

FACHZENTRUM  
MALERMEISTERBETRIEB

**alessandro  
SCHMIDT**  
EXCLUSIVE PAINTING

**EXKLUSIVE WANDGESTALTUNG**

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

# HEIMAT NACHRICHTEN

MELSUNGEN · FRITZLAR  
HOMBERG · BORKEN

**GUTES HÖREN**  
für mehr Lebensqualität.  
Mike Trinkus

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

**GLEICH KOSTENLOSEN HÖRTEST  
VEREINBAREN - 05681 9369641**

Hörakustik  
**TRINKUS**  
...für besseres Hören

**Gudensberg**  
Viele Besucher kamen zum Ostermarkt.

**Ukrainehilfe**  
Tabhita Global Care aus Fritzlar liefert Hilfsgüter.

**Obervorschütz**  
Briefe an den russischen Botschafter schreiben.

## Der Wein, der aus der Kälte kam

Dissener Landwirt Minkel bringt zwei neue Sorten in den Handel

**Dissen/Böddiger** – Gute Nachricht für Weinfreunde in der Region: Der Dissener Landwirt Klaus Minkel bietet aus der jüngsten Ernte zwei Sorten seines Nordhessenweins an: feinfruchtig und süß. Es ist das zweite Mal, dass Minkel-Wein auf dem Markt ist. Vom Böddiger Berg wird es erstmals seit Jahrzehnten keinen Wein geben. Wegen schwerer Frostschäden war die Ernte im Vorjahr ausgefallen.

„Der neue Wein schmeckt besser als der im Vorjahr“, meint Gerlinde Minkel, die Ehefrau des Landwirts. Der freute sich über den guten Zustand seiner beiden Weinberge Scharfenstein und Neuselsberg: „Fast alle Weinstöcke haben den Winter gut überlebt, sie sind vital.“ Man sei mit dem Schneiden etwas spät dran, das aber habe den Vorteil, dass es dann keine Frostschäden mehr geben könne. Gegen Wühlmäuse brachte Minkel jetzt Knoblauch in die Erde.

Erhältlich ist der neue Wein ab 10,50 Euro bei der „Nudelwelt“ in Gudensberg, am Tankcenter Melsungen, der Elan-Tankstelle Melsungen und an der Elan-Tankstelle an der Frankfurter Straße 241 in Kassel-Niederrhoden. Auf den Etiketten der Flaschen sind neben dem Landwirt mit seinem legendären Hut auch der Kasseler Herkules sowie Silke Lange und Steffen Lahm abgebildet. Lange ist Nachbarin Minkels und eine der fleißigsten Helferinnen, Lahm Winzer in Nack bei Alzey, wo die Trauben verarbeitet wurden.

Rund 60 Helfer hatten im September über fünf Tonnen



Dissener Landwirt Klaus Minkel bietet den neuen Wein an.

FOTO: MANFRED SCHAAKE

Trauben gelesen. In schönster Lage im Chattengau baut Minkel auf einer genehmigten Fläche von 6100 Quadratmetern die Rebsorten Solaris, Cabernet Blanc und Pinotin an. Es sind sogenannte Piwi-Reben, die laut Minkel besonders widerstandsfähig gegen Pilzkrankheiten sind. Schon 1995 begann der Weinanbau. Zunächst war es nur ein Hobby. Im Frühjahr 2021 ging der Wein erstmals in den Verkauf – mit Erfolg.

„Nach 25 Jahren Hobby-Weinbau möchten meine Frau und ich mit Weinen aus der Region unser Betriebseinkommen aus Ackerbau und Ferienwohnungen ergänzen“, erklärte der Diplom-

Agraringenieur im Vorjahr gegenüber der HNA. Seine Frau ist Diplom-Agraringenieurin und in einem Kasseler Unternehmen tätig.

Die Liebe zum Wein hatte Minkel während seines Studiums an der Universität Hohenheim, wo er auch seine Frau kennenlernte, entdeckt. Vier Studienkollegen hatten zu Hause Weinberge und brachten den Dissener auf den „Geschmack“. Als er mit den Freunden einmal den Böddiger Berg besuchte, meinten die: „Das kannst Du auf Deinen Feldern doch auch.“

Sehr dankbar ist Minkel für viele gute Tipps, die er auch von Erwin Sopp aus Felsberg

bekommen hat. Der Hobbywinzer ist seit Jahrzehnten im Förderverein Böddiger Berg aktiv, Mitinitiator des Weinlehrpfades und meinte jetzt am Scharfenstein: „Ich bin sehr beeindruckt, was Klaus Minkel hier mit viel Erfolg aufgebaut hat.“

### Frost setzte den Weinstöcken zu

Auf der 1,4 Hektar großen Fläche des Böddiger Berges müssen 1500 bis 1600 Weinstöcke neu gepflanzt werden – so viele sind bei dem strengen Frost im Februar vorigen Jahres verfroren. Mit den Nachpflanzungen werde

demnächst begonnen, teilte Altbürgermeister Klaus Stiegel auf HNA-Anfrage mit. Er ist Vorsitzender des Fördervereins, der den Weinberg betreibt, nachdem das Unternehmen des Gründers in Insolvenz gegangen war.

Das Kuriosum: Bei Tiefsttemperaturen von bis zu minus 24,5 Grad im Februar 2021 im Edertal gab es bei Minkel so gut wie keine und in Böddiger schwere Schäden. Minkel begründet das mit der Lage: „Der Kaltluftabfluss ist extrem wichtig. Deshalb habe ich praktisch keine Frostschäden im Vergleich zu anderen Weinbergen in Nordhessen.“

m.s.

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

**Abnehmen, Rauchen beenden, Angst bewältigen mit Hypnose**  
**05682 4044993**  
Praxis für Psychotherapie & Hypnose  
Ernährungs-Coaching www.vitamedis.de

**Mitarbeiter (m/w/d) im Verkauf gesucht.**  
Tel.: 05661 52712  
**MICHA'S FISCHLADEN**  
www.michas-fischladen.de

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

**Fahrschule Volker Bott**  
www.fahrschule-volker-bott.de  
**Theoretische Ausbildung für die Klasse B in NUR 7 Werktagen möglich!**  
**FERIEN-KURS vom 11.-21.04.**  
Homberg und Remsfeld  
**0171 8303248**

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

**Heimatnachrichten**  
Melsungen Fritzlar / Homberg  
**Fabian Ringleb**  
Melsungen/Fritzlar-Homberg  
Teamleitung Verkauf  
0 56 61 70 57 27  
fabian.ringleb@hna.de

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
MELSUNGEN · FRITZLAR  
HOMBERG · BORKEN

**BALKAN RESTAURANT**  
Waldstraße 6 · 34212 Melsungen

**Rudnik - Teller**  
Cordon bleu, Kammsteak, gefülltes Hacksteak, Speck  
Angebot im April  
**13,90** €  
Di.-Do.

Öffnungszeiten: Mo. Ruhetag  
Di.-Sa. 17.00–21.00 Uhr  
So. 11.30–14.00 u. 17.00–21.00 Uhr  
www.balkanrestaurant.com

VW AUDI ŠKODA SEAT MERCEDES BMW FORD OPEL RENAULT  
SMART SUBARU ALFA ROMEO LADA SSANGYONG CITROËN DACIA VOLVO MINI MAZDA NISSAN SUZUKI HONDA

**JETZT AN SOMMERREIFEN DENKEN!**  
Z. B. FULDA Eco Control HP2  
205/55 R16 91H, C, B, 70 dB  
**nur 65,-€**

**Unser Service rund ums Rad:**  
• Alu- und Stahlfelgen  
• Reifenmontage und Auswuchten  
• Radwechsel und Einlagerung  
• Reifendruckkontrollsysteme  
• Achsvermessung

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

Continental  
Michelin  
Goodyear  
Fulda  
Firestone  
Hankook  
Uniroyal  
Barum  
Bridgestone  
Pirelli  
Semperit  
Dunlop  
Falken

NISSAN BOSCH Service

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

**IHR AUSFLUGSZIEL IM SCHÖNEN KNÜLL**

Am Wochenende bitten wir um Reservierung!  
Aktuelle Coronaregeln

Ab März auch Sonntagabend geöffnet, ab 17.00 Uhr.

**E-Tankstelle am Hotel**  
www.hotelanneck.de

**ECKSTEIN**  
einfach lecker

**ANTI-INFLATIONSPAKET**  
BIS ZUM 31.03.2022

**Mittagsangebot**  
Mo. - Fr. 11:30 bis 14:30 Uhr  
**12% auf alle Speisen und Getränke**

**Nachmittagsangebot**  
Mo. - Fr. 14:30 bis 17:00 Uhr  
**20% auf alle Speisen und Getränke**

OBERE KÖNIGSSTRASSE 4, 34117 KASSEL



# Diese Hilfe kommt sicher an

Tabitha Global Care bringt Hilfsgüter nach Lemberg

**Fritzlar/Frielendorf** – Er ist gerade erst von der Lemberg zurück und immer noch tief bewegt. Jürgen Schwalenstöcker hat einen Hilfstransport mit Gütern für Tabitha Global Care Fritzlar in die ukrainische Stadt gebracht. Tief erschüttert erzählt er von den Erlebnissen vor Ort. „Das ist noch etwas anderes, als Bilder von Geflüchteten im Fernsehen zu sehen“, sagt er. Lange Schlangen bildeten sich an der ukrainisch-polnischen Grenze bei der An- und Abfahrt.

Männer, die ihre Frauen und Kinder verabschieden, ohne Gewissheit sie wieder zu sehen. Alte Menschen, teils in Rollstühlen. Über allem lag eine gespenstische Stille, kein Lachen, allenthalben habe ab und an ein Kind, das weint. Wie eingefroren seien die Emotionen der Menschen gewesen, und gefroren hätten sie in der Kälte auch tatsächlich, sagt er. Auf der anderen Seite stauten sich die Fahrzeuge der Menschen, die die Flüchtlinge abholen wollten. Lange Schlangen prägten das Bild und man fand sich oft erst spät.



**Hilfstransport:** Jürgen Schwalenstöcker an der ukrainisch polnischen Grenze, im Hintergrund Geflüchtete. FOTO: GLOBAL CARE

Die Handyakkus waren leer, man musste sich mühsam suchen.

„Ich war richtig ergriffen“, sagt der Bundeswehrsoldat im Ruhestand. Der 63-jährige aus Spieskappel engagierte sich seit Jahren für das Kinderhilfswerk Tabitha Global Care und hat zusammen mit Reinhard Berle, Gründer der Organisation, innerhalb kür-

zester Zeit einen Transport mit Hilfsgütern für die notleidenden Menschen in der Ukraine organisiert. In Spieskappel, wo Schwalenstöcker wohnt, und in Fritzlar wurde gesammelt. Für mehr als 3000 Euro kamen Konserven, Hygieneartikel, warme Kleidung und Decken sowie Baby-nahrung zusammen. „Die Menschen kamen und brach-

ten immer wieder die benötigten Güter. Die Hilfsbereitschaft war sehr groß.“, sagt der Rentner. Aus dem Lager des Kirchenkreises in Ascherode wurde der Sprinter, den Europcar zur Verfügung stellt, mit Waren wie Mehl, Zucker, Nudeln und Windeln gefüllt.

Schwalenstöcker fuhr den Transporter mit Willi

Schwarz aus Heidelberg über Dresden und Krakau nach Lemberg, wo das Haus der Hoffnung ein Lagerdepot betreibt. Die Organisation hat dort einen Stützpunkt aufgebaut, in dem die Hilfsgüter gesammelt und verteilt werden. Mit großer Dankbarkeit und Freundlichkeit sei der Transport empfangen worden. Örtliche Fahrer holten die Waren ab und brachten sie nach Sumy zu Kindergärten und Kirchengemeinden.

„Man sah, wie erschöpft die Fahrer sind. Keine Dusche und nichts.“ Das sei schrecklich gewesen. „Wir kämpfen für Demokratie und Freiheit“, hätten sie gesagt. „Entweder bleiben wir freie Ukrainer oder wir gehen unter“, sei der Tenor gewesen. Die Fahrer hätten ihm Bilder der zerstörten Städte gezeigt und geweint. Es habe wehgetan, diese Not zu sehen und nichts weiter tun zu können. Zu keiner Zeit habe sich Schwalenstöcker aber unsicher oder gefährdet gefühlt. „Was uns Gutes blieb, war das Gefühl, dass die Hilfe dort ankommt, wo sie hingehört.“

cty

## Landkreis sucht Dolmetscher für Ukrainer

**Schwalm-Eder** – Der Schwalm-Eder-Kreis sucht ab sofort Menschen, die bei mündlichen und schriftlichen Übersetzungen für geflüchtete Ukrainer helfen können: Ein wichtiger Baustein für einen möglichst unkomplizierten Ablauf der Behördengänge sei der Abbau von Sprachbarrieren, teilt der Landkreis mit.

Daher suche man konkret ukrainische Muttersprachlerinnen und Muttersprachler mit guten Deutschkenntnissen in Wort und Schrift, aber auch deutsche Muttersprachler mit sehr guten Kenntnissen der englischen Sprache in Wort und Schrift.

Man bereite sich mit Hochdruck auf die Ankunft vieler geflüchteter Menschen aus der Ukraine vor. Zum Ankommen der Schutzsuchenden gehöre unter anderem auch die Anmeldung in einem der Einwohnermeldeämter der 27 Kommunen des Landkreises sowie der anschließende Gang zur Ausländerbehörde des Kreises.

Ziel sei es daher, einen Pool von sogenannten Sprachmittlern aufzubauen, die je nach Bedarf in den Einwohnermeldeämtern der Kommunen und in der Ausländerbehörde in Homberg zum Einsatz kommen.

Aber auch über das amtliche Ankommen hinaus, werde es einen Bedarf beim Übersetzen im Alltag geben.

Interessierte können sich direkt über die Internetseite des Schwalm-Eder-Kreises unter [schwalm-eder-kreis.de/ukrainehilfe](http://schwalm-eder-kreis.de/ukrainehilfe) bewerben. Für die Bewerbung ist dort ein Online-Formular bereitgestellt. Es wird eine Aufwandsentschädigung über einen Honorarvertrag pro Stunde gezahlt.

**Weitere Informationen:** Adriana Reitz, Tel. 0 56 81/77 52 27 oder per E-Mail an [adriana.reitz@schwalm-eder-kreis.de](mailto:adriana.reitz@schwalm-eder-kreis.de)

## Ankauf

**Ankauf Flohmarktartikel, Haushaltswaren, Werkzeuge u.v.m., auch größere Mengen**  
Telefon 0173 2650986

## Stellenangebote

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



## IMPRESSUM

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

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

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

**Anzeigenverkauf:**  
Tel.: 0 56 61 / 70 57 27  
E-Mail: [anzeigen@nhw-wochenzeitungen.de](mailto: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](mailto: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](mailto: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](http://www.werbung-im-briefkasten.de)

**www.rb-becker.de**

**ab Mo, den 28.03.2022**

**Stauden**  
11er Topf, z.B. Arenaria, Iberis, Allium, Sedum u.a.  
**1,99**

**Schopflavendel**  
14er Topf, versch. Sorten  
**3,49**

**Polarsterne**  
11er Topf, versch. Sorten  
**2,25**

**Salat- und Gemüsepflanzen**  
versch. Sorten  
**1,99**

**Beerensträucher**  
13er Topf, versch. Sorten  
**3,99**

**Bierzeltgarnitur m. Rückenlehne**  
50er Tischbreite, 220 cm lang  
Natur/Grün, extrem stabiles Gestell, mit Klappfunktion, Wetterbeständig  
II. Wahl  
**59,99**

**Bierzeltgarnitur**  
50er Tischbreite, 220 cm lang  
Natur/Grün, für 8-10 Personen, mit Klappfunktion, Wetterbeständig  
II. Wahl  
**39,99**

**Pavillonseitenteile**  
weiß o. sand, mit Ösen, Polyester PU-beschichtet 180 g/m², geeignet als Sonnenschutz  
4er Pack  
**7,99**

**Blumenampel XXL**  
Ø 30cm, mit integrierter, Unterschale, versch. Farben  
**2,99**

**Hornspäne o. Blaudünger**  
2,5 kg 1kg=1,99  
8+8+8, 5kg 1kg=1,00  
**4,99**

**Gartenfräse GF 384**  
4-Takt Power-Engine Motor, schwenkbares Führungsrad, Totmannschaltung, Reversierstarter  
**249,50**

**Nur in Witzenhausen/Kleinalmerode erhältlich!**

**Anstellpavillon** 400 x 300 cm, anthrazit  
pulverbeschichtetes Aluminiumgestell, Polycarbonat-Dach aufschiebbar  
II. Wahl  
**899,50**

**Gartenhaus**  
aus Kunststoff, anthrazit/weiß  
Maße: 130x192x198cm  
II. Wahl  
**199,50**

**Dachbox Hapro Rider 5.4**  
LxBxH: außen 178x78x42cm, Inhalt 370 Liter, Gewicht 14kg, Norm: ISO 11154  
Rider 6.4 (410l) **229,50**

**Crème légère**  
extra cremig 15 % Fett 150 g  
100g = 0,22  
**-33**

**Der kleine Bauer**  
versch. Sorten 4x100g  
100g = 0,223  
**-89**

**mentos**  
versch. Sorten 3x118g = 114 g  
100g = 0,868  
**-99**

**Schaumwaffeleimer**  
600 g  
100g = 0,582  
**3,49**

**Schaumkusseimer**  
30 Stück, 650 g  
100g = 0,537  
**1,99**

**Wafers**  
versch. Sorten 5x45g = 225g  
100g = 0,573  
**1,99**

**WIZ/Kleinalmerode**  
Industriest. 1  
05542 / 93 39 60

**Kassel**  
Hegelbergstr. 21  
0561 / 49 172 551

**Gudensberg**  
Kasseler Str. 78  
05603 / 91 86 54

**RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriest. 1 - 37217 Witzenhausen/Kleinalmerode**

Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge 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



**Neues Angebot:** In den Räumen des Babytreffs von links die Hebamme Ernie Hewig und die Pädagogin Natalia Lautenschlager. FOTO: FAMILIENZENTRUM UND ELTERNSCHULE SCHWALM-EDER

## Informationen für junge Eltern

Neuer Babytreff mit Hebamme in Felsberg

**Felsberg** – Jeden Mittwoch von 10 bis 11.30 Uhr bietet der Verein Familienzentrum und Elternschule Schwalm-Eder im Mehrgenerationenhaus Felsberg einen Treffpunkt für Eltern mit Babys an.

Die Hebamme Ernie Hewig ist ab sofort jeden ersten Mittwoch im Monat dabei, um Fragen der Eltern zu beantworten und auf Wunsch nach dem Baby zu schauen. Als Ansprechpartnerin begleitet die Pädagogin Natalia Lautenschlager die Treffen. Sie bereitet den Raum für die Babys und Eltern vor, hält Informationen für junge Eltern bereit und steht als Ansprechpartnerin für Fragen zur Verfügung.

Themen wie die Umstellung auf die neue Familiensituation, der Rhythmus des Kindes, häufiges Weinen, der Babyschlaf oder die Ernährung finden ihren Platz in der Elternrunde. Auch Fingerspiele, Kniereiter und kleine

Fühl- und Sinneseinheiten stehen mit auf dem Programm. Dabei stehen die Bedürfnisse der Eltern und der Kinder im Mittelpunkt der Stunde.

Als weiteres neues Angebot startet ab dem 22. März der Eltern-Kind Spieltreff „Spiel und Spaß für Kinder von 1-3 Jahren“ ebenfalls im Mehrgenerationenhaus Felsberg in der Unteren Birkenallee 19. Hier wird jeden Dienstag zwischen 15.30 und 17 Uhr gemeinsam gespielt, gebastelt, vorgelesen und geturnt. Es gelten die aktuellen Coronabestimmungen.

Beide Angebote sind kostenfrei und werden gefördert durch das Aufholpaket des Bundes, die Stiftung Frühe Hilfen und den Schwalm-Eder-Kreis.

ddd

**Anmeldung:** Um eine Anmeldung wird gebeten unter Tel. 05681/9364631 oder [info@elternschule-schwalm-eder.de](mailto:info@elternschule-schwalm-eder.de)



# Briefe an den Botschafter

KRIEG IN DER UKRAINE 69-Jährige will nicht tatenlos zusehen

**Obervorschütz** – Sie will nicht tatenlos zusehen was in der Ukraine passiert und fordert dazu auf, an den russischen Botschafter Sergej Netschajew in Berlin zu schreiben. Menschen aus der Region sollen ihn darum bitten in die Öffentlichkeit zu gehen und zu betonen, dass der Krieg in der Ukraine kein Krieg der Russen sei. Außerdem solle er seinen Einfluss geltend machen und Putin stoppen. Ute Stöhr aus Obervorschütz hat selbst an den Botschafter geschrieben und möchte nun noch möglichst viele dazu bewegen, sich einzumischen.

Vielleicht seien dies alles kleine naive Versuche, sagt die ehemalige Fraktionsvorsitzende der Grünen im Gudensberger Stadtparlament. Aber das sei immer noch besser, als nur zuzuschauen. Fassunglos sehe sie, dass in der Ukraine Zivilisten bombardiert werden und Mütter sich mit ihren Kindern auf der Flucht befinden. Offenbar werde das russische Volk nicht darüber informiert, dass ihre Söhne in einen Krieg geschickt werden.

Die 69-Jährige hatte bei einer Fernsehsendung die Idee, selbst aktiv zu werden. Im Morgenmagazin hatte sich der ehemalige deutsche Botschafter in Russland, Rüdiger von Fritsch mit einem Appell an den russischen Botschafter Sergej Netschajew gewendet. Beide kennen sich persönlich und haben viel zusammen gearbeitet. Er glaub-



**Einfach selbst aktiv werden:** Ute Stöhr aus Obervorschütz möchte Menschen bewegen, sich an den russischen Botschafter zu wenden und Bekannte in Russland zu informieren.

FOTO: CHRISTINE THIERY

be zu wissen, dass dieser keinen Krieg wolle, weil er noch einen Tag vor den Angriffen davon gesprochen habe, dass keine Offensive geplant werde und ein Krieg nicht gewollt sei. Netschajew solle an die Öffentlichkeit gehen und klar machen, dass dies kein Krieg der Russen sei, sondern der Putins. Fritsch glaubt, wenn Netschajew und viele seiner Botschafter-Kollegen dies weltweit täten, dann sei dies ein ungeheuer starkes Signal. „Dieser Präsident führt euch ins Verderben“, sagte Fritsch in der Sendung. Dieser Auftritt hat Ute Stöhr so stark beeindruckt, dass sie zu Stift und Block griff und selbst einen Brief an den russischen Botschafter in Berlin schrieb. Die Stadtälteste sagt: „Man muss versuchen, etwas zu tun und damit die Menschen anstecken.“ Da nun auch soziale Medien wie Facebook in Russland nicht mehr zugänglich seien und

die freie Berichterstattung beschränkt wurde, müsse man die Menschen irgendwie erreichen und sie wissen lassen, was wirklich vor sich gehe, sagt sie.

Sie habe sich bei verschiedenen deutsch-russischen Partnerschaftsvereinen informiert und versucht dort Einfluss zu nehmen. Diese sollten ihre persönlichen Kontakte nutzen und die russischen Freunde durch Schlupflöcher mit den Informationen aus dem Westen versorgen. Das sieht sie als eine weitere Möglichkeit. „Da müssten doch Mails durchdringen“, meint sie. Über solche Wege könnten vielleicht neue informative Netzwerke geschaffen werden, um die Menschen zu erreichen. Niemals habe sie es für möglich gehalten, einen Krieg in Europa erleben zu müssen. Kriege seien immer barbarisch und jeder Krieg eine Niederlage des menschlichen Geistes.

Informationen und Kontakt: utestoehr@aol.com cty

Geflügel Holle: Hühner, Gänse, Enten, Puten, Mast, samstags in Eschwege, He.-L.I., Zierenberg, Gudensberg, Tel. 0171-2280030

**Größer - noch günstiger - schöner!**

**...hin zu... Kimm!**

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

**NEUE ADRESSE seit 3.1.22:**  
**Philippstraße 23**  
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!  
**NORBERT KIMM**  
34127 Kassel • Telefon 8 70 03 96  
**www.hinzu-kimm.de**

**Türkischer Gold Basar**

**GOLD-ANKAUF**

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

## Kunsthandwerk und Deko im Bürgerhaus

Zahlreiche Besucher kamen zum Ostermarkt – Einnahmen für Ukraine

**Gudensberg** – Nach zwei Jahren pandemiebedingter Pause luden am Wochenende zahlreiche Standbetreiber wieder zum Stöbern und Staunen im Gudensberger Bürgerhaus ein. Beim Ostermarkt präsentierten 40 Aussteller sowohl ihr Kunsthandwerk und österliche Dekoration.

Besucherin Jennifer Scherp aus Dissen war mit ihrer Nichte Jana zum Ostermarkt gekommen: „Wir sind so froh darüber, dass der Markt wieder stattfindet. Schon vor der Pandemie sind wir immer gerne hier gewesen. Es ist toll, die Betreiber wieder zu unterstützen“, sagte die 42-Jährige. Auch die Vorgaben, Maske tragen und einen Test vorlegen zu müssen, fand sie absolut in Ordnung.

Standbetreiberin Tanja Krystallidou, die bereits zum sechsten Mal auf dem Oster-

markt ausstellte, war ähnlich erfreut über die Möglichkeit, ihre Ware wieder den Besuchern präsentieren zu können. Sie bezeichnete es als kleines Glück, das sich die Besucher in dieser schweren Zeit in Form von Kunst kaufen könnten.

Der eigentlich erfreuliche Anlass wurde in seiner Stimmung jedoch auch in Gudensberg durch den Krieg in der Ukraine getrübt. Viele Standbetreiber spendeten ihren Erlös an die Menschen in der Ukraine, auch die gesamten Einnahmen aus dem Kaffee- und Kuchenverkauf wurden gespendet. Am Sonntag gab darüber hinaus der Gudensberger Partnerschaftsverein ein Benefizkonzert und im Anschluss traten die ukrainischen Sängerinnen Svetlana Peska und Anna Kochergina beim Ostermarkt auf.

zdh



**Präsentierte Osterdeko:** Tanja Krystallidou.

FOTO: DIANA HORNEFF

**BLECHER**

baustoffhandel • fliesenhandel • holzhandel • sanitär-/heizung  
werkzeughandel • elektrohandel • eisenhandel • küchenhandel

Felsberg-Gensungen  
Wabern (Holzhandel)  
Homburg  
Bad Wildungen

IHR PARTNER RUND UM'S BAUEN –  
ZUVERLÄSSIG SEIT MEHR ALS 80 JAHREN!

MITGLIED IM HAGEBAU-VERBUND [www.blecher.eu](http://www.blecher.eu)

**STARK IN BERATUNG UND QUALITÄT**

*grischäfers*

**OSTER**

**menü für zuhause**

ab sofort bestellbar [grischaefer.de](http://grischaefer.de)

Vorspeise  
Crèmesuppe von Fingermöhren  
Hauptgerichte zur Auswahl:  
1. Lammrücken im Kräutermantel  
2. Kalbstafelspitz in Portweinjus  
3. Ragout von grünem Spargel  
Dessert  
Mango-Amarettini-Trifle

**Menü 1&2 36 € Menü 3 26 €**

**DER GRISCHÄFER**

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

## 206 Blutspender bei Termin in Wabern

**Wabern** – 206 Menschen haben kürzlich in der Mehrzweckhalle in Wabern Blut gespendet, das teilt der DRK-Ortsverein Wabern mit. Unter ihnen waren auch sechs Erstspender.

Manfred Frank aus Zimmersrode hatte an diesem Tag seine 189. Spende und bekam dafür ein besonderes Präsent vom Deutschen Roten Kreuz überreicht. Der 61-Jährige hat am 22. Mai 1980

zum ersten Mal Blut gespendet.

Zu den Spendelokalitäten, an rund 25 Orten hat er schon Blut abgegeben, fährt ihn seine Schwester. Frank hat eine Sehschwäche und kann nur zwischen hell und dunkel unterscheiden.

Der Blutspende-Beauftragte von Wabern, Ernst Schlosser, würdigte seine Leistung und ermutigte ihn zum Weitermachen.

ciz

**BETON2GO**

für Privat + Gewerbe

Montag - Freitag: 7.00 - 17.00 Uhr / Samstag: 7.00 - 15.00 Uhr

**Für jedes Projekt den passenden Beton.**

- Kleinstmengen ab 150 l
- Verarbeitbarkeit bis zu drei Stunden
- Kurze Wartezeit
- EC-Karte u. Barzahlung

JFG Unternehmenspark  
Mittelhöfer Straße 11-13  
34587 Felsberg / Gensungen

**Tel.: 05662-50 10**



# Neue Natur auf alter Deponie

Vom Pilz befallene Bäume mussten beseitigt werden

**ÜBERDACHTER FLOHMARKT**  
EDEKA ASCHOFF · KASSEL  
**27. März**  
☎ 01577/3076091

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

**Antik 26.+27.3.**  
**Flohmarkt**  
**Hann. Münden**  
Weserpark ab 7 Uhr, keine Neuware,  
Aktuelle Corona-Regel beachten

**Zwangsversteigerungen**  
**Amtsgericht Fritzlar**

Schladdenweg 1, 34560 Fritzlar, Tel. 05622 9933-630 oder -631, Mo.-Fr. 8.00-12.00 Uhr

**Zweifamilienhaus**  
Stolzenbacher Straße 4,  
34582 Borken-Dillich

Verkehrswert: € 80.000,00  
Grundstück: ca. 3.188 m²  
Wertgrenzen: gelten  
Aktenzeichen: 06 K 10/21  
**Termin: 05.05.2022, 9.30 Uhr**

**Infos und Gutachten zum Download unter [versteigerungspool.de](#)**

**Unbebautes Grundstück**  
34852 Borken(Hessen)-Dillich

Verkehrswert: € 5.078,00  
Grundstück: ca. 2.539 m²  
Wertgrenzen: gelten  
Aktenzeichen: 06 K 09/21  
**Termin: 05.05.2022, 11.30 Uhr**

**Infos und Gutachten zum Download unter [versteigerungspool.de](#)**

**2-Zimmer-Wohnung**  
Hundshäuser Weg 1,  
34632 Jesberg

Verkehrswert: € 57.600,00  
Wohnfläche: ca. 46 m²  
Wertgrenzen: gelten  
Aktenzeichen: 06 K 14/21  
**Termin: 12.05.2022, 9.30 Uhr**

**Infos und Gutachten zum Download unter [versteigerungspool.de](#)**

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

**HOME OFFICE DELXUE!**

Erhalten Sie beim Küchenkauf  
1 SMEG Espresso-Maschine oder  
1 SMEG „Wasserkocher/Toaster“-Set gratis.

**Werkverkauf KASSEL**  
Holländische Straße 316 | 34127 Kassel  
Montag bis Freitag 10:00 – 18:30 Uhr  
Samstag 10:00 – 16:30 Uhr  
Telefon 0561 86194176  
[www.mueller-kuechen-kassel.de](#)

**müller | Küchen**  
Qualität seit über 100 Jahren

Angebot gültig bis 31.03.2022

**Schluss mit CHAOS!**

Ihr Experte für Haushaltsauflösungen und Entrümpelung. Direktanlieferung auf unserem Betriebshof oder nutzen Sie unseren Containerdienst.

**Neue Öffnungszeiten!**  
☎ Mo. - Fr.: 08:00 - 17:00 Uhr  
Sa.: 09:00 - 12:00 Uhr (jede 2. Woche)  
Ab dem 5. März sind wir in den ungeraden Wochen Samstags von 9:00 - 12:00 Uhr für Sie da!

Online Container-Bestellung: [www.container.online](#)  
☎ 05665 - 7005 ☺ Heidholzweg 8, 34295 Edermünde

**pre zero**



Nahe der Fischteiche des Angelsportvereins Forelle wird eine große Fläche neu gestaltet.  
FOTO: MANFRED SCHAAKE

metz. 2012 sei diese Deponie von den Fachbehörden bewertet worden, sie stelle keine Gefahr dar. Im Laufe der Jahre drangen Müllreste nach oben – unter anderem Plastik, Glas und Fässer. Mitarbeiter des städtischen Bauhofes beseitigten den Abfall. Die meisten Bäume waren inzwischen abgestorben, viele von einem Pilz befallen. Sie hätten ohnehin beseitigt werden müssen, so Steinmetz und betont: „Wir freuen uns über jeden Baum.“ Das Projekt Eder-Renaturierung kommt der Neugestaltung des Geländes zugute. An der Eder ausgebagelter Mutterboden wird 30 bis 50 Zentimeter dick auf der ehemaligen Abfalldeponie aufgetragen. Bürgermeister Steinmetz, Diplom-Forstwirt, spricht von einer naturnahen Abdeckung in einem natursensiblen Bereich. Punktuell werden nach seinen Angaben auf der neugestalteten Fläche Gräser und Kräuter sowie kleinere Baumgruppen gepflanzt. Die Fläche werde dann beweidet und gemäht: „Das wird eine sehr naturnahe Fläche, kein geschlossener Wald mehr.“ Die 1,5 Hektar große Fläche werde sich aufgrund der Empfehlungen der Fachleute gut entwickeln, „die Natur wird sich ihren Raum in kurzer Zeit wieder erobern“, ist Steinmetz überzeugt. Einwohner, denen während der jetzt laufenden Arbeiten etwas Besonderes auffällt, sollen sich bei der Stadtverwaltung melden. m.s.

**Kontakt:** 0 56 62/50 20

## HINTERGRUND

### Für verbesserte Lebensräume

Verbesserte Lebensräume für Tiere und Pflanzen an der Eder sind das Ziel der Eder-Renaturierung im Raum Felsberg. Rund 15 000 Kubikmeter Erde und Kies werden seit Herbst ausgebagert und an anderer Stelle wieder eingebaut. Mit der Renaturierung erfüllt die Stadt Felsberg nach eigenen Angaben auch Vorgaben der Europäischen Wasserrahmenrichtlinie und damit auch rechtliche Verpflichtungen. Das Projekt wird vollständig vom Land Hessen finanziert. Die Kosten liegen laut Stadt zwischen 600 000 und 650 000 Euro. m.s.



Die Kinder bedankten sich bei den Spendern: Hinten von links stehen Grundschullehrer Thomas Dietrich, Carina Hillwig, Vorsitzende Körler Kinderverein, Rektorin Carmen Brandt und Teresa Schmidt, Vorstandsmitglied Kinderverein. FOTO: HELMUT WENDEROTH

## Schüler freuen sich über Bälle

Kinderverein spendet an Körler Grundschule

**Körle** – 30 neue Handbälle haben 100 Kinder, die in fünf Klassen in der Grundschule in Körle unterrichtet werden, vom Kinderverein. Rund 550 Euro hat der 70 Mitglieder zählende Verein für diese Anschaffung investiert. Dabei handelt es sich nicht um normale Handbälle für Kinder, sondern es sind ganz besondere Bälle. Die weichen Softbälle tragen eine spezielle Außenbeschichtung, die es ermöglicht, die Bälle nach dem Gebrauch zu desinfizieren. Gerade in Zeiten der Pandemie besonders wichtig. Rektorin Carmen Brandt dankte den Überbringern vom Kinderverein, der Vorsitzenden Carina Hillwig und Vorstandsmitglied Teresa Schmidt, für die großzügige Spende. Die Bälle seien eine enorme Bereicherung für den Sportunterricht in der Schule. Die Kinder und ihr Lehrer Thomas Dietrich nahmen die Bälle sofort in Gebrauch. Aber die Schüler hatten sich noch etwas ganz Besonderes einfallen lassen. Die Kinder hielten Buchstabschilder hoch, die aneinandergefügt die Worte „Vielen Dank“ ergaben. Das kam bei den Spendern besonders gut an. Wie Hillwig sagte, sieht der Verein eine seiner Hauptaufgaben darin, die Kinder in Körle zu fördern und zu unterstützen. Dazu gehörten auch solche Sachspenden. Finanziert wird die Anschaffung durch Mitgliedsbeiträge, Spenden und Basare. Diese seien allerdings bedingt durch die Corona bedingten Einschränkungen mit sehr hohem Aufwand verbunden. Doch auch wenn es sich, wie gerade bei den Basaren, um Mammutprojekte handelt, werden sie veranstaltet. So soll auch in Zukunft sichergestellt werden, dass der Verein die Kinder unterstützen kann. red



Straßen-sperre

Mitglie-der eines katho-l. Ordens

nord-marok. Handels-zentrum

ein Bal-ke

bibli-scher König

Jagd-reller

Geist-licher

Abdich-tungs-materi-al

Schmutz-wasser-lachen

süd-amerika-nischer Kuckuck

Kraft-stoffart (Kw.)

Einheit der Stoff-menge

arabi-sche Fürsten

Figur aus „Fidello“

ein Gefährt (Abk.)

ein Gebiet einneh-men

chem. Zeichen für Zinn

Theater-unter-nehmer

öster-r. Skiren-nläufer (Toni)

Ge-schwür

indische Büffel-but-ter

Kunst-lehr-gang

US-Filmstar, Zac ...

Gerät zum Rasen-kürzen

röm. Zahl-zeichen: 950

kleine Schaufel (Lebens-mittel)

Vorname der Berger

nichts Gutes

öl-haltige Nutzpflanze

spani-sches Gruß-wort

Kurort in der Schweiz

slowe-nischer Ort an der Drau

Vorname von US-Filmstar Gibson

in Saus und ...

aus-schließ-lich

erprobt

ein Cock-tail

dt. TV-Moderator, Jörg ...

dt. Philo-soph † 1831

Ab-fahrts-skilau-f

Teil des Platten-spielers

Betrag nach Abzug

argen-tinischer Staats-mann †

Haupt-stadt von Oman

Berg bei Monte Carlo

ugs.: nein

Badeort in Istrien

auf-klapp-barer Behälter

rund ge-wasche-ner Stein

Ewigkeit in der griech. Antike

italie-nische Mittags-ruhe

Meer-riese der nord. Sage

Zahn-haupt-bestand-teil

eine Süßig-keit

Insel in der Duran-ce-Mündung

Streng-e

neapol. Geheim-bund

mit Dro-gen han-deln

Sump-f

skand. Männer-name

Weis-sager

Gerichts-ent-scheid

exzen-trischer Kunst-stil

ugs. unter c

Vorname von Ten-nisstar Sampras

Binde-strich

Herbst-blumen

fraglich, un-sicher

Kor-an-abschnitt

Kap ... (Süd-amerika)

Abk.: Leinen

Initialen Linden-bergs

Schiffs-tacho-meter

Jäger-rucksack

Kose-name e. span. Kö-nigin

griechi-sche Rachegöt-tin

arabi-sches Gruß-wort

lang-fristige Geldauf-nahme

gefüllte Back-ware

engl. Marsch-land-schaft

Elefan-ten-führer

däni-sche Ostsee-insel

an-streichen

Stadt im Süden Arme-niens

Lenden-braten

aserbaid. Währung

ital. Kloster-bruder (Kw.)

schmale Füh-rungs-rinnen

griechi-scher Buch-stabe

chinesi-sche Kaiser-dynastie

US-kanadischer Grenz-see

schau-spielen

schweiz. Ort an der Rhône

Vorname des Fuß-bal-lers Özil

Jugend-licher (Kw.)

italie-nische Tonsilbe

argent. Provinz (Santa ...)

Unter-neh-mens-form

dt. Bundes-kanzlerin

englisch, fran-zö-sisch: Alter

Vorname des Sängers Illic

italie-nische Tonsilbe

argent. Provinz (Santa ...)

Unter-neh-mens-form

Teil des Kopf-es

osteuro-päische Haupt-stadt

persön-liches Fürwort (3. Fall)

starke Gefühls-regung

Ebbe und Flut

Gerüst, Aufbau

GEZEITENGE  
INFRAGDIREKT  
ASTRABATEEN  
MERKEMESUT  
IMMENSEM  
THEATRELETT  
PASTETMAHUT  
HIEWANSALAN  
ULORNROR  
DIVISDADAC  
ESHERZELP  
FENNAGIRL  
KISTELPERON  
NETTOKIRKE  
LBAWELPE  
BRAUSTOAG  
SENTAKKUR  
SCHEFELIM  
LEPDMW



**Regeniersalz nachfüllen oder Klarspüler nutzen:** Mit nur wenigen Handgriffen bleiben Gläser in der Spülmaschine glänzend.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

# Trübungen vermeiden

## Was gegen blinde Gläser hilft

Allzu schnell trüben Gläser nach ein paar Spülmaschinengängen nach. Die Ursachen lassen sich gut beheben, wenn man rechtzeitig handelt.

Der trübe Film an Gläsern nach einem Spülmaschinengang ist ärgerlich. Um ihn wieder loszuwerden oder gar nicht erst entstehen zu lassen, gibt es unterschiedliche Wege. Der Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel (IKW) nennt drei Ursachen für „blinde Gläser“. Die gute Nachricht: Zwei davon lassen sich leicht entfernen – und zwar wenn es sich um Ablagerungen von Regeniersalz oder Kalk handelt. Bei erstem legt sich laut IKW eine

dünne Schicht des Salzes auf die Glasoberfläche. Meist liegt das daran, dass Regeniersalz-Behälter nicht richtig verschließt. Mit etwas Wasser oder einem neuen Spülgang lasse sich das Problem schnell lösen.

■ **Kalkablage spricht für leere Salzbehälter**

Legt sich Kalk ab, deutet es darauf hin, dass entweder der Behälter mit Regeniersalz nachgefüllt werden sollte oder die Spülmaschine nicht auf die richtige Wasserhärte eingestellt ist. Zum Entfernen rät der IKW entweder zu Klarspüler oder wässriger Zitronensäure-Lösungen.

Weitaus ärgerlicher ist die Trübung des Glases durch Korrosion. Rückgängig ma-

chen lässt sich die zwar nicht, dafür aber verhindern. Sie entsteht, indem hohe Temperaturen und Wasser mit geringem Härtegrad die Netzstrukturen von Gläsern aufbrechen.

■ **Niedrigere Temperaturen können Trübung verhindern**

Dabei helfen schon kleine Änderungen, um die unschönen Trübungen und Risse zu vermeiden. Man sollte die Spültemperatur niedrig einstellen und auch die lokale Wasserhärte auf das Gerät anpassen. Zusätzlich hilft spezielles Spülmittel mit Glasschutz, um den Glanz länger zu erhalten. Oder: Am schonendsten für das Glas ist das Spülen mit der Hand. tmn

++ CIAO WINTER – DIE NEUE FRÜHJAHR-/SOMMER-KOLLEKTION IST DA! ++



DAMEN-, HERREN-, KINDER-, SPORT-, OUTDOOR- & LIFESTYLE-SCHUHE



ENTDECKEN SIE ÜBER 20.000 PAAR  
EXKLUSIVE MARKENSCHUHE

SHOPPEN & COUPONS SICHERN

IHR EINKAUF WIRD  
JETZT BELOHNT!

Nur für kurze Zeit – Überraschungs-Coupons für Ihren nächsten Einkauf sichern!

JETZT BIS ZU

50€

BONUS

ÜBERRASCHUNGS-COUPONS ABHOLEN  
UND BEIM NÄCHSTEN EINKAUF SPAREN!

SCHUHHAUS

heinmüller

www.heinmueller.com

Am Bornrain 3 | 34593 Knüllwald-Oberbeisheim

Neustädter Str. 39 | 35066 Frankenberg/Eder

Am Flüthedamm 2 | 37124 Göttingen-Rosdorf





Eine Hafenrundfahrt zeigt den Marinehafen und den Jade-WeserPort aus.  
FOTO: DJD-K/WWW.WILHELMSHAVEN-TOURISTIK.DE/RAINER GANSKE

## Urlaub in „Schlicktown“

### Maritime Erlebnisse in Wilhelmshaven

Mit selbstironischem Understatement trägt Wilhelmshaven den Spitznamen „Schlicktown“. Schiffe prägen das Stadtbild und auf Hafenrundfahrten sind der traditionsreiche Marinehafen sowie der JadeWeserPort, Deutschlands einziger Tiefwasserhafen für die größten Containerschiffe der Welt, zu erleben. Die imposante Kaiser-Wilhelm-Brücke und wilhelminische Prachtbauten zeigen, wie der Namenspa-

tron die Stadt geprägt hat. Auf der „Maritimen Meile“ liegen Erlebniswelten für die ganze Familie: das Küstenmuseum, das Unesco-Weltnaturerbe Wattenmeer Besucherzentrum, das Marinemuseum und das Aquarium Wilhelmshaven. Und gleich hinterm Deich lädt das Welterbe Wattenmeer zu Strandtagen ein. Unter [www.wilhelmshaven-touristik.de](http://www.wilhelmshaven-touristik.de) lässt sich das Magazin „Havenkante“ bestellen oder herunterladen.



Das schöne Karlstadt lässt sich am besten bei einer Stadtführung entdecken.  
FOTO: DJD-K/STADT KARLSBADT/FOTO-STUDIO MÜLLER KARLSBADT

## Karlstadt erleben

### Acht Gründe für einen Besuch

Endlich die Reize der eigenen Heimat entdecken – diesen guten Vorsatz haben viele Menschen in Deutschland gefasst. Aber wo anfangen? Wie wäre es mit einem Kurzurlaub in Karlstadt, der idyllischen Stadt am Main.

Hier sind acht Gründe, warum sich ein Besuch in „Karscht“, wie die Einheimischen ihre Stadt liebevoll nennen, lohnt.

1. Das Stadtbild
2. Das „Lügenmäuerle“ direkt am Main

3. Die Ausblicke von der Ruine der Karlsburg und vom Aussichtspunkt „terroir f“

4. Die Natur, etwa am „Saurpuzel“, dem Hausberg der Karlstädter

5. Die Kultur – ganzjährig gefüllt ist der Veranstaltungskalender. Im Frühjahr 2022 wird auch das Museum Karlstadt nach Restaurierung neu eröffnet.

6. Die Kulinarik

7. Der Wein

8. Der Main, die Lebensader der Region

djd

# Ab in die Achterbahn

## Diese großen Freizeitparks öffnen jetzt

2020 und 2021 ging es wegen Corona später los – dieses Jahr kommen die großen Freizeitparks des Landes aber wieder pünktlich aus der Winterpause. Wann öffnen Heide-Park, Legoland oder Belantis?

Achterbahnen, Karussells und eine Menge anderer Schabernack: Ein Tag im Freizeitpark verspricht Action, Spaß und Abwechslung vom Alltag, nach der sich viele Menschen in diesen Tagen sehnen. Ab kommenden Wochenende starten die ersten großen Freizeitparks in ihre Saison, die anderen folgen. Ein kurzer Überblick von Heide-Park im Norden bis Legoland im Süden:

1. **Heide-Park:** Der vor allem für seine Achterbahnen bekannte Freizeitpark steht ab 2. April für Besucher offen und öffnet damit erstmals seit Pandemiebeginn pünktlich nach der Winterpause. Mit dem Panoramatum wird es eine bekannte Landmarke weniger geben. In der drehenden Gondel konnten Besucherinnen und Besucher den Park aus luftiger Höhe bestaunen. Nach 2019 war der 104 Meter hohe Turm schon außer Betrieb, vor kurzem wurde mit dem Abbau begonnen. Der Heide-Park Soltau liegt im Dreieck zwi-



Achterbahnen wie die „Blue Fire“ warten: Ab Samstag (26. März) geht es im Europa-Park Rust wieder rund.  
FOTO: PHILIPP VON DITFURTH/DPA/DPA-TMN

schen Hamburg, Hannover und Bremen an der Autobahn A7.

2. **Belantis:** Er gilt als flächenmäßig größter Freizeitpark im Osten Deutschlands. Diesen Samstag (26. März) startet in Belantis im Süden von Leipzig die Saison.

Neben bekannten Attraktionen wie der Huracan-Achterbahn sollen 2022 nach pandemiebedingten Ausfällen in den Jahren davor auch

wieder mehr Shows auf dem Programm stehen. Es seien neue geplant, heißt es aus dem Freizeitpark. Belantis liegt direkt an der Autobahn A38.

3. **Phantasialand:** Von den hier aufgeführten Freizeitparks ist das Phantasialand bei Köln der Spätstarter. Die Saison im Themenpark startet am 9. April. Das Phantasialand liegt in Brühl direkt an der Autobahn A553.

4. **Europa-Park:** Der größte Freizeitpark Deutschlands startet diesen Samstag (26. März) offiziell in die Sommersaison. 2022 wird eine alte durch eine neue Attraktion ersetzt: Die „Dschungel-Floßfahrt“, die aufgrund der Verwendung kolonialistischer Rollenbilder in der Kritik stand, wird schrittweise umgebaut und im Themenbereich Österreich angesiedelt – sie heißt nun „Josefinas kaiserliche Zauberreise“.

Im nächsten Jahr soll zu

den 13 Achterbahnen auf dem Gelände eine weitere dazukommen – diese wird im für 2023 geplanten Themenbereich zu Kroatien gebaut. Der Europa-Park liegt in Rust, zwischen Freiburg und Offenburg nahe der Autobahn A5.

5. **Legoland:** Der Freizeitpark in Schwaben startet am 2. April in die Saison. Anlässlich des 20. Geburtstags des Legos ist eine große Parade geplant – Details nannte der Park noch nicht, der Mai soll aber im Zeichen des runden Jubiläums stehen.

Und auch hier wirft man schon einen Blick auf 2023: Dann soll ein neuer Themenbereich mit Achterbahn eröffnen. Das Legoland Deutschland liegt in Günzburg, zwischen Ulm und Augsburg an der Autobahn A8.

Wichtig zu beachten: Vor dem Besuch der Parks sollte man sich über die aktuell vor Ort geltenden Corona-Regeln informieren.

tmn



Der Heide-Park Soltau startet ab 2. April in die Sommersaison.  
FOTO: PHILIPP SCHULZE/DPA/DPA-TMN

IHRE DR. MÜLLER  
APOTHEKEN

## Der neue Katalog ist da!

Unser Katalog liegt heute in vielen Zeitungen als Einleger bei!

Gegen Vorlage unseres Katalog oder dieser Coupons bekommen Sie die Produkte zum Sonderpreis!

Loceryl®  
NAGELACK GEGEN  
NAGELPILZ<sup>1</sup>

39 %  
SPAREN



3 ml  
statt 35,97 €<sup>2</sup>

21,95 €

Levocetirizin  
HEXAL® bei  
Allergien 5 mg<sup>1</sup>

43 %  
SPAREN



18 Stück  
statt 8,48 €<sup>2</sup>

5,50 €

Gingium®  
120 mg<sup>1</sup>

53 %  
SPAREN



120 FTA  
statt 94,97 €<sup>2</sup>

44,95 €

CRATAEGUTT®  
450 MG  
HERZ-KREISLAUF-  
TABLETTEN<sup>1</sup>

39 %  
SPAREN



100 FTA  
statt 38,95 €<sup>2</sup>

23,95 €

Canesten® EXTRA  
CREME<sup>1</sup>

46 %  
SPAREN



20 g  
statt 10,98 €<sup>2</sup>

5,95 €

Thomapyrin®  
INTENSIV<sup>1</sup>

29 %  
SPAREN



20 TAB  
statt 8,43 €<sup>2</sup>

5,95 €

Alle Informationen auch online unter  
[www.drmuellerapotheken.de](http://www.drmuellerapotheken.de)

Alle Artikel und  
weitere Angebote  
in unserem Onlineshop

Lieferung am gleichen Tag! (Bei Bestellung bis 16 Uhr)

BIS ZU  
50 %



JETZT NEU:

Ihre persönliche  
IMMUNKARTE  
9,90 €  
zur sofortigen Mitnahme!

Bei uns bekommen Sie Ihre  
Immunkarte ohne Wartezeit  
direkt in der Apotheke.

COVID-19-  
ANTIKÖRPERTEST  
+ VITAMIN D-TEST  
je 29,95 €  
Testergebnis in 20 Minuten!

Landgraf-Karl-Apotheke

Di. und Do. 10-14 Uhr

Engel-Apotheke

Mo. 13-19 Uhr, Mi. 8-13 Uhr

COVID-19-  
Laientest  
normal Stück 2,95 €

FFP2-Maske, weiß 0,85 €  
FFP2-Maske, bunt 0,95 €  
10 OP-Masken 1,00 €



LANDGRAF-KARL  
APOTHEKE

Landgraf-Karl-Apotheke City-Center, Bhf. Wilhelmshöhe  
Angela Müller-Rebstein e.K. · [www.drmuellerapotheken.de](http://www.drmuellerapotheken.de)  
Mo.-Fr. 7.30-19.30 Uhr  
Sa. 8.30-16.00 Uhr

Telefon: 05 61 / 31 58 68



APOTHEKE  
IM RATIO

Apotheke im Ratio  
Dr. rer. nat. Jürgen Müller-Rebstein e.K.  
[www.drmuellerapotheken.de](http://www.drmuellerapotheken.de)  
Mo.-Sa. 9.00-20.00 Uhr

Telefon: 0 56 65 / 4 04 07 02



ENGEL  
APOTHEKE  
AM RATHAUS

Engel Apotheke am Rathaus  
Dr. rer. nat. Jürgen Müller-Rebstein e.K.  
[www.drmuellerapotheken.de](http://www.drmuellerapotheken.de)  
Mo. - Fr. 8.00 - 20.00 Uhr · Sa. 10.00 - 18.00 Uhr

Telefon: 05 61 / 1 57 07

<sup>1</sup> Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.  
<sup>2</sup> Unverf. Preisempfehlung des Herstellers (Stand 01.02.2022). Artikel können auch ähnlich der Abbildung sein. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Für Druckfehler keine Haftung. Gültigkeit bis zum 30.06.2022.



# Strom und Wärme erzeugen

## Solaranlage jetzt auf Schäden prüfen

Die letzten Stürme waren heftig, aber die Solaranlage auf dem Dach hat in den letzten Monaten noch mehr mitgemacht. Daher sollten Betreiber im Frühling die Leistung ihrer Solaranlage überprüfen.

Da ist sie! Die erste Frühlingssonne. Nicht nur wir brauchen sie. Auch Solaranlagen zur Strom- und Warmwasserproduktion auf dem Dach, denn zwischen März und Oktober erzielen sie fast 80 Prozent ihres Jahresertrags. Daher ist jetzt eine gute Zeit, die Anlage auf Schäden zu prüfen und nachzusehen, ob ihr Ertrag stimmt.

### Warum sollte jetzt die Anlage überprüft werden?

Schnee und Eis aus dem Winter, aber auch noch der Hagel des letzten Sommergitters können Schäden hinterlassen haben. Auch herumfliegendes Laub und auf den Anlagen sitzende Vögel haben die Module und Kollektoren vielleicht verschmutzt. Das kann jetzt merklich den Ertrag der Photovoltaik- oder Solarthermieanlage senken. Darauf weist das Informationsprogramm Zukunft Altbau des Umweltministeriums Baden-Württemberg hin.

### Was kann ich selbst tun?

Immer mal wieder nach oben auf das Haus- oder Garagendach sehen. Grober Schmutz und auch große Schäden seien selbst mit dem bloßen Auge auf den Anlagen erkennbar, sagt Frank Hettler von Zukunft Altbau. Außerdem sollte man die Solarstromspeicher im Haus prüfen. Hettler rät, hier mindestens einmal im Jahr nach äußeren Schäden zu suchen. Sie sehen nichts oder erahnen

nur einen Schaden? Ein gerne gegebener Tipp ist auch das Fotografieren der Anlagen auf dem Dach. Vergrößert am Bildschirm können die Bilder besser Hinweise auf mögliche Schäden geben.

Ein weiterer Weg der Fehlersuche ist das Auswertungssystem der Solarstromanlagen und Batteriespeicher, das bei den meisten Modellen über eine digitale Plattform oder eine App einsehbar ist. Liegen die aktuellen Ertragswerte deutlich unter dem Ertrag des Vorjahreszeitraums, könne das ein Indiz für eine Störung sein, so Zukunft Altbau.

Bei Solarthermieanlagen lassen sich die Werte über den Wärmemengenzähler vergleichen. Oder man fühlt beziehungsweise hört nach: An sonnigen Tagen sollte sich die warme Leitung der Solarthermieanlage wärmer anfühlen als die kalte. Und die Pumpe sollte leise surrend laufen. Moderne Pumpen zeigen auch den Betriebszustand oder die Leistungsaufnahme an.

### Wann muss ein Handwerker kommen?

Erkennt man solche Unregelmäßigkeiten oder sichtbaren Schäden und Verschmutzungen sollte man den Profi kommen lassen. Selbst auf das Dach zu steigen, ist gefährlich, und die Anlagen sind nicht einfach so zu reparieren.

Läuft die Anlage störungsfrei und bleiben die Erträge gleich hoch, braucht man nur alle paar Jahre eine Wartung der Anlage in Auftrag geben. Die Experten raten dann dazu für die Zeit vor Beginn der Hauptsaison der Anlage.

Ein Tipp von Zukunft Altbau: Die Kosten für die Wartung kann man von der Steuer absetzen.

trm



Module einer Photovoltaikanlage produzieren Strom, der den Haushalt versorgt und teils auch ins öffentliche Netz eingespeist werden kann.

FOTO: ANDREA WARNECKE/DPA-TMN



Wir suchen zum nächstmöglichen Termin für unsere Standorte in Felsberg-Gensungen und Homberg je einen Mitarbeiter in nachfolgender Position:

### • Lagermitarbeiter (m/w/d)

Senden Sie bitte Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen an:

**BLECHER** GmbH & Co. KG  
Herrn Michael Pfeiffer  
Mittelhöfer Straße 3-5  
34587 Felsberg-Gensungen  
bewerbung@blecher.eu  
www.blecher.eu



Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir:

### Kraftfahrer mit Führerschein

**FSK C1E, C/E (Kl. 2)**  
in Vollzeit und auf 450,-€ Basis  
für Auslieferungsfahrten  
im Umkreis von 120 km

### Auszubildender/Auszubildende

Groß- und Außenhandelsmanagement  
ab 01. August 2022

### Florist/in

in Voll-/Teilzeit

### Hans-Heinrich Hain GmbH

Homberger Straße 23  
34323 Malsfeld  
E-Mail: info@hain-mosheim.de  
Telefon: 05662 9490-0



# ASKLEPIOS

## informiert

## Bonding bei Kaiserschnitt

### Kuscheln noch während der OP

**Schwalmstadt.** Der erste Hautkontakt zwischen Mutter und Kind nach der Geburt ist enorm wichtig. Er festigt die Beziehung und erleichtert dem Baby den Umstieg auf die Umgebung außerhalb des Mutterleibs. Das sogenannte „Sectio-Bonding“ ermöglicht diesen Kontakt auch bereits während des Kaiserschnittes und ist ab sofort in der Geburtsklinik des Asklepios Klinikums Schwalmstadt möglich.

Bei spontanen Geburten gehört das „Bonding“ bereits zum Standard. Der Begriff kommt aus dem Englischen und bedeutet „Verbindung“. Er beschreibt die prägende Phase der beginnenden emotionalen Beziehung zwischen einem Säugling und seinen Eltern. Genauso wichtig ist der erste Haut-zu-Haut-Kontakt bei einem Kaiserschnitt. Daher bietet die Geburtsklinik des Asklepios Klinikums Schwalmstadt werdenden Müttern ab sofort „Sectio-Bonding“ an. Dabei wird das Baby, sofort nachdem es aus dem Bauch geholt wurde, auf die Brust der Mutter gelegt und bleibt dort bis zum Ende der Operation. Vor der OP wird der Mutter dafür ein spezielles Bonding-Top umgelegt. Das breite weiche Stoffband verläuft unter dem Rücken der Mutter und bietet an der Brust genug Platz, um das Baby hineinzulegen. Anja Kort, Oberärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe am Ask-



Mama Eva Woocker kuschelte noch während der Kaiserschnitt-OP mit Sohn Colin, gemeinsam wurden sie anschließend auf das Stationszimmer verlegt.

FOTO: ASKLEPIOS

lepios Klinikum Schwalmstadt, erklärt den genauen Ablauf: „Im Operationssaal wird die Mutter mit einer Teilanästhesie betäubt. Für das Sectio-Bonding muss sie während des Kaiserschnitts wach sein. Voraussetzung ist natürlich, dass aus medizinischen Gründen nichts gegen den Einsatz des Bonding-Tops spricht. Nachdem das Baby aus dem Bauch der Mutter geholt wurde, wird es zuerst kurz untersucht. Anschließend wird es der Mutter auf die Brust gelegt und mit dem Bonding-Top gesichert. Es verhindert, dass das Kind in das Operationsgebiet rutscht oder hinunterfällt. Wir sind von diesem Konzept wirklich

überzeugt, auch wenn wir dafür manche Abläufe im OP umstellen mussten.“ Auch Kinderkrankenschwester und Stationsleitung Ina Sander weiß, wie wichtig Bonding ist und wie es die Eltern-Kind-Beziehung bestärken kann. „Durch den sofortigen Hautkontakt nach der Geburt profitieren sowohl Mutter als auch das Kind enorm. Das dabei ausgeschüttete Bindungshormon Oxytocin fördert zum einen das Zusammengehörigkeitsgefühl, zum anderen unterstützt es das Zusammenziehen der Gebärmutter und regt die Milchbildung an. Bei den Babys wiederum können wir be-

obachten, dass sie weniger Anpassungsprobleme haben sowie früh und selbstständig zu trinken beginnen.“ Auch die Mütter, bei denen das Bonding-Top bisher zum Einsatz kam, freuen sich über die Möglichkeit, ihr Baby direkt nach der Geburt und schon während der OP in den Armen halten zu können. „Im Operationssaal bekommt man durch den Sichtschutz leider nichts mit. Aber mit dem Bonding-Top habe ich gemerkt, dass mein Sohn nun wirklich da ist“, beschreibt Eva Woocker den Moment, als sie ihren Sohn Colin das erste Mal in den Armen halten durfte.

nh

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**

Wir sind eine Praxis, die das gesamte Spektrum der modernen Zahnheilkunde bietet.

Zum 1. August 2022 suchen wir eine

### Auszubildende zur Zahnmedizinischen Fachangestellten (m/w/d)

Wenn Sie freundlich, motiviert und interessiert sind, einen vielseitigen und zukunftsorientierten Beruf zu erlernen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Dr. **Albert** MSc  
Zahnarztpraxis  
Dr. Georg Albert MSc

Praxis Dr. Albert  
Bahnhofstraße 16  
34613 Schwalmstadt  
Tel.: 06691 1467





Wir suchen zur Verstärkung:  
**Facharbeiter aus dem Gala-, Tief- oder Straßenbau** (m/w/d) (auch Quereinsteiger)  
 Pkw-Führerschein muss vorhanden sein!

Bewerbung gern  
 auch telefonisch!  
**Kai Bauer**  
 Zum Oberfeld 2  
 34576 Homberg-Mardorf

**Landschaftliche Lohnarbeit**  
**Kai Bauer**  
 ☎ **0 56 81 / 54 76**  
[www.baggerarbeiten-bauer.de](http://www.baggerarbeiten-bauer.de)



Wir brauchen Sie für unser Team.

Im EDEKA Markt **Nicole Alter**  
 Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

### Fleischereiverkäufer/in (m/w/d)

für Voll- oder Teilzeit

Sie sind Quereinsteiger und haben keine Scheu, „Neues“ zu erlernen, dann sind Sie bei uns genau richtig. Sie fühlen sich angesprochen? Dann bewerben Sie sich schriftlich oder per E-Mail.

**EDEKA Nicole Alter**

Bahnhofstr. 36, 34582 Borken, [info@edeka-alter.de](mailto:info@edeka-alter.de)



**Stadt Neukirchen (Schwalm-Eder-Kreis, rund 7.000 Einwohner)**

Die Stadt Neukirchen (Schwalm-Eder-Kreis, rund 7.000 Einwohner) sucht zum **nächstmöglichen Zeitpunkt** für ihr **Frei- und Hallenbad** einen

### Fachangestellten für Bäderbetriebe (m/w/d)

in Vollzeit (39 Stunden/Woche). Es handelt sich um eine unbefristete Stelle.

Die ausführliche Stellenausschreibung finden Sie auf [www.neukirchen.de](http://www.neukirchen.de)

**Bewerbungsschluss: 14. April 2022**

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

Suche ab sofort med. **FUSSPFLEGERIN** oder **PODOLOGIN** (m/w/d) für 10-15 Std./Wo. in Bad Zwesten...  
 Die Arbeit beschränkt sich lediglich auf die Praxis, keine Hausbesuche, Arbeitszeiten können Sie flexibel gestalten.  
 Ich freue mich auf Ihren Anruf  
**Andrea England**  
 0163 6201779

# Gemeinsam sparen

## Pendlerpauschale bei Fahrgemeinschaften

Die Spritpreise sind hoch wie selten – da ist jeder Spartrick gefragt. Wer Fahrgemeinschaften bildet, kann die Kosten teilen und von der Pendlerpauschale profitieren.

Wer auf dem Weg zur Arbeit an einer Fahrgemeinschaft teilnimmt, kann mit Hilfe der Pendlerpauschale steuerliche Vorteile nutzen. Darauf weist der Lohnsteuerhilfeverein (VLH) angesichts der aktu-

ell hohen Spritpreise hin. Dies gelte, „egal, ob man am Steuer sitzt oder nicht“. Hinzu komme, dass man sich die Spritkosten teilen könne.

Allerdings ergebe es steuerlich durchaus Sinn, sich innerhalb von Fahrgemeinschaften auch einmal mit dem Fahren abzuwechseln. Denn Mitfahrer dürfen nur maximal 4500 Euro Fahrtkosten im Jahr von der Steuer absetzen. „Fahrerinnen und Fahrer dagegen, die ihr eigenes Auto nutzen, können die Pendlerpauschale ohne Einschränkung absetzen – also ohne Deckelung nach oben“, so der VHL.

Grundsätzlich gilt: Für jeden Kilometer Arbeitsweg können 30 Cent pro Tag von der Steuer abgesetzt werden, ab dem 21. Kilometer sind es 35 Cent. Aufgrund der saftigen Preise an der Zapfsäule plane die Bundesregierung eine Erhöhung. „Das bedeutet, es könnten aus den 35 Cent rückwirkend ab Januar 38 Cent werden“, so der Verein. Das Finanzamt akzeptiert als Berechnungsgrundlage



**Mit den Kollegen zur Arbeit?** Selbst wer nur mitfährt, kann Pendlerpauschalen in der Steuererklärung geltend machen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

für die Kilometer nur den kürzesten Weg von der eigenen Wohnung zur Arbeit. Ein Umweg werde nur anerkannt, wenn er verkehrsgünstiger ist und man dadurch Zeit spart.

Übrigens könnten auch Eheleute und Lebenspartner ihre Fahrtkosten mit der Pendlerpauschale jeweils einzeln absetzen, wenn sie gemeinsam mit dem Auto zur Arbeit fahren.

tmn

## Stelle schon vergeben?

Bewerbung kann sich trotzdem lohnen

Die Stellenanzeige klingt spannend. Doch dann erfährt man, dass das Unternehmen schon einen passenden Kandidaten oder eine passende Kandidatin gefunden hat. Sollte man sich jetzt noch die Mühe machen?

Wer aus zuverlässiger Quelle weiß, dass eine ausgeschriebene Stelle eigentlich schon besetzt ist, kann mit einer Bewerbung trotzdem auf sich aufmerksam machen. Das sagt Bewerbungscoach Katrin Plangger. Vor allem gilt das, wenn es in dem Unternehmen vielleicht mehrere ähnliche Stellen gibt.

Eine interne Bewerbung auf eine Stelle, die bereits besetzt ist, kann der Coachin zufolge ein Signal sein. Nach dem Motto: „Aha, da ist jemand wechselwillig oder unzufrieden mit seiner aktuellen Aufgabe – hier besteht Handlungsbedarf.“ Allerdings sollte gut überlegt sein,



**Wer weiß, dass eine ausgeschriebene Stelle** eigentlich schon vergeben ist, kann mit einer Bewerbung dennoch ein Signal senden.

FOTO: JENS SCHIERENBECK/DPA-TMN

ob solch ein Schritt mehr nützt oder schadet, falls der oder die direkte Vorgesetzte davon erfährt.

Aber auch von außerhalb kann es sich lohnen, aktiv zu werden. „Wenn die Stelle bereits besetzt ist, können Sie die Bewerbung als eine Art Initiativbewerbung nutzen“,

rät Plangger. Ist in der Stellenanzeige eine Ansprechperson genannt, ruft man am besten an. „Im Telefonat erfahren Sie, ob es weitere interessante Stellen im Unternehmen gibt, und können sich selbst mit Ihren Kompetenzen und Interessen präsentieren.“

tmn

**WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG**  
 für unsere Brotläden & Cafés in  
**Melsungen, Homberg, Remsfeld & Bad Hersfeld**

## Verkäufer/innen

(w/m/d)

in Voll- oder Teilzeit



**SCHWÄLMER BROTLADEN**

seit 1907



Der Schwälmer  
 Brotladen  
 & Du

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:**

Viehmeier GmbH & Co. KG,  
 Treysaer Weg 6a, 34630 Gilserberg  
 Tel. 06696 9618-0 / -15 / -21 & 0174 422 51 13  
[bewerbung@schwaelmer-brotladen.de](mailto:bewerbung@schwaelmer-brotladen.de)  
[schwaelmer-brotladen.de/wir/jobs](http://schwaelmer-brotladen.de/wir/jobs)



## PFEIFER

Familiärer Arbeitgeber oder globaler Player? Pfeifer ist beides.  
 Pfeifer gehört zu den größten Unternehmen der europäischen Holzindustrie. Seit 1948 leben wir die Leidenschaft für Holz. Dies kommt in unserem Slogan „Passion for timber“ zum Ausdruck.  
 Unsere 2.000 Mitarbeiter teilen diese Begeisterung und bilden die Basis für unseren Erfolg.

An unserem Standort in **SCHLITZ/ HESSEN** suchen wir:

### ARBEITSVORBEREITUNG PRODUKTIONSPLANUNG UND -STEUERUNG (PPS) (M/W/D)

#### Aufgaben

- Termingerechte Koordination von Produktionsaufträgen und -abläufen
- Interne Abstimmung mit Fachabteilungen
- Weiterentwicklung / Optimierung der Ablaufprozesse
- Erstellen der Fertigungsunterlagen
- Reporting an Werks- und Produktionsleitung

#### Qualifikationen

- Erfolgreicher Abschluss im Bereich Holztechnik / Maschinenbau oder Produktionstechnik, z.B. Ausbildung / Meister / Techniker / Hochschule; gerne auch Berufseinsteiger / Absolventen
- Praxiserfahrung im Holz- oder CNC-Produktionsumfeld von Vorteil
- Gute IT-Kenntnisse; SAP-Kenntnisse von Vorteil
- Technisches Verständnis und analytische Denkweise
- Flexibler Teamplayer mit sorgfältiger, strukturierter Arbeitsweise

#### Angebot

- Eine gründliche Einarbeitung
- Schulung auf der Anlage
- Ein interessantes und vielseitiges Aufgabengebiet
- Eine verantwortungsvolle Tätigkeit mit Gestaltungsspielraum
- Eine leistungsgerechte Vergütung und ein motiviertes Kollegenteam

WIR FREUEN UNS ÜBER IHRE ONLINE-BEWERBUNG UNTER [JOBS.PFEIFERGROUP.COM](http://JOBS.PFEIFERGROUP.COM)

**Pfeifer Holz Schlitz GmbH & Co KG** · Bahnhofstraße 63 · D 36110 Schlitz  
 Markus Meßner, MSc · +49 8257 81 292 · [jobs.at@pfeifergroup.com](mailto:jobs.at@pfeifergroup.com)



**HNA | ZUSTELLER**

## Pressezusteller (m/w/d)

**Werden Sie Teil unseres Teams!**



Aktuell suchen wir in

- Bad Zwesten-Niederurff** (zur Festeinstellung, ganzer Ort)
- Felsberg-Hilgershausen** (langfristige Krankenvertretung)
- Knüllwald-Appenfeld**
- Knüllwald-Ellingshausen**
- Knüllwald-Nausis**
- Knüllwald-Nenterode**

- Knüllwald-Niederbeisheim**
- Knüllwald-Oberbeisheim**
- Knüllwald-Rengshausen**
- Knüllwald-Wallenstein** (jeweils ganzer Ort, Urlaubsvertretung)
- Schwalmstadt** (Teilbezirke in Urlaubsvertretung)

Mindestalter 18 Jahre.

**Jetzt informieren und bewerben!**

### VTS Süd GmbH

Vertrieb für Fritzlar, Homberg & Schwalmstadt  
 Tel. 06691 961443 | WhatsApp 0151 61666277  
[vts-schwalm-eder@hna.de](mailto:vts-schwalm-eder@hna.de)



[www.hna-zusteller.de](http://www.hna-zusteller.de)



# Essen wie in der Steinzeit

## Leistungsfähig trotz Verzicht? Die Paleo-Diät auf dem Prüfstand

Wer sich „Paleo“ ernährt, isst wie unsere Vorfahren in der Steinzeit. Hält die Ernährung von Fred Feuerstein so fit, dass wir auch heute – zumindest theoretisch – ein Mammot erlegen könnten?

Die Paleo-Diät wird nicht ohne Grund Steinzeit-Ernährung genannt: Auf den Tisch kommt, was die Menschen im Paläolithikum, also in der Altsteinzeit, sammeln und jagen konnten.

Auf dem Speiseplan stehen also zum großen Teil Gemüse und Obst, bevorzugt Beeren, sowie Samen und Nüsse. Dazu gibt es Eier, Fisch und Fleisch. Auf Getreide, Milch, Milchprodukte und Zucker wird verzichtet.

Paleo ist somit eiweiß- und fettreich, aber kohlenhydratarm. Doch was bedeutet das für unseren Körper und dessen Leistungsfähigkeit? „Anhänger der Paleo-Diät sind der Meinung, dass sich die damalige Ernährung auch heute positiv auf unsere Gesundheit auswirkt“, sagt Astrid Donalies, Sprecherin der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Das Ernährungskonzept folgt der Annahme, dass der Mensch genetisch noch an das Essen der Altsteinzeit angepasst sei und sich die Wahl der Lebensmittel daran orientieren sollte. Moderne „Zivilisationskost“ sei demnach für den Menschen ungesund.

Ernährungswissenschaftlerin Donalies sieht darin einen wahren Kern: Die heute verbreitete (Fehl-)Ernährung sei mitverantwortlich für Krankheiten wie Karies, Übergewicht, Bluthochdruck oder Herz- und Gefäßkrankheiten.

### ■ Geringe Energiezufuhr hilft beim Abnehmen

Auch wenn Fred Feuerstein nicht gerade für seinen geringen Bauchumfang bekannt ist: „Tatsächlich kann die Paleo-Diät beim Abnehmen helfen“, sagt Donalies. Das sei vermutlich vor allem auf die niedrige Energiezufuhr zurückzuführen. „Positiv ist, dass bei der Diät viel Wert auf



Wer sich nach der Paleo-Diät ernährt, kocht viel frisch. Fertiggerichte sind tabu.

FOTOS: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

wenig verarbeitete Lebensmittel gelegt wird“, sagt Donalies. Insgesamt werde der Körper gut mit Eiweiß und wertvollen Fettsäuren versorgt. Für Calcium, Jod und Vitamin D gilt das aber nicht immer: Sie muss man möglicherweise ergänzen.

### ■ Viele Gerichte sind ohnehin „Paleo“

Konkret kann ein moderner Paleo-Tag so aussehen: Zum Frühstück gibt es ein Müsli aus Kernen, Nüssen und Samen, dazu Beeren und pflanzenbasierte Milch. Mittag machen zum Beispiel Spargel mit Sauce Hollandaise und Süßkartoffeln satt. Am Abend kommt selbstgemachte Hühnersuppe mit Hühnerfleisch und Gemüse auf den Tisch.

Aber: Wer sich mit dem Ernährungskonzept beschäftigt, merkt schnell, dass viele Rezepte ohnehin „Paleo“ sind oder sich leicht abwandeln lassen. Ein Steak oder Fisch mit Gemüse etwa fügen sich problemlos in die Ernährungsweise ein.

Doch: Performen wir dank Steinzeit-Ernährung beim

Training besser? „Ob der Körper zum Beispiel beim Sport leistungsfähiger ist, wenn man sich nach dem Paleo-Prinzip ernährt, ist noch nicht wirklich bekannt“, sagt die Sport- und Ernährungsmedizinerin Prof. Christine Joisten. Eine Erkenntnis gibt es aber: Eine ketogene Diät wie die Paleo-Diät führte bei Fußballspielern dazu, dass sie Fettmasse verloren – ohne dabei nennenswert an Muskelmasse und -kraft einzubüßen. Für Sportler ist das positiv, so Joisten, die am Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) tätig ist. Ketogene Diäten lösen im Körper den Zustand der Ketose aus, auch als „Fettstoffwechsel“ bekannt. Heißt: Führt man dem Körper mehr hochwertige Fette und zugleich weniger Kohlenhydrate zu, macht er sich an das Verbrennen von Fettmasse – und nicht von Kohlenhydraten. Das gilt besonders im Zusammenhang mit Bewegung.

Wer also abnehmen, aber möglichst wenig Muskelmasse verlieren möchte, kann

sich diesen Effekt zunutze machen. Die Ernährungsumstellung hin zu „Paleo“ ergänzt man am besten durch ein Trainingsprogramm, das auf eine ketogene Ernährungsweise zugeschnitten ist.

Ob man die Paleo-Ernährung langfristig durchhalten sollte, bezweifelt Joisten allerdings: „Gerade für Sportler sind Kohlenhydrate auf Dauer unabdinglich. Ihr Körper benötigt sie, um überhaupt an die Fettreserven ranzukommen.“ Die Ernährungswissenschaftlerin Donalies weist außerdem darauf hin, dass der relativ hohe Fleischkonsum der Paleo-Diät für Gesundheit und Umwelt problematisch ist. Was außerdem zu bedenken ist: Schränkt man sich in seiner Lebensmittelauswahl ein, steigt die Gefahr eines Nährstoffmangels.

Seniorensex privat **01523-640 68 42**

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

Praxis in Kassel-Wilhelmshöhe impft täglich!  
-Booster, sowie Wiederauffrischung-  
Vor Anmeldung unter  
Tel.: 05 61 - 98 83 74 44  
www.diabetologikum-raab.de

Ihr Privatarzt in  
Kassel-Wilhelmshöhe  
Tel: 05 61 - 98 83 74 44  
www.diabetologikum-raab.de

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

## Gegen die krumme Haltung

### So wird die Laptop-Arbeit rückenfreundlicher

Noch immer arbeiten viele Menschen im Homeoffice, oft am Laptop. Das verführt zu einer krummen Sitzhaltung. Dabei kann die Ausrichtung des Bildschirms viel bewirken.

Schnell an den Küchentisch, auf den Balkon oder das Sofa umziehen: Der Laptop macht's im Homeoffice möglich. Doch nicht immer freut sich der Rücken über die krumme Haltung, die man bei der Arbeit am Laptop oft einnimmt.

Mit der Zeit kann sich so die Nackenmuskulatur versteifen, Brust- und Bauchmuskulatur können sich verkürzen. Darauf weist die Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie hin (DGOU). „Der sogenannte Tech Neck, der Technik-Nacken, ist ein zunehmendes Problem“, sagt Prof. Bernd



FOTO: UWE ANSPACH/DPA/DPA-TMN

**Schließt man einen externen Monitor** und eine Tastatur an den Laptop an, kann das eine echte Entlastung für Nacken und Rücken sein.

Kladny, Generalsekretär der DGOU.

Der lässt sich jedoch mit einem rückenfreundlich eingerichteten Arbeitsplatz zu Hause vermeiden. So sollte laut DGOU der Bildschirm des Laptops auf Augenhöhe platziert sein. Besitzt man keinen Notebook-Ständer, lässt sich tricksen - etwa mit einem Stapel Bücher.

Ratsam für den Rücken ist zudem, den Laptop-Arbeitsplatz um einen Monitor, eine Maus und eine Tastatur zu ergänzen. Merkt man, dass man wieder in eine krumme Haltung verfällt, ist Abwechslung angesagt. „Regelmäßig Pausen einlegen, sich strecken und aufrichten oder auch mal lümmeln“, sagt Kladny.

tmn

## Darmkrebs früh erkennen. Heilungschancen erhöhen.

In Deutschland erkranken jährlich circa 60.400 Menschen an Darmkrebs, wovon etwa 24.300 an den Folgen sterben.

Grundsätzlich gilt: Jeder kann in jedem Alter Darmkrebs bekommen.

Während des, von der Felix-Burda-Stiftung ins Leben gerufenen, „Darmkrebsmonats März“ wird gezielt auf Darmkrebsrisikofaktoren sowie auf die lebensrettende Vorsorge aufmerksam gemacht.

In der Klinik für Gastroenterologie und Diabetologie am Hospital zum Heiligen Geist behandeln wir Patientinnen und Patienten, die aufgrund einer Indikation vom Hausarzt zu einer Darmspiegelung überwiesen wurden, und beraten im Falle einer notwendigen Behandlungsfortsetzung.

Frühzeitig erkannte Darmpolypen gelten in 90 % der Fälle als gutartig.

Bleiben diese gutartigen Darmpolypen (Adenome) unentdeckt, können sie sich bis zum bösartigen Krebs (Karzinom) entwickeln, wobei diese Entartung bis zu 10 Jahre andauern kann. Die gute Nachricht: Eine bösartige Entwicklung der Polypen kann mit etwas Aufmerksamkeit und regelmäßiger Vorsorge gut vorgebeugt werden. Ab einem Alter von 50 Jahren steht Männern eine regelmäßige und

kostenlose Darmkrebsvorsorgeuntersuchung zu. Frauen ab einem Alter von 55 Jahren. Doch Darmkrebs tritt nicht erst im mittleren Alter auf.

Laut Felix-Burda-Stiftung ist die Zahl der Erkrankten unter 50 Jahren um 11 % gestiegen.

Ist beispielsweise ein Familienmitglied von Polypen im Darm oder sogar von Darmkrebs betroffen, sollten Sie, auch ohne Beschwerden, 10 Jahre vor Erkrankungsalter des Angehörigen zur Vorsorgeuntersuchung gehen. Bei Symptomen wie Blut im Stuhl oder Entzündung der Dickdarmschleimhaut besteht ebenfalls eine Indikation zur Koloskopie, egal in welchem Alter. In diesem Fall stellt der Hausarzt eine Überweisung aus und Sie können zeitnah einen Termin zur Koloskopie bei uns im Haus vereinbaren.

Mit gestochen scharfem Blick zur Darmgesundheit

Häufig werden wichtige Vorsorgeuntersuchungen vermieden, weil die Angst vor der Untersuchung größer ist als die Angst vor einer schwerwiegenden Erkrankung. Diese Angst ist allerdings völlig



Mitarbeiterinnen der Endoskopie am Hospital Fritzlar mit leitendem Oberarzt Dr. Tim Ebert

unbegründet, denn eine Darmspiegelung tut weder weh, noch merkt man etwas von der Untersuchung.

Im Hospital zum Heiligen Geist stehen moderne Endoskopie Geräte jüngerer Generationen mit HD-Qualität und High-End-Technologie zur Verfügung.

Diese werden täglich zur Durchführung von Magen-Darm-Spiegelungen eingesetzt. Dabei werden alle Untersuchungen nach den aktuell geltenden Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Stoffwechsel- und Verdauungskrankheiten (DGVS) durchgeführt.

Die hochauflösenden Bilder ermöglichen es, unseren Ärztinnen und Ärzten kleinste Polypen zu erkennen und sofort zu entfernen. Sodass der Krebs gar nicht erst entsteht.

Sorgen Sie rechtzeitig vor und sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt.

✉ info@hospital-fritzlar.de

☎ 05622 997-0

www.hospital-fritzlar.de

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

**Flohmarkt**  
Tiefgarage der UNI-KS  
**Kassel-Brückenhof**  
**2. + 3. April**  
Einlass nur nach 3G-Regeln!  
Tel.: 0172 / 288 31 56  
Heinrich-Platt-Str. 40, Kassel  
www.flohmartkassel.de

Gemeinsam ein starkes Team!  
**WIR SIND KÖNIG IMMOBILIEN**  
Matthias Vollmer, Jürgen König und Björn König  
**Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?**  
Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite!  
www.koenig-immobilien.de  
**05681 99299**  
**König IMMOBILIEN**

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



Angebote gültig vom 28.03. bis 02.04.2022

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

Hamburger Patties

..... 1 kg

13,99

Rinderbraten

aus der Keule... 1 kg

15,99

Schaschlik

..... 1 kg

12,99

Nürnberger Bratwurst

..... 1 kg

9,90

Mortadella

..... 300-g-Stück

3,95

Ab Mittwoch: 1 Fertiggericht zum Mitnehmen

Aktion

Im-Ohr-Hörgerät

98,-

statt 225,-

✓ Fast unsichtbar

✓ Gratis Probetragen

✓ 100% Rückgaberecht

Kleiner Tipp: Einsteiger-Modelle gibt es bei uns schon ab 0,- Euro

Shine Rev+ 10A Omni

\* Aktion gültig bis 31.05.2022. Gilt für gesetzl. Versicherte mit Anspruch bzw. nach Vorlage einer ohrenfachärztl. Verordnung. Zzgl. d. gesetzl. Zuzahlung in Höhe von € 10,-/Hörgerät, ggf. zzgl. Ohropassstück. Optik Hallmann GmbH, Große Str. 27, 24937 Flensburg

Kassel • Melsungen • Bad Hersfeld

☎ 0800/412 6000 • [optik-hallmann.de](http://optik-hallmann.de)

Lieber gehörig sparen. Lieber HALLMANN.

## 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 (wohnhaft in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich die HEIMAT-NACHRICHTEN samstags zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

■ BORKEN:

Großenenglis

Besse (Am Berge, Beethovenstr., Gänseweide, Grüner Weg)

Haldorf (Holzhäuser Str.)

Holzhausen (Hauptstr.)

■ FRITZLAR:

Geismar (Bonifatiusstr.)

Stadt (Brüdergasse, Burggraben)

Züsch (An der Bösenhecke)

■ GUDENSBURG:

Gleichen

Stadt (Kasseler Str., Lamsberger Weg)

■ GUXHAGEN:

Stadt (Albert-Schweitzer-Allee, Brückenstr., Dörnhaener Str., Fuldablick, Knüllstr.)

■ HOMBERG:

Stadt (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 Pfeifrain)

■ MORSCHEN:

Neumorschen

■ NIEDENSTEIN:

Ermetheis, Schöne Aussicht

■ SPANGENBERG:

Elbersdorf (Heil, Hellerbachstr.)

Pfiefte

■ WABERN:

Stadt (Südstr.)

Uttershausen (Chattenstraße)

Bewerben Sie sich jetzt:

☎ (0561) 92094-100 oder -101

[www.top-direkt.de](http://www.top-direkt.de)

HEIMAT NACHRICHTEN

TOP DIREKT

Viele Hochschulen öffnen ihre Türen auch schon für Schülerinnen und Schüler, die sich orientieren wollen.

FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA-TMN

# Orientierungsangebote auch online nutzen

Schon vor dem Abi an die Hochschule

Viele Schülerinnen und Schüler sind schon vor ihrer Hochschulreife neugierig, was sie eigentlich im Studium erwartet. Das Gute: Die Türen der Institutionen stehen Interessierten häufig bereits offen.

Erfahrung an der Hochschule sammeln: Das musst nicht erst mit dem Studienstart beginnen. Viele Institutionen bieten Angebote zur Orientierung für Schülerinnen und Schüler an, wie das Portal „abi.de“ informiert.

Wegen der Pandemie würden die Veranstaltungen

zwar häufig digital stattfinden, sagt Katarina Stein, Studienberaterin an der TU Dresden in dem Beitrag.

## ■ Frühstudium erfordert viel Enthusiasmus

In regulären Zeiten aber können Schülerinnen und Schüler Hochschulen zum Beispiel beim Tag der offenen Tür, bei Schnuppertagen oder Campusführungen kennenlernen.

Auch ein selbstständiger Besuch der Uni ist möglich. Manche Institutionen veröffentlichen zudem regelmäßig den Vorlesungsplan, sodass man sich in den Hörsaal frei dazusetzen kann.

Wer besonders motiviert ist, kann sich auch zum Thema Frühstudium informieren. Hier können Jugendliche prüfen, ob das Studienfach, das sie interessiert, auch wirklich ihren Vorstellungen entspricht.

Dieses Angebot richtet sich laut Studienberaterin Stein vor allem an leistungsstarke Schülerinnen und Schüler ab der 9. Jahrgangsstufe am Gymnasium.

Denn im Frühstudium besucht man neben dem Schulunterricht bereits Vorlesungen, schreibt Prüfungen und kann sich die Leistungen später in der Regel anrechnen lassen.

Im Idealfall informieren sich Interessierte vorab auf den Webseiten der Hochschulen, rät Stein. Ein Frühstudium erfordert zum Beispiel eine Bewerbung inklusive Motivationsschreiben. Wie Stein erklärt, sollten außerdem Fachlehrer an der Schule und Studienleiterinnen zustimmen.

Auch Informationen zu Schnupperversammlungen finden Schülerinnen und Schüler am einfachsten auf den Homepages der jeweiligen Hochschulen. Daneben helfen zum Beispiel die Studienberatungsstellen oder die Koordinierungsstelle der eigenen Schule weiter. tmn

## Noch bis 9. April verlängert im HERKULES-Markt in Homberg

# GOLDPREIS AUF REKORDHOCH!

### Tauschen Sie Ihren alten, getragenen oder beschädigten Goldschmuck einfach und unkompliziert gegen Bargeld ein.

Noch nie war Gold so wertvoll wie jetzt. Nutzen auch Sie daher diese einmalige Gelegenheit, um alten Schmuck, Zahngold, Silber usw. in Bargeld umzuwandeln. Bei uns wird auch der Wert einzelner Schmuckstücke und Steinbesatz berechnet. Wir legen sehr viel Wert auf freundliche und fachmännische Beratung.

### Wie funktioniert es?

A

BRINGEN SIE IHR GOLD ZU UNS

B

WIR PRÜFEN & BEWERTEN IHREN SCHMUCK

C

SOFORT BARGELD!

### Batteriewechsel nur 5,-€ (Markenbatterien)

### GOLDANKAUF

Besuchen Sie auch unseren neuen Onlineshop auf [www.DeinGoldSchmuck.de](http://www.DeinGoldSchmuck.de)

### Unser Service:

- Goldankauf
- Bargeldauszahlung sofort!
- Uhrenarmbänder
- Reparaturen an Gold- und Silberschmuck
- Reparaturen an Uhren
- Gravuren
- Batteriewechsel nur 5,-€ (Markenbatterien)

**Juwelier Capar**  
im Herkules Homberg  
August-Vilmar-Str. 29  
34576 Homberg (Efze)  
Telefon 01522-8990671  
[www.DeinGoldSchmuck.de](http://www.DeinGoldSchmuck.de)

### Nutzen Sie jetzt den hohen Goldkurs!



# Fladen, Pita, Yufka und Co.

## So halten Hobbybäcker das Brot schön flach

Brot ist eines der ältesten kultivierten Nahrungsmittel der Menschheit. Schon vor etwa 30 000 Jahren wurden Körner aus Wildgräsern als Getreide genutzt. Zunächst nur als Brei, später als ungesäuerter, gebackener Brotfladen – gebacken auf heißen Steinen oder direkt in der Glut. Das beweisen 14 400 Jahre alte Fladenbrotreste, die in Jordanien gefunden wurden.

Längst haben gebackene Brotfladen als Kulturgut ihren Siegeszug um die Welt angetreten: Fladen-, Pita- oder Yufkabrote aus dem Nahen und Fernen Osten, indische Brote wie Chapatis, Naan oder Bahatura, spanische Tortillas oder italienisches Focaccia werden überall in Europa aufgetischt. Demnächst vielleicht nicht nur im Restaurant, sondern auch zu Hause.

Denn flache Brote gelingen auch im heimischen Ofen, wenn der sich auf 250 Grad aufheizen lässt und über eine gut schließende Backofentür verfügt, verspricht Back-Experte Lutz Geißler. Manche Brotsorten verlangen eine größere Hitze von 330 Grad, da kann man sich mit einem Backstahl oder Pizzastein behelfen, wie „Brotbast“ Lutz Geißler in seinem Buch „Die besten Fladenbrote der Welt“ beschreibt.

### ■ Yufka: Der dünne Fladen für Anfänger

Welches Brot ist am leichtesten zu backen? Anfängern empfiehlt Lutz Geißler das türkische Yufka. Dafür werden Weizenmehl, Wasser und Salz zu einem Teig geknetet, der dann mindestens acht Stunden im Kühlschrank ruht, bevor er in kleine, sehr dünne Fladen ausgerollt wird und dann auf einem Crêpe-Eisen oder in einer gusseisernen Pfanne gebacken wird.

Und wie gelingt es, den Teig so dünn auszurollen? „Mit einem Rollholz, am besten aus Buchenholz“, sagt Lutz Geißler. Je dünner das Rollholz, umso mehr Kraft kann auf den Teig ausgeübt werden. Das ist wichtig für sehr dünne Fladenbrote.

### ■ Pita: Teigling muss 24 Stunden gehen

Das Fladenbrot für den Döner stammt von der klassischen Pita ab. Wer daheim ei-



**ladenbrote** – hier mit Oliven, Joghurt-Knoblauch-Gurken-Dip und Couscous-Aufstrich - gehören im Nahen Osten zum Kulturgut.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

nen Döner zaubern möchte, legt bereits einen Tag zuvor Hand an den Teig: Für die Teiglinge Wasser, Milch, Joghurt, Pflanzenöl, Weizenmehl, Frischhefe sowie Salz lange kneten und eine Stunde abgedeckt ruhen lassen.

Nach 30 und 60 Minuten wird der Teig gedehnt und gefaltet, das macht ihn später besser formbar, denn er bekommt so Struktur und Stabilität, bevor er für 24 Stunden in den Kühlschrank kommt. Dort verdoppelt er sein Volumen, sagt Geißler voraus. Zum Rundformen wird jeder Teigling mit den Fingerspitzen eingedrückt, wobei man die Hände etwas nach außen zieht, damit der Teigling flacher und breiter wird. Das Brot wird bei 250 Grad auf einem Backstein im Ofen gebacken, optional mit Sesam oder Schwarzkümmel bestreut.

### ■ Naan: Gelingt daheim im Pizzaofen

Die Frage, wie Klassiker der indischen Küche gelingen, beantworten Man Bahadur Vir und Guru Prasad Purushottam Dabral. Die beiden sind Küchenchefs des Berliner Restaurants „Bahadur“ und haben sich in spektakulär schnellem Tempo einen Ruf als „Lieblingsinder“ erkocht.

„Um ein gutes Naan zu backen ist ein Tandoor-Ofen erste Wahl. Für zu Hause tut es allerdings auch ein Pizzaofen“, sagt Man Bahadur Vir. Der Teig aus Mehl, Wasser,

Milch, Hefe, Salz und Zucker ist schnell angerührt und wird weich geknetet. Dann darf er mindestens acht Stunden ruhen. „Das ist immer ein wenig abhängig von der Umgebungstemperatur, er sollte auf jeden Fall aufgehen“, sagt Man Bahadur Vir.

Aus dem Teig werden Kugeln je nach Anzahl und Größe des gewünschten Naans geformt. Die Kugeln werden mit Öl bepinselt und erhalten eine Ruhezeit, mindestens 30 Minuten. „Erst dann werden die Kugeln mit den Händen gleichmäßig dünn ausgerollt“, so Man Bahadur Vir. In seinem vorgeheiztem Tandoor-Ofen mit ca. 350 Grad Celsius werden die Brote nur 90 bis 120 Sekunden gebacken. Im heimischen Pizzaofen braucht ein Naan zwei Minuten auf jeder Seite.

### ■ Bathura: Der Teig, der aufgeht wie ein Ballon

Wie aus flachen Teigfladen in heißem Frittieröl aufgeblähte Köstlichkeiten werden, verrät Guru Prasad Purushottam Dabral. Sein Ballonbrot

Bathura besteht aus Weizenmehl, Milch, Wasser, Hefe, Öl und Salz. Andere Varianten erlauben auch Joghurt und Weizengrieß für den Teig. Wie beim Naan, will auch dieser Teig mindestens acht Stunden ruhen, bevor er zu Kugeln geformt und mit Öl bepinselt wird.

Die Kugeln sollten dann vor der Weiterverarbeitung nochmals mindestens eine halbe Stunde ruhen und es ist wichtig, dass beim Formen der Kugeln keine Blasen entstehen. „Der weiche Teig wird ganz dünn gerollt, deutlich dünner als etwa ein Pizzateig. Man lässt ihn vorsichtig ins heiße Öl gleiten, am besten in einer hohen Pfanne oder einem breiten Topf“, erklärt Küchenchef Guru Prasad Purushottam Dabral.

Idealerweise gehe das Bathura gleichmäßig auf und wird goldgelb. „Dafür muss auch die Oberfläche das heiße Öl abbekommen, deshalb schöpft man es mit einer Kelle vorsichtig darüber“, so der Küchenchef, der die Brote am liebsten mit Kichererbsen-Curry serviert.

tmn

Wir, die **Fleischerei Hain**, suchen zum nächstmöglichen Termin für unseren Stand in der Markthalle Kassel

**Verkäufer m/w/d**

Gerne auch Quereinsteiger.

Bei Interesse Tel. 0151 64407654

## IHR WOCHENHOROSKOP



**WIDDER 21.3.-20.4.** Im finanziellen Bereich geht es jetzt deutlich aufwärts, weil Sie schönen Nutzen aus dem Flüchtigkeitsfehler eines anderen ziehen können.



**STIER 21.4.-21.5.** Sie beißen sich an Problemen fest, die – objektiv betrachtet – nur in Ihrem Kopf bestehen. Sie brauchen dringend Entspannung und Ablenkung.



**ZWILLING 22.5.-21.6.** Der Arbeitsablauf mag Ihnen etwas eintönig erscheinen, doch der Besuch einer Wochenendveranstaltung entschädigt Sie für vieles!



**KREBS 22.6.-22.7.** Sagen Sie, was Ihnen wichtig ist. Dadurch verhindern Sie, dass andere Sie für Dinge einspannen, mit denen Sie gar nichts zu tun haben wollen.



**LÖWE 23.7.-23.8.** Es ist, wie es ist: Wenn die anderen nicht helfen wollen, werden Sie die Sache allein meistern müssen – dürfen aber auch den Gewinn einstreichen.



**JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Handeln Sie nicht unüberlegt! Momentan besteht leider die Tendenz zu Missgeschicken, wenn Sie Dinge anpacken, die Sie nicht beherrschen.

### Der Campus lebt

**(djd-k).** An deutschen Hochschulen sind über 400.000 ausländische Studierende immatrikuliert. „Vom Wegfall der Präsenzveranstaltungen wegen der Pandemie waren sie besonders betroffen“, erklärt Prof. Dr. Marcelo da Veiga, er ist Mitglied im Vorstand des Verbandes der Privaten Hochschulen (VPH). Für ausländische Studierende war es mühsamer, Kommilitoninnen und Kommilitonen kennenzulernen, die Möglichkeiten, außerhalb des Unterrichts Deutsch zu sprechen, waren sehr eingeschränkt. „Grundsätzlich haben private Hochschulen wegen ihrer agileren Struktur während der Pandemie Vorteile gegenüber staatlichen Unis gehabt, etwa bei der Beschaffung von Online-Equipment. Nichtsdestotrotz freuen sich auch die Studierenden an privaten Hochschulen über die Rückkehr zum Präsenzunterricht“, so Prof. da Veiga. [www.private-hochschulen.net](http://www.private-hochschulen.net)



Foto: djd-k/Verband der privaten Hochschulen



**WAAGE 24.9.-23.10.** Besinnen Sie sich darauf, wer Ihre wirklichen Freunde sind. Sonst geraten Sie leicht an Menschen, die Sie nur ausnutzen wollen.



**SKORPION 24.10.-22.11.** Sie brauchen jetzt Ruhe: Ein Sturm kündigt sich an, auf den Sie gut vorbereitet sein müssen. Nehmen Sie sich die kleine Auszeit!



**SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Der Berufsalltag läuft glücklicherweise unkompliziert ab. Das kann man von der Partnerschaft nicht sagen – Sie müssen mehr daran arbeiten!



**STEINBOCK 22.12.-20.1.** Jemand ist charakterlich ein echtes Windel: Wer wie Sie sich nach einer Liebe mit Zukunft sehnt, darf sich nicht von schönen Worten blenden lassen.



**WASSERMANN 21.1.-19.2.** Hektischer Aktionismus ist in dieser Woche ebenso ungebracht wie übertriebene Vorsicht. Es gilt, den goldenen Mittelweg zu finden!



**FISCHE 20.2.-20.3.** Eine Krise hätte verhindert werden können, wenn Sie etwas eher den Mund aufgetan hätten. Das sollte Ihnen für die Zukunft eine Lehre sein!

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

**AUTOWÄSCHE**

**MyWashCard**

**Kunden waschen günstiger!**

**CAR WASH** Einfach sauberhaft!

[www.carwashservice.de](http://www.carwashservice.de)

Bad Zwesten-Fritzlar-Homberg(Efze)-Stadtallendorf

### Werden Sie Teil unseres Teams!

Wir suchen Fahrer (m/w/d) auf Minijob-Basis. Der Einsatz ist wohnortsnah. Sie sind zeitlich morgens und frühnachmittags flexibel und arbeiten gerne mit Kindern?

