

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 • Krügerland/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

HEIMAT NACHRICHTEN

HANN. MÜNDE
WITZENHAUSEN

aktiv-pro
Mein Sanitätshaus.


Mit Leistung für Lebensqualität und Gesundheit stehen wir an Ihrer Seite.

Ihr direkter Draht zu uns
05651-3048-0
www.aktiv-pro.de

Aktiv-pro Stramer und Stahlberg GmbH | Email: info@aktiv-pro.de
Nordhessen • Südniedersachsen • Westthüringen | Fax: 05651-3048-55

- Sani
- Reha
- Ortho
- Sanitätsfachgeschäfte
- Rehatechnik
- Orthopädietechnik
- Orthopädienschuhtechnik
- Sport & Gesundheit
- Homecare

Kita-Kinder
Tag der offenen Tür im ASB-Kindergarten.



Sozialassistenten
Freier Lauf für Kreativität.



Auftritt
Schüler musizieren, spielen Theater und tanzen.



42. Jhg. ■ Nr. 27

2. Juli 2022

Bewegung hilft bei erkranktem Herz

Herzsportgruppe der Turngemeinde Münden ist seit 28 Jahren aktiv

Hann. Münden – Um sich nach einer Herzerkrankung wieder körperlich und sportlich zu betätigen, bietet die Turngemeinde 1860 Münden Rehabilitationssport an.

Um gemeinsam in Bewegung zu kommen, trifft sich die Herzsportgruppe jeden Montag in der Sporthalle Neumünden. Derzeit findet der Sport in zwei Gruppen statt, wobei eine ärztlich betreut wird. Die Betreuung übernimmt seit 2018 Dr. Dirk Bernhard Gustavus, Facharzt für innere Medizin.

Derzeit sind je knapp 25 Personen in zwei Gruppen aktiv. Vor der Corona-Pandemie waren jedoch wesentlich mehr Personen zum Training gekommen, berichtet Übungsleiterin Ingrid Linke. Je etwa 35 Personen besuchen eine der drei Gruppen. „Ich möchte in Erinnerung rufen, dass wir noch da sind“, sagt Linke. Nicht nur der Sport steht in der Gruppe im Vordergrund, sondern auch der Spaß und es wird viel ge-



Verschiedene Übungen und viel Ausrüstung: Übungsleiterin Ingrid Linke (rechts) und Facharzt für innere Medizin Dr. Dirk Bernhard Gustavus (zweiter von rechts) unterstützen die Herzsportgruppe.

FOTO: KIRA MÜLLER

lacht: „Jede Woche freue ich mich auf die Gruppe. Die Leute sind mir ans Herz gewachsen. Nach einer Weile kennt man die halbe Lebensgeschichte“, sagt Gustavus.

Auch Ingrid Linke ist Ansprechpartnerin für die Teilnehmer. „Sie ist nicht nur Übungsleiterin, sondern auch die gute Seele der Gruppe“, sagt der Arzt. Da die betroffenen Personen meist über 60 Jahre alt sind, bietet die Übungsstunde zusätzlich zu der körperlichen Fitness auch geistiges Training. Das heißt, neben Ausdauer-, Konditions- und Schnellkraftübungen, werden zeitgleich auch Reaktionsvermögen und Gedächtnis gestärkt. Während der Sporteinheit,

stehen zusätzlich Puls und Blutdruck messen auf dem Programm. Ab und an passieren während des Trainings auch mal kleinere Unfälle, wo Wunden versorgt oder Muskelverspannungen gelöst werden müssen. „Aber das gehört zum Sport dazu“, erklärt Gustavus. „Wir stehen ja nicht nur beratend zur Seite, sondern werden auch aktiv. Wir müssen auf alles vorbereitet sein“, sagt er weiter. So zielt das Training auch auf Sturzprophylaxe ab.

Nach dem einstündigen Training, können die Senioren zu einer freien Sprechstunde kommen, wo sie mit Dr. Gustavus über ihre Sorgen und Nöte sprechen können. „Pro Stunde kommen

meist drei bis vier Senioren, die ein Anliegen haben“, sagt der Arzt. Der Gründer der Herzsportgruppe ist der ehemalige Arzt Gunnar Andreasen. Der heute 74-jährige hat auf Empfehlung der Herzsportgruppe Göttingen 1994 eine eigene Gruppe am Standort in Hann. Münden gestartet. Bis 2017 war er selbst kardiologisch tätig und aktiv im Sport. „Die Herzsportgruppe war sehr populär, es kamen immer neue Leute dazu“, erklärt er. „Ich habe das sehr gerne gemacht. Viele meiner Patienten habe ich hier untergebracht. Wir hatten eine gute Verbindung zueinander.“

Genau wie Ingrid Linke, die als Übungsleiterin nur einige

Monate nach der Gründung aktiv geworden ist, sind auch manche Senioren schon jahrelang dabei. Der älteste Sportler ist 1939 geboren, das jüngste Mitglied 1968.

Bevor an der Herzsportgruppe teilgenommen werden darf, muss eine strukturelle Herzerkrankung vorausgegangen sein. Wenn der behandelnde Arzt die Herzsportgruppe empfohlen hat, kann der Betroffene eine Verordnung vom Hausarzt bekommen. Wenn die Krankenkasse diese dann genehmigt hat, kann eine Anmeldung bei Ingrid Linke erfolgen.

Infos unter tg1860.de



Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen

Karriere mit Herz und Hand



Suche
Lehrkraft m/w/d
Für Mathematik bis Oberstufe für sofort oder später.

Witzenhäuser
Nachhilfe

Tel. 05542 999812
0172 5268218

www.witzenhausen-nachhilfe.de

GROTE Container



Unsere Leistungen:

- Containerdienst
- Baggerbetrieb
- Fuhrunternehmen
- Reststoffentsorgung

Wir liefern Ihnen:

- Kies und Schotter
- Komposterde

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Tel.: 05542 - 2130 oder 0171 - 4635536 • Fax: 50 79 09
info@grote-container.de

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1
SO BIS FR
03.07. BIS 08.07. 2022

GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN | OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL

Die Nachhilfe-Profis für:

Deutsch, Englisch, Latein, Mathematik, Bio, Physik, Französisch, Russisch, Spanisch und WL

Mo.-Fr. von 14 bis 17 Uhr und nach Vereinbarung
Steinstr. 2 | 37213 Witzenhausen
Tel. 05542 999812 | 05542 8969

www.witzenhausen-nachhilfe.de

NEU bei uns: Moderne Floristik!

BLUMEN CENTER

in der Hedemündener Str. 32 · Hann. Münden

Große Auswahl Stauden und Gräser zu top Preisen.

- Gartenpavillon, 3 x 3 m, weiß 20 €
- Faltbarer Bollerwagen mit Dach nur noch 50 €
- Rundgrill, ideal für unterwegs, stabil Hammerpreis 5 €
- Ampelonnenschirm 0 3 m hammerharte 75 €
- 3 x 4 m nur noch 150 €
- Schirmständer 4er-Set 50 x 50 cm mit Sand oder Wasser befüllbar nur noch 35 €

Verchromter Bodenventilator
Ø 46 cm, 3 Leistungsstufen megaheiß 30 €

Bestellen Sie ganz bequem unter 05541 7579933

RITTER DER BRATWURST | **RITTER DER ROTWURST**

UNSERE WURST HAT IHRE HEIMAT IN HANN. MÜNDE

Angebote vom 04.07.-10.07.2022
WIR SIND FÜR EUCH DA!!!

