

1000 Mbit/s Wlan*
 *über die Telekom, Unitymedia, Glasfaser oder Funk

Nur 29,99 €/mtl.

NEU! Galaxy Z Flip 4 mit O2 GROW Tarif mtl. nur 39,99 €

O₂

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

HEIMAT NACHRICHTEN

MELSUNGEN · FRITZLAR
 HOMBERG · BORKEN

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 • Krügerand/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

Stadtkirche
 Erweiterte Orgel wird digital spielbar sein.



Niedenstein
 Förderverein des Hallenbades traf sich.



Sportgala
 Auszeichnungen für Aktive und Ehrenamtliche.



Taucher haben es nun viel leichter

Mobiles Sonargerät bereichert die Ausrüstung der DLRG am Neuenhainer See

Neuental – „Die DLRG ist für die Gemeinde Neuental seit vielen Jahren ein unerlässlicher Partner – ohne sie wäre der Badebetrieb am Neuenhainer See schlicht nicht möglich.“ Mit knappen, klaren Worten machte Bürgermeister Dr. Philipp Rottwilm deutlich, welche große Bedeutung die ehrenamtliche Arbeit der DLRG-Mitarbeiter am See hat.

Ihre Wertschätzung für die verantwortungsvolle Tätigkeit der DLRG brachten auch Landrat Winfried Becker, Kreisbrandinspektorin Tanja Dittmar, der Vorstandsvorsitzende der Kreissparkasse Schwalm-Eder, Michael von Bredow, sowie Hendrik Simon von der Matthias-Kaufmann-Stiftung zum Ausdruck. Diesen Worten waren bereits Taten vorausgegangen: Der Schwalm-Eder-Kreis hatte ein mobiles Sonargerät gekauft. Die Kreissparkasse sowie die Matthias-Kaufmann-Stiftung unterstützten mit Geldspenden den Kauf der speziell für Taucher konzipierten Sprechereinrichtung durch den DLRG Kreisverband Schwalm-Eder.

Die offizielle Übergabe der beiden Techniken allerdings musste aufgrund der Coronapandemie verschoben werden, sodass es erst jetzt dazu vor dem DLRG-Camp am Neuenhainer See kam.

Das brachte aber einen positiven Nebeneffekt mit sich: Sowohl das mobile Sonargerät als auch die Kommunikationseinrichtung für die Taucher



Die Kommunikation zwischen Taucher und Außenteam: Landrat Winfried Becker (von links) ist der Taucher und kommuniziert mit dem Außenteam bestehend aus Florian Heß, Annika Perreten und Michael Siebert.

cher wurden bereits erfolgreich im praktischen Einsatz getestet.

„Beides bringt für die Arbeit unter Wasser immense Vorteile“, erklärte Jürgen Elborg, Leiter des DLRG Kreisverbandes Schwalm-Eder aus Schwalmstadt. So lassen sich anhand der vom Sonargerät gesendeten Schallwellenimpulse Objekte bis zu einer Tiefe von etwa 30 bis 40 Metern sehr gut orten. Dadurch können die Tauchgänge nicht nur zielgerichtet erfolgen, sondern die Taucher können sich mental viel besser auf das Objekt einstellen, das sie bergen sollen. Mithilfe der Sprechereinrichtung können die Taucher direkt untereinander und auch mit ihren Helfern über Wasser kommunizieren. Das bringt eine spürbare Entlastung. Denn: Dadurch entfällt zum Beispiel das wiederholte und stark kräftezehrende Auf- und Abtauchen. Die Mikrofone und Hörkapseln sind in den Tauchermasken eingebaut. Landrat Winfried Becker überzeugte sich persönlich davon und zog eine Maske auf. Mit dem mobilen Sonargerät und dem Kommunikations-Set verfügt die DLRG nun über zwei wichtige Bausteine in der Wasserrettung. Laut Elborg soll zudem noch eine Unterwasserdrohne an-

geschafft werden. Damit lässt sich der Sonarsignalgeber auch in unwegsame und kri-



Martin Teutschmann, Technischer Leiter der DLRG, erklärt die Funktionsweise des mobilen Sonargerätes.

tische Bereiche transportieren, riskante Tauchmanöver werden vermieden.

red

Hochbeete in Lärche
 in allen Größen
0152 13 27 81 66

sonntags ab 21 Uhr geschlossen

Knüllhotel Tann-Eck

34593 Knüllwald-Schellbach
 Tel. 05681 9921-0 • Fax 9921-97

Schnitzeltage

Verschiedene Variationen

E-Tankstelle am Hotel
www.hoteltanneck.de

Bei uns liegen Sie richtig!

Seit 20 Jahren für Sie da!

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

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

HWS SCHAUMSTOFFE

Fritzlär/Lohne · Schmiedeweg 12
hws-schaumstoffe.de

gunther ENERGIE

HolzPellets ENplus-Qualität

HolzBriketts Eiche & Buche

Rufen Sie uns an!
(05682) 738 76 79
 34582 Borken

www.guenther-energie.de

27.08.22
 Tag der offenen Tür beim THW Fritzlär

Was euch erwartet:

Tombola Hüpsburg Kletterturm
 Wunschnbrunnen Wasserfall
 Spiel & Spaß spannende Technik
große LKW

ab 10:00 Uhr
Waberner Str. 33 in Fritzlär

BALKAN RESTAURANT

Waldstraße 6 · 34212 Melsungen

Rudnik-Feller
 Cordon bleu, Kammsteak, gefülltes Hacksteak, Speck

Angebot im August
15,90 €
 Di.-Do.

Öffnungszeiten: Mo. Ruhetag
 Di.-Sa. 17.00-21.00 Uhr
 So. 11.30-14.00 u. 17.00-21.00 Uhr

www.balkanrestaurant.com

Wir machen Ihre Reise!
www.grau-busreisen.de
 05681 2307
 Ihr Partner für Gruppen- und Vereinsreisen

Containerdienst Fette
 1-10 cbm
0152 13 27 81 66

Mittwochs stehen wir in Guxhagen und Fritzlär

MICHA'S FISCHLADEN
www.michas-fischladen.de

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

Müller Fritzlär
 Fernsehtechnik & Hausgeräte
 Kaffevollautomaten
 Verkauf, Werkstatt & Service
 Telefon 05622 / 2255

Kompetent. Persönlich. Nah.

Bei uns finden Sie stetig eine große Auswahl von über 600 Qualitätsgebrauchswagen in der Ostmann-Gruppe.

Autohaus Ostmann
 Gebrauchtwagen

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

www.autohaus-ostmann.de

ECKSTEIN
 einfach besser

LIEBE KUNDEN!

Leider ist uns bei der letzten Anzeige ein Fehler unterlaufen. Es sollte nicht heißen, dass ihr nur noch Gerichte über 20 Euro bestellen dürft. Ich dürft selbstverständlich weiter Gerichte bis 20 Euro bestellen. Unsere beliebten Schmitzel sind selbstverständlich weiter über 2 für 1 Aktion erhältlich.

Wir freuen uns auf euren Besuch. Euer Eckstein Team

ECKSTEIN
 einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1 SO BIS FR
 21.08. BIS 26.08.2022

Angebot gilt nach Gutscheinvorlage vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigere/gleichwertige geschenkt! Zu jedem Gericht muss mindestens ein Getränk bestellt werden. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Gutschein gilt für Gerichte bis 20 € und nicht außer Haus.

GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN | OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL

Frischer Klang für die Stadtkirche

Erweiterte Orgel wird digital spielbar sein und soll Attraktion für Ausflüge werden

Melsungen – Noch schützt eine Folie die bereits eingebauten Pfeifen des neuen, zusätzlichen Orgelteils in der Melsunger Stadtkirche. Die bekannte Noeske-Orgel erhält durch die Erweiterung ein weiteres Manual. Damit soll das Musikgenre, das mit dem Instrument gespielt werden kann, enorm erweitert werden.

Zusätzlich handelt es sich dabei um ein Instrument zum Anfassen, denn durch die besondere Oberflächenstruktur der Pfeifen werden keine Fingerabdrücke mehr sichtbar. Damit wird auch ein musikpädagogischer Effekt erzielt, wie der zuständige Pfarrer in der Melsunger Stadtkirche, Dr. Sigurd Sadowski, sagte. Er kann sich vorstellen, dass auch Schüler die Orgel besichtigen und anfassen können. Auch Einblicke in das Innere sind möglich.

Das Hauptaugenmerk haben Kirchengemeinde und Orgelbauer darauf gelegt, dass der Standort des neuen Teilwerkes räumlich und auch musikalisch zum Kirchenschiff und der bisherigen Orgel passen. Seit mehre-



NOCH IST EINIGES ZU TUN FÜR Orgelbaumeister Peter Kozeluh (von links), Aaron und Thomas Schülken. Oben auf der Orgel: Pfarrer Dr. Sigurd Sadowski.

FOTO: HELMUT WENDEROOTH

ren Monaten sind sieben Mitarbeiter mit den Arbeiten an dem über zwei Tonnen schweren Musikinstrument beschäftigt, sowohl in der

Stadtkirche als auch in der Orgelbauwerkstatt in Rotenburg.

Ein Teil des Gewichtes kommt von der Konstruktion

der Wandverkleidung, die mit Sand gefüllt wurde, um ein besonderes Klangerlebnis zu erzeugen. Orgelbaumeister Peter Kozeluh und zwei seiner Orgelbauer, Thomas und Aaron Schülken, sind derzeit fast täglich in der Melsunger Stadtkirche.

In die neue Orgel werden 779 Pfeifen eingebaut. Die größte ist 4,10 Meter lang und die kleinste zeigt gerade mal zwei Zentimeter auf dem Maßband. Bei einer Länge von mehr als vier Metern ist

es besonders anspruchsvoll, die Pfeife ohne Beschädigungen an den Wänden des frisch renovierten Gotteshauses auf die Empore zu bringen, sagen die Orgelbauer aus Rotenburg.

Größere Probleme bereitet den Handwerkern derzeit die Beschaffung der entsprechenden Technik, um die Orgel zu digitalisieren. Die Lieferung der benötigten Halbleiter zögert sich, wie momentan fast überall, heraus. Hinzu kommt laut Kozeluh,

Recht ist es möglich, alle drei Teilwerke von einem Platz aus zu bedienen. Register, die bisher manuell gezogen wurden, können dann elektromagnetisch eingestellt werden. Die spielbare Musikkpalette wird enorm vergrößert. Klänge können vorprogrammiert werden und erweitert so die Klangvielfalt um ein Vielfaches. Darauf freut sich Bezirkskantorin Kornelia Kupski besonders.

Wie Pfarrer Sadowski sagte, kostet die gesamte Kirchenrenovierung rund 500 000 Euro, davon entfallen 300 000 Euro allein auf die Orgel. Möglich wurde dies unter anderem durch private Spenden und durch Investitionen vom Förderverein Stadtkirche Melsungen sowie der Stiftung Kirchenerhaltungsfonds der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck. Wann die erweiterte Orgel zum ersten Mal wieder erklingt, steht noch nicht fest. Aber Orgelbaumeister Kozeluh verspricht: „In der Melsunger Stadtkirche entsteht mit der Erweiterung und der neuen Technik der Orgel etwas ganz Besonderes. Die Zuhörer werden begeistert sein.“

red

www.rb-becker.de

ab Mo, den 22.08.2022

Lunch to go oder mit Besteck und Kühlelement, 1,55l
1,99 €

Trinkbecher "To go" versch. Modelle ab 2,99 €

Thermo Trinkflasche für warme und kalte Getränke, versch. Farben, 500ml
2,99 €

Kühltasche, 20l Kälteisolierendes Inlett, 38x19x29 cm, versch. Farben
4,99 €

Elektrischer Insektenvernichter zieht Fluginsekten durch UV Licht an. Umweltfreundlich. Bis zu 50kg
7,99 €

Solar Insektenvernichter Insektenvernichter und Solarlampe

Butangas, 227g für z.B. Gasherd, Campingkocher.
1,99 €

Camping-Gas-Kocher inkl. Koffer, 34x27x11 cm, mit Piezozündung, Bedienungsfreundlich.
19,98 €

Gaskartusche Universal, 190g
1,49 €

Rindenmulch 3 Sack à 70 Liter
10,00 €

Unkrautvlies ca. 1,5x8 m
3,99 €

Mörtelkübel 65 Liter
4,99 €

Mörtelkasten 80/90 Liter 65 Liter
4,99 €

Eingelegte Heringsfilets versch. Sorten 400g
0,89 €

Escoffier Fond versch. Sorten 400ml
1,79 €

Hirtenkäse in Würfeln versch. Marinaden 350g
1,39 €

MEGGLE Kräuterbutter 125g
0,69 €

MILRAM Frühlingsquark 287g
0,55 €

BUKO Frischkäse versch. Sorten 200g
0,79 €

Nussecken oder Mandelhörnchen 175g
1,39 €

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 Industriestr. 1 - 37217 Witztenhausen/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

Akku-Geräteset PK18113X1 bestehend aus: Schlagbohrschrauber 13mm (1/2"), Stichsäge, 2 Akkus, Ladegerät & Transporttasche 18 Volt Li-Ion, 1,5Ah
189,50 €

Akku-Bohrschrauber DDF453RFX2 / 18 Volt 13 mm (1/2")
179,50 €

Akku-Bohrschrauber DDF453DWAEE / 12 Volt mit 2 Akkus und 1 Ladegerät
179,50 €

Akku-Winkelschleifer DGA452Z / 18 Volt
129,50 €

Butangas, 227g für z.B. Gasherd, Campingkocher.
1,99 €

Camping-Gas-Kocher inkl. Koffer, 34x27x11 cm, mit Piezozündung, Bedienungsfreundlich.
19,98 €

Gaskartusche Universal, 190g
1,49 €

Rindenmulch 3 Sack à 70 Liter
10,00 €

Unkrautvlies ca. 1,5x8 m
3,99 €

Mörtelkübel 65 Liter
4,99 €

Mörtelkasten 80/90 Liter 65 Liter
4,99 €

Eingelegte Heringsfilets versch. Sorten 400g
0,89 €

Escoffier Fond versch. Sorten 400ml
1,79 €

Hirtenkäse in Würfeln versch. Marinaden 350g
1,39 €

MEGGLE Kräuterbutter 125g
0,69 €

MILRAM Frühlingsquark 287g
0,55 €

BUKO Frischkäse versch. Sorten 200g
0,79 €

Nussecken oder Mandelhörnchen 175g
1,39 €

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 Industriestr. 1 - 37217 Witztenhausen/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



Das Kinderhaus in Melsungen feierte verspätet sein 25-jähriges Bestehen. Dabei wurde der neue elektrische Bus eingeweiht.

