

Mit **Abstand** die beste Mo. - Sa. 9:00-18:00 Uhr  
**AUTOWÄSCHE**  
 MyWashCard  
 Kunden waschen günstiger!  
**CAR WASH** Einfach sauberhaff!  
 www.carwashservice.de  
 Bad Zwesten-Fritzlar-Homberg(Efze)-Stadtallendorf

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

FACHZENTRUM  
 MALERMEISTERBETRIEB  
**alessandro  
SCHMIDT**  
 EXKLUSIVE TAPETEN  
 EKSLUSIVE WANDGESTALTUNG  
 Sellenweg 13 | 34582 Borken-Kleinenglis  
 Tel. 05682 / 49 99 | info@maler-fuerst.de  
 www.maler-fuerst.de

**Wald**  
 83 Hektar in Niedenstein geschädigt.



**Kellerwaldverein**  
 Verein stellt sich teilweise neu auf.



**LED-Flutlicht**  
 Gute Sicht aufs Fußballtor:  
 TSV Brunlar spart Energie.



30. Jhg. ■ Nr. 43

22. Oktober 2022



◀ **Mit vereinten Kräften** gingen Paul, Jonas und Papa Leon Hajek (von links) ans Werk.  
 FOTO: MICHAEL BRÜCKMANN

**Wir suchen Verkäufer (m/w/d) für den Weihnachtsmarkt!**  
 Tel. 05661 52712  
**MICHA'S FISCHLADEN**  
 www.michas-fischladen.de

Mehr Antrieb | Mehr Motivation  
 Neuausrichtung im Leben  
 Ausgebildete Praktikerin für Gesundheit und Prävention  
**Michele Rako**  
 Homberg/Efze | 0152 54738732  
 www.wiefunktioniertleben.de

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

**Uwe Förstner**  
 DEVK-Geschäftsstelle  
 Gießener Str. 9 · 34560 Fritzlar  
 Tel. 05622 7906399  
 Uwe.foerstner@vtp.devk.de  
**DEVK**

**BETTENHAUS  
Hammerschlag**  
 Matratzen und Lattenrost Lieferung FREI HAUS!  
 www.bettenhaus-hammerschlag.de  
 Fritzlar · Gießener Straße 17  
 Telefon 05622 1647

**Gartenservice Kallert**  
 Ihr Dienstleister mit dem grünen Daumen  
 · Garten & Landschaftsbau  
 · Pflege für Gärten & Grünanlagen  
 David Kallert · 0561 94152750  
 info@gartenservice-kallert.de

## Täuflinge pflanzen Bäume

15 alte Apfelsorten wachsen auf der Taufwiese in Niedenstein

**Niedenstein** – Pfarrer Johannes Böttner hatte es angekündigt: Mit dem Pflanzen von 14 kleinen Apfelbäumen wurde nun die Fortführung des Taufgottesdienstes umgesetzt (HNA berichtete). Niedensteins Pfarrer hatte beschlossen, dass jeder Täufling seinen eigenen Taufbaum pflanzen darf. Es sind alte Apfelsorten geworden. Bei sonnigem Wetter und milden Temperaturen hatten sich rund 70 Menschen wieder auf der Wiese am Altenburger Weg eingefunden, um die jungen Bäume

in die von Bio-Landwirt und Wiesenpächter Peter Pilz bereits bestens vorbereiteten Stellen einzupflanzen. Niedensteins Pfarrer Johannes Böttner erinnerte in einer kleinen Andacht nochmals an den nur wenige Monate zurückliegenden Taufgottesdienst und die Symbolik des bevorstehenden Ereignisses: „Jeder Baum, der heute von und für Euch gepflanzt wird, ist auch ein Zeichen für die Hoffnung und das Leben.“ Mit viel Spaß und Freude ging es dann nach dem feierlichen

Auftakt an die Arbeit. Und diese war mitunter gar nicht so einfach zu bewerkstelligen. Denn wenn auch die Pflanzlöcher schon von Landwirt Pilz ausgehoben waren, so mussten noch die Pfähle zur Stabilisierung der jungen Bäume in den mitunter recht steinigen Boden am Altenburger Weg eingeschlagen werden. Diese Aufgabe sorgte zwar bei den ausführenden Vätern, Paten und Opas für die ein oder andere Schweißperle auf der Stirn, dass aber wiederum konnte der guten

Stimmung nichts anhaben. Denn sie wurden bei ihrem Tun mit Rat und Tat von den übrigen Familienmitgliedern unterstützt, was schließlich auch für so manchen Lacher und Erheiterung sorgte. Nach gut einer Stunde war dann alles erledigt und 14, nein, sogar 15 Apfelbäumchen bildeten eine wunderbar anzuschauende kerzengerade Reihe. „Ich hatte noch einen Baum übrig und dachte mir, dass er sich in der Familie dieser alten Apfelsorten

doch sicher wohler fühlt, als wenn er an anderer Stelle einzeln gepflanzt werden würde“, erklärte Peter Pilz schmunzelnd über den 15. Baum. Pilz hätte im Übrigen nichts dagegen einzuwenden, wenn die Zahl der Apfelbäume in den kommenden Jahren weiter anwachsen würde. Dazu könnte es durchaus kommen, denn Böttner kündigte auch für das kommende Jahr einen Taufgottesdienst auf der Wiese am Altenburger Weg an.

**ECKSTEIN**  
 einfach besser  
**GUTSCHEIN**  
**2 FÜR 1**  
**SO BIS FR**  
**23.10. BIS 28.10.2022**  
 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

**Wir sind für Sie da!**  
 FÜR DICH  
**BESTES ZUHAUSE**  
 DER WELT  
 www.euronics-winzenburg.de  
 ★ Unterhaltungselektronik  
 ★ Haushaltsgeräte  
 ★ Reparaturen  
 ★ Eigener Kundendienst  
 Felsberg | Steinweg 15  
 05662 94960

sonntags ab 21 Uhr geschlossen  
 ★★★  
**Knüllhotel Tann-Eck**  
 34593 Knüllwald-Schellbach  
 Tel. 05681 9921-0 · Fax 9921-97  
 Auf Vorbestellung  
**Ganze Gans\***  
 mit Füllung und Beilagen für 4 Personen **130,- €**  
**Gänsekeule** **21,50 €**  
**E-Tankstelle am Hotel**  
 www.hoteltanneck.de

**BALKAN RESTAURANT**  
 Waldstraße 6 · 34212 Melsungen  
 Angebot im Oktober  
**Cevapcici**  
 mit Djuveceis und Salat **9,90** 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

**siebentage**  
**ESSEN für eine woche**  
**Single-Menü 60 €** **Paar-Menü 100 €**  
 zzgl. je 10 Euro Liefergebühr  
**Lieferbar ab 26. Oktober**  
 1. Kohlroulade in Malzbiersauce  
 2. Westfälischer Pfefferpotthast  
 3. Gefüllte Capelletti in Schnittlauch  
 4. Karotteneintopf mit Wiener  
 5. Seelachsfilet in Rahmsauce  
 6. Germknödel mit Heidelbeer  
 7. Hähnchenkeule mit Gemüse  
**DER GRISCHÄFER**  
 Kasseler Str. 77 · 34308 Bad Emstal · Bestellen: 05624 - 99 85 55

# Neuer Wald soll im Gatter wachsen

83 Hektar in Niedenstein geschädigt – Kommunalpolitiker informieren sich über das Baumsterben

**Niedenstein** – Der Klimawandel hat im Niedensteiner Stadtwald bereits deutliche Spuren hinterlassen. Von 365 Hektar sind 83 Hektar geschädigt oder bereits gefällt worden. Das geht aus einer Antwort von Bürgermeister Frank Grunewald und Hessen-Forst auf eine Anfrage der FWG Niedenstein zum Zustand des Stadtwaldes hervor. Im Bereich Wichdorfer Tann nahe des Hessenturmes haben sich Kommunalpolitiker kürzlich über das Ausmaß des Waldsterbens informiert. Försterin Sina Scholl-

meyer vom Forstamt Jesberg gab Auskunft darüber, was bisher gegen das Waldsterben unternommen wurde und was noch geplant ist. Hessen-Forst ist Partner und Dienstleister der Stadt. Im Zusammenhang mit dem Klimawandel betonte Grunewald, Hessen-Forst und die Forstbetriebsgemeinschaften Chattengau und Fritzlar seien gut aufgestellt. Hintergrund der neun Punkte umfassenden FWG-Anfrage: Der Wald ist wichtiger Rohstofflieferant und CO<sub>2</sub>-Speicher. In vielen Berei-



Diese Kirsche hat sich selbst ausgesät: Försterin Sina Schollmeyer vom Forstamt Jesberg auf der Fläche im Niedensteiner Stadtwald, auf der sich durch die sogenannte Naturverjüngung ein neuer Wald entwickeln soll.

FOTO: MANFRED SCHAAKE

setzt Hessen-Forst auf die sogenannte Naturverjüngung. Auch hier mussten geschädigte Fichten gefällt werden. Durch die Samen benachbarter Bäume soll ein klimastabiler Mischwald aus Buchen, Eichen, Eschen, Birken, Lärchen, Kirschen und Bergahorn entstehen.

„Für den Stadtwald Niedenstein zeichnet sich ab, dass weiterhin auf die Baumarten Bergahorn, Eiche, Kirsche sowie Lärche, Weißtanne oder Douglasie gesetzt werden kann. Auch die Buche wird weiterhin eine wichtige Baumart bleiben.“ Das hat Hessen-Forst auf Anfrage der FWG geantwortet.

Unter Berücksichtigung der Expertise der Nordwestdeutschen Forstlichen Versuchsanstalt als international renommierte Einrichtung für Waldforschung (Sitz Göttingen und Hannoversch Münden) „gewährleisten Hessen-Forst und unser Forstamt Jesberg die Kontinuität der Waldbewirtschaftung unter einheitlichen fundierten waldbaulichen Standards“, hat Bürgermeister Grunewald der FWG geantwortet. Das Forstamt Jesberg sagt dazu: „Der Fokus liegt nicht ausschließlich auf der aktuellen Holzermittlungsmaßnahme, sondern auf einer langfristigen Werteentwicklung der Wälder.“

m.s.