VOM STROHSCHWEIN:

- *Schlachtfrisches Gehacktes/Thüringer Mett mit oder ohne Knoblauch oder Jägermett 1 kg **7,98 €**
- DER GRILL-KNÜLLER!!!**
- Schweinebauch-Steaks „Western Art“ 1 kg **9,99 €**
- BESTES FLEISCH AUS DER HEIMAT VOM HILWARTHÄUSER WEIDECHSEN:**
- *Rinder-Gulasch, top gereift 1 kg **13,98 €**

Jeden Samstag zum Mitnehmen **Heiße Grillhaxe** Stück **3,90 €**

Jeden Mittwoch zum Mitnehmen **Heißes 1/2 Grillhähnchen** Stück **3,90 €**

Mittwochs-SPARTÜTE 250 g bay. Wurstsalat und 2 offene frische Brötchen pro Tüte **3,50 €**

Mett-Brötchen mit Genuss und Tradition Stück **1,50 €**

KÖSTLICHKEITEN AUS DER MÄRCHENWALDREGION

Schumann & Sohn GmbH | Lange Str. 29 | 34346 Hann. Münden | Tel. 05541 5151 | schumann-feinkost.de

Unsere Wochenendangebote vom 07.07. bis 09.07.2022

Grillsteaks	1 kg	12,90 EUR
Grillbauch	1 kg	9,90 EUR
Mett in Gelee	100 g	1,39 EUR
Gekochter Hinterschinken	100 g	1,99 EUR

Freitag:
GEGRILLTE HAX'N
Stück **6,00 EUR**
- Auf Vorbestellung -

Fleischerei Fleckenstein
... man weiß, wo es her kommt!
SÄLZERSTR. 3 | Großalmerode
Tel. 05604 5801



Kreativ arbeiten: Matthias Kommisin, Carolina Satvaldinov und Anja Liebich aus Klasse eins der Sozialassistenten erproben unter Anleitung von Kerstin Schneider (Teamleiterin Sozialassistenten) auch verschiedene Angebote in der Schule, wie beim Encaustic painting, einer kreativen Maltechnik.

FOTO: PETRA SIEBERT

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

Lössetal
Ambulanter Intensivpflegedienst



Unser Team freut sich über Verstärkung

**Pflegfachfrau/
Pflegfachmann**
(m/w/d) – Tag- und Nachtdienst

Attraktives Gehalt
zzgl. Weihnachtsgeld & steuerfreie Zulagen & 30 Arbeitstage Urlaub*
*bei Vollzeit

Wir freuen uns auf Deine Unterstützung!

Fröbelstraße 1, 34298 Helsa
(05605) 929 79 50

Frau Nicole Träbing
pdl@ai-lossetal.de
www.ai-lossetal.de

Freier Lauf für Kreativität

Azubis zur Sozialassistenten der Berufsbildenden Schulen trotz Corona

Hann. Münden – „Wir sind angetan, wie positiv sich unsere Schülerinnen und Schüler trotz coronabedingter Erschwernisse während der zweijährigen Ausbildungszeit entwickelt haben“, stellen Martina Arnemann und Kerstin Schneider, die betreuenden Lehrkräfte in der Berufsfachschule Sozialassistenten der Berufsbildenden Schulen (BBS) Münden, fest.

Sozial- und Fachkompetenz

Aktuell stehen die ersten praktischen Abschlussprüfungen an. Die drei schriftlichen Prüfungsarbeiten sind bereits geschafft. „In den abschließenden praktischen Sichtstunden wird noch einmal ganz deutlich, was die angehenden Sozialassistenten in ihren Einrichtungen an Sozial- und Fachkompetenz gelernt haben“, so Kerstin Schneider. „Bei der Planung und Ausgestaltung der Prüfungsaufgabe können die Absolventen oftmals ihrer

Kreativität freien Lauf lassen. Die Abwicklung muss jedoch immer klienten- und situationsbezogen begründet sein“, ergänzt Martina Arnemann.

Fabian Reckling absolviert seine Praxisausbildung in der AWO-Tagespflege für Senioren in Hann. Münden. Er hat Freude daran, sich mit den Senioren zu beschäftigen. Einer der Tage beginnt für die Besucher der Einrichtung mit einer motorischen Aufwärmübung, danach werden die Gäste mit einem von ihm selbst erstellten Memory angeleitet.

Fotos aus der Jugendzeit

„Die Ideen für die Memory-Motive haben sich aus den Gesprächen mit den Besuchern ergeben“, berichtet er. So finde man neben Fotos aus der Jugendzeit von früher auch viele Abbildungen mit Sehenswürdigkeiten und Einrichtungen aus Hann. Münden, zu denen sich die Teilnehmerinnen und Teilneh-

mer rege austauschen können. Eine Besucherin erkennt sofort die Hann. Mündener Freilichtbühne. „Hier fand die Taufe meines Urenkels statt und wir durften in der ersten Reihe sitzen“, berichtet sie stolz. Auch die Erinnerungen zum Petticoat Kleid, das man sich mit der Schwester teilen musste und der Familienbadetag in der Zinkwanne wurden lebendig kommentiert.

Fabian Reckling kommt bei den Besuchern mit seiner empathischen Art gut an, die Ausführung dieser Maßnahme bereitet ihm viel Freude. „Es geht hier nicht um das Gewinnen, sondern in erster Linie um biografische Erinnerungsarbeit. Die gute Vorbereitung dazu hat sich gelohnt“, bemerkt er.

Auch Niklas Gerke leistet seine Praxisausbildung in einer Tagespflegestelle ab. Sein

Angebot in der ASB Tagespflege in Hann. Münden liegt im Bereich Bewegungsförderung. Dies nimmt er mit den Gästen im Sitzkreis anhand einer Bewegungsscheibe, auf der verschiedene Karten mit Bewegungsimpulsen liegen, vor. Ein Reisbeutel wurde reihum auf die Scheibe geworfen und die entsprechenden Bewegungsübungen werden dazu von Niklas anschaulich angeleitet. „Einmal alle Beine hoch und jetzt wandern wir alle zur Tillyschanze“, motiviert er die Teilnehmer. Eine kleine Verschnaufpause mit Getränken gehört auch immer mit dazu. Neben all den Übungen kommen die Gäste der Tagespflege in nette Gespräche, aber ein Thema beschäftigt die Anwesenden am meisten. Niklas wird nach seinem Abschluss zum Sozialassistenten noch eine weitere Ausbildung beginnen

und es wird deutlich, dass er in der Tagespflege dann ganz mächtig vermisst wird. zpy

siebentage
ESSEN für eine woche
Single-Menü 60 € Paar-Menü 100 €
zzgl. je 10 Euro Liefergebühr
Ab Montag, 11. Juli
1. Königsberger Klopse mit Kapern
2. Marillenfruchtknodel mit Vanille
3. Ungarische Gulaschsuppe
4. Indisches Zitronenhühnchen
5. Farfalle in Petersilienpesto
6. Rinderschmorbraten in Madeira
7. Kalbsfriskasse in Weißweinsauce
DER GRISCHÄFER
Kasseler Straße 77-78 • 34308 Bad Emstal • Tel.: 05624 - 99 85 0

