsel und Getriebspülung

Bei einem normalen Getriebeöl-Wechsel ohne Spülung kann bei Automatikgetrieben bauartbedingt nur ca. die Hälfte des Öls getauscht werden, so dass Alttöl im Getriebe verbleibt und damit auch Metallabrieb und -späne. Wir empfehlen Fahrern von Automatikfahrzeugen deshalb einen regelmäßigen Getriebeservice. Vereinbaren Sie einen Termin mit uns.

Die Vorteile der Getriebspülung auf einem Blick:

- Schutz vor Verschleiß
- Verbesserter Fahrkomfort
- Wert- und Funktionserhalt
- Günstiger als Reparatur

MOTUL EVO

GÜNTHER AUTOHAUS BOSCH Service

34590 Wabern · Tel. 05683 99910 · www.guenther-wabern.de

CITROËN DACIA VOLVO MINI MAZDA NISSAN SUZUKI HONDA

Bei uns liegen Sie richtig!

Seit 20 Jahren für Sie da!

- » Matratzen
- » Polsterarbeiten
- » Polster z.B. für Wohnwagen & Boote
- » Therap. Lagerungselemente
- » Haustierbetten/körbe

Rufen Sie uns an 05622-2568 oder besuchen Sie uns.

HWS
SCHAUMSTOFFE

Fritzlär/Lohne · Schmiedeweg 12
hws-schaumstoffe.de

BALKAN RESTAURANT

Balkan Restaurant
Waldstr. 6 · 34212 Melsungen

Neue Öffnungszeiten:
Mo. Ruhetag
Di.-Sa. 17.00-20.00 Uhr
So. 11.30-14.00
und 17.00-20.00 Uhr
warme Küche

www.balkanrestaurant.com

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

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

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

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 3.01.22:
Philippstraße 23
 Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!
NORBERT KIMM
 34127 Kassel · Telefon 8 70 03 96
 www.hinzu-kimm.de



75 Jahre Einsatz für soziale Gerechtigkeit: Das Foto entstand 1952 – vor 70 Jahren während eines Ausflugs der Mitglieder.
 FOTO: VDK OV MORSCHEN / EDGAR KIEBURG

EDERMÜNDE
Reinigungskräfte für
Fitnessstudio gesucht
 (m/w/d)
 Für unser Fitnessstudio „Studio 417“ in Edermünde suchen wir ab sofort zuverlässige und versierte Reinigungskräfte.
 Wir bieten eine attraktive Bezahlung sowie flexible Arbeitszeiten.
 Wir freuen uns über Bewerbung an:
 info@studio417.de oder telefonisch unter 0172 5961337
 Ansprechpartnerin: Frau Nadine Führus

TAXI Die zuverlässigen...
Taxi Geßner UG.
05681/2790
 - Taxifahrten jeglicher Art
 - Flughafentransfer/Kleinbus bis 8 Personen
 - Krankenfahrten sitzend & aller Krankenkassen
 - Kurierdienste/Besorgungsfahrten bundesweit

Im Einsatz für Benachteiligte

VdK in Morschen feiert sein 75-jähriges Bestehen

Morschen – Die VdK-Ortsgruppe Neumorschen feiert ihr 75-jähriges Bestehen. Sie wurde laut einer Mitteilung des Sozialverbandes am 4. Januar 1947 als einer der ersten Verbände in Deutschland gegründet. Damals gehörte zu den Hauptaufgaben, für die Rechte der Kriegsverehrten, Witwen, Waisen und Vertriebenen und Flüchtlinge einzutreten.

Die jüngere Geschichte: Im Jahr 2010 schlossen sich die Ortsgruppe Altmorschen und die Ortsgruppe Neumorschen (gegründet Dezember 1947) zusammen. Ingrid Demuth-Bodenhorn übernahm in dieser Zeit als Vorsitzende die Umstellung. Ihr folgten Helmut Mittelstädt und Elfriede Schade. Aktuell ist Edgar Kieburg Vorsitzender. „Wir arbeiten eng mit sozialen Einrichtungen und Selbsthilfegruppen in Morschen und im Landkreis zusammen und versuchen so, Morschen ein Stück lebens- und lebenswerter zu machen“, heißt es in einer Pressemitteilung. Wichtige Themen sind Leben im Alter und barrierefreie Zugänge. Der Sozialverband habe außerdem auf der Agenda: den Erhalt und Ausbau der dörflichen Infrastruktur, medizinische

Versorgung sowie Einkaufsmöglichkeiten und Mobilität. „Soweit es die Pandemie zulässt, planen wir für den 10. September ein großes Fest unter dem Motto „Wirtschaftswunderjahr“ im Gemeindefestsaal in Altmorschen. Außerdem versuchen wir, weitere Termine rund um die Themen Pflege, Sicherheit zu Hause und Leben im Alter anzubieten“, heißt es weiter. Ein Blick in die Geschichte des Sozialverbandes: Nach dem 2. Weltkrieg herrschte großes Leid in der Bevölkerung. Zur Zeit des Wirtschaftswunders wollten viele Menschen ihre Erinnerungen an den Krieg hinter sich lassen. Gerade deshalb war es wichtig, dass der VdK weiter um die gesellschaftliche Benachteiligung der Verwehrten, Hinterbliebenen und Flüchtlinge und für ihre Rechte kämpfte, heißt es. Bis

in die 1970er-Jahre hinein stand diese Arbeit im Fokus. Auch Menschen mit Behinderung und kranke Menschen benötigten zunehmend Beistand. Für all diese Menschen baute der VdK auf Kreisebene Beratungsbüros auf, wo die Betroffenen Rat und Hilfe erhalten. Zu den Aufgaben gehörten, Widerspruchverfahren einzuleiten und gerichtliche Vertretung vor Sozialgerichten vorzubereiten. VdK-Vertreter setzten sich auf Kommunal-, Landes- und Bundesebene für sozialrechtliche Änderungen ein. So habe der VdK die soziale Gerechtigkeit in der Gesellschaft verbessert, heißt es weiter. Seit 2020 setzt sich der Vorstand wie folgt zusammen: Vorsitzender Edgar Kieburg, stellvertretender Vorsitzender Herbert Hoffmann, Schriftführerin Monika Schmidt, stellvertretende Schriftführerin Helga Erbs, Kassensführerin Cornelia Rubik, Vertreterin der Frauen Monika Prinz, stellvertretende Vertreterin der Frauen Helga Hoffmann. ddd

www.rb-becker.de
becker
 ab Mo, den 21.02.2022

Aluguss-Bratpfanne
 2-lagige Antihaftbeschichtung, hitzebeständige Griffe, für alle Herdarten, Ø 20 cm
 Ø 24 cm 14,99 € Ø 28 cm 19,98 €

Aluguss-Schmortopf
 mit Glasdeckel, 2-lagige Antihaftbeschichtung, hitzebeständige Griffe, für alle Herdarten, Ø 24 cm, 4,4 Liter
 25,00 €

Induktionskochplatte
 2000 Watt, Druckknopfsteuerung, 10 Leistungs-Temperaturstufen, LED Anzeigen, 3-Stunden-Timer
 74300-LY10 29,50 €

Stabmixer
 mit 5 tlg. Zubehör
 250 W, aus Kunststoff, 2 Geschwindigkeiten
 Zubehör: 350ml Zerhackerschüssel, Schneebesens, Zubehörhalter
 HB6063KC-GS 19,98 €

ABS Koffer „canal Air“
 ABS-Kunststoff, 4 Doppelräder, Sicherheits-Zahlenschloss, Farbe: burgunder, silber & anthrazit, 57 x 37 x 23 cm
 66x45x26cm 39,99 € 76x52x30cm 59,99 €

Meggle Streichzart
 aus Butter & Kapsel
 250 g
 100g = 0,39 € -0,99 €

Saint Albray Klosterkäse
 kräftig - würzig
 130 g
 100g = 0,92 € 1,29 €

Bergader Weichkäse
 mit Weiß- und Blauschimmel versch. Sorten, 140g
 100g = 0,63 € -0,89 €

Lavazza Cappuccino
 Vanilla Latte o. Espresso
 200/250 ml
 100 ml = 0,165 -0,132 € -0,33 €

Einkellerungskartoffeln
 vorwiegend festkochend
 1 kg = 0,179 € 1,79 €

Giovanna
 Mandel in feiner Cremefüllung im Kokos-Mantel
 150g
 festkochend 1 kg = 0,199 € 1,99 €

WIZ/Kleinalmerode
 Industriestr. 1
 05542 / 93 39 60

Kassel
 Hegelsbergstr. 21
 0561 / 49 172 551

Gudensberg
 Kasselstr. 78
 05603 / 91 86 54

RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriestr. 1 - 37217 Witzzenhausen/Kleinalmerode
 Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.

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

Deko-Ostereier
 mit verschiedenen Sprüchen bedruckt, Ø 7,5 cm x 10 cm, Material: Dolomit
 Stück je 1,99 €

2er Set Deko-Hasen
 mit Kunststoff verziert, ca. 13 und 20 cm hoch, Material: Polystyrol
 2er Set je 4,99 €

Benzin-Rasenmäher Big Wheeler 514.5 R
 5-fache zentrale Schnitthöhenverstellung, 55 Liter Fangsack, Hinterradantrieb, 3,1kW / 4,2 PS / 173 ccm
 225,00 €

Blumenzwiebeln aus Holland
Kleinetze
 1-40 Stk./Btl. 1 Stück=0,99 / 0,025 € 1,99 €

Stuttg. Steckzwiebeln 300 g 1 kg=4,30 € 1,29 €
Steckdahlie oder Cannä 1 Stück 1,29 €
Besonderheiten 1-50 Stk./Btl. 1 Stück=2,99 / 0,06 € 2,99 €
Schalotten, versch. Steckzwiebeln oder Knoblauch 3-300 Stk./Btl. 1 Stück=1,49 / 0,055 € 1,49 €

Nur in Witzzenhausen/Kleinalmerode erhältlich!
Metall-Hochbeet
 L x B x H: 200 x 100 x 76 cm, Stahl, Anthrazit
 aus verzinktem & pulverbeschichtetem Metall gefertigt, abnehmbare Schneckenkante, schnell und einfach aufgebaut
 II. Wahl ohne Inhalt/Bepflanzung 179,50 €

Gewächshaus Hybrid
 247 x 185 x 208 cm, 0,7 mm, Polycarbonat, anthrazit
 4 mm Hohlkammer-Dachplatten, vereinfachter Aufbau dank Schraub-Steck-System, inkl. Fundamentrahmen, Dachfenster und Regenrinne, 95% UV-Strahlenabweisung
 Silber, 247 x 185 x 208 cm 199,50 €
 Anthrazit, 185 x 306 x 208 cm 229,50 €

Blumenerde
 3 Sack 40 Liter 5,99 €
 1 ltr=0,05 / EP: 2,22 / 1 ltr=0,056 €

Augustiner Rindenmulch
 3 Sack 40 Liter 10,00 €
 1 ltr=0,048 / EP: 3,99 / 1 ltr=0,057 €

Weichholz-Briketts
 96 Bündel à 10 kg auf Palette 229,50 €
 ~ pro Bündel 2,39 1 kg=0,239 €
 zzgl. Palettenpfand 20,00 Einzelzpr.: 2,49 / 1 kg=0,249 €

Frauenpower?
 „Familie und Haushalt unter einen Hut zu bekommen, ist schon manchmal stressig. Trotzdem will ich nebenbei mein eigenes Geld verdienen. Als HEIMAT-NACHRICHTEN-Zustellerin habe ich einen Job der Spaß macht und sich trotzdem mit Familie und Haushalt vereinbaren lässt.“
 Foto: Liechten - www.fotolia.com

Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienst Du Dein Geld an der frischen Luft.
 Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhafte in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist 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)
Züschon (An der Bösenhecke)
- **GUDENSBERG:** 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 Pfierrain)
- **MORSCHEN:** Neumorschen
- **NIEDENSTEIN:** Metzke (Gudensberger Str.)
- **SPANGENBERG:** Elbersdorf (Heil, Hellerbachstr.)
Pfielke

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

Stellenangebote

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

Ankauf

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

HEIMAT NACHRICHTEN
 MELSUNGEN · FRITZLAR · HOMBERG · BORKEN

IMPRESSUM
 Herausgeber:
 NHW Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
 Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV:
 Frank Schmidt
 Leitung Geschäftskunden:
 Miriam Donnert (V.i.S.d.P.)
 Anzeigenverkauf:
 Tel.: 0 56 61 / 70 57 27
 E-Mail: anzeigen@nhw-wochenzeitungen.de
 Layout und Gestaltung:
 DIGITALE KREATIV AGENTUR
 Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
 Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1 34123 Kassel
 Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
 Tel.: 0 5 61 / 920 940
 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 Werbeaukleber 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



Erfolgreich beim Rennen in Le Mans

Fritzlarer erinnert sich an den Höhepunkt seines Lebens

Fritzlar – Dröhnende Motoren, rasante Geschwindigkeiten, knifflige Strecken: Matthias Nonn aus Fritzlar hat mit den Jahren allerhand erlebt im Motorsport. Auf vielen Rennstrecken war er unterwegs, überall in Europa und immer mit jeder Menge Leidenschaft. Auch wenn er sich mittlerweile selbst eher als „Hobby- oder Gentlemen-Fahrer“ bezeichnet und es längst etwas ruhiger angehen lässt, hat er im vergangenen Jahr doch noch einmal kräftig aufgedreht und sich gemeinsam mit Bruder Stefan während der französischen Porsche Sprint Meisterschaft einen Lebenstraum erfüllt: die Teilnahme am legendären 24-Stunden-Rennen von Le Mans.