## HINTERGRUND

### 60 000 für Niedenstein

60 000 für Niedenstein – das ist das Motto einer Baumpflanzaktion. Im Jahr 2020 sind rund 26 000 Bäume gepflanzt worden, teilt Bürgermeister Frank Grunewald auf Anfrage der FWG mit. Über 8000 Bäume seien durch Partnerschaften übernommen worden. Im vergangenen Jahr seien 16 000 Bäume gepflanzt worden, im Rahmen der Aktion „60 000 für Niedenstein“ seien es bisher rund 42 000.

m.s.

Angebote gültig vom 24.10. bis 29.10.2022

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

**Schlemmerpfanne** ..... 1 kg **9,99**

**Krustenbraten** ..... 1 kg **7,99**     **Schaschlik** ..... 1 kg **13,99**

**Nürnberger Bratwurst** ..... 1 kg **13,99**     **Schinkenwurst** ..... 300-g-Stck. **4,99**

*Ab Mittwoch: 1 Fertigergericht zum Mitnehmen*

www.rb-becker.de

**becker**

ab Mo, den 24.10.2022

**Adblue** Für Dieselmotoren  
5 Liter 8,99  
10 Liter 15,00

**Rangierwagen-heber GRH 2/330i** hydraulisch, GS gepflügt, 2 Lenkrollen, teilbare Pumpstange **29,50**

**Batterielader Gab 12V-15A, Boost** Netzleistung: 320 W Anschluss: 230 V/50 Hz Ladespannung: 12 V, mit BOOST-Funktion **49,50**

**Batterielader Gab 12V-4A** Netzleistung: 104 W Anschluss: 230V/50 Hz Ladespannung: 6 / 12 V, intelligente Ladetechnologie **25,00**

**Kindersitzhöhung** Maße: 36 x 38 x 19 cm Bis zu ca. 36 KG Traglast. Versch. Farben **7,99**

**Wand- & Deckenfarbe** gut deckend, weiß, atmungsaktiv  
10 Liter Eimer 1 Liter = 0,799 **7,99**

**Carboxyl 3in1** Lasur für alle Holzarten im Außenbereich **15,00**

**B-Carbolin** Dunkelbraune Zaunlasur **8,99**

**Wärmflaschen** mit Plüschbezug, ca. 2l versch. Farben **5,99**

**Verschiedene Gartenstecker**  
Hirsch aus Metall, 53x74 cm **17,98**  
Vogelscheuche aus Metall, 46,5x74 cm **15,00**  
Nußknacker aus Metall, 19x60 cm **25,00**  
Winterkind aus Metall, 22x43 cm **7,98**  
Eule aus Metall, 26x30 cm **7,98**

**Wärmflaschen** verschiedene Gartenstecker

**LED-Lichterkette** 20 LEDs warmweiß, für Innen, batteriebetrieben, mit Timer **1,49**

**LED-Lichterkette** 20er Stern batteriebetrieben, mit Timer, warmweiß, für Innen **1,99**

**LED-Lichterkette** 40 LEDs batteriebetrieben, 8 Funkt. mit Timer, kaltweiß für Innen und Außen **1,99**

**LED-Lichterkette** 60 LEDs Cluster Lights, batteriebetrieben, mit Timer, warmweiß, für Außen **3,99**

**LED-Lichterkette** 100 LEDs batteriebetrieben, für Innen, warmweiß, mit Timer **2,99**

**Batterien Multipack** 15 x AAA, 1,5 V **2,49**

**Batterien Multipack** 15 x AA, 1,5 V **2,99**

**Weihenstephan Streichzarte Butter** mit Olivenöl 235g **1,59**

**Senseo Pads** Cappuccino 184g **3,49**

**Frischei-Nudeln** 500g **1,29**

**Sonnenblumenöl** 1L **1,99**

**Milram Käse** Tomate Basilikum 150g **1,29**

**TWIX Salted Caramel** 5x46 g **0,99**

**Hartweizengrieß-Nudeln** versch. Sorten 500g **0,59**

**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 Witzenhausen/Kleinalmerode

Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deka. 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

...IMMER WAS BESONDERES

chen sei deutlich sichtbar, dass der Stadtwald durch Trockenheit und Borkenkäferbefall „der letzten Jahre stark beschädigt“ worden sei.

Nach Angaben von Hessen-Forst sind im Stadtwald bereits alle großen Fichtenbestände über 0,5 Hektar gefällt. Bei der Buche sei weiter-

hin kontinuierlich mit dem Absterben einzelner Bäume zu rechnen. Allein im Bereich der Altenburg mussten über 100 Festmeter Buchen und Eschen gefällt werden – laut Hessen-Forst zwangsbedingt, „insbesondere aus Verkehrsicherungsgründen“. Ein Ende dieser Entwicklung sei nicht absehbar. Die Witterung, ausgehend von der künftigen klimatischen Entwicklung, sei maßgeblich für die weitere Schadenentwicklung verantwortlich.

Auch auf die FWG-Frage nach Empfehlungen und Vorgaben, wie mit brachen Flächen umzugehen sei, gab es eine Antwort von Hessen-Forst: „Die Etablierung und Sicherstellung einer standortgerechten Verjüngung durch Pflanzung, Saat oder auf natürlichem Wege durch Übernahme von naturverjüngten Pflanzen ist der wesentliche Aspekt der ordnungsgemäßen und fachkundigen Forstwirtschaft.“ Dies sei zudem gesetzlich verankert: Der Ge-

setzgeber schreibe vor, dass ab einer Kahlfäche von 0,5 Hektar „eine Wiederherstellung innerhalb von sechs Jahren sicherzustellen ist“.

Wie das in der Praxis aussieht, erfuhren die Kommunalpolitiker an Ort und Stelle von Försterin Sina Schollmeyer. Auf einer Fläche von 1,5 Hektar wächst der neue Wald in einem hohen Holzgatter, um das Wild fernzuhalten. Durch enormen Borkenkäferbefall mussten zwischen 2019 und 2021 alle geschädigten Fichten gefällt werden.

5500 neue Pflanzen kamen in die Erde: Buchen, Lärchen, Douglasien, Kirschen und Bergahorn. Das seien alles Baumarten, die als relativ klimaresistent gelten. Die zwei bis vier Jahre alten Setzlinge kommen aus Baumschulen. Fünf Jahre lang sind nach der Neupflanzung noch Pflegemaßnahmen erforderlich. „Wir wollen hier eine bunte Mischung“, sagt die Försterin. Auf einer drei Hektar großen Fläche gegenüber dem Gatter

## Sofas und Schilder für mehr Komfort

Landkreis fördert Infrastruktur an Wanderwegen

**Melsungen** – Mit einem Zuschuss in Höhe von 19 350 Euro fördert der Schwalm-Eder-Kreis die Beschilderung der Bartenwetzter-Rundwanderwege B1 bis B9 und des Bartenwetzterpfades U sowie die Möblierung der Ars-Natura-Runde Melsungen „Eine Runde Rautezeit“ mit Waldsofas. „Das A und O einer gelungenen Wanderung ist eine schöne Landschaft. Eindrucksvolle Weitblicke, weitläufige Wälder und Kunst am Wegesrand zum Entspannen und Entdecken können wir bieten“, sagt Bürgermeister Markus Boucsein. Der Antrag des Citymanagements der Stadt Melsungen in enger Zusammenarbeit mit der Kultur- und Tourist-Info Melsunger Land sei jetzt vom Kreisabschluss positiv beschieden worden. Das Kreisprogramm sieht einen Zuschuss in Höhe von 75



Neue Schilder weisen den Weg für Wanderer. FOTO: STADT MELSUNGEN

Prozent der förderfähigen Kosten vor. Die Förderung leiste einen wesentlichen Beitrag zur Verbesserung der Wanderwege-Infrastruktur, sagte Boucsein. Der Wanderer von heute lege Wert auf eine gute Wegemarkierung, auf qualitative Einkehr- und Ruhemöglichkeiten am Weg sowie auf informative Broschüren, Wanderkarten und Thementafeln.

„An unserer Ars-Natura-Runde sind bereits die neuen drehbaren Waldsofas installiert. Auch die Neubeschilderung der Bartenwetzter-Wanderwe-

ge ist schon in Arbeit. Die elastischen Schilder werden mit einem Spezialkleber an allen Bäumen befestigt, der ihnen nicht schadet“, erläutert Citymanager Alexander Dupont.

and

## Stellenanzeigen

## Stellenangebote

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

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
MELSUNGEN-FRITZLAR HOMBURG-BORDEN

**IMPRESSUM**

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

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

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

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

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

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

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel  
Tel.: 0 56 61 / 920 940  
E-Mail: info@top-direkt.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 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](http://www.werbung-im-briefkasten.de)



**Der neue Vorstand des Verein:** Bürgermeister Hartmut Spogat (von links), Tanja Schaumburg, Bürgermeister Ralf Gutheil, Christiane Kohl, Bürgermeister Jürgen Vollbracht, Dr. Reinhard Kubat, Christine Weingarten, Bürgermeister Henning Scheele, Karin Heinrichs-Daude, Bernhard Weller, Bürgermeister Klaus Gier, Barbara Eckes, Gerhard Henkel. Es fehlen: Natascha Rath und Dieter Schaaake.

FOTO: REGION KELLERWALD-EDERSEE/NH

## Kellerwaldverein wählt neuen Vorstand

Verein stellt sich teilweise neu auf

**Fritzlar** – Bei der jüngsten Mitgliederversammlung hat der Kellerwaldverein einen neuen Vorstand gewählt. Damit sind umfangreiche Veränderungen verbunden, denn fünf Vorstandsmitglieder standen nicht mehr zur Wahl.