HARTMANN
WOHNIDEEN
Wir suchen dich!
KÜCHEN & MÖBELMONTEUR m/w/d
Sie liefern und montieren Einbauküchen und Großmöbel
✓ Attraktiver Arbeitsplatz
✓ Tariflicher Jahresurlaub
✓ Leistungsgerechte Bezahlung
✓ Feste Arbeitszeiten
✓ Familiengeführtes Unternehmen
JETZT BEWERBEN
Frau Katharina Hartmann
kh@hartmann-wohndeiden.de
www.hartmann-wohndeiden.de

HINTERGRUND

Verschiedene Ausbildungseinrichtungen

Weitere Einrichtungen, in denen die Sozialassistenten ihre praktische Ausbildung neben dem schulischen Teil vornehmen, sind unter anderem Förderschulen, Werkstätten oder Wohnheime für Menschen mit Behinderung sowie Krippen und Kindertagesstätten. „Der überwiegende Teil der Absolventen arbeitet in Kitas“, erzählt Kerstin Schneider, Teamleiterin der Sozialassistenten. „Hier lernen die jungen Menschen, auf die verschiedenen Entwicklungsbereiche der Kinder einzugehen und sie zu fördern. Jedes Kind entwickelt sich in seinem eigenen Tempo und es gehört viel Beobachtungsgabe dazu, die Kinder in ihren Fähigkeiten richtig einzuschätzen“, fasst sie die pädagogischen Aufgaben zusammen. Auch in den Kitas werden die Auszubildenden in eine Vielzahl von Arbeitsabläufen und Angeboten eingebunden. Neben Kreativangeboten sind dies auch besondere Aktionen zum Experimentieren, Arbeiten im Werkstattbereich, Rollenspielübungen, Wandertage und Ausflüge. Nach der Ausbildung zur Sozialassistentin/zum Sozialassistenten (Voraussetzung Real-schulabschluss) trennen sich meist die Wege der Schüler. Einige starten in das Berufsleben, viele beginnen aber an weiterführenden Fachschulen eine Erzieherausbildung oder wählen den Weg über die Klasse zwölf der Fachoberschule zur Fachhochschulreife, um ein Studium aufzunehmen. zpy

bbs-muenden.de

Haus Salem
Witzenhausen
Evangelische Altenhilfe
Gesundbrunnen

Gemeinsam mit Leidenschaft pflegen!

Sie möchten diese Leidenschaft mit uns teilen? Verstärken Sie unser Team zum nächstmöglichen Zeitpunkt.

Pflegedienstleitung (m/w/d)

Bei Interesse oder Fragen gerne anrufen: Ulf Schäfer, Leitung Personal, 05671 882-230

Die ausführliche Stellenbeschreibung finden Sie auf unserer Homepage www.gesundbrunnen.org

haussalemwitzenhausen

Schüler musizieren, spielen Theater und tanzen

Mehr als 100 junge Menschen gestalteten einen bunten Abend an den Rhenanus-Schule

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

Größer - noch günstiger - schöner!
...hin zu...
Kimm!
NEUE: Wäschetrockner ab € 129,-
Waschmaschinen ab € 199,-
Geschirrspüler ab € 199,-
Einbauherd mit Cr.-Feld ab € 299,-
NEUE ADRESSE seit 3.1.22:
Philippstraße 23
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!
NORBERT KIMM
34127 Kassel · Telefon 8 70 03 96
www.hinzu-kimm.de

Flohmarkt
Metro
03.07.

Senioren- und Therapiezentrum
HELSA
Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n
Physiotherapeuten/-in
(m/w/d) – Voll- oder Teilzeit
für die Praxis im eigenen Haus
Senioren- und Therapiezentrum Helsa
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa
(05605) 808 - 0
Frau Jutta Bauer
heimleitung@haus-helsa.de
www.haus-helsa.de

„Humor wird bei uns auch gepflegt.“
Brutto-Gehalt **3.500 €**
ab 30 Arbeitsstunden
Senioren- und Therapiezentrum
HELSA
Wir suchen eine/n
Pflegefachfrau/ Pflegefachmann
(m/w/d) – Tag- und Nachtdienst – Vollzeit, Teilzeit, GfB
Senioren- und Therapiezentrum Helsa
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa
(05605) 808 - 180
Frau Katharina Braun
pd12@haus-helsa.de
www.haus-helsa.de

Lössetal
Ambulanter Intensivpflegedienst
KEINE TOUREN
Starter-Paket inkl. Monatsfahrkarte, Fachbücher & Tablet
Wir bieten zum neuen Ausbildungsjahr mit dem Ausbildungsbeginn zum Herbst 2022 Ausbildungsplätze für die
Generalistische Ausbildung zum/zur Pflegefachmann/-frau
(m/w/d)
Voll- oder Teilzeit, GfB – Tag und Nachtdienst
Die Bewerbungsfrist läuft noch bis 31. August 2022.
Wir freuen uns auf Deine Bewerbung!
Fröbelstraße 1, 34298 Helsa
(05605) 929 79 50
Frau Nicole Träbing
pd1@ai-lossetal.de
www.ai-lossetal.de

Bad Sooden-Allendorf – Gut einen Monat vor Beginn der Sommerferien in Hessen hat die Rhenanus-Schule in Bad Sooden-Allendorf mit einem bunten Abend groß aufgetrumpft. Genauer: Mehr als 100 junge Leute aus verschiedenen Klassenstufen präsentierten in der Aula und im Außenbereich der Schule ein witziges, spritziges und kreatives Programm.

Fulminant nannte die stellvertretende Schulleiterin Michaela Deutschmann-Weise vor allem die einzelnen Darbietungen auf der Bühne, die von einem begeisterten Publikum mit rauschendem Beifall kommentiert wurden. Seit Wochen hätten sich die Schülerinnen und Schüler mit großem Engagement auf ihre Auftritte vorbereitet. Und mit einem freudigen Blick in den gut gefüllten Saal fügte sie hinzu, so voll sei „die Hütte“ lange nicht gewesen. In der Tat: Ob Chor, Orchester, Schulband, Theater-AG oder Kammerorchester – mit Feuereifer waren die Schüler bei der Sache. Die Lust am Gesang, am Musizieren und Theaterspiel war unverkennbar, auch wenn bei Letzterem hin und wieder die Souffleuse gefragt war, was die Zuschauer aber gern ver-



Beifall für schönen Gesang: Schülerinnen bei ihrem Auftritt am bunten Abend der Rhenanus-Schule.