„Es war nicht das Hauptrennen“, sagt er bescheiden, „am Renntag aber die Overtüre fahren zu dürfen, ist schon etwas ganz Besonderes.“ Nonns Augen strahlen, wenn er an den großen Tag im August zurückdenkt. Tagtäglich wird er daran erinnert, wenn er auf den alten Porsche blickt, der als Schmuckstück nicht nur die Fritzlarer Turbogarage des Brüderduos adelt. Das GT2-Modell des Typs 993 hat schon 1998 Le-Mans-Luft geschnuppert, ist beim französischen „larbre competition“-Team gelaufen und hat in seiner Klasse damals den vierten Platz gemacht. Nun wurde der Flitzer Nonns Komplize, als es um das Ergattern der begehrten Startnummer ging. Durch den Wagen habe er schon immer



Die Brüder Matthias (Foto) und Stefan Nonn betreiben mit ihrer Turbogarage in Fritzlar ein Autohaus für Sportwagen. Dort steht auch ein historischer Rennwagen, der 1998 am Hauptrennen in Le Mans teilgenommen hat (Foto links). Dieser Tatsache war es wohl zu verdanken, dass die eigene Akkreditierung erfolgreich war. Das rechte Foto zeigt Matthias Nonn auf der Le-Mans-Strecke.

FOTOS: SASCHA HOFFMANN, ALEXIS GOURE/REPRO: SASCHA HOFFMANN

eine besondere Beziehung zu Le Mans gehabt, und genau das ließ er die Franzosen im Vorfeld seiner Bewerbung wissen.

„Einer meiner Motorsportfreunde hat noch eine Kiste Paderborner Pilsener versprochen, und weil Le Mans die Partnerstadt von Paderborn ist, hat das vielleicht nochmal zusätzlich gezogen“, sagt er lachend. Bier, Auto „und sicher auch ein bisschen Glück“ hätten somit den Weg geebnet zum Rennen seines

Lebens, und das mache ihn stolz und dankbar zugleich: „Als Hobbyfahrer ist es nahezu unmöglich, auf dem großen Kurs von Le Mans zu fahren, vor kompletter Kulisse, das ist eigentlich gar nicht denkbar.“

Doch das Unmögliche wurde wahr, als es mit jenem Porsche 997 GT 3 R in den Nordwesten Frankreichs ging, mit dem Nonn in den vergangenen Jahren unter anderem schon zwei Gesamtsiege bei der Porsche-Serie PCHC ein-

gefahren hat. In Le Mans aber ging es nicht ums Siegen. „Allein die Teilnahme ist schon ein Gewinn“, sagt er und schwärmt noch immer von diesem „einmaligen Erlebnis“, am Tag des Hauptrennens morgens auf der kompletten Strecke gefahren zu sein. Mit Bruder Stefan habe er sich ohnehin keine großen Chancen ausgerechnet, schließlich waren insgesamt 55 Fahrzeuge am Start, ein Großteil davon aus dem Profilage-

Umso überraschender war das Ergebnis mit dem 15. Startplatz im Qualifying, der von Matthias Nonn als schnellstem Deutschen im Feld auch im Hauptrennen gehalten werden konnte.

„Dieser Erfolg ist eine Teamleistung, die bürokratischen und logistischen Hürden waren auch nicht unerheblich, das haben unsere Freunde Frank Liebal und Stefan Auel perfekt hinkommen, beide sind seit Jahren dabei“, sagt er.

Nicht im Ansatz habe er mit einem solchen Erfolg gerechnet, sagt Nonn noch heute voller Freude und zögert wohl auch deshalb keine Sekunde, wenn er voller Überzeugung sagt: „Le Mans war der absolute Höhepunkt meines Lebens.“ zhf

Mama & Tochter (18) 01522-787 98 35

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

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

Karten legen und Astrologie, gerne auch am Telefon, 01577 4734499

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

bad-spezialisten.eu
24 Std DUSCH SANIERUNG
Gleich Termin vereinbaren unter 0 66 21/30 41
Bis zu 4000 € Zuschuss!
Wir kümmern uns um alle Anträge! Rufen Sie uns an.

Herrmann & Firges
Badgestaltung in Vollendung
Im Unterfeld 5 • 36251 Bad Hersfeld-Asbach
www.herrmann-firges.de

14,99
ECO-STREUFUTTER
ohne Weizen 10 kg

2,79
WEICHHOLZ-BRIKETS
10 kg

3,59
HARTHOLZPRIKETS
10 kg

AKTIONSPREIS
ab **12,49**
PROGAS FLASCHENGAS
erhältlich in verschiedenen Größen
5 kg

ab 6,99
LANDFUXX FUXX-FIRE
FEUERBÄLLCHEN
1 kg ca. 80 Stück

4,99
BRENNHOLZ-PELLETS
hoher Heizwert, wenig Asche, umweltschonend. Produkt ist nur für den Einsatz von Pelletöfen geeignet.
15 kg

LANDFUXX HILLEMÜHLE
in Gudensberg
Besser Str. 8a • 34281 Gudensberg
☎ 05603 / 2076 • www.landfuxx.de
Mo. - Fr. von 9:00 bis 18:00 Uhr • Sa. von 9:00 bis 13:00 Uhr

UNSER SERVICE IM ÜBERBLICK:

- Anhängerverleih
- Gutscheine
- Bodentest
- Futterbar

Besuchen Sie uns ONLINE!

Abbildungen können vom Original abweichen. Druckfehler, Irrtümer und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Abholpreise in Euro. Nicht lagerfähige Artikel sind kurzfristig lieferbar. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Gültig 1 Woche ab Verteilung, Oktober 2021. Alle Artikel ohne Deko.

Der Laden belebt das Dorf

Landmarkt Großenenglis braucht mehr Unterstützer

Großenenglis – In den ersten Wochen war der Ansturm groß. Als der Landmarkt Großenenglis im September 2020 eröffnete, gaben sich die Käufer die Klinke in die Hand. Jetzt ist es deutlich ruhiger geworden im Laden – viel zu ruhig, sagen Ulla Brehm und Ute Riehl, die den Laden zusammen mit Meik Koch managen. Die Energiepreise steigen ständig, die Zahl der Kunden dagegen sinkt: „Kaufmann im Dorf zu sein ist ein hartes Brot“, sagt Ulla Brehm.

Dabei war das Team mit einer großen Mischung aus Euphorie und Engagement vor einhalb Jahren an den Start gegangen. „In der Zwischenzeit sind wir in der Realität angekommen, wissen genau, was ein Dorf Laden kann und was nicht“, sagt Brehm.

Dem Preisdruck der Discounter beispielsweise kann der Dorfmarkt nicht standhalten. „Wir brauchen solide



Sie laden zum Einkaufen ein: Der Dorfmarkt Großenenglis hat viel zu bieten. Ulla Brehm, Roswitha Fischer, Meik Koch und Ute Riehl (von links) suchen Unterstützer, damit das Lädchen weiterhin bestehen kann.

FOTO: CLAUDIA BRANDAU

Preise, um die Kosten zu bestreiten“, sagt Ute Riehl und zählt die lange Liste der Pos-

ten auf, die Monat für Monat bezahlt werden müssen. Der Vermieter kommt dem Dorf-

markt zwar bereits mit dem Preis entgegen, doch der Einkauf, die Löhne – und vor al-



Kaufen regelmäßig im Landmarkt ein: Jörg Werner und Tochter Julia nutzen gerne die Möglichkeit, fußläufig für Nachschub sorgen zu können.

lem die unfassbar hohen Energiekosten machen sich stark bemerkbar. Man kann sogar hören, dass der Stromzähler lustig rattert: Die Kühlgeräte brummen laut vor sich hin, viele Lebensmittel müssen kalt stehen. Und trotzdem wird das Team quasi vom Haltbarkeitsdatum der Produkte gehetzt. Denn wo die Käufer fehlen, rückt der Engpass rasch gefährlich nahe: „Wir spüren das Defizit, das sich mit der Ware mit Haltbarkeitsdatum auftut, schmerzhafter und schneller als andere, größere Läden“, sagt Ute Riehl. „Wir versuchen, die Nebenkosten weiter zu senken, aber das ist schwer im Lebensmittelbereich.“

Jörg Werner und seine Tochter Julia aus Großenenglis aber gehören zu den Kunden, die gerne dafür sorgen, dass die Ware schnell an den Mann beziehungsweise in den heimischen Kühlschrank kommt: Die beiden kaufen regelmäßig im Landmarkt ein. „Wir finden den Laden absolut gut“, sagt Jörg Werner. „Er ist fußläufig zu erreichen, spart so lange Wege und Sprit und bietet regionale Produkte und viele Grundnahrungsmittel – da darf das eine oder andere gerne ein bisschen mehr kosten.“ Für ihn steht fest: „Wenn der Laden schließen müsste, wäre das ein großer Verlust fürs Dorf.“

Für Jörg Werner stellt der Einkauf auch ein Statement dar: „Wenn man hier einkauft, profitiert das ganze Dorf. Vor allem die, die nicht mobil sind und deshalb den Laden dringend brauchen.“

Reinhard Neutzer ist einer von denen, die nicht auf den Laden angewiesen sind, ihn aber dennoch regelmäßig besuchen: „Er ist um die Ecke,

spart Zeit – und ich erfahre auch noch das Neueste aus dem Dorf“, sagt der Großenengler und lacht. Was ihm wichtig ist: Dass die Senioren im Dorf dort eine Einkaufsmöglichkeit und Anlaufstelle haben.

Im Sommer gibt es Sitzmöglichkeiten draußen, im Winter drinnen, Kaffee und Kuchen ist immer im Angebot – ein weiterer Grund, vorbeizuschauen.

In der Zwischenzeit kommen andere Kunden rein, die meisten geben rasch ein Paket an der Kasse ab – und verlassen den Laden, ohne auch nur ein Brot oder eine Zeitschrift gekauft zu haben.

Was braucht der Laden, um weiter bestehen zu können? Unterstützung, sagen Ute Riehl und Ulla Brehm. „Uns wäre geholfen, wenn mehr Leute Dinge kaufen würden – es muss ja kein Groß- oder Wocheneinkauf sein: Es geht einfach um Solidarität.“

Eineinhalb Jahre hat sich das Team samt ehrenamtlichen Helfern in die Arbeit gekniet, hat eine Gesellschaft bürgerlichen Rechts (GbR) gegründet, die Regale von Vorgänger Dieter Mette gekauft, ein Angebot zusammengestellt: „Mittlerweile ist uns der Laden ein so großes Anliegen, dass wir es unbedingt schaffen wollen: Wir wollen das Angebot weiter fürs Dorf machen – und können es uns gar nicht vorstellen, irgendwann schließen zu müssen“, sagt Ulla Brehm.

Reinhard Neutzer hat alles, was er braucht, er geht mit seiner vollen Einkaufstasche zur Tür. „Tschüss, bis bald!“, ruft er. Und er weiß: Sein Einkauf zählt. Nicht nur in der Ladenkasse. Sondern auch fürs Leben im Dorf.

bra

ASKLEPIOS informiert

Immer bereit für den Ernstfall

Fachkräfte der Notaufnahme in Schwalmstadt trainieren notfallmedizinische Prozesse



Trainierten verschiedene medizinische Notfälle: Das Team der Zentralen Notaufnahme des Asklepios Klinikums Schwalmstadt

FOTO: ASKLEPIOS

Schwalmstadt. Um Patienten in Akut- und Notfallsituationen schnell und adäquat versorgen zu können, müssen alle Handgriffe perfekt sitzen. Hierfür ist ein regelmäßiges Training obligat. In der Zentralen Notaufnahme (ZNA) des Asklepios Klinikums Schwalmstadt wurden am vergangenen Donnerstag im Rahmen eines internen Trainingsprogramms verschiedene medizinische Notfälle simuliert, um das abgestimmte Handeln aller Fachkräfte sowie den sicheren Umgang damit zu üben.