Als Vorsitzender wurde Bürgermeister Ralf Gutheil (Bad Wildungen) und als stellvertretender Vorsitzender Bürgermeister Hartmut Spogat (Fritzlar) wiedergewählt. Neu gewählt wurden Bürgermeister Klaus Gier, Kommuni-

nen, Christiane Kohl, Tourismuswirtschaft, Christine Weingarten, Bauernverbände, und Barbara Eckes, Verbände der Wirtschaft.

Gutheil zeigte sich überzeugt, dass die gute und konstruktive Vorstandsarbeit in dieser Besetzung fortgeführt werden kann. Erfreulich sei zudem, dass der seitens der hessischen Umweltministeriums geforderte Frauenanteil im Vereinsvorstand deutlich erhöht werden konnte.

Daneben wurden die aus-

scheidenden Vorstandsmitglieder verabschiedet. Matthias Eckel, Herbert Ruhwedel, Fritz Faupel und Marita Seifart schieden aus der Vorstandarbeit aus. „Sie alle“, so der Vorsitzende, „haben sich in viele Diskussionen während der vergangenen Vorstandssitzungen eingebracht, sie mit ihren Beiträgen bereichert und oftmals neue Sichtweisen eröffnet. Das war für uns sehr wertvoll“. Björn Brede hatte sein Vorstandsamt aufgrund beruflicher Veränderungen bereits 2020 niedergelegt.

red

## TSV Gilsatal weiht Grillpavillon ein

Projekt wurde in Eigenleistung umgesetzt

**Gilsa** – Der TSV Gilsatal hat am Sommerfest auf dem Sportplatz in Gilsa den neuen Grillpavillon eingeweiht. Zudem wurden an diesem Tag einige Jugendtrainer durch den Vorsitzenden des Fördervereins der SG Neuental-Jesberg, Wolfgang Priester geehrt.

Der Erste Vorsitzende Claus Heideroth blickte auf

die vergangenen zwei Jahre zurück: So wurde 2021 in kompletter Eigenleistung das Sporthaus renoviert sowie eine neue LED-Flutlichtanlage installiert.

Auch der nun eingeweihte Grillpavillon mit überdachten Sitzmöglichkeiten wurde vom Verein in Eigenleistung gebaut. Die Bauzeit hat ein Jahr gedauert.

Die Kosten konnten trotz erheblicher Preissteigerungen bei den Baustoffen im vergangenen Jahr durch den Verein sowie durch das Regionalbudget der Leader Region Schwalm-Aue getragen werden.

Der Ältestenrat des Vereins war mit über 1000 Stunden an der Fertigstellung beteiligt.

red



**Der Vorstand und Ältestenrat des TSV Gilsatal:** von links Burghard Kurz (Kassierer), Stefan Böth (zweiter Vorsitzender), Erhard Klipp, Hartmut Zülch (beide Ältestenrat), Claus Heideroth (erster Vorsitzender), Friedhold Schultz, Otto Völker (beide Ältestenrat) und Dennis Meyer (dritter Vorsitzender).

FOTO: TSV GILSATAL



**DESIGN-KÜCHEN DIREKT AB WERK**

Profitieren Sie bei Beratung und Preis!

**AKTION BIS 31.10.2022**

**ALLE KÜCHEN**

**INKL. MIELE-BACKOFEN MIT SELBSTREINIGUNG**

Gilt für alle Kaufverträge mit einem Verkaufspreis von mindestens 10.000 € und Angebotsdatum ab dem 1.10.2022.

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

**müller Küchen**  
Qualität seit über 100 Jahren

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

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

**Fleischerei Ralf Ganb**  
Telefon Melsungen: 05661 3106  
Telefon Dagobertshausen: 05661 2433  
**Angebote vom 24.-29.10.2022**  
**Frische Bratwurst** 100 g **0,69 €**  
**Spießbraten** 100 g **0,99 €**  
**Rinderbraten/Gulasch** 100 g **1,29 €**  
**Lange Stracke** Stück **8,50 €**  
**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

**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**

**Goldankauf Börse Ankauf & Verkauf**  
Edelmetalle • Luxusuhren • Schmuck • Diamanten  
Kassel Es war noch nie so lukrativ, Gold zu verkaufen: Der Goldpreis bewegt sich auf einem Rekordhoch, Verkäuf-fer erhalten für ihr Edelmetall Spitzenpreise. Interessant für Edelmetall-Besitzer aus der Region: Seit Mai gibt es in Kassel einen neuen Ansprechpartner in Sachen Goldankauf: „Die Goldankauf Börse“. Damit gibt es eine lokale Möglichkeit, um von steigenden Goldpreisen zu profitieren. Die Goldankauf Börse ist aber nicht nur ein Spezialist für den Goldankauf, es wird neben Gold auch Silber, Platin, Palladium und Rhodium angekauft sowie Luxusuhren und Schmuck. Nicht nur für Privatpersonen bieten sich interessante Absatzmöglichkeiten ihrer Goldbestände. Auch Zahnärzte und angeschlossene Labore, Antiquitätenhändler oder Entrümpelungsunternehmen dürfen sich bei ihrem Besuch auf faire Preise freuen.

Besonders stolz ist man beim Team der Goldankauf Börse darauf, dass man beim bun-desweiten Vergleich der Goldhändler (auf vergleich.org) mehrfach zum Testsieger gekürt wurde. Es gab eine Note von 1,3. Auch bei der Verbraucherplattform eKomi schnitt man hervorragend ab: Es gab fünf von fünf möglichen Sternen. Die Goldankauf Börse gibt es neben dem Standort in Kassel auch noch in Sontra, Erfurt und Leipzig. **GOLDANKAUF BÖRSE** Wilhelmsstraße 25 a 34117 Kassel Tel.: 0561/937 11 200 info@goldankauf-boerse.de www.goldankauf-boerse.de

**VERKAUFEN SIE BEIM TESTSIEGER**  
Garantiert bis zu 10% mehr als das höchste Angebot eines Mitbewerbers. Wir zahlen für Feingold bis zu 56,90 €/g.

**„Hier geht mein Herz auf“**  
Liane Plötzer arbeitet als Pflegefachkraft im AWO-Altenzentrum Spangenberg

„Manchmal brauchen ältere Menschen einfach eine Umarmung“, sagt Liane Plötzer. Es ist ein schlichter Satz, der aber viel über die Einstellung zu ihrem Beruf aussagt. Seit Februar arbeitet die 23-Jährige als Pflegefachkraft im AWO-Altenzentrum Spangenberg – und das mit ganz viel Herzblut. Der Grundstein für Liane Plötzers heutige Tätigkeit wurde bereits in ihrer Konfirmandenzeit gelegt. Damals besuchte sie ehrenamtlich ein Seniorenheim, um den Bewohnern vorzulesen. „Das hat mir gezeigt, wie schön und bereichernd der Kontakt zu älteren Menschen sein kann“, erzählt sie. Es folgten Ausbildungen zur Pflegehelferin und examinierten Altenpflegefachkraft bei der AWO Nordhessen, sogar eine weitere Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin absolvierte Liana Plötzer.

**Mit einem Lächeln zur Arbeit** Dennoch kehrte sie zurück in die Altenpflege: „Meine Liebe gilt den Senioren. Wenn ich mit ihnen zusammen bin, geht mein Herz auf.“ Aber auch die nette Atmosphäre im Altenzentrum Spangenberg trage dazu bei, dass sie jeden Tag mit einem Lächeln zur Arbeit komme: „Wir sind ein tolles Team. Alle helfen einander, und auch die Einrichtungs- und Pflegedienstleitung haben immer ein offenes Ohr.“ Wenn sich die Bewohner öffnen, von ihrem Leben erzählen, aber auch mit Problemen zu ihr kommen, sind das Momente, die die Pflegefachkraft tief berühren. „Das zeigt, dass die Senioren Vertrauen zu mir haben.“ Ohnehin sei der Pflege-Job weit mehr als Hilfe beim Waschen und beim Toilettengang: „Pflege ist Begleitung und Unterstützung – oft über viele Jahre hinweg. Wir sind wichtige Bezugspersonen für die älteren Menschen, halten zudem Kontakt zu Angehörigen und Ärzten.“ Kommunikation, Einfühlungsvermögen, Organisationsvermögen – das alles seien wichtige Aspekte in ihrem Arbeitsalltag. Umso mehr wünscht sich Liane Plötzer, dass der Pflegeberuf in der Öffentlichkeit endlich mehr Anerkennung erfährt. Aber auch beruflich hat sie Wünsche: Sie möchte sich fortbilden, unter anderem im Bereich Palliativpflege. Denn Menschen bis zum Lebensende zu begleiten, empfinde sie als besondere Erfahrung. (pdf)

**Herzensmensch:** So bezeichnet sich Liane Plötzer, die im AWO-Altenzentrum Spangenberg eine erfüllende Aufgabe gefunden hat. Foto: Pamela De Filippio

**www.awo-nordhessen.de**  
**AWO-Altenzentrum Spangenberg ☎ 05663/93960**

## Unternehmen spendet Stromerzeuger

Unterstützung für Feuerwehr Betzigerode

**Betzigerode** – Das Unternehmen Baumgart & Voigt Immobilien GbR hat 2300 Euro an die Freiwillige Feuerwehr Betzigerode gespendet. Damit konnte diese einen gebrauchten Stromerzeuger anschaffen. Wehrführer Sebastian Becker und der stellvertretende Wehrführer Lars Müller bedankten sich mit einer „Stracken“ Wurst und starten den Stromerzeuger, um diesen im Betrieb mit dem Lichtmast am Feuerwehrauto vorzuführen.

Der Stromerzeuger lief bis zum Schluss mit ca. 170 Betriebsstunden beim Technischen Hilfswerk. Der Wehrführer organisierte die Abholung und passte die Aufnahmevorrichtung im Fahrzeug an, sodass der Stromerzeuger jetzt dauerhaft auf dem Fahrzeug mitgeführt werden kann. Voigt erklärte bei der Übergabe den Grund für sei-

ne Spende: „Städte und Gemeinden investieren Millionenbeträge in öffentliche Infrastruktur und belasten die Haushaltspläne oft für viele Jahre mit Kreditzinsen und Tilgung, Kosten für den laufenden Betrieb sowie hohen Abschreibungen.“

Die stetig steigenden Bau-, Betriebs- und Personalkosten engen den finanziellen Handlungsspielraum der Kommunen zusätzlich ein. Kleinere Anschaffungen fallen dann sehr oft dem Rotstift zum Opfer. Mit dem Stromerzeuger könne die freiwillige Feuerwehr Betzigerode den Bürgern der Gemeinde Bad Zwesten nun noch ein Stück mehr helfen.