FOTO: KIDS KINDERHAUS

Bus für Kinder

Jubiläumsfeier in Kinderkrippe

Melsungen – Mit mehr als zwei Jahren Verspätung konnte der Verein Kinderleben in der Stadt (KidS) sein 25-jähriges Bestehen feiern. Die Kinderkrippe, welche Kinder im Alter von zehn Monaten bis drei Jahren besuchen können, wurde am 1. März 1995 in den Räumen des Gebäudes zum Pfeiffrain 41 gegründet, heißt es in einer Mitteilung. Durch die Corona-Pandemie musste die Feier verschoben werden.

Seitdem haben mehrere hundert Kinder unter der Betreuung von Erzieherin und Gründungsmitglied Ute Kuhlmann und ihrem Team ihre ersten Schritte gemacht.

Das Jubiläum wurde bei totem Wetter mit Eltern, Kindern, Freunden und Vereinsmitgliedern auf dem schönen

Außengelände der Einrichtung gefeiert, heißt es weiter. Die Kinder konnten im Garten spielen und sich bei kleinen Wasserspielen abkühlen. Der Höhepunkt des Festes war die Aufführung des Staufener Puppentheaters, welches Jung und Alt viel Freude bereitete.

Für Verpflegung hatten die Eltern mit einem Fingerfoodbuffet gesorgt.

Das Jubiläumsfest wurde ebenfalls dazu genutzt, den neuen elektrischen Bus einzuweihen, den die Kuge-Stiftung dem Verein gesponsert hat. Mit dem Bus können die Erzieherinnen mit den Kindern nun Ausflüge zu weiter entfernten Spielplätzen und Domizilen unternehmen, die für die Kinderfüße sonst zu weit wären.

red



HEIMAT NACHRICHTEN

MELSUNGEN · FRILAR · HOMBURG · BORBEN

IMPRESSUM

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

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

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

Anzeigenverkauf: Tel.: 0 56 61 / 70 57 27 E-Mail: anzeigen@nhw-wochenzeitungen.de

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

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

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel Tel.: 0 5 61 / 920 940 E-Mail: info@top-direkt.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 1b vom 1.5.2022

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, mit Angabe Ihrer Anschrift, an info@top-direkt.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

Weitere Informationen finden Sie auch auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de



Mörscher Köche grillen für Gäste

Drei Mitglieder des Männerkochclubs Morschen „Schmackofatz“ haben für 15 Gäste und fünf Mitarbeiterinnen der Diakonie Tagespflege in Altmorschen ein Mittagessen zubereitet. Es gab Bratwurst, Frikadellen vom Grill und Salate. Die Gäste der Tagespflege freuten sich laut Mitteilung sehr über die leckeren Gerichte. Eine finanzielle Unterstützung gab es für die Zutaten von der heimischen VR-Bank Spangenberg-Morschen. Die Gäste bedankten sich für alles mit Applaus. Die Pflegedienstleiterin der Tagespflege Morschen, Jutta Benke, schloss sich dem Dank ihrer Gäste bei dem Vorstandsmitglied der

VR-Bank, Dominik Hartung, an. Dieser betonte den genossenschaftlichen Gedanken der heimischen VR-Bank: Hilfe zur Selbsthilfe. Unser Bild zeigt von links Georg Hassenpflug, Dieter Kaiser, Charlotte Kreuzburg, Dominik Hartung, Jutta Benke und Walter Suck.

red FOTO: TAGESPFLEGE MORSCHEN/WH

Wo viele Kinder das Schwimmen lernen

Förderverein des Hallenbades in Niedenstein kam zusammen

Niedenstein – Trotz der Coronakrise gab es viel zu tun für den Förderverein des Hallenbades in Niedenstein. Das wurde bei der Jahreshauptversammlung deutlich. Die fiel 2020 und 2021 coronabedingt aus und wurde jetzt nachgeholt. Auf der Terrasse des Hallenbades berichtete die Vorsitzende Silvia Harsch über die Abläufe.

So wurde im Frühjahr 2020 die Grünanlage im Außenbereich des Bades umfassend bearbeitet und gepflegt.

Im August fand dann zum ersten Mal das Sommerkino auf der Schwimmbadwiese statt. Der Förderverein hatte den Getränkeverkauf übernommen. Kurz vor Ausbruch der Pandemie im März 2020 wurden noch zwei Schwimmkurse angeboten und somit 20 Kindern die Möglichkeit gegeben, das Schwimmen zu lernen, freut sich Harsch. Und: Mit der alljährlichen Spende wurden Schwimmmutensilien angeschafft, die insbesondere für jüngere Badegäste gedacht sind.

In der ersten Jahreshälfte 2021 wurde der vom Förderverein gespendete Defibrillator im Bad angebracht. Er ist jetzt links von der Eingangstür zum Hallenbad zu finden. Die Montage übernahm die Firma Elektro-Barthel kostenlos. Für die Anschaffung des Gerätes waren 2000 Euro erforderlich. Das Geld kam auch zur eine Spende der Matthias-Kaufmann-Stiftung zusammen, sie gab 500 Euro dazu.



Christa Thutewohl
Ehem. Vorstand

Als die Corona-Inzidenz sank, wurden vom Förderverein auch wieder Schwimm-



Kommt gut an: Das Hallenbad in Niedenstein. Dort finden auch viele Schwimmkurse statt.

ARCHIVFOTOS: STADT

kurse angeboten. So wurden in acht Kursen 120 Kindern Schwimmkenntnisse vermittelt. Insgesamt haben viele Gruppierungen aus dem gesamten Kreisteil Fritzlar-Homberg im Niedensteiner Bad Schwimmkurse angeboten.

Die Kassiererin Angelika Barthel konnte auf einen guten Kassenbestand hinweisen, welcher künftig für dringende Beschaffungen und Investitionen zur Verfügung stehe, heißt es in der Mitteilung des Vereins. Auch die Mitgliederzahl blieb konstant. Der Verein zählt 135 Mitglieder.

Unter der Wahlleitung von Bürgermeister Frank Grunewald fanden die Neuwahlen des Gesamtvorstandes statt. 1. Vorsitzende ist Silvia Harsch, 2. gleichberechtigte Stellvertreterin/Stellvertreter sind Monika Höhmann und Harald Kranz. Zur Kassiererin wurde Angelika Barthel gewählt und ihr Stellvertreter ist Manuel Regenbogen.

Zum Schriftführer wurde Manfred Keller gewählt und stellvertretender Schriftführer ist Marc Schmoll.