FOTO: CHRIS CORTIS

ziehen und mit Heiterkeit quittierten. Skurril ging es bei einem nur scheinbar makaberem Bühnenstück zu. „Wir wollen nur spielen. Wir sind ganz liebe Mädchen“, säuselten zwei junge Damen mit einer Machete, die sie hinter ihrem Rücken verbar-

gen. „Aber wenn wir jemanden nicht mögen, dann ...“ Am Ende lagen elf „Leichen“ auf dem Boden. Sport, Tanz und Kunst waren weitere Themen, und die Religions-Klasse hatte sich mit ihrem Beitrag den Kampf für Freiheit auf die Fahne geschrie-

ben. Auch für die jüngsten Besucher hatten sich die Veranstalter etwas überlegt: ein Bobby-Car-Parcours und Kinderschminken fanden sich im Angebot wieder. Als kreative Ideengeberin für den bunten Abend hatte Michaela Deutschmann-Wei-

se die Kollegin Charlotte Diekmann herausgestellt, die selbst am Flügel in die Tasten griff. Für Unterstützung dankte sie außerdem den Lehrerinnen Isabelle Stern, Inga Löser und Christian Wiechert.

red

Auf Waldbrände vorbereitet

Führungskräfte werden zentral in Kassel ausgebildet

Werra-Meißner – Lange Zeit hatte man aufgrund des vielen Totholzes Sorge vor ihnen, jetzt fordern sie den Einsatz der Rettungskräfte: Waldbrände wüten in diesen Tagen nicht nur in Brandenburg, auch im Harz und Soling hat es bereits gebrannt. Der Werra-Meißner-Kreis hat diese Entwicklungen im Blick – und das Personal entsprechend ausgebildet. Sollte es zu einem Waldbrand in der Region kommen, werden nicht nur die zuständigen Einheiten der Feuerwehr, sondern ebenfalls direkt Be-

dienstete von Hessen-Forst alarmiert. „Diese unterstützen bei der Orientierung im Wald, aber stehen auch während des gesamten Einsatzes der Einsatzleitung beratend zur Seite“, teilt Landkreissprecherin Sylvia Weinert auf Anfrage unserer Zeitung mit.

Da die Brandbekämpfung gerade bei Wald- und Vegetationsbränden komplex ist, besteht für die Führungskräfte der Feuerwehr die Möglichkeit, sich an der Hessischen Landesfeuerwehrschule in Kassel speziell zu dieser

Thematik weiterzubilden. „Mit diesem erworbenen Wissen werden dann die Einheiten an den Standorten ausgebildet. Zudem finden in wiederkehrenden Abständen große Waldbrandübungen statt, um die Zusammenarbeit aller Beteiligten zu trainieren“, betont Weinert.

Um das Feuer löschen zu können, kann auf Zisternen zurückgegriffen werden, die in den Bereichen der Windenergieanlagen verortet sind. In den Kommunen gibt es zudem diverse Tanklöschfahrzeuge mit jeweils mehreren

Tausend Litern Wasser. „Alle Kommunen sind vom Land Hessen mit sogenannten Waldbrandlöschsets ausgestattet worden. Diese Sets beinhalten Löschrucksäcke und kleinere D-Schläuche, um eine effiziente Brandbekämpfung im Gelände durchführen zu können. Zudem hält in den Sommermonaten das THW Witzenhausen gelände-

gängige Fahrzeuge mit entsprechendem Löschwasservorrat vor“, betont die Landkreis-Sprecherin.

Im Einsatz selbst werde aufgrund der hohen Belastung durch Hitze auf ausreichend Pausen und genug Flüssigkeitszufuhr geachtet. Zudem müssen die Einsatzkräfte rechtzeitig abgelöst werden.

red

Exakter Standort bei Brandmeldung wichtig

Wer eine Rauchentwicklung in Waldgebieten entdeckt, kann jederzeit die Feuerwehr über Notruf 112 verständigen. Damit die Einsatzkräfte möglichst schnell eingreifen können, ist eine präzise Standortangabe erforderlich. Der Werra-Meißner-Kreis empfiehlt die App „what3words“. Über die App ist der Erdball in drei mal drei Meter große Quadrate aufgeteilt. Der eigene Standort kann mittels einer Drei-Wort-Adresse wie „entfalten.buslinie.welle“ übermittelt werden.

kmm

Sie (66) BH DD, behaart 01520-708 46 93

Bauern-, Rest- und Reiterhöfe sucht 0551/55563 freitag immobilien

IBC GUSSEIßKESSEL (GK) für Holz, Kohle & Pellets. 10 Jahre Garantie! Ab 3.499 € - bis zu 45% Förderung. www.ibc-heiztechnik.de ☎ 03632/667470

Briefmarken • Gold • Münzen
Ansichtskarten, Schätzung, Beratung
An- u. Verkauf • Dr. Rohde & Kornatz,
Treppestr. 13, Kassel, Tel.: 05 61 - 1 62 17

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

NEU - ABHOLSERVICE!
WIR HOLEN IHRE GERÄTE BEI IHNEN ZUHAUSE AB.
money point
Friedrichsplatz 6 ☎ 0561-9701105
www.moneypoint-kassel.de

vario TREPPEN
aus Holz oder Metall, für innen oder außen, für Alt- oder Neubau
Breitenbacher Weg 9, 36179 Bebra
Telefon 06622 9261-0, www.variotreppen.de

ZUR VERSTÄRKUNG UNSERES TEAMS SUCHEN WIR SIE (NEBENJOB!)

Wir sind der leistungsstarke Partner für Haushaltswerbung im Großraum Nord- und Osthessen. Zusammen mit mehreren namhaften Verlagsobjekten verteilen wir im Rahmen der flächendeckenden und adressierten Zustellung jede Woche über 654.000 Anzeigenzeitungen sowie rund 6,8 Millionen Prospekte.

Wir bieten Ihnen eine spannende und abwechslungsreiche Aufgabe auf Mini-Job-Basis (30 Std./Monat). Für das Gebiet **Helsa, Großalmerode und 6 Ortsteile von Witzenhausen** (ESW-01) suchen wir ab 1.8.2022 einen:

VERTRIEBSINSPEKTOR (M/W/D)

Ihr Aufgabenbereich:

- Sicherstellung einer lückenlosen Verteilung der Anzeigenzeitung **Extra Tip Ost** und **Heimatnachrichten Witzenhausen Hann. Münden**
- Überprüfung der Zustellqualität vor Ort (Kontrolltätigkeit am VT Samstag)
- Personalsuche, Einstellung und Einweisung von Zustellern
- Personalplanung und Betreuung von Zustellern
- Bearbeitung und Klärung von Reklamationsfällen
- Bindeglied zum Verwaltungssitz unseres Unternehmens

Ihre Qualifikationen:

- Kontaktfreudigkeit und eine natürliche Art im Umgang mit Menschen
- Erfahrung in der Mitarbeiterführung und Durchsetzungsvermögen
- Engagement, zeitliche Flexibilität, Mobilität und Belastbarkeit
- Führerschein, eigener PKW, PC, Drucker mit Scanner, E-Mail-Zugang
- sicher in der Nutzung von MS-Office-Produkten
- idealerweise wohnen Sie im gesuchten Gebiet

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung mit Lebenslauf. Diese richten Sie bitte an:



Top Direkt Marktservice GmbH
z.Hd. Herrn Nüchel
Frankfurter Straße 168
34121 Kassel
E-Mail: nuechel@top-direkt.de
www.top-direkt.de

HNA | ZUSTELLER
Wir suchen Sie!