Die Tätigkeit in der Notaufnahme stellt höchste Anforderungen an die Behandlungsteams: In kürzester Zeit müssen Diagnosen gestellt, Entscheidungen getroffen und alle medizinisch notwendigen Maßnahmen eingeleitet werden, um Notfallpatienten zu stabilisieren und im

weiteren Verlauf sicher zu behandeln. Ein optimales Notfallmanagement erfordert ein hohes Maß an Erfahrung und Routine. Wichtig ist hier ein regelmäßiges Hands-on-Training von medizinischen Notfallsituationen. Mit S.A.V.E. (Sicher Arbeiten Vertrauen Erhalten) hat Asklepios ein interdisziplinäres Trainingsformat etabliert, das allen Fachkräften nachhaltig ein sicheres Arbeiten ermöglicht und unter anderem darauf abzielt, die situative Aufmerksamkeit zu trainieren sowie Entscheidungsprozesse zu überprüfen. Mit speziellen Übungspuppen wurden vergangene Woche im Asklepios Klinikum Schwalmstadt Notfallsituationen wie Herzinfarkte und Schlaganfälle täuschend echt simuliert, denn an den Puppen können Blutdruck, Puls und Herzton gemessen sowie Krampfanfälle oder starke Blutungen vorgetäuscht

werden. Anschließend wurden die Abläufe mit Experten diverser Fachrichtungen analysiert und auf Verbesserungspotentiale hin überprüft. Am Ende des mehrstündigen Trainings war das Fazit aller Teilnehmenden durchweg positiv. „S.A.V.E. erhöht nicht nur die Sicherheit für unsere Patienten, sondern gibt auch uns im Arbeitsalltag mehr Routine. Insgesamt haben wir sehr viel gelernt und sind als Team noch mehr zusammengewachsen“, fasst Sabine Hoos, Pflegerische Leitung der Zentralen Notaufnahme den Tag zusammen. Tobias Honacker, Ärztlicher Leiter der Zentralen Notaufnahme in Schwalmstadt ergänzt: „In einem solchen ‚Setting‘ sind Fehler durchaus erlaubt und können nach entsprechender Aufarbeitung helfen, kritische Situationen zu meistern. Wir haben die verschiedensten Not-

fall-Szenarien ausführlich trainiert und Lösungen aufgezeigt bekommen, die in Notfallsituationen Bestand haben.“ Einen weiteren Schwerpunkt des Trainings stellt die interdisziplinäre Zusammenarbeit und Kommunikation innerhalb der Teams dar. „Neben den medizinischen Themen legen wir großes Augenmerk auf eine geschlossene Kommunikation der Akteure und sensibilisieren die Teams zudem dafür, welche rechtlichen Anforderungen zum Beispiel bei der Aufklärung und Dokumentation zu beachten sind“, erläutert Nicola Scharf, die Fachanwältin für Medizinrecht ist und die Kliniken für Geburtshilfen und Gynäkologie sowie ZNAs im Unternehmen rechtlich berät. Das gemeinsame Ziel ist es, im Zusammenspiel adäquate Reaktionen für diese Notfallsituationen kennenzulernen und den sicheren Umgang damit zu üben.

siebentage
ESSEN für eine woche
Single-Menü 60 € Paar-Menü 100 €
 zzgl. je 10 Euro Liefergebühr
Ab Montag, 28. Februar
 1. Gulasch vom Rind
 2. Pancakes mit Beerenkompott
 3. Bifteki in Metaxasauce
 4. Emstaler Erbseneintopf
 5. Pochiertes Kabeljaufilet
 6. Bratnudeln mit Ei & Wokgemüse
 7. Braten vom Schweinelachs
DER GRISCHÄFER
 Kasseler Straße 77-78 • 34308 Bad Emstal • Tel.: 05624 - 99 85 0

Was können Eltern tun?

Magersucht bei Kindern und Jugendlichen

Die Pandemie schlägt vielen Menschen auf die psychische Gesundheit. Das zeigt sich auch an der steigenden Zahl junger Magersüchtiger. Für diese Essstörung gibt es Warnzeichen - und Hilfe.

Wie viele Kalorien sind noch drin? Wie erkläre ich meinen Eltern, dass mein Abendessen heute aus einer halben Brotscheibe besteht? Ein Gedankenkarussell, bei dem sich alles um Essen und Gewicht dreht, ist typisch für Jugendliche, die eine Magersucht entwickelt haben. Hinter der Essstörung steckt viel mehr als der Wunsch, schlank zu sein. Mit der Pandemie ist die Zahl der Magersüchtigen unter den jungen Leuten deutlich gestiegen. Antworten auf die wichtigsten Fragen zum Thema.

In welchem Ausmaß haben die Fälle zugenommen? „Wir sehen eine deutliche Zunahme. Wir haben etwa doppelt so viele Patientinnen mit Magersucht wie vor der Corona-Pandemie auf den Stationen“, sagt Prof. Stephan Bender vom Universitätsklinikum Köln. Er ist dort Direktor der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Kinder- und Jugendalters.

Nach wie vor sind es vor al-

lem Mädchen, die an der Essstörung erkranken. Darunter sind Patientinnen mit Erst Diagnosen, aber auch Betroffene, die in der Corona-Zeit einen Rückfall hatten.

„Uns besorgt auch, dass es bei den Kindern, also der Gruppe der Unter-14-Jährigen, eine besonders deutliche Zunahme der Fälle gibt“, sagt Prof. Beate Herpertz-Dahlmann vom Uniklinikum der RWTH Aachen. Sie ist dort Direktorin der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Kinder- und Jugendalters. Die U14-Altersgruppe sei bislang relativ selten von Magersucht betroffen gewesen, sagt Herpertz-Dahlmann. Das scheint sich durch die Pandemie zu wandeln.

Wer neigt dazu, eine Magersucht zu entwickeln? Entwickelt ein Kind oder eine Jugendliche eine Magersucht, steckt dahinter nicht nur eine Ursache, sondern ein Zusammenspiel verschiedener Faktoren. So kann es zum Beispiel eine genetische Veranlagung geben, die es wahrscheinlicher macht, dass man im Laufe des Lebens an einer Magersucht erkrankt. Wenn ein Elternteil an einer Essstörung erkrankt ist, steigt das Risiko ebenfalls.

Doch auch der eigene Charakter spielt eine Rolle: „Betroffene sind oft besonders diszipliniert und perfekto-



Kann ich noch einmal reinbeißen? Ein Gedankenkarussell, bei dem sich alles um Essen und Gewicht dreht, ist typisch für eine Magersucht.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

nistisch“, sagt Stephan Bender. „Oft beziehen sie ihren Selbstwert durch gute Leistungen in der Schule und weniger über ihre sozialen Kontakte.“ Kontrolle ist bei Magersüchtigen ein großes Thema. Das eigene Gewicht komplett in der Hand zu haben, kann Magersüchtigen ein Gefühl von Sicherheit vermitteln. Das gilt gerade in Zeiten, in denen sich andere Bereiche des Lebens der eigenen Kontrolle entziehen - zum Beispiel während einer Pandemie. Auch Schönheitsideale spielen eine Rolle. Ob in

den sozialen Medien oder auf dem Schulhof: Wer ständig beobachtet, dass schlanke Körper bewundert werden und über dicke Körper gelästert wird, verinnerlicht das.

Welche Alarmzeichen sollten Eltern ernstnehmen? Verliert das Kind rasch an Gewicht, sollten Eltern aufmerksam werden. Um die Lage besser einschätzen zu können, helfen Eltern spezielle Body-Mass-Index-Rechner für Kinder und Jugendliche im Internet - zum Beispiel auf der Website „kinderarztze-

im-netz.de“.

Bemerken Eltern, dass bei ihren jugendlichen Töchtern die Regelblutung ausbleibt, kann das ein Zeichen dafür sein, dass der Körper unterversorgt ist.

„Ich sehe fürchterlich aus mit meinen dicken Beinen.“ Solche Sätze - etwa vor dem Spiegel dahergesagt - sollten Eltern ernstnehmen. „Auch Konflikte ums Essen sind ein Zeichen, dass da etwas schief läuft“, sagt Stephan Bender. „Und natürlich wenn sich die Interessen des Kindes einengen, wenn es Hobbys und

Freundschaften nicht mehr pflegt, sondern sich alles ums Essen dreht.“ Generell gilt: Ändert sich das (Ess-)Verhalten grundlegend, sollten Eltern das im Blick behalten.

Und dann? Dass sie Hilfe brauchen - davon wollen viele Magersüchtige anfangs nichts wissen. Anders als bei anderen psychischen Erkrankungen setzt der Leidensdruck bei der Magersucht erst spät ein, erklärt Bender. Denn: In der ersten Zeit fühlen sich Betroffene durch ihre vermeintlichen Diät-Erfolge stark und mächtig.

Für Eltern ist das meist nicht nachvollziehbar. Das liegt daran, dass mit der Magersucht eine Körperschemastörung einhergeht: Betroffene haben einen verzerrten Blick auf ihren eigenen Körper und empfinden sich - trotz bereits hervorstehender Knochen - als zu dick.

Trotz all der Hilflosigkeit und Ohnmacht: „Eltern sollten das Thema auf keinen Fall totschweigen. Die Chance, die Erkrankung zu überwinden, ist größer, wenn sie möglichst früh behandelt wird“, sagt Beate Herpertz-Dahlmann. Starkes Untergewicht kann mit der Zeit lebensbedrohlich werden. Ratsam sei es, ein Gespräch zu suchen, das mit Worten wie „Ich habe das Gefühl, du gefällt dir in letzter Zeit gar nicht mehr“ beginnt. tmn

Jetzt
impfen
lassen

Leserthema „Gemeinsam gegen Corona“

Mythen rund um die Impfung

Das Bundesministerium für Gesundheit nimmt Stellung zu Gerüchten

Das Bundesministerium für Gesundheit beantwortet auf seiner Internetseite viele Fragen. Die wichtigsten Mythen rund um die Corona-Schutzimpfung haben wir hier in Kurzform zusammengestellt.

Mythos 1: mRNA-Impfstoffe verändern die DNA. Es besteht kein erkennbares Risiko einer Integration von mRNA in das humane Genom. Beim Menschen befindet sich das

Genom in Form von DNA im Zellkern. Eine Integration von RNA in DNA ist unter anderem aufgrund der unterschiedlichen chemischen Struktur nicht möglich. Es gibt auch keinen Hinweis darauf, dass die von den Körperzellen nach der Impfung aufgenommene mRNA in DNA umgeschrieben wird.

Mythos 2: In den Impfstoffen sind Mikrochips enthalten. Solche Annahmen sind Verschwörungsmäthen, keine Tatsachen. Diese Behauptung

ist nicht wahr. Die Forschung an COVID-19-Impfstoffen wird von unabhängigen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern durchgeführt. Ihr Ziel ist die Entwicklung eines sicheren und wirksamen Schutzimpfstoffes gegen COVID-19.

Mythos 3: Die Impfung macht Frauen unfruchtbar. Es gibt aktuell keine Hinweise darauf, dass Frauen wegen der Impfung unfruchtbar werden könnten. In sozialen Medien kursierte, dass eine

Corona-Schutzimpfung unfruchtbar machen könne, weil sich Spikeproteine des Coronavirus und das Protein Syncytin-1, das für die Bildung der Plazenta verantwortlich ist, ähneln. Daraus wurde geschlossen: Bildet der Körper der Geimpften nach der Impfung Antikörper gegen das Spikeprotein des Coronavirus, richten sich diese auch gegen das Syncytin-1-Protein und beeinträchtigen somit die Bildung einer Plazenta. Da die Ähnlichkeit zwischen den beiden Protei-

nen aber so minimal ist, kann eine Kreuzreaktion des COVID-19-Impfstoffs ausgeschlossen werden. Selbst wenn sich Corona-Antikörper tatsächlich gegen das Syncytin-1-Protein richten könnten, hätte dies bei einer COVID-19-Erkrankung durch die Antikörperbildung zu erhöhten Zahlen an Fehlgeburten oder Komplikationen führen müssen - dies ist aber nicht der Fall.

Mythos 4: Die Impfung nützt nichts, weil der Antikörper-

spiegel fällt. Auch wenn die erzeugten Antikörperspiegel nach der Impfung nach einigen Monaten abfallen, kann eine schützende Immunantwort durch eine Impfung erreicht werden.

Denn mit einer Impfung werden neben den Antikörpern auch Immunzellen trainiert, die Corona-infizierte Zellen erkennen und zerstören können. Auch Auffrischungsimpfungen gewährleisten, dass der Impfschutz bestmöglich aufrechterhalten wird. BfG


Impfen lassen -
Verantwortung übernehmen!
#GemeinsamGegenCorona

Impfen -
weil's um uns alle geht.
 Stadtparkasse
Schwalmstadt

Hephata[®]
Diakonie 
Mit Menschen impfen

Jetzt impfen lassen!
Na Claar!

CLAAR
ZAHNÄRZTE
Druselstr. 178 / 0561-55055 / Leipziger Str. 164 / 0561-51088000
www.dr-claar.de / info@dr-claar.de / facebook.com/praxisdrclaar


www.HNA.de


Anette Rohs
info@adlerapotheke-treysa.de
Bahnhofstraße 19
34613 Schwalmstadt
Telefon 06691 1396

Farbenhaus Vogel
mit Kreativität, Know-how
und Engagement.
Tapezieren · Innenanstrich
Bodenleger
Holz- und Bautenschutz
Ihr zuverlässiger Fachbetrieb.
Wir haben noch Termine frei!
Rufen Sie an unter:
Telefon 05682 739311-0 oder
E-Mail: info@vogel-borken.de
www.farbenhaus-vogel.biz

HESSEN

#HESSEN,
BLEIBT
BESONNEN!

