

GOLDANKAUF BÖRSE
An- & Verkauf

Machen Sie beim Testsieger Ihr Gold zu Geld

Altgold • Zahngold • Goldmünzen • Goldbarren • Silbermünzen • Silberbarren • Platin • Brillant- und Diamantschmuck (auch einzelne Steine) • Luxusuhren • Krügergold/Feingold • u.v.m.

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

Mo.-Fr. 10.00-18.00 Uhr • Sa. 10.00-15.00 Uhr
Wilhelmsstr. 25 a • 34117 Kassel • www.goldankauf-boerse.de

05 61 / 937 11 200

HEIMAT NACHRICHTEN

HOFGEISMAR
WOLFHAGEN

RENAULT



Jahreswagen & Gebrauchtwagen

Reparatur, Wartung und Unfallinstandsetzung aller Fabrikate


LUND
Autohaus Georg Lund GmbH

www.autohaus-lund.de
Untere Hofstr. 3 • 05674 894
Griebenstein


Tierfutter
Engpass: Händler weisen auf alternative Produkte hin.



Schönling
Seltener Purpurreiher war zu Gast im Glockenborn.



Wechsel
Neue Leiterin des Naturparkzentrums.



25. Jhg. ■ Nr. 43

22. Oktober 2022

Blick hinter die Kulissen der Retter

Neuer Stützpunkt der Wolfhager Feuerwehr wird am Samstag eingeweiht

Wolfhagen – Der Neubau des Feuerwehrstützpunktes ist das größte kommunale Projekt, das die Stadt Wolfhagen in den vergangenen Jahren umgesetzt hat. Mit Beteiligung des Landes und des Landkreises Kassel wurden an der Schützeberger Straße mehrere Millionen Euro investiert. Ob sich die Ausgaben auf die zuletzt kalkulierten 11,5 Millionen Euro begrenzen lassen werden, zeigt sich erst, wenn alle Firmen ihre Rechnungen vorgelegt haben. Wofür das Geld ausgegeben wurde, erfahren Interessierte bereits am Samstag, 22. Oktober, wenn der Stützpunkt mit einem Tag der offenen Tür eingeweiht wird und sie einen Blick hinter die Kulissen werfen können.

Besucher können sich die riesige Fahrzeughalle anschauen und die Fahrzeugflotte selbst, die Werkstätten des Dienstleistungszentrums, die Funkzentrale, Lager, Seminar- und Gruppenräume. Fragen beantworten die Mitglieder der Wolfhager Feuerwehr, die immer wieder Führungen durch den Stützpunkt anbieten, der mehr ist als nur ein Domizil für die ehrenamtlichen Einsatzkräfte.

Längst übernimmt die Wehr Dienstleistungen für andere Wehren in der Region. Hauptamtlich Beschäftigte reinigen und warten Einsatzbekleidung, Atemschutztechnik und Schläuche. Sie sorgen dafür, dass nach Einsätzen die Einsatzbereitschaft wieder hergestellt ist. Sie übernehmen diesen Service für andere Feuerwehren, denen dafür die Arbeitskräfte fehlen und stellen ihn in Rechnung. Wolfhagens stellvertretender Stadtbrandinspektor Sebastian Swoboda (rechts) und Erster Stadtrat Karl-Heinz Löber vor der Fahrzeughalle des neuen Stützpunktes. Das Feuerwehrzentrum wird am Samstag bei einem Tag der offenen Tür eingeweiht.



Freuen sich auf viele Besucher: Wolfhagens stellvertretender Stadtbrandinspektor Sebastian Swoboda (rechts) und Erster Stadtrat Karl-Heinz Löber vor der Fahrzeughalle des neuen Stützpunktes. Das Feuerwehrzentrum wird am Samstag bei einem Tag der offenen Tür eingeweiht.

FOTO: ANTJE THON

spektor Sebastian Swoboda und Erster Stadtrat Karl-Heinz Löber rechnen für Samstag mit mehr als 1000 Besuchern. Deshalb wollen Wolfhagens Brandschützer die Möglichkeit nutzen und umfassend nicht nur über ihr neues Domizil, sondern auch über die komplette Breite ihrer Aufgaben informieren, so

Swoboda. Da es sich bei dem Gebäude um einen der modernsten Stützpunkte einer freiwilligen Feuerwehr in Nordhessen handelt, erwarten die Wolfhager auch Abordnungen von anderen Wehren. In Augenschein genommen werden kann auch das Katastrophenschutzlager, das der Landkreis Kassel ne-

ben Baunatal auch am Standort Wolfhagen unterhält. Wer die vielen Treppenstufen nicht scheut, kann sich auch auf den Übungsturm begeben. Für Kinder gibt es allerhand Möglichkeiten, Feuerwehrluft zu schnuppern. Sie bei einfachen Übungen ihr Geschick testen, das Spielmobil der Jugendfeuerwehr

ist ebenfalls vor Ort. Parkplätze gibt es zwischen 9.30 Uhr und etwa 17 Uhr am alten Stützpunkt und an der ehemaligen Kleiderfabrik sowie an der Landesstraße in Richtung Nothfelden. Zwischen dem Ortsschild und Höhe Kalkhofsmühle können Fahrzeuge abgestellt werden.