Aus dem Vorstand ausgeschieden ist Christa Thutewohl. Ihr wurde für ihre langjährige Mitarbeit mit Worten und einem Geschenk gedankt.

red

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

Seniorenwohnung in Treysa
52 m², 1 SZ, Wohnraum mit Küche, behindertengerecht, Bad, Aufzug, Kellerraum, zentral, hell. KM 650 €, NK 156 €, Kaution 1.525 €. Frei ab sofort.
Kontakt: hsde gGmbH, Seniorenzentrum Wagnersgasse, Frau Kube 06691 92150

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

bad-spezialisten.de
24 std DUSCH SANIERUNG
Gleich Termin vereinbaren unter 0 66 21/30 41
Bis zu 4000 € Zuschuss!
Wir kümmern uns um alle Anträge! Rufen Sie uns an.
Bäderarbeiten
Herrmann & Firtges
Badgestaltung in Vollendung
Im Unterfeld 5 • 36251 Bad Hersfeld-Asbach
www.herrmann-firtges.de

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

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

Fleischerei Ralf Ganß
Telefon Melsungen: 05661 3106
Telefon Dagobertshausen: 05661 2433
Angebote vom 23.-27.08.2022
Hausm. Bratwurst 100 g 0,69 €
Grillspieße 100 g 1,49 €
Putenschnitzel 100 g 1,19 €
Frische rote Runde 100 g 1,09 €
Qualität aus Meisterhand
• Wir schlachten selbst • Stroh-Schweine und Großvieh aus eigener Aufzucht • Frische Eier und Frischgeflügel • Nudeln • heiße Theke
Öffnungszeiten: Montag geschlossen
Melsungen, Di.-Fr. 7.30-18.00 Uhr
Sa. 7.30-12.30 Uhr
Dagobertshausen, Do.-Fr. 7.30-17.30 Uhr
Sa. 7.30-12.30 Uhr

DIE ACTION FINDET BACKSTAGE STATT
DEIN NEUES TEAM ERWARTET DICH
MIT EINEM MODERNEN ARBEITSPLATZ UND UNTERSTÜTZENDEN VORGESETZTEN
Kein Lebenslauf erforderlich
Verdiene bis zu 12,62 €/Stunde* als Versand-/Lagermitarbeiter (m/w/d) in Bad Hersfeld
amazon
Jetzt bewerben unter amazon.de/badhersfeld
*Inkl. eines monatlichen Bonus

Für unser Werk Fritzlar suchen wir Saisonkräfte für die Krautproduktion
Hengstenberg
• Schlepperfahrer/
Hubwagenfahrer/Staplerfahrer (m/w/d)
• Mitarbeiter Rohwareneingangskontrolle (m/w/d)
• Maschinenbediener (m/w/d)
• Mitarbeiter in der Produktion (m/w/d)
Wir bieten Ihnen
• Flache Hierarchien im mittelständischen Familienunternehmen, starke Marken und bekannte Produkte
• Kantine
• Gute Verkehrsanbindung und kostenlose Parkplätze
• Mitarbeiterrabatte
Haben Sie noch Fragen?
Rufen Sie uns einfach an, gerne helfen wir Ihnen weiter.
Ihre Ansprechpartnerin ist Frau Marita Haupt (+49 5622 804-182).
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung online über unser Jobportal unter www.hengstenberg.de, per E-Mail an marita.haupt@hengstenberg.de, auf dem Postweg oder persönliche Abgabe im Werk!
Hengstenberg GmbH & Co. KG
Werkpersonalabteilung
Pappelallee 4-16
34560 Fritzlar
www.hengstenberg.de

Eine Gala für den Sport

Auszeichnungen für Aktive und Ehrenamtliche im Sportkreis

RATIO_Land
XXL FLOHMARKT
 Baunatal Parkdeck
28.8.
 hansenmaerkte.de • ☎ 06424-6191

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

Flohmarkt
 Hann. Münden 28.08.

Zeitung lesen – und mitreden können!

HOFMANN'S CATERING

Zur Verstärkung unserer Teams in
 KASSEL, SPANGENBERG
 BAUNATAL und BAD EMSTAL
 suchen wir Sie m/w/d ab sofort als

**KOCH / JUNGKOCH
 KÜCHENMITARBEITER**

in Voll- und Teilzeit

Wir freuen uns auf Ihre Online Bewerbung unter
www.hofmanns-catering.de
 Frau Keller 07930/601-155

siebentage
 ESSEN für eine woche

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

bestellbar auf:
grischaefer.de

Lieferbar ab 24. August

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

DER GRISCHÄFER
 Kasseler Str. 77 • 34308 Bad Emstal • Bestellen: 05624 - 99 85 55

Zahnarztpraxis
 Tobias Schwalm
 Zahnarzt

Hessenallee 3
 34613 Ziegenhain

Wir möchten **Ihr** Lachen erhalten.

- **Zahntechniker** (m/w/d) gesucht, Voll- oder Teilzeit, Festeinstellung
- **Hilfskraft Labor**, gern auch **Zahnarzthelferin** (m/w/d) gesucht, 450-€-Basis

☎ **06691 3930**
www.zahnarztpraxis-schwalm.de

HALLMANN

SUMMER SALE
1 GLAS GESCHENKT
 nur bis 31.08.2022

-50%
 AUF MARKEN-BRILLENGLÄSER*

Auch auf Gleitsichtgläser!

MeisterGlas
 MADE IN GERMANY

*Gültig bis 31.8.22 auf Meisterglas® Brillengläser und Sonnengläser, nur für Neuaufträge, nicht kombinierbar mit anderen Aktionen u. Angeboten. Optik Hallmann GmbH, Große Str. 27, 24937 Fl.

NEU NACH UMBAU: Melsungen, Brückenstraße 22
 ☎ 05661/92 22 03 • optik-hallmann.de

Schwalm-Eder – Mit einer Gala wurden verdiente Sportler und langjährige Ehrenamtliche aus dem Landkreis vom Sportkreis Schwalm-Eder und dem Schwalm-Eder-Kreis geehrt. Darunter waren einige, die Hessenmeistertitel, Medaillenränge bei Deutschen Meisterschaften, eine Podestplatzierung bei Europameisterschaften und eine Olympiateilnahme errungen hatten.

Einzelehrungen: Yves Brandenstein (Judoka-Hessenmeister, PSV Grün-Weiß Kassel/Guxhagen), Alicia Stehl (Hessenmeisterin-Hochsprung, TSV Gilserberg), Valentin Sommerlade (Hessenmeister-Hammerwurf, ESV Jahn Treysa), Maybritt Böttcher (Hessenmeisterin-10 km-Straßenlauf, Melsunger Turngemeinde 1861), Vivian Groppe (Deutsche Meisterin-200m-U18, Melsunger Turngemeinde 1861), Luis André (Süddeutscher Meister-Kugelstoßen und Diskus-U18, Melsunger Turngemeinde 1861), Erik Hucke (Hessenmeister-Luftpistole-Schülerklasse, SV 1967 Leimfeld), Angelina Wickel (Hessenmeisterin-Luftgewehr-Juniorinnenklasse 2, SV Friedigerode), Markus Braun (Hessenmeister-Luftgewehr-Männer, SV Friedigerode), Monika Groh (Hessenmeisterin Kugelstoßen W50, Melsunger Turngemeinde 1861), Bernd Gabel (Süddeutscher Meister im



Bei der Gala gratulierten Landrat Winfried Becker (links) und Sportkreisvorsitzender Ulrich Manthei auch dem jüngsten Preisträger, Yves Brandenstein, zu seiner Judoka-Hessenmeisterschaft.

FOTO: GÜNTER BRANDT

Fünfkampf M60, Melsunger Turngemeinde 1861), Patrizia Römer (Hessenmeisterin-Kugelstoßen, ESV Jahn Treysa), Amelie Funck (Hessenmeisterin AK 20 über 100 Meter Brustschwimmen, Melsunger Turngemeinde 1861), Danny Schmidt (2. Platz bei der Junioren-Europameisterschaft, Freistilstaffel über die 4x200m, Gudensberger SG/SG Frankfurt), Oliver Geis (Schnellfeuer-Pistolenschütze und Teilnehmer an den

Olympischen Spielen 2020/21, SV Verna-Allendorf), Max Feger (Hessenmeister im MTB Cross-Country 2019, MT Melsungen-Radteam), Gerhard Brauner (Hessenmeister im Bergzeitfahren der Senioren 4, MT Melsungen-Radteam), Christian Plessing (Hessenmeister im MTB Cross-Country 2020, MT Melsungen-Radteam), Axel Hauschke (3. Platz bei den Deutschen Meisterschaften 2019 im Bergzeitfahren der Senioren, MT Mel-

sungen-Radteam)
Mannschaftsehrungen: B-Jugend-mJSG Melsungen/Körle/Guxhagen, Handball-Achtelfinale der Dt. Meisterschaft, B-Jugend Fußball-Hessenpokalsiegerinnen TuS Viktoria Großenenglis, Tennis-Hessenmeister-M65, MSG Gelb-Weiß Wabern/ Blau-Weiß Homberg. 1. Handball-Männermannschaft ESG Gensungen/Felsberg Hessenmeistertitel, Aufstieg in die 3. Liga Saison 19/20. red



ASKLEPIOS
 KLINIKEN SCHWALM-EDER

informiert

Neuigkeiten aus der Frauenklinik Sophie Bauer ist neue leitende Hebamme in Schwalmstadt

Schwalmstadt. 21 Hebammen sind im Asklepios Klinikum Schwalmstadt rund um die Uhr für werdende Mütter und Väter da. Mehr als 500 Geburten im Jahr begleitet das Hebammen-Team. Dabei betreuen sie die Frauen vor, während und nach der Geburt. Seit August 2022 ist Sophie Bauer die neue Leitung im Kreißaal.

Im Juli 2015 machte Sophie Bauer ein Praktikum in der Frauenklinik im Klinikum Schwalmstadt – es war der Moment, in dem sie wusste, dass dies ihr Traumberuf ist. „Die Geburt eines Kindes ist einer der schönsten Momente im Leben. Die Familien auf diesem Weg zu begleiten ist für mich jedes Mal etwas sehr Besonderes und erfüllt mich mit Stolz“, sagt die 26-Jährige. Die Ausbildung zur Hebamme machte sie von 2015 bis 2018 an der Hebammenschule des Universitätsklinikums in Gießen. „Während der Ausbildung konnte ich viel Erfahrung mit Frühgeburten sowie mit den verschiedensten Schwangerschaftserkrankungen sammeln. Nach den drei Jahren sehnte ich mich aber zurück nach dem familiären Kreißaal in Ziegenhain und fing nach meinem Examen im Jahr 2018 direkt

meine erste Stelle als angestellte Hebamme in unserem Kreißaal an“, erzählt sie weiter. Sophie Bauer arbeitete zunächst zwei Jahre in der Frauenklinik in Schwalmstadt und beschloss dann, als Beleghebamme in einem anderen Kreißaal ihre Erfahrungen zu sammeln. Im Sommer 2021 kehrte sie wieder zurück nach Ziegenhain, wo sie seit August diesen Jahres die Position als leitende Hebamme innehat.

„Man trägt als Hebamme sehr viel Verantwortung, da man immer sowohl auf die Mutter als auch auf ihr Baby aufpassen muss. Die medizinische Arbeit in Verbindung mit dem seelischen Beistand, die eine Frau in der Schwangerschaft, während der Geburt und im Wochenbett benötigt, macht für mich das Besondere an meinem Beruf aus“, sagt die Borkenerin. „Die familiäre Atmosphäre macht das Arbeiten hier aus. Unser Team besteht aktuell aus 21 Hebammen, die untereinander sehr gut zusammenarbeiten. Die Größe unseres Teams erlaubt es uns, sich für jede Familie viel Zeit zu nehmen und auf die individuellen Bedürfnisse und Wünsche eingehen zu können. Das ist bei dem aktuellen Hebammenmangel, welcher



Sophie Bauer: Sie ist die Neue leitende Hebamme in der Frauenklinik Schwalmstadt.

FOTO: ASKLEPIOS

in vielen Kliniken herrscht, nicht selbstverständlich“, ergänzt sie. Parallel zur ihrem Job im Kreißaal betreut Sophie Bauer freiberuflich Frauen zuhause in der Schwangerschaftsvorsorge und im Wochenbett und führt Geburtsvorbereitungskurse durch.

„Wir freuen uns sehr, dass Frau Bauer die Leitung übernimmt und gemeinsam mit ihrem Team für die werdenden Eltern in der Umgebung Tag und Nacht zur Stelle ist“, sagt die Geschäftsführerin Dr. Dagmar Federwisch. „Wir wünschen ihr für ihre neue Aufgabe viel Erfolg.“

Entwicklung

Kinder profitieren vom Spielen im Freien

Es muss nicht immer der eigene Garten sein. Auch im Park oder im Wald können Kinder spielen und dabei viel lernen. Dafür sollten sie aber auch mal etwas wagen dürfen.

Über Baumstämme balancieren, in der Erde buddeln oder Papierflieger über die Wiese jagen lassen: Spielen im Freien macht Kindern nicht nur Spaß. Es ist auch wichtig, um neue Erfahrungen zu sammeln und die körperlichen und geistigen Fähigkeiten zu entwickeln. Darauf weist die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hin.

Eltern sollten ihrem Nachwuchs deshalb am besten jeden Tag die Gelegenheit geben, draußen zu spielen - ob im Garten, auf einem Spielplatz, im Park und Wald oder an einem Bachlauf.

Kinder auch mal etwas wagen lassen

Wird der gemeinsame Ausflug in die Natur zeitlich knapp, kann aber auch mal der Weg zum Einkauf fürs Spielen an der frischen Luft genutzt werden - und zum Abenteuer werden. Man klettert unterwegs auf Bänke, ba-

lanciert auf kleinen Mauern und springt in Pfützen. Damit Kinder lernen, Risiken selber einzuschätzen, sollten sie beim Spielen dann auch mal etwas wagen dürfen und Eltern nicht bei der kleinsten Gefahr herbeistürzen.

Doch Vorsicht: Im Planschbecken oder an kleinen Bachläufen Kleinkinder auf keinen Fall unbeaufsichtigt lassen. Und auch den eigenen Garten sollten Eltern unter die Lupe nehmen. Denn giftige Pflanzen, morsche Bäume, Draht und frei herumliegende Gartengeräte können beim Spielen schnell gefährlich werden. tmn



Draußen spielen macht Spaß und Kinder lernen dabei Risiken einzuschätzen. Deshalb sollten sie beim Spielen auch mal etwas wagen dürfen. FOTO: KIRSTEN NEUMANN/DPA-TMN

Gefährliches Datenangeln

Phishing hat viele Gesichter

Sie glauben, alle Tricks zu kennen? Bei Ihnen sind Zugangsdaten, Passwörter und andere sensible Informationen so sicher wie in Abrahams Schoß? Das könnte ein Trugschluss sein.

