

**Systemische Beratung Eschwege**  
Einzel-, Paar-, Familienberatung

**Sabine Theile**  
An den Anlagen 7  
37269 Eschwege  
05651 4744141  
www.systemische-beratung-eschwege.de

*Auch in  
Treffurt  
und  
Großburschla  
mit Reiki-Behandlung*

# MARKT SPIEGEL

REGION ESCHWEGE

**Sani**  
**Reha**  
**Ortho**

**Aktiv-pro**  
Mein Sanitätshaus.

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

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

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

- Sanitätsfachgeschäfte
- Rehatechnik
- Orthopädietechnik
- Orthopädienschuhtechnik
- Sport & Gesundheit
- Homecare

**Sozialpreis**  
Kinderjugendfeuerwehr wurde ausgezeichnet.



Barfuß-Pfad  
Hoher Meißner

## & SONTRAE STADTKURIER

**Radwegführer**  
Werratal-Touristik präsentiert Neuauflage.



43. Jhg. ■ Nr. 4

28. Januar 2023



**Gelungene Veranstaltung:** Bei der „Karriere4You“ standen sich 41 Unternehmen und Aussteller den Oberstufenschülern Rede und Antwort.  
FOTOS: EDEN SOPHIE RIMBACH



**Was Betreuer** bei der Jugendförderung Werra-Meißner-Kreis erwartet, erklärt Evelyn Kraft Johannes Furch.

## Karrierechancen aus erster Hand

Zirka 450 Schüler besuchen die Ausbildungsmesse „Karriere4You“ mit Ständen und Vorträgen

**Eschwege** – Vorträge und Gespräche an den Ständen der 41 Aussteller erwarteten die Schüler des Oberstufengymnasiums (OG) und des Beruflichen Gymnasiums (BG) Eschwege bei der Ausbildungsmesse „Karriere4You“. Eröffnet wurde sie von Schulleiterin Marion Lentz und Bürgermeister Alexander Heppel. Zirka 450 Schüler der elften und zwölften Klassen informierten sich gestern über Möglichkeiten für Praktika, Ausbildung und Duales Studium sowie Studiengänge.

Tanja Peters hat die Ausbildungsmesse für die Oberstufenschüler geplant. Auch in der Vorbereitung haben OG

und BG kooperiert. Ziel sei, dass viele Schüler einen Nutzen von der Messe haben. Ein Vorteil von „Karriere4You“ sei die Vielfalt: Neben klassischen Ausbildungsberufen und Studiengängen wurden auch Ausbildungsmöglichkeiten in beispielsweise der Verwaltung oder Möglichkeiten wie ein Freiwilliges Soziales (FSJ) oder ein Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) vorgestellt.

Im Vergleich zur Messe vor einem Jahr waren wieder Gespräche an den Ständen möglich. Der Austausch vor Ort sei laut Peters etwas, das man brauche. Die Ausbildungsmesse als Veranstaltung, bei

der ausschließlich Vorträge zu hören waren, sei allerdings in der Situation eine gute Alternative gewesen. „Die Schüler bekommen es an ihre Schule gebracht“, sagt Lehrer Michael Schmidt. Ein Vorteil von „Karriere4You“ sei, dass die Messe im gewohnten Umfeld der Schüler stattfindet, auch durch den Kuchenverkauf der Abiturienten eine positive Stimmung entsteht.

„So kann man einfach auch ins Gespräch kommen“, sagt der 17-jährige Joris Stock über das Format mit Ständen und Vorträgen. Für ihn und Patrick Heller war es die zweite Teilnahme. Der 18-

jährige besucht den Technik-Zweig des BG. Für ihn sei es besonders interessant gewesen, am Stand von K + S Minerals and Agriculture etwas über das Studium der Geoinformatik zu erfahren.