Voigt hofft auch, dass gerade auch mit einer guten technischen Ausstattung junge Leute für ein Engagement in der Feuerwehr interessiert werden können.

red



**Symbolisch** übergaben von links der technische Leiter Max Baumgart und Geschäftsführer Martin Voigt den Stromerzeuger an Wehrführer Sebastian Becker und den stellvertretenden Wehrführer Lars Müller.

FOTO: FRANZISKA BECKER

## Doppelspitze führt zukünftig FC Domstadt

Fritzlarer Fußballer mit neuem Vorstand

**Fritzlar** – Zuletzt hatte man beim FC Domstadt Fritzlar nach einem neuen Vorstand gesucht. Jetzt wird zunächst kommissarisch eine Doppelspitze bestehend aus Uwe Föstner und Alexander Fuchs den Verein führen. Zudem wird sich der Vereinsvorstand der Domstädter eine neue Struktur geben.

Um gut gerüstet in die Zukunft zu gehen und die anstehenden Herausforderungen gut zu meistern, wird sich der FC Domstadt Fritzlar für auf der Vorstandsebene personell neu aufstellen, heißt es in einer Pressemitteilung.

Geplant sind Änderungen sowohl im geschäftsführenden wie auch im erweiterten Vorstand. Aus diesem Grund wurden Uwe Föstner und Alexander Fuchs mit sofortiger Wirkung vom derzeitigen Vorstand als kommissarische Doppelspitze für die Vereinsführung des FC Domstadt Fritzlar berufen. Weitere Personalien und Informationen werden auf der Jahreshauptversammlung am 5. November bekannt gegeben.

Der FC Domstadt Fritzlar setzt mit Fuchs auf einen erfahrenen Domstädter, teilt der Verein mit. Fuchs war be-

reits von der Gründung des Vereins im Jahr 2019 bis Dezember 2021 als Vorsitzender im Amt. Uwe Föstner agierte ebenfalls seit der Gründung in zahlreichen Arbeitsgruppen der Domstädter und bringt Erfahrung im Bereich Vereinsarbeit mit.

„Wir freuen uns über das ausgesprochene Vertrauen und die Herausforderungen an der Vereinsspitze. Unser ehrenamtliches Engagement fließt in die weitere Entwicklung des Vereins, der Kinder und Jugendlichen in unserem Verein und in den sozialen Bereich, das ist unsere Basis“, äußerten die beiden neuen Vorstände.

Die Aufgaben neu aufzuteilen und im Team als geschäftsführender Vorstand zu agieren sowie die Vereinsstruktur, des seit der Gründung sehr stark gewachsenen Vereins an die neuen Gegebenheiten anzupassen, sei nötig und zeitgemäß.

Die Posten sind bis zur Jahreshauptversammlung kommissarisch besetzt und müssen ebenso wie die geplante Umstrukturierung von den Vereinsmitgliedern noch bestätigt werden.

red



**Gut beleuchtet:** Die Flutlichtanlage des TSV Brunslar wurde auf LED-Technik umgerüstet. Das freut nicht nur Nico Röhn, Abteilungsleiter Fußball beim TSV Brunslar.

FOTO: ROLF FÄRBER

## Gute Sicht aufs Fußballtor

Neues LED-Flutlicht beim TSV Brunslar spart Energie

**Neuenbrunslar** – Gut beleuchtet war das Viertelfinalspiel im Fußball-Kreis Pokal SG Brunslar/Wolfershausen gegen FSG Gudensberg auf dem Sportplatz in Neuenbrunslar.

Dafür sorgte die Flutlichtanlage, die vor Kurzem auf moderne LED-Technik umgerüstet und anlässlich des Viertelfinales eingeweiht wurde.

Vor Beginn des Spiels gab Nico Röhn, der Abteilungsleiter Fußball des TSV Brunslar, den Zuschauern einige Infor-

mationen über die Neuerung. So habe man im Herbst 2020 die ersten Schritte zur Modernisierung der Anlage unternommen.

Zu den Aktivitäten gehörte auch das Stellen mehrerer Förderanträge zur Finanzierung. So wurde der größte Teil der Kosten in Höhe von 51 600 Euro von Bund, Land Hessen, dem Schwalm-Eder-Kreis und der Stadt Felsberg getragen. Dafür dankte Röhn allen Beteiligten und Förderern.

Ein besonderer Vorteil der Anlage sei der geringere Strombedarf. Mehr als 60 Prozent ließen sich mit der LED-Technik einsparen, sagte Röhn. Für den TSV Brunslar ist die Umrüstung ein wichtiger Schritt. Der Sportplatz wird auch in der dunklen Jahreszeit intensiv genutzt. Neben den Fußballsenioren gibt es mehrere Jugendmannschaften, deren Spieler auch aus umliegenden Gemeinden zum Sport nach Brunslar kommen.

ZFO

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

**Antik Flohmarkt** 30.10.  
**Hann. Münden**  
Weserpark, ohne Anmeldung, ab 7 Uhr

**RATIO\_Land**  
**XXL FLOHMARKT**  
Baunatal Ratio\_Land  
**23.10.**  
hansenmaerkte.de • ☎ 06424-6191

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

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



**ASKLEPIOS**  
KLINIKEN SCHWALM-EDER

informiert

## Wundheilung durch Unterdruck

MVZ Schwalmstadt bietet ambulante VAC-Therapie

**Schwalmstadt.** Kleine Verletzungen in gesunder Haut verheilen für gewöhnlich schnell und bereits nach kurzer Zeit ist die Geweboberfläche wieder verschlossen. Anders verhält es sich bei größeren Operationswunden sowie chronischen Wunden, etwa bei DiabetikerInnen oder PatientInnen mit Durchblutungsstörungen – hier kann sich der Heilungsprozess langwieriger und bisweilen auch schwieriger gestalten.

Jörg Kley ist seit über zwei Jahrzehnten Facharzt für Chirurgie und als Oberarzt in der Allgemein- und Viszeralchirurgie des Asklepios Klinikums Schwalmstadt tätig. Neben der Bruchbehandlung und der Herzschrittmacher-Implantation, gehört unter anderem auch die Wundversorgung mit Hilfe der sogenannten VAC-Therapie zu seinem Spezialgebiet. VAC steht hierbei für „vacuum assisted closure“ und bedeutet übersetzt Vakuum-assistierte Verschlussbehandlung.

„Bei dieser modernen Form der Wundbehandlung wird die Heilung durch einen Kunststoffschwamm unter einem luftdichten Wundverschluss in Kombination mit einer Drainage für Wundsekret und Blut erreicht, wobei durch eine Pumpe ein Unterdruck erzeugt und somit der notwendige Sog aufrechterhalten wird“, erklärt Kley. „Das verbessert nicht nur die Durchblutung im Wundrandgebiet sondern sorgt zugleich für ein ide-



**Die Ansprechpartner für die VAC-Therapie (v.l.):** Medizinische Fachangestellte Madeleine Kubitschko, Facharzt Jörg Kley und Krankenschwester Gudrun Köhler.

FOTOS: ASKLEPIOS

al-feuchtes Wundmilieu, was wiederum die Wundheilung beschleunigt“, so der Spezialist weiter. Die Methode wird seit über 20 Jahren klinisch eingesetzt, mittlerweile wurde sie so weit entwickelt, dass sie auch ambulant zum Einsatz kommt. „Die Pumpen sind inzwischen so einfach gestaltet, dass sie genauso von PatientInnen zuhause bedient werden können“, freut sich Kley über den Fortschritt.

„Seit März dieses Jahres bietet auch das MVZ Schwalmstadt diese Möglichkeit an“, sagt MVZ-Manager Christoph Lang, dies sei ein Alleinstellungsmerkmal im Umkreis von mehr als 50 Kilometern. „Für den ambulanten Einsatz, müssen die Wunden natürlich so vorbereitet

sein, dass sie während der VAC-Behandlung nicht noch anderweitig versorgt werden müssen“, macht Mediziner Kley deutlich. „Nach der Begutachtung durch den Arzt, wird der Verband angelegt und die Pumpe angeschlossen“, beschreibt er das weitere Prozedere, anschließend erfolge eine gründliche Einweisung für die PatientInnen und gegebenenfalls auch für pflegende Angehörige, zudem erhielten sie Material für eventuell notwendige Selbsthilfe.

„Die Pumpe arbeitet sieben Tage lang, bevor sie ausgetauscht wird“, erläutert Kley, „der Schwamm muss in dieser Zeit zweimal dreimal gewechselt werden“. Die ganze Behandlungsdauer erstreckt sich über mehrere Wo-

chen – anschließend kann sie konventionell mit Schaumverbänden fortgeführt werden. „Unsere bisherigen Erfahrungen sind durchweg sehr positiv“, zieht Oberarzt Kley Bilanz, „zudem sind wir eng verbunden mit der Diabetologie und der Gefäßchirurgie, dadurch ist die Weiterbehandlung leicht zu organisieren und kommt letztendlich auch den PatientInnen zugute“. Die Sprechzeiten in der Allgemein- und Gefäßchirurgie sind montags von 08.30 bis 12.00 Uhr, dienstags von 13.00 bis 15.00 Uhr und donnerstags von 12.00 bis 15.00 Uhr – am Donnerstag findet auch die spezielle Wundprechstunde statt. **Telefonische Terminvergabe ist unter 0 66 91 / 799 586 möglich.**

# Stipendium gesucht

## So klappt es mit der Bewerbung

Stipendien können eine willkommene Unterstützung sein. Doch es ist gar nicht so einfach, im Stipendien-Dschungel den Überblick zu behalten. Worauf kommt es an und wie findet man das Passende?