ant

Das Programm am Tag der offenen Tür

Bevor sich die Besucher im neuen Stützpunkt umsehen können, gibt es einen etwa zweistündigen offiziellen Teil zur Einweihungsfeier, die um 9.30 Uhr mit einem musikalischen Gruß vom Spielmannszug der Feuerwehr beginnt. Im Anschluss begrüßt Erster Stadtrat Karl-Heinz Löber die Gäste. Es folgen Ansprachen von Regierungspräsident Mark Weinmeister und Vize-Landrätin Silke Engler. Nach einem musikalischen Zwischenspiel des Spielmannszuges wird das Planungsbüro gegen 10.30 Uhr das Projekt erläutern. Stadtbrandinspektor Frank Brunst wird einen Blick in die Zukunft der Feuerwehren werfen. Nach weiteren Grußworten wird es gegen 11.30 Uhr einen gemeinsamen Imbiss geben, bevor um 11.45 Uhr die Besichtigung des neuen Stützpunktes und der anschließende Tag der offenen Tür (bis 17 Uhr) beginnen. Für Essen und Getränke ist gesorgt.

ant

autoprofi

Das können Sie von unserer Meisterwerkstatt erwarten:

- ✓ faire Serviceleistungen und faire Preise
- ✓ kostenloser Ersatzwagen
- ✓ täglich TÜ + AU-Abnahme
- ✓ Wartung nach Richtlinien der Hersteller
- ✓ Unfallinstandsetzung
- ✓ Reifenservice auf Wunsch mit Einlagerung
- ✓ Instandsetzung und Wartungsarbeiten aller Fabrikate zu Festpreisen
- ✓ Klimaanlage wartung mit Desinfektion
- ✓ Hol- und Bringservice auf Wunsch

34369 Hofgeismar

Neue Straße 26 · Tel.: 05671 5070300
www.autoprofi.org
info@autoprofi.org

Meisterbetrieb

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 Schmittlauch
4. Karotteneintopf mit Wiener
5. Seelachsfilet in Rahmsauce
6. Germknödel mit Heidelbeer
7. Hähnchenkeule mit Gemüse

bestellbar auf: grischaefer.de

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

SERES
100 % elektrisch



AUTOHAUS FIEGE HOFGEISMAR

Autohaus Fiege GmbH & Co. KG
Dragonerstr. 15 • 34369 Hofgeismar
Tel.: 05671/99689-0 • Fax: 05671/99689-9
E-Mail: info@autohaus-fiege.de
www.autohaus-fiege.de

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

Dudeck
Metall GmbH

34396 Liebenau-Haueda
Am Kirschbrunnen 05676 989 128

Engpass beim Tierfutter

Händler aus dem Kreis weisen auf alternative Produkte hin

Kreis Kassel – Haustierbesitzer stoßen derzeit auf leere Supermarkt-Regale beim Tierfutter und auch im Online-Handel sind viele Marken ausverkauft. Die Gründe sind vielfältig und hängen noch mit der Corona-Pandemie und der aktuellen Krise durch den Ukraine-Krieg zusammen. Das sagt Detlev Nolte vom Industrieverband Heimtierbedarf (IVH). So gebe es einen Mangel an Rohmaterial, die Logistikketten seien gestört und die Produktionskosten explodierten. Es fehle zum Beispiel an Aluminium für die Tierfutterdosen. Auch



Hier gibt es derzeit nur noch wenig zu sortieren: Barbara Kröninger vom Naumburger Edeka-Markt in der Abteilung für das Katzenfutter vor den leeren Regalen.

FOTO: NORBERT MÜLLER



René Kröninger
Lebensmittelhändler

exotische Fleischsorten wie Känguru kämen ebenso wenig in Deutschland an, wie Wild aus Osteuropa. Supermarktleiter aus dem Kreis Kassel sehen noch einen weiteren Grund für den

Engpass beim Tierfutter: „Derzeit laufen die Preisverhandlungen mit den größten Anbietern von Tiernahrung. Und da gibt es noch keine Einigung“, erklärt eine Marktleiterin aus Vellmar. Dies sor-

ge ebenfalls für Nachschubprobleme. Das bestätigt René Kröninger vom Markt in Naumburg. Wenn von diesen Anbietern Futter fehle, müssten die Kunden auf Alternativen wie die Eigenmarken zu-

rückgreifen. Dies löse eine Kettenreaktion aus. Bis die Nachlieferungen kämen, seien die Regale eben temporär leerer. Die Kunden müssten jedoch keine Panik haben. „Wir sorgen für Alternativen“, so Kröninger. Die großen Supermarktketten wie Edeka antworteten nicht auf eine entsprechende Anfrage der HNA zum Tierfuttermangel. Eine Antwort kam dagegen von der Fressnapf-Kette. Märkte in der Region sind zum Beispiel in Lohfelden und Bad Arolsen. Verknappung und Verteuerung von Rohstoffen und nicht funktionierende Lieferketten sorgten für punktuelle Eng-

pässe bei Nassnahrung von Hund und Katze sowie Katzenstreu, bestätigt Fressnapf-Sprecher Simon Langenbach. Dies führe dazu, dass Produkte in den Märkten oder online vergriffen seien oder sich die Lieferzeiten verlängerten.