Von der strengen Bankmitarbeiterin, die angeblich das Konto sperren will, bis zum vermeintlichen Familienangehörigen in Not: Cyberkriminelle schlüpfen in alle möglichen und unmöglichen Rollen, um ihren Opfern Lügengeschichten aufzutischen und sensible Daten abzuja-

gen. Passwörter fürs Onlinebanking oder für Bezahlendienste sind dabei ebenso beliebt wie Social-Media-Zugangsdaten oder Telefonnummern. Auf die gefälschten Seiten, wo die Daten eingegeben und abgefischt werden sollen, locken Kriminelle die Nutzerinnen und Nutzer aber längst mehr nicht nur mit Mails, berichtet die Zeitschrift „Finanztest“.

Zu den verbreiteten Phishing-Wegen zählten zudem:

- **Ansprache auf Plattformen oder in Messengern:** Es kann passieren, dass man von Betrügern, die sich - besonders perfide - als Familienmitglieder ausgeben, auf Social-Media-Seiten, Kleinanzeigenportalen oder in Chats um Hilfe gebeten wird.

- **Smishing:** Eine Wortschöpfung aus SMS und Phishing. Hier dienen SMS als Köder, um Empfängerinnen und Empfänger dazu zu bewegen, Daten herauszugeben. Populär und gefährlich: SMS-Ankündigungen und -Fehlermeldungen von Paketen, die gar nicht existieren.

- **Spear-Phishing:** So werden gezielte Datenangel-Angriffe auf eine bestimmte Personengruppe genannt, etwa auf Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eines Unternehmens.

- **Whaling:** So werden Phishing-Angriffe auf besonders

„große Fische“ bezeichnet, also beispielsweise besonders wohlhabende Opfer.

- **Vishing:** Dieser Fachbegriff setzt sich aus Voice und Phishing zusammen und meint nichts anderes als Manipulations- und Betrugsversuche per Telefonanruf.

Zwei gute Schutzmaßnahmen gegen Phishing sind den Angaben nach, sich niemals unter Handlungsdruck setzen zu lassen und bei der Person oder Institution, die vorgeblich etwas möchte, telefonisch nachzuhaken.

Ist das Kind schon in den Brunnen gefallen, sollten möglicherweise betroffene Konten gesperrt und abgejagte Passwörter schnell geändert werden. Zudem gilt es, Beweise zu sichern und Strafanzeige zu stellen. Wurde Geld gestohlen, meldet man den Schaden der Bank und prüft, ob die Hausratversicherung Phishing-Angriffe abdeckt. tmn



Augen auf beim Chatten und bei Kurznachrichten: Phishing-Angriffe gibt es längst auch über Messenger oder SMS. FOTO: FABIAN SOMMER/DPA/DPA-TMN



Wir feiern

10 Jahre

Feiern Sie mit!



22.08.-10.09.2022

GEWINNSPIEL - GOLDENER EINKAUFSWAGEN

Welchen Warenwert hat wohl der Inhalt unseres Jubiläums-Einkaufswagens? Schätzen Sie mit und sichern Sie sich die Chance auf den gesamten Inhalt!



ZIRKUS INAKSO

Manege frei im RATIO_Land! Lassen Sie sich von der Vorstellung des Zirkus Inakso verzaubern! Im Anschluss an die tägliche Vorführung können sich unsere kleinen Besucher auch einmal selbst an Zirkuskunststücken versuchen.



02.+03.09.2022

RATIO_KIRMES

Das große Familienfest für Groß und Klein! Mit Zuckerwatte und Paradiesäpfel, Dosenwerfen, Minigolf und Kinderschminken verwandelt sich das RATIO_Land an diesem Wochenende zur Kirmes. Für die richtige Stimmung zieht am Samstag noch eine mobile Band durch das Center.



10.09.2022

HIT RADIO FFH on Tour

HIT RADIO FFH macht von 10:00 bis 14:00 Uhr Halt im RATIO_Land Baunatal. Beim Radiomoderator vor Ort erwartet Sie Musik, Gewinnspiele und viel Spaß.

Wir freuen uns auf Sie!

10 JAHRE **RATIO**_Land
BAUNATAL

Weitere Infos finden Sie online unter
www.ratio-land.de

Stellenangebote

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

LOKAL
Ihre Tageszeitung berichtet auch aus Ihrem Ort!

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

Sie haben eine gute Geschäfts-idee und wollen eine Firma gründen?
Platzprobleme? Interesse an Leerstand?
Betriebsnachfolger gesucht?



Sprechtag für Gründer*innen
dienstags und donnerstags 9:00 - 12:00 Uhr

Terminvereinbarungen online unter www.vgz-schwalm.de oder telefonisch unter **06691-207436**

Das Virtuelle Gründerzentrum Schwalm befindet sich in Schwalmstadt-Treysa, Bahnhofstraße 12 in der 3. Etage

Angebote gültig vom 22.08. bis 27.08.2022
Fleischerei und Partyservice
Hubert Marcinek
34587 Felsberg • Schulstr. 6 • Tel. 05662 2480

Grobe Kirmesbratwurst 1 kg 14,98

Kammsteaks 1 kg 10,99 **Lachssteaks 1 kg 12,99**

Rinderhüftsteaks 1 kg 24,99 **Nürnberger Bratwurst 1 kg 12,99**

Ab Mittwoch: 1 Fertigergericht zum Mitnehmen

Traumtänzer?
„Ich habe schon immer gern getanzt.
Mit meinem Nebenjob als HEIMAT-NACHRICHTEN-Zusteller konnte ich mir jetzt einen professionellen Tanzkurs leisten!“
© Foto: Benrice - www.fotolia.com

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

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

- **BORKEN:** Kleinenglis (Oberstr.), Nassenerfurth, Singlis, Stadt (Krausgasse)
- **EDERMÜNDE:** Besse (Beethovenstr.)
- **FRITZLAR:** Geismar (Bonifatiusstr.), Obermöllrich Stadt (Bleichenweg, Burggraben) Züsch (An der Bösenhecke)
- **GUDENSBERG:** Gleichen Stadt (Große Binde, Kasseler Str., Lamsberger Weg)
- **GUXHAGEN:** Ellenberg (Ederblick) Stadt (Albert-Schweitzer-Allee, Brückenstr., Fuldblick)
- **HOMBERG:** Holzhausen, Stadt (Am Hang), Wernswig (Bahnhofsallee)
- **KNÜLLWALD:** Ellingshausen
- **KÖRLE:** Stadt (Ahornweg, Birkenweg, Zum Rot) Wagenfurth
- **MELSUNGEN:** Adelshausen, Kirchhof Obermelsungen (Elfershäuser Str.) Schwarzenberg Stadt (Hessenwinkel, Kesselberg, Kolberg, Küstriner Str., Schöne Aussicht, Sonnenhang, Thüringer Str., Zum Pfeiffrein)
- **MORSCHEN:** Altmorschen (Bahnhofstr.), Eubach, Neumorschen (Marktstr.)
- **NIEDENSTEIN:** Stadt (Schöne Aussicht) Wichdorf (Westendstr.)
- **SPANGENBERG:** Bergheim, Elbersdorf (Heil, Hellerbachstr.) Metzbech, Pfeiffe

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

Nach dem Urlaub wieder arbeiten

So steigern Sie die Motivation

Gerade noch ausschlafen solange man will, die Seele baumeln lassen und fremde Orte bereisen - und dann steht der erste Arbeitstag nach dem Urlaub schon wieder vor der Tür.