Wir sorgen für
Ihre Sicherheit
und sind
✓ Geimpft
✓ Genesen
✓ Getestet
 VR Bank
HessenLand eG


BODE -
Die Tür GmbH
Ochshäuser Straße 14
34123 Kassel

Einfach besser schlafen im neuen Jahr!

-20% mit Code SCHLAF20
(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



testieger.de
1,4
05/2020
sehr gut

Ergonomisches Seitenschlärkissen ACAMAR
69,95 €

Aloe Vera Kopfkissen NuMOON
69,95 €

testieger.de
1,3
11/2021
sehr gut



Bettdecke AERO ActiveClima 135 x 200 cm
149,95 €



testieger.de
1,4
06/2020
sehr gut

Direkt im Online-Shop bestellen:

www.third-of-life.com

Haben Sie Fragen? Unsere Experten helfen Ihnen gerne:

Tel. 089-44 35 55 04

service@third-of-life.com



Third of Life
Your Sleep Company

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

SERVICE

Auf Dienstreise?

Reisekosten steuerlich geltend machen



Wer beruflich auf Reisen geht, kann die Kosten steuerlich geltend machen.

FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA-TMN

Wer für seinen Job unterwegs ist, kann die Reisekosten als Werbungskosten geltend machen. Eine wichtige Voraussetzung: Die Kosten für die Dienstreise wurden noch nicht durch den Arbeitgeber erstattet.

Darauf macht die Bundessteuerberaterkammer in Berlin aufmerksam. Wurden die Ausgaben zu einem Teil übernommen, können Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer die Differenz geltend machen.

Zu den Reisekosten zählen Übernachtungs- und Fahrtkosten, aber auch Nebenkosten sowie Verpflegungsmehraufwendungen.

Nicht dazu zählen weitere Ausgaben etwa für Reisekleidung, Koffer oder den Verzehr aus der Minibar. Wichtig dabei: Eckdaten wie der

Anlass, die Strecke und die Reisedauer sollten schriftlich festgehalten werden, um die

Reise gegenüber dem Finanzamt belegen zu können. Entsprechende Nachweise kön-

nen Rechnungen, ein Fahrtenbuch oder Tankquittungen sein.

tmn

Erholung zwischen Trail und Bike-Park

Spezialisten erleichtern die Planung des MTB-Urlaubs mit der ganzen Familie

Wer mit der Familie einen Mountainbike-Urlaub machen möchte, muss bereits bei der Planung die Interessen aller Familienmitglieder berücksichtigen.

Unterstützung bieten erfahrene Spezialisten für Mountainbike-Reisen, die kinderfreundliche Radregionen aus eigener Erfahrung kennen.

Die Experten können auch Hotels empfehlen, die den Ansprüchen von Eltern und Kindern gleichermaßen ge-



Besonders familienfreundlich sind Regionen, die über Bike-Parks verfügen, in denen kleine und große MBT-Fahrer ihre Technik verbessern können.

FOTO: DJD-K/©MOPPEFOTO.DE

recht werden. Unter www.bike-holidays.com beispielsweise finden Einsteiger, Genussradler, Bergfreunde und Abenteurer aller Altersstufen Anregungen für die Buchung abwechslungsreicher MTB-Reisen.

Die Rubrik „Easy & Family“ führt ausgewählte Regionen in Österreich, Italien oder Slowenien auf, die inmitten idyllischer Almlandschaften der ganzen Familie eine erholsame MTB-Zeit garantieren.

djd-k

Angebote gültig vom 21.02. bis 26.02.2022

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

Schlemmerpfanne1 kg **9,90**

Kotelett1 kg **6,99** **Rinderbraten** aus der Keule...1 kg **15,99**

Kammstück1 kg **6,99** **Mortadella**300-g-Stück **3,95**

Ab Mittwoch: 1 Fertiggericht zum Mitnehmen

Kreuz-Apotheke von Bredow
Obertor 7 • 34305 Niedenstein • Germany
Telefon: +49 (0)5624 400 | Freefax: 0800 05624 2000

Weiterhin wegen hoher Nachfrage Covid-19-Antikörpertest

- Bin ich noch geschützt?
- War ich bereits infiziert?
- Wie hoch ist mein Antikörperwert?
- Benötige ich eine Booster-Impfung?

Einfach und bequem – für nur 24,50 € führen wir einen Covid-Antikörpertest* in Ihrer Kreuz-Apotheke durch. Nach einer Wartezeit von nur 15 Minuten erhalten Sie nun einen Ausdruck mit Ihrem persönlichen Antikörper-Status gegen Covid 19 in Händen.

* Wir verwenden den quantitativen, hoch sensitiven EDELVITAL™ SARS-CoV-2-Schnelltest auf neutralisierende Antikörper, der nach dem internationalen WHO-Standard IU/ml kalibriert, in Studien getestet wurde und bereits in vielen Ländern zur Testung des Schutzes gegen COVID-19 eingesetzt wird.

eREZEPT ready

Dolce Vita in Oberbayern

Die Städte im Chiemsee-Alpenland locken mit südländischem Flair

Wer sein Fernweh stillen möchte, muss nicht weit fahren. Auch die oberbayerische Bilderbuchlandschaft des Chiemsee-Alpenlands bietet viel urban-hippen Lifestyle und eine Extraportion Dolce Vita.

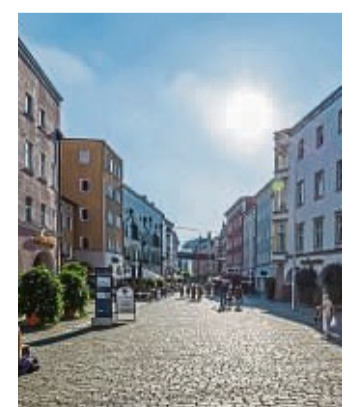
In den sehenswerten Städten Rosenheim, Wasserburg am Inn, Kolbermoor und Bad

Aibling trifft alpenländische Tradition auf südländische Lebensart.

Ob Espresso und Eis unter regionstypischen Laubengängen oder wohltuende Entspannung im ältesten Moorheilbad Bayerns - die Region lebt von reizvollen Kontrasten und lädt mit ihrem großen Schatz an Natur und Kultur zum Bewegen, Genießen und Staunen ein.

Unter www.chiemsee-alpenland.de gibt es ausführliche Informationen zu allen Städten, aktuelle Termine und viele Inspirationen für eine abwechslungsreiche Urlaubsplanung in der Region.

djd-k



Rosenheims Altstadt mit ihren italienisch anmutenden Arkaden verströmt im Sommer mediterranes Lebensgefühl.

FOTO: DJD-K/CHIEMSEE-ALPENLAND TOURISMUS/THOMAS KUJAT

Mehr Netto

Welche Extras sich für Beschäftigte bezahlt machen

Die Liste an steuerfreien Extras, die Beschäftigte vom Arbeitgeber bekommen können, ist länger als so manch einer denkt. Wenn beim Gehalt keine großen Sprünge drin sind, können sie zum „Joker“ werden.

Der Bruttolohn muss bei einem Jobwechsel oder einer Gehaltsverhandlung nicht der einzige ausschlaggebende Faktor sein. Zum Teil können Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer mit steuer- und sozialabgabenfreien Extras im Endeffekt netto sogar mehr herausholen als mit einer Gehaltserhöhung, heißt es in der Zeitschrift „Finanztest“ (Ausgabe 3/2022).

Manchmal lassen sich mithilfe solcher Extras auch festgefahrene Gehaltsverhandlungen wieder in Schwung bringen. Denn der Mehraufwand halte sich für Arbeitgeber in Grenzen.

Aber was kommt nun infrage, wenn Beschäftigte ihren Nettolohn aufbessern wollen? Einiges fällt zum Beispiel in den Bereich Mobilität. „Finanztest“ verweist hier etwa auf die Möglichkeit, dass Che-



Wenn es beim Gehalt kein Verhandlungsspielraum gibt, kann sich zum Beispiel ein Zuschuss vom Arbeitgeber zum ÖPNV-Ticket lohnen.

FOTO: ANNETTE RIEDL/DPA/DPA-TMN

fin oder Chef die Kosten für das ÖPNV-Ticket übernimmt, das Unternehmen einen Fahrtkostenzuschuss zum privaten Pkw beisteuert oder der Betrieb ein E-Bike zur privaten und geschäftlichen Nutzung finanziert.

Übernimmt der Arbeitgeber etwa die Kosten für das Ticket im öffentlichen Nahverkehr, ist das für Arbeitnehmer steuer- und sozialversicherungsfrei. Und auch das

Unternehmen profitiere, so „Finanztest“. Die Ausgaben können als Betriebskosten abgesetzt werden.

Daneben können je nach individueller Situation der Beschäftigten zum Beispiel Tank- und andere Wertgutscheine, die Übernahme von Kosten der Kinderbetreuung oder Fitness- und Gesundheitskurse lohnenswerte Optionen sein. Die Höhe der erlaubten Zuschüsse unter-

scheidet sich je nach Extra. Wer geschickt verhandelt, kann womöglich sogar mehrere Extras kombinieren.

Einen Aspekt gilt es laut „Finanztest“ beim Thema Rente zu beachten: Wer Gehaltsbestandteile sozialversicherungsfrei bekommt, zahlt weniger in die gesetzliche Rente ein als bei einer Bruttolohnhöhung. Die Extras zählen nicht zur gesetzlichen Rente. tmn

Wie oft ist Kurzarbeit eigentlich erlaubt?

Fragen aus dem Arbeitsrecht

In der Corona-Pandemie bleibt Kurzarbeit für viele Arbeitgeber weiter wichtig. Für Arbeitnehmer bedeutet das oft wenig Planbarkeit. Wie oft dürfen Arbeitgeber eigentlich Kurzarbeit anordnen?

Erst Kurzarbeit, dann ein paar Wochen Vollzeit arbeiten und wieder zurück: Für Beschäftigte lässt so ein dauernder Wechsel wenig Planbarkeit zu. Stellt sich die Frage: Ist das überhaupt erlaubt? Wie oft darf der Arbeitgeber Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Kurzarbeit schicken?

„Genau genommen beliebig oft“, sagt Johannes Schipp, Fachanwalt für Arbeitsrecht in Gütersloh. Entscheidend sei, dass der Arbeitgeber jeweils die Voraussetzungen für den Erhalt von Kurzarbeitergeld erfüllt.

Daneben kommt es darauf an, für welchen Zeitraum ein Arbeitgeber Kurzarbeit beantragt hat, und ob Kurzarbeit dann neu eingeführt oder bereits genehmigte Kurzarbeit nur unterbrochen wird.

Hat die Agentur für Arbeit

einem bestimmten Bezugszeitraum zugestimmt, kann die Kurzarbeit währenddessen zum Beispiel mehrfach für kürzere Zeit unterbrochen werden. Laut Sozialgesetzbuch könne die Kurzarbeit in einem solchen Fall nach einer Unterbrechung von mindestens einem Monat nahtlos fortgesetzt werden, so Schipp. Die Gesamt-Bezugsdauer verlängert sich entsprechend.

Dauert die Unterbrechung aber drei Monate am Stück

oder länger, muss der Arbeitgeber einen neuen Antrag stellen und die Voraussetzungen werden von der Agentur für Arbeit erneut überprüft.

Üblicherweise ist der Bezug von Kurzarbeitergeld für bis zu 12 Monate möglich. Während der Pandemie wurden die Bedingungen zur Beantragung von Kurzarbeit für Betriebe aber erleichtert. Vorerst galten die Sonderregelungen bis zum 31. März, nun sollen sie abermals verlängert werden. Dazu gehört

auch, dass die maximale Bezugsdauer des Kurzarbeitergelds von 24 auf bis zu 28 Monate gestreckt werden soll.

Zur Person: Johannes Schipp ist Fachanwalt für Arbeitsrecht in Gütersloh und Mitglied im Deutschen Anwaltverein (DAV). tmn



Kurzarbeit kann auf Beschäftigte auch mehrfach im Jahr zukommen – sofern der Betrieb die dafür nötigen Voraussetzungen erfüllt.

FOTO: JENS BÜTTNER/DPA-ZENTRALBILD/DPA-TMN

Die neue **Frühjahrs-Mode** in den aktuellen Farben finden Sie schon jetzt bei Mode „Für Sie“

Anzuschauen auch im Internet unter: www.fuersie-frielendorf.de

- Damen-Shirts mit Rundhals u. floralem Duck** in verschiedenen Farben, unisize nur **25,95**
- Damen-Pullis „Raglan“ im Häkellook** in aktuellen Frühlingfarben, unisize nur **35,95**
- modische Damen-Hosen mit Tunnelzug** in den aktuellen Trendfarben, unisize nur **29,95**
- Damen-Pullis mit Kapuze** unifarbig, unisize nur **29,95**
- Damen-Shirts mit Gold und Silberprint** in aktuellen Größen nur **29,95**
- Damen-Loops o. Tücher** in aktuellen Frühlingfarben aus Seide, Chiffon oder Baumwolle schon ab **11,95**
- Modische Damen-Blusen mit Kragen und Knöpfen** Design vorne kurz, hinten länger oder normal, auch in Übergrößen schon ab **29,95**

Große Auswahl an neuesten **Frühlings- und Ostertrends** finden Sie in unserer Deko-Abteilung. Ideal als Deko für das eigene Zuhause oder aber auch zum Verschenken.