Mitte Oktober heißt es für viele Erstsemester: Ab an die Hochschulen. Der Auszug von Zuhause und das Kennenlernen von Kommilitonen sind meist der Höhepunkt der ersten Wochen. Doch gerade in Zeiten, in denen die Preise steigen und Studierende mit hohen Lebenshaltungskosten konfrontiert sind, stellt sich schnell die Frage: Wie finanziere ich eigentlich das Studium?

Neben Bafög bieten sich Stipendien an, wovon es bundesweit über 2500 gibt. Zu den bekanntesten Programmen zählen die der 13 Begabtenförderwerke und das Deutschlandstipendium. Aber es werden auch viele zeit- und zweckgebundene Stipendien für Auslandsaufenthalte oder Abschlussarbeiten angeboten. Eine ausführliche Recherche kann sich also lohnen.

### Informieren, aber wo?

Erste Informationen zum Überblick können Interes-

sierte zum Beispiel auf der Seite [mystipendium.de](http://mystipendium.de) oder auf [elternkompass.info](http://elternkompass.info) der Stiftung der Deutschen Wirtschaft finden. Dort kann etwa der „Stipendium-O-Mat“ erste Orientierung zu passenden Stipendien verschaffen.

Eine Aufnahme in Stipendienprogramme ist grundsätzlich zwar auch während des Studiums möglich. Ulrich Müller vom Centrum für Hochschulentwicklung (CHE) empfiehlt aber eine frühe Bewerbung: „Je früher ich ein Stipendium habe, desto länger kann ich gefördert werden.“ Bei vielen Programmen ist es Voraussetzung, dass Geförderte noch mindestens vier Regelsemester studieren. Die Bewerbungsfrist ist teilweise nur zweimal im Jahr.

### Nicht nur die Noten zählen

Für die Bewerbung braucht es meist ein Motivations-schreiben, Nachweise von gesellschaftlichem Engagement und Gutachten zur Person. Typische Fehler bestehen darin, nicht Korrektur lesen zu lassen oder nach den notwendigen Dokumenten zu schauen, sagt Christina Lehmann von Elternkompass. Auch auf Bewerbungsgespräche kann man sich gut vorbereiten. „Authentisch bleiben, ehrlich und locker sein“, rät Ulrich Hawel von der Rosa-Luxemburg-Stiftung.

Neben den Noten kommt es vor allem auf die Gesamtperson an. „Generell versuchen wir, gegen Stipendienmythen anzukämpfen und die Angst vor der Bewerbung zu nehmen“, sagt Lehmann. Insbesondere biografische Hindernisse wie Migrationshintergrund, ein nicht-akademischer Hintergrund, Flucht-zusammenhang oder chronische Krankheiten können einen Ausgleich zu Noten darstellen.

### Engagement ganz breit gefasst

Wer nun gleich abwinkt, weil Nachweise für gesellschaftliches Engagement fehlen, sollte sich nicht entmutigen lassen. Oft zählen auch Aktivitäten, an die man im ersten Moment gar nicht denkt. Die Pflege von Familienangehörigen oder private Lesekreise etwa. „Da nicht zu demütig sein, sich nicht klein denken“, rät Müller.

Bei der Entscheidung für oder wider ein bestimmtes Stipendium sollten sich Interessierte dann Fragen stellen wie: Kann ich mich in der Stiftung wohlfühlen? Stimmen die vertretenen Werte mit den eigenen überein? Und wie möchte ich mich in der Stiftung einbringen? Auf solche Punkte gilt es in der Bewerbung einzugehen. „Man sollte genau wissen, mit welcher Stiftung man es



Wer sich früh genug informiert und bewirbt, kann im Studium oft von einem Stipendium profitieren.

FOTO: MARKUS HIBBELER/DPA-TMN

zu tun hat“, sagt Hawel. Eine Bewerbung muss manchmal gar kein großer Aufwand sein. Bei kleineren Programmen reicht häufig schon eine schriftliche Bewerbung und man hat gute Chancen auf eine Aufnahme. „Manchmal ist es sehr unkompliziert oder kurzfristig machbar“, sagt Müller. Wie viel Geld nach einer erfolgreichen Aufnahme am Ende auf dem Konto landet,

ist unterschiedlich. Während kleinere Stiftungen einen Zuschuss zur Lebenshaltung finanzieren, bemisst sich die Höhe bei den Begabtenförderwerken in der Regel am Bafög-Satz. Wer den Förderhöchstsatz erhält, hat keinen Bafög-Anspruch. „Der Riesenvorteil ist, Stipendien sind hundertprozentig geschenktes Geld“, sagt Müller. Die Förderung muss im Gegensatz zu Bafög nicht

zurückgezahlt werden. Dazu kommt häufig die ideelle Förderung in Form von Workshops, Seminaren und dem Aufbau eines beruflichen Netzwerkes. Am Ende kann sogar eine erfolglose Bewerbung Vorteile haben. Schließlich lernt man, Bewerbungsgespräche zu führen: „Wer das einmal gemacht hat, ist beim zweiten Mal ruhiger“, sagt Müller. tmn

## Leserthema „Neues DRK-Verwaltungsgebäude in Ziegenhain“

### Bau-Reportage

## Ein hochmoderner Neubau

### DRK bezieht neues Verwaltungsgebäude in Ziegenhain

Große Freude herrscht beim DRK-Kreisverband Schwalm-Eder um Geschäftsführer Manfred Lau, denn nach dem Planungsstart 2015 und dem Baubeginn im Oktober 2020 ist das neue DRK-Verwaltungsgebäude in Ziegenhain bereits im Juli fertiggestellt – und inzwischen auch schon bezogen worden. Dabei entstanden Gesamtkosten von 3,9 Millionen Euro, veranschlagt waren 3,3 Millionen. „Das liegt aber nicht nur an den gestiegenen Bau- und Materialkosten, sondern auch an Änderungen während der Bauphase, die für die Beschäftigten von Vorteil sind“, so Lau. In diesem Zusammenhang richtet der DRK-Kreisverband einen herzlichen Dank an das RJ-Planungsbüro Kassel sowie an die Baufirma Daume aus Gilserberg für die gute Zusammenarbeit.

Auf einem 8500 Quadratmeter großen Grundstück neben der DRK-Rettungswache ist ein hochmodernes aber zugleich schlichtes Verwaltungsgebäude mit drei Etagen von je 400 Quadratmetern sowie einem Keller-



Die DRK-Rettungswache mit dem neuen Verwaltungsgebäude im Hintergrund.

FOTO: PRIVAT / REPRO: PETER ZERHAU

geschoss mit 200 Quadratmetern entstanden.

Im Keller ist der Bereich für die Versorgung mit Strom, Heizung und Wasser untergebracht. Das gesamte Gebäude wird mit strombetriebenen Wärmepumpen beheizt, den Strom liefert die Fotovoltaikanlage auf dem Dach. Weiter sind dort Archiv, Lager sowie ein Sanitärbereich vorhanden.

Im Erdgeschoss befindet sich der Eingangsbereich mit Rezeption, Registratur und Telefonzentrale. Dazu ist hier auch die allgemeine Verwaltung mit Mitgliederverwaltung eingezogen, die Abtei-

lung Sozialarbeit, Breitenausbildung und Erste-Hilfe-Ausbildung sowie der IT-Bereich für den gesamten DRK-Kreisverband. „Im Erdgeschoss lie-

zzp/red



Elektro Anlagen Bau Schwalmstadt

Planung und Ausführung der Elektroanlage

Wir bedanken uns für das entgegengebrachte Vertrauen und wünschen dem Team des DRK Kreisverbandes alles Gute.

Elektro Anlagen Bau GmbH  
Landgraf-Philipp-Straße 40  
34613 Schwalmstadt

☎ 06691 - 71610  
☎ 06691 - 71844  
✉ info@eab-schwalmstadt.de

**Peter KODLIN**  
Metallbauermeister – seit 1954 –  
Stahl- und Metallbau

- Spindeltreppen
- Balkone
- Türen/Tore
- Schüssler
- Treppengeländer
- Zäune

Frankenberger Straße 22 • 34632 Jesberg  
Telefon 06695 686 • Fax - 893 • Mobil: 0172 5375036  
E-Mail: [kodlin-metallbau@outlook.de](mailto:kodlin-metallbau@outlook.de)

**Wir gratulieren herzlich zum Neubau**

Rückenprobleme ...  
... Sie brauchen keinen Arzt sondern einen neuen Bürostuhl!

Damit auch Sie ein Berufsleben druchhalten!

**girsberger**

**THEO RIED**  
BÜROWEIT • SEIT 1955

Engelhard-Breul-Str. 2 • 34576 Homberg  
Tel.: 05681 99190 • Fax: 05681 991919  
E-Mail: [buero@theoried.de](mailto:buero@theoried.de) • [www.theoried.de](http://www.theoried.de)

IM HIESIGEN RAUME

**DAUME**  
BAUUNTERNEHMEN GMBH  
34630 Gilserberg • Tel. 06696 - 1419

Wir gratulieren dem DRK Kreisverband zur Einweihung und führten folgende Gewerke aus:  
Wir haben den Rohbau und die Außenanlage erstellt.

**Baunternehmen Daume GmbH – Kalksteinwerk**  
34630 Gilserberg | Tel. 06696 1419 | Fax 06696 408  
E-Mail: [info@daumbau.de](mailto:info@daumbau.de) | Internet: [www.daumbau.de](http://www.daumbau.de)

Wir gratulieren herzlich zur Einweihung! Ihre Experten – seit über 35 Jahren Partner vor Ort!