HNA-Pressenzusteller/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

IHR WOCHENHOROSKOP

- WIDDER 21.3.-20.4.** Sehen Sie zu, dass Sie sich nicht verausgaben, auch Ihre Reserven sind nicht unbegrenzt – selbst, wenn Sie das meinen. Verschaffen Sie sich Ruhe!
- STIER 21.4.-21.5.** Der Alltagstrott belastet Ihre Nerven derzeit erheblich. Zunehmende Gereiztheit sollte Ihnen Grund genug sein, endlich über Urlaub nachzudenken.
- ZWILLING 22.5.-21.6.** Treten Sie nicht ohne Rücksprache in schwierige Verkaufsverhandlungen ein – das könnte Ihr Partner Ihnen ziemlich übelnehmen.
- KREBS 22.6.-22.7.** In dieser Woche sollte Liegendebliebenes erledigt werden. Sie werden überrascht sein, wie gut es tut, die abgehakte Aufgabenliste zu sehen.
- LÖWE 23.7.-23.8.** Bleiben Sie gelassen. Im Job stehen die Weichen günstig und der Trend ist positiv. Das wird sich in Kürze auch auf Ihrem Konto bemerkbar machen!
- JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Warum hören Sie erneut zu, wenn man meint, Ihnen Tipps geben zu müssen? Den Ärger über die Besserwisserlei können Sie sich sparen.

Endlich wieder klar sehen

(djd-k). Als das Lesen und Autofahren immer mehr Probleme bereitet, lässt sich der 69-jährige Lothar Bitsch im Artemis Augenzentrum Heppenheim untersuchen. Die Diagnose lautet Grauer Star (Katarakt) – eine Eintrübung der natürlichen Augenlinse. Die Korrektur des Sehfehlers durch Linsenimplantate zählt zu den häufigsten Augenoperationen in Deutschland. Auch der Hesse hofft darauf, doch sein Kunstherz macht ihn zum Risikopatienten. Hinzu kommen Bedenken wegen Corona. Doch sehr hohe Hygienestandards, eine äußerst gründliche Überwachung durch anästhesiologisches Fachpersonal und die Auswahl der speziellen Intraokularlinse Tecnis Synergy IOL von Johnson & Johnson Vision machen es möglich: Lothar Bitsch kann heute alles klar und deutlich sehen und sogar wieder ohne Brille lesen. Infos unter www.beyondcataracts.de.



Foto: djd-k/johnson & johnson vision

- WAAGE 24.9.-23.10.** Wussten Sie, dass häuslicher Frust Energien freisetzen kann, von denen Sie im Beruf profitieren können? Allerdings ist das kein Dauerzustand!
- SKORPION 24.10.-22.11.** Sie müssen sich ein wenig zurückhalten und die Kompromisse ertragen lernen. Wer mit dem Kopf durch die Wand will, bekommt lediglich Beulen!
- SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Formulieren Sie Ihre Forderung diplomatisch, aber machen Sie deutlich, dass Sie weder jetzt noch später für halbe Sachen zur Verfügung stehen.
- STEINBOCK 22.12.-20.1.** Jetzt klingt die Kasse ordentlich, weil Sie sich mal wieder blendend verkaufen. Achten Sie aber darauf, dass Sie nicht zu viel versprechen.
- WASSERMANN 21.1.-19.2.** Gewisse Dinge ließen sich leichter abwickeln, wenn Sie nicht stur an Konventionen festhielten. Seien Sie Neuem gegenüber aufgeschlossener.
- FISCHE 20.2.-20.3.** Seien Sie sorgfältiger bei der Wahl Ihrer Worte. Sie sollten besser schweigen, bevor Sie sich in eine Situation bringen, die Sie später bereuen.



Sparsamer Spaß: Noch mehr Freude am Grillen gibt es, wenn der Gasvorrat länger hält. FOTO: TOBIAS HASE/DPA-TMN

Energiesparen am Rost

So hält die Gasflasche beim Grillen länger

Für ungefähr 15 Stunden Grillspaß reicht eine 11-Kilo-Gasflasche - so eine Faustregel. Wer einmal die Woche grillt, kann damit über den ganzen Sommer kommen, informiert der Deutsche Verband Flüssiggas (DVFG). Doch Hobby-Grillmeister können in Zeiten hoher Preise Energie einsparen und den Gasvorrat effizienter nutzen. Um etwa die Flammen zu schützen, sollte der Grill an einem möglichst windgeschützten Standort stehen. Denn Böen oder Seitenwinde treiben die vorhandene Hitze aus dem Grill - ein Energiefresser, weil dies die Grillzeit verlängert. Ebenfalls ungünstig: beim Vorheizen einfach Vollgas zu geben. Denn kommen nur Gemüse, Grillkäse, Hähn-

chenbrust oder Bratwürste auf den Rost, genügen für ein optimales Grillergebnis 150 bis 200 Grad. Steaks dagegen benötigen etwa 280 Grad, um gar zu werden. Auch der richtige Umgang mit dem Deckel kann die Ausbeute aus der Flasche erhöhen. Er funktioniert wie ein Wärmespeicher und sollte so selten wie möglich geöffnet werden. Beim Ausbrennen schließlich, mit dem der Grill bei ebenfalls geschlossener Haube gereinigt wird, sollten grobe Essensreste vorab mit einer Grillbürste entfernt werden. Auch das spart laut DVFG Energie. Steigt kein Rauch mehr auf, ist der Grill wieder sauber und einsatzbereit. tmn

Angebote gültig vom 04.07. - 09.07.2022

Jede Woche erfrischende Angebote!