W. Weissing

Öffnungszeiten
Montag-Freitag 9-18 Uhr
Samstag 9-14 Uhr

Ziegenhainer Str. 10
34621 Frielendorf
Tel. 05684 3459211

www.fuersie-frielendorf.de

- Textilien für Damen, Herren und Kinder
- Accessoires
- Geschenkartikel
- Geschenk-Gutscheine

Das **Göbel's Hotel Rodenberg** in Rotenburg a.d. Fulda sucht **ab sofort**

MITARBEITER*IN M/W/D

REZEPTION

IN VOLLZEIT & MIT AUFSTIEGSMÖGLICHKEITEN

Du bist **freundlich, zuverlässig** und **serviceorientiert**?
Dann werde Teil der Göbel Hotels Gruppe, profitiere von vielen Vorteilen und lass uns gemeinsam durchstarten!

Bewerbungen bitte ab sofort per Email an:
h.huebener@gobel-s-rodenberg.de

GÖBEL'S HOTEL RODENBERG
RODENBURG A. D. FULDA

www.gobel-s-rodenberg.de

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

- **Koch** (m/w/d)
Vollzeit
- **Diätisch geschulter Koch** (m/w/d)
Vollzeit
- **Küchenhilfe** (m/w/d)
Vollzeit
- **Aushilfe Spülküche** (m/w/d)
450,-Euro-Basis

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

ASKLEPIOS informiert

Aktion am Valentinstag Komplimente zum Verschenken

Bad Wildungen/Melsungen/Schwalmstadt. Meist beweisen sich Pärchen am Valentinstag mit originellen Geschenken ihre Liebe. Dabei kann ein tolles Kompliment ebenso wahre Wunder bewirken. Kurzerhand haben die Asklepios Kliniken Nordhessen den Valentinstag in den fünf nordhessischen Kliniken zum „Komplimentetag“ erklärt.

Bei der Aktion sollte es nicht darum gehen, dass etwas gekauft wird. Im Mittelpunkt stand etwas Kostenloses: Ein Kompliment. Fakt ist nämlich, wenn man mit seinen Kollegen ein tolles Verhältnis hat, erhöht sich nicht nur das Arbeitsklima, sondern auch das eigene Wohlbefinden. Vor allem, wenn man bedenkt, dass man durchschnittlich zehn Jahre der Lebenszeit an der Arbeit verbringt.

Am Asklepios „Komplimentetag“ wurden an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter „Komplimente zum Verschenken“ in Form von kleinen Aufklebern verteilt. Mit Sprüchen



Haben fleißig Komplimente verteilt – die Kolleginnen und Kollegen der Asklepios Kliniken Nordhessen. FOTO: ASKLEPIOS

wie „Eine Schicht ohne dich geht gar nicht“, „Du bist toll!“, „Auf dich kann ich mich immer verlassen!“ oder „Mit dir lache ich am liebsten!“ konnten so auf originelle Art und Weise Komplimente an die Lieblingskolleginnen und -kollegen verteilt werden.

„Mit der Valentinstagsaktion wollten wir allen ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Denn es gibt doch nichts Schöneres, als ein liebes Kompliment zu erhalten“, so die Projektkoordinatorinnen Nicola Michailidis und Nicole Dietz. Auch die beiden Geschäftsführerinnen der Asklepios Kliniken Nordhessen, Dr. Dagmar Federwisch und

Katrin Kern, begrüßten die Aktion: „Seinen Kollegen, mit denen man oft acht Stunden am Tag verbringt, Komplimente zu machen, kann nur noch mehr zusammenschweißen. Uns ist es ein Anliegen, den Teamgedanken mit kleinen Aktionen zu festigen.“ An allen fünf Standorten wurden die Komplimente fleißig verteilt. Ob am Spind, auf dem PC, Smartphone oder auf dem Kasak bzw. Kittel, viele Mitarbeiter haben fleißig drauflosgeklebt. Und damit der Reinigungsdienst nicht Hände über dem Kopf zusammenschlägt, sind die Aufkleber natürlich rückstandslos zu entfernen.

Geldsumme	Vortragen eines Liedes	Rang beim Karate	griechischer Käse	musik.: langsam	österr.: nicht wahr?	indonesische Küstenstadt	kalte Steppe Sibiriens	abgezogene Tierhaut	türk. Staatsmann † 1993	lateinisch: Kunst	Sicherheitsriemen im Auto	Rivalin	dauern	Komponist von 'Aida'	beabsichtigen	unfrei
Dickblattpflanze			Hetzredner							Himmelswesen						
		willenlos ergehen	unklar, geheimnisvoll					ein Apostel	Vorderseite	gelb, bleich	Patron Englands		Meeresfisch	Glanzstück	Sprechfunk für jedermann	englisch: oder
Heldengedichte	Inhalt eines Films			engl. Mehrwertsteuer		Ölieförderverbund (Abk.)	griffbereit				Heldenepos von Vergil		aus einem Edelmetall			
tropische Knollenfrucht					Wendefürstin (11. Jh.)	Gottesurteil im MA.			Männername		deutsch-franz. TV-Sender		US-Militär-sender (Abk.)			ja und nein (ugs.)
Lachsforellen	Vorname der Barrymoore	buddh. Tempel					aus zartem Stoff	Farbe entfernen						ursächlich	pro Einheit	
hohes dt. Gericht (Abk.)	schweiz. Schauspieler † 2000	Jazzvariante (Kw.)			biblische Stadt in Palästina		Strom der nord. Unterwelt		engl. Frauenkurzname			finn. See am Polarkreis	Körperstellung			
Flachbearbeitungsprodukt			gepflegt, ordentlich	schrubben, heftig reiben					dünnere Lichtstreifen	Boot der Eskimos				Mehrzahl von Datum	Großstadt im Tschad	
nord-europäische Sprache	Landplätze für Flugzeuge	Rufname Schwarzeneggers			Halbton über H			ein Fechtangriff	Stenokürzel			Insel im Roten Meer	genetischer 'Fingerabdruck'			
					berühmter Diamant	Tatsachen (engl.)				Umtauschkurs	jüd. Priester in Babylon			Initialen des Autors Camus		
Vorname des US-Schausp. Douglas	Staat in Europa (Abk.)		dalmatische Insel vor Split	Vorname von US-Filmstar Costner		nicht breit	britische Kolonie in Südeuropa							Name vieler kleinerer Flüsse		
		ehem. sowjetischer Diktator	ein Baustoff			Rohkostspeise	japanischer Reiswein				jordanische Münze					
Stück für acht Instrumente	Hafenstadt im Süden Zyperns	Autor von 'Pole Poppen-späler' †		altes deutsches Hohlmaß	ein Speisepilz											
			irisch-engl. Schriftsteller †	Katzenlaut		dt. Schauspieler (Nadja)	Vorname des Sängers Rebhoff									
		Insel vor Dalmatien	oberer Teil des Beins			pakistan. Provinzhauptstadt	Abk.: in Worten									
Mutter der Nibelungenkönige	großes nord. Hirschtier		griech. Vorsilbe: gleich	spanischer Artikel	Insektenpuppe											
Gesangstheater				Küstenvogel			Flächenmaß									
Weiltaler in der griech. Antike			ekelhaft				deutsche Vorsilbe									



Leserthema „Liebenbachstadt Spangenberg“

Fernab von Hektik und Stress

Wanderwege rund um Spangenberg wurden vom Heimatverein neu beschildert und markiert

Seniorengerechte Bäder

Wir beraten Sie gern:



Adam-Schenk-Straße 2 · 34286 Spangenberg
Telefon 05663 6399

Jetzt bis zu 400,- € Zuschuss sichern!

Wandern hat gerade in den aktuellen Zeiten einen neuen Stellenwert erreicht. Die Natur fernab von Hektik, Stress und Sorgen unbeschwert zu genießen, ist zurzeit ein besonders wertvolles Gut.

Dafür müssen es nicht immer weite Streckenwanderwege sein. Unsere Rundwege sind genau das Richtige für all jene, die kürzere Rundwanderwege bevorzugen.

GPX-Daten aufgezeichnet

Peter Leiss und Fred Vockenroth vom Heimatverein Spangenberg haben sich auf den Weg gemacht und sind alle Wanderwege rund um Spangenberg abgelaufen, haben die Beschilderung erneuert und die GPX-Daten via ko-



Alles neu zum Frühling: Die Wanderwege rund um Spangenberg wurden neu beschildert und markiert.

FOTO: STADT- UND TOURISTINFORMATION SPANGENBERG

moot aufgezeichnet. Jeder einzelne Rundweg wurde erfasst und neben den GPX-Daten erfährt man auch die Streckenlänge, das Höhenprofil und den Schweregrad des jeweiligen Rundweges.

Tour bereits im Vorfeld planen

Entsprechende Links sind auf der Website der Stadt gesetzt, so dass die Möglichkeit besteht, seine Tour im Vorfeld zu planen und sich alle wichtigen Daten herunterzuladen. Die Beschilderung und Markierung der Gehstrecken erfolgt durch Wegweiser oder an Bäumen mit dem Buchstaben S für Spangenberg und dem jeweiligen Rundweg 1 bis 9 in gelb gehalten.

Gern könnt ihr über ko-moot Foto's Eurer Wanderungen hochladen oder uns per Mail schicken.

nh

Ich denke an MEINE KINDER. Ich Sorge vor.
Bestattungsvorsorge: eine Sorge weniger.

Bestattungsinstitut Schmidt
Seit 1896

Spangenberg · ☎ 05663 418
Malsfeld · ☎ 05661 52766

Lassen Sie sich hier beraten!

Kuratorium Deutsche Bestattungskultur | Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG

elektrotechnik krüger

Automatiktüren + Feststellanlagen

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir einen

Mitarbeiter (m/w/d) in Vollzeit zur Festeinstellung für Montage, Wartung und Reparatur von Automatiktüren und Feststellanlagen.

- Elektriker / Elektroniker oder Metallbauer mit Elektrokenntnissen oder vergleichbare Berufserfahrung wünschenswert
- Führerschein Klasse B/BE (Alt 3) und Fahrpraxis

elektrotechnik krüger · rainer krüger elektromeister
Unterer Rollbach 10 · 34286 Spangenberg
Tel. 05663 9392-95 · E-Mail elektrotechnik-krueger@web.de

Physiotherapie - Massagen - Fußpflege - Kosmetik - Wellness

JULIA MOHR
staatlich anerkannte
Physiotherapeutin



Scheidweg 12
34286 Spangenberg
Tel.: 05663 - 93 93 55

Rückenschule - Yoga - Entspannungskurse - Kinderturnen



Pflege im Haus

Team - Bodden

Seit über 25 Jahren Ihr ambulanter Pflegedienst in Spangenberg
Telefon 05663 468



Lange Partnerschaft

Der Partnerschaftsverein plant Fahrt in die Partnerstadt St. Pierre auf der Île d'Oléron

Seit fast 25 Jahren pflegt die Stadt Spangenberg eine Städtepartnerschaft mit der französischen Stadt St. Pierre auf der Île d'Oléron.

Regelmäßig fanden Treffen statt – man besuchte sich traditionell zu den Weihnachtsmärkten. Doch die letzten zwei Jahre ist es ruhig geworden, die Coronapandemie zeigt auch hier ihre Auswirkungen. Besuche gegenseitig konnten gar nicht oder nur eingeschränkt stattfinden.

Während der letzten Begegnung im Dezember des vergangenen Jahres waren sich die Verantwortlichen

aus St. Pierre und Spangenberg einig – die Partnerschaft soll wieder mit Leben gefüllt werden. Bestehende Freundschaften sollen gefestigt und neue geknüpft werden. Schaffen möchte man das mit einer Begegnung im Sommer 2022, hierfür erarbeiten der Partnerschaftsverein und die Verantwortlichen in St. Pierre ein Programm für die Reise.

Schnell wurde ein Zeitraum gefunden, an welchem die Fahrt stattfinden soll. Mit den Freunden aus St. Pierre hat der Partnerschaftsverein Spangenberg den Reisezeitraum vom 17. bis 26. Juni 2022 abgestimmt. Gemeinsam mit den Verantwortlichen

aus St. Pierre werden nun verschiedene Aktivitäten vor Ort geplant und organisiert, die der Intensivierung der Partnerschaft dienen sollen. So werden verschiedene Workshops vor Ort stattfinden und die Delegation wird am dortigen Musikfestival teilnehmen. Ausflüge in die nähere Umgebung werden angeboten, so nach Bordeaux und Saint Emilion (weltbekannte Rotweinstadt) sowie zum Marais Poitevin (franz. 'Spreewald') mit Bootsfahrt und Besichtigung von La Rochelle. Im Vordergrund der Reise stehen jedoch die Begegnungen der Bürger und Bürgerinnen beider Städte. Im Gegensatz zu anderen

Fahrten plant man für dieses Jahr nicht die Unterbringung in Gastfamilien, sondern in kleinen Ferienhäusern. Die Reisekosten werden zwischen 450 und 700 Euro liegen. Je nachdem, ob die Unterbringung in Einzel- oder Doppelzimmern stattfindet. Interessierte sollten sich schnell anmelden, da die maximale Teilnehmerzahl auf 25 begrenzt ist.

Kontakt Stadt- und Touristinformation:

Gritt Heinze
☎ (05663) 50 90 40

Rolf Aderhold
☎ (05663) 17 67



Ein Ort zum Wohlfühlen: der Hafen von La Cotinière.

FOTOS: STADT- UND TOURISTINFORMATION SPANGENBERG



Idyllisch und bunt: Die Austernhütten auf der Île d'Oléron haben ihren eigenen Charme.

Frühlingsmarkt
mit **Pflanzenbörse** am **6. Mai 2022**

Wer einen Garten hat beginnt jetzt seine eigenen Pflanzen zu ziehen. Oft säht man jedoch mehr aus als man eigentlich für den eigenen Garten benötigt - wohin damit?

VERKAUFT oder **TAUSCHT** sie doch beim **Frühlingsmarkt in Spangenberg!**

Interessierte können sich bei Gritt Heinze / ☎ 05663 5090-40 melden!

Marktplatz Spangenberg
Veranstalter: Stadt Spangenberg

THEIS Bestattungen und Bildhauerei
Schafgasse 1, Spangenberg
Tel. 05663 1492
theis-spangenberg@t-online.de

HOLZBAU KÜHLBORN GmbH
Melsunger Straße 7 · 34286 Spangenberg · Tel. 05663 7825
Friedrich-Ebert-Straße 14 · 34117 Kassel
www.holzbau-kuehlborn.de

Maler Rehm GmbH
• Fassadenarbeiten • Restauration • Innenarbeiten
Lange Gasse 8 • 34286 Spangenberg
Telefon 0 56 63 / 63 94 • Mobil 0171 / 242 78 22
www.maler-rehm.de

ELH GMBH
Elektro • Lüftung • Heizung
Nausiser Straße 5
34286 Spangenberg-Pfiefle
Tel. 05663 6734 · Fax 6012
E-Mail: elh-gmbh@t-online.de

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

persönlich telefonisch digital

VR-Bank Spangenberg-Morschen eG

Lisa-Maria
Hersensdinge zum Forsuchen und selbst behalten

Burgstraße 2
Spangenberg
Tel. 05663 9397271

Schnuppermonat für Neukunden

Einen Monat lang Fitness, Kurse und Hallenbad zum Ausprobieren

für nur 40 €

Life Campus Spangenberg
Balance

www.life-balance-campus.de
05663/9399390

Blusen & Hemden nach Maß

– Jetzt Ihren Ausmesstermin holen –

Handelsvertretung S. Stickeni
Sylke Gauder
Heisterstraße 2a
Spangenberg-Pfiefle
Tel. 05663 938548
www.handelsvertretung-gauder.de

Stefan Martin
Heizung - Lüftung - Sanitär - Solar
Regenwassernutzung - Beratung
Planung - Verkauf

34286 Spangenberg-Nausis • Alheimer Straße 16
Tel.: 05663 5547 • Mobil: 0170 2442980 • Fax: 930343

Schreinerei Sauerland
Inh. Gerd Sauerland
Neustadt 25
34286 Spangenberg
Tel. 05663 6754
Möbeltischlerei/Glasreparaturen

Woelm'sche Apotheke
Apotheker Ulf Vocke e. K.
Marktplatz 8 · 34286 Spangenberg
Tel. 0 56 63 / 3 17 · Fax 0 56 63 / 60 27
www.woelmsche-apotheke.de

EDEKA Lars Kröniger
... Ihr Markt in Spangenberg!

Wir ♥ Lebensmittel.

Besuchen Sie unseren Markt und profitieren Sie von unserem regionalen Sortiment.

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. von 7.00 bis 20.00 Uhr
Sa. von 7.00 bis 20.00 Uhr

Lochmühle 3 · 34286 Spangenberg
Telefon 05663 931060

Ohne Hürden im Kopf

So klappt es mit der neuen Führungskraft



Kommt eine neue Führungskraft, sollten Beschäftigte keine Blockadehaltung einnehmen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

Die eine Führungskraft geht, die neue kommt. Das sorgt bei Einzelnen in einem Arbeitsteam mitunter für Trübsal und teils sogar für Unbehagen. Hat man den alten Chef oder die alte Chefin sehr geschätzt, kann und mag man sich nicht vorstellen, wie es nun weitergeht.

Zunächst: „Es ist völlig normal, dass man traurig ist, wenn eine geschätzte Führungskraft wechselt oder gänzlich aus dem Unternehmen verschwindet“, sagt Ute Gietzen-Wieland, Business- und Mental-Coach in Bielefeld. Mitarbeitende sollten sich diese Traurigkeit zugestehen, aber zugleich akzeptieren, dass etwas vorbei ist und etwas Neues anfängt. „Die Hürden im Kopf dürfen keinesfalls zur Blockade gegenüber der neuen Führungskraft werden“, betont Gietzen-Wieland.

Stattdessen sollten Beschäftigte offen auf die neue Chefin oder den neuen Chef zugehen und freundlich sein, ohne sich anzubiedern. Jutta Boenig, Karriere-Coach in Überlingen, empfiehlt, sich eine Liste zu machen und darauf zu notieren, welche Erwartungen man an den Neuen oder die Neue hat. „Das können neben Minimum-Erwartungen auch Nice-to-have-Punkte sein“, so Boenig. Gleichzeitig sollte man sich bewusst machen, was man selbst dazu beitragen kann, dass das Miteinander optimal läuft.

Um sich offen und wertschätzend gegenüber der neuen Führungskraft zu zeigen, ist auch die non-verbale Kommunikation ein wichtiger Aspekt. „Weggucken oder sich abwenden, wenn der oder die Neue auf einen Zutritt, macht sich gar nicht gut“, sagt Boenig. Besser sei es, sich zugewandt zu zeigen und sich vielleicht zu erkundigen: „Wie kann ich oder wie können wir als Team Sie unterstützen, damit Sie sich in Ihre neue Funktion einfinden?“

Auch wenn neue Führungskräfte ihre Erwartungen an Mitarbeitende nicht von sich aus thematisieren, können

Beschäftigte selbst aktiv werden und den Chef oder die Chefin ansprechen. Etwa so: „Mir ist sehr daran gelegen, dass wir gut zusammenarbeiten, aber dafür brauche ich noch ein paar Hinweise von Ihnen; bitte sagen Sie mir, worauf Sie besonderen Wert legen und was ich vermeiden sollte“, schlägt Gietzen-Wieland vor.

Mitunter stellen sich einzelne Beschäftigte auch die Frage, wie offen sie Probleme gegenüber der neuen Führungskraft direkt ansprechen können. Hier lautet die Devise: Bloß nicht mit der Tür ins Haus fallen.

„Denn man kennt ja die Person noch nicht hinreichend genug“, sagt Boenig. Stattdessen bietet es sich an, erst einmal abzuwarten und besser damit zu beginnen, einen Draht zueinander aufzubauen.

Sollte es aber unumgänglich sein, das ein oder andere Problem zu thematisieren, sollten Mitarbeitende möglichst immer einen oder auch

mehrere konkrete Lösungsvorschläge parat haben. „So präsentiert man sich als jemand, der aktiv gestaltend mitwirken möchte und weniger als der „Problembär“,“ erklärt Gietzen-Wieland.

Was auf jeden Fall gar nicht geht: „Mitarbeitende können der neuen Führungskraft das Leben zur Hölle machen, wenn sie innerhalb des Teams lauthals davon schwärmen, wie toll doch alles früher war unter der alten Chefin oder unter dem alten Chef“, sagt Boenig. Ein weiteres Don't: Ein Mitglied des Teams bittet alle etwa zum gemeinsamen Frühstück und lädt die Führungskraft nicht dazu ein.

Tabu ist aus Sicht von Boenig ebenfalls, zur neuen Führungskraft zu gehen und sie darüber „aufzuklären“, wie jeder Einzelne so tickt. „Es ist absolut schlechter Stil und kann zudem auch innerhalb des Teams nach hinten losgehen, wenn sich einer die Führungskraft zum Kumpel machen will“, betont Boenig.

Genauso wenig sollte jemand sinngemäß zur neuen Chefin oder zum neuen Chef sagen: „Unter Frau X haben wir das aber immer so gemacht.“ Gietzen-Wieland warnt: „Spätestens, wenn der oder die Vorgesetzte das ein drittes Mal hört, wird ihm oder ihr deutlich, dass da jemand noch viel zu sehr an der alten Führungskraft hängt und nicht bereit ist, sich auf eine neue Richtung einzulassen.“ Das könne, egal wie gut man fachlich sei, schnell einen falschen Akzent setzen.

Merkt jemand nach einer Weile, dass ihm oder ihr im Umgang mit der neuen Führungskraft wirklich alles gegen den Strich geht, sollte man das auf jeden Fall direkt klären. Das heißt: Mit dem oder derjenigen unmittelbar das Gespräch suchen und dieses gut vorbereiten - „gebenfalls mit Hilfe eines Coachs“, sagt Gietzen-Wieland.

Denn Chef oder Chefin zu übergehen und sich an die nächsthöhere Führungsebene zu wenden, kann nach hinten losgehen. „Man stellt ja auch den Vor-Vorgesetzten in Frage, wenn man ihm oder ihr sagt, dass die unmittelbare Führungskraft nichts taugt“, so Gietzen-Wieland. Denn schließlich hat diejenige Person die in der Kritik stehende Führungskraft als richtig für den Posten befunden.

Und wenn es auch nach einem persönlichen Gespräch so gar nicht klappt? „Dann am besten wechseln“, sagt Coachin Boenig, „entweder innerhalb der Firma oder sich eine neue Herausforderung außerhalb des Unternehmens suchen.“ tmm

Familienunternehmen sucht
Auslieferungsfahrer
(m/w/d)

Unser kleines Team braucht Verstärkung. Du bist stark, teamfähig und zuverlässig? Dann trau Dich!

Niederkleiner Straße 21
35279 Neustadt
06692 6653
www.getraenke-janik.de

Reinigungskräfte m/w/d
(SV-pflichtig) zur Reinigung einer Bundeswehrkasernen in
Fritzlar, Berliner Str. gesucht. AZ: Mo. - Freitag 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**

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

Wir suchen Dachdecker, Zimmerer, Lehrling & Quereinsteiger
Bewirb Dich jetzt (m/w/d)
Fa. Anding GmbH
Jesberg • Tel. 06695 911735

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

Komfort und Design perfekt kombiniert

ab **207.370,- €**

Das Flair 134 inklusive:

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

Jetzt informieren!
Telefon: 05606-5631470
Musterhaus Habichtswald-Ehlen
www.wunschimmobilie-massivbau.de

SICHERHEIT
geprüfte 3-Schichten-
Bau-Qualität
Bau-Service
Bau-Finanzierung
Haus für Sie!

www.TC.de

Für unsere Brotläden & Cafés in **Melsungen, Alsfeld & Neukirchen** suchen wir Sie:

Verkäufer/in
(w/m/d)
in Voll- oder Teilzeit

SCHWÄLMER BROTLADEN
seit 1907

Viehmeier GmbH & Co. KG • Treysaer Weg 6a, 34630 Gilsberg
Tel. 06696 9618-0 / -15 / -21 oder 0174 422 51 13, bewerbung@schwaelmer-brotladen.de
www.schwaelmer-brotladen.de/wir/jobs

Zur Erweiterung unseres Teams suchen wir

Pflegfachkraft/ Pflegehilfskraft
(m/w/d)

Wir legen Wert auf:

- Eine gute Einarbeitung
- Kommunikation auf Augenhöhe
- Offenheit für Innovation, Ideen und Vorschläge

Wir bieten Ihnen:

- Eine leistungsgerechte Entlohnung
- Gute Weiterbildungsmöglichkeiten
- Möglichkeit für Jobrad-Bikeleasing und vieles weitere...

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:
Altenzentrum Eben-Ezer
Bahnhofstraße 6, 34281 Gudensberg
oder info@altenzentrum-eben-ezer.de

Kliniken Hartenstein
Bad Wildungen

Zur Verstärkung unseres Teams in unserem UKR – Urologischen Kompetenzzentrum für die Rehabilitation - suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Sekretär/Assistent für den med. Schreibbereich (m/w/d)

in Voll- oder Teilzeit

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Kliniken Hartenstein GmbH & Co. KG
Hauptverwaltung
Günter-Hartenstein-Straße 8
34537 Bad Wildungen
Tel. 05621 - 880
E-Mail: karriere@kliniken-hartenstein.de

www.kliniken-hartenstein.de

Wir suchen zum 1. August 2022

• eine/n Auszubildende/n (m/w/d) zur/zum Rechtsanwaltsfachangestellten.

Wir bieten Ihnen eine dreijährige, fundierte und qualifizierte Ausbildung in unserer Kanzlei.

Wir erwarten von Ihnen mindestens Realschulabschluss und legen Wert auf gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift.

Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an:
Rechtsanwälte Koch und Knapp | Steinweg 19 | 34613 Schwalmstadt

Wir suchen ab sofort, in Vollzeit, einen Tiefbaupolier m/w/d
sowie
Tiefbau-Facharbeiter m/w/d
und
Auszubildende Straßenbauer m/w/d

OGHS Bauunternehmen

Hochstraße 48 - 36304 Alsfeld - Tel.: +49 (0) 6631 789-0
t.richter@ochs-bauunternehmung.de

ASKLEPIOS

GESUNDHEIT HAT VIELE GESICHTER.

Herzlich willkommen in unserem Team!

Wir suchen für den Standort Schwalmstadt

Empfangsmitarbeiter (m/w/d)
Teilzeit für 20-30 Wochenstunden

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Asklepios Service Hotellerie GmbH
Heiko Streit · Küchenleiter
Krankenhausstraße 27
34613 Schwalmstadt
Tel.: (0 66 91) 79 93 82
h.streit@asklepios.com

STADT NEUSTADT (HESSEN)
Stellenausschreibung

Die Stadt Neustadt (Hessen) sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt

eine/n Bauingenieur/in (m/w/d) oder staatlich geprüfte/n Bautechniker/in (m/w/d)
der Fachrichtung Hochbau
und
eine/n Sachbearbeiter/in (m/w/d)
für ihren Fachbereich I, Finanzen, Ordnungswesen und Soziales,
auf unbestimmte Zeit in Vollzeit.

Der vollständige Ausschreibungstext ist auf unserer Homepage unter:
<https://www.neustadt-hessen.de/rathaus-politik/ausschreibungen> einsehbar.

Aussagekräftige Bewerbungen werden bis zum **18.03.2022** an den
Magistrat der Stadt Neustadt (Hessen), Ritterstraße 5 - 9, 35279 Neustadt (Hessen), E-Mail: magistrat@neustadt-hessen.de erbeten.



Frauenpower in Sachen Existenzgründung

Anzeige

Dorothee Weppler startet Kleingruppenbetreuung

Willingshausen. Die ausgebildete Kindheitspädagogin Dorothee Weppler startet nach langjähriger Tätigkeit in Kindertagesstätten in der Region in die Selbstständigkeit. Der Entschluss zu diesem Schritt sei gereift, da der Wunsch, individueller auf die Kinder

eingehen zu können, immer größer geworden sei.

Der Faktor Zeit, das gegenseitige aufeinander Einlassen, das Sehen und Gesehen werden ist Dorothee Weppler in ihrer Betreuungsarbeit besonders wichtig. Sie bietet für U3-

Kinder Betreuungsplätze an und stellt ihre **Kindertagespflegedienste** bewusst unter die Überschrift „Wegbegleiter“. „Ich möchte die Kinder auf einem Stück ihres Lebensweges begleiten, ihnen in kleiner Gruppe Raum zum Entdecken und Entfalten geben“, so Weppler.

lich Ausflüge ins Dorf und ins Grüne unternommen werden könnten.

Frau Weppler bietet ihre Betreuungsdienste dienstags bis freitags von 7:00 bis 13:00 Uhr an, aber auch am Wochenende nach Absprache.



Dorothee Weppler will mit ihrem Kindertagespflegedienst in Willingshausen «Wegbegleiter» sein Foto: privat

„Die Erzieher*innen in den Kitas geben ihr Bestes, doch in den großen Gruppen ist der Job sehr kräftezehrend. Mir hat die Erfahrung gezeigt, dass aus der Kleingruppenbetreuung physische und psychische Gesundheit für alle Beteiligten entsteht. In kleiner Gruppe können wir uns alle auf die erlebten Eindrücke einlassen“, sagt die 29-jährige Mutter zweier Kinder. Bei ihrem Betreuungsangebot kommen maximal fünf Kinder zusammen, mit denen täg-

Am Liebsten ist sie in dieser Zeit mit ihren Betreuungskindern in der Natur unterwegs, wo es auch schon mal zum Hühnerfüttern oder Eiersammeln geht oder der Umtrieb von Kühen beobachtet werden kann. „Wir bringen Leben ins Dorf“, davon ist sie überzeugt.

Kontakt
Kindertagespflege
„Wegbegleiter“
Dorothee Weppler
Pfarrweg 3
34628 Willingshausen
Telefon: 06697-2680995



Yvonne Keim und Claudia Möller-Schmidt freuen sich, dass es nun endlich in den neuen Räumen losgehen kann Foto: VGZ Schwalm

Yvonne Keim setzt auf Prophylaxe

Schwalmstadt – „Vorbeugen ist besser als heilen“, so das Credo der Physiotherapeutin Yvonne Keim, die ihre eigene Praxis PhysioVital in Schwalmstadt-Alendorf eröffnet hat. In den neuen, harmonisch gestalteten Räumlichkeiten von physioVital wird eine große Bandbreite an Behandlungen angeboten. So gehören neben der allgemeinen Krankengymnastik und der Krankengymnastik am Gerät auch die Manuelle Therapie, Lymphdrainage, Bobath-Therapie, Ohrakupunktur, Osteopathische Kinesiologie, Taping, Reflektorische Atemtherapie, Kiefergelenkstherapie, Triggerpunkt-Therapie, Myofascial Release, Elektrotherapie, Wärme- und Kälteanwendungen ins Spektrum.

orientieren mussten, bot sich die Gelegenheit, den Sprung in die Selbstständigkeit zu wagen“, so Yvonne Keim.

Nach einem Jahr Bauzeit entstanden am Platz des ehemaligen Hühner- und Schweinestalls des landwirtschaftlichen Anwesens im Industrieweg 2 moderne Praxisräumlichkeiten. Ein großer Trainingsraum bietet Platz für die Arbeit an Geräten und für Kursangebote aus dem Bereich der Gesundheitsprävention. Hierzu zählen beispielsweise Yoga- und Faszienkurse.

Der 46-jährigen Yvonne Keim liegen auch eine gesunde Ernährung und die Bewegung im Freien am Herzen und so möchte sie ihre Praxis noch um Therapiemöglichkeiten im Außenbereich ergänzen. So wird noch ein Kneippbecken und ein Barfußpfad geschaffen werden. Frische Luft und Vitalität können aber auch bei den Nordic-Walking-Kursangeboten der Praxis getankt werden. „Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern“, sagen die beiden Physiotherapeutinnen. Termine werden nach Vereinbarung vergeben.

Auch auf dem Gebiet der Sportphysiotherapie ist Yvonne Keim Spezialistin, war sie doch auch als Physiotherapeutin der 1. Regionalliga-Mannschaft des KSV Hessen Kassel tätig. In ihrer Praxis steht ihr Physiotherapeutin Claudia Möller-Schmidt zur Seite. Beide kennen sich aus vorangegangenen Angestelltenzeiten und sind somit ein eingespieltes Team. „Die eigene Praxis war schon immer ein Wunsch, doch wollte ich auch für meine Kinder da sein. Nun, wo sie aus dem Größten heraus sind und wir beide aufgrund der Pandemie unser beruflich neu

Kontakt
PhysioVital
Yvonne Keim
Industrieweg 2
34613 Schwalmstadt
Tel. 06691 25 80 466
info(@)physio-keim.de
www.physio-keim.de

Svetlana Baum bietet individuelle Trainingsformen an

Schwalmstadt – Als Personal Trainerin und Ernährungsberaterin bietet Baum ab sofort ihre Dienstleistungen an und richtet dafür in der Bahnhofstraße 29 ihr eigenes Beratungsstudio her. Svetlana Baum möchte keine vorgefertigten Trainings- und Ernährungsprogramme abarbeiten, sondern gezielt auf die Problemfelder und Wünsche ihrer Kunden eingehen. „Ich biete Training und Beratung aber nicht nur im Studio, sondern auch gerne an der frischen Luft oder bei den Kunden zu Hause an. Ganz gleich, ob der gesundheitliche Aspekt oder ein Feilen an der

Figur im Vordergrund stünde, wählt unter Berücksichtigung der privaten und beruflichen Situation ihrer Kunden Trainingsformen, die zum Lebensstil der Menschen passen. „Jemand der im Schichtdienst arbeitet braucht ein anderes Trainingsangebot als eine alleinerziehende Mama, die vielleicht nicht immer jemand zur Betreuung des Kindes zur Verfügung hat“ sagt Baum, der somit auch ein Spielzimmer für die Kleinsten in ihren Räumlichkeiten besonders wichtig war. Svetlana Baum empfiehlt gerne ein innovatives und besonders hocheffizientes EMS-Training: mit Hilfe elektrischer Impulse, die über einen kabellosen Anzug an den Körper übertragen werden, wird maximal zielorientiert und besonders gelenkschonend trainiert. „Solch ein Training lässt sich auch mal in der Mittagspause einschieben. Es ist bei Rückenschmerzen und einem

Figurtraining zu empfehlen“, sagt Baum, die derzeit gezielte Trainingskonzepte für Firmen-Fitness ausarbeitet.

„Es ist mir eine Herzensangelegenheit, Menschen und ihr Leben nach ihren Wünschen zu verändern und ihnen einen gesunden und bewussten Lebensstil näher zu bringen“, sagt Baum. Auch Schwangerschaftsrückbildung und Beckenbodentraining bietet Svetlana Baum an. Neben ihren Qualifikationen als Personal-, EMS-Trainerin und Ernährungsberaterin, ist Baum auch als Rehasporttrainerin im Bereich Orthopädie und Athletiktrainerin ausgebildet. Auch Vereine und Freundeskreise können Baums Dienstleistungen buchen und so ein besonderes Workout für die Kleingruppe erhalten.

Svetlana Baum hilft den eigenen „Bodyplan“ umzusetzen Foto: privat

Tag der offenen Tür

Am 19. Februar 2022 können sich Interessierte im Rahmen eines Tages der offenen Tür zwischen 10 und 17 Uhr vor Ort im Studio selbst ein Bild vom Angebot machen.



Kontakt
Svetlana Baum
Bahnhofstr. 29
34613 Schwalmstadt
Tel. 0151 535 00 132
dein.bodyplan@gmail.com
www.deinbodyplan.com

Beratungsgebiet des VGZ Schwalm ab Januar 2022 vergrößert

Das Virtuelle Gründerzentrum Schwalm als Anlaufstelle für Gründer*innen aus der Region besteht seit 17 Jahren. Nachdem das Beratungsangebot

des VGZ Schwalm in 2020 zunächst auf die Zweckverbände Schwalm und Schwalm-Eder-West ausgedehnt wurde, erweitert sich das Zuständigkeitsgebiet ab dem 01.01.2022 um weitere drei Kommunen im Gebiet des Zweckverband Schwalm-Eder-Mitte. Das Beratungsgebiet umfasst seit diesem Zeitpunkt die Gemeinden Neuental, Borken, Wabern, Jesberg und Bad Zwesten (im Zweckverband Schwalm-Eder-West), Homberg/Efze, Knüllwald und Schwarzenborn (im Zweckverband Schwalm-

Eder-Mitte) sowie Schwalmstadt, Frielendorf, Gilsberg, Schrecksbach und Willingshausen (im Zweckverband Schwalm).

Gründliche Vorbereitung als Schlüssel zum Erfolg

Die Palette der Leistungen ist breit gefächert: Informationsgespräche, Erörterung von Geschäftsideen, Beratung bei Geschäftsplänen, Vermittlung von Partnerschaften, Informationen über mögliche Fördermöglichkeiten (z.B. LEADER) und die Bildung von Netzwerken durch regel-

mäßig stattfindende Gründertreffen sind nur ein Teil des Angebotes, das für die Gründer*innen aus der Region zur Verfügung gestellt wird. Es lohnt sich, vor dem Schritt in die Selbstständigkeit eine gründliche

Beratung in Anspruch zu nehmen. Insbesondere bei der Inanspruchnahme von Fördermitteln in der Gründungsphase gibt es einiges zu beachten. Mit einer guten Vorbereitung lassen sich Fehler vermeiden.