**JUNG+Co** Technologie die bewegt  
Technik für Türen, Tore & Fenster

Jung & Co. GmbH · Frankfurter Str. 2a  
34632 Jesberg · Telefon 06695 1441  
[info@jung-und-co.de](mailto:info@jung-und-co.de) · [www.jung-und-co.de](http://www.jung-und-co.de)

# Hilfe für die Seele

## Wie finde ich einen Therapieplatz?



Eine Psychotherapie kann in vielen Lebenssituationen sinnvoll sein. Doch die Suche nach freien Therapieplätzen erfordert oft Geduld.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

ten zu finden - etwa weil eine Depression oder eine Angststörung im Spiel sind. Fragen und Antworten rund um Psychotherapie:

### Woran merke ich, dass eine Therapie für mich sinnvoll wäre?

Geht es Ihnen psychisch so schlecht, dass die Lebensqualität leidet, ist das ein wichtiges Anzeichen. „Wenn Gedanken und Gefühle dazu führen, dass sie Beziehungen, soziale Kontakte oder den Beruf gefährden, kann eine Psychotherapie helfen“, so der Psychotherapeut Gebhard Hentschel, der Bundesvorsitzender der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung (DPTV) ist.

Manchmal ist es auch der Körper, der signalisiert, dass etwas mit der Psyche nicht stimmt - durch einen Tinnitus beispielsweise oder Verdauungsbeschwerden.

Anlass für eine Psychotherapie kann auch ein traumatisches Ereignis sein, etwa ein Unfall oder die Krankheit eines geliebten Menschen.

### Muss ich erstmal zum Hausarzt oder zur Hausärztin?

Eine Überweisung vom Hausarzt oder der Hausärztin ist kein Muss, um sich auf die Suche nach einem Therapieplatz zu machen, so die Stiftung Gesundheitswissen. Aber ein Termin dort kann sinnvoll sein - auch um andere Erkrankungen auszuschließen. Denn hinter depressiven Symptomen etwa kann auch die Schilddrüse stecken, so die Deutsche Depressionshilfe.

### Wie finde ich einen Therapeuten oder eine Therapeutin?

Psychologische Psychotherapeutinnen und -therapeuten arbeiten an verschiedenen Orten - etwa in der eigenen Praxis, aber auch in Krankenhaus-Ambulanzen oder psychosozialen Beratungsstellen.

Dorthin kann man sich wenden und zunächst einen Termin für eine psychotherapeutische Sprechstunde ausmachen. Denn die ist Pflicht, bevor es mit einer Psychotherapie losgehen kann. „Dort wird geklärt, ob eine Therapie nötig ist - und wie eventuelle Wartezeiten sinnvoll überbrückt werden können“, so Hentschel.

Kassenpatienten können sich auch über die zentrale Terminvermittlungsstelle der Kassenärztlichen Vereinigung einen Termin geben lassen.

Wichtig zu wissen: Dass man in einer Praxis einen Sprechstundentermin hat, heißt nicht, dass es dort auch einen freien Therapieplatz gibt. Mit dem Befund aus der psychotherapeutischen Sprechstunde kann man sich aber bei anderen Praxen um einen Platz bemühen und auf die Warteliste setzen lassen.

Wichtig zu wissen: Dass man in einer Praxis einen Sprechstundentermin hat, heißt nicht, dass es dort auch einen freien Therapieplatz gibt. Mit dem Befund aus der psychotherapeutischen Sprechstunde kann man sich aber bei anderen Praxen um einen Platz bemühen und auf die Warteliste setzen lassen.

### Apropos Warteliste: Wie lange muss ich warten?

Das lässt sich nicht genau vorhersagen. Aber ohne Geduld geht es nicht. Denn Psychotherapeutinnen und -therapeuten werden von mehr

Menschen angefragt, als sie aufnehmen können. Dieses Problem hat sich durch die Pandemie nochmals verschärft, wie eine aktuelle Befragung der DPTV unter den Mitgliedern zeigt.

Psychotherapeuten wurden demnach im Sommer 2022 weiterhin 40 Prozent häufiger von Patienten angefragt als im Januar 2020. Waren es damals im Schnitt 4,9 Patienten pro Woche, lag die Anzahl im Juni 2022 bei 6,9 Patienten. Die DPTV-Umfrage zeigt auch: In Großstädten ist die Nachfrage größer als in kleineren Städten oder auf dem Land.

Knapp jeder vierte Patient erhält einen Termin für ein Erstgespräch. Kurzfristig klappt das jedoch nicht immer: Etwa die Hälfte muss laut der DPTV darauf länger als einen Monat warten.

### Wie überbrücke ich die Wartezeit?

Wer auf Hilfe wartet, sollte gut auf sich selbst achten. „Ziehen Sie sich nicht zurück. Sprechen Sie mit guten Freundinnen und Freunden und der Familie über Ihre Probleme, besuchen Sie

Selbsthilfegruppen und tauschen Sie sich mit Betroffenen aus“, so Psychotherapeut Hentschel.

In Ausnahmesituationen und akuten Krisen besteht etwa die Möglichkeit einer Akutbehandlung, die aus zwölf Therapieeinheiten à 50 Minuten besteht. Und somit oft für eine erste Linderung sorgen kann. Und: „Wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie stark gefährdet sind, melden Sie sich bei einer Psychiatrie für eine stationäre Behandlung“, so Hentschel.

### Wenn es endlich losgeht - wer zahlt die Psychotherapie?

Psychotherapie ist eine Leistung der gesetzlichen Krankenkasse. Das heißt laut der Stiftung Gesundheitswissen: Die Krankenkasse trägt die Kosten für die Therapie, wenn es sich um eine Praxis mit Kassenzulassung handelt.

Bei privaten Krankenversicherungen ist die Kostenübernahme nicht einheitlich geregelt. Ob und wie viel die Kasse zahlt - das findet man mit Blick in den Versicherungsvertrag heraus. tmn

**Med. Fachangestellte (m/w/d)**  
ab sofort für Facharzt-/Allgemeinpraxis in Teilzeit gesucht. Attraktive, vielseitige Tätigkeit in einem angenehmen Team, gute Bezahlung nach Tarif, zentrale Lage in unmittelbarer Bahnhofsnähe.

**Dr. med. Bernd Gömpel**  
Facharzt für Arbeitsmedizin und Allgemeinmedizin  
Die Bewerbung mit aussagekräftigen Unterlagen bitte an: **Bahnhofstraße 17b, 34613 Schwalmstadt**

**AWO** Essen auf Rädern

**Täglich heiß geliefert!\***

\*im Liefergebiet

**Jetzt bestellen!**

☎ 0800 3403440

So geht es nicht mehr weiter. Vielleicht haben sich Antriebslosigkeit oder Angst in Ihrem Alltag eingenistet - professionelle Hilfe wäre sinnvoll. Aber wie findet man eine Psychotherapie?

Krisen und Probleme erlebt jeder im Leben. Doch manchmal gelingt es einfach nicht, alleine durch schwierige Zei-

**Fensterputzer hat noch Termine frei**  
Preiswert & Zuverlässig  
Tel. 06628/6719026 o. 0157/80611968

Wir suchen für die Integrative Kindertagesstätte in Melsungen mindestens **einen Erzieher (m/w/d)**

in Vollzeit/Teilzeit zur Unterstützung unseres Teams zum 01.01.2023.

Das vollständige Stellenangebot finden Sie auf unserer Webseite:  
[www.katholische-kirche-melsungen.de](http://www.katholische-kirche-melsungen.de)



Rückfragen gerne an: Edeltraud Paulussen,  
Tel. 05661 4848 oder per mail an:  
epaulussen@katholische-kirche-melsungen.de  
Franz-Gleim-Straße 16-20, 34212 Melsungen

**Stellenangebot Mitarbeiter\*in (m/w/d) für die Abteilung Kommunikationszentrale Rotkäppchenland**

Der Tourismusservice Rotkäppchenland e.V. sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine

**Teamleitung für den Standort Homberg (Efze) - Teilzeit 20 Stunden unbefristet**

Aufgabengebiet und Anforderungsprofil finden Sie unter [www.rotkaeppchenland.de/service](http://www.rotkaeppchenland.de/service)

Für Rückfragen steht Heidrun Englisch unter Tel. 06691 207-407 zur Verfügung.



Tourismusservice Rotkäppchenland e.V.  
Geschäftsleitung  
Paradeplatz 7 · 34613 Schwalmstadt  
h.englisch@schwalmstadt.de

Sie haben eine gute Geschäftsidee 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](http://www.vgz-schwalm.de) oder telefonisch unter 06691-207436

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

Die Stadt Borken (Hessen) sucht eine/n

**Facharbeiter/in (m/w/d) für Haus- und Gebäudetechnik**

Die vollständige Stellenausschreibung mit Informationen zur Tätigkeit und zum Anforderungsprofil finden Sie auf unserer Internetseite unter [www.borken-hessen.de](http://www.borken-hessen.de).

Weitere Auskünfte erteilt Frau Wettlaufer unter der Telefonnummer 05682 808-183.

Bitte senden Sie Ihre aussagekräftige Bewerbung bis zum **14.11.2022** an den



**Magistrat der Stadt Borken (Hessen)**  
Am Rathaus 7, 34582 Borken (Hessen)  
stadtverwaltung@borken-hessen.de

Für unsere REWE Märkte in 34596 Bad Zwesten und 34599 Neuental suchen wir ab sofort oder später:

**• Verkäuferin (m/w/d)**  
in Vollzeit, Teilzeit oder GfB

Arbeitszeit flexibel einteilbar, 15-37,5 Std./wöchentlich, gern auch für Berufs-Quereinsteiger.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

**Ansprechpartner:** Torsten Kehr  
**Per Mail an:** torsten.kehr@rewe-kaufleute.com  
**Per Post an:** Kasseler Straße 26  
34596 Bad Zwesten  
Tel. 05626 8159



## Fragwürdige Versprechen

### Schönheitsdrinks im Test

Schluck für Schluck zu schöner Haut - geht das? Die Stiftung Warentest hat 15 Nahrungsergänzungsmittel zum Trinken untersucht. Sie enthalten Kollagenbestandteile oder auch Hyaluronsäure und versprechen eine positive Wirkung auf das Aussehen (Zeitschrift „test“, Ausgabe 11/2022).