Allerdings biete Fressnapf durch frühzeitige Planung ein breit aufgestelltes Sortiment alternativer Produkte wie zum Beispiel Insektenproteine an, so Langenbach.

ewa

ARCHIVFOTO: REINHARD MICHL

35 Millionen Heimtiere in Deutschland

35 Millionen Heimtiere gibt es laut Detlev Nolte vom Industrieverband Heimtierbedarf (IVH) in Deutschland. 47 Prozent der Haushalte hätten Hund, Katze oder andere Haustiere. Das beliebteste Haustier ist mit rund zwölf Millionen die Katze. Allein im Jahr 2021 wurde durch den Verkauf von Heimtierfutter ein Umsatz von 3,7 Milliarden Euro erzielt. Deutschland zählt zu den wichtigsten Heimtiermärkten in Europa.

ewa

Ein scheuer Schönling

Seltener Purpurreiher war wochenlang zu Gast im Glockenborn

Wolfhagen – Seine Sichtung im Glockenborn ist eine kleine Sensation: Der in Hessen extrem seltene Purpurreiher war fünf Wochen lang Gast im Wolfhager Naturschutzgebiet. Stephan Schmidt von der Stadt Wolfhagen, der das Gebiet betreut, hat ihn beobachtet: „Er hat jede Nacht dort geschlafen und sich am Tag rund um das Areal auf Futtersuche begeben.“

Purpurreiher kommen in Europa, Asien und Afrika vor. In Deutschland leben sie nur im Süden und im Nordwesten des Landes. Laut Landesanstalt für Umwelt Baden-Württemberg (LUBW) brüten 17 bis 34 Prozent der deutschen Purpurreiher-Paare in Baden-Württemberg. In den

letzten Jahren habe sich ihr Bestand erholt. Die schönen dunklen Vögel profitierten vom Klimawandel.

Der Vogel im Glockenborn sei ein Jungtier gewesen, der im nächsten Jahr vermutlich nach einem Partner Ausschau halten werde, so Schmidt. In ganz Hessen habe es im August nur zwei weitere Sichtungen dieser Vögel gegeben. Den Namen verdankt der Schönling der Färbung seines Gefieders. Der Hals ist rötlich gefärbt und die Federn dunkelgrau. Am Hals haben Purpurreiher einen dunklen Streifen und Schmelkfedern. Schnabel und Beine sind gelb. Auf ihrem Speiseplan stehen vor allem Fische. Wenn es sich er-

gibt, verspeisen sie aber auch Eidechsen, Mäuse, Schlangen, Frösche, Kröten oder Insekten. Der Purpurreiher sei sehr scheu und lebe gut versteckt am Wasser im dichten Schilf an Seen, Sümpfen oder an stilleren Flussarmen. Um die Störungen für den seltenen Vogel so gering wie möglich zu halten, hat Stephan Schmidt seine Anwesenheit erst jetzt öffentlich gemacht, nachdem er weitergefliegen ist.

ewa



Schlafplatz im Glockenborn: Der seltene Purpurreiher ist eigentlich eher in südlichen Gefilden zuhause. Nun hat er sich fünf Wochen lang im Glockenborn bei Wolfhagen aufgehalten.

FOTO: STEPHAN SCHMIDT/7NH

www.rb-becker.de

ab Mo, den 24.10.2022

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

Rangierwagenheber GRH 2/330i
29,50

Batterielader Gab 12V-15A, Boost
49,50

Batterielader Gab 12V-4A
25,00

Kindersitzerhöhung
7,99

Wand- & Deckenfarbe
10 Liter Eimer 7,99

Carboxyl 3in1
15,00

B-Carbolin
8,99

Wärmflasche
5,99

Verschiedene Gartenstecker
17,98

Winterring
7,98

Batterien Multipack
2,49

LED-Lichterkette
1,99

LED-Lichterkette
1,99

LED-Lichterkette
1,99

LED-Lichterkette
3,99

LED-Lichterkette
2,99

Wochenangebote:
Weihenstephan Streichzarte Butter 1,59
Milram Käse 1,29
Senseo Pads 3,49
Frischei-Nudeln 1,29
Sonnenblumenöl 1,99

becker ...IMMER WAS BESONDERES

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

HEIMAT NACHRICHTEN
HOFERMARKT WOLFHAGEN

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 71 / 50 90 27
E-Mail: anzeigen@nhw-wochenzeitungen.de

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

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

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice
GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Tel.: 0 56 71 / 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

Rosen vorm Laternenmast: Altenstädterin hübscht Ortsrand auf



Blumen sind die große Leidenschaft von Helga Reuter. Die 75-jährige Altenstädterin hat nicht nur den Hof der Familie in ein kleines Pflanzenparadies verwandelt, sondern auch zwei öffentliche Flächen vor ihrem Haus aufgehübscht. Der letzten Laterne vor dem Ortsausgang hat sie eigenhändig ein Blumenbeet spendiert, in dem derzeit die Rosen blühen, und auch das lokale Willkommensschild drapiert sie jedes Jahr mit selbst gezogenen Blumen. Damit hat Helga Reuter auch dazu beigetragen, dass Altenstadt im Landeswettbewerb „Unser Dorf hat Zukunft 2022“ mit einem Sonderpreis ausgezeichnet wurde.

FOTO: NORBERT MÜLLER

Neue Show mit Romana Reiff im November

Hofgeismar/Kassel – Samt Federboa und Paillettenkleid reist die Bar Seibert im November um ziemlich genau 100 Jahre in der Musikgeschichte zurück. Im Gepäck befinden sich die Hits von heute, heißt es in einer Mitteilung.

„All Of Me“ von John Legend, „Single Ladies“ von Beyoncé, „Cry me A River“ von



Romana Reiff

Justin Timberlake, „Umbrella“ von Rihanna oder „Black Hole Sun“ von Soundgarden erklingen in diesem Programm in einem Vintage-Swing-Gewand der wilden 20er-Jahre. Premiere der neu-

en Abendrot-Show ist am Montag, 28. November, und gespielt wird insgesamt an sieben Terminen vom 28. bis 30. November und 5. bis 7. sowie am 31. Dezember.