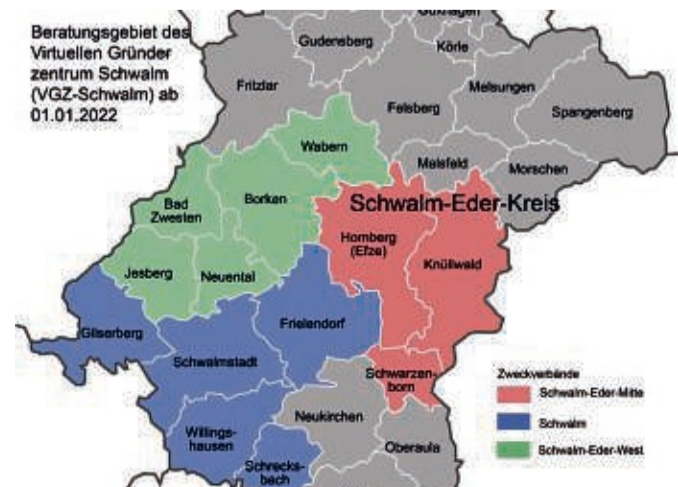
Sprechtag

Die wöchentlich stattfindenden Sprechtag finden bis Ende Februar 2022 nur online statt. Es werden individuelle Beratungsgespräche zu persönlichen Fragestellungen angeboten. Die Beratungen sind kostenfrei. Die Sprechtag finden

dienstags und donnerstags statt.

Anmeldung auf der Webseite oder telefonisch unter 06691-207436.

Ab März sind wieder Präsenzsprechtag geplant, die Übersicht finden Sie unter www.vgz-schwalm.de.



Kleine Kuchen am Stiel

Wie Cake-Pops zur Resteverwertung taugen

Kuchen-Lollis sind nicht nur ideal für Kinderpartys, sondern auch ein Trick, um misslungenem Kuchen oder trockenen Keksen eine zweite Chance zu geben. Worauf zu achten ist, damit Cake-Pops gelingen.

Sie sorgen als Hingucker auf Kuchenbuffets oder Kindergeburtstagen für den Wow-Faktor: bunte Kuchen-Lollis, die auch Cake-Pops genannt werden - eine Wortschöpfung aus den englischen Begriffen „cake“ (Kuchen) und „lollipop“ (Lolli). Verblüfft fragt man sich dann: Wie kommt der Kuchen bloß auf den Stiel?

Zu diesem Ziel führen gleich zwei Wege: Bei der ersten Variante backt man kleine Kuchen-Kugeln aus klassischem Rührteig und spießt sie anschließend auf. „Der Teig sollte wirklich ganz einfach sein - also ohne Zutaten wie Rosinen oder Nuss-Stücke. Sonst fallen die Cake-Pops später auseinander“, sagt die Backbuchautorin Christa Schmedes („Cake-Pops, Kuchenpralinen am Stiel“). Solche stückigen Zutaten hebt man sich, so rät Schmedes, besser für die Verzierung auf.

„Backen macht glücklich“

Bei der zweiten Variante kommt bereits gebackener Kuchen zum Einsatz. „Der Kuchen wird einfach zerkrümelt und mit etwas Frischkäse - auf Wunsch auch fettarm - vermengt“, erklärt Kathrin Runge, die auf ihrem Foodblog „Backen macht glücklich“ Cake-Pops-Rezepte zeigt. So entsteht eine Masse, die sich mit den Händen zu Kugeln rollen und auf den Stiel stecken lässt.

Diese Zubereitungsart eignet sich prima, um Kuchen-Unfälle zu kaschieren. Ist etwa ein Kastenkuchen zerbrochen oder etwas zu trocken



Die Cake-Pops werden in geschmolzene Kuvertüre getaucht und nach Fantasie mit Streuseln oder Zuckerperlen bestreut.

FOTO: ANDREA WARNECKE/DPA-TMN

geraten, fällt das gar nicht mehr auf, sobald er sich in einen bunten Strauß Cake-Pops verwandelt hat.

Auch der Fertig-Kuchen aus dem Supermarkt oder die Kekse, die in der offenen Tüte trocken geworden sind, lassen sich zerkrümeln zu Cake-Pops verarbeiten. Daran ist nicht nur praktisch, dass sich Reste aufbrauchen lassen, sondern auch, dass der Ofen dabei kalt bleiben kann.

Geschmacklich lassen sich die Cake-Pop-Varianten auf Krümel-Basis in verschiedene Richtungen schicken. Eine Kombi, die Kathrin Runge besonders mag, sind Cake-Pops aus zerkrümelten Zitronenwaffeln und Frischkäse. Anschließend überzieht sie die Kugeln am Stiel mit weißer Kuvertüre und bestreut sie mit Zitronenabrieb. „Auch Orangensaft, Zimt oder Fruchtjoghurt sorgen dafür,

dass Cake-Pops alles andere als langweilig schmecken“, sagt Runge. Auch hier gilt: Ein Blick auf die Vorräte im Kühlschrank oder Küchenregal bringt ganz neue Ideen.

Egal ob Kuchen oder Kekse, die Grundlage für die Cake-Pops sind: Mitunter ist es etwas knifflig, die richtige Konsistenz zu finden, damit die Kugeln beim Aufspießen und Dekorieren nicht zerbrechen. Ist die Cake-Pop-Basis zu feucht, schickt man sie am besten für mindestens eine Viertelstunde in den Kühlschrank oder fügt noch mehr Krümel hinzu. Ist die Masse zu trocken, kann ein Klecks Joghurt oder Frischkäse helfen.

Außerdem sollte man darauf achten, dass die Cake-Pops nicht zu groß werden. „Damit die Kugeln gut auf den Stielen halten, hilft es, die Enden vorab in Kuvertüre



Die Cake-Pop-Variante auf Krümel-Basis wird zunächst aus zerkrümelten Zitronenwaffeln und Frischkäse geformt. Am Ende werden die Kugeln mit weißer Kuvertüre und mit Zitronenabrieb dekoriert.

FOTO: KATHRIN RUNGE/BACKENMACHTGLUECKLICH.DE/DPA-TMN

einzutauhen und dann die Cake-Pops draufzusetzen“, sagt Runge. Apropos „Stiele“: Viele Drogerie- und Supermärkte haben mittlerweile spezielle Cake-Pop-Stiele im Sortiment, darunter auch essbare aus Getreide und Apfelfasern.

Einfach mit dem Cake-Pop-Maker

Wer keine Lust auf Krümel-Kram hat und den Rührteig direkt als kleine Kugeln ausbacken will, braucht die passende Form. Das kann etwa eine Backform aus Silikon sein. „Die sind praktisch, weil sie nicht eingefettet werden müssen und sich die kleinen Kuchen nach dem Backen daraus einfach lösen lassen“, sagt Schmedes.

Wer es sich noch einfacher machen will, schafft sich ei-

nen Cake-Pop-Maker an. Das Gerät ähnelt einem Waffeleisen: Kuchenteig in die Mulden füllen, Deckel drauf, einige Minuten ausbacken lassen - fertig. Wem die perfekte Form nicht so wichtig ist, der backt den Teig auf einem Blech aus und schneidet ihn dann in Rechtecke oder Quadrate.

Vollständig sind Cake-Pops erst, wenn sie in Glasur und Deko gehüllt sind. Hier kann man frei seinen Vorlieben folgen - und dem, was die Back-Schublade und das künstlerische Talent hergeben. Beim Verzieren sollten laut Schmedes die Kuchen-Bällchen aber gut ausgekühlt sein.

Wer es klassisch will, taucht die kleinen Kuchen in geschmolzene Kuvertüre und bestreut sie mit Streuseln oder Zuckerperlen. Lebensmittelfarbe, die in weiße Kuvertüre eingerührt wird,

sorgt dafür, dass die Cake-Pops optisch richtig knallen. „Gut schmeckt auch, wenn man die Cake-Pops zunächst mit etwas erwärmter Aprikosenkonfitüre bestreicht und sie dann in die Glasur taucht“, schlägt Schmedes vor.

Unperfekt schmeckt's auch

Damit die frisch überzogenen Cake-Pops keine Macken bekommen, lässt man sie am besten stehend auskühlen. Runge sticht die Spieße etwa in ein Stück Styropor oder einen Eierkarton, den sie vorab beschwert hat. „Alternativ kann man auch ein Nudelsieb umdrehen und die Spieße in die Löcher schieben oder die Cake-Pops in Gläser stellen“, so die Foodbloggerin.

tmn

AUFGEPASST !!!
Werbewochen bei Firma Stieb - Kassel
 Dach- und Fassadensanierung, auch Dachreparaturen,
 Dachbeschichtung, Flachdachsanierung, 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

Baumarkt

Strauch- und Heckenschnitt 01754517218

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.ankaufwohnmobil.de

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen
 Tel. 03 94 4 - 36 160 - www.wm-aw.de - Fa.

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

Kontakte

Mama & Tochter (18) 01522-7879835

Bekanntschafen

Anita, 70 J., mit schöner weibl. Figur, seit
 üb. 1 J. verwitwet. Ich fahre gerne Auto, mag
 gemütlich. Fernsehhabende, bin eine begeisterte
 Köchin, liebe alles was wächst, blüht u.
 gedeiht. Finde ich noch einmal e. lieben
 Mann, dem ich vertrauen kann? Rufen Sie
 üb. PV an, ich wäre Ihnen eine treue, liebe-
 volle Partnerin. Tel. 0176-34498406

Jutta, 64 J., nach vielen Ehejahren war ich
 plötzlich Witwe, bin ansehnlich, mit schön-
 er weibl. Figur, mag Ausflüge mit meinem
 Auto, Garten u. die Natur. Suche e. lieben
 Mann bei getrennt. od. gemeins. wohnen.
 Ich wäre jederzeit für Sie da u. möchte mich
 gut mit Ihnen verstehen. Kostenloser Anruf,
 Pd-Seniorenglück Tel. 0800-7774050

Hella, 76 J., verwitwet, gute Hausfrau/
 Köchin und sichere Autofahrerin. Zum
 Glück bin ich gesund u. habe keine Pro-
 bleme, außer die Einsamkeit. Mein Herz
 sagt, für mich gibt es noch einmal e. lie-
 ben Mann, mit dem ich zusammen sein
 darf. Ich könnte auch zu Ihnen kommen,
 rufen Sie üb. PV an. Tel. 0176-47603082

Kartenlegerin Frau Lydia Lange
 Termin unter GÖ 0551 38113648

Stellenangebote

Xylem ist ein weltweit führendes Wassertechnologieunternehmen mit
 17.000 Kolleginnen und Kollegen, das sich der Lösung der größten
 Wasserprobleme der Welt verschrieben hat.

Servicetechniker Elektrotechnik / Mechatronik (m/w/d)

Verantwortlichkeiten:

- Vertriebsorientierte Servicetätigkeiten im technischen Kundendienst
- Technische Betreuung und Beratung der Endkunden vor Ort (Kassel und
 Umkreis ca. 150 km, in Vertretungszeiten auch deutschlandweit)
- Eigenverantwortliche Inbetriebnahmen, Einweisungen und Instand-
 haltung von UV- und Ozonanlagen in der Wasseraufbereitung sowie
 Störungsbeseitigungen
- Erstellung von Montageberichten

Kompetenzen:

- Ausbildung zum Elektrinstallateur (m/w/d), idealerweise Weiterbildung
 zum Meister/Techniker Elektrotechnik (m/w/d) oder eine vergleichbare
 technische Ausbildung
- Erfahrung im technischen Serviceaufwändendienst
- Allgemeine Kenntnisse im Steuerungs- und Schaltschrankbau
- Selbständige und zielstrebige Arbeitsweise
- Bereitschaft zur Reisetätigkeit (mehr als 75 %)
- Führerschein Klasse B

Wir bieten Ihnen mehr als nur „einen Job“:

- Eine überbetriebliche Vergütung als monatliches Festgehalt
- Weibnachts- und Urlaubsgeld
- Vermögenswirksame Leistungen
- Einen Arbeitsplatz mit sehr hoher Jobsicherheit
- 31 Tage Urlaub
- Einen zusätzlichen Bonus, der sich am Erfolg des Unternehmens bemisst

Ansprechpartnerin:
 Britta Wiethaup, Corporate Recruiter, +49 152 22832510
 Bewerbungen richten Sie bitte an:
 britta.wiethaup@xylem.com

Wir freuen uns auf Ihre
 Bewerbung!

xylem
 Let's Solve Water

Verkauf

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

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

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

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

Landwirtschaft & Forsten

Buche Brennholz
 Tel. 05684 931670

Brennholz auf Wunsch mit Lieferung,
 ofenfertig • Telefon 05606 3332

www.kaminbrennholz.com
 Tel. 0173/3950311

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

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

WWF

Jetzt Pate werden!

ERLEBEN SIE DAS
 ABENTEUER PATENSCHAFT

Als Pate leisten Sie Ih-
 ren ganz persönlichen Beitrag
 zur weltweiten Naturschutz-
 arbeit des WWF. Schützen Sie
 bedrohte Arten wie Luchse,
 Orang-Utans oder Tiger und
 ihre Lebensräume. Mit regel-
 mäßigen Infos halten wir Sie
 über Ihr Projekt auf dem
 Laufenden. Die Natur braucht
 Freunde - werden Sie Pate!

Kostenlose Informationen:
 WWF Deutschland, Tel.: 030. 311 777-702
 oder im Internet: www.de/paten