„Das haben wir sehr vermisst“, resümiert Jugendwaldheimleiter und Revierförster Lothar Freund über die Möglichkeit, mit Schülern ins Gespräch zu kommen. Wie ein einjähriges Versuchslabor sei das FÖJ beim Jugendwaldheim Meißner. Hineinschnuppern könnten Schüler in Bereiche wie Pädagogik, Forstwirtschaft, Naturschutz und Verwaltung. Viele Schüler seien sehr interes-

siert gewesen: „Das war super.“ Von vielen interessanten und zielführenden Gesprächen mit Schülern berichtet Polizeisprecher Jörg Künstler. Wie das Jugendwaldheim Meißner nehme die Polizei seit mehreren Jahren an der Messe teil. Es herrsche großes Interesse am Polizeiberuf, viele der Schüler hätten sich zudem bereits zuvor mit dem Beruf und Themen wie den Einstellungskriterien auseinandergesetzt.

Marion Lentz lobte, dass beispielsweise beim Vortrag der Hochschule Fulda Studenten selbst berichteten und sich regionale Unternehmen vorstellten. Mit Blick auf

die Vorjahre erklärt Tanja Peters, dass mehrere Schüler durch die Messe eine Praktikumsstelle oder Kontakt zu ihrem späteren Ausbildungsbetrieb gefunden hätten. esr

**MIETWAGEN WITZEL**

- ⇒ Krankenfahrten
- ⇒ Rollstuhltransporte
- ⇒ Dialyse
- ⇒ Chemotherapie
- ⇒ Strahlenbehandlung

**SONTRA**  
05653 1640

Zulassung zu allen Krankenkassen

**Gardziella**  
Brillenhaus-Blankenbach

Seit über 30 Jahren in Sontra

Gute Brillen & Kontaktlinsen

Wildeckstr. 13  
36205 Sontra  
06627/8686

**Handy-Repairstore**  
Reparaturen von Handy's, Tablet's, PC's & Laptop's

- ✓ Displaywechsel
- ✓ Akkutausch
- ✓ Datensicherung
- ✓ Displayfolien
- ✓ Wasserschaden
- ✓ Zubehör

Mo. - Fr. 10.30 - 17 Uhr  
Sa. 10.30 - 14 Uhr

Enge Gasse 1  
37269 Eschwege  
Tel. 05651 7419033

Handy An- und Verkauf

Sanierung in Vollendung!

- Lehm- und Putzarbeiten
- Wärmedämmung
- Fachwerksanierung
- Altbausanierung
- Trockenausbau
- Sandstrahlarbeiten
- Bodenbeläge

Christian Anhalt  
Malermaler  
Lehmbau

Christian Anhalt  
Vor dem Asbach 9  
37281 Wanfried-Völkershausen  
Telefon 05655 923942  
Telefax 05655 923215  
christian.anhalt@t-online.de

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**GUTSCHEIN**

**2 FÜR 1**

VON SONNTAG 29.01.2023  
BIS FREITAG 03.02.2023

Angebot gilt nach Gutscheinvorlage vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigere gleichwertige Geschenk! 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

**LADNER**  
Recycling GmbH

Autoverwertung  
Schrotthandel Containerdienst

Brodberg 15  
36205 Sontra  
Tel.: (0 56 53) 73 78

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 7.30 - 16.30 Uhr  
Sa. 8.00 - 12.00 Uhr

www.ladner-recycling.de

**Bester Nebenjob!**  
**Zusteller** (m/w/d)

Wir suchen Zeitungszusteller zur  
**Zustellung in:**  
Eschwege, Frankershausen, Vierbach, Oetmannshausen, Weißenborn

**Springer**  
zur Festanstellung für:  
Eschwege, Herleshäuser, Ringgau, Waldkappel, Berkatal, Sontra

Bewirb Dich jetzt!  
Telefonisch unter 05651/3359-50 oder per  
Mail an logistik@werra-rundschau.de

Zeitung lesen - und mitreden können!



Freuen sich über die Anerkennung: Die Mädchen und Jungen der Kinderfeuerwehr Weißenborn, hier bei einem Ausflug zum Barfußpfad.

FOTO: PRIVAT

www.rb-becker.de

**becker**

ab Mo, den 30.01.2023

**Fußmatte grün, rutschf. Unterseite**  
57x37,5 cm  
2,99

**Fußmatte grau, rutschf. Unterseite**  
60x40 cm  
2,99

**Schutzfangmatte MAGIC CLEAN**  
rutschfeste Unterseite, waschbar  
70x46 cm  
7,99

**5tlg. Putz-Set**  
1 Wischer, 1 Wischer-tuch, 1 Schrubber, 1 Haushaltsbesen und 1 Teleskopstange versch. Farben  
5,99

**Kehrschaufel mit Handfeger**  
versch. Farben, milchig  
1,79

**Kehrschaufel mit Handfeger**  
versch. Farben  
1,29

**Microfaser Putztücher gemischt ca. 1 kg**  
versch. Farben und Größen  
7,99

**WC Bürsten**  
mit/ohne Rand-reiniger versch. Farben  
10 Stück = 2,99

**Haushaltseimer 10L**  
versch. Farben  
1,29

**Bergader Almzeit Weichkäse**  
150 g  
0,99

**Meggle Laugen Bagutte**  
160 g  
0,69

**Milram Quark**  
versch. Sorten 185 g  
0,39

**Ehrmann Grand Dessert**  
versch. Sorten 190 g  
0,33

**Müllermilch**  
versch. Sorten 500 ml  
0,55

**Lorenz Crunchips**  
versch. Sorten 175 g  
0,89

**6 x 1,25L Fanta**  
Mandarine, Mango (o.Z.) oder Lemon (o.Z.)  
\*zzgl. 1,50 Einwegpfand  
3,50

**Heizlüfter**  
mit 2 Heizstufen, Überhitzungsschutz, Kontrollleuchte, Umkippschutz  
2000 Watt  
12,99

**Wand- & Deckenfarbe**  
gut deckend  
10 Liter  
7,99

**Kohleanzünder**  
Holz&Wachs für Grillkohle und Kamin  
32 Stck.  
0,69

**Sofakönigin, Party- oder Urlaubskissen**  
mit 3 Taschen zum Befüllen.  
2,99

**Barschrank**  
weiß, Messingoptik, viel Stauraum & Ordnung, inkl. Glashalter, (BxHxT) ca. 75 x 150 x 46 cm  
STATT 50,00  
39,98

**Kinder Schreibtisch**  
in weiß/natur oder natur, 90 x 54 x 45 cm  
39,50

**Stuhl**  
weiß/natur oder natur, 30 x 60 x 30 cm, Sitzhöhe 30 cm  
25,00

**Kinder Schreibtisch**  
in weiß/natur, mit einem Regal, eine Schublade (BxHxT): 90 x 140 x 55 cm  
39,50

**Stützrad 200/50**  
Ø ca. 48 mm, 150kg, für PKW starkwandiges Stahlrohr, stabile Spindel & Kurbel  
25,00

**Doppelstützrad 200/50**  
Ø ca. 48 mm, 150kg, für Wohnwagen und große Anhänger starkwandiges Stahlrohr, stabile Spindel & Kurbel  
39,98

**Glühlampen-Ersatzkasten**  
H1, H4 oder H7 10-tlg.  
3,49

**Autoverbandtasche**  
nach DIN 13164 erfüllt den 835  
steril verpackt  
8,99

**Warndreieck**  
nach neuesten EG-Richtlinien  
9,98

**Dunlop Scheibenenteisener**  
600 ml  
1,59

**Starthilfe-spray**  
für Benzin- & Dieselmotoren 300ml  
3,99

**Butangas f. Gaskocher 220/227g**  
1kg=9,05/8,77  
1,99

**Batteriepolklemmen Set**  
2 Stück  
1,99

**Kühlerfrostschutz G11**  
bis -30° 1,5 Liter  
2,99

**Scheibenfrostschutz**  
bis -20° 5 Liter  
3,99

**MOS²-Rostlöser**  
löst fest-sitzende Teile 300ml  
4,99

**Unterbodenschutz Spray**  
500 ml  
7,99

**Hirschtalg-stift**  
Gummi-pflegestift 25ml  
3,99

**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 Witzzenhausen/Kleinalmerode  
Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.

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

## Sozialpreis für junge Kameraden

Kinderjugendfeuerwehr Weißenborn mit Sozialpreis ausgezeichnet

Weißenborn – Mit der Gründung im Jahr 2019 ist die Kinderjugendfeuerwehr Weißenborn direkt in die Pandemie gestartet. Doch die Kinder aus den Ortsteilen Weißenborn und Rambach seien so voller Vorfreude und Motivation gewesen, dass Gemeindefeuerwehrwartin Ann-Christin Hahn das Projekt Kinderfeuerwehr nicht einfach pausieren wollte. Für das Engagement und die kreativen Ideen wurde Hahn und die Kinderjugendfeuerwehr Weißenborn vergangenes Jahr mit dem Sozialpreis des Werra-Meißner-Kreises ausgezeichnet.

„Wir hatten längere Zeit gar keine Kinderfeuerwehr, weil es keine Mädchen und Jungen gab, die im passenden Alter waren“, berichtet Ann-Christin Hahn.

Denn eine Teilnahme ist erst ab 6 Jahren möglich. Im Herbst 2019 war es dann endlich so weit: Viele Mädchen und Jugend in Hessens kleinsten Gemeinde waren endlich alt genug und wollten zur Kinderfeuerwehr. Immer mehr Anfragen trudelten bei der Jugendfeuerwehrwartin ein: „Bevor es dann losging, haben wir noch einen Elternabend veranstaltet, Ideen gesammelt und wollten 2020 richtig durchstarten.“ Doch die Pandemie machte dem Plan einen Strich durch die Rechnung.

Motiviert und guter Dinge ließ sich Hahn jedoch nicht von der Pandemie abhalten. „Reguläre Übungen konnten wir wegen der Corona-Regeln nicht machen, aber wir wollten den Draht zu den Kindern nicht verlieren, deshalb mussten wir uns was anderes einfallen lassen.“ Schließlich

wollte man die jungen Mitglieder nicht gleich wieder verlieren.

Und so packte sie mit ihrem Team zusammen Päckchen für die neugewonnenen Mitglieder der Weißenbörner Kinderfeuerwehr, organisierte Corona-konforme Aktivitäten und erntete dafür viel Lob. „Ein Mal haben wir beispielsweise eine Vogelfutterstation zum selber bauen in die Päckchen getan“, erinnert sich Hahn. Besonders gut angekommen sei jedoch die Schnitzeljagd zu Ostern, bei der die Familien eigenständig ihren Parkour ablaufen konnten an der frischen Luft, ohne gegen die Corona-Regeln zu verstoßen.

„Eltern waren sehr froh und dankbar“

Ann-Christin Hahn: „Die Eltern waren sehr froh und dankbar dafür, von extern Ideen für die Kinderbeschäftigung während der Pandemie zu bekommen.“

Sobald die Richtlinien es zuließen, seien sie aber gleich wieder auf gemeinsame Übungen und Unternehmungen umgestiegen. „Bürgermeister Mäurer hat uns da auch bekräftigt. Mit Hygienekonzept und Abstandsregeln war das alles kein Problem.“ Dadurch, dass die Kinder so wieso drei Mal wöchentlich in der Schule Corona-Tests machen mussten, sei das relativ gut umsetzbar gewesen, sagt die Jugendfeuerwehrwartin. Auch sei es wichtig gewesen, die 10-Jährigen bei Laune zu halten, diese seien schließlich auf dem Sprung in die Jugendfeuerwehr gewesen. „Auch das mussten

wir während der Pandemie umsetzen, damit sie nicht abwandern.“

Neun Kinder und 15 Jugendliche sind bei der Weißenbörner Feuerwehr aktiv. Alle hätten sich riesig über den Sozialpreis und die Dotierung von 250 Euro gefreut. „Das kam überraschend, da wir uns nicht selbst nominiert hatten“, sagt Hahn. Die Kinder und Jugendlichen hätten viele Pläne, für was die 250 Euro ausgegeben werden könnten.

„Für die Kinder wären neue Ausrüstungen für Nassübungen toll, die Jugendlichen wünschen sich Übungsgeräte für Inneneinsätze“, so Hahn.

tti

MARKT SONTRAER  
SPIEGEL STADTKURIER  
REGION ESCHWEGE

IMPRESSUM

Herausgeber:  
Wochenzeitungs-Verlag Eschwege GmbH  
Herrengasse 1-5, 37269 Eschwege  
Tel.: 056 51 / 33 59-55

Geschäftsführung:  
Markus Pfromm, Herrengasse 1-5  
37269 Eschwege (zugleich auch ladungs-fähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen)

Anzeigenleitung: Martin Meister  
Anzeigenverkauf: Tel.: 056 51 / 33 59-22  
E-Mail: wochenzeitung@werra-rundschau.de

Redaktion: Markus Pfromm (V.i.S.d.P.)  
Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Strabe 1, 34123 Kassel

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

Anzeigenpreisliste: Nr. 2 vom 1.1.2023

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



Die Region per Rad erkunden: Rad(t)schlag enthält viele Tipps für schöne Touren und nette Raststätten.

ARCHIVFOTO: THORSTEN ESCHTRUTH

# Mit dem Rad(t)schlag auf Tour

## Werratal-Touristik präsentiert Neuauflage des Radwegführers

**Werra-Meißner** – Pünktlich zur Radreisesaison 2023 präsentiert die Werratal-Touristik die Neuauflage der Broschüre Rad(t)schlag zum Werratal-Radweg. Das Werratal sei immer eine Reise wert, teilt Susanne Klinzing für die Werratal-Touristik mit. Vor allem der Werratal-Radweg als einer der beliebtesten Radfernwege Deutschlands werde hoch geschätzt und sei gefragt wie nie.

Zur Vorbereitung der Radreisesaison 2023 und pünktlich zur größten deutschen Publikumsmesse für Tourismus und Freizeit – der CMT in Stuttgart – ist nun die Neuauflage des Reiseführers Rad(t)schlags erschienen.

Der Rad(t)schlag, das

Hauptwerbemittel zum Werratal-Radweg, wird bereits seit zwanzig Jahren von der Werratal-Touristik und ihren Mitgliedern produziert und mit jeder Auflage besser an die Gästebedürfnisse angepasst. Auf knapp 150 Seiten präsentiert die frisch gedruckte Ausgabe die Radweg-Etappen und deren Höhepunkte noch klarer strukturiert als bisher. Übersichtskarten, Höhenprofile, Hinweise zu Anbindungen an den öffentlichen Personennahverkehr sowie Informationen zu Sehenswürdigkeiten und Kultur im Werratal runden den Reiseführer ab. „Er ist somit der ideale Urlaubsplaner und Reisebegleiter für Radtouristen vor Ort“,

so Susanne Klinzing.

Jede Etappe des rund 300 Kilometer langen Radweges von den Quellen im Thüringer Wald bis hin zur Wesermündung in Hann. Münden wird detailliert beschrieben. Ausführliche Portraits der Werratalorte und der sie umgebenden nationalen Naturlandschaften machen Lust auf viele erlebnisreiche Radreisen. Und für die nötigen Pausen gibt der Rad(t)schlag zudem zahlreiche Anregungen für gastronomische Einrichtungen und Unterkünfte.

Da sich der Werratal-Radweg auch zum Rückgrat eines großflächigen Radwegenetzes in Mitteldeutschland profiliert hat, präsentieren sich im Rad(t)schlag auch

erstmalig über zwanzig angrenzende Radwege, die man wunderbar mit einer Reise auf dem Werratal-Radweg verbinden kann.

Der neue Rad(t)schlag wird künftig auf zahlreichen Rad-, Aktiv- und Outdoormessen an interessierte Aktivurlauber ausgegeben und kann gegen eine Schutzgebühr von 7,50 Euro über die Geschäftsstelle der Werratal-Touristik bezogen werden.

**Nähere Informationen und Bestellung** unter: Werratal-Touristik, Hersfelder Straße 4 in 36433 Bad Salzungen, Telefon 0 36 95/86 14 59, E-Mail: info@werratal.de sowie im Internet unter werratal.de

Sicherungsposten (w/m)  
Bediener Warnsysteme (w/m)  
Sicherungsaufsicht (w/m)  
Bahnerder (w/m)

dein alter Job kotzt dich an?  
**bei uns erlebst du bahnbrechendes!**

heute noch bewerben!

06678 919012  
arbeit@bist-du-bereit.com

BDL BAHN DIENSTLEISTUNGEN LUDDLPHI [www.bist-du-bereit.com](http://www.bist-du-bereit.com)

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

**vario TREPPEN**  
aus Holz oder Metall, für innen oder außen, für Alt- oder Neubau  
Breitenbacher Weg 9, 36179 Bebra  
Telefon 06622 9261-0, [www.variotreppen.de](http://www.variotreppen.de)

Wir holen kostenlos Ihr Alt/Schrottfahrzeug ab! Tel: 0172-5605982

**Jakobi Pflege**

- ambulante Pflege
- Hausnotruf
- Essen auf Rädern
- Betreuung
- Hauswirtschaft
- Pflegeberatung

24-Stunden-Telefon  
**0 56 53 / 91 42 71**  
36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3

Kinder brauchen Freunde.

**Zukunft in Kinderhände – mit einem Testament helfen**

Das Deutsche Kinderhilfswerk e.V. setzt sich deutschlandweit für die Belange von Kindern und deren Rechte ein. Mit Ihrem Testament können Sie unsere Arbeit unterstützen. Informationen erhalten Sie von Cornelia Teichmann unter Tel. 030 / 30 86 93 - 23 oder per E-Mail: [teichmann@dkhw.de](mailto:teichmann@dkhw.de)

[www.dkhw.de](http://www.dkhw.de)

**MIKES FAHRSCHULE**

**Jetzt auch in Sontra, Niederstadt 2**  
Informieren Sie sich am 3. Februar ab 14 Uhr bei Kaffee und Kuchen über unsere Leistungen!

- Alle Klassen
- Fahreignungsseminar
- Aufbauseminar Fahranfänger
- Gapelstaplerausbildung nach DGUV
- BKF Aus- u. Weiterbildung

Standorte: Bad Hersfeld, Bebra, Lispenhausen, Heringen, Ludwigsau, Sontra und Obersuhl

**NEU ONLINE CHECK-IN**  
[WWW.MIKESFAHRSCHULE.DE](http://WWW.MIKESFAHRSCHULE.DE)

0151 27268516 • [info@mikesfahrschule.de](mailto:info@mikesfahrschule.de)

acadCERT Zugelassener Träger nach AZAV

**Anzeige**

## Ich will im Winter nicht frieren!

### Zusatzheizung unter der Decke

Fast jeder sucht Alternativen beim Heizen. Der schnelle Umbau oder eine Erneuerung der Heizungsanlage scheitert oft an der Verfügbarkeit neuer, energiesparender Anlagen und an langfristig ausgebuchten Handwerkern. Das Lagerfeuer im Wohnzimmer ist bekanntlich keine Option, scheidet also auch aus. Was lässt sich alternativ und unabhängig zu Gas- oder Ölheizungen einbauen? Wie wäre es mit einer Infrarotheizung? Infrarot sorgt für behagliche Wärme. Wie bei Sonnenstrahlen spürt die Haut diese Wärme sofort. Herrlich! Auch für Hausstauballergiker. Infrarotheizungen können elegant unter Spanndecken „versteckt“ werden. Plameco bietet Dir eine neue, glatte Decke mit integrierter LED-Beleuchtung und Infrarotheizung. Morgen schöner wohnen – ohne

unabhängig heizen mit Infrarot Heizung unter der Decke

Frieren und Bibbern. Deine Decke mit Infrarotheizung können wir noch in diesem Winter montieren. Ruf an oder besuche unsere Ausstellungen in Kassel oder Bad Hersfeld.

**PLAMECO SPANNDECKEN**

**morgen schöner wohnen**  
Plameco Spanndecken  
Homburger Str. 83  
36251 Bad Hersfeld

Sa: 10 - 13  
& nach Vereinbarung

Leipziger Str. 163  
34123 Kassel  
& nach Vereinbarung

Mo, Di, Do, Fr: 13 - 18  
Sa: 10 - 13  
& nach Vereinbarung

**Eine neue Decke mit Beleuchtung nach Wunsch**

Ruf an: 0561-9532674 oder komm in die Ausstellung [plameco.de](http://plameco.de)