Das Ergebnis: Das Versprechen ließ sich nicht belegen. Aussagekräftige Belege dafür, dass die Schönheitsdrinks aus Apotheken, Drogerie, Reformhaus oder dem Online-Handel die Haut tatsächlich „von innen pflegen und dadurch Alterungsprozesse aufhalten oder sichtbar rückgängig machen“, konnten die Tester nicht finden.

Zwar nimmt die körpereigene Produktion von Hyaluronsäure und Kollagen, die Haut und Bindegewebe straff halten, mit zunehmendem Alter ab. Studien, die einen deutlich sichtbaren Effekt der Nahrungsergänzungsmittel oder deren Einzelbestandteile Kollagen und Hyaluronsäure auf die Haut evidenzba-

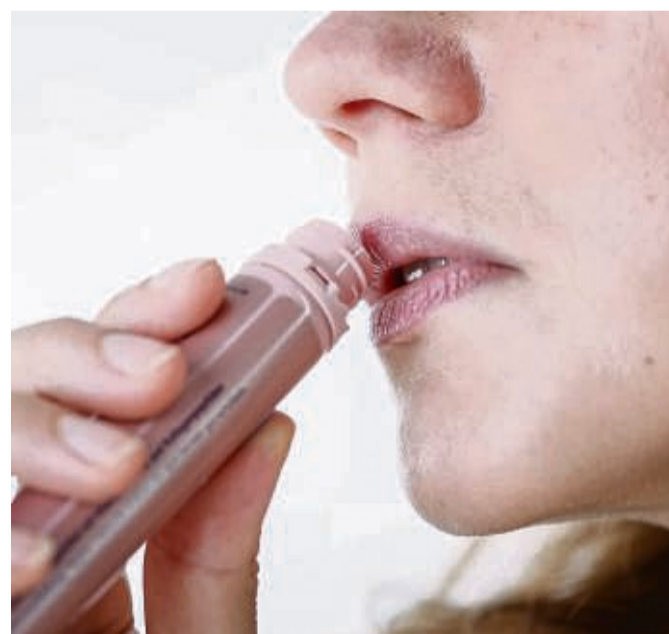


FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

**Nahrungsergänzungsmittel** mit Kollagen und Hyaluron sollen für schöne Haut sorgen. Doch der Nutzen der «Schönheitsdrinks» ist nicht belegt.

siert nachweisen können, sind aber Fehlanzeige. Auch die Hersteller konnten den Testern zufolge keine belastbaren Nutzenbelege für ihre Produkte liefern.

Die in allen unter die Lupe

genommenen Schönheitsdrinks enthaltenen Spurenelemente und Vitamine wie beispielsweise Biotin oder Vitamin C lassen sich den Testern zufolge auch durch alltägliche Lebensmittel auf-

nehmen. Auch so werden Haut und Haar mit allem versorgen, was sie brauchen.

Biotin ist etwa in Eigelb oder in pflanzlichen Lebensmitteln wie Nüssen oder Haferflocken enthalten. Das in vielen der getesteten Produkte enthaltene Zink etwa in Milch oder Karotten, Vitamin C zum Beispiel in Paprika und Kartoffeln.

Die Tester werten die Mischungen an Vitaminen und Spurenelementen in den Nahrungsergänzungsmitteln dann auch als einen geschickten „Schachzug“ der Anbieter: So dürfen sie auf ihre Produkte gesundheitsbezogene Werbeaussagen drucken, die die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (Efsa) unter bestimmten Vorgaben zulässt.

Der Tipp der Tester: „Was Obstgarten und Gemüsebeet hergeben, tut der Haut oft gut.“ Und es dürfte in vielen Fällen günstiger sein als die Schönheitsdrinks, die im Test mit bis zu 3,95 Euro pro Tagesration zu Buche schlugen.

tmn

# Bunte Herbstfarben

So bringt man sie in den Garten

Mit der richtigen Pflanzenwahl holt man sich das herbstliche Farbspiel auch in den Garten. Denn die Auswahl an Gehölzen mit buntem Blätterkleid ist groß und passt auch auf wenige Quadratmeter.

Es ist wieder soweit: Der Herbst glänzt mit seinen orangenen, gelben und roten Blättern und bringt uns große Freude bei so manchem Spaziergang. Das prächtige Farbspiel kann man sich auch in kleinere Gärten holen. Für sie empfiehlt der Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau (BGL) etwa die Prachtspiere (Spiraea vanhouttei), die zwischen zwei und drei Metern hoch wächst und sich

vor ihrem Laubabwurf in einem warmen gelben Blätterkleid zeigt. Auch der Rotholz-Hartriegel (Cornus alba) bringt herbstliche Farbtupfer in kleinere Gärten. Seine Blätter verfärben sich im Herbst leuchtend rot. Im Winter zeigen sich die Zweige des Zierstrauchs dann ebenfalls in der feurigen Farbe. Wer etwas mehr Platz hat, kann beispielsweise Amerikanisches Gelbholz (Cladrastis lutea) pflanzen. Das wird zwischen zehn und 15 Meter hoch - in Ausnahmefällen sogar bis zu 25 Meter - und färbt sich herbstlich gelb. Gut in allen Jahreszeiten macht sich die Kupfer-Felsenbirne (Amelanchier lamarckii). Im Frühjahr beeindruckt sie mit weißen Sternblüten, im Herbst erstrahlt sie in Gelb-, Orange- und Rottönen.



Die Kupfer-Felsenbirne bringt das herbstliche Farbspiel auch in den eigenen Garten.

FOTO: BGL/DPA-TMN

Der BGL rät, bei der Auswahl von Gehölzen mit intensiven Laubfarben allerdings nicht nur auf das Wuchsverhalten zu achten, sondern auch darauf, dass die Pflanze zum gewünschten Standort und dessen Bodenqualität passt. Bei der richtigen Pflanzenwahl für den eigenen Garten können daher Experten wie Landschaftsgärtner helfen. Mit einer gleichermaßen bunten Farbpalette vor dem Fenster können Herbstfans allerdings nicht in jedem Jahr rechnen. Denn die Herbstfärbung eines Baumes ist nicht immer gleich stark ausgeprägt. „Ausschlaggebend dafür ist das Wetter“, so Michael Henze vom BGL. Warme und sonnige Tage in Kombination mit kalten Nächten intensivieren das Farbenspiel.

tmn

## Direkt vom Baum

Walnusskerne erst enthäuten

Sie fallen von selbst als grünbraune Kugeln vom Baum: Reife Walnüsse, deren sie umgebende Schale schon rissig ist. Am Leckersten schmecken sie frisch aufgesammelt - eins sollte man dabei aber wissen.

Wer von frisch geernteten Walnüssen sofort naschen möchte, muss nicht nur die grüne Schale entfernen und die harte Nusschale knacken. Auch die dünne Haut um die Kerne muss abgezogen werden. Darauf weist der

Provinzialverband Rheinischer Obst- und Gemüsebauer hin. Denn diese Haut schmeckt bitter. Erst wenn die Nüsse gut getrocknet sind, verliert sich der bittere Geschmack, und ein Schälen ist nicht mehr nötig. Nach dem Trocknen können die Walnüsse dann auch in einer Schale mehrere Monate gelagert werden. Besser allerdings kühl, sonst können sie ranzig werden.

Mit ihren ungesättigten Fettsäuren, Mineralstoffen und Vitaminen sind Walnüsse sehr gesund. In der Küche kommen sie auf vielerlei Art



Ran an die Nuss: Erst die grüne Schale entfernen, dann die Nusschale knacken. Auch die dünne Haut um die Kerne muss abgezogen werden, denn sie schmeckt bitter. FOTO: PATRICK SEEGER/DPA/DPA-TMN

zum Einsatz: etwa in Kuchen, Keksen, Desserts oder im Salat. In der Weihnachtsbäckerei können Sie im Rezept Haselnüsse auch durch Walnüsse ersetzen.

tmn

Antiquitäten, Kunsttrüdel & Spielzeug  
Tel: 0561-498835

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

IBC GUSSEHEIZKESSEL (GK) für Holz, Kohle & Pellets.  
10 Jahre Garantie! Ab 7.499 € - bis zu 45% Förderung.  
www.ibc-heiztechnik.de © 03632/667470

Für Fahrgasterhebungen in Zügen suchen wir langfristige Mitarbeiter (m/w/d) ab 18 J. als freie Mitarbeiter. Infos/Bewerbung auf [www.trendline.eu](http://www.trendline.eu) (Ref. 101) Tel. 0281 / 2 06 66-44



9. - 12. November 2022  
VORWEIHNACHTLICHER MARKT  
Orangerie Kassel

Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse  
Mi. 13-20 Uhr · Do. bis Sa. 11-21 Uhr · So. (Volkstrauertag) geschlossen

Evergreen GmbH - Tel. 0561-400 96 160  
Veranstaltungsort: Orangerie Kassel, Auedamm 20, 34121 Kassel

HITOP\*PNP

### Bei Kribbeln, Brennen und tauben Füßen

Beratungstag\* (auch telefonisch möglich) zum Thema „Polyneuropathie“ unter Einhaltung der Hygieneregeln  
Di 01.11.2022  
Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin  
☎ 05661 - 60 28

\*keine Diagnostik

**aesculap Apotheke**  
Apothekerin Eva Seitz  
Bahnhofstr. 17 | 34212 Melsungen  
Mo. - Fr. 08.00 - 19.00 Uhr | Sa. 08.30 - 13.00 Uhr

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

**MyWashCard**  
Kunden waschen günstiger!  
**CAR WASH** Einfach sauberhaft!  
www.carwashservice.de  
Bad Zwesten-Fritzlar-Homburg(Efze)-Stadtallendorf

Altenheim **EXPOAWARD**  
Nominiert für Dezember des Jahres 2021

Wir suchen zu sofort in Voll- oder Teilzeittätigkeit für unseren Standort in **Neustadt**

**Pflegefachkräfte** (m/w/d) und **Azubis** (m/w/d) für die generalistische Ausbildung

**Willkommensbonus von 3000 €** für Pflegefachkräfte

Wir bieten Dir:

- Eine attraktive Vergütung • Betriebliche Altersvorsorge
- Einen Dienstwagen auf Wunsch - auch zur privaten Nutzung (Stellenanteil ab 80%) - nur für Pflegefachkräfte
- E-Bike-Leasing auf Wunsch inkl. Arbeitgeberzuschuss von jährlich 120 € (Stellenanteil ab 70%)
- Fort- u. Weiterbildungsmöglichkeiten

**KARRIERE mit Herz**

bewerbung-neustadt@menetatis.de

Seniorenzentrum **MENetatis Neustadt**  
An der Ziegelei 3 • 35279 Neustadt  
Tel: 06692 - 20 27 - 0  
www.menetatis.de

**HOFMANN'S CATERING**

Zur Verstärkung unserer Teams in **KASSEL, SPANGENBERG, BAUNATAL und BAD EMSTAL** suchen wir Sie m/w/d ab sofort als **KOCH HAUSWIRTSCHAFTER KÜCHENMITARBEITER** in Voll- und Teilzeit

Wir freuen uns auf Ihre Online Bewerbung unter [www.hofmanns-catering.de](http://www.hofmanns-catering.de)  
Frau Keller 07930/601-155

**HNA | ZUSTELLER**

### Pressezusteller (m/w/d)

Werden Sie Teil unseres Teams!