Logo GETRÄNKE • FACHMARKT

DOPPEL-KASTEN + 1 Sixpack Grevensteiner **GRATIS!**

Veltins Pilsener
2 Kasten à 20 x 0,5 l, zzgl. 6,68 € Pfand, 1l = 1,20 €

-25%
23,98

<p>Leikeim Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 1l = 1,20 €</p> <p>-25% 11,99</p>	<p>Hütt Bier* Lux Klassik Pils, Knallhütter, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,20 €</p> <p>-20% 11,99</p>	<p>Flensburger Pilsener Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 4,80 € Pfand, 1l = 1,97 €</p> <p>Aktion! + 2 Flaschen GRATIS!</p> <p>12,99</p> <p>Entspricht einem Kostenvoranschlag von 11,81 €</p>	<p>Rother Bräu Öko Bier* diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,40 €</p> <p>45,99 13,99</p>			
<p>Chiemseer Hell Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1l = 1,70 €</p> <p>Aktion! + 2 Flaschen GRATIS!</p> <p>49,99 16,99</p> <p>Entspricht einem Kostenvoranschlag von 15,45 €</p>	<p>Kapuziner Weißbier diverse Sorten, außer Kellerweizen Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 1l = 1,30 €</p> <p>Angebot 12,99</p>	<p>St. Bonifatius Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 1l = 1,00 €</p> <p>9,99</p> <p>Aktion! + 1 Zöllstock GRATIS!</p>	<p>Andechs Weißbier hell, alkoholfrei, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,26 € Pfand, 1l = 1,60 €</p> <p>Aktion! + 2 Flaschen GRATIS!</p> <p>47,99 15,99</p> <p>Entspricht einem Kostenvoranschlag von 14,54 €</p>	<p>Bad Brückener Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,61 €</p> <p>Angebot 5,49</p>	<p>top frisch Apfelsaft diverse Sorten, Kasten = 6 x 1,0 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 1,00 €</p> <p>6,49 5,99</p>	<p>Bad Brambacher Garten-Limonade diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,7 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,89 €</p> <p>Angebot 7,49</p>
<p>Störtebeker Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 1,60 €</p> <p>-24% 15,99</p>	<p>Possmann Äpfelwein Apfelsaft diverse Sorten, Kasten = 6 x 1,0 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 1,25 €</p> <p>-25% 7,49</p>	<p>Förstina Schorle diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,89 €</p> <p>8,99 7,99</p>	<p>Schweppes diverse Sorten, teilweise chininhaltig, Kasten = 6 x 1,0 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1l = 1,50 €</p> <p>9,99 8,99</p>	<p>Red Bull Energy diverse Sorten, koffeinhaltig, 0,25 l-Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 3,96 €</p> <p>-41% 0,99</p>	<p>Moselland Akzente diverse Sorten, 0,75 l-Flasche, 1l = 5,32 €</p> <p>Angebot 3,99</p>	<p>PITÚ Original 38% 0,7 l-Flasche, zzgl. 0,25 € Pfand, 1l = 12,84 €</p> <p>Aktion! + 1 Dose Pitú Caipirinha 0,33 l GRATIS!</p> <p>40,99 8,99</p>
<p>RhönSprudel Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,46 €</p> <p>-21% 5,49</p>	<p>Lillet Blanc, Rosé 17% 0,75 l-Flasche, zzgl. 0,15 € Pfand, 1l = 14,65 €</p> <p>Aktion! + 1 Flasche Schweppes Russian Wild Berry GRATIS!</p> <p>-27% 10,99</p>	<p>Coca-Cola Kombikiste teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1l = 0,79 €</p> <p>-30% 9,49</p> <p>Aktion! Beim Kauf von 2 Kisten Coca-Cola + 1 Sammelglas GRATIS!</p>	<p>Absolut Vodka, Watermelon, 0,7 l-Flasche, zzgl. 0,15 € Pfand, 1l = 15,70 €</p> <p>Aktion! + 1 Flasche Schweppes Bitter Lemon GRATIS!</p> <p>Angebot 10,99</p>	<p>ERNEUT AUSGEZEICHNET.</p> <p>DSGV / Deutsche Gesellschaft für Verbraucherschutz e.V.</p> <p>DEUTSCHER RAUEREI AWARD 2022/23</p> <p>HERAUSRAGENDES PREIS-LEISTUNGS-VERHÄLTNIS</p> <p>HERAUSRAGENDE KUNDEN-ZUFRIEDENHEIT</p> <p>FAZ-INSTITUT</p> <p>Deutschlands Fairste Getränkemärkte 2022</p> <p>1. Platz Vpp Getränke-Fachmärkte</p> <p>*Basis: Anketen-Reputation 02/2022</p> <p>In Ihrer Nähe:</p>		

*nicht in allen Filialen erhältlich
Alle Artikel und Zugaben solange Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung!

Nachbarschaftsstreit vermeiden

Wo und wann darf gegrillt werden?

Sommer, Sonne, Grillvergnügen: Was entspannt klingt, kann zum Nachbarschaftsstreit führen. Denn was des einen Freude, ist vielleicht des anderen Leid - Stichwort Rauch. Das ist beim Grillen erlaubt.

Es könnte so einfach sein: Die Sonne scheint, der Grill wird angeschmissen. Muss nur noch das Grillgut rechtzeitig gewendet werden. Doch dürfen Mieter eigentlich auf dem Balkon grillen? Und was ist, wenn die Nachbarn wenig begeistert vom Grillgeruch sind?

Bevor die Grillparty steigen kann, gibt es einige Fragen zu klären. Und nicht immer ist die Antwort einfach. Denn die Rechtslage sei beim Grillen in Deutschland überall unterschiedlich, sagt Rechtsanwältin Annett Engel-Lindner, Rechtsberaterin beim Immobilienverband Deutschland (IVD). Jedes Bundesland regelt selbst, wo das Grillen erlaubt und wo es verboten ist. In den meisten Kommunen gibt es öffentliche Grillplätze oder ausgewiesene Grillstellen in Parks. Hier darf der Grill angeworfen werden.

Aber Vorsicht: Die Kommune kann die Grilllaubnis für die einzelnen Plätze kurzfristig zurücknehmen, zum Beispiel wegen erhöhter Waldbrandgefahr. Man sollte sich also über die aktuellen Regelungen informieren, bevor



Darf auf der Terrasse eigentlich gegrillt werden? Die Antwort hängt vom Mietvertrag ab – und davon, ob die Nachbarn gestört werden.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

man mit Grillgut, Grill und Getränken bepackt loszieht.

Wer auf dem Balkon seiner Mietwohnung oder im gemeinsam genutzten Garten des Mehrfamilienhauses grillen möchte, muss zunächst einen Blick in den Mietvertrag werfen. Denn der Vermieter kann das Grillen hier einschränken - oder auch komplett verbieten. Wer dennoch den Grill anwirft, muss dem IVD zufolge mit einer

Abmahnung oder im schlimmsten Fall sogar mit einer Mietkündigung rechnen.

Im Garten des eigenen Einfamilienhauses sieht das natürlich anders aus. Hier darf prinzipiell gegrillt werden.

Aber: Wie auch beim Grillen auf Balkon oder Terrasse der Mietwohnung dürfen Rauch und Grillgeruch die Nachbarn nicht belästigen. Sonst kann das Grillen als

Ordnungswidrigkeit zu einer Geldstrafe führen, wie Konrad Adenauer, Präsident des Landesverbands Haus & Grund Rheinland Westfalen, erklärt.

Doch was müssen Nachbarn im Zweifel ertragen? Dazu gibt es zwar zahlreiche Urteile. Letztendlich ist aber der Einzelfall ausschlaggebend.

So entschied das Amtsgericht Halle/Saale (Az.: 120 C 1126/12) etwa, dass Woh-

nungseigentümer nur vier Mal im Jahr mit Holzkohle grillen dürfen. Und das den Nachbarn auch 24 Stunden vorher ankündigen müssen.

Das Amtsgericht Westerstede (Az.: 22 C 614/09 (II)) beschränkte das Grillen mit Holzkohle bei einem Streit um einen Grillkamin an der Grundstücksgrenze hingegen auf zwei Mal im Monat und höchstens zehn Mal im Jahr. Und das Landgericht Mün-

chen (Az.: 15 S 22735/03) urteilte: Sommerliches Grillen im Garten ist erlaubt, wenn die Nachbarn dadurch nicht oder nur unwesentlich beeinträchtigt werden. Fühlen sie sich gestört, müssten sie genau nachweisen, dass es sich um eine nicht unwesentliche Beeinträchtigung handelt.

