

**Kompetenz-Zentrum**  
**Betten Wohlrab**  
für gesunden Schlaf

34576 Homberg  
Telefon 05681 2042  
www.betten-wohrlab.de

**Kissen und Betten**

mit Federn und Daunens  
aus artgerechter  
bäuerlicher Tierhaltung  
aus Schleswig-Holstein  
und Bayern

# HEIMAT NACHRICHTEN

MELSUNGEN · FRITZLAR  
HOMBERG · BORKEN

**Samsung S22 Ultra**  
incl. 20 GB nur 49,99 €\*  
+ 100 € Wechselbonus

**100 Mbit/s WLAN nur 24,99 €\***  
(über die Telekom, Unitymedia, Glasfaser oder Funk) \*mtl.

**O<sub>2</sub>** 02-Shop Fritzlar  
Kasseler Str. 14 (Fußgängerzone)  
Telefon: 05622 790680  
SMS/WhatsApp: 0163 1400308  
o2shopfritzlar@gmail.com

Coupon für GRATIS Einkaufstasche!

**Nachhaltigkeit**  
80 Teilnehmer bei Grüner Woche.



**Online**  
Unterricht in der Ukraine von Homberg aus.



**Rosen**  
Vereine kümmern sich um Gärten der Region.



## Der Ortskern soll gestärkt werden

Gemeinde Körle stellt Stadtentwicklungskonzept vor

**Körle** – Wer in Körle wohnt, soll auch in den kommenden Jahrzehnten von einem attraktiven, lebendigen Zentrum mit guter Infrastruktur profitieren. Um den Ortskern zu stärken, bekommt die Gemeinde in den nächsten sieben Jahren finanzielle Unterstützung aus dem Fördertopf des Programms Lebendige Zentren. Ende 2020 hatte die Gemeinde die Zusage zur Aufnahme in das Förderprogramm bekommen. Um nun auch förderfähige Projekte auf den Weg bringen zu können, musste zunächst ein integriertes städtebauliches Entwicklungskonzept (ISEK) erstellt werden. Die Mitarbeiter des Planungsbüros blfp, die mithilfe von Ideen und Vorschlägen von Einwohnern in den vergangenen Monaten dieses Konzept auf die Beine gestellt haben, stellten das ISEK jetzt bei einer Abschlussveranstaltung vor. Das Konzept muss noch von der Gemeindevertretung beschlossen werden.

Das Förderprogramm Lebendige Zentren könne als Fortsetzung des Dorferneuerungsprogramms gesehen werden, sagte Bürgermeister Mario Gerhold. Jedoch seien damals einigen Kriterien, die heutzutage eine große Rolle bei der Entwicklung eines Ortes spielen, noch keine Beachtung geschenkt worden. Gerhold nannte Beispiele wie Klimaanpassung und Schaffung von Barrierefreiheit.

Das Konzept umfasst vier Themenbereiche, an denen sich auch die Projekte orientieren, die in den kommenden Jahren mithilfe des Förderprogramms umgesetzt werden sollen.

■ **Wohnen und Ortsmitte**  
Ein Schwerpunkt ist der Be-



Ein Leerstands-Sorgenkind: Die ehemalige Getränkequelle an der Nürnberger Straße.

FOTO: GEMEINDE KÖRLE

reich Wohnen und Innenentwicklung. Körle müsse einem Donut-Effekt vorbeugen, sagte Hartmut Kind von blfp. Bedeutet: Die Mitte, also der Ortskern, darf nicht von Leerstand bestimmt werden, während sich das Leben in den Wohngebieten am Ortsrand abspielt.

Eines der Leerstands-Sorgenkinder sei der Veranstaltungsort selbst, die Räumlichkeiten der ehemaligen Getränkequelle, listete Kind auf.

Für den ehemaligen Tegut-Laden sind die Planungen indes schon konkreter, erläuterte Gerhold. Nach dem Umbau will sich ein Hörgeräteakustikmeister aus Körle in den Geschäftsräumen selbstständig machen. Außerdem ist geplant, dass die Gemeindebücherei einen Teil der Räume bezieht.

■ **Mobilität**

Auch der Bereich Mobilität soll in Körle verbessert werden. Der Anschluss an die Bahn sei ein großer Pluspunkt

für die Gemeinde, sagte Kind. Jedoch sei es dringend nötig, den Bahnhofsbereich zu verschönern. Geplant ist der Bau eines Fahrradparkhauses, damit künftig auch hochwertige E-Bikes sicher abgestellt werden können. Auch ein barrierefreier Zugang zwischen Ortszentrum und Bahnhof soll geschaffen werden, erläuterte Gerhold. Die Ausschreibung für ein Planungsbüro laufe bereits.

■ **Grünflächen**

Mit den öffentlichen Grünflächen will sich die Gemeinde in den kommenden Jahren ebenfalls ausgiebig auseinandersetzen. Bei der Ausarbeitung des ISEK sei aufgefallen, dass der Fulda-Aue viel zu wenig Beachtung als Naherholungsgebiet geschenkt werde, sagte Kind. Auch der alte Kirchhof könne zu einem zentralen Kleinod zum Verweilen und Entspannen werden. „Vielleicht wie eine Art Kulturstätte, wo auch mal Platz für ein Pfarrfest ist“, sagte Kind.

■ **Hochwasserschutz**

Dem Hochwasserschutz will sich die Gemeinde ebenfalls widmen. So kam bei der Entwicklung des Konzepts beispielsweise die Idee auf, Teile der trockenen Mülmisch wieder zu öffnen. Genau wie beim Dorferneuerungsprogramm ist auch das Förderprogramm Lebendige Zentren auf die Stärkung des Ortskerns ausgelegt. Dementsprechend können auch nur Projekte Zuschüsse erhalten, die sich in dem förderfähigen Gebiet befinden. Dieses umfasst den Ortskern und reicht sogar bis zur Berglandhalle, sodass die dringende Sanierung des 1982 erbauten Gebäudes ebenfalls mithilfe des Programms umgesetzt werden kann.

In Bezug auf den beschriebenen Donut-Effekt sagte Mario Gerhold, Körle solle sich lieber zu einem „gefüllten Kreppl“ entwickeln, also einem Ort, in dem das Beste in der Mitte ist.

■ **Private Bauvorhaben**

Auch private Bauherren, die

ein Bestandsgebäude im Fördergebiet sanieren wollen, sollen profitieren und einen Zuschuss von bis zu 20 000 Euro erhalten. Dazu wird im Mai eine Infobroschüre erscheinen. Außerdem sollen alle Hauseigentümer ein achtstündiges Beratungsangebot zur Gebäudesanierung kostenlos in Anspruch nehmen können.

Das gilt auch für Eigentümer, deren Haus sich außerhalb des Fördergebiets befindet und unter Denkmalschutz steht.

Das Körler Architekturbüro Steyer hatte die Ausschreibung dafür gewonnen und wird diese Beratungen übernehmen.

■ **Mitmachen**

In den kommenden Jahren ist bei der Umsetzung der Projekte die Mithilfe aller Körler Einwohner gefragt.

Ideen, Anregungen oder Wünsche können im Rathaus vorgetragen werden  
Tel. 0 56 65 / 9 49 80.

kam

**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 404993  
Praxis für Psychotherapie & Hypnose  
Ernährungs-Coaching www.vitamedis.de

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

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

**Kompetent. Persönlich. Nah.**  
– Wir kaufen Ihren gepflegten Gebrauchtwagen an.  
– Seriös und zuverlässig.

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

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

Allen Gästen, Freunden und Bekannten wünschen wir ein  
**frohes Osterfest**

E-Tankstelle am Hotel  
www.hoteltanneck.de

Bei uns liegen Sie richtig!

Seit 20 Jahren für Sie da!

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

Rufen Sie uns an 05622-25 68 oder besuchen Sie uns.

**HWS SCHAUMSTOFFE**  
Fritzlar/Lohne · Schmiedeweg 12  
hws-schaumstoffe.de

**BALKAN RESTAURANT**  
Waldstraße 6 · 34212 Melsungen

**Rudnik-Feller**  
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

**Autoteile Homberg GmbH**

**IHR PARTNER FÜR IHR AUTO.  
ALLES AUS EINER HAND.**

**Markenersatzteile und Zubehör für alle Pkw, Lkw und Schlepper.**

Hersfelder Straße 18 · 34576 Homberg  
Telefon 05681 939534 · Fax 05681 939563  
E-Mail: Autoteile-Homberg@t-online.de  
Web: www.autoteile-homberg-efze.de

**günther ENERGIE**

**Heizöle** jetzt Super-Heizöl

**Erdgas**

Rufen Sie uns an!  
**(05682) 7 38 76 79**  
34582 Borken  
www.guenther-energie.de

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**SPARGELZEIT**  
IM RESTAURANT ECKSTEIN

OBERE KÖNIGSSTRASSE 4, 34117 KASSEL  
WWW.ECKSTEIN-KASSEL.DE

# Start frei für den Stromer

Bad Zwestener Bürgerbus fährt elektrisch

**Bad Zwesten** – Nach etwa zweijähriger Vorbereitungszeit können sich nun auch die Bürger von Bad Zwesten auf einen neuen, kostenfreien Service freuen – den Bürgerbus. Das Angebot richtet sich an Personen, die für die Erledigung von wichtigen Alltagsgeschäften weder über ein eigenes Fahrzeug, noch eine Mitfahrgelegenheit verfügen.

„Unser Bürgerbus soll der Allgemeinheit dienen, dabei aber keinesfalls in Konkurrenz zum öffentlichen Personennahverkehr oder professionellen Beförderern, wie zum Beispiel Fahrdiensten oder Taxiunternehmen treten“, erklärt Natasha Rath,

Leiterin der Kulturverwaltung den vorgesehenen Verwendungszweck. Man wolle damit die Menschen in der Kerngemeinde und den Ortsteilen unterstützen, die sonst nur unter Schwierigkeiten einkaufen, einen Arztbesuch oder ähnlich wichtige Termine wahrnehmen könnten. Weiterhin könne das Auto aber auch für besondere Aktivitäten von Vereinen oder Gruppen angemietet werden.

Bei dem vom Land Hessen zur Verfügung gestellten Fahrzeug handelt es sich um einen elektrisch betriebenen Opel Vivaro mit Platz für acht Personen. Auch die zum Aufladen benötigte Wallbox, das Fahrsicherheitstraining für

die ehrenamtlichen Fahrer sowie die erforderlichen Personenbeförderungsscheine werden vom Land finanziert. Für die laufenden Unterhaltungskosten ist dagegen der Kur- und Verkehrsverein Bad Zwesten als offizieller Träger des Projekts verantwortlich.

Der Kleinbus kann ab sofort montags bis freitags in der Zeit von 7.30 bis 18.00 Uhr für Fahrten innerhalb der Gemeinde sowie zu Fachärzten im Schwalm-Eder-Kreis genutzt werden. Anmeldungen werden mittwochs zwischen 9 Uhr und 12 Uhr unter der Telefonnummer 0 56 26/9 22 71 55 entgegen genommen.

Die Fahrgäste werden dann zum verabredeten Termin direkt an der Haustür abgeholt. Zu den ehrenamtlichen Fahrern gehören auch Petra Haus und Gerhard Plock. Beide fühlen sich auf die Touren mit dem elektrisch angetriebenen Opel gut vorbereitet und freuen sich, dass es jetzt losgeht.

Frau Haus sogar noch aus einem ganz besonderen Grund: „Ich wohne erst seit 2018 hier und bin ganz gespannt darauf, die Gemeinde auf diese Weise noch besser kennenzulernen.“ red



Startbereit zeigen sich Petra Haus (von links), Gerhard Plock, Natascha Rath und Patrick Reichelt vom Kur- und Verkehrsverein mit dem nagelneuen Bürgerbus. FOTO: MICHAEL BRÜCKMANN



Aus alt mach neu: Diese Upcycling-Gruppe nähte alte Kleidung um und machte neue schicke Teile aus den alten. FOTO: CLARA PINTO

# Nachhaltigkeit leben

80 Teilnehmer bei Grüner Woche in der Jugendwerkstatt

**Felsberg** – Ein Storchennest bauen, Kleidung umnähen und Fahrräder reparieren: Das haben die Jugendlichen und jungen Erwachsenen in den vergangenen Tagen in der Jugendwerkstatt in Felsberg ausprobieren können. In der Projektwoche „Grüne Woche“ boten die Sozialpädagogen und Lehrer der Jugendwerkstatt neun Workshops an, in die sich die jungen Menschen im Alter von 16 bis Mitte 30 einwählen konnten. Dabei beschäftigten sich die rund 80 Teilnehmer in der Grünen Woche drei Tage lang mit den Themen Nachhaltigkeit, Klimaneutralität und Umweltbewusstsein.

Die Idee für die Woche kam von den Organisatoren des Projektes „ProLand“, die sich mit Nachhaltigkeit im Beruf beschäftigen.

Berufsvorbereitung mit dem Schwerpunkt Klima und Umwelt steht seit Oktober 2021 auch im Vordergrund der Jugendwerkstatt. „Bei der Projektgestaltung war uns wichtig, dass diese Themen nach den Workshops nicht einfach vergessen werden, sondern in die Lebenswelt der Teilnehmer integriert werden“, sagte Bastian Di Marzio, Hauptkoordinator der Projektwoche. „Wir wollten auch, dass alle Jugendlichen dort abgeholt werden, wo sie gerade stehen“, betonte Retty Paruntu, die auch ein

Projekt begleitete. „Einige haben sich schon mit den Themen beschäftigt. Andere wiederum nicht.“ Gestern stellten die Teilnehmer ihre Werke vor. Die Gruppe um Paruntu beschäftigte sich mit dem Thema „Fast Fashion“ und „Upcycling“, also der Massenproduktion von Billig-Kleidung und dem Aufwerten oder Umnähen alter Kleidung. Auf einem Wühltisch präsentierten die Teilnehmerinnen ihre umgenähten Klamotten: ein Pullover aus Leggings, Taschen aus T-Shirts und eine kurze Hose aus einer langen Hose.

Eine andere Gruppe beschäftigte sich in der Grünen Woche mit Recycling-Papier. Gemeinsam bastelten sie eine VR-Brille (Virtuelle Realität) aus recyceltem Material. Die nächste Workshop-Gruppe erarbeitete, wie Nachhaltigkeit gelebt und Strom, Wasser und Energie eingespart werden kann.

In der Fahrradwerkstatt wurden alte Fahrräder repariert, die die Teilnehmer sogar mit nach Hause nehmen konnten.

Die Teilnehmer der Holzwerkstatt-Gruppe bauten während der Projektwoche einen Tisch, einen Hocker und eine Bank aus Ästen. „Wir haben nur natürliche Materialien verwendet“, sagte Werkstattpädagoge Jochen Guinand. In einer weiteren Gruppe lernten die jungen

Erwachsenen etwas über Störche und bauten sogar ein echtes Storchennest, aus Ästen, Heu und Moos. Das Nest wird bald in der Region aufgestellt.

In der Mensa präsentierten die drei letzten Gruppen ihre Projekte. Ein Team stellte selbst gemachte Seife, Cremes und Lippenpflege aus natürlichen Zutaten her. Eine andere Gruppe besuchte einen Bio-Bauernhof und verglich die Tierhaltung dort mit der Massentierhaltung.

Im Kräuter-Workshop lernten die Teilnehmerinnen etwas über Kräuter und stellten Pesto, Kräuterbutter, Nudeln und Salz mit frischem Bärlauch her. „In der Grünen Woche steckt viel Herzblut“, betonte Bastian Di Marzio. „Sie war ein voller Erfolg.“ red

## Stellenangebote

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

## Ankauf

**Kaufe Flohmarktartikel, Haushaltswaren + Werkzeuge** ☎ 0173 2650986

## HEIMAT NACHRICHTEN

MELSUNGEN FRITZLAR HOMBURG BORDEN  
IMPRESSUM

Herausgeber: NHW Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel  
Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV: Frank Schmidt  
Leitung Geschäftskunden: Miriam Donnert (V.i.S.d.P.)  
Anzeigenverkauf: Tel.: 0 56 61 / 70 57 27  
E-Mail: anzeigen@nhw-wochenzeitungen.de  
Layout und Gestaltung: DIGITALE KREATIV AGENTUR Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel  
Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1 34123 Kassel  
Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel  
Tel.: 0 56 61 / 920 940  
E-Mail: info@top-direkt.de  
Anzeigenpreisliste: Nr. 1a vom 1.1.2022  
Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.  
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, mit Angabe Ihrer Anschrift, an info@top-direkt.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.  
Weitere Informationen finden Sie auch auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de)

www.rb-becker.de  
**becker**  
ab Di, den 19.04.2022

**Akustikpaneele**  
Light Oak oder Oiled Oak  
2440 x 605 x 22 mm  
Astfreie, mit 1 mm Holzlamelle versehene, unbehandelte Lamellen auf 12 mm MDF-Träger, 25 mm breite Lamellen, 13 mm stark  
**SUPERANGEBOT**  
10 Paneele = 14,762 m<sup>2</sup>  
1 m<sup>2</sup> = 27,06 €  
EP: 1 Paneele = 1,476m<sup>2</sup> 49,50 € 1m<sup>2</sup> = 33,54 €  
399,50 €

**Wand- & Deckenfarbe**  
gut deckend, weiß, atmungsaktiv  
10 Liter Eimer 5,99 €  
500ml 1 Liter = 2,98 €

**Cockpit Reiniger**  
Vanille oder Zitrone  
500ml 1 Liter = 2,98 €

**Felgenreiniger**  
500ml 1 Liter = 2,98 €

**Insektenentferner**  
500ml 1 Liter = 2,98 €

**Autopflege Wachs**  
500ml 1 Liter = 2,98 €

**Den Braven Bremsenreiniger**  
500ml 1 Liter = 2,98 €

**Insekten-schwamm**  
5l Benzin-kanister TUV/GS 3,99 €

**Knorr Tomato al Gusto**  
Kräuter 356 ml 100ml = 0,22 € -79 €

**Knorr Feinschmecker Sauce**  
Sauce Hollandaise 39 g 100g = 1,26 € -49 €

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

**Kassel**  
Hegelbergstr. 21 0561 / 49 172 351

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

**RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriest. 1 - 37127 Witzhausen/Kleinalmerode**  
Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.

**Benzin-Rasenmäher MS161-46**  
Mähen, Sammeln, Mulchen & Seitenauswurf  
mit Hinterradantrieb, Schnitthöhenverstellung von 25 mm - 75 mm, 3 kW / ca. 3,9 PS, 161ccm, II. Wahl  
179,50 €

**Stämmchen**  
19 cm Topf versch. Sorten wie z.B. Blue Star, Pink Star, White Charies u.a.  
8,99 €

**Blumenkasten**  
hochwertiges Kiefernholz mit Kunststoffeinsatz  
ca. 44 x 21 x 17 cm 12,98 €  
ca. 64 x 21 x 17 cm 15,00 €

**Erdbeerpflanzen**  
9 cm Topf -69 €

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

**Balkonpflanzen**  
11 cm Topf, versch. Sorten 1,79 €

**Geranien**  
hängend oder stehen, 11 cm Topf, versch. Farben 1,49 €

**Grubber**  
3 Zinken, mit Stiel, 140 cm 3,99 €

**Teleskop-Garten-geräte**  
versch. sortiert je 3,99 €

**Gartenschere**  
versch. sortiert 1,99 €

**Blumenerde**  
3 Sack 40 Liter 5,99 €

**Rindenmulch**  
3 Sack à 70 Liter 10,00 €

**Aussaaterde**  
zum Säen, Stecken und Pikieren 20 Liter 1,99 €

**Rangierwagen**  
GRH 2/330i hydraulisch, GS geprüft 2 Lenkrollen, teilbare Pumpstange 35,00 €

**Zweirad-Montagerampe**  
GMR 360 / Vollstahlrampe Scherenhubtechnik, mit 2 Lenk- & 2 Bockrollen belastbar bis max. 360 kg 389,50 €

**Schlagschrauber**  
BC-ESS 450 450 Watt, Drehzahl 2600min Aufnahme 1/2", inkl. Zubehör 29,50 €

**Winkelschleifer**  
BT-AG 850 Kit Drehzahl 12000 min-1, 125mm Ø Scheibe 25,00 €

**Hochdruckreiniger**  
GHD 225 3200 Watt, 540 l/h, 6 m Schlauch, Auto-Stopp System, integr. Reinigungsmittelbehälter, große Räder 259,50 €

**Akkuschrauber**  
BT-AS 18 Li/2 Kit inkl. Akku 18V Li Ion & Doppelbit 50mm 1,0 x 5,5, 35,00 €

**Einhell** 25,00 €

**Fruttils Yogho!**  
Fruttils Geschm. 946 ml 100ml = 0,105 € -99 €

**Apfel Zarte**  
Früts versch. Sorten 200 g 100g = 0,495 € -99 €

**Waldmeister brause**  
3,05 Liter Pfandfrei 1,99 €

**Bacon**  
gewürfelt 300g 1,89 €

**Südtiroler Markenspeck**  
ca. 300 - 800 g 100g 1,60 €

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

**MAT MACHINING EUROPE**  
A Member of MAT Foundry Group

Zur Verstärkung unseres Teams am Standort Immenhausen suchen wir **CNC-Maschinenbediener (m/w/d)**

Nähere Details zu der Stelle finden Sie unter <https://www.matfoundrygroup.com/de/jobangebote>

Interesse? Dann bewerben Sie sich unter

MAT Machining Europe GmbH  
Personalabteilung  
Karl-Heinz-Fräger-Str. 3  
34376 Immenhausen  
Karriere.mme@mateurope.com  
Ansprechpartnerin Fr. Christin Merle 05673 99550-142



Uliana Vyhovska aus Lwiw hat als Englischlehrerin von Homberg aus unterrichtet. Ihre Kinder werden auch Online unterrichtet. Foto: cora zinn

## Online-Unterricht trotz Fliegeralarm

Uliana Vyhovska aus Lwiw unterrichtet Schüler in Ukraine von Homberg aus

**Homberg/Lwiw** – Von zuhause aus zu arbeiten, war Uliana Vyhovska schon gewohnt. Oft saß sie in Lwiw im Homeoffice und unterrichtete ihre erwachsenen Schüler online. Das macht sie noch immer so – jetzt allerdings von Homberg aus. Denn Uliana Vyhovska ist vor dem Krieg in der Ukraine geflohen und wohnt jetzt in Homberg bei ihrer Cousine Nina Kempe (HNA berichtete). Dort klappt sie nun morgens im Wohnzimmer ihren Laptop auf, um ihre Schüler in Lwiw zu unterrichten.