**Dann rufen Sie uns gerne an:** 069 40 89 555 20

personal@koehlertransfer.de  
[www.koehlertransfer.de](http://www.koehlertransfer.de)



**LKW Fahrer** (m/w/d) für Kippertransporte dringend gesucht!

in einem eingespielten Team, mit modernem Fuhrpark und im Nah- und Fernverkehr.

Bewerbungen gerne unter:  
Tel.: 05662-400725  
oder per Mail: [s.winkler@ruedebusch-transporte.de](mailto:s.winkler@ruedebusch-transporte.de)

**Rüdebusch** Baustoffe Transporte

Niederlassung Felsberg · Mittelhöfer Str. 11–13 · 34587 Felsberg

**Erich Adam** Montagebau • Tor-u. Antriebstechnik

Viel Spaß bei der Montage! Fragen Sie nach!

klassisch modern extravagant

- ✓ Design-Tore
- ✓ Industrietore
- ✓ Garagentüren
- ✓ Schwingtore
- ✓ Hoftorantriebe
- ✓ Seiten-Sectional-Tore
- ✓ Decken-Sectional-Tore
- ✓ Markisen und Außenbeschattungen

Sie wollen mehr über unsere Leistung wissen? Rufen Sie uns an oder besuchen Sie unsere Musterausstellung

Hopfenstraße 2, 34582 Borken-Nassenerfurth  
Tel.: 05682-733784 • Fax: 739359  
E-mail: [info@adam-erich.de](mailto:info@adam-erich.de)

Normalstahl sowie ConDoor

**WICKER** Medizinisches Versorgungszentrum

**Jetzt Termin vereinbaren!** Ihre Orthopädie: gut organisierte Spezialisten.

Kontaktieren Sie uns per E-Mail unter Angabe Ihrer persönlichen Daten und Telefonnummer oder rufen Sie uns an.

E-Mail: [orthopaedie@wicker-mvz.de](mailto:orthopaedie@wicker-mvz.de)

Telefon: 05621 60-33

Medizinisches Versorgungszentrum Werner Wicker GmbH  
Im Kreuzfeld 4  
34537 Bad Wildungen

[wicker.de](http://wicker.de)



# Handel mit Verschmutzungsrechten

Mit dem eigenen E-Auto Geld verdienen dank Emissionszertifikaten

Komplizierter Hintergrund, einfaches Verfahren für Halter von E-Autos: Mit einem schlichten Antrag können diese mehrere Hundert Euro im Jahr Erlösen – Emissionszertifikate machen es möglich.

Seit Jahresbeginn gibt es neben Förderungen einen neuen Anreiz für ein E-Auto. Halter und Halterinnen von vollelektrischen Autos können leicht ein paar Hundert Extra-Euros pro Jahr verdienen. Möglich macht es der Handel mit Verschmutzungsrechten. Seit dem 1. Januar können auch private Halter teilnehmen. Rechtliche Grundlage ist das „Gesetz zur Weiterentwicklung der Treibhausgas-minderungs-Quote“.

Damit dürfen laut ADAC „auch Halterinnen und Halter von Elektroautos das von ihnen eingesparte CO<sub>2</sub> „weiterverkaufen“... Im Prinzip können E-Autofahrer nunmehr die Einsparung von CO<sub>2</sub>-Emissionen in Form von Emissionszertifikaten an Mineralölunternehmen verkaufen. „Diese müssen eine sogenannte Treibhausgas-Minderungsquote – THG-Quote – erreichen“, sagt Jeannine Rust vom Auto Club Europa (ACE).

Durch den Ankauf von eingespartem CO<sub>2</sub> in Form dieser Verschmutzungsrechte können Konzerne Strafzahlungen entgehen. Bislang konnten betroffene Mineralölunternehmen Emissionszertifikate im Verkehrssektor



**Neue Geldquelle anzapfen?** Für E-Auto-Besitzer gibt es da seit Beginn des Jahres durchaus eine neue Möglichkeit.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TM

nur Energieversorgern abkaufen.

## ■ Zwischenhändler werden installiert

Um das Verfahren für Privatleute einfach zu halten, werden Zwischenhändler eingeschaltet. Die bündeln Einzelanträge der Halter und übernehmen die Auszahlung. Auch Halterinnen und Halter von elektrischen Motorrädern und E-Rollern mit Zulassung sind berechtigt. Zulassungsfreie Fahrzeuge sind ausgeschlossen, Plug-in-Hy-

bride ebenfalls. „Aufgrund dieser Neuerung hat sich ein äußerst dynamischer Markt entwickelt“, sagt ACE-Sprecherin Rust. Eine übersichtliche Liste von Zwischenhändlern hat das Branchenportal Electriva zusammengestellt.

Anträge sind in der Regel schnell gestellt: Beim Zwischenhändler eingereicht werden müssen der Fahrzeugschein (Zulassungsbescheinigung Teil 1), Kontaktdaten und Daten für den Zahlungsverkehr. „Belege zur tatsächlichen Nutzung, also

zum Beispiel wie viele Kilometer im Jahr zurückgelegt werden oder mit welchem Strommix das E-Fahrzeug zu Hause geladen wird, sind nicht notwendig“, sagt Verbraucherschützerin Marion Jungbluth.

## ■ Spanne zwischen 250 und 400 Euro

Eingereichte Anträge werden über die Zwischenhändler durch das Umweltbundesamt (UBA) als zuständige Behörde zertifiziert. „Anschließend verkaufen die Anbieter

die gesammelten Zertifikate des UBAs an die Kraftstoffunternehmen“, sagt Jungbluth. Abzüglich einer Provision fließen die Erlöse in der Regel an die Verbraucher zurück.

Bei der Wahl des Zwischenhändlers sollte man aber genau hinschauen. Die Bedingungen unterscheiden sich. Der ACE empfiehlt einen genauen Blick in die Geschäftsbedingungen. „Die Ausschüttung unterscheidet sich je nach Anbieter in Art und Höhe deutlich“, sagt Rust. „Aktuell liegt der Bonus zwi-

schen 250 und 400 Euro.“ Zudem gibt es je nach Anbieter die Auswahl zwischen festgesetzten und variablen Boni. Der ACE rät bei Festbeträgen zu Vorsicht, da bei steigenden CO<sub>2</sub>-Preisen nur der Zwischenhändler profitiert. „Es ist davon auszugehen, dass die Preise am Markt steigen“, sagt Rust. Bei flexiblen Erlösen besteht die Gefahr, dass diese geringer ausfallen, falls die Preise sinken. Wegen der möglichen Marktschwankungen werden teils Erlösspannen angegeben.

## ■ Keine Eile bei den Anträgen geboten

Besonders attraktiv sind laut ACE deshalb Angebote, die eine Mindestauszahlung garantieren. Den Erlös können Halter einmal jährlich einstreichen. „Den Fahrzeugschein müssen Sie jährlich neu einreichen, um die Prämie zu erhalten“, sagt Marion Jungbluth. Wird ein E-Auto erst im Laufe des Jahres zugelassen, gibt es einen anteiligen Erlös. Bei Gebrauchtfahrzeugen gilt: „Hat der Vorbesitzer oder die Vorbesitzerin den Quotenschein bereits verkauft, kann dieser im selben Jahr nicht noch einmal gehandelt werden“, sagt Rust. Eile ist beim Antrag nicht geboten. Bis 28. Februar eines Folgejahres müssen die Zwischenhändler die Unterlagen beim Umweltbundesamt einreichen. Marion Jungbluth sagt: „Die erste Meldung bei einem Dienstleister können Sie also bequem bis Ende 2022 erledigen.“ tmn

# Die Frist besser nicht verpassen

Früh genug Daten sammeln für die Grundsteuerreform

Gezahlt werden muss die neue Grundsteuer zwar erst ab 2025. Doch vom ersten Juli bis Ende Oktober dieses Jahres müssen Grundeigentümer die Daten für die Berechnung an die Finanzbehörden liefern. Der Verband Privater Bauherren rät, diese Frist nicht zu verpassen.

Ansonsten drohen Zwangsgelder oder Behörden-Schätzungen, die für Eigentümer nachteilig sein könnten. Während einige Bundesländer einzeln zur Abgabe auffordern, genügen in manchen Bundesländern öffentliche Bekanntmachungen. Am

besten also den Termin vornehmen und früh genug anfangen, die benötigten Daten zu sammeln. Was genau gefordert wird, variiert je nach Bundesland. Informationen dazu gibt es beim eigenen Grundsteuerfinanzamt.

## ■ Daten sammeln kann dauern

Daten wie Grundbuchangaben, Bodenrichtwert und Wohnfläche zu beschaffen, wird allerdings schnell zum zeitaufwändigen Marathon. Wer zum Beispiel kein Grundbuchblatt hat, kann sich die Daten vom Grund-

buchamt auf Antrag in Kopie zusenden lassen. Bei den Ämtern ist dahingehend aber mit Andrang zu rechnen. Der VPB rät Eigentümern, zur Not selbst zum Amt zu gehen und Einsicht zu nehmen.

Bodenrichtwerte sind zwar über die Internetseiten der jeweiligen Landesverwaltungen schnell recherchierbar. Doch werden die Daten spät aktualisiert, und die Finanzbehörde gibt als Stichtag den 1.1.2022 vor. Außerdem sind manche Grundstücke nicht im System erfasst. Eigentümer sollten dann direkt beim zuständigen Gutachterauss-

schuss nachfragen. Auch hier sind längere Bearbeitungszeiten zu erwarten.

## ■ Rechtzeitig bei Elster anmelden

Wer die Wohnfläche wegen einer Veränderung nicht mit Stand Jahresbeginn 2022 parat hat, muss im Zweifel messen. Was genau zur Wohnfläche zählt und was nicht, regeln die Länder teilweise unterschiedlich. Über konkrete Bestimmungen gibt wieder die zuständige Grundsteuer-Finanzverwaltung Auskunft. Sind dann alle Daten zusammen, müssen sie



**Daten frühzeitig sammeln:** 2025 tritt die Reform der Grundsteuer in Kraft.

FOTO: JAN WOITAS/DPA-ZENTRALBILD/DPA-TM

elektronisch per Elster – das digitale Steuerportal – übermittelt werden. Ausnahmen von dieser Pflicht gibt es kaum. Wer also bisher noch

in Papierform mit den Finanzbehörden verkehrt hat, sollte sich schon einmal um die Anmeldung bei Elster kümmern. tmn

**AUFGEPASST !!!**  
**Werbewochen bei Firma Stieb - Kassel**  
 Dach- und Fassadensanierung, auch Dachreparaturen,  
 Dachbeschichtung, Flachdachsanieierung, Innenausbau,  
 Fachwerkrenovierung und Reinigung von Photovoltaikanlagen.  
 Wir sind hessenweit für Sie unterwegs.  
 Gerne erstellen wir Ihnen ein kostenloses,  
 unverbindliches Angebot vor Ort.  
 Mobil 0172 - 5625766 oder Büro 0561 - 51058961  
 Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Firma Stieb

**Nachhaltige Kinder- und Jugendreisen**

Gegen Einsendung von € 2,20 in Briefmarken erhalten Sie von uns Informationen und Tipps für einen nachhaltigen Tourismus für Kinder und Jugendliche.

**Naturfreundejugend Deutschlands**  
 Haus Humboldtstein, 53424 Remagen  
 www.naturfreundejugend.de

**Stellenangebote**

**ZAHNTECHNIKER (m/w/d) gesucht.**  
 Studio für Zahntechnik • Nordstr. 12 • 34549 Edertal  
 E-Mail: bewerbung-sfz@web.de • Tel. 0173/5110288

**Mitarbeiter/in (m/w/d) für den Verkauf**  
 in Teilzeit (80–100 Std.) ab sofort gesucht.  
 Fleischeri Meier, Telefon: 05606 9402,  
 Wolfhager Straße 36, 34317 Habichtswald

**Bekanntschaften**

**Rosemarie, 76 J.,** gute Köchin, mit schöner weibl. Figur, jünger wirkend, bin sehr ordnungsliebend, fleißig, häuslich u. mobil. Habe keine großen Ansprüche, wir müssen uns mögen. Welcher einsame Mann wünscht sich eine liebe, fürsorgl. Witwe wie mich? Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück Tel. 0800-7774050

**Elke, 60 J.,** gesund und gepflegt, mit weibl.-schmeichelnder Figur. Bin eine einfühlsame Partnerin, gute Hausfrau, koche am liebsten gutbürgerlich. Es ist nicht schön im Alter allein zu sein, so suche ich üb. PV einen lieben Mann (Alter Nebensache), aber unbedingt hier aus der Umgebung. Tel. 0162-7393564

**Birgit, 71 J.,** symp., hübsche Witwe, gepflegt, mit schlank-weibl. Figur, naturverb., gute Köchin u. Autofahrerin. Wünsche mir ein behutsames Kennenlernen mit einem lieben Mann. Rufen Sie üb. PV an u. wir machen Schluss mit der Einsamkeit. Wir können getr. o. am liebsten zus. wohnen. Tel. 0176-34498341

**Kontakte**

Hausfrau (34) **01520-40 22 553**

**LOKAL**

Ihre Tageszeitung berichtet auch aus Ihrem Ort!

**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](http://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, Kunsttrödel & Spielzeug  
 Telefon: 05 61 - 49 88 35

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

**Landwirtschaft & Forsten**

**Brennholz auf Wunsch mit Lieferung, offenfertig • Telefon 05606 3332**

**1A Buche ab 39,- € ☎ 0152-28000388**  
[www.brennholzhandel-vey.de](http://www.brennholzhandel-vey.de)

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

**Baumarkt**

Immobilienkomplettsanierung oder Teilsanierung vom Keller bis über den Balken zum Dach. Meisterbetrieb alles aus einer Hand. Beratung beim Immobilien Kauf/Verkauf, Kostenschätzung für die Sanierung. [www.kimm-gebäude-service.de](http://www.kimm-gebäude-service.de) 05692 994530 • [www.kimm-gbs.de](http://www.kimm-gbs.de)

**IBC GUSSHEIZKESSEL (GK) für Holz, Kohle & Pellets.**  
 10 Jahre Garantie! Ab 3.499 €, bis zu 45% Förderung. [www.ibc-heiztechnik.de](http://www.ibc-heiztechnik.de) © 03632/667470

**Strauch-/Heckenschnitt, Entrümpelungen 0175 4517218**

**Auto-Ankäufe**

**Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen! 0800-186 00 00 (kostenlos) [www.ankaufwohnmobile.de](http://www.ankaufwohnmobile.de)**

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen  
 Tel. 03 944 - 36 16 0 - [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) - Fa.

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

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