Um Nachbarschaftsstreit oder gar rechtliche Konflikte zu vermeiden, empfiehlt der Landesverband Haus & Grund Rheinland Westfalen dann auch, das Gespräch mit den Nachbarn zu suchen - und zwar bevor der Grill angeworfen wird. „Dann können sich die Nachbarn auf den Grillabend einstellen und rechtzeitig ihre Fenster schließen“, so Adenauer.

Auch die Wahl des Grills kann Konflikte vermeiden. Der IVD rät, sich für einen Elektro- oder Gasgrill statt für einen Holzkohlegrill zu entscheiden. So kann die Rauch- und die Geruchsentwicklung verringert werden - und vielleicht auch der Ärger der Nachbarn. Außerdem ist die Brandgefahr hier niedriger. Durch die Verwendung von Grillschalen aus Aluminium könne die Qualmentwicklung ebenfalls begrenzt werden.

Übrigens: Ab 22 Uhr muss auch bei den schönsten Grillfeiern die Nachtruhe eingehalten werden. Das heißt: Leise sein, im Zweifel in die Innenräume ziehen und die Glut auf dem Grill löschen.

tmn

Sechs Wochen.

Besser lesen.

Nur 25 €.

Die HNA – gedruckt und digital

- Die HNA sechs Wochen frei Haus geliefert.
- Auf Ihrem Tablet oder Smartphone digital lesen.
- Wählen Sie Ihr Geschenk: 5-€-Gutschein von ARAL oder dm.



HNA

Jetzt bestellen:

hna.de/sechswochen

NORMA



Kulinarische Reise

ab Montag,
4. Juli

MUSES Griechischer Honig
Thymian- oder Pinienhonig
450-g-Glas (1 kg = 8,87)
je Glas

20% billiger
UVP 4,99
3,99*

Irish Whiskey Collection
Tyrconnell, Connemara, Kilbeggan
Traditional und Single Grain
40% vol, 4x0,05-l-Flasche (1 l = 64,95)

In hochwertiger Geschenkpackung

13% billiger
UVP 14,99
12,99*
4er-Pack

Schokobananen
mit Fruchtmarkfüllung in den Sorten
Brombeere, Himbeere oder Marille

150-g-Packung (1 kg = 7,27)
je Packung

26% billiger
UVP 1,49
1,09*

Original ungarische Bauernsalami mild oder pikant
100-g-Packung (1 kg = 16,90)
je Packung

Im Aktionskühlregal:

26% billiger
UVP 2,29
1,69*

Schweizer Gebäcke
Schoko Mandel, Japonais, Nussecke
oder Chocino
100-g-Packung (1 kg = 15,90)
je Packung

20% billiger
UVP 1,99
1,59*

CHIVERS Original englische Marmelade
Lemon Curd 320-g-Glas (1 kg = 7,16), Ginger
Jam oder English Orange 340-g-Glas (1 kg = 6,74)
je Glas

28% billiger
UVP 3,19
2,29*

Schokoriegel 10er
Mars 450-g-Packung (1 kg = 6,20),
Snickers oder Twix 500-g-Packung
(1 kg = 5,58)
je 10er-Pack

26% billiger
zum Vergleich: UVP 5er-Pack = 1,89
2,79*
10er-Pack

Schoko Snack Im Aktionskühlregal:
mit frischer Milchcreme, umhüllt
von Alpenmilchschokolade,

minis 8x16-g-Packung
(1 kg = 15,55) oder
classic 6x32-g-Packung
(1 kg = 10,36) je Packung

13% billiger
UVP 2,29
1,99*

UNSER OBST UND GEMÜSE IST PRÄMIERT!

bilacorn eurofins

JÄHRLICH PRÄMIERT
DLG
www.dlg.org

ILAU GLOBAL GAP

ÜBER 120 ARTIKEL STÄNDIG IM SORTIMENT!

Naschtomaten Schale XXL
Marokko/Niederlande
Kl. I, Sorten: Sweetelle
• Mini-Pflaumtomaten
• Süßes, festes
Fruchtfleisch, 1-kg-Schale
(1 kg = 3,29)

3,29* 1 kg!

Premium Nektarinen XXL
Spanien Kl. I, ausgewählte Früchte –
aromatisch und süß,
2-kg-Steige
(1 kg = 2,-)

2 kg! 3,99*

Aprikosen XXL Spanien/Italien
Kl. I, ausgewählte, farbige Sorten,
große Früchte, 2-kg-Steige
(1 kg = 2,40)

2 kg! 4,79*

NORMA IMMER MEHR FÜRS GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN – IMMER DER BESTE PREIS

Mako-Jersey-Bettwäsche
Kissen ca. 80x80 cm, Bezug ca. 135x200 cm

- 100% Baumwolle, Mako
- Geschmeidig im Griff durch Aloe-Vera-Ausrüstung
- Hautsympathisch, pflegeleicht und bügelfrei
- Mit Marken-Reißverschluss
- Einlaufschutz durch Sanfor-Knit-Ausrüstung

je Bettwäsche

19,99*

Jersey-Spannbettuch • 100% Baumwolle

- Besonders angenehme und langlebige Jersey-Qualität
- Mit Aloe-Vera-Ausrüstung
- Steghöhe ca. 30 cm

7,99* 9,99* 11,99*

Wende-Sommer-Leichtsteppbett
• Beidseitig verwendbar – Vorderseite mit Design und Rückseite Uni

- Auch für Allergiker geeignet je Steppbett
- (Nicht alle Designs in allen Größen erhältlich)

7,99* 9,99*

Modisches Nachthemd für Damen

- 95% Viskose, 5% Elasthan
- Größen S (36/38) – XL (48/50)
- je Nachthemd

6,99*

Ronley Shorty-Set für Damen oder Herren

- Hautsympathisch durch hohen Baumwollanteil
- Damen-Größen M (48/50) – XL (56/58)
- Herren-Größen M (48/50) – XL (56/58)
- je Shorty-Set

5,99*

Pfanne „Parma“ mit cremefarbener Beschichtung

- Hochwertiger Aluguss
- Mit langlebiger Thermoceramica Antihaf-Versiegelung
- Soft-Touch-Griff
- Außen glänzende Silikonbeschichtung, dadurch pflegeleichte Reinigung
- Backofenfest bis 150°C
- 4 Jahre Garantie

15,99* 17,99* 19,99* 24,99*

Aluguss-Topf oder -Pfanne „Elverum“

- Hochwertiger Aluminium-Guss
- Töpfe inkl. Glasdeckel (Pfannen ohne Deckel)
- Wärmeisolierende, silikonummantelte Griffe
- Extra starker, energiesparender Ferro-Therm®-Boden

15,99* 18,99* 24,99* 26,99*

Riesige Auswahl!