Zu Gast sind die Sängerin und Darstellerin Dorothea Proschko (bekannt aus der Fernsehshow „Voice Of Germany“), Verena Piwonka (Ballett und Modern Dance - Tänzerin aus Hamburg) und Sängerin und Darstellerin Romana Reiff, die die Reihe gemeinsam mit Bar-Inhaber Marc Seibert seit 2014 realisiert.

Karten gibt es im Vorverkauf für 22 Euro täglich ab 17 Uhr in der Bar Seibert, Friedrich-Ebert-Straße 47 in Kassel, oder auch im Internet unter barseibert.de/veranstaltungen. Einlass ist ab 18.30 Uhr, Beginn um 20 Uhr.

FOTO: PRIVAT/ARCHIVNH

Mehr Geflüchtete erwartet

Kreis ändert wegen Unterbringungsengpässen die Regeln

Kreis Kassel – Der Landkreis Kassel rechnet mit Blick auf die aktuelle Situation in der Ukraine und auf der Balkanroute in den kommenden Wochen mit steigenden Flüchtlingszahlen. Um eine Verschärfung der Engpässe bei der Unterbringung und Betreuung der Menschen zu verhindern, hat der Kreis jetzt das Aufnahmeverfahren umgestellt: Geflüchtete aus der Ukraine, die beim Landkreis Kassel vorsprechen, werden an die Erstaufnahmeeinrichtung des Landes Hessen in Gießen verwiesen. Das erklärt Vizelandrätin Silke Engler.

Über die Erstaufnahme werden die Geflüchteten nach einem bestimmten Schlüssel auf die Städte und Landkreise verteilt. Bisher konnten Kriegsgeflüchtete aus der Ukraine Tag und Nacht die Notunterkunft des Landkreises Kassel aufsu-

chen, um sich dort registrieren zu lassen.

Im Landkreis Kassel wurden seit Ausbruch des Krieges in der Ukraine – gemessen an den Einwohnerzahlen – deutlich mehr Ukrainer aufgenommen, als in anderen hessischen Kommunen und Landkreisen. „Wir waren der letzte Landkreis, der wohnungslose Ukraine-Geflüchtete direkt aufgenommen hat“, so Engler. Ende September 2022 waren 7454 geflüch-



Silke Engler
Vizelandrätin

tete Menschen verschiedener Herkunft im Landkreis Kassel gemeldet. Seit Ausbruch des Krieges in der Ukraine wur-

den 4278 Geflüchtete im Landkreis Kassel registriert.

Das neue Aufnahmeverfahren habe den Vorteil, dass alle Geflüchteten vor der Zuweisung gesundheitlich untersucht worden sind. „Das ist für die Unterbringung in unseren Gemeinschaftsunterkünften wichtig, weil die Ukraine zum Beispiel zu den Hochrisikoländern für multiresistente Tuberkulose zählt“, so die Vizelandrätin.

Durch die Umstellung des Aufnahmeverfahrens wird die Registrierungsstelle in der Albert-Einstein-Straße in Fuldaabrück-Bergshausen nicht mehr im vollen Umfang genutzt. Personen, die dem Landkreis Kassel über die Erstaufnahmeeinrichtung mittwochs zugewiesen wurden, werden am Donnerstagvormittag in der Albert-Einstein-Straße registriert.

ewa/FOTO: PRIVAT

Privat untergebracht: Meldung bei Kommune

Geflüchtete aus der Ukraine, die privat bei Freunden, Bekannten oder Verwandten untergekommen sind, müssen nicht mehr zur Registrierung in die Albert-Einstein-Straße kommen. Diese Personen sollen sich stattdessen bei den Einwohnermeldeämtern in den jeweiligen Kommunen melden, bei der Ausländerbehörde des Landkreises registrieren lassen und – falls nötig – zur Antragstellung beim Jobcenter oder Sozialamt vorsprechen.

ewa

Fachwerkjuwel im Blick

Trendelburger Heimatverein besuchte den Hessenpark

Trendelburg – Knapp 40 Besucher aus Trendelburg und Umgebung folgten kürzlich einer Einladung des Hessenparks in Neu-Anspach, um sich den historischen Trendelburger Schafstall und Fruchtspeicher anzuschauen, der 1975 dorthin umgezogen ist. Der Heimatverein Trendelburg hatte eine Busfahrt dorthin organisiert, um Gelegenheit zu geben, das alte Trendelburger Fachwerkjuwel kennenzulernen.

Das als „Zehntscheune“ bezeichnete 1570 errichtete Gebäude diente in Trendelburg bis 1975 als Schafstall und Fruchtspeicher und wurde bis zum Abbau vom Saatgutbetrieb Carstens genutzt, heißt es in einer Mitteilung des Heimatvereins. Deren Geschäftsführer, Jürgen Kruse, initiierte und begleitete den aufwendigen Abbau des Gebäudes in Zusammenarbeit mit dem Initiator und langjährigen Chef des Hessenparks, Professor Dr. Eugen Ernst.

Besonders beeindruckt waren die Besucher von den gewaltigen Balkenkonstruktionen aus Eichen, die noch aus

dem Mittelalter stammten, heißt es weiter. Die beiden Mitarbeiter des Hessenparks, Louisa Scheib und Carsten So-

bik führten die Besucher durch das 40 Meter lange Gebäude und erklärten die Sanierungsarbeiten.

neu



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

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

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

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

Größer - noch günstiger - schöner!
...hin zu...
Kimm!
NEUE:
Wäschetrockner ab € 129,-
Waschmaschinen ab € 199,-
Geschirrspüler ab € 199,-
Einbaugeräte mit Cr.-Field € 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

GOLD ANKAUF HOFGEISMAR
• Goldschmuck • Altgold
• Zahngold (auch mit Zähnen)
• Gold- und Silbermünzen
• Gold- und Silberuhren (Markenuhren)
• Silberbesteck (auch Auflage)
• Tafelsilber
• Zinn (nur mit Stempel)
Töpfermarkt 6
34369 Hofgeismar
Mo.-Fr. 10.30-15 Uhr,
Sa. 10.30-13 Uhr
☎ 0173 5762768
SOFORT BARGELD

Anzeige
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, Verkäufer 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 bundesweiten 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.

RP Kassel präsentiert neuen Internetauftritt

Kassel – Die Internetseite des Regierungspräsidiums Kassel (RP) präsentiert sich in einem neuen Design. Laut Mitteilung des RP soll das neue Design des Webauftritts moderner sein und für mehr Nutzungsfreundlichkeit sorgen. Die Adresse bleibt unverändert rp-kassel.hessen.de.

Erweiterte Funktionen

Die neue Internetseite des RP bietet laut Mitteilung neue Medien- und Textformen wie Infografiken oder Storytelling-Elemente sowie erweiterte technische Funk-

tionen wie ein Schlagwortmodul.

Darüber hinaus wurde die Internetseite kommunikativ in großen Teilen neu ausgerichtet, um laut RP ein attraktives, zeitgemäßes und zielgruppenorientiertes Angebot für Bürger im Internet zu schaffen. Das Menü der Internetseite wurde nach möglichst einfachen und intuitiven Themenbegriffen gegliedert, heißt es in der Mitteilung weiter. „Damit bietet die neue Website eine leicht zu durchdringende Struktur, in der man sich schnell zurechtfindet“, sagt Regierungsvizepräsident Dr. Alexander Wachter.



Freut sich, an einem der zweifelsohne schönsten Arbeitsplätze der Region angekommen zu sein: die neue NPZ-Leiterin Maïke Harms mit ihren Kurzhaardackeln Jette, Amalie, Berta, Corona und Emmi.

FOTOS: SASCHA HOFFMANN

Ganz besondere Verbindung

Maïke Harms ist neue Leiterin des Naturparkzentrums Habichtswald

Zierenberg – Jette, Amalie, Berta, Corona und Emmi sind außer Rand und Band. Die Kurzhaardackel können gar nicht schnell genug das Büro verlassen, in dem sie seit Neuestem mit Frauchen Maïke Harms einen Großteil ihrer Zeit verbringen. Kaum ist die

Tür einen Spalt weit geöffnet, bahnen sich die kleinen Racker ihren Weg raus ins Freie, wo sie zu Füßen der Helfensteine munter ihre Runden drehen.

„Der Dörnberg ist ein ganz besonderer Ort“, sagt Harms mit einem Lächeln.

Sie weiß schließlich genau, dass sie einen der wohl schönsten und einzigartigsten Arbeitsplätze weit und breit ergattert hat. Die 30-jährige ist die neue Leiterin des Naturparkzentrums Habichtswald (NPZ), tritt in die großen Fußstapfen ihrer Vorgängerin Annika Ludolph, die nach über neun Jahren nach Kassel wechselt, um als Projektleiterin und stellvertretende Geschäftsführerin des Zweckverbands Naturpark Habichtswald noch enger mit ihrem Chef Jürgen Depenbrock arbeiten zu können.

Maïke Harms freut sich auf die neue Herausforderung und sieht die Leitung des Naturparkzentrums und die Naturparkarbeit im Allgemeinen keinesfalls als gewöhnlichen Job an. „Es macht mir große Freude, den Menschen in der Region, egal ob sie hier leben oder nur zu Besuch sind, die Schönheit und die Besonderheiten der Landschaft im Naturpark Habichtswald zu zeigen und über wichtige Zusammenhänge wie den zwischen Nutzung und Schutz der Landschaft aufzuklären“, so die Schauenburgerin, für die der Naturpark Habichtswald Heimat und Zuhause zugleich ist.

„Ich habe meine Kindheit und Schulzeit in Bad Wilhelmshöhe verbracht, insofern war ich jeden Tag und zu jeder Jahreszeit im nahe gelegenen Bergpark oder im Ho-

hen Habichtswald unterwegs“, erinnert sie sich auch an die vielen Wanderungen mit ihren Großeltern sowie die frühen Ausflüge auf den Hohen Dörnberg oder zu anderen Ausflugszielen in der Region. „Dies hat bei mir eine besondere Verbindung zum Naturpark Habichtswald geschaffen.“ Besonders freut sich die junge Frau auf die Zusammenarbeit im „kleinen, aber feinen Naturparkteam und auf spannende Begegnungen mit anderen Akteuren“. Es sei toll, einen Wald oder eine Landschaft und die damit verbundene Bildungsarbeit mitgestalten zu dürfen. Voraussetzungen bringt sie reichlich mit, hat die Naturliebhaberin schließlich schon ihre Ausbildung nach dem Abitur im Bereich der klassischen Forstwissenschaften begonnen. „Während meines Bachelor-Studiums in Göttingen habe ich tiefergehendes Interesse für die Bereiche Ökologie, Naturschutz und Umweltbildung gewonnen, meinen Masterabschluss habe ich im Schwerpunkt Waldnaturschutz und Ökologie absolviert.“ Erholungsplanung, Umweltbildung oder Nachhaltigkeit seien weitere Steckbriefe gewesen. All das nun aktiv in die Naturparkarbeit einbringen zu können, sei ihr eine große Freude. Eingelebt habe sie sich längst, wie auch ihre Fellfreunde Jette, Amalie, Berta, Corona und Emmi.

zhf

Bei Kribbeln, Brennen und tauben Füßen
Wegen großer Nachfrage
2. Beratungstag* (auch telefonisch möglich) **zum Thema „Polyneuropathie“** unter Einhaltung der Hygieneregeln
Mi 02.11.2022
Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin
☎ 05671 - 9 93 60

*keine Diagnostik

Hubertus-Apotheke
 Apotheker Stephan Parzeffall
Bahnhofstr. 3 | 34369 Hofgeismar
 Mo. - Fr. 08.00 - 18.00 Uhr | Sa. 08.30 - 13.00 Uhr

Frauenpower?

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

© Foto: Lischke - www.fotolia.com

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

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

- **BAD EMSTAL:** Sand (Bergstr.)
- **BREUNA:** Oberlistingen
- **CALDEN:** Stadt (Treisweg)
- **HABICHTSWALD:** Ehlen (Kasseler Str., Lohweg)
- **HOFGEISMAR:** Kelze Stadt (Am Anger, Am Hang, Am Wippeteich, Elisabeth-Selbert-Str., Höhenweg, Papiermühlenweg) **Hombressen** (Udenhäuser Str., Waldstr.)
- **IMMENHAUSEN:** Holzhausen (Tannenstr.) Stadt (Am Leutenhäuser Berg, Mariendorfer Str., Querstr.)
- **NAUMBURG:** Heimarshausen Stadt (Kronbergweg)
- **TRENDELBURG:** Eberschütz, Langenthal, Sielen, Stammen
- **WOLFHAGEN:** Leckringhausen, Niederelsungen (Parkstr.) Stadt (Bussardstr.) **Wenigenhasungen**
- **ZIERENBERG:** Stadt (Ehlener Str., Oberelsunger Str.)

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

HEIMAT NACHRICHTEN TOP DIREKT

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

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

WIR SUCHEN AB SOFORT:
VERKÄUFER/IN
BÄCKER/IN
BACKSTUBENHILFER/IN
 (M/W/D)
 IN VOLL- ODER TEILZEIT.
 WIR FREUEN UNS AUF IHRE BEWERBUNG:

BÄCKEREI & KONDITOREI Meyer
 Königstraße 9
 Bad Emstal-Balhorn
 Telefon 05625 5689

RATIO_Land
XXL FLOHMARKT
 Baunatal Ratio_Land
23.10.
hansenmaerkte.de · ☎ 06424-6191

Anzeigen ...
 ... informieren gründlich!

HOFLADEN
 Aus der Region – für die Region!
 Gutes vom Lande im Hofgut Hofladen

Aus unserer Hofgut Landwirtschaft:

Lachsbraten	100 g	1,29 €
Kammbraten	100 g	1,19 €
Schweinefilet	100 g	1,69 €
feine + grobe Streichmettwurst	100 g	1,29 €
Rauchenden/Polnische	100 g	1,09 €
Blasenblutwurst + Sülze	100 g	1,39 €
Kartoffelgratin im Glas	Stück	4,50 €

ÖFFNUNGSZEITEN GÄRTNEREI
 Mo-Do 8.00 - 16.00 Uhr
 Fr 8.00 - 13.00 Uhr
 Telefon: 0 56 71 50 80 11-00

ÖFFNUNGSZEITEN HOFLADEN
 Di, Mi, Do 8.00 - 13.00 Uhr
 Freitag 8.00 - 14.00 Uhr
 Telefon: 0 56 71 50 80 11-01
 Schützenhofweg 17
 34369 Hofgeismar
 Email: bestellungen.hofladen@bdks.de

Hofgeismarer GÄRTNEREI
 Gartenfachbetrieb

Für Ihre Herbstbepflanzung ab 2,- Euro

Erica Carnea (Schneeheide)
 Blühzeit Ende Dezember bis Anfang Mai

Calluna vulgaris (Sommerheide)
 Blühzeit Ende September bis Anfang November

Herbstzauber:
 Chrysanthemen
 Gaultherien
 Hebe mix
 Farne
 Alpenveilchen
 Efeu
 Mühlenbeckia
 Gräser
 Stachelndraht (Callocephallus)

Öffnungszeiten unserer Gärtnerei
 Mo-Do 8.00-16.00 Uhr
 Fr 8.00-13.00 Uhr
 Telefon: 05671 / 5080 1100
 Schützenhofweg 17
 34369 Hofgeismar



Annika Ludolph (links) verlässt als Leiterin des Naturparkzentrums Habichtswald den Dörnberg. In Kassel wird sie enger mit ihrem Chef Jürgen Depenbrock (Mitte) zusammenarbeiten. Ihre Aufgaben im Naturparkzentrum übernimmt ab sofort Maïke Harms.

Pendlerstress

Strategien zum Runterkommen

Lange Wege zur Arbeit und zurück können belasten. Wie schafft man es, Ärger und Anspannung vor der Haustür zu lassen?

Stau, ausgefallene Züge, verplombte Zeit: Pendeln empfinden viele als stressig und tragen die aufgestaute schlechte Laune nach Hause. Das kann Familien belasten und das Trennungsrisiko erhöhen, sagt Psychologin Dennis Dal Mas vom Tüv Nord.

Im Interview gibt er Tipps, wie man Pendelänger regu-

liert, und spricht über das Für und Wider von Homeoffice.