Aktuell suchen wir in

- Fritzlar-Werkel
- Morschen-Heina
- Spangenberg

Jeweils zur Festeinstellung. Mindestalter 18 Jahre.

**Jetzt informieren und bewerben!**

**HNA-Vertriebsservice**  
Tel. 0561 203-1506 | WhatsApp 0151 61666277  
vertriebsservice@hna.de [www.hna-zusteller.de](http://www.hna-zusteller.de)

## Frauenpower?

„Familie und Haushalt unter einen Hut zu bekommen, ist schon manchmal stressig. Trotzdem will ich nebenbei mein eigenes Geld verdienen. Als HEIMAT-NACHRICHTEN-Zustellerin habe ich einen Job der Spaß macht und sich trotzdem mit Familie und Haushalt vereinbaren lässt.“

Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienen Sie Ihr Geld an der frischen Luft.

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

- FRITZLAR:** Geismar (Bonifatiusstr.) Stadt (Bonatistr., Pappelallee) Obermöhrllich
- GUDENSBERG:** Stadt (Kasseler Str., Lamsberger Weg)
- GUXHAGEN:** Stadt (Albert-Schweitzer-Allee, Fuldablick)
- HOMBERG:** Stadt (Am Hang)
- KÖRLE:** Stadt (Am Stein, Birkenweg, Zum Rot) Wagenfurth
- MALSFELD:** Ostheim
- MELSUNGEN:** Obermelsungen (Elfershäuser Str.) Stadt (Hessenwinkel, Kesselberg, Kolberg, Küstriner Str., Schöne Aussicht, Sonnenhang, Thüringer Str., Zum Pfeiffrein)
- MORSCHEN:** Altmorschen (Bahnhofstr.) Eubach
- SPANGENBERG:** Bergheim, Elbersdorf (Heil, Hellerbachstr.) Pfeiffe,

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

HEIMAT NACHRICHTEN TOP DIREKT

# Himmelsphänomen

## Auf der Jagd nach Polarlichtern

Von September bis März ist Saison: Dann sind die Polarlichter im Aurora-Gürtel am besten zu sehen. In Lappland macht der Fotograf Thomas Kast Jagd auf sie. Er weiß, worauf es dabei ankommt.

Im Herbst beginnt im hohen Norden die Polarlichtsaison. Und für Thomas Kast die Jagd nach den grünlich schimmernden Lichtern am Himmel. Der Fotograf lebt in Oulu und bietet Fotoreisen nach Lappland an, bei denen die Polarlichter im Fokus der Kameras stehen. Im Interview verrät er, wann die Chancen auf Sichtung besonders gut stehen und wie man der Kälte trotzt.

**Herr Kast, Sie gehen im finnischen Teil Lapplands regelmäßig mit kleinen Reisegruppen auf Polarlicht-Jagd. Worauf kommt es dabei an?**

Ich schaue zur Vorbereitung auf das Wolkenradar und auf Daten zu Sonnenwinden, die eine Nasa-Sonde im Weltall liefert. Sind letztere Daten gut, sind die Chancen auf Polarlichter groß. Dann geht es

vor allem darum, klaren Himmel zu finden. Ich sage immer, wir kämpfen gegen die Wolkendecke: Erstmal sucht man einen Stern am Himmel, damit geht es los. Wenn man freie Sicht hat, wartet man. Regnet oder schneit es, hat man keine Chance.

**Es ist ja meist sehr kalt. Wie muss ich mir die Nächte vorstellen?**

Gegen die Kälte gibt es gefütterte, winddichte Overalls. Darunter zieht man mehrere Lagen Kleidung, unter anderem aus Wolle. Dazu warme Schuhe, Handschuhe, Mütze und warmen Tee. Wir sind auch nicht die ganze Nacht draußen zum Schauen. Nach dem Abendessen fahren wir los - ist das Wetter gut, sind wir oft nicht mehr als eine halbe bis eine Stunde unterwegs zu schönen Plätzen. Und dann warten wir da. Meistens zeigen sich Polarlichter zwischen 22 und 1 Uhr. Zwischen 2 und 5 Uhr sind sie seltener, außer bei starken Sonnenwinden.

Wir fotografieren aber auch, wenn kein Polarlicht da ist. Mit dem Mondlicht und den Sternen lassen sich viele interessante Sachen machen. Wir stehen also nicht nur herum

und warten. Das Tagesprogramm richtet sich dann nach der Nacht, je nachdem, wann wir zurückgekommen sind. Die Leute wollen auch tagsüber die Landschaft sehen. Eigentlich fotografieren wir tagsüber fast mehr als nachts.

**Wie hoch ist die Sichtungsrate bei Ihren Touren?**

Die Gegend in Lappland, wo ich mit den Leuten unterwegs bin, liegt im sogenannten Aurora-Gürtel. Die Chancen auf Polarlichter sind hier also am besten.

Ich bin mit den Leuten meist eine Woche unterwegs, da sehen wir in der Regel zwei bis fünf Mal Polarlichter. Es gab einmal eine Reise mit nur einer Sichtung, aber bisher hatten wir meist Glück. Einmal hatten wir auch sieben Nächte Polarlichter, aber das ist selten. Und da wird man sehr müde.

**Zur Person:** Thomas Kast lebt seit 22 Jahren in Finnland. Ursprünglich hat er Feinwerktechnik studiert, machte aber dann seine Leidenschaft Fotografie zum Beruf. Seit 2017 ist er als Fotograf und Anbieter von Fotoreisen im hohen Norden selbstständig. tmn



Viele, die in der kalten Jahreszeit in den hohen Norden reisen, hoffen auf so ein Naturschauspiel. FOTO: THOMAS KAST/DPA-TMN



Die Voraussetzung für solche Aurora borealis sind Sonnenwinde - und für ihre Sichtung ein klarer Himmel. FOTO: THOMAS KAST/DPA-TMN



Polarlichter sind während des Winters im hohen Norden besonders gut zu sehen. FOTO: THOMAS KAST/DPA-TMN

### Auto-Ankäufe

**Achtung! Kaufe alle Kfz, Diesel/Benziner. Auch mit allen Schäden, TÜV/KM egal. Tel. 0176-84374269**

**Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen! 0800-186 00 00 (kostenlos) www.ankaufwohnmobil.de**

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

### Bekanntschafte

**Helga, 73 J.**, bin eine gute Köchin/Hausfrau, die sich gerne anpasst, genügsam, anhänglich aber nicht erdrückend. Möchte Ihnen eine zärtl. Partnerin sein u. Sie lieb haben. Für mich zählt nicht Ihr Alter o. Aussehen, sondern Ihr Charakter u. Ihr Herz. Helfen Sie dem Glück etwas nach u. rufen Sie jetzt üb. PV an. Tel. 0162-7928872

**Susanne, 63 J.**, zierlich, mit schönen lg. Haaren, flink u. fleißig, super Hausfrau u. Köchin. Suche den Mann, der sich auch ein intaktes Familienleben wünscht. Mit mir hättest Du es wirklich gut, ruf doch einfach mal üb. PV an. Tel. 0176-34488463

### Verkauf

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

### Ankauf

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

Modelleisenbahn und Zubehör gesucht. Telefon 05544 912031

## Geld und Sprit sparen

### Auto nach der Urlaubsfahrt entrümpeln

Der Urlaub ist vorbei, die Hektik des Alltags hat einen wieder. Dabei dennoch nicht vergessen: Das Entrümpeln des Urlaubsautos spart Geld.

Unnütze Ladung im Auto frisst unnötig Sprit. Daher sollten Autofahrer ihren Pkw nach der Urlaubsfahrt schnellstmöglich ausräumen und ihn von unnötigem Ballast befreien. So treibt eine überflüssige Zuladung von 100 Kilogramm den Spritverbrauch laut TÜV Süd um rund 0,4 Liter pro 100 Kilometer in die Höhe. Auch Dachboxen und Fahrradträger gehören zügig abmontiert. Wer we-

gen der erhöhten Zuladung den Reifendruck für die Reise erhöht hatte, sollte ihn jetzt wieder an die normale Belastung anpassen. Wie hoch der Reifendruck dafür sein sollte, steht entweder im Bordbuch oder an entsprechenden Stellen am Auto (an der B-Säule der Fahrerseite oder an der Tankdeckel-Innenseite).

Wer die Leuchtweitenregulierung manuell verstellt, sollte auch diese wieder an die normale Beladung anpassen, damit die Scheinwerfer nachts nicht zu tief stehen und man weit genug sehen kann. tmn



Mit Sack und Pack: Nach der Urlaubsfahrt entfernt man besser nicht mehr gebrauchte Ladung, um Sprit zu sparen. FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMN