

TOP AUSGESTATTET
SOFORT STARTKLAR



LUMMERT
AUTOMOBILE
Calden

Ihr Mazda-Partner seit 1975
Oberweg 27 · 34379 Calden
Telefon 05674 844
www.lummert.mazda-autohaus.de

DIE SCHNELLE HILFE BEI
**RÜCKEN-
SCHMERZEN.**

medi fit

☎ 05692 - 995001
www.medifit-wolfhagen.de

HEIMAT NACHRICHTEN

HOFGEISMAR
WOLFHAGEN

Wir sind weiterhin
für Sie da!

Ihr Spezialist vor Ort für
Gardinen,
Sonnen- und Sichtschutz

Unser Aufmaß-, Montage- und Reinigungs-
service ist weiterhin für Sie aktiv!

Schützenhagen 17 34369 Hofgeismar
Ruf 05671 / 92 05 32 Fax 92 05 33

BeGaTex
Assessoires Gardinen Sonnenschutz



Naumburg
Das DRK weihet sein neues,
knallrotes Zuhause ein.



Fürstenwald
Junglandwirt wurde für
Bundespreis nominiert.



Hofgeismar
Fahrradfahren soll überall
sicherer werden.



Schwimmvergnügen in reizvoller Landschaft

Seit 25 Jahren setzt sich ein engagierter Förderverein für das Zierenberger Freibad ein

Zierenberg – Das Zierenberger Freibad zählt für viele zu den schönsten der Region. Idyllisch am Fuße des Schreckenberges gelegen, lockt es mit allerlei Attraktionen von der Rutsche bis zum Sprungturm, leckeren Pommes und Schnuckettüten aus dem Kiosk und natürlich dem großen Schwimmbecken. Jahr für Jahr große und kleine Wasserratten an. Dass es auch heute noch mit anderen Bädern mithalten kann, ist zum einen der aufwendigen Sanierung im Jahr 1998 zu verdanken, die ihm ein modernes Edelstahlbecken mit 25 Meter-Bahnen, Whirlpools und Wasserspeiern beschert hat, zum anderen aber auch dem Engagement vieler Freiwilliger, die sich vor 25 Jahren zu einem Förderverein zusammengeschlossen haben.



Aktiv im Förderverein: Karl-Heinz Seggedi (links) und Günter Hunold teilen seit Jahrzehnten die Liebe fürs Zierenberger Freibad.

FOTOS: SASCHA HOFFMANN



Helmut von Zech
Langjähriger Förderer des Freibades



Werner Weber
Langjähriger Förderer des Freibades

Die Gründungsversammlung fand am 25. Februar 1997 unter Leitung des damaligen Bürgermeisters Jürgen Pfützte im Sitzungssaal des Rathauses statt“, berichtet Karl-Heinz Seggedi, der den Schwimmbadförderer seit 2017 vorsteht und auf Alfred

Grimm, Klaus Peter und Lutz Kuschel gefolgt ist. „Jeder einzelne hat mit seiner Mannschaft zum Erhalt unseres Bades beigetragen“, sagt er und dankt zum 25. Geburtstag des Vereins allen, die sich engagiert haben und noch weiter engagieren.

Dass sich die Arbeit lohnt, bestätigt einer der ältesten Freibad-Fans. „Früher war es nicht so schön hier“, sagt Günter Hunold, früherer Leiter und Mitbegründer der DLRG Zierenberg, der hier

„Schwimmen hält fit und wenn es mal zu kalt zum Schwimmen ist, wird in geselliger Runde gemütlich ein Tässchen Kaffee getrunken und der Blick in die herrliche Umgebung genossen.“

Günter Hunold
Früherer DLRG-Leiter

einst den Frauen das Schwimmen beigebracht hat. „Es war ein reines Betonbecken, 33 Meter lang und mit heute nicht zu vergleichen.“ Er ist dem Förderverein dankbar, denn auf sein morgendliches Frühschwimmen will er auch mit seinen 94 Jahren nicht verzichten. „Schwimmen hält fit“, sagt er, „und wenn es mal zu kalt zum Schwimmen ist, wird in geselliger Runde gemütlich ein Tässchen Kaffee getrunken und der Blick in die herrliche Um-

gebung genossen“. Feedback wie das von Hunold spornt Seggedi und sein Team an, auch künftig alles zu geben für ihr geliebtes Bad. Im Jubiläumsjahr des Fördervereins sind deshalb auch wieder zahlreiche Aktionen vom Piratenfest über den schon legendären Arschbombenwettbewerb bis hin zum Grillabend mit Livemusik geplant, sofern das Wetter mitspielt.

Bei aller Freude plagt den Vorsitzenden aber auch eine

Sorge: „Wir benötigen dringend Nachwuchs im Team“, sagt Seggedi, der auf jüngere Mitstreiter hofft, die mithelfen, dass das Zierenberger Freibad auch in den nächsten 25 Jahren noch für viele zu den schönsten in der Region zählt. zhf

Kontakt: Wer im Förderverein mitarbeiten möchte, meldet sich bitte unter Telefon 0 56 06-88 17 bei Karl-Heinz Seggedi.

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

Fachbetrieb aus Beverungen



- ✓ Wintergärten
- ✓ Terrassendächer
- ✓ Haustüren
- ✓ Fenster

FIRMA FLEX
☎ 05273-367530

Heimatchrichten
Beachten Sie die geänderte Anzeigenschluss-Zeit für die Ausgabe am

Samstag, 18.06.2022
für gewerbliche Anzeigen und private Kleinanzeigen:

Montag, 13.06.2022, 18 Uhr

HEIMAT NACHRICHTEN

siebentage
ESSEN für eine woche

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

Ab Montag, 20. Juni

1. Weißwurst & Kartoffelsalat
2. Bulgur Gemüse-Pfanne
3. Serbischer Bohneneintopf
4. Maispouardenbrust in Estragon
5. Spinat Ricotta Knödel
6. Spanische Paella mit Garnelen
7. Spießbraten in Pfefferrahm

bestellbar auf: **grischaefer.de**

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

Naturstein
für Haus & Garten

Bodo Kouril GmbH & Co KG

KOURIL
Naturstein - Baustoffe

Schratweg 4
Breuna-Oberlistingen
Tel. 05676 925107
naturstein-kouril.de

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 7.30-16.30 Uhr
Samstag 9.00-12.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung



EXKLUSIVE HAUSTÜREN UND BAUELEMENTE

Dudeck
Metall GmbH

Liebenau Hueda ☎ 05676 989 128

Tante Christa macht jetzt Schluss

Nach 44 Jahren in der Kita Regenbogen geht die Leiterin in den Ruhestand

Oberlistingen – Auf diesen Tag hat sich Christa Rüdtenklau schon gefreut. Denn heute geht die 64-jährige Erzieherin aus Leidenschaft in den Ruhestand. Nach 44 Dienstjahren als Mitarbeiterin in der gemeindlichen Kindertagesstätte Regenbogen in Oberlistingen, davon seit 32 Jahren als verantwortliche Leiterin.

Mit ihrer Familie, Ehemann Heinz-Theo, den beiden Kindern und drei Enkeln, hat sich die im Breunaer Ortsteil Niederlistingen lebende Christa Rüdtenklau auf diesen Tag vorbereitet. Sie ver-

hehlt aber nicht, dass dies zwar mit einem lachenden Auge geschieht, sondern auch mit jeder Menge Wehmut im Herzen. Verabschiedet wurde „Tante Christa“, wie sie von „ihren“ Kindern liebevoll genannt wird, bei einem kleinen Festakt mit Breunas Bürgermeister Jens Wiegand, dem evangelischen Gemeindepfarrer Thomas Wischnath, ihrem bisherigen Mitarbeiterteam sowie natürlich von allen 45 jetzigen und vielen ehemaligen Regenbogen-Kindern. Auch Bürgermeister Jens Wiegand war



Ende einer langen Dienstreise: Nach 44 Jahren als Erzieherin in der Oberlistinger Kindertagesstätte Regenbogen, davon 32 Jahre als Leiterin, wird Christa Rüdtenklau heute in den Ruhestand verabschiedet.

FOTO: REINHARD MICHL

einst ein Regenbogen-Kind. Der Wunsch, Erzieherin zu werden, hatte Christa Rüdtenklau, die selbst nie einen Kindergarten besucht hatte, schon während ihrer Kinder- und Jugendzeit. Als Alternative wäre sie gerne Kinderkrankenschwester geworden.