Herr Dal Mas, wegen der Corona-Pandemie waren viele Menschen im Homeoffice und sind es oft auch noch. Was dadurch wegfiel, war das teils lange Pendeln zum Arbeitsplatz und der damit verbundene Stress. Ein positiver Aspekt aus ihrer Sicht?

Das hat auf jeden Fall positive Seiten. Zum Beispiel, dass man oft flexibler mit der Arbeit beginnen und etwa Familienangelegenheiten dadurch

flexibler mit erledigen kann. Man hat einen größeren Komfort und womöglich ein gesteigertes Wohlbefinden. Es gibt Untersuchungen, wonach gerade längere tägliche Wege zur Arbeit Familien belasten können und das Trennungsrisiko erhöhen. Weil weniger Zeit mit der Familie bleibt, und weil sich Stress aufbauen kann, den man auf die anderen daheim überträgt - wenn man noch im Stau stand oder etwas anderes auf dem Weg nach Hause genervt hat.

Sehen Sie auch Schattenseiten am Homeoffice?

Man muss die Abgrenzung hinbekommen. Die Grenzen zwischen Freizeit und Arbeit verschwimmen im Homeoffice. Hier ist es wichtig, sich eine klare Struktur für seinen Tag zu machen und Arbeitszeiten festzulegen. Wer Kinder hat, sollte sich gut mit seiner Partnerin oder seinem Partner absprechen: Wann sind die Zeiten, in denen man Ruhe braucht und keiner reingestürmt kommen sollte? Außerdem fällt natürlich das soziale Gefüge mit Kolleginnen und Kollegen zu großen Teilen weg, wenn man sich nie persönlich trifft. Um eine Art von Zusammengehörigkeit zu entwickeln, ist es schon besser, wenn man sich immer mal in persona sieht. Insofern finde ich eine Kombination von Homeoffice und Präsenz im Büro ganz gut.

Womit wir zurück beim Pendeln wären. Angenommen die Autofahrt war stressig oder die Bahn ist ausgefallen. Man ist sehr genervt und droht, die schlechte Laune mit nach Hause zu nehmen und dort für dicke Luft zu sorgen. Wie fährt man vorher runter?

Das ist sehr individuell - es



Wenn die Bahn Verspätung hat oder ausfällt, bedeutet das für Pendler vor allem zweierlei: Stress und Ärger.

FOTO: SEBASTIAN GOLLNOW/DPA/DPA-TMN

gibt nicht die eine Sache, die allen hilft. Man muss sich da selbst kennenlernen. Eine Sache, die man aber meist gut machen kann, sind Achtsamkeitsübungen.

Wenn man den Fokus auf etwas anderes richtet, lenkt man sich ab von dem Stress und negativen Gedanken. Beispiele: Ich fokussiere mich auf vier Dinge im Raum. Was sehe ich? Das klappt analog auch übers Hören: Was höre ich gerade? Oder übers Fühlen: Mit den Händen Dinge berühren und sich ganz bewusst darauf konzentrieren. Für viele ist es auch ein guter Ausgleich, sich regelmäßig in der Natur zu bewegen. Generell ist Sport eine ratsame Kompensation. Wer kann, macht das schon auf der Arbeit zur Gewohnheit und nutzt kleine Pausen, um aktiv zu sein.

Insgesamt ist es meiner Einschätzung nach am besten, wenn man mit dem Fahrrad

oder zumindest mit der Bahn anstatt des Autos pendeln könnte. Mit dem Rad ist man aktiv und im Zug bleibt zumindest oft noch Zeit, sich

mit anderen Dingen zu beschäftigen. Mir ist natürlich klar: Viele können zum Pendeln nicht aufs Auto verzichten.

tmn



Ein stressiger Tag im Job und dann noch das: Stau! Das stellt das Nervenkostüm von Pendlern und Pendlerinnen auf die Probe.

FOTO: MATTHIAS BALK/DPA/DPA-TMN

Mehr Geld

Gehaltsverhandlung braucht richtiges Timing

Vorgesetzte nach mehr Geld fragen: Für viele Beschäftigte ein unangenehmes Thema. Deswegen schieben sie es oft lange vor sich her. Aber auch der richtige Zeitpunkt entscheidet über den Erfolg.

Wer für ein Gehaltsgespräch den richtigen Zeitpunkt wählt, erhöht die Erfolgchancen. Darauf macht der Personaldienstleister Robert Half auf seinem Karriereblog aufmerksam.

Wichtig ist demnach, vor die aktuellen Entwicklungen im Unternehmen zu berücksichtigen. Ein guter Moment für die Frage nach mehr Geld ist etwa dann, wenn der Monat oder das Quartal gerade erfolgreich abgeschlossen oder das Budget erhöht wurde.

Auch wer schon länger als ein bis eineinhalb Jahre nicht mehr verhandelt hat und in diesem Zeitraum womöglich neue Aufgaben übernommen hat, kann die Gunst der Stunde nutzen.

Wenig Aussicht auf Erfolg haben Gehaltsforderungen hingegen, wenn im Unternehmen ohnehin Umstrukturi-



Wer mit dem Arbeitgeber über mehr Gehalt verhandelt, sollte sich vorab auch über den richtigen Zeitpunkt Gedanken machen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA THEMEDIENST/DPA-TMN

rierungen oder die jährlichen Abschlussberichte anstehen. Viele Budgets sind dann bereits aufgebraucht.

Gab es zuletzt massive Verluste, sind große Kunden abgesprungen oder werden Stellen abgebaut, ist das ebenfalls ein eher ungünstiger Zeitpunkt für Verhandlungen.

Nicht zuletzt sollten Beschäftigte beachten: Verschiedet sich der oder die Vorgesetzte demnächst in den Urlaub, wird er oder sie kaum Kapazitäten und Muße

haben, sich mit Gehaltsforderungen auseinanderzusetzen.

Auch die Kultur im Unternehmen spielt eine Rolle. Bei manchen Arbeitgebern gibt es etwa fest vorgegebene Zeiträume, in denen Gehaltsverhandlungen stattfinden. Zum Beispiel immer zum Jahresbeginn. Wer dennoch außer der Reihe verhandeln will, sollte sich bei erfahrenen Teammitgliedern oder bei der Personalabteilung über die Gepflogenheiten in Bezug auf Gehaltsgespräche informieren.

tmn



Den Weitblick auch beim Sparen haben.

Entdecken Sie, was Ihr Geld kann. Am 28. Oktober ist Weltspartag – eine gute Gelegenheit für Ihre persönliche Beratung.

kasseler-sparkasse.de/weltspartag

Weil's um mehr als Geld geht.



Kasseler
Sparkasse



WINTERZAUBER
königlich
ORANGERIE KASSEL

www.gartenfestivals.de

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

Hilfe für die Seele

Wie finde ich einen Therapieplatz?

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 erlebt jeder im Leben. Manchmal gelingt es einfach nicht, alleine durch schwierige Zeiten 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

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

Antiquitäten, Kunstströdel & Spielzeug
Tel: 0561-498835

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

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

Rixer
Bauernladen
Hausmacher Wurstwaren
Jetzt vorbestellen aus eigener Haltung!
Flugenten 9,-
Gänse 13,50,-
Puten 8,-
Rindfleisch von Galloway-Rindern
Mittwoch ab 12 Uhr
Schnitzel mit wechselnden Beilagen 7,50 €
Donnerstag - Eintopf 5,- €
Um Vorbestellung wird gebeten!
Zier- & Esskürbis Kürbis für Halloween
Kartoffeln
Frisch geerntet!
Kohlrabi, Weißkohl, Knoblauch, Broccoli, Rote Beete, Spitzkohl, Mangold, Wirsing, Rotkohl, Steckrüben, Fenchel, Sellerie, Möhren, Blumenkohl, Staudensellerie, Porree, Romanesco, Wassermelonen, Hokkaido
Freilandeier aus unserem Hühnermobil
Mo - Fr 9-13 & 14-18 Uhr
Sa 9 - 13 Uhr
Familie Peter Koch
34393 Grebenstein-Friedrichsthal Nr. 5
☎ 05674-1355



Eine Psychotherapie kann in vielen Lebenssituationen sinnvoll sein. Doch die Suche nach freien Therapieplätzen erfordert oft Geduld.
FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

Praxis, aber auch in Krankenhausaambulanzen 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 Vereinigungen einen Termin geben lassen.

Wichtig zu wissen: Dass man in einer Praxis einen Sprechstundetermin 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 Ge-

duld 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. tmm

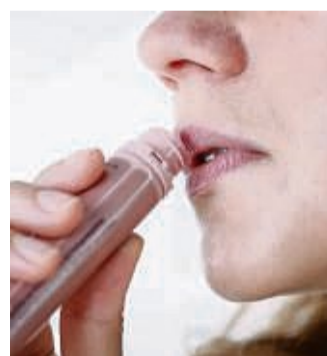
Fragwürdige Versprechen

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-



Nahrungsergänzungsmittel mit Kollagen und Hyaluron sollen für schöne Haut sorgen. Doch der Nutzen der «Schönheitsdrinks» ist nicht belegt. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMM

siert nachweisen können, sind aber Fehlanzeigen. 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. tmm

Podologische Fachpraxis Nicole Schmidt | Bahnhofstr. 4 | 34369 Hofgeismar
Ihre Spezialisten für medizinische Fußbehandlung
Wir finden für jedes Fußproblem eine Lösung!
Behandlung von:
▶ eingewachsene Nägel ohne OP
▶ Nagelpilzinfektion
▶ Hühneraugen / Warzen
▶ Druckstellen
▶ und vielem mehr
Wir lassen Sie nicht im Regen stehen.
Mit uns und gesunden Füßen durch den Herbst.
Kassenleistung für:
▶ Diabetiker
▶ Neuropathiker
▶ Patienten mit Querschnittssyndrom
Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin unter
0 56 71-608 77 11
Schmidt
www.podologie-schmidt-hofgeismar.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
Frau Keller 07930/601-155

HNA | ZUSTELLER
Wir suchen Sie!
HNA-Presssezusteller/in (m/w/d)
Wir bieten Ihnen einen idealen Nebenjob mit bezahltem Urlaub und Lohnfortzahlung im Krankheitsfall. Sie arbeiten selbstständig, beginnen frühmorgens vor der Haustür und haben danach noch den ganzen Tag vor sich.
Wenn Sie zuverlässig und mindestens 18 Jahre alt sind, gerne an der frischen Luft arbeiten und sich viel Bewegung wünschen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.
Jetzt informieren und bewerben:
☎ 0561 203-1282
www.hna-zusteller.de

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 Begabtenförderungswerke 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 oder auf 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, Fluchtzusammenhang 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 Begabtenförderungswerken in der Regel am Bafög-Satz. Wer den Fördersatz 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

Sechs Wochen.

Besser lesen.

Nur 25 €.

Die HNA – gedruckt und digital

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



HNA

Jetzt bestellen:

hna.de/sechswochen

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.

Bekanntschaffen

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, Herde, 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