Spätestens mit dem viel zu frühen Weckerklingeln ist die Laune bei vielen im Keller. Aber muss das so sein

oder lässt sich das Motivationsloch, auch als Post-Holiday-Syndrom bekannt, umgehen?

Eine kleine Entwarnung: Beim Post-Holiday-Syndrom handele es sich um ein normales Stimmungs- und Leistungstief und nicht etwa um eine Krankheit, so Robin Kaufmann vom Institut für Betriebliche Gesundheitsberatung (IFBG). „Es ist nichts anderes als ein Umschalten vom Urlaubs- in den Arbeitsmodus, der unserem Körper schwerfällt, da wir noch in der Entspannung sind.“

Laut Prof. Dirk Windemuth, Direktor des Instituts für Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IAG), sind Menschen nach dem Urlaub in erster Linie müde, ähnlich wie man es von Montagen kennt. Sie müssen sich an den neuen Schlaf-Wach-Rhythmus erst wieder gewöhnen, was aber in der Regel nur wenige Tage dauert.

Auch wenn das Post-Holiday-Syndrom also nicht dramatisch ist - Lustlosigkeit und Überforderung lässt sich gut vorbeugen. Kaufmann rät etwa, den Urlaub so zu legen, dass man in der Wochenmitte zurück an den Arbeitsplatz kommt. Das verkürzt die erste Arbeitswoche.

Bestimmte Prozesse sollten im Idealfall vor der Auszeit abgeschlossen werden, etwa wichtige Projekte oder Präsentationen. Wer die Abwesenheitsnotiz ein paar Tage länger ansetzt, hat erst einmal Ruhe, die eingegangenen E-Mails abzuarbeiten.

Am ersten Tag zurück bei der Arbeit sollte man sich laut Prof. Windemuth bewusst Freiräume schaffen. Er regt an, beispielsweise ein Schild an die Tür zu hängen: Urlaubsrückkehrer im Dienst. Das signalisiert so viel wie „Stören Sie jetzt bitte nicht, der muss wieder in seine Arbeit reinfinden“. Das müsse im Vorfeld aber abgesprochen werden.



In der ersten Woche nach dem Urlaub muss sich der Körper erst wieder umstellen. Deswegen gilt: Am besten nicht gleich von Null auf Hundert.
FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Ein Bild aus dem Urlaub aufzustellen, um schöne Erinnerungen wachzuhalten, kann Kaufmann zufolge die Stimmung aufzuheben. Wichtig und motivationssteigernd sei aber auch ein positiver Blick in die Zukunft: Worauf kann ich mich denn freuen?

Gute Vorbereitung ist wichtig

Das können die Kollegen und tolle Projekte sein, aber auch Verabredungen mit Freunden oder ein geplanter Ausflug. Solche Aussichten können dem Frust darüber, wieder arbeiten zu müssen, etwas entgegensetzen.

Noch wichtiger findet Dirk Windemuth, Motivationslöchern längerfristig vorzubeugen. Es sei vor allem Aufgabe

des Betriebes, eine Präventionskultur zu schaffen, in der Mitarbeitende nicht gleich nach dem Urlaub wieder total erschöpft sind. Robin Kaufmann zufolge kann die Führungsebene Strukturen wie etwa Postfachfreigaben während der Urlaubszeit anstoßen, damit Rückkehrer sich nicht erst durch Hunderte Mails arbeiten müssen. Doch was, wenn ich in einer Branche oder Firma arbeite, in der ich mir einen sanften Wiedereinstieg eigentlich nicht leisten kann? Weil das Arbeitspensum hoch oder unberechenbar ist oder sogar Personalmangel herrscht?

IAG-Direktor Windemuth rät zur gegenseitigen Wertschätzung. Die führe dazu, dass Menschen Druck-Situationen viel besser ertragen. Etwa einem Teammitglied zu

signalisieren: Es ist schön, dass du wieder da bist, und das hilft uns ungemein. „Für den Satz ist immer Zeit.“

Helfen könne außerdem, die eigene Rolle im Gefüge zu reflektieren. Dazu kann man sich fragen: „Wenn ich heute nicht aus dem Urlaub zurückgekommen wäre, sondern mir beim Skifahren die Kreuzbänder gerissen hätte, wäre das das Ende der Firma?“ Solche Fragen mit Nein beantworten zu können, nehme eine Menge Druck.

Halten Motivationslöcher länger als eine Woche an, muss das nicht immer heißen, dass man im falschen Job gelandet ist. Laut Kaufmann kann eine vorübergehende Überlastung dahinterstecken. Dann lohne es sich mit der Personalabteilung zu sprechen, wie das Team verstärkt werden könnte. tmn

Shorts auf dem Bau

Ist kurze Arbeitskleidung erlaubt?

Bei über 30 Grad in langen Hosen draußen arbeiten? Viele Beschäftigte würden da Shorts und T-Shirts bevorzugen. Der Arbeitgeber hat da aber mitzureden.

Im ersten Moment erscheint es logisch: Wer bei hohen Temperaturen im Freien oder in einer stickigen Werkshalle arbeiten muss, trägt am besten luftige Shorts und kurze Ärmel. Aber was war noch mal mit dem Arbeitsschutz? Wie Ken Hauser vom Tüv Thüringen erklärt,

habe der Arbeitgeber die Pflicht, die Tätigkeiten seiner Angestellten mit Blick auf mögliche Gefährdungen zu bewerten. Zum Beispiel danach, ob bei den auszuführenden Tätigkeiten bestimmte Schutzausrüstung nötig ist oder welcher Sicherheitsklasse die Sicherheitsschuhe genügen müssen.

In dieser sogenannten Gefährdungsbeurteilung sollte der Arbeitgeber auch Anforderungen an Arbeits- und Berufskleidung definieren.



Für bestimmte Tätigkeiten ist spezielle Schutzausrüstung zwingend vorgeschrieben - die müssen Beschäftigte dann natürlich auch bei hohen Außentemperaturen tragen.
FOTO: JULIAN STRATENSCHULTE/DPA/DPA-TMN

Selbst dann, wenn diese keine spezielle Schutzfunktion bieten muss.

„Beim Umgang mit heißen oder scharfkantigen Materialien besteht immer eine Verletzungsgefahr und Gesundheitsgefährdung, auch wegfliegende Partikel wie Späne, Steinchen oder Funkenflug sprechen klar gegen kurze Arbeitsbekleidung“, so Ken Hauser. Lange Arbeitsklei-

dung könne auch bei scharfen Kanten zumindest oberflächlich einen wirksamen Hautschutz bieten.

Spielen diese und andere Sicherheitsfaktoren dagegen keine Rolle, kann kurze Arbeitskleidung unter Umständen erlaubt sein. Dann sollte aber auf ausreichenden Sonnenschutz Wert gelegt werden, um das Hautkrebsrisiko zu senken. tmn

Heidelmann
Kühllogistik
Wir suchen ab sofort eine
Reinigungskraft (m/w/d) für unsere Lagerbereiche in Vollzeit, (die Stelle ist grundsätzlich teilbar)
Sie sind zuständig für die Reinigung
• der Hallenböden mit einer Reinigungsmaschine
• der Regalanlagen
• der Infrastrukturkomponenten (Röhre, Leitungen, Schalter)
• der Rampenbereiche
Arbeitszeiten: Montag-Freitag, 8-17 Uhr
Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte bevorzugt per E-Mail an: bewerbung@heidelmann.de
www.heidelmann.de

HEIMAT NACHRICHTEN TOP DIREKT

Fritzlar
grenzenlos
vielfältig



Auch die Tanzgruppen sorgen dafür, dass Fritzlar für ein Wochenende zum mittelalterlichen Frideslar wird.