Für ein junges Mädchen, das im heutigen Trendelburger Stadtteil Sielen am 14. April 1958 geboren wurde,

dort auf einem Bauernhof aufwuchs, war damals die Mittlere Reife keine Selbstverständlichkeit. „Ein Bekannter meiner Eltern äußerte sich ihnen einmal gegenüber, warum ich denn einen Beruf erlernen will. Ich könnte doch auf unserem Hof arbeiten. Meine Eltern als auch mein Bruder, der den Hof übernahm, unterstützten jedoch meinen Berufswunsch. Sie fuhren mich regelmäßig von Sielen zum Eberschützer Bahnhof, damit ich mit dem Zug zu meiner Ausbildungsstätte kam“, erzählte Christa Rüdtenklau. Ihr Vorpraktikumjahr absolvierte sie in der Kinderstation des Hofgeismarer Krankenhauses. Danach besuchte sie zwei Jahre lang die Fachschule für Sozialpädagogik in Warburg und schloss ihre Ausbildung mit einem Anerkennungs-

jahr mit schulischer Begleitung und der erfolgreichen Prüfung als staatliche Erzieherin ab.

Danach bewarb sie sich bei der Gemeinde Breuna und bekam die sofortige Zusage als Erzieherin in der Kita Oberlistingen zu arbeiten.

Wie aber kommt eine junge Frau aus dem Diemeltal nach Niederlistingen? Christa Rüdtenklau lachend: „Mein Mann und mein Bruder haben gemeinsam die Landwirtschaftsschule besucht. Sind nicht nur beruflich Freunde geworden. So lernte ich Heinz-Theo kennen und lieben. Bei unserer kirchlichen Trauung standen die Oberlistinger Regenbogen-Kinder schon Spalier. Niederlistingen wurde meine neue Heimat und meine Schwiegereltern standen mir nach der Geburt der beiden Kinder helfend zur Seite, damit ich weiter in meinem Beruf arbeiten konnte.“ Christa Rüdtenklau hat sich neben ihrem Beruf zudem Jahrzehnte lang ehrenamtlich in Niederlistingen engagiert: im Kirchenvorstand, bei den Landfrauen sowie im Gemischten Chor.

Ihre Entscheidung, Erzieherin zu werden, hat sie nie bereut. „Auch weil ich fachlich und menschlich auf ein Mitarbeiterteam bauen und vertrauen konnte.“ Eine aus diesem Kreis, Daniela Hütter, tritt nun als neue Kita-Leiterin die Nachfolge an. Wenn in der Regenbogen-Kita personell Not angesagt ist, darf Christa Rüdtenklau aber gerne einspringen – bot ihr der Bürgermeister an.

Koch zur zweiten Vorsitzenden beim AFK gewählt

Kassel – Auf der konstituierenden Vorstandssitzung des Arbeitskreises der Wirtschaft für Kommunalfragen der Region Kassel (AFK) wurde Katharina Koch zur stellvertretenden Vorsitzenden gewählt. Sie vertritt damit Martin A. Jünger, der neuer Vorsitzender des AFK in der Region Kassel ist.



Katharina Koch
Stellvertretende
Vorsitzende

Katharina Koch (35) ist seit 2018 Inhaberin der Landfleischerei Koch in Calden. Sie trat mit ihrem Unternehmen im selben Jahr als Mitglied in den AFK der Region Kassel ein und wurde 2020 in den Vorstand gewählt.

Den elterlichen Betrieb hat Koch in fünfter Generation übernommen. Sie habe den Traditionsbetrieb in die Moderne geführt, heißt es in einer Pressemitteilung. Dafür belegte sie beim Hessischen Gründerpreis 2020 in der Kategorie „Zukunftsfähige Nachfolge“ Platz 1.

Als Frau mit Meistertitel in einer Männerdomäne warb sie in einer bundesweiten Kampagne für das deutsche Handwerk. Ihr Betrieb ist laut Mitteilung nachhaltig, ökologisch und nach vorne orientiert. Katharina Koch ist Mitglied im Mittelstandsbeirat, berät in dieser Funktion das Bundeswirtschaftsministerium und vertritt die Interessen der kleinen und mittelständischen Betriebe.

Der Arbeitskreis der Wirtschaft für Kommunalfragen der Region Kassel (AFK) wurde 1961 gegründet. Die Mitglieder aus Industrie, Handel, Handwerk, Dienstleistung und freien Berufen beschließen zusammen über 25 000 Menschen. Zweck des Arbeitskreises ist die Vertretung und Durchsetzung lokaler und regionaler Belange der Wirtschaft.

FOTO: PRIVAT

bdkS VIELFALT LEBEN

Für unsere **Wohneinrichtung in Hofgeismar** suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine*n

Mitarbeiter*in in der Gebäudereinigung (m/w/d)
in Teilzeit (20 Std./Woche)

Mehr Informationen, auch zu unseren umfangreichen Sozialleistungen, finden Sie unter:
www.bdkS.de/karriere/
charta der vielfalt

ERFOLGSFAKTOR FAMILIE
Unternehmensnetzwerk

Diakonie Hessen

www.rb-becker.de

ab Mo, den 13.06.2022

Holz-Pflanzstab ca. Ø 2,7
100cm 0,99
120cm 1,49
150cm 1,99
180cm 1,49

Bambus-Pflanzstab
120cm 0,99
150cm 1,29

Sonnenliege mit Rollen
Korrosionsfreies Aluminiumgestell, Textilbespannung, verstellbares Rückenteil, Rollbar
199,00 II. Wahl

Verstellbarer Klappstuhl
silber oder anthrazit, Aluminiumgestell, Textilgewebe, Maße: 93,5 cm hoch, 64 cm breit
49,50 je II. Wahl

Stapelstuhl
silber oder anthrazit, Aluminiumgestell, Textilgewebe, Maße: 97,5 cm hoch, 65,8 cm breit
39,98 je

Rasenmäher BIG WHEELER 534.1 R
• 4-Takt Power-Engine Motor
• Ergonomisch geformter 2-fach höhenverstellbarer Fahrgreif
• Stabiles pulverbeschichtetes Stahlblechchassis
• 6-fache zentrale Schnitt-höhenverstellung
• 65 Liter großer Grasfangsack mit Fullstands-anzeige
• 196 cm³, 2800 U/min
275,00 **4,6 PS**

Benzin-Freischneider GFS 1503 B
mit Wirbelblatt & Sternblatt, Förderspule inkl. komfortables Tragegurtsystem, 1,5/2,0 (KW/PS), 51,7 cm³
129,50

Druckpöher 5 Liter
Mit Drucktank und Sicherheitsventil, Edelstahlzahn 47cm, Ø 18x20 cm, 2,5 bar, inkl. Tragegurt, Höhe 42,5 cm, mit schwarzem Schlauch.
7,77

Druckpöher 8 Liter
14,99

Garten-Sprinkler-Schlauch
15m lang, inkl. Anschlussadapter
7,99

Flex-Garten-Schlauch
von 7,5m auf 23m dehnbare, inkl. Sprühpistole u.a.
9,98

Gartenschlauch-Set
5 teilig: Spritzpistole, Kupplungen, 20 m Schlauch
9,98

Gartenpumpe JG3100
Förderhöhe: max. 28 m
Fördermenge: max. 3200l/h
49,50

Großer Gartentisch
Gestell aus Aluminium, Tischplatte aus massivem Robiniensholz
299,00 II. Wahl

Gartentisch XXL 280x100 cm
Ausziehbar von 280 cm auf 380 cm. Witterungsbeständig und stabil, 5 mm starke beschichtete Sicherheitsplatte. Leicht zu reinigen, bietet Platz für bis zu 12 Personen
399,00

Gartentisch XL 160 x 90 cm
Ausziehbar von 160cm auf 210cm.
249,50 II. Wahl

Pool-Komplettsset 524 x 386 x 124 cm
Eleganter Pool mit einfacher Montage. Inkl. 4-stufige Außentreppe aus Komposit & 3-Sprossen-Innenleiter aus Edelstahl. Effiziente 6 m³/h Sandfilteranlage. Dunkelgrau. Betonboden optional.
3499,00 II. Wahl

Elektro-Heckenschere HS 620
2-Hand Sicherheitschalter, gegenläufige Messer, beidseitig schneidend, 8-fach neigbarer Schneidkopf
49,50

Benzin-Heckenschere GMH 603
mit Reversierstart, Primerpumpe, 3-Punkt Anti-Vibration-System gegenläufige losgergeschnittenen Messer
99,50

Universalpräparat zur Ungezieferbekämpfung
1 PS / 0,75lW / 26cm
Schüttflüssigkeit 615 ml
9,98

Wespenspray zur Bekämpfung von Wespen oder Vespiden
1 Liter / 1,837
400 ml
7,99 je

Fenster-Fliegen-gitter ca. 95x220 cm
3,99

Insekten-fänger 4 Stück
1,99

H-Schlag-sahne min. 3% Fett
200g
1kg=2,95
0,59 je

Sonnenblumenkerne geröstet & gesalzen
200g
1kg=4,95
0,99 je

KitKat versch. Sorten
112g
1kg=8,84
0,99 je

Sansibar Ice Lemon, Ionic oder Red Orange
0,75 Liter
1 Liter=3,997
2,99 je

Feine Käseplatte in Scheiben versch. Sorten
165g
1kg=7,21
1,19 je

Toast & Beer Salt & Pepper
125g
1kg=6,32
0,79 je

Mars oder Snickers 8x35g oder 8x40g
1,79 je

WIZ/Kleinalmerode Industriestr. 1 05542 / 93 39 60
Kassel Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 551
Gudensberg Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

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

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

Traumtänzer?

„Ich habe schon immer gern getanzt. Mit meinem Nebenjob als HEIMATNACHRICHTEN-Zusteller konnte ich mir jetzt einen professionellen Tanzkurs leisten!“

Foto: Benitz - www.fotolia.com

Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienst Du Dein Geld an der frischen Luft.

Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhafte in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich die HEIMAT NACHRICHTEN Hofgeismar/Wolfhagen **samtags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

■ BAD EMSTAL: Riede
■ BREUNA: Wettesingen (Bergstr.)
■ CALDEN: Meimbressen Stadt (Treisweg)

■ HABICHTSWALD: Dörnberg (Silberseeestr., Wolfhager Str.)
■ HOFGEISMAR: Ehlen (Kasseler Str., Lohweg)
■ IMMENHAUSEN: Hümme (Hauptstr.), Kelze Stadt (Am Hang)
Holzhausen (Eichwaldstr., Tannenstr.)
Stadt (Am Leutenhäuser Berg, Lohweg, Mariendorfer Str., Meisenweg, Querstr., Untere Bahnhofstr.)

■ NAUMBURG: Elbenberg (Bergstr., Grüner Weg)
■ REINHARDSHAGEN: Veckerhagen (Weserstr.)
■ TRENDELBURG: Eberschütz, Gottsbüren, Stammen

■ WOLFFHAGEN: Altenhasungen (Bärenbergstr.)
Gasterfeld, Nothfeld, Stadt (Bunsenstr.)
Wenigenhasungen

■ ZIERENBERG: Stadt (Dörnbergstr., Ehleener Str., Oberelsunger Str.)

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

HEIMAT NACHRICHTEN
TOP DIREKT

HEIMAT NACHRICHTEN
HOFGEISMAR WOLFHAGEN

IMPRESSUM

Herausgeber:
NHV 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 71 / 50 90 27
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

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

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

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Tel.: 0 56 1 / 920 940
E-Mail: info@top-direkt.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 1b vom 1.5.2022
Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaukleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, mit Angabe Ihrer Anschrift, an info@top-direkt.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.
Weitere Informationen finden Sie auch auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de



Nicht nur die Arbeit wird auf mehrere Schultern verteilt, auch das Risiko ist für jeden Einzelnen geringer: Tim Kramm (von links), Nils Tolle, Marius Rau und Markus Müller bewirtschaften gemeinsam den Hof Tolle. FOTOS: HANNA MAITERTH

Eisenbahnen, Autos, Zubehör kauft:
Raabe's Spielzeugkiste, Wilhelmsthaler Str. 11,
34379 Calden, Telefon 05674 8234317

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

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

Rixer
Bauernladen
**Hausmacher
Wurstwaren**
Grillspezialitäten
Aus eigener Haltung
frisch auf Bestellung!
Hähnchen, Puten
(auch Brust, Keule, Schnitzel)
Party-Service
Aus eigenem Anbau
Erdbeeren
Gepflückt Kg 5,-
Korb 2,5 Kg 10,-
Selbstpflücken Kg 3,-
Direkt am Rixer Bauernladen!
Frisch geerntet!
Salat (ungespritzt)
Kartoffeln
Verschiedene Sorten
Freilandeier
aus unserem Hühnermobil
zum selber abpacken Stk. 0,22 €
Mo - Mi & Fr 9-13 & 14-18 Uhr
Do 9-13 Uhr & 14-19 Uhr
Sa 9-13 Uhr
Familie Peter Koch
34393 Grebenstein-
Friedrichsthal Nr. 5
☎ 05674-1355

Höfe fit machen fürs Klima

Fürstenwalder Junglandwirt für Bundespreis nominiert

Fürstenwald – Wie können Landwirte dem Klimawandel und dessen Folgen begegnen? Mit dieser Frage hat sich Nils Tolle (29) vom Hof Tolle in Fürstenwald beschäftigt und Planungsmethoden entwickelt. In acht Schritten wird eine individuelle Klimastrategie herausgearbeitet. „Es entsteht eine Anleitung zur Betriebsplanung für den Klimawandel.“

Das Projekt wurde nun für den Publikumspreis beim Bundespreis „Blauer Kompass“ nominiert. Es ist die höchste Auszeichnung in Deutschland, die für Maßnahmen zur Anpassung an die Folgen der Klimakrise vergeben wird. Auf Zuspruch stößt das Projekt auch beim Dezernat für Umwelt- und

Klimaschutz im Landkreis Kassel. Dort gilt es schon jetzt als „Leuchtturmprojekt“.

„Als Politiker sehen wir den Bedarf“, erklärt Thomas Ackermann, Dezernent für Umwelt- und Klimaschutz. Für ihn sei eine diversifizierte und damit resilientere Landwirtschaft im Landkreis ein wichtiges agrarpolitisches Ziel. „Der Hof Tolle nimmt eine Vorreiterrolle ein“, betont Klimaschutzmanagerin Dr. Christina Lütke. „Wir bieten deshalb Möglichkeiten zum Austausch und zur Vernetzung an. Nicht jeder muss das Rad neu erfinden.“

„Die vergangenen Jahre zeigten deutlich, dass die Auswirkungen des Klimawandels ein weites Spektrum umfassen: Trockenheit, Hit-

ze, Starkregen, Überflutungen“, informierte Tolle über den Hintergrund des Projektes. Sich darauf einzustellen, sei eine Notwendigkeit, die alle Landwirte verbinde. „Es lohnt zu fragen: Was hast du ausprobiert?“ Die Herausfor-

HINTERGRUND

Abstimmen für Klimaprojekte

Nils Tolle entwickelte die Planungsmethode für seine Masterarbeit an der Universität Hohenheim. Seit einem Jahr werden die Ergebnisse auf dem Bio-Hof der Familie in Fürstenwald angewendet, um den Herausforderungen des Klimawandels zu begegnen. Das Projekt setzte sich bereits gegen 239 durch. Noch konkurrieren 20 Projekte um den „Blauen Kompass“, der mit 25 000 Euro dotiert ist. Bis zum 8. Juni kann unter umweltbundesamt.de/tatenbank abgestimmt werden. phm

derungen unterschieden sich zwar regional, lernen könne man dennoch voneinander. Allein der Dörnberg sorgte für unterschiedliche Bedingungen. Während Zierenberg den Löwenanteil des Regens abbekomme – also auch eine

größere Überschwemmungsgefahr herrsche –, regne es auf der anderen Seite seltener und die Landwirte hätten es häufiger mit Trockenheit zu tun, erklärt Tolle.

Doch auch die Politik sieht Tolle in der Verantwortung. Denn die Landwirtschaft sei, gesteuert durch Politik und Industrie, längst ein hochtechnisierter Prozess, der mittlerweile an die Grenzen der wirtschaftlichen Effizienz und Robustheit gelangt sei. „Doch nur bei ausreichend Reserven kann auch eine vernünftige Klimaangepassung vorgenommen werden.“ Die politische Aufgabe sei es, Landwirten den Freiraum zu verschaffen, um mit den Problemen umgehen zu können. phm

Liebenau will Öffnung von Bahnhöfen

Nordhessischer Verkehrsverbund soll die Reaktivierung prüfen

Liebenau – In Liebenau sollen wieder Züge oder Regiotrams halten. Das ist der Wunsch von Magistrat und Stadtverordneten. Der Nordhessische Verkehrsverbund (NVV) solle deshalb prüfen, ob Bahnhöfe im Diemeltal, insbesondere der in Liebenau, wieder eröffnet werden können. Dafür soll sich der Magistrat jetzt beim NVV einsetzen.

Die Liebenauer Stadtverordneten begrüßten, dass es einen gut getakteten Busverkehr im Stadtgebiet gebe. Aber Busfahrten von Liebenau nach Hofgeismar oder Kassel dauerten weiterhin zu lange. Noch Hofgeismar seien Bus-Passagiere 40 Minuten unterwegs, nach Kassel mehr als eine Stunde. Deshalb sollten Bahnhöfe geöffnet werden und Züge wieder in Liebenau halten. Es habe sich gezeigt, dass Orte, die einen Bahn-Halt haben, zu attraktiven Wohnorten werden, hieß es dazu im Liebenauer Parlament.

Mehrheitlich haben die Liebenauer Stadtverordneten ei-

nem Antrag der Fraktion der Linken zugestimmt. Damit solle sich die Stadt zu einer „sozialökologischen Ver-

kehrswende bekennen“. Da-Linken gehörten günstigere Fahrpreise im öffentlichen Nahverkehr und Schritte auf dem

Weg zum Nulltarif. Der öffentliche Personennahverkehr müsse so gestaltet werden, dass auch Menschen oh-

ne Auto im ländlichen Raum mobil sein können, sagte Stefanie Kersting. ber

GOLDANKAUF KASSEL
OBERE KÖNIGSSTRASSE 37A
– AM OPERNPLATZ –
MACHEN SIE IHR GOLD ZU GELD
- Altgold
- Zahngold (auch mit Zähnen)
- Goldmünzen, Goldbarren
- Silberschmuck und Münzen
- Silberbesteck / Zinn
90/100/800 abgestempelt
- 5 DM und 10 DM Münzen
- Erbnachlässe / Diamanten
- Kompl. Münzsammlungen
LUXUS-/NOBELUHREN
Bitte Termin vereinbaren unter 0561-5055515
Vertrauen Sie dem Juwelierfachmann
GOLDANKAUF KASSEL
Obere Königsstraße 37a · 34117 Kassel · Mobil 0174 3612005
Direkt am Opernplatz, unterhalb von Brillen Fielmann · www.goldankaufkassel.de
Öffnungszeiten: Montag-Freitag von 10.00-18.00 Uhr · Samstag von 9.30-14.00 Uhr

Podologische Fachpraxis Nicole Schmidt | Bahnhofstr. 4 | 34369 Hofgeismar
Ihre Spezialisten für medizinische Fußbehandlung
Wir finden für jedes Fußproblem eine Lösung!
Behandlung von:
▶ eingewachsene Nägel ohne OP
▶ Nagelpilzinfektion
▶ Hühneraugen / Warzen
▶ Druckstellen
▶ und vielem mehr
Kassenleistung für:
▶ Diabetiker
▶ Neuropathiker
▶ Patienten mit Querschnittssyndrom
Es ist Zeit für Sonne auf der Haut und Sand zwischen den Zehen. Mit uns und gesunden Füßen durch den Sommer
Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin unter
0 56 71-608 77 11
Schmidt
www.podologie-schmidt-hofgeismar.de

Angebot 14.06.-17.06.2022
Aus der Region – für die Region!
Gutes vom Lande im Hofgut Hofladen
Aus unserer Hofgut Landwirtschaft:
Grillsteaks, gewürzt:
Kamm 100 g 1,29 €
mager 100 g 1,39 €
Bauchscheiben 100 g 0,99 €
gebrühte Bratwurst 5 Stk. 6,00 €
kl.Sülze oder Blutwurst 250 g 3,30 €
Bratenaufschnitt 100 g 1,99 €
Mini Stracke im Glas Glas 6,10 €
SAISON-ÖFFNUNGSZEITEN G'RTNEREI
Mo-Fr 7.30 - 18.00 Uhr
Samstag 7.30 - 13.00 Uhr
Telefon: 0 56 71 50 80 11-00
ÖFFNUNGSZEITEN HOFLADEN
Di, Mi, Do 8.00 - 13.00 Uhr
Freitag 8.00 - 14.00 Uhr
Telefon: 0 56 71 50 80 11-01
Sch. tzenhofweg 17
34369 Hofgeismar
Email: bestellungen.hofladen@bdkds.de

Knallrotes Zuhause für das DRK

In Naumburg wurden Neueröffnung und Geburtstag gefeiert

Naumburg – Timo Jassmanns Krawatte harmonisiert perfekt mit der Fassade der neuen DRK-Unterkunft mitten in Naumburg. Es ist kein Zufall, orientieren sich beide schließlich am knallroten Kreuz, das seit Jahrzehnten Wahrzeichen der Lebensretter und als Wiedererkennungswert zudem Teil ihres Logos ist. Auch in Naumburg zieht das Rot nun alle Blicke auf sich, gebrochen durch edles Holz, ziert es das langersehnte Zuhause der DRK-Ortsgruppe in der Straße Im Hain. Für Jassmann ist es allerdings mehr als nur ein neues Gebäude, wie er die zahlreichen Gäste am Samstag beim Tag der offenen Tür mit offizieller Einweihung wissen lässt: „Wir stehen hier, weil in den vergangenen zwölf Jahren in dieser Stadt etwas Großartiges gewachsen ist, was der DRK-Kreisverband mit der neuen Unterbringung zu würdigen weiß.“



Zahlreiche Naumburger feierten gemeinsam mit der DRK-Ortsgruppe ihre neue Unterkunft und, etwas verspätet, ihr zehnjähriges Bestehen.

FOTOS: SASCHA HOFFMANN

Er meint damit die engagierte und von der Bevölkerung überaus geschätzte Ortsgruppe, die einst aus einer simplen Idee entstanden ist. „Am Anfang waren wir eine Handvoll engagierter Freiwilliger, die unter dem Dach des DRK anderen Menschen Hilfe und Unterstützung geben wollten“, so der Bereichsleiter. „Heute nun sind wir zu einer schlagkräftigen Truppe von 72 Mitgliedern angewachsen, die sich in ihrer Freizeit freiwillig und unentgeltlich engagieren.“

Zur Einweihung haben die DRK-ler das schicke Gebäude direkt einmal zweckentfremdet und mit Malecki Kuchenbuffet und allerlei



Als Batman und Tiger ins Einsatzfahrzeug: Karl und Luise Tegthoff haben Sanitäter Andreas Eckschlager einen Besuch abgestattet.

mehr in einen Partytempel verwandelt. Schließlich feiern sie nicht nur ihre neue Unterkunft, sondern etwas verspätet auch ihr zehnjähriges Bestehen. „Das ist vor zwei Jahren leider Corona zum Opfer gefallen“, sagt Jassmann und nimmt die Naumburger etwas verspätet

mit auf eine kleine Zeitreise durch die Geschichte der DRK-Ortsgruppe, die ihren vorläufigen Höhepunkt nun in der neuen Unterkunft gefunden hat, die in der Straße Im Hain so strahlend rot leuchtet wie Jassmanns Krawatte und das Kreuz im Logo der Lebensretter.

zhf

Fahrradfahren soll überall sicherer werden

Radverkehrsbaus im Landkreis Kassel

Hofgeismar – Im neuen Radverkehrskonzept des Kreises Kassel sollen der Alltagsradverkehr und der touristische Radverkehr noch enger verbunden werden.

Künftig berücksichtigt der Landkreis bei allen Baumaßnahmen an Kreisstraßen die möglichen und nötigen Verbesserungen für einen sicheren Radverkehr. Folgende Baumaßnahmen an Kreisstraßen sind vorgesehen:

- Radweg K37 Fuldata-Simmershausen nach Vellmar-Frommershausen (Bau Herbst 2022 bis Mitte 2023).
- Radweg K46 Calden-Wilhelmsthal (geplant für 2023: Ortsdurchfahrt und Anbindung zum Schloss Wilhelmsthal).

- Radweg entlang der Kreisstraße K4 Niestetal (Machbarkeitsstudie ist vom Kreis beauftragt).
- Radweg K8 Ochshausen-Vollmarshausen (geplant für 2023, Lückenschluss bei Erneuerung der K 8 am Ortseingang Ochshausen).
- Radweg K29 Ahnatal-Weimar (Ortsdurchfahrt geplant für 2024).
- Radweg K51 zwischen Grebenstein und Udenhausen (Routenvorschlag liegt vor, Antrag Planungsleistung bei Hessen Mobil wird vorbereitet).

Andere kommunale Radwege, die der Landkreis meist unterstützt ohne finanzielle Beteiligung):

- Radweg zwischen Schauen-



Der Radverkehrsbeauftragte Stefan Arend, Tourismusmanager Gerald Baumann, der Leiter des Servicezentrums Regionalentwicklung Peter Nissen und Landrat Andreas Siebert vor dem Gebäude in Hofgeismar, wo die Aufgaben gebündelt werden.

FOTO: THOMAS THIELE

burg-Breitenbach und Habichtswald-Ehlen (Antrag bei Hessen Mobil durch Gemeinde Habichtswald).

- Radweg zwischen Dörnberg und Zierenberg (Antragsstellung durch Gemeinde Habichtswald).
- Radweg durch das Niestetal (Landesstraßenbegleitend, Träger Hessen Mobil und Verkehrsbehörde Nieders.).
- Radweg zwischen Immenhausen und Holzhausen (Alternativ zum landesstraßenbegleitenden Radweg soll der vorhandene Märchenlandradweg mit der Stadt Immenhausen ertüchtigt und verbessert werden).

• Radweg zwischen Bad Emsal-Sand und Schauenburg Breitenbach (Landesstraße ohne straßenbegleitenden Radweg und Alternativroute. Antrag für Machbarkeitsstudie oder Ausbau in Vorbereitung).

Weitere Kooperationsprojekte sind der Ausbau des Hessischen Radfernweges R 4 mit Gründung einer Arbeitsgruppe Warmetal und neuem Gutachten für den Carlsbahntunnel, der Ausbau des Reinhardswald-, Diemel- und Fuldaradwegs.

ttf

Mängel an Radwegen melden an: meldeplattform-radverkehr.de.

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

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

XXL FLOHMARKT
KS-MESSEHALLEN
18./19. Juni
Freigelände + Halle
hansenmaerkte.de • ☎ 06424-6191

XXL FLOHMARKT
AM PARKSTADION
19.6.
Hansen Events 0173-6668074

FLOHMARKT Höffner
KASSEL FULDABRÜCK
16. JUNI 2022
(Fronleichnam, Do.)
☎ 0561 23 23 5
flohmarktmitherz
WWW.FLOHMARKT-MIT-HERZ.DE

Der große, beliebte und traditionelle
Hallen- und Freigelände
ANTIK- & TRÖDELMARKT
Keine Parkgebühren | Keine Neuware
12. Juni 2022
in Homberg (Efze)
Info's unter: 0174 620 87 80
www.greenparkmarkets.de

bdkS **VIELFALT LEBEN**
Für unsere Wohneinrichtung in Wolfhagen suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine*n
Mitarbeiter*in in der Gebäudereinigung (m/w/d)
in Teilzeit (20 Std./Woche)
Mehr Informationen, auch zu unseren umfangreichen Sozialleistungen, finden Sie unter:
www.bdks.de/karriere/
• charta der vielfalt
• ERFOLGSFAKTOR FAMILIE
• Diakonie Hessen

GOLDANKAUF BÖRSE
An- & Verkauf
Machen Sie beim Testsieger Ihr Gold zu Geld
Altgold • Zahngold • Goldmünzen • Goldbarren • Silbermünzen • Silberbarren • Platin • Brillant- und Diamantschmuck (auch einzelne Steine) • Luxusuhren • Krügergold/Feingold • u.v.m.
Garantiert bis zu **10% mehr als das höchste Angebot eines Mitbewerbers**. Wir zahlen für Feingold bis zu **56,90 €/g**.
Mo.-Fr. 10.00-18.00 Uhr • Sa. 10.00-15.00 Uhr
Wilhelmsstr. 25 a • 34117 Kassel • www.goldankauf-boerse.de
☎ **05 61 / 937 11 200**

GOLDANKAUF HOFGEISMAR
SOFORT BARGELD!
✓ Goldschmuck und Altgold
✓ Zahngold (auch mit Zähnen)
✓ Gold- und Silbermünzen
✓ Gold- und Silberuhren (Markenuhren)
✓ Silberbesteck (auch Auflage)
✓ Tafelsilber
✓ Zinn (nur mit Stempel)
Töpfermarkt 6 (neben Parfümerie Weber)
34369 Hofgeismar
Mo.-Fr. 10.30-15 Uhr,
Sa. 10.30-13 Uhr
☎ **0173 5762768**

Town & Country HAUS Wunschimobilie Massivbau e.K.
Town & Country Lizenz-Partner
5 Zimmer
2 Bäder
131 m²
ab **237.200,- €**
Der Bungalow 131 inklusive:
✓ Bodenplatte
✓ Bauzeitgarantie
✓ Festpreisgarantie
✓ Geld-zurück-Garantie
✓ Baufertigstellungs-Bürgschaft
✓ Kontrolle durch unabhängigen Baugutachter
Jetzt informieren!
Telefon: 05606-5631470
Musterhaus Habichtswald-Ehlen
www.wunschimobilie-massivbau.de
SICHERHEIT
• Bau-Qualität
• Bau-Service
• Bau-Finanzierung
Haus für Sie!
www.TC.de

Heimatkunden
Beachten Sie die geänderte Anzeigenschluss-Zeit für die Ausgabe am
Samstag, 18.06.2022
für gewerbliche Anzeigen und private Kleinanzeigen:
Montag, 13.06.2022, 18 Uhr
HEIMAT NACHRICHTEN

Bitte anschnallen

So sind Kinder im Auto richtig gesichert

Für Eltern kommt die Gesundheit ihrer Kinder an erster Stelle. Das gilt auch beim Autofahren. Für Eltern junger Kinder stellt sich die Frage, welchen Sitz sie benötigen. Bei Kauf und Gebrauch passieren schnell Fehler. So ist laut Stiftung Warentest rund die Hälfte aller Kinder falsch angegurtet und wäre bei einem Unfall nicht gut geschützt.

Woran lässt sich die Qualität eines Kindersitzes ablesen? Reiner Metzger von Stiftung Warentest sagt: Optisch und preislich lassen sich gute und schlechte Kindersitze nicht unterscheiden. Eltern sollten also ein wenig Zeit investieren und sich vorab informieren.

Orientierung können etwa die regelmäßigen Tests von ADAC und Stiftung Warentest bieten. Sie untersuchen das Verhalten beim seitlichen und frontalen Aufprall, die Bedienung, die Anpassung an die Körpergröße, Ergonomie und die Schadstoffbelastung.

Grundsätzlich müssen alle zugelassenen Sitze eine sogenannte UN-ECE-Norm erfüllen, ein internationaler Standard für Kinderautositze. Drei Normen sind derzeit laut ADAC zugelassen: i-Size / UN ECE Reg. 129, UN ECE Reg. 44/04 und UN ECE Reg. 44/03. Nicht zugelassen sind ältere Sitze mit der Norm ECE-R 44/01 und 44/02. Alle zugelassenen Modelle erfüllen also Mindestanforderungen - Luft nach oben und unten gibt es aber trotzdem.



Die Auswahl an guten Babyschalen ist für Eltern groß. Mit nur wenigen Klicks sind die Kleinsten gut gesichert.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

Da Kinder bis zum 12. Lebensjahr oder einer Körpergröße von 1,50 Metern gesichert werden müssen, schaffen Eltern in der Regel zwei bis drei Kindersitze für ihren Nachwuchs an, so die Erfahrung der Warentester. Es beginnt mit der Babyschale für die ersten 15 Monate, gefolgt vom Kindersitz für Kleinkinder bis vier Jahren und endet mit dem Modell für größere Kinder. Genauso gibt es auch Klapp- und mitwachsende Sitze, die sich beliebig verän-

dern lassen. Andreas Ratzek vom ADAC hat für Eltern einen Ratsschlag: Sich gut beraten lassen und beim Kauf auf jeden Fall das eigene Auto und vor allem das Kind mitbringen. Als Projektleiter im Bereich Fahrzeugsicherheit testet er regelmäßig Kindersitze auf Herz und Nieren und weiß um die Tücken mancher Modelle.

Da sie sehr unterschiedlich ausfallen können, passt nicht jeder Sitz in jedes Auto. Eben-

falls helfe es, sich die Bedienung bei der Beratung zeigen zu lassen, so Ratzek. Nachlässigkeit beim Befestigen der Kindersitze kann im schlimmsten Fall ein Kinderleben kosten.

Daher hat der ADAC eine Checkliste erstellt, um Eltern beim Kauf zur Seite zu stehen. Diese Punkte sollten sie unter anderem beachten:

- Der Kindersitz muss sich stramm und standsicher im Fahrzeug einbauen lassen. Bei älteren Autos könnten

längere Gurtschlossbefestigungen das verhindern.

- Gurte sollten möglichst geradlinig und faltenfrei verlaufen.

- Reicht die Gurtlänge aus, um Babyschalen zu befestigen? Falls nicht, sollte man zu einer separaten Basis mit Isofix-Befestigung greifen.

- Der Gurt sollte sich auch bei Sitzerhöhungen mit Rückenstütze wieder selbstständig aufrollen, wenn sich das Kind nach vorne beugt.

- Achtung: Nicht alle Sitze

passen in jedes Auto. Jenen mit semi-universaler Zulassung, darunter fallen alle Kindersitze mit Stützfuß, liegt meist eine Liste geeigneter Autotypen bei.

Obwohl die Hersteller die Handhabung laut Andreas Ratzek stetig vereinfachten, zeigten Befragungen: Kinder sitzen bei fast jeder zweiten Fahrt falsch angeschnallt im Auto, weil Eltern im Alltag zu nachlässig würden. Dabei müssten Gurte unbedingt straff sitzen. Es dürfe keine Hand zwischen Gurt und Kind passen, so der Maßstab der Stiftung Warentest. Genauso wenig sollte das Gurmband am Hals des Kindes vorbeiführen.

Reiner Metzger erlebt es immer wieder, dass Kinder zu klein für die Sitze sind oder zu schnell vorwärts angeschnallt werden. „Viele Unfälle passieren frontal“, sagt er. Deshalb müssen Eltern ihren Nachwuchs bis zu einem Alter von 15 Monaten oder – sofern möglich – auch bis zwei Jahren rückwärts sichern.

Je nach Alter des Kindes ist zum Teil tief in die Tasche zu greifen. Als Richtwert für Babyschalen ohne Basis gibt Reiner Metzger zwischen 100 und 250 Euro an, mit Basis zum Festklicken sind es 100 bis 200 Euro. Jene für Kleinkinder kosten zwischen 200 und 400 Euro, aber auch gerne mehr. Für Kinder ab einem Meter werden die Sitze wieder günstiger, gute sind schon für 100 bis 200 Euro zu haben.

tmm

Wir schenken Ihnen ein Tablet!

12 Monate die HNA als ePaper lesen und ein tolles Tablet gratis erhalten.

Lesen Sie jetzt die HNA digital als ePaper

für die Dauer von mind. 12 Monaten zum jeweils gültigen Bezugspreis von z. Zt. mtl. 26,- € (inkl. gesetzl. USt.) und Sie erhalten das neue Alcatel 1T10 WiFi Resin Black Front Tablet geschenkt.



Dieses Angebot gilt auch für unsere Zeitungsläser.



hna.de/gratistablet

Jetzt bestellen: 0800 203-4567 (gebührenfrei)



Zukunftsfähiger Hausgarten

Interview: Viele gute Gründe für eine Permakultur

Permakultur ist einer der großen grünen Trends. Denn das Konzept schafft einen Garten, der zu seinen Besitzern und seinem Standort passt. Und möglichst viel Ertrag bei möglichst wenig Aufwand bringt.

Nicht alle Gärten machen ihren Besitzern Freude. Ihre Pflanzen passen nicht zum Standort, machen daher viel Arbeit und vertreiben dazu die heimischen Insekten und Vögel. Eine Alternative ist eine Permakultur.

Damit wird ein Garten so gestaltet, dass er möglichst nachhaltig ist – also ökologisch, sozial und wirtschaftlich zukunftsfähig. Und passend zu seinen Besitzern. Ein schöner Nebeneffekt: Man muss nicht jedes Jahr alle Beete neu anlegen. Und schnecken- und mäusegeplagte Hobbygärtner finden Erlösung, sagt der Permakultur-Designer und Gartenlandschaftsbau-Techniker Jonas Gampe aus Bischbrunn (Bayern).

Was unterscheidet einen Permakultur-Garten von einem gewöhnlichen Garten?

JONAS GAMPE: Der Unterschied liegt in der Zielsetzung. Ein gewöhnlicher Garten hat meist eine ebene Rasenfläche, die Gestaltung orientiert sich an Ideen aus der Nachbarschaft und dem Angebot im Gartencenter. In der Permakultur geht es um die eigenen Wünsche und Bedürfnisse: Was wollen Sie mit dem Garten anfangen? Was soll er können, was ist Ihnen wichtig?

Im zweiten Schritt gilt es, die geografischen Besonderheiten anzuschauen: Lage, Boden, Licht- und Windverhältnisse und vorhandene Ressourcen wie Pflanzen, Gebäude und Wasser. Auf diese Weise entsteht ein Garten, der zum Standort und den Bedürfnissen der Bewohner passt. Meist kommt dabei üb-



Üppig grün und voller spannender Ecken: Permakultur hat viel zu bieten.

FOTO: FABIAN WEISS/LÖWENZAHN VERLAG/DPA-TMN

rigens kein Garten mit einer Südterrasse und großen Kies- und Rasenflächen heraus.

Sondern?

Gampe: Ein pflegeleichter, ökologischer Garten mit Wildniszonen, Naschhecken und gemütlichen Sitzplätzen.

Inwiefern unterscheidet sich das von einem Bio-Garten?

Gampe: Ein Bio-Garten unterscheidet sich in seiner Anlage kaum von einem gewöhnlichen Garten, der Unterschied liegt in den Details. In der Permakultur ist schon die Grundstruktur komplett anders angelegt. Es geht darum, ein Grundgerüst mit dauerhaften Ökosystem-Struktu-

ren zu schaffen, so dass zum Beispiel Gemüsebeete nicht jedes Jahr neu angelegt werden müssen.

Wie funktioniert das?

Gampe: Rund 80 Prozent der Fläche werden mit mehrjährigen Kulturen bepflanzt – Wildobst, Nussbäumen und Beerensträuchern, zum Beispiel. Dazu kommen Kräuter, Gemüse und essbare Wildpflanzen als Stauden oder Pflanzen, die sich selbst leicht aussäen wie Ewiger Kohl, Gartenmelde, Bärlauch – je nach dem, was gut am jeweiligen Standort wächst. Einjährige Kulturen stehen lediglich in ein oder zwei Beeten, die intensiv bewirtschaftet werden.

All das spart nicht nur Arbeit bei der Anlage und der Pflege. Mit der Zeit entsteht auch ein sich selbst regulierendes Ökosystem mit mehr Artenreichtum, höherer Bestäubungsleistung, besserem Boden und mehr Wasserspeicher. Selbst Schnecken und Mäuse sind auf lange Sicht kein Problem mehr.

Lässt sich Permakultur überall umsetzen?

Gampe: Je größer die Fläche, desto leichter lässt sich ein selbst regulierendes Ökosystem etablieren. Auf einem Hektar Land können Tausende Arten leben. In einem kleinen Hausgarten, auf dem Balkon oder gar dem Fenster-

brett wird das schwierig. Hier geht es weniger darum, ein umfassendes Ökosystem anzubauen, sondern eher darum, effizient zu gestalten und Kreisläufe zu nutzen: aus Bio-Abfällen eigenen Dünger herstellen, in großen Gefäßen gärtner, mehrjähriges Naschobst und -Gemüse anbauen. Auf den Quadratmeter gesehen, ist dort sicherlich mehr Pflege nötig. Aber je kleiner die Fläche, desto näher sind Sie dann auch dran – anders als in einem großen Garten oder einem Acker.

Außerdem können Sie durch die Nähe zum Haus auf ganz andere Ressourcen zurückgreifen. Sie können Spalierobst an den Wänden wachsen lassen, Wasser aus Dachrinnen sammeln und haben vielleicht sogar außen einen Stromanschluss.

Welche Elemente sind unabdingbar in der Permakultur?

Gampe: Abgesehen vom Planungs- und Gestaltungsprozess am Anfang, gibt es nichts, was unbedingt sein muss – und nichts, was sich ausschließt. Solange Sie möglichst ökologisch, sozial und wirtschaftlich planen und handeln, gibt es keine No-Go's und keine Must-have's. Das Konzept ist praktisch, nicht dogmatisch. Das bedeutet auch, dass der Garten immer weiter entwickelt werden kann und auch soll. Nichts ist in Stein gemeißelt. Selbst das Permakultur-Konzept entwickelt sich seit mehr als 40 Jahren weiter.

Wie zeigen sich in einem Permakultur-Garten die sozialen und wirtschaftlichen Aspekte?

Gampe: Bei der Wirtschaftlichkeit geht es vor allem um Effizienz: Wie sind die optimalen Laufwege über das Gelände? Wie bringt die Fläche möglichst viel Ertrag bei möglichst wenig Aufwand? Wie kann man Ressourcen wie Wasser optimal nutzen und schonen? Wie können Sie weniger Dünger, weniger Erde und weniger Saatgut einkaufen?

Bei der sozialen Komponente geht es um Gemeinschaft. Eine Selbstversorgung ist meiner Ansicht nach sehr ineffizient, wenn jeder alles selber macht. Wenn in jedem Garten nur Platz für ein Apfelbaum ist, können Sie gemeinsam planen und absprechen, wer einen guten Einmachapfel, wer einen Saftapfel, einen Lagerapfel und wer einen Tafelapfel anpflanzt. Die Ernte können Sie tauschen – genauso wie Jungpflanzen, Saatgut und Geräte.

Welche Herausforderungen bringt Permakultur mit sich?

Gampe: Sie brauchen eine gewisse Ruhe und Entspannung. Permakultur ist ein langfristiger Prozess. Der Garten verändert sich im Laufe der Zeit. Manche Prozesse brauchen ein paar Jahre, bis sie sich einpendeln – Pflanzen und Ökosysteme ebenso.

Familienanzeigen

zum günstigen Preis!

Bereiten Sie Ihren Lieben zu Geburtstagen und Jubiläen eine Freude mit einer Glückwunsch-Anzeige in den Heimatnachrichten.



Jetzt buchen unter:

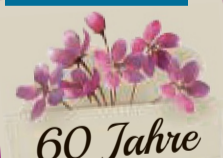
hna-familienanzeigen.de

0800 203-4567 (gebührenfrei)

Oder geben Sie Ihre Familienanzeige in der HNA-Geschäftsstelle Hofgeismar (Bahnhofstr. 6) auf.

Mit einer **Grußanzeige** in den **Heimatnachrichten Hofgeismar-Wolfhagen** erreichen Sie über **40.000 Haushalte.**

Muster FR 5-32



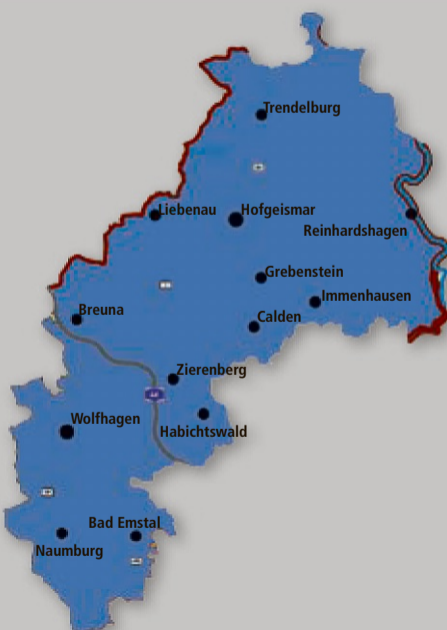
nur **60 €**

60. Hochzeitstag

Zu eurem 60. Hochzeitstag gratulieren wir von Herzen und wünschen euch weiterhin viele schöne Jahre bei bester Gesundheit.

Jörg und Claudia
Musterort, den 4. Juni 20..

Größe: 1 Spalte/
100 mm hoch



Größe: 2 Spalten/
60 mm hoch



Muster FR 5-12

nur **72 €**



Wir suchen Sie!

HNA-Presssezusteller/in (m/w/d)

Wir bieten Ihnen einen idealen Nebenjob mit bezahltem Urlaub und Lohnfortzahlung im Krankheitsfall. Sie arbeiten selbstständig, beginnen frühmorgens vor der Haustür und haben danach noch den ganzen Tag vor sich.

Wenn Sie zuverlässig und mindestens 18 Jahre alt sind, gerne an der frischen Luft arbeiten und sich viel Bewegung wünschen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Jetzt informieren und bewerben:

0561 203-1282

www.hna-zusteller.de

Der Schluck zwischen den Bissen

Sollte man beim Essen trinken?

Am Esstisch etwas trinken – ja oder nein? Diese Frage beschäftigt vor allem Eltern kleiner Kinder. Denn oft haben sie von ihren eigenen Eltern gelernt: Getrunken wird erst nach dem Essen.

Die Befürchtung dahinter: Die Flüssigkeit verdünnt die Magensäure, die Verdauung funktioniert nicht mehr so gut. Stimmt das?

„Ein Funken Wahrheit ist da durchaus dran“, sagt Prof. Johannes Georg Wechsler, Internist in München. Während einer Mahlzeit vollständig aufs Trinken zu verzichten, hält er aber nicht für ratsam.

Aber der Reihe nach: Der menschliche Organismus produziert pro Tag bis zu vier Liter Magensaft. Diese Salzsäure zersetzt die Nahrung in ihre Einzelteile, die der Körper dann weiterverarbeitet.

Mit der Nahrung nehmen wir auch Keime auf. Zwar wird ein Teil von ihnen durch den Speichel abgetötet. Für die Keime, die es dennoch in den Magen schaffen, ist dort in aller Regel Endstation: Sie überleben den Kontakt mit der Magensäure nicht.

Ganz aufs Trinken verzichten – das muss aber nicht sein. Das sagt Rita Rausch von der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz: „Ein Glas Wasser beim Essen schadet nicht – im Gegenteil.“ Laut der Ernährungsberaterin rutscht dadurch der Speisebrei, der im Mund mit Speichel versetzt wurde, besser in Richtung von Magen und Darm.

Rita Rausch kann aber den-



Wer beim Essen trinkt, greift am besten zu Wasser. Denn das verfälscht den Geschmack der Mahlzeit nicht – anders als Wein, Limo oder Cola.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

noch nachvollziehen, warum in manchen Familien die Regel gilt, dass erst nach der Mahlzeit getrunken wird. „Das ist häufig dann angesagt, wenn Kinder nicht so viel Spaß am Essen haben“, sagt die Ernährungsberaterin.

Eltern seien wohl in Sorge, dass das Getränk ihren Nachwuchs von der Nahrung ablenke – mit der Folge, dass das Kind wenig isst und somit nicht ausreichend mit Nährstoffen versorgt wird.

„Für solche Fälle bietet sich ein Kompromiss an“, so

Rausch. Trinken beim Essen ist dann für die Kleinen erlaubt. Aber: Nur ein Glas, dessen Inhalt das Kind gut über die Mahlzeit verteilt zu sich nimmt.

Stellt sich die Frage: Wenn ein Getränk am Tisch erlaubt ist – welches am besten?

„Wasser“, sagt Johannes Georg Wechsler, „um das Essen auch wirklich zu schmecken.“ Dabei spiele es keine Rolle, ob es sich um stilles oder sprudelndes Wasser oder um Leitungswasser handle. Zwar trinken viele Erwachsene beim Essen auch

Wein oder Bier – „aber letztendlich stört das den Geschmack des Essens.“ Und obendrein ist Alkohol eine Kalorienbombe.

Das gilt auch für Limonaden, Cola oder Fruchtsäfte, so Ernährungsberaterin Rita Rausch. Wer einem Glas Wasser beim Essen nichts abgewinnen könne, für den sei womöglich ungesüßter Früchtetee eine Alternative.

Übrigens kann man, wenn man mag, auch auf die Temperatur des Getränkes achten. „Optimal ist es, wenn das Wasser lauwarm ist“, so

Wechsler. Denn lauwarmes Wasser mit einer Temperatur von etwa 36 Grad rege den Stoffwechsel und damit die Verdauung an. Das tut gerade nach einer Schlemmerei gut.

Was übrigens ebenfalls der Verdauung hilft – zumindest für Erwachsene: „Nach dem Essen einen Espresso trinken“, sagt Wechsler. Die im Espresso enthaltenen Bitterstoffe helfen ebenfalls, die Verdauung in Gang zu setzen. Ganz abgesehen davon, dass so ein starker Kaffee-Shot nach dem Essen für viele ein Genuss ist.

Biete Rasenmähservice 0175 4517218

MODELLEISENBahn
+ AUTO + SPIELZEUGMARKT
Sonntag, 19. Juni, 11-15 Uhr
BAUNATAL
An- und Verkauf Stadthalle
Marktplatz 14
Treffpunkt netter Leute!
Info: Jomo's 0172-9544662

NEU - ABHOLSERVICE!
VERKAUFEN SIE IHRE GERÄTE JETZT AUCH VON ZUHAUSE!
money point
Friedrichsplatz 6 - ☎ 0561-9701105
www.moneypoint.kassel.de

Größer - noch günstiger - schöner!
...hin zu...
Kimm!
NEUE:
Wäschetrockner ab € 129,-
Waschmaschinen ab € 199,-
Geschirrspüler ab € 199,-
Einbaugeräte mit Cr.-Feld € 299,-
NEUE ADRESSE seit 3.01.22:
Philippstraße 23
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!
NORBERT KIMM
34127 Kassel • Telefon 8 70 03 96
www.hinzu-kimm.de

Ableser (m/w/d)
Wir, die ASL Services GmbH suchen zur Unterstützung für die Ablesung von Energiezählerständen (Strom, Gas, Wasser & Wärme) selbständige Ableser mit Gewerbeschein. Die Ablesung erfolgt in Kassel, Großalmerode, Kaufungen und Niestetal.
Auch für Quereinsteiger geeignet.
Unverbindliche Anfragen an: jobs@asl-services.de
Tel.: 02102 - 12669134
ASL SERVICES

Wiesn 2022

Feiern Sie mit uns!
3 Tage Gaudi vom 22. bis 24. 9. 2022

▶ Tickets sichern auf www.hna.de/wiesn

Kasseler Wiesn HNA

powered by Hütt und RATIO_Land

Lust auf Wiesn total?