- Robustes, pflegeleichtes Obermaterial, teilweise mit dämpfender Phylon-Laufsohle

65% billiger
UVP 39,99
je Paar
13,99*

Küchenhelfer aus Bambusholz
FSC®-zertifiziert (FSC® N001587)

- Folienspender
- Mit Abreißkanten
- ca. 39,5 x 13,5 x 5,5 cm

7,99* 9,99*

Wachstuch-Tischdecke „Ecotex“ • Strapazierfähig und schmutzabweisend • Mit geprägter Oberfläche • Aus robustem PVC

3,49* 3,99* 4,49* 5,99*

Feinripp-Achselhemd 4er für Herren

- Reine Baumwolle
- M/5 – XXXL/9
- je 4er-Pack

45% billiger
UVP 19,99
10,99*

Ronley 20+3 Paar Socken für Damen oder Herren • 71% Baumwolle, 25% Polyester, 2% Polyamid, 2% Elasthan • Bequemer Komfortbund • Größen 35/38 – 43/46

9,99*

*Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de/aktionsartikel. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung.

NORMA 24

ÜBER 30.000 ARTIKEL einfach & bequem online bestellen unter www.norma24.de

HIER GEHT'S ZU UNSEREM ONLINESHOP

athletischer Wettbewerb	Abrahams Sohn im A.T.	ein Werkzeug	schwere Geschütze	Autor von Ariane † 1931	spanisch: Meer	Kartoffelkuchen	Ort in der Schweiz	ver-einigen	Handy-Nachricht (Abk.)	zum Verkauf stehend	Rachen-entzündung	nord. Göttin der Jugend	bändi-gen	Staats-streich	See in Öster-reich	buddh. Schrift-sprache	Vertei-diger beim Judo	gestufte Pflanzen-anbau-flächen
Gefährtin	Teilge-biet der Mathe-matik						sensibel						ökonom.: Ergebnis (engl.)					
														ein Enten-vogel	kurze Filmel-nstellung			
franzö-sischer Filmstar (BB)	gehör-sam	größter Erdteil																
sehr fester Faden	Haut-wuch-erung	Teile des Tis-chs																
schwer-wiegend	Ver-dachts-moment	japan. Kampf-sport-arten																
kein ... daraus machen, banal	Außer-irdischer TV-Star																	
Salz-gewin-nungs-anlage	ägyptischer Toten-gott	land-wirtsch. Arbeit																
deutsche Vorsilbe	italie-nischer Sänger (AI)																	
Karpfen-fisch																		
Zimmer-pflanze	ge-flügeltes Wort																	

Günstige Reiseziele

Was bekommt man für sein Geld?

Wer sparen möchte, kann bei der Auswahl des Reisezieles auch die Kaufkraft der Landeswährung berücksichtigen. Dazu lohnt sich der sogenannte Kaufkraftvergleich. Laut Bundesverband deutscher Banken liegt derzeit die Türkei als günstiges Urlaubsziel ganz vorn. Im Land erhalten Urlauber für ihr Geld fast

das Dreifache an Waren und Dienstleistungen. Das heißt, für einen Euro könnten sie Waren im Wert von 2,71 Euro kaufen. In Polen (1,75 Euro), Ungarn (1,67 Euro) und den baltischen Staaten Litauen (1,39) und Lettland (1,31 Euro) profitieren Urlauberinnen und Urlauber ebenso.

tmn

Tiefenentspannung und Höhenrausch

Am Bodensee können nicht nur Wassersportler tolle Entdeckungen machen

Der Bodensee bietet Wassersportlern und allen anderen aktiven Genießern ein breites Spektrum außergewöhnlicher Erlebnisse.

Ob SUP-Yoga oder Zeppelinflug - in, an, auf und über Deutschlands größtem See erwartet Urlauber in jedem Fall eine Extraportion Spannung und Tiefenentspannung. Vom Nordufer aus, wo sich schmucke Orte, Strandbäder und Surfviehere aneinanderreihen, hat man bei allen Aktivitäten immer die Alpenkette im Blick.

Unter www.echt-bodensee.de gibt es weitere Informationen zur Region und Inspirationen für Entdecker. Dank des milden Klimas gedeihen rund um den Bodensee Obst, Gemüse, Hopfen und Wein und sorgen zusammen mit dem frischen Bodenseefisch auch in der gastronomischen Landschaft für ein besonders abwechslungsreiches kulinarisches Erlebnis.

djd-k



Am Bodensee kommen nicht nur Wassersportler genussvoll auf ihre Kosten.

FOTO: DJD-K/DEUTSCHE BODENSEE TOURISMUS/LISA DÜNSER

Urlaubsspaß hoch drei

Die besten Gründe für einen Ausflug ins Dreiländereck Bayerischer Wald

Berge, Wälder, Wiesen und Täler: Eine vielfältige Landschaft prägt das Dreiländereck Bayerischer Wald. Die Region vereint Teile des Bayerischen Waldes auf deutscher, des Böhmerwaldes auf tschechischer und des Mühlviertels auf österreichischer Seite.

Hier einige Highlights: 1. Das 600 Kilometer lange Wanderwegenetz ist ausgeschildert und bietet immer wieder spektakuläre Ausblicke. Mehr Infos bietet



Typisch Dreiländereck: ausruhen, genießen und die Landschaft auf sich wirken lassen. FOTO: DJD-K/ARGE DREILÄNDERECK

www.dreilaendereck-bayerischer-wald.de. 2. Auf Radler warten rasante Trails, familien-gerechte Radwege und ein gut ausgebautes E-Bike-Streckennetz. 3. Erfrischen kann man sich in Kneipp-Anlagen, Bade- und Stauseen. 4. Charakteristisch für die Küche sind Fleisch-, Braten- und Knödelgerichte sowie Mehlspeisen.

Kulturelles Highlight ist das Museum „Adalbert Stifter und der Wald“ in Neureichenau.

djd-k

Stellenangebote

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

Vermietung

Wohnung in Heinebach, im 55 Plus, 57m² zu vermieten, weitere Infos über 06623-44213

Bekanntschaffen

Gesunde Witwe, Dora, 77 J., mit schöner weibl. Figur, gepflegt, brauche keine Reisen, aber ein aufrichtiges Miteinander. Im Alter ist jeder Tag kostbar, deshalb sollten wir nicht länger einsam sein, sondern glücklich, dass wir uns gefunden haben. Mit Vorfreude auf gemeins. Wohnen warte ich auf Ihren Anruf üb. PV Tel. 0176-34488463

Baumarkt

Immobilienkomplettanierung oder Teilanierung vom Keller bis über den Balkon zum Dach und der Fassade. Meisterbetrieb, alles aus einer Hand. Beratung beim Immobilien Kauf/Verkauf, Kostenschätzung für die Sanierung. **Kimm Gebäudeservice 05692 994530 - www.kimm-gbs.de**

Verkauf

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

Entrümpelung aller Art Tel: 0561-498835

Ankauf

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

Modelleisenbahn und Zubehör gesucht. Telefon 05544 912031

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

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

Landwirtschaft & Forsten

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

Auto-Ankäufe

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

Wir kaufen ihr Wohnmobil & Wohnwagen! 0800-186 00 00 (kostenlos) www.ankautwohnmobilie.de

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

Kontakte

Polin macht alles! 0162-576 74 78