Fritzlar verwandelt sich in Frideslar

Gaukler, Schabernack und altes Handwerk beim mittelalterlichen Kaiserfest

Gaukler und Spielleute, historische Handwerker und Händler sowie Tavernen und eine Lagergruppe verwandeln das moderne Fritzlar noch bis zum morgigen Sonntag in das mittelalterliche Frideslar. Wenn der Stadtmarketing Fritzlar e.V. den stimmungsvollen Mittelaltermarkt in der Altstadt veranstaltet, dreht sich alles um Barden, Ritter, Burgfräulein und edle Gewandungen.

An den Tavernen und auf den Aktionsflächen treten Musikgruppen und Künstler mit mittelalterlichen Darbietungen auf. Bei Speis und Trank werden Leckereien wie Met, Kirschbier, Wildschweinbratwurst, Honigfleisch oder Galette angeboten. Das Kinderprogramm sorgt bei den kleinen Gästen für Kurzweil. Die Besucher

werden eingeladen, sich zu gewandern. Der Eintritt ist frei.

Marktzeit ist am heutigen Samstag von 11 bis 23 Uhr und am Sonntag von 12 bis 19 Uhr. Das Fest findet in der Parkanlage der Allee, in der Altstadt mit dem Marktplatz, der Schildererstraße und vor dem Rathaus statt. Im Festbereich sind die Geschäfte am Sonntag von 12 bis 18 Uhr geöffnet.

Verträumte Atmosphäre

Bekannte Barden und Festmusikanten sorgen für Kurzweil. Korydwnn und Feileacan schaffen mit sanften Klängen eine verträumte Atmosphäre. Loki & Lukull und die Spielleute Gugelhupf

spielen an den Tavernen. Gaukler treiben Schabernack und mittelalterliche Tanzgruppen begeistern mit ihren Darbietungen.

Verzaubernde Feuershow

Am Samstagabend gehört die Marktplatzbühne von 19.30 Uhr bis 21 Uhr der mittelalterlichen Gruppe Saltatio Draconum. In der Allee beschließt die Künstlerin Filena Anían den Samstagabend um 22.30 Uhr mit ihrer verzaubernden Feuershow.

Auch wenn aufgrund der vergangenen Jahre etwas weniger Stände zu finden sind, wird doch wieder zahlreiches mittelalterliches Handwerk ausgeübt: Steinmetzarbeiten

werden gezeigt, Seile gedreht, Schuhe gefertigt und Keramik getöpft.

Die Lagergruppe von Vergessene Welten e.V. zeigt das historische Lagerleben mit ihren Zelten und Gewandungen, ihrer Kochstelle und dem geselligen Miteinander.

Für die kleinen Gäste gibt es Attraktionen wie das kleinste handbetriebene Holzriesenrad, das große Kinderritterturnier, die Kinderkramerey sowie Gewandungen und Zubehör für kleine Ritter und kleine Burgfräulein. Das alles verspricht aufregende Kurzweil.

Aufgrund des Kaiserfestes findet der Wochenmarkt am Samstag auf dem Domplatz statt. Von 8 bis 13 Uhr finden sich dort wie gewohnt leckere regionale Produkte.
 ▶ kaiserfest-fritzlar.de



Spaß und Kurzweil garantiert: Auch für die Kinder gibt es beim Kaiserfest viele Attraktionen.

FOTOS: PETER ZERHAU

1000 Mbit/s Wlan*
*über die Telekom, Unitymedia, Glasfaser oder Funk

Nur 29,99 €/mtl.

NEU! Galaxy Z Flip 4 mit O2 GROW Tarif mtl. nur 39,99 €

O2-Shop Fritzlar
Kasseler Straße 14 (Fußgängerzone)
Telefon: 05622 790680
SMS/WhatsApp: 0163 1400308
o2shopfritzlar@gmail.com

Bis bald am
Kaiserfest
bei uns im
Skriptorium

Dom Buch
Inh.: H. Vockeroth
34560 Fritzlar | Marktplatz 6
Tel. 05622 6943
DomBuch@t-online.de
www.DomBuch-FZ.de

Ergonomisch & nachhaltig

Satch

Zur Auswahl:
Über 400 Rucksäcke und über 200 Ranzen

schreibwaren
lotto
tabakwaren
geschenke
rucksäcke
schulranzen
lamy

Morbitzers Papershop
34560 Fritzlar · Kasseler Straße 16
Telefon 05622 3701 · Inh. Meike Heßler

So sparen Freunde

FRESSNAPF

DIESES JAHR 5% RABATT

jetzt Fressnapf App downloaden

Fressnapf Fritzlar
Kasseler Straße 44 · Fritzlar
Telefon 05622 799494

Braucht der Kaiser neue Kleider...

Bretthauer
Herrenmode Fritzlar
Kasseler Straße 24 | 34560 Fritzlar

Sommerware bis zu 50% reduziert!

Uschis Wollstube
Giessener Straße 6
34560 Fritzlar
05622 - 2110

EKOKA SCHÄFER

Elke Schäfer-Dietrich
Lebensmittelmarkt:
Am Hospital 21-25 · 34560 Fritzlar
Tel. 05622 3010
Getränkemarkt:
Am Hospital 7 · 34560 Fritzlar
Tel. 05622 798590

Schmuck aus Fritzlar - der Stadtring

ANJA SCHMIDT 5
Goldschmiedin Am Hochzeitshaus
www.anjaschmidt-schmuck.de

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

HEIMATNACHRICHTEN
MELSUNGEN, FRITZLAR
HOMBERG, SCHWELLEN

Unser Service für Sie:

- Lotto/Toto
- Tchibo-Depot
- Obst- und Gemüseabteilung
- über 800 Bio-Artikel
- Diät-Abteilung (gluten-/laktosefreie Produkte)
- Käse-Bedienungsabteilung
- Fisch
- Fleisch- und Wurstwaren
- Wein-Fachabteilung
- Präsentkörbe
- Lieferservice: Mo., Mi., Fr.

Getränkemarkt:
... mit über 150 Sorten Bier und über 200 Sorten Wasser und Limonaden sowie Hermes-Paketannahme!

Unsere Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. von 8.00-20.00 Uhr und Sa. von 8.00-19.00 Uhr

Kommen Sie vorbei beim Kaiserfest!

Unser Technikexperte Daniel Diehle ist von den Produkten aus den USA überzeugt:

„Die Pedelecs und E-Bikes von Himiway wissen mit hoher Qualität, Komfortabilität und einem ausgezeichneten Preis-Leistungsverhältnis zu überzeugen.“

Preis: ab 1.499,- €

15 km/h Scooter außergewöhnliches Design

Preis: 5.199,- €

THIEL
Schulmöbel

Kasseler Straße 21 · 34560 Fritzlar
Telefon: 05622 915216
E-Mail: info@sh-thiel.de
www.sh-thiel.de