3-Tages-Ticket inkl. 3 halbe Maß
Normalpreis 62,- € | **Abonnenten 57,- €**

Donnerstag, 22. 9. 2022
Peter Wackel, Almklausi und Chaos Team
Normalpreis 18,- €

Freitag, 23. 9. 2022
Die Reiner Irrsinn Show
Normalpreis 23,- € | **Abonnenten 21,- €**

Samstag, 24. 9. 2022
Die Grumis
(Frankens bekannteste Partyband - Cannstatter Wasen)
Normalpreis 23,- € | **Abonnenten 21,- €**

Karten erhalten Sie in allen HNA-Geschäftsstellen oder online unter www.hna.de/wiesn
Weitere Informationen zur Veranstaltung finden Sie unter www.hna.de/wiesn







Präsentiert von:



HNA

RATIO_Land
BAUNATAL

Organ mit vielen Aufgaben

So halten Sie Ihre Nieren fit

Die Nieren produzieren doch den Urin, richtig? Das stimmt zwar, ist aber längst nicht die einzige Aufgabe, die die Organe haben.

Außerdem regulieren sie den Blutdruck, bilden Vitamin D und einige Hormone, regen die Blutbildung an und balancieren auch den Wasser- und Säure-Basen-Haushalt des Körpers aus – ganz schön viel zu tun.

Wenn etwas mit den Nieren nicht stimmt, kann der ganze Körper aus dem Gleichgewicht geraten. Doch: Wie merken wir überhaupt, dass das der Fall ist? Und wie halten wir unsere Nieren fit?

Regelmäßige Besuche beim Arzt

„Die Nieren machen sich leider erst sehr spät bemerkbar“, sagt Volker Lechterbeck, Chefarzt der Klinik für Nephrologie am Petrus-Krankenhaus Wuppertal. Denn Nierenerkrankungen gehen oft ohne Schmerzen und andere Symptome einher.

Wer nur auf Beschwerden achtet, wird eine Nierenerkrankung vermutlich erst sehr spät erkennen. Deswegen sind regelmäßige Untersuchungen beim Hausarzt wichtig. Ein Urin-Teststreifen kann etwa anzeigen, ob Eiweiß ausgeschieden wurde.

„Was wir in der letzten Zeit sehr stark propagieren, sind die Albumin-Bestimmungen

im Urin“, sagt Kai M. Schmidt-Ott, Facharzt für Innere Medizin und Nephrologie an der Charité Berlin.

Albumin ist ein spezielles Eiweiß, das die Nieren über den Urin ausscheiden. Diese Ausscheidungen stehen in einer engen Verbindung zu einer fortschreitenden Störung der Nierenfunktion. Sie können daher auf eine chronische Nierenerkrankung hinweisen.

Der Hausarzt kann zudem Blut abnehmen und im Labor den Blut-Kreatininwert bestimmen. Dieser Wert liefert Hinweise, wie gut die Nieren ihre Filtrationsfunktion erfüllen. Ein erhöhter Wert kann ein erstes Anzeichen dafür sein, dass die Nierenfunktion nachlässt.

Übergewicht vermeiden

Um Nierenleiden möglichst vorzubeugen, kann man einiges tun. An erster Stelle steht da eine gesunde Ernährung, erklärt Nieren spezialist Schmidt-Ott.

Dazu gehört, dass man Übergewicht vermeiden sollte. Denn der größte Risikofaktor für spätere Nierenerkrankungen ist Diabetes. Normalgewichtige haben ein geringeres Risiko, an Diabetes und somit auch an Nierenleiden zu erkranken.

Für Nierengesunde gelten hier laut Schmidt-Ott die glei-



Wenn die Nieren nicht mehr in der Lage sind, das Blut zu filtern, muss ein Dialysegerät diese Aufgabe übernehmen.

FOTO: MARIJAN MURAT/DPA/DPA-TMN

chen Empfehlungen: „Mediterrane, fleischarme Kost, das Anstreben eines gesunden Körpergewichts, salzarme Speisen.“

Bei sehr fortgeschrittenen Nierenerkrankungen könne eine kaliumarme Ernährung sinnvoll sein – immer in indi-

vidueller Absprache mit dem Nierenarzt. Für Menschen mit gesunden Nieren gilt diese Empfehlung aber nicht pauschal.

Auch Bluthochdruck, wovon laut Schmidt-Ott mehr als ein Drittel der deutschen Bevölkerung betroffen ist, ge-

hört zu den Risikofaktoren für Nierenerkrankungen. Das sei auch der Grund, warum salzarme Ernährung empfohlen werde. Denn ein hoher Salzkonsum kann den Blutdruck erhöhen.

„Allen Patienten, bei denen wir ein Problem mit der Nie-

re erkennen, sagen wir, dass sie unbedingt mit dem Rauchen aufhören sollten“, sagt Schmidt-Ott. Denn Nikotin spielt bekannterweise bei Gefäßerkrankungen eine große Rolle – und sie sind mit Nierenerkrankungen eng verbunden. Auch starker Alkoholkonsum kann die Nieren schädigen.

Außerdem können genetische Faktoren oder Autoimmunkrankheiten Nierenerkrankungen begünstigen. Aber auch die Einnahme von Schmerzmitteln wie Ibuprofen oder Diclofenac kann eine Nierenerkrankung auslösen – zumindest, wenn man sie in sehr großen Mengen einnimmt.

Volkswisheit auf dem Prüfstand

Die gängigste Volkswisheit lautet: Viel trinken hilft den Nieren. Die Regel sollte man jedoch kritisch betrachten, so Lechterbeck. Denn es sei wissenschaftlich nicht belegt, dass eine große Trinkmenge verhindere, dass Nierenerkrankungen fortschreiten.

Im Gegenteil – manchmal würden Patienten mit einer fortgeschrittenen Nierenerkrankung sogar dazu angehalten, weniger zu trinken – etwa wenn sich im Körper aufgrund einer Herzinsuffizienz Wasser angesammelt habe, so der Nephrologe. tmn

Immowelt

Bereit für die neue Grundsteuer?



Ab 01.07. Ihre Erklärung abgeben!



Telefonische Erreichbarkeit:
Mo. – Fr. 8 – 18 Uhr
Juni & Juli auch samstags 8 – 13 Uhr

Unser Service für Sie:

- Hotline für Fragen zur elektronischen Abgabe mit ELSTER 0800 522 533 5
- Kontakt mit Ihrem Finanzamt: telefonisch oder nach Terminvereinbarung
- www.grundsteuer.hessen.de

KFW-FÖRDERUNG war gestern! OKAL-ZUSCHUSS IST HEUTE!

Zu OKAL wechseln und 22.000 € Zuschuss sichern!*

OKAL
Ausgezeichnete Häuser

*Aktion nur gültig beim Abschluss eines Hausvertrages für ein OKAL-Haus bis zum 03.07.2022. Nicht mit anderen Rabattaktionen (mit Ausnahme des Grundstücksbonus) kombinierbar.



LOKAL

Ihre Tageszeitung berichtet auch aus Ihrem Ort!

Auto-Ankäufe

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

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

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

Stellenangebote

Suche Kraftfahrer/-in mit Führerschein Klasse C bis CE in Vollzeit/Teilzeit. Info an: Bossaerts Transporte: 05692 9964010 oder info@bossaerts-transporte.de

Bekanntschaffen

Kartenlegerin Frau Lydia Lange Termin unter GÖ 0551 38113648

Kontakte

Polin macht alles! 0174-539 10 49

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

Entrümpelung kostenlos? Hole Flohmarktartikel, kaufe Sammlung aller Art. Tel: 0172-5605982 Entrümpelung aller Art Tel: 0561-498835

Ankauf

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

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

Landwirtschaft & Forsten

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

Zeitungslesen heißt informiert sein