„Das funktioniert besser als erwartet“, sagt die Ukrainerin. Nina Kempe stimmt ihr zu: „Auch ich bin überrascht, wie gut das mit unserem Internet funktioniert.“ Vor allem, weil nicht nur Vyhovska vormittags Unterricht hat, sondern auch zwei Kinder: Diana und Zlata schalten ebenfalls morgens um 8 Uhr ihre Computer ein. Während ihre Mutter und Tante unterrichtet, werden sie unterrichtet. Beide Kinder sind zusammen mit Uliana Vyhovska

und deren Schwägerin nach Homberg geflohen. Die Männer der Frauen und Väter der Kinder leben noch dort.

„Hier auf eine Schule zu gehen, macht für die Kinder momentan noch keinen Sinn“, sagt Kempe. Die Familie hoffe immer noch darauf, so bald wie möglich zurück in ihr Heimatland zu können. „Ich telefoniere jeden Abend mit meinem Mann. Er rät nach wie vor aber davon ab, dass wir unsere Koffer nehmen und zurückkommen“, sagt Vyhovska. Und so unterrichtet die 31-jährige täglich drei bis vier Stunden ihre Schüler im Alter von 22 bis 35 Jahren auf Englisch.

Sie arbeitet für eine ukrainische IT-Firma. Vyhovska unterrichtet bereits ältere Schüler, die eine Art Weiterbildung für die IT-Firma bei ihr im Fach Englisch absolvieren.

„So gut es eben geht, unterrichte ich sie von hier“, sagt sie. Einziges Problem sei, dass sie in Homberg nicht alle Literatur zur Verfügung hat, die sie dafür eigentlich benö-

tige. Als es zur Flucht vor etwa vier Wochen kam, packte sie nur das Nötigste in den Koffer – da wären Englischbücher nicht unter den wichtigsten Dingen gewesen. Aber auch dafür hat sie eine Lösung: „Ich versuche, mir Wichtiges aus dem Internet zu holen.“ Sie arbeite aber lieber mit Büchern.

Der Unterricht wird oft von Fliegeralarm unterbrochen. „Vor allem die Kinder leiden sehr darunter“, sagt Kempe. Die Mädchen sitzen an ihren Laptops, verteilt in den Zimmern in Kemptes Wohnung, und bekommen regelmäßig mit, wie ihre Lehrerin in Lwiw den Unterricht unterbrechen muss – weil es wieder einen Alarm gibt. „Das passiert täglich mindestens ein Mal“, sagt Kempe.

Die schulpflichtigen Kinder und Vyhovska schockiert das immer wieder. „Sie erzählen mir abends immer davon, dass der Unterricht wieder unterbrochen wurde. Dann melden sich die Lehrer ab und müssen in Kellern Schutz suchen“, so Kempe.

Uliana Vyhovskas Arbeitgeber in Lwiw musste jetzt auch auf die Folgen des Krieges reagieren. Kurzfristig hat er den Englischunterricht für die Erwachsenen eingestellt. „Nur vorübergehend“, sagt sie. Ihr Chef setze alles daran, dass sie bald wieder unterrichten könne, sagt sie voller Hoffnung. Doch wann es so weit ist, das wisse derzeit einfach niemand, fügt sie an. Immer wieder betont sie, dass ihre Hoffnung groß sei, wieder zurück nach Lwiw zu können – um von dort aus unterrichten und ihre Familie in die Arme schließen zu können.

Wir suchen zu sofort  
in VZ, TZ oder auf 450 €-Basis  
mit TOP-Verdienst, zusätzlichem  
Prämiesystem & unbefristetem  
Arbeitsverhältnis

**2 LKW-Fahrer** m/w/d  
**1 Autokranfahrer** m/w/d  
bzw. LKW-/Kran-Kombi

**Jetzt 1.000 € Wechsel-Bonus**

**DEUTSCHE INDUSTRIEBAU**  
Hansestraße 4 · 59590 Geske  
☎ 0172-5497668 karriere@deu-bau.de

**FRÖHE OSTERN!**

**AUTOHAUS  
SCHMIDT**

Inh. Heiko Neuland  
Kasseler Str. 67 · 34212 Melsungen  
Telefon 05661 6600

**Fleischerei Ralf Ganß**

Telefon Melsungen: 05661 3106  
Telefon Dagobertshausen: 05661 2433

**Angebote vom 19. 4. – 23. 4. 2022**

**Hausmacher Bratwurst**  
..... 100 g **0,69 €**

**Dago-Röllchen**  
..... 100 g **1,29 €**

**Kamm-Steaks**  
..... 100 g **0,99 €**

**Kl. Schinken-/Jagdwurst**  
..... 100 g **0,99 €**

**Qualität aus Meisterhand**

- Wir schlachten selbst • Stroh-Schweine und Großvieh aus eigener Aufzucht • Frische Eier und Frischgeflügel • Nudeln • heiße Theke

**Öffnungszeiten: Montag geschlossen**  
Melsungen, Di. – Fr. 7.30 – 18.00 Uhr  
Sa. 7.30 – 12.30 Uhr  
Dagobertshausen, Do. – Fr. 7.30 – 17.30 Uhr  
Sa. 7.30 – 12.30 Uhr

Seniorensex privat **01523-640 68 42**

Erteile Nachhilfe in Mathematik, Englisch und Deutsch. Tel: 0561-7018882

**BARGELD SOFORT!**

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

**money point**

Friedrichsplatz 6 · ☎ 0561-9701105  
[www.moneypoint.kassel.de](http://www.moneypoint.kassel.de)

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

**TEAM 4**

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

Ihr Malerteam  
wünscht  
frohe Ostern!

**Malermeister Rogé Pollmer**

Ginstenweg 6a  
34587 Felsberg-Böddiger  
Tel. (0 56 62) 6706  
Fax (0 56 62) 400672

Größer - noch günstiger - schöner!  
...hin zu...  
**Kimm!**

NEUE:  
Wäschetrockner  
Waschmaschinen  
Geschirrspüler  
Einbaugeräte mit Cr.-Feld

ab € 129,-  
ab € 199,-  
ab € 199,-  
€ 299,-

**NEUE ADRESSE seit 3.01.22:**  
**Philippstraße 23**  
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!  
**NORBERT KIMM**  
34127 Kassel · Telefon 8 70 03 96  
[www.hinzu-kimm.de](http://www.hinzu-kimm.de)

## Nausis setzt Zeichen der Solidarität

Spenden für Ukraine-Hilfe

**Nausis** – Auf dem Dorfplatz vor der Wanderscheune in Nausis steht seit kurzem eine Birke mit gelben und blauen Bändern. Sie soll ein Zeichen der Solidarität für die Menschen aus der Ukraine sein, die in Deutschland Zuflucht und Schutz vor dem Krieg in ihrer Heimat suchen.

Außerdem spendeten die Dorfbewohner bei einem Familiennachmittag 520 Euro für die Ukraine-Hilfe des Kirchenkreises Schwalm-Eder. Eingeladen hatte der Ortsbeirat in Zusammenarbeit mit der Feuerwehr, der Kulturlandschaft Landetal und dem Schützenverein „Lande 57“.

„Wir wollen unser Mitgefühl mit dem ukrainischen Volk zeigen, hier in unserem Dorf mit dem östlich geschmückten Baum“, sagte Ortsvorsteher Reiner Kehl. Die Kinder konnten beim Dorffest Ostereier suchen und den Baum mit bunten Eiern dekorieren.

**siebentage**  
ESSEN für eine woche

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

**Ab Montag, 25. April**

1. Weißwurst mit Kartoffelsalat
2. Bulgur Gemüse-Pfanne
3. Ungarische Gulaschsuppe
4. Maispouardenbrust in Estragon
5. Spinat-Ricotta Knödel & Pilzragout
6. Spanische Paella mit Garnelen
7. Spießbraten in Pfefferrahmsauce

bestellbar auf:  
**grischaefer.de**

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

bad-spezialisten.eu

**24 std  
DUSCH  
SANIERUNG**

Gleich Termin vereinbaren  
unter 0 66 21/30 41

**Bis zu 4000 € Zuschuss!**  
Wir kümmern uns um alle Anträge!  
Rufen Sie uns an.

**Herrmann & Firges**  
Badgestaltung in Vollendung  
Im Unterfeld 5 • 36251 Bad Hersfeld-Asbach  
[www.herrmann-firges.de](http://www.herrmann-firges.de)

Anzeige

## Neuer Look in einem Tag

Mit Deckenmodernisierung - morgen schöner wohnen

**Nirgendwo kannst du deinen eigenen Stil so gut verwirklichen wie in deiner Wohnung.**

Plameco bietet dir dazu flexible Zimmerdecken in vielen verschiedenen Farben und Dessins. Ob matt, hochglänzend, mit Zierprofilen, oder LED-Beleuchtung: Die Decken sind so vielseitig, dass du sie harmonisch jedem Wohnstil anpassen kannst. Wohn-, Schlaf- und Esszimmer sowie Küche, Flur und Bad erhalten damit schnell ein neues Gesicht. Montiert werden sie einfach unterhalb der vorhandenen Decke. Kein ausräumen nötig, lediglich die Möbel werthen abgedeckt. Das machen

die Profis von Plameco. Alte Holzverkleidungen und Tapeten musst du nicht entfernen. Deshalb entsteht kaum Staub und Schmutz. Eine individuelle Beleuchtung, gesteuert per App oder

Sprache, lässt sich dabei einfach realisieren. Mehr Infos zur kreativen Deckengestaltung bekommst du bei Plameco in Kassel und Bad Hersfeld. Ruf an oder besuche unsere Ausstellungen.

**Mit Licht dein Wohnzimmer verzaubern.** Foto: Plameco

**Plameco live erleben**  
Mo.Di.Do.Fr.  
13.00-18.00 Uhr  
Samstag  
10.00-13.00 Uhr

**Plameco Spanndecken**  
Leipziger Str. 163  
34123 Kassel  
☎ 0561-9532674

Homberger Str. 81  
36251 Bad Hersfeld  
☎ 0561-9532674  
[plameco.de](http://plameco.de)

# Wie Rosen auf die Seele wirken

Vereine in Spangenberg und Altmorschen kümmern sich um Gärten der Region

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

HEIMAT NACHRICHTEN

**Antik23.+24.4.**  
**Flohmarkt**  
**Hann. Münden**  
Weserpark, ohne Anmeldung ab 7 Uhr

**RATIO\_Land**  
**XXL FLOHMARKT**  
Baunatal Parkdeck  
**24.4.**  
hansenmaerkte.de • 06424-6191

**FLOHMARKT**  
**Höfner**  
KASSEL FULDA BRÜCK  
**17./18. APRIL**  
(OSTERN, So.+Mo.)  
0561 23 23 5  
flohmarktmitherz  
WWW.FLOHMARKT-MIT-HERZ.DE

**Altmorschen/Spangenberg**

Mit Arbeitseinsätzen haben Rosenliebhaber in Altmorschen und Spangenberg dafür gesorgt, dass es auch in diesem Jahr im Klostergarten Haydau und am Spangenberg Schloss wieder richtig aufblüht. Den Rosenfreunden Haydau und dem Verein Rosengarten Schloss Spangenberg sind die Attraktionen im Altkreis Melsungen zu verdanken. Für die Rosengärten gibt es immer wieder viel Besucher-Lob und Anerkennung.

„Es ist einfach schön, wie die Natur auf meine Seele wirkt“, sagte Martha Möller nach dem jüngsten Arbeitseinsatz in Altmorschen. Die 77-Jährige und ihr zwei Jahre älterer Mann Heinrich sind Mitbegründer des Fördervereins Kloster Haydau. Und als vor über 15 Jahren die Gruppe der Rosenfreunde aus der Taufe gehoben wurde, waren sie mit viel Engagement dabei. Auch das sagt Martha Möller: „Es ist wunderschön, wie die Natur auf meine Seele wirkt. Wenn ich hier gearbei-



**Eine Gruppe mit viel Engagement für den Haydauer Klosterpark:** Die Rosenfreundinnen und -freunde des Fördervereins Kloster Haydau. Unser Foto entstand nach dem ersten Arbeitseinsatz in diesem Jahr.

FOTOS: MANFRED SCHAAKE

tet habe, bin ich zufrieden.“ „Ich freue mich darüber, dass wir so viele neue junge Rosenfreunde gewinnen konnten und es jetzt zwei neue Beete für weitere Rosenspender gibt“, betonte Waltraud Schmelz nach dem jüngsten Arbeitseinsatz. Sie ist die treue Seele der Rosenfreundinnen und -freunde der Gruppe. Im Jahr 2000 pflanzte ein Brautpaar, das im Rat-

haus geheiratet hatte, die erste Rose. Damals war Waltraud Schmelz Standesbeamtin der Gemeinde. Mit Erfolg rief sie die jungen Brautpaare dazu auf, im Park Rosen zu pflanzen – als Symbol der Liebe. „Rosen sollen Glück bringen“, sagt die engagierte Mörcherin. Sie selbst ist glücklich darüber, dass bis heute mehrere Hundert Rosen gepflanzt wurden. Jede Rose, die eingeht, wird ersetzt, sagt

Schmelz. Ihr ist es wichtig, dass in der Gruppe auch eine gute Gemeinschaft gepflegt wird.

Beim jüngsten Arbeitseinsatz hieß sie neue Rosen-Liebhaber willkommen: Daniela Wildner, Hannelore Kalkstein, Sylvia Peuster, Anja Möller-Dittmann, Dominik Wildner und Petra Stransky. „Ich wurde von Gisela Sottile erworben“, sagt Sylvia Peuster. Sie habe die Frau angesprochen, weil sie ihren Vorgarten so schön gestaltet habe. Sie im Ort engagieren – das sei wichtig, sagen die Unterstützer.

Ingrid Rathgeber zog vor vier Jahren von Eschwege nach Altmorschen und unterstützt die Rosenfreunde seit einem Jahr. „Es ist wichtig, Anschluss zu finden in der Dorfgemeinschaft und der Kirchengemeinde“, sagt sie. 1980 wurde sie in der Klosterkirche getraut. Sie habe eine enge Beziehung zum Kloster, weil sie als Kind im Herrenhaus gelebt habe. „Mir liegt es am Herzen, dass die schöne Parkanlage gepflegt wird“, betont Ingrid Rathgeber.

Hannelore Kalkstein kam so zu der Gruppe: „Ich ging im Park spazieren, traf Waltraud Schmelz und schon war es passiert. Es macht Spaß, man lernt neue Menschen kennen, und wir sind eine gute Gemeinschaft.“ Daniela Wildner, die mit ihrem Sohn Dominik (27) neu im Team ist, betont: „Wir sind eine Gartenfamilie, das ist uns in die Wiege gelegt.“ Petra Stransky: „Ich bin spontan eingetreten, es ist fantastisch.“ 42 Mitglieder hat zur Zeit der Verein Rosengarten Schloss Spangenberg. Davon sind derzeit zwischen zehn und zwölf aktiv. Sie hegen und pflegen den Rosengarten ehrenamtlich, sagt die Vereinsvorsitzende, Brigitte Ploß.

49 verschiedene Rosensorten gibt es auf Schloss Spangenberg. Nach dem ersten Arbeitseinsatz mit Frühjahrsputz und Rosenschneiden trifft man sich das ganze Jahr je nach Bedarf. Der Rosengarten kann das ganze Jahr über

bei freiem Eintritt besucht werden, wobei sich der Verein über jede Spende freut. Der Verein veranstaltet Rosenschnittkurse, Rosenfeste und Gottesdienste im Rosengarten. Gegründet wurde der Verein im Jahre 2007 Dank der Initiative von Fides Baumgart. Sie ist seit 2021 Ehrenvorsitzende. Der selbstständige Verein hat sich unabhängig vom Schloss zur Aufgabe gemacht, in dem früher verwilderten Burggrabengarten einen Rosengarten anzulegen und zu unterhalten.

Das gestaltete sich nach den Worten von Brigitte Ploß jedoch äußerst schwierig: „Es war kein gewachsener Boden. Unter der Wiese tauchte plötzlich eine Betonplatte mit einem Durchmesser von fünf Metern auf, die in den Bauakten nicht verzeichnet war.“ Unter dieser Platte befand sich ein weiteres Bauwerk – vermutlich eine stillgelegte Vierkammer-Kläranlage aus der Kriegs- oder Nachkriegszeit. Das Hessische Immobilienmanagement finanzierte das Ausgraben des Betons. Der Straßenbauermeister Ernst Franke aus Altmorschen finanzierte das Auffüllen mit Mutterboden.

Doch des gab noch eine Überraschung: Entlang der Befestigungsmauer, etwa einen halben Meter unter der Grasnarbe, verlief ein etwa 80 Zentimeter breiter Wehrgang, auf dem keine Rosen gepflanzt werden konnten. Der für die Sababurg und Schloss Spangenberg damals zuständige Objektleiter des Landes ermöglichte dann eine zusätzliche Bepflanzung unterhalb der Wallmauer.

„Es war also ein Kraftakt, diese Anlage so zu erstellen, wie sie heute ist“, sagt Brigitte Ploß, und: „Den Initiatoren und Helfern ist es zu verdanken, ein solches Kleinod auf Schloss Spangenberg zu schaffen.“

Es sei gelungen, den Reigen aufzuzeigen, in dem alte und neue Rosen nebeneinander wachsen, blühen und gedeihen, sagt die Vorsitzende.

red



**ICH WILL DABEI SEIN,  
WENN ELTERN IHRE  
ERSTEN SCHRITTE GEHEN**

**ASKLEPIOS**

Klinikum Schwalmstadt

**MIT DIESEM WUNSCH SIND SIE BEI ASKLEPIOS GUT AUFGEHOBen.** Mit rund 160 Gesundheitseinrichtungen in 14 Bundesländern zählen wir zu den größten privaten Klinikbetreibern in Deutschland. Der Kern unserer Unternehmensphilosophie: Es reicht uns nicht, wenn unsere Patienten gesund werden – wir wollen, dass sie gesund bleiben. Wir verstehen uns als Begleiter, der Menschen ein Leben lang zur Seite steht.

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt (w/m/d)

**Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger für die Geburtshilfe des Klinikums Schwalmstadt**  
In Voll- oder Teilzeit, Stellenumfang nach Absprache

Wir sind

Das zu den Asklepios Schwalm-Eder-Kliniken gehörende **Asklepios Klinikum Schwalmstadt**, ist ein gut ausgestattetes, leistungsstarkes Krankenhaus mit 232 Betten. Mit unseren rund 500 Mitarbeitern in Schwalmstadt gewährleisten und sichern wir eine wohnortnahe Grund-, Regel- und Notfallversorgung. Wir bieten Ihnen eine wohnortnahe medizinische Versorgung auf höchstem Niveau. Unsere Leistungen umfassen Prävention, Akutmedizin und Frührehabilitation. Das Ganze wird ergänzt von hoch spezialisierten medizinischen Leistungen bestimmter Bereiche. Unsere Arbeit ist maßgeblich geprägt vom kontinuierlichen Einfluss neuester Forschungsergebnisse aus der Medizin, Therapie und Pflege. Dies trägt dazu bei, dass unsere diagnostische Ausstattung auf dem neuesten Stand der Technik ist und ständig weiterentwickelt wird.

Ihr Aufgabengebiet

- Versorgung von Schwangeren, Wöchnerinnen und Neugeborenen
- Gute interdisziplinäre Zusammenarbeit
- Motivation zur Weiterentwicklung des aufstrebenden Bereichs
- Umsetzung leitliniengerechter Prozesse mit dem gesamten Team

Ihr Profil

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

Wir bieten

- Bezahlung gem. Entgeltordnung des VdPK Hessen und Rheinland-Pfalz e.V.
  - Unterstützung bei internen und externen Fort- & Weiterbildungsmaßnahmen
  - ein interessantes und vielseitiges Aufgabengebiet in einer modernen, fortschrittlichen und trotzdem familiären Abteilung für Geburtshilfe mit derzeit 17 Betten
  - Eine von hoher Pflegequalität, Respekt und Wertschätzung geprägte Arbeitsumgebung im interdisziplinären Team
  - Alle Vorteile der Beschäftigung in einem deutschlandweit agierenden Konzern
- Für **weitere Informationen** steht Ihnen gerne Ina Sander, Tel.: (0 66 91) 799 459, E-Mail: i.sander@asklepios.com oder Pflegedienstleitung Squollan Schöneweiß Tel.: (0 66 91) 799 471, E-Mail: s.schoeneweiss@asklepios.com zur Verfügung. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung - vorzugsweise per E-Mail.

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

www.asklepios.com

**Handy-Queen?**

„Ich will für meine Freunde immer erreichbar sein. Mein neues Smartphone konnte ich mir durch meinen Nebenjob als HEIMAT-NACHRICHTEN-Zustellerin leisten!“

**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**
- **EDERMÜNDE:** **Besse** (Am Berge, Beethovenstr., Grüner Weg)
- **FRITZLAR:** **Geismar** (Bonifatiusstr.) **Stadt** (Burggraben) **Züsch** (An der Bösenhecke)
- **GUDENSBERG:** **Gleichen** **Stadt** (Große Binde, Kasseler Str.)
- **GUXHAGEN:** **Ellenberg** (Brunslarer Str., Ederblick) **Stadt** (Albert-Schweitzer-Allee, Brückenstr., Dörnhagener Str., Fuldablick, Knüllstr.)
- **HOMBERG:** **Stadt** (Stadtgebiet)
- **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 Pfieffrain)
- **MORSCHEN:** **Neumorschen**
- **NIEDENSTEIN:** **Ermethis, Metze** (Buchenberg) **Stadt** (Schöne Aussicht)
- **NEUENTAL:** **Schlierbach**
- **SPANGENBERG:** **Elbersdorf** (Heil, Hellerbachstr.), **Pfieffe**
- **WABERN:** **Stadt** (Südstr.) **Uttershausen** (Chatzenstraße)

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

HEIMAT NACHRICHTEN **TOP DIREKT**

# Kleiner Helfer im Kofferraum

## 50 Jahre Verbandkasten

Meist klemmt er im Kofferraum zwischen Warndreieck und Wagenheber: der Verbandkasten. Seit 50 Jahren zählt die lebensrettende Box oder Tasche zur Pflichtausrüstung im Auto, um nach einem Unfall bei der Ersten Hilfe zu unterstützen.

Das kam Anfang der 1970er Jahre sehr häufig vor. Autofahren ohne Gurt und Geschwindigkeitsbegrenzung auf Landstraßen, ohne ABS, ESP und ohne Promillegrenzen war sehr gefährlich: 1970 starben 19 193 Menschen im Straßenverkehr in Deutschland, bei 13,94 Millionen Autos. Zum Vergleich: 2021 kamen 2569 Menschen bei Verkehrsunfällen in Deutschland ums Leben, bei etwa 59 Millionen angemeldeten Fahrzeugen.

Krankenwagen benötigten damals lange, um einen Unfallort zu erreichen. Daher führte der Gesetzgeber zum 1. Januar 1972 die Pflicht zum Mitführen eines Kfz-Verbandkastens ein, um eine schnelle Erstversorgung zu ermöglichen. Seitdem muss jedes Auto nach Paragraf 35h der Straßenverkehrs-Zulassungs-Ordnung (StVZO) Erste-Hilfe-Material an Bord haben, festgelegt nach der DIN 13164.

„Verbandkästen für Autos gab es schon vorher, nur keine Verpflichtung, einen mitzuführen. Daher hatten nur wenige Autos Erste-Hilfe-Material an Bord“, sagt Andreas Holthaus.

Er leitet seit über 20 Jahren den Fachbereich Erste Hilfe (FBEH) beim Bundesverband Medizintechnologie (BVMed). Zudem ist er geschäftsführender Gesellschafter der Holthaus Medical. Seit fast 100 Jahren produziert das Familienunternehmen aus Remscheid Verbandsmittel, seit über 50 Jahren Verbandkästen. Diese wurden in den vergangenen Jahrzehnten mehrmals modernisiert, die Normen darauf angepasst, um stets auf dem neusten Stand der Notfallmedizin zu sein.

Bei Inspektionsintervallen einiger Autohersteller ist die Kontrolle des Verbandkastens einer der Prüfpunkte. Ist der Kasten abgelaufen, bieten sie meist einen neuen an. Ebenso gibt es neue Erste-Hilfe-Boxen im Kfz-Zubehörhandel oder als Aktionsware beim Discounter. Durch die DIN-Norm unterscheidet sich der Inhalt der Verbandkästen nicht. Ihre Form kann variieren,



**Kleiner Helfer mit umfangreichem Inhalt:** Der Verbandkasten gehört seit Jahrzehnten zum Pflichtbegleiter an Bord eines Autos.

FOTO: MARKUS SCHOLZ/DPA-TMN

so kommen sie etwa als Tasche oder als Aufbewahrungskasten daher.

42 Einzelteile gehören zum Set, darunter Pflaster, Kompressen, sterile Produkte und Fixierbinden. Seit 1987 zählen Einmalhandschuhe zur Pflichtausrüstung, seit 1998 eine Rettungsdecke. Seit 2014 müssen Verbandkästen Hautreinigungstücher beinhalten, seit Februar 2022 zwei Gesichtsmasken. „Die Ergänzungen sollen die Hygiene erhöhen und die Ersthelfer schützen. Denn viele haben Sorge, sich bei einem Unfallopfer zu infizieren“, sagt Andreas Holthaus. Die Bereitschaft, als Ersthelfer einzuspringen, soll dadurch erhöht werden.

„Wichtig ist, dass Autofahrer das Verfallsdatum beachten und den Verbandkasten nach fünf Jahren austauschen“, sagt Andreas Holthaus. Denn verschiedene Produkte haben wegen der im Auto herrschenden Temperaturschwankungen ein Verfallsdatum. Der alte Verbandkasten muss nicht entsorgt werden. Viele Autofahrer nutzen den auch bei kleinen Verletzungen zu Hause.

Liegt das Verfallsdatum zurück oder fehlt er ganz, droht bei einer Fahrzeugkontrolle ein Bußgeld von fünf bis zehn Euro. Fehlt er bei einer Hauptuntersuchung, ist er mangelhaft oder unvollständig, so wird das als „geringer Mangel“ beanstandet. Ist das Datum abgelaufen, taucht das laut Dekra lediglich als Hinweis im Prüfbericht auf. Die Plakette gibt es dennoch.

Auch wenn die Anzahl der Verkehrstoten sinkt, die der Verkehrsunfälle bleibt hoch. Pro Jahr registriert die Polizei laut Statistischem Bundesamt 2,3 Millionen Unfälle - mit rund 258 000 Verletzten. Insgesamt verletzen sich et-

wa 321 000 Personen im Straßenverkehr. „Viele Unfallopfer können direkt am Unfallort mit einem Verbandkasten versorgt werden. Diese Hilfe ist nicht zu unterschätzen“, sagt Andreas Holthaus.

Siegfried Brockmann hält den Verbandkasten dagegen nur für bedingt sinnvoll. „Die richtige Benutzung hängt mit Kenntnissen der Ersten Hilfe zusammen. Wenn die nicht vorhanden sind, dann hilft der Verbandkasten wenig“, sagt der Leiter der Unfallforschung der Versicherer (UDV) im Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV).

Für die meisten Autofahrer liegt der Erste-Hilfe-Kurs viele Jahre zurück. Da nur die wenigsten Autofahrer die Kenntnisse nach ein paar Jahren auffrischen, fehlt es an Übung und Können. „Viele Autofahrer fühlen sich als Ersthelfer überfordert und können dementsprechend nicht helfen“, sagt Brockmann. Genaue Untersuchungen über den Einsatz von Verbandkästen gebe es aber nicht.

Zudem hält der Unfallforscher den Verbandkasten für zu überladen. „Erste Hilfe bezieht sich auf schwere Verletzungen wie offene Wunden, starke Blutungen, Herzstillstand oder Schock. Kleine Pflaster und Verbände sind dafür ungeeignet“, sagt er.

Vielmehr müssten Ersthelfer wissen, wie sie lebensgefährliche Wunden versorgen, wie ein Druckverband funktioniert und entsprechendes Material im Verbandkasten direkt finden. Kleine Verletzungen würden meist nicht am Unfallort behandelt, sondern später.

„Es schadet natürlich nicht, einen Erste-Hilfe-Kasten im Auto zu haben. Aber in seiner jetzigen Form bringt er we-

nig“, sagt er.

Um einen Verbandkasten sinnvoll einzusetzen, sei daher eine Auffrischung der Kenntnisse erforderlich. Dabei lernen die Teilnehmer unter anderem, wie sie schwere Blutungen stillen und eine Herz-Rhythmus-Massage im Rhythmus des Bee-Gees-Klassiker „Staying alive“ anwenden. Auch die Ausführung der stabilen Seitenlage und das Behandeln von Schockpatienten gehört dazu.

Auch für Marcel Mühlich vom Auto Club Europa (ACE) ist das Wissen um die korrekte Anwendung von Erste-Hilfe-Maßnahmen entscheidender als ein Verbandkasten. „Wer sich nicht sicher fühlt, sollte alle drei bis fünf Jahre einen Auffrischkurs der Ersten-Hilfe belegen. Der Kurs integriert die Sofort-

maßnahmen am Unfallort und dauert nur einen Tag. Aber danach wissen die Teilnehmer, wie sie Menschenleben retten können“, so Mühlich.

Eine goldene Regel für das Benutzen des Verbandkastens gebe es nicht, dafür aber einen genauen Ablauf bei der Ersthilfe: Überblick verschaffen, Unfallstelle absichern, Rettungsgriff, Notruf wählen, lebensrettende Sofortmaßnahmen einleiten, Blutungen stillen und stabile Seitenlage anwenden. „Jeder Autofahrer ist gesetzlich verpflichtet, Erste Hilfe zu leisten. Lieber schlecht helfen, als gar nicht helfen. Übung macht aber den Meister“, sagt er.

Beim Kauf eines Verbandkastens rät Marcel Mühlich zum Blick auf das Ablaufdatum der Inhalte. „Es muss nicht immer der ganze Inhalt erneuert werden, häufig reicht es, die Materialien zu ersetzen, die abgelaufen sind“, sagt er. Es gebe für manche Verbandkästen auch Nachfüllpakete, die günstiger als ein neuer Kasten seien.

Wichtig: Das Verfallsdatum

sollte erst in fünf Jahren erreicht werden und der Inhalt den aktuellen Stand der DIN 13164 erfüllen - mit zwei medizinischen Masken. „Die müssen eingeschweißt im Verbandkasten liegen und nicht irgendwo offen und lose im Auto“, sagt Mühlich.

Die im Handel befindlichen Verbandkästen nach der bisher gültigen Norm dürfen noch bis 31. Januar 2023 genutzt werden und müssen weder ausgetauscht noch nachgerüstet werden. Wichtig sei zudem der Aufbewahrungsort. „Am besten liegt das Erste-Hilfe-Set griffbereit im Innenraum. Dort kommen Autofahrer nach einem Unfall direkt dran“, sagt Mühlich. Nach einem Heckaufprall bleibt der lebensrettende Kasten im Kofferraum hingegen eingeklemmt zwischen Warndreieck und Wagenheber.

tmn

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

**MVZ MENGESBERG**

sucht **IT-ADMINISTRATOR (m/w/d)** zur Wartung/Pflege von Server (Windows 2022) u. 7 PC

und **BÜROKAFT (m/w/d)** mit guten EDV-Kenntnissen

praxis@psycho-mengesberg.de • 06692 2026666

**Heidelmann Kühllogistik**

Die Firmen Heidelmann sind ein in dritter Generation inhabergeführtes, mittelständisches Familienunternehmen, das sich auf den Transport und die Lagerung von temperaturgeführten Gütern im Lebensmittel- und Pharmabereich spezialisiert hat. Unser Fuhrpark verfügt über 100 Lkw, die täglich für nationale und internationale Verkehre im Einsatz sind. Des Weiteren werden vier eigene Kühllhäuser betrieben.

**Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt:**

**Lkw-Fahrer im Nahverkehr (m/w/d), in Vollzeit**

**Ihre Aufgaben:**

- Fahren von Tagestouren mit täglicher Rückkehr in unserm Nahverkehrsgebiet mit einem Verteilerfahrzeug
- Be- und Entladen von Auslieferungsfahrzeugen
- Pflege des LKW (eine eigene Waschanlage inkl. Personal vorhanden)

**Ihr Profil:**

- Führerschein der Klasse C für Lkw
- Freundliches Auftreten
- Zuverlässigkeit und Sorgfalt
- Erfahrung als Verteilerfahrer sind wünschenswert, aber auch Quereinsteiger sind herzlich willkommen

**Hofrangierer (m/w/d), in Vollzeit**

**Ihre Aufgaben:**

- Sorgen dafür, dass sich unsere Auflieger auf unseren Werksgeländen zum richtigen Zeitpunkt am richtigen Ort befinden
- Rangieren in einem mehrköpfigen Team mit unserem MAFI-Rangierfahrzeug in einem festen Schichtmodell (Früh- und Spätschicht)
- Die Pflege unseres Fuhrparks (Bereitstellung der Auflieger für unsere eigene Waschanlage) gehört ebenfalls zu Ihren Aufgaben

**Ihr Profil:**

- Sie besitzen den Führerschein der Klassen C/CE
- Sie sind körperlich belastbar und zeichnen sich durch eine vorausschauende Arbeitsweise aus
- Zuverlässigkeit und Sorgfalt runden Ihr Profil ab
- Eine ausreichende Fahrpraxis ist wünschenswert, aber auch Quereinsteiger sind herzlich willkommen

**WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG** für unsere Brotläden & Cafés in **Melsungen, Homberg und Schwalmstadt**

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

**SCHWÄLMER BROTLADEN** seit 1907

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:**  
Viehmeier GmbH & Co. KG,  
Treysaer Weg 6a, 34630 Gilsberg  
Tel. 06696 9618-0 /-15 /-21 & 0174 422 51 13  
bewerbung@schwaelmer-brotladen.de  
schwaelmer-brotladen.de/wir/jobs

Das gute Brot sind wir

**Mitarbeiter für Scantätigkeiten (m/w/d), in Vollzeit, die Stelle ist aber grundsätzlich teilbar**

**Ihre Aufgaben:**

- Sorgfältige Durchsicht der Belege und Rücksprache mit den Abteilungen
- Elektronische Belegscannung der Frachtpapiere aus der Disposition Fernverkehr und Disposition Nahverkehr
- Ordnungsgemäße Archivierung von gescannten Belegen

**Ihr Profil:**

- Kaufmännische Ausbildung, idealerweise Erfahrung im Speditionsbereich, aber auch Quereinsteiger sind herzlich willkommen
- Strukturierte und fehlerfreie Abarbeitung der Vorgänge
- Gute Computerkenntnisse

**Wir bieten Ihnen:**

- Sicherer Arbeitsplatz in einem wachsenden und innovativen Unternehmen
- Flache Hierarchien
- Familiäres Betriebsklima
- Individuelle Weiterbildungen
- Betriebliche Altersvorsorge
- Betriebliches Gesundheitsmanagement

**Werden Sie ein Teil der Heidelmann-Familie!**  
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an [bewerbung@heidelmann.de](mailto:bewerbung@heidelmann.de)  
Weitere Informationen finden Sie unter [www.heidelmann.de](http://www.heidelmann.de)  
Ansprechpartner für Rückfragen: Janina Bischoff, Tel. 06691 9410-19.

# Niemals ohne Probefahrt

## Das erste eigene Motorrad

Die Motorradsaison geht los. Wer mit dabei sein will, denkt vielleicht über die erste eigene Maschine nach. Hier sind ein paar Tipps.

Enduro, Chopper oder eher sportlich? Wer ein Motorrad kaufen will, steht vor einer riesigen Auswahl. Wichtig bei der ersten eigenen Maschine: Man muss nicht nur Verständnis für die Funktionsweise der Maschine ha-

ben. Auch die eigenen Fähigkeiten und Bedürfnisse auf der Straße muss man kennen. Experten helfen beim ersten Motorradkauf:

Die Entscheidung für ein Motorrad ist oft eine emotionale und kommt schnell zu

früh, sagt Rainer Gurke: „Oft schaut man auf Äußerlichkeiten, Haptik, Farbe. Es ist aber eigentlich am wichtigsten, dass man mit dem Bike zu-rechtkommt“, sagt der Fahr-sicherheitstrainer beim Auto Club Europa (ACE). In jedem

Fall sollte man nicht das erste beste Motorrad kaufen. „Und egal, für welches Bike man sich interessiert, man sollte zunächst eine Probefahrt machen.“

Mit der Probefahrt lässt sich austesten, ob man sich mit dem Fahrzeug wohlfühlt, sagt auch Michael Lenzen. „Das Motorrad muss zur Statur des Fahrers oder der Fahrer-in passen“, sagt der Vorsitzende des Bundesverbandes der Motorradfahrer (BVDM). Ein Beispiel: Das Bike darf nicht so groß sein, dass man nur noch mit den Fußspitzen auf den Boden kommt. Und die Arme müssen sauber den Lenker umfassen können.

Die Maschine sollte auch nicht zu schwer sein: „Gerade für Einsteiger ist es nicht sinnvoll, sich ein 250 oder 300 Kilo schweres Motorrad zuzulegen, wenn sie nur 50 Kilo wiegen“. Michael Lenzen rät, auf einem leeren Parkplatz zu testen, wie gut man mit dem Wunschbike enge Kurven fahren und wie sicher man bremsen kann.

Um das richtige Motorrad zu finden, sollte man sich außerdem fragen: Wofür will ich das Bike eigentlich haben? Soll es ins Gelände gehen oder auf Serpentinaugen in die Berge? Will ich mit dem Bike zum Rennstreckentraining oder in den Urlaub? Die Antwort auf diese Fragen entscheidet, ob man sich eine Enduro oder einen Chopper, einen Supersportler oder einen Tourer zulegt.

Michael Lenzen rät aber davon ab, zu sehr in diesen Kategorien zu denken, einfach weil es inzwischen sehr viele davon gebe und die Grenzen fließend seien. Sinnvoller: Die Motorräder nach Leistung unterscheiden. Denn auch bei der Leistung soll man sich nicht überfordern, sagt Lenzen. Schließlich muss man das Motorrad auch auf der Straße sicher händeln können. Ein 500 Kilo schwerer Supersportler mit 200 PS sei daher für Einsteiger nicht zu empfehlen. „75 PS sind für Anfänger absolut ausrei-

chend und bringen immer noch eine Menge Spaß. Und letztlich geht es genau darum - dass man mit der Maschine Spaß hat.“

Nicht jeder hat nach Führerschein und Sicherheitsausstattung gleich auch noch das Geld für eine neue Maschine parat. Michael Lenzen hält gebrauchte Motorräder für eine gute Möglichkeit, sich auszuprobieren: „Wenn man dann feststellt, man beherrscht das Bike und will auf etwas neueres umsteigen, ist der Wertverlust nicht so groß.“

Außerdem tut es dann nicht ganz so weh, wenn das Bike anfangs mal umfällt und Kratzer bekommt. Allerdings: „Schäden an gewissen Teilen können ein Motorrad sehr gefährlich machen“, sagt Rainer Gurke, Fahr-sicherheitstrainer beim Auto Club Europa (ACE). Er rät Anfängern deswegen, sich unbedingt an einen Händler ihres Vertrauens zu wenden, wenn sie ein gebrauchtes Motorrad kaufen.

Weil Anfänger in Sachen Verschleißteile und in anderen technischen Gegebenheiten meist noch nicht so versiert sind, profitieren gerade sie von einer ausgiebigen technischen Beratung. „Bei gebrauchten Motorrädern sollte man den Händler nach der Geschichte des Bikes fragen: Hatte es schonmal einen Unfall? Kennen Sie den Vorbesitzer? Wie pfleglich ist dieser mit dem Bike umgegangen?“

Egal ob gebraucht oder neu, letztlich sollte man ein Motorrad in jedem Fall bei einem vertrauenswürdigen Händler kaufen, lautet Rainer Gurkes Rat. „Denn der steht mit seinem Namen für den Verkauf ein.“ Im Gegensatz dazu können Privatkäufer nach Angaben der Stiftung Warentest zum Beispiel jegliche Gewährleistung ausschließen. Im Falle von Mängeln hat man beim Händlerkauf also mehr Möglichkeiten in Sachen Nachbesserung oder Umtausch. tmm



## ASKLEPIOS

## informiert

## Herzrhythmusstörungen – effektiv behandeln

### Interview mit Chefarzt Dr. Elvan Akin des Asklepios Klinikum Schwalmstadt

Gelegentlicher Druck auf der Brust ohne Vorzeichen, Schwindel und Ohnmacht aber auch phasenweise Schwitzattacken können auch Symptome von Herzrhythmusstörungen sein. Es sind nicht immer ältere Menschen betroffen. Wir haben dazu Chefarzt Dr. Elvan Akin Asklepios Klinikum Schwalmstadt befragt. Er ist ein langjähriger Experte auf diesem Gebiet und behandelt vorwiegend Menschen mit Herzrhythmusstörungen.

**Ist das Herz nicht nur ein Muskel?**

**Dr. Elvan Akin:** Das Herz eines Menschen selbst besteht letztlich aus zwei Herzen. Einem rechten und linken Herzen, welche miteinander verwachsen sind und von einer Scheidewand getrennt werden. Beide Herzen bestehen aus Muskulatur und Klappen. Beide Herzen haben einen Vorhof und eine Kammer, wobei die Kammer die Hauptarbeit zur Pumpleistung beiträgt. Die Muskulatur verrichtet die Pumparbeit und die Klappen dienen dem Blutfluss und gewährleisten wie ein Ventil die richtige Flussrichtung des Blutes. Das Herz arbeitet wie eine Saug-Druck-Pumpe. So fördert das rechte Herz das sauerstoffarme Blut in die Lungen. Das linke Herz erhält das sauerstoffreiche Blut aus den Lungen und fördert es über die Hauptschlagader in den großen Körperkreislauf.

**Wie müssen wir uns die Funktion vom Herzen vorstellen?**

**Dr. Elvan Akin:** Für die einwandfreie Funktion aller Körperzellen ist eine ausreichende Zufuhr und Abfluss von Nährstoffen und Stoffwechselprodukten erforderlich. Dazu ist ein gut regulierter Blutkreislauf notwendig. Die Regulierung erfolgt über Nervenfasern und Hormonen, welche auf die Pumpe des Lebens (Herz) einwirken. Das Herz eines erwachsenen Menschen schlägt am Tag circa hunderttausend Mal. Die Anzahl des individuellen Herzschlages hängt beim gesunden Menschen sehr von seinem Trainingszustand ab. Es wird reguliert und passt sich in seiner Arbeit allen Lebenslagen in jeder Sekunde an.

**Wie wird das Herz genau gesteuert?**

**Dr. Elvan Akin:** Damit diese Arbeit des Herzens exakt gesteuert werden kann, sind Signalgeber und Leitstrukturen erforderlich. Im Einzelnen werden diese Sinusknoten (quasi Zündkerze) und Reizleitung (Leitungskabel) genannt. So ist im Vorhof des rechten Herzes der Sinusknoten gelegen. Es handelt sich dabei um eine Ansammlung spezieller Zellen, welche zusammen die Größe eines Reiskorns ausmachen. Dieser bildet pro Minute in Ruhe circa 60 bis 80 Impulse. Diese breiten sich in beiden Vorhöfen wie eine Welle aus und bewirken eine Kontraktion der Vorhöfe. Dadurch pumpen die Vorhöfe das Blut in



Chefarzt Dr. Elvan Akin

FOTO: ASKLEPIOS

die Kammern der Herzen. An einer Stelle in der Scheidewand liegt ein Leitungskabel zwischen den Vorhöfen und den Kammern. Das Signal bzw. die Erregungswelle wird an dieser Stelle in die Kammern geleitet und erregt dort die Kammern. Die Kammern pumpen dadurch das Blut dann weiter in die Lunge (rechtes Herz) und Hauptschlagader (Körperkreislauf).

**Wie kann man mit sehr einfachen Mitteln die Herzaktion beurteilen?**

**Dr. Elvan Akin:** Das Pumpen der Kammern kann man durch tasten des Pulses wahrnehmen. Anhand der Regel- oder Unregelmäßigkeit erhält man so mit einfachen Mitteln Hinweise auf eine Rhythmusstörung.

**Wie entstehen Herzrhythmusstörungen?**

**Dr. Elvan Akin:** Die Grundlage der Entstehung von Rhythmusstörungen ist die Schädigung oder Fehlbildung der Herzmuskulatur. So sind Herzrhythmusstörungen sowohl bei Erwachsenen aber auch bei Kindern möglich. Die Schädigung der Herzmuskulatur kann sehr viele Ursachen haben. Sie kann sich auf einen sehr kleinen Bereich aber auch über größere Bereiche erstrecken. Eine abgelauene kleine Entzündung mit der Größe einer Stechnadelkopfes bis hin zu ausgedehnten Schädigungen der gesamten Muskulatur durch Entzündung, Fehlbildung der Muskulatur oder Minderdurchblutung sind möglich. Aus diesen geschädigten Bereichen werden im Zuge der Entzündungsreaktion aber auch Teilvernarbungen Störsignale erzeugt. Diese stören den normalen Rhythmus des Herzes und werden Herzrhythmusstörungen genannt. Es ist daher unbedingt eine ganzheitliche Betrachtung des Herzes in seiner Struktur und Funktion erforderlich.

**Welche Art von Herzrhythmusstörungen gibt es?**

**Dr. Elvan Akin:** Je nach Ort der Gewebeschädigung werden die daraus folgenden Rhythmusstörungen in Vorhof- und Kammererhythmusstörungen eingeteilt. Eine weitere Einteilung ist, ob diese symptoma-

tisch sind oder nicht. Eine wichtige Einteilung jedoch ist, ob die Rhythmusstörung leistungsmindernd oder lebensgefährlich ist.

**Wie macht sich eine Herzrhythmusstörung bemerkbar?**

**Dr. Elvan Akin:** Rhythmusstörungen können sich durch Schwindel, Ohnmacht oder phasenweise Leistungsminderung wie auch Schwitzattacken bemerkbar machen. Denn sehr häufig kommen Rhythmusstörungen nicht durchgehend vor, sondern sind phasenweise vorhanden. Eine solche Phase kann gelegentlich auch von äußeren oder inneren Umständen wie Stress, Ruhe, Erholung oder Nahrungsaufnahme (u.v.a.) abhängig sein. Sehr häufig jedoch kommen die Rhythmusstörungen unverhofft.

**Kann ich anhand der Beschwerden die Herzrhythmusstörungen unterscheiden?**

**Dr. Elvan Akin:** Die Unterscheidung der Rhythmusstörungen nach Vorhof oder Kammer anhand der Symptome ist nicht möglich. Da Vorhof und Kammererhythmusstörungen objektiv betrachtet dieselben Symptome machen können.

**Wie ist das richtige Vorgehen bei Herzrhythmusstörungen?**

**Dr. Elvan Akin:** Zur Unterscheidung ist vielmehr eine Aufzeichnung der Rhythmusstörung im EKG erforderlich. Das EKG ist in fast jeder Arztpraxis oder Notaufnahme verfügbar. Bei sporadisch vorkommenden Rhythmusstörungen sind Langzeitaufzeichnungen im 1- bis 7-Tages-EKG sinnvoll. Bei sehr sporadisch vorkommenden Rhythmusstörungen gibt es die Möglichkeit der Aufzeichnung mit implantierbaren Rekordern, welche die Größe einer Füllpatrone haben. Diese werden in Lokalanästhesie unter die Haut gesetzt. Alternativ gibt es jedoch eine große Auswahl an kleinen mobilen EKG als Uhr oder sehr kleine tragbare Geräte. Die Aufzeichnungen sollten dann mit dem Kardiologen oder Rhythmologen gesichtet und besprochen werden, da die reine technische Auswertung der EKG-Aufzeichnung durch die Geräte selbst sehr fehlerbehaftet ist.

**Wie ist die Behandlung von Herzrhythmusstörungen?**

**Dr. Elvan Akin:** Die Behandlung richtet sich nach Art der Herzrhythmusstörung. Das Ziel der Therapie ist, die oben genannten Entzündungs- oder Narben-Zonen in ihrer Erregbarkeit zu unterdrücken. Dazu kommen Medikamente zum Einsatz aber auch Ablationstechniken. Da es auch Rhythmusstörungen gibt, welche Schlaganfall durch Gerinnselbildung im Herzen verursachen können, werden auch Blutverdünnungsmittel (Antikoagulantien) verordnet. Bei der medikamentösen Therapie gibt es die Option der bedarfsweisen Einnahme von antiarrhythmischen Medikamenten, wenn die Rhythmusstörung sehr selten vorkommt.

Der Nachteil der medikamentösen Therapie ist jedoch, dass diese nicht nur auf die Bereiche des Herzes wirken, welche die Rhythmusstörungen machen. Sie wirken auch auf den normalen Taktgeber und auch den Blutdruck des Herzes. Dadurch werden zwar die Rhythmusstörungen zum Teil unterdrückt, jedoch haben viele Menschen dann Beschwerden durch zu langsamen Puls und/oder niedrigen Blutdruck.

**Ist die Ablationstherapie risikoärmer als Medikamente?**

**Dr. Elvan Akin:** Die Ablationstherapie ist eine standardisierte und Routinetherapie von Rhythmologen. Sie wird seit mehr als 40 Jahren angewendet. Aktuell erfolgt der Eingriff in einer leichten Sedation, circa einer Stunde haben. Sie erfolgt durch die Leiste wie beim Herzkatheter. Es werden letztlich die Narben- oder Entzündungszonen durch Ablation/Verödung abgeschaltet. Das Risiko eines solchen Eingriffs ist bei circa ein bis zwei Prozent und damit als niedrig zu werten.

**Wie ist der Vergleich einer Ablationstherapie zur medikamentösen Therapie?**

**Dr. Elvan Akin:** Die meisten Herzrhythmusstörungen lassen sich durch die Ablationstherapie kurativ behandeln mit einer Erfolgsrate von circa 80 bis 95 Prozent. Das ist deutlich besser als die medikamentöse Therapie mit maximalen Erfolgsraten von circa 50 bis 60 Prozent. In der Nutzen-Risiko-Abwägung ist die Ablationstherapie eindeutig der medikamentösen Therapie überlegen. Die medikamentöse Therapie stellt nur eine palliative Maßnahme dar.

**Wie sollte das Vorgehen bei Herzrhythmusstörungen sein?**

**Dr. Elvan Akin:** Idealerweise wäre eine Aufzeichnung der Rhythmusstörung im EKG erforderlich und auch eine strukturelle Untersuchung des Herzes mit Ultraschall (Echo) und Belastungs-EKG. Mit diesen Befunden sollte man sich bei einem Rhythmologen vorstellen zur Frage nach individuell optimaler Therapie.



**Für ungetrübten Fahrgegnuss:** Neulinge auf dem Motorrad sollten sich kundige Hilfe holen, wenn sie ihre erste Maschine kaufen.

FOTO: PHILIPP VON DITFURTH/DPA/OPA-TMM

# Technisch durchaus möglich

Einen alten Baum pflanzt man nicht um – oder doch?

Einen alten Baum kann man nicht verpflanzen? Doch! Technisch ist das durchaus möglich. Die Frage ist aber, ob es auch gut ist, ihm diese Strapazen zuzumuten.

Ein Umzug ist für jeden Baum ein Risiko. Jüngere Exemplare verkraften den Stress noch gut, für große und alte Bäume kann das aber ihr Todesurteil sein. Umso wichtiger ist es, die Aktion gründlich vorzubereiten.

„Ein Baum passt sich immer an die Bedingungen seines jahrelangen Standorts an. Er weiß genau, woher der Wind weht, wo er Wasser findet und wo andere Bäume stehen“, sagt Christian Hönig, Referent für Baumschutz beim Bund für Umwelt und Naturschutz (BUND). „Er tauscht Informationen mit seiner Umgebung aus.“

Je älter der Baum ist, desto besser hat er sich auf sein Umfeld eingestellt. Und umso schwerer fällt ihm ein Umzug an einen neuen Standort, ob im eigenen Garten oder gar ganz woanders hin. Christoph Dirksen vom Bund Deutscher Baumschulen sagt: „Bei Bäumen, die über 15 Jahre alt sind, wird es schwierig und sehr aufwendig, aber es ist durchaus möglich.“

Einfach den Baum ausgraben und woanders neu einzusetzen - das geht mit großer Sicherheit aber schief. Man sollte deshalb mehr als nur ein paar Monate Vorlauf einplanen. „Große Bäume brauchen eine zwei- bis dreijährige Vorbereitungszeit“, sagt Michael Henze vom Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau in Bad Honnef.

Diese Vorbereitung beginnt mit einem Wurzel- und Kronenschnitt. Bei älteren Bäumen ist es ratsam, diese über mehrere Vegetationsperioden zu wiederholen. Bei jüngeren reicht es, wenn man diese Arbeiten in der Ve-



Kommt ein Kran zum Einsatz, muss man darauf achten, dass die Rinde nicht zu stark gequetscht wird. Sonst kann es passieren, dass sie abstirbt.

FOTO: FABIAN SOMMER/DPA/DPA-TMN

getationsperiode vor dem geplanten Umzug macht.

Um den Wurzelballen in einen guten Zustand für das Anwachsen am neuen Standort zu bringen, hebt man um ihn herum einen Graben aus und sticht dabei überflüssige Wurzeln ab. Der Außenrand des Grabens wird der späteren Ballenaußenseite entsprechen, erklärt Henze.

Der Graben reicht in der Tiefe bis unter den Hauptwurzelbereich und hat eine Breite von mindestens 20 Zentimetern. Der Umriss sollte nicht zu eng gewählt werden, denn es sollte möglichst viel Wurzelmasse erhalten bleiben. Der Experte Henze rät, dass der Durchmesser des Wurzelballens mindestens den zwölffachen Durchmesser des Stammes umfassen sollte.

Beim Ausstechen des Grabens werden zwangsläufig lange feine Wurzeln gekappt, die sich weit in die Erde hineinziehen und den Baum

mit Nährstoffen versorgen. Deshalb ist es wichtig, anschließend den Graben rund um den Wurzelballen mit einem speziellen Substrat mit Stoffen aufzufüllen, die das Durchwurzeln fördern. Und man muss den Ballen regelmäßig gut wässern. Der Graben und das Kappen haben ein Ziel: In der Folgezeit nach der Maßnahme wird der Baum neue Feinwurzeln am Wurzelballen bilden. Diese braucht er später auch dringend, um am neuen Standort anzuwachsen. Michael Henze Tipp: „Man sollte möglichst viel Erde dran lassen, damit sich viele kleine Wurzeln bilden können.“

Das Prinzip des Beschneidens des Wurzelballens zur Bildung von feineren neuen Wurzeln geht auf eine Methode aus den Baumschulen zurück: Die Vier-Jahres-Formel. Bäume, die beim Verkauf schon größer sein sollen, werden von den Profis in ihren ersten Jahren häufig umgesetzt.

„Die Pflanze steht vier Jahre an einem Ort, wächst dort. Nach vier Jahren wird der Baum verpflanzt, dann wächst er noch einmal vier Jahre, wird wieder umgesetzt und so weiter - bis er verkauft wird und seinen endgültigen Platz bekommt“, berichtet Baumschuler Christoph Dirksen. Diese Methode fördert die Bildung der feinen Wurzeln und ein so aufgezogener Baum kommt praktisch mit jedem Standort gut zurecht.

Nun aber zurück zum Baum aus Ihrem Garten: Zu

den Vorbereitungen in der Saison vor dem Umzug gehört auch ein Rückschnitt der Krone. Sie wird um bis zu 50 Prozent verkleinert - am besten, wenn kein Laub am Baum ist. Dabei sollte man darauf achten, dass statt vieler kleiner Schnitte eher weniger und dafür größere Schnitte ausgeführt werden, damit der Baum nicht so viele Verletzungen davon trägt.

Auch der Umzug des Gehölzes muss außerhalb der Vegetationsperiode vorstattgehen und keinesfalls dann, wenn der Baum noch Laub oder Früchte trägt. Die richtige Zeit ist November bis spätestens Ende April. Wichtig ist, dass kein Frost herrscht. „So ein großer Baum ist sehr schwer und oft nicht ohne maschinelle Hilfe umzusetzen“, sagt Christian Hönig vom BUND. „Wird ein Kran benutzt, darf der Baum nicht am Stamm angehängt werden, da sonst die Rinde so stark gequetscht werden kann, dass sie abstirbt.“

Besser ist es, für große und schwere Exemplare Rundspaltenmaschinen zu benutzen, die viele Greifarme haben und den kompletten Wurzelballen aus der Erde heben können. Das beugt Verletzungen des Baumes vor. Zum Schutz des Wurzelballens empfiehlt es sich, ihn beim Transport mit einem Jutesack zu umhüllen.

Der neue Standort sollte dem alten möglichst ähnlich sein, was Bodenbeschaffenheit, Hauptwindrichtung und Sonneneinstrahlung betrifft.

Sauerstoffmangels und er könnte ersticken.“

Umgesetzte Bäume brauchen weiterhin besondere Aufmerksamkeit und Pflege. So muss anfangs etwa besonders darauf geachtet werden, dass der Baum sicher stehen bleibt. Gegebenenfalls muss er mit Pfählen unterstützt werden. Sonst schwankt er im Wind und die Wurzeln können dabei abreißen.

tmn

Die zuverlässigen...

**TAXI**

**Taxi Geßner UG.**  
**05681/2790**

- Taxifahrten jeglicher Art
- Flughafenstransfer/Kleinbus bis 8 Personen
- Krankenfahrten sitzend & aller Krankenkassen
- Kurierdienste/Besorgungsfahrten bundesweit

Ihr ambulanter Pflegedienst in Spangenberg wünscht

**fröhe Ostern**

Pflege im Haus

**Team - Bodden**

Neustadt 43  
Spangenberg  
Tel. 05663 468

**FROHE OSTERN**

wünscht das Asklepios-Team

**ASKLEPIOS**

Schwalm-Eder-Kliniken  
www.asklepios.com/schwalm-eder

Klinikum Schwalmstadt  
(0 66 91) 799-0  
Klinikum Melsungen  
(0 56 61) 777-0

**HALLMANN**

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 ohrfachärztl. Verordnung. Zzgl. d. gesetzl. Zuzahlung in Höhe von € 10,-/Hörgerät, ggf. zzgl. Ohrpassstück. Optik Hallmann GmbH, Große Str. 27, 24937 Flensburg

Kassel • Melsungen • Bad Hersfeld  
**0800/412 6000 • optik-hallmann.de**

Lieber gehörig sparen. Lieber HALLMANN.



Soll der Baum umziehen, beginnt man am besten zwei bis drei Jahre vorher mit den Vorbereitungen. Die beginnen mit einem Wurzel- und Kronenschnitt. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Angebote gültig vom 19.04. bis 23.04.2022

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

**Currywurst** .....Stk. **2,80**

**Cordon bleu** .....1 kg **12,99**      **Dicke Rippe** .....1 kg **5,99**

**Gyros** .....1 kg **8,99**      **Leberkäse** .....1 kg **13,99**

**Ab Mittwoch: 1 Fertiggericht zum Mitnehmen**

# Aktiver Stressabbau

## Warum das Heimwerken uns so guttut

40 Stunden Arbeitswoche absolvieren - und dann noch zu Hause weiterbasteln? Viele empfinden das Heimwerken als Entspannung, als Ventil zum Stressabbau. Der Psychologe Ludwig Andrione versteht das.

Wer vor allem mit dem Kopf arbeitet, dem tut körperliche Tätigkeit nach Feierabend oder am Wochenende oft gut. Und selbst wer beruflich körperlich anstrengende Arbeiten verrichtet, der kann noch Freude daran haben, sein Haus selbst umzubauen. Weil Heimwerken menschliche Bedürfnisse erfüllt, erklärt der Psychologe Ludwig Andrione im Interview. Und er nennt Tipps, wie man vermeidet, dass die Freizeit-Tätigkeit in Stress ausartet.

**Herr Andrione, was treibt Menschen an, die einem anstrengenden, stressigen Job nachgehen, sich in ihrer Freizeit auch noch ins Heimwerken zu stürzen?**

Wir müssen hier grundsätzlich unterscheiden zwischen Erwerbsarbeit und sonstiger Arbeit. Manchmal ist die Erwerbsarbeit nicht gerade das, was uns so wahnsinnig Spaß macht und erfüllt. Man erlebt bei der Arbeit nicht immer Sinn - und das ist auch nicht unbedingt nötig. Man kann einen Job machen, der einfach ein Job ist. Dann findet man Sinn vielleicht woanders, etwa im Heimwerken. Dazu kommen menschliche Grundbedürfnisse, etwa Autonomie. Selbst wenn man einer Arbeit nachgeht, bei der man körperlich etwas tut, also vielleicht Motoren zusammenschraubt, hat man da oft wenig Autonomie. Das ist ganz anders bei der Heimarbeit.

In einer Erwerbsarbeit kommt manchmal das Feedback „Hey, das hat nicht so gut geklappt“. Wenn man aber zu Hause etwa einen Schrank repariert, erlebt man dabei sicherlich seine Kompetenz. Man erlebt, was man so kann. Man ist sein eigener Herr und schafft etwas. Dinge, die bleiben. Das kann auch noch eine gewisse Verbindung zu seinem Umfeld aufbauen, auch vielleicht zu seinen Lieben. Und damit sind wir schon beim dritten Grundbedürfnis, das hier wichtig ist: bei der Verbundenheit.



Wenn man im Haus oder in der Wohnung werkelt, ist man - anders als am Arbeitsplatz - sein eigener Herr.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

**Nun klappt beim Bauen und Basteln ja nicht immer alles, gerade für Anfänger kann Heimwerken auch Frust bedeuten. Wie schafft es, dass bei dieser Freizeittätigkeit ein positives Gefühl entsteht?**

Man sollte nicht unbedingt die superschweren Aufgaben annehmen. Nicht die, bei denen man schon vorher abschätzen kann, dass das ziemlich schwer wird. Also etwa ein Schiff im Vorgarten zu bauen. Klar, es kommt auf die Fähigkeiten an. Es gibt Menschen, die vollbringen wunderbare und unglaubliche Dinge. Das will ich nicht abtun. Aber für

die meisten von uns ist so ein Schiffsbau eher unrealistisch. Genauso sind aber zu leichte Aufgaben auch nicht unbedingt das Richtige. Man sollte sich also eher mittelschwere Aufgaben suchen, an denen man auch ein bisschen wachsen kann.

**So mancher baut ja gleich sein Eigenheim zu Teilen selbst oder saniert viel zu Hause in Eigenregie. Wie verhindere ich, dass ich mir neben meiner Erwerbsarbeit privat so viel Stress beim Heimwerken mache, dass ich mich überarbeite?**

Hier ist es wahrscheinlich gut, wenn man eine gute Pla-

nung hat. Um auch für sich selbst Ressourcen zu schaffen.

So ein Umbau etwa ähnelt ja auch schon sehr einer Erwerbsarbeit, auch wenn man ihn natürlich in der Freizeit macht und es irgendwie mehr oder weniger zum Spaß ist. Denn selbst wenn Sie richtig Lust darauf haben und Sie zum Beispiel zum Ausgleich zu Ihrer Tätigkeit im Topmanagement, die nur mit dem Kopf stattfindet, zu Hause die Tapete abkratzen und mit Mörtel arbeiten wollen, kann das anstrengend sein - und zu viel werden.

Daher macht es Sinn, ähnlich wie in der Erwerbsarbeit, sich

einen Plan zu machen und möglichst kleinschrittige Aufgaben zu setzen. Aufgaben, die Sie auch realistisch an einem Tag schaffen können. Denn wir neigen dazu, uns immer zu wenig Zeit für Aufgaben zu geben.

Ein Beispiel: Ich will eine Wand neu gestalten. Dann schaue ich mir Schritt für Schritt an, was getan werden muss: Wie mache ich den Putz an, was brauche ich dafür? Ich mache mir also eine ganz kleinteilige To-do-Liste mit realistischen Zeitvorgaben.

Wenn man dann merkt, es wird doch zu stressig und man schafft nicht mehr alles

am gleichen Tag, dann sollte man zu sich sagen können: „Das ist so in Ordnung. Es ist in Ordnung, ein paar Sachen nach hinten zu verschieben. Denn es ist ja meine Freizeit.“

**Zur Person:** Ludwig Andrione aus der Metropolregion München ist Psychologe mit Schwerpunkt Arbeits- und Organisationspsychologie, Eignungsdiagnostik und Trainings. Er ist Gründer der Fachgruppe New Work im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen, die sich unter anderem mit dem Thema Sinn bei der Arbeit beschäftigt.

tmm

**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

### Landwirtschaft & Forsten

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

### Kontakte

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

### Stellenangebote

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

### Bekanntschaften

**Kartenlegerin Frau Lydia Lange**  
 Termin unter GÖ 0551 38113648

### Verkauf

Waschmaschine, Herd, Trockner, Gefrierkombi 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

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

### Auto-Ankäufe

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

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen  
 Tel. 03 94 4 - 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

Anzeigen in Ihrer Tageszeitung sind eine wirkungsvolle Werbemöglichkeit.

Mit **2€** im Monat helfen!

**two for one world** **MISEREOR**  
 DAS HILFSWERK

[www.2-Euro-helfen.de](http://www.2-Euro-helfen.de) 01 80/2 22 22 10 (0,06 €/Anruf)