# Yoga, Kochen und mehr

Evangelische Familienbildungsstätte präsentiert neues Programm für 2023

**Eschwege** – Vom Elternwerden bis zum Älterwerden – das neue Jahresprogramm der Evangelischen Familienbildungsstätte (FBS) bietet allen Altersgruppen einen bunten Strauß an Veranstaltungen, Aktivitäten und Qualifizierungsmaßnahmen. „Wir freuen uns, dass wir wieder ein ganz normales Jahr planen können“, erklärt Gudrun Lang, Leiterin der FBS. Die vergangenen drei Jahre waren sehr von der Pandemie geprägt gewesen, viele Veranstaltungen konnten entweder gar nicht oder nur digital durchgeführt werden. Letzteres sei zwar eine Alternative, aber der persönliche Austausch stehe doch bei vielen Angeboten im Vordergrund. Und so ist das neue Jahresprogramm wieder so vielfältig und lebhaft wie gewohnt und lädt Klein wie Groß zum Mitmachen ein. „Wir bieten echte Kontakt- und Begeg-

nungsangebote“, freut sich Katja Buchenau. Seit September 2022 ist sie diejenige, die allen Anrufern bei Fragen zur Seite steht und die Kursanmeldungen entgegennimmt. „Wir haben dieses Jahr auch einige Neuheiten“, verrät sie. Neu aufgenommen in die Broschüre wurde unter anderem Yoga für Eltern und Kinder, hier steht das gemeinsame Sport- und Entspannungserlebnis im Vordergrund. Musizieren, Backen und Kochen oder eine Waldkugelbahn bauen: Langeweile kommt bei den Kinderangeboten bestimmt nicht auf. Und auch Eltern oder Erwachsene finden unter den Stichworten Gesundheit, Bewegung, (interkulturelle) Begegnung, Kochen, Handarbeit und Musik vielfältige Beschäftigungsmöglichkeiten. Zudem finden regelmäßige themenbezogene Veranstaltungen – etwa für Alleinerziehende, werdende Eltern oder Computerhilfe – statt. Für Senioren und pflegende Angehörige gibt es Kontakt- und Entlastungsangebote. Hierzu zählt auch der regelmäßig stattfindende Mittagstisch, bei dem Senioren selbst den Kochlöffel schwingen.

„Wir arbeiten eng mit dem Gesunden Werra-Meißner-Kreis zusammen und können durch die Kooperation einige neue Gesundheitsformate anbieten“, sagt Gudrun Lang. Gute Zusammenarbeit finde auch mit dem Werra-Meißner-Lab statt, hier stehe die Digitalisierung und Unter-



**Das „Gesicht“ hinter den Anmeldungen:** Katja Buchenau ist die erste Ansprechpartnerin für alle organisatorischen Fragen. Sie freut sich, dass in diesem Jahr wieder ein abwechslungsreiches Programm für die ganze Familie auf die Beine gestellt werden konnte.

FOTO: MAREN SCHIMKOWIAK

stützung von Senioren im Vordergrund. „Wir haben das Glück, auf ein sehr gutes Netzwerk mit vielen Kompetenzen zurückgreifen zu kön-

nen“, sagt Birgit Elbracht, stellvertretende Leiterin. „Wir suchen aber auch immer nach engagierten Honorarkräften, die ihre Ideen und

Angebote einbringen wollen.“ Für alle weiteren Infos steht, stellvertretend für das gesamte Team, Katja Buchenau unter der Rufnummer

0 56 51/3 37 70 01 gerne zur Verfügung.

**Weitere Infos** und das neue Jahresprogramm gibt es online unter [fbs-werra-meissner.de](http://fbs-werra-meissner.de)

**Flohmarkt  
Metro  
05.02.**

**Flohmarkt**  
Tiefgarage der UNI-KS  
Kassel-Brückenhof  
**4. + 5. Februar**  
Tel. 0172 2883156  
Heinrich-Plett-Str. 40, Kassel  
[www.flohmarktkassel.de](http://www.flohmarktkassel.de)

**Flohmarkt  
Metro  
05.02.**

## „Endlich aufhören mit dem Rauchen!“

Mit einem Kurs kann dieser gute Vorsatz in Erfüllung gehen: Jetzt anmelden

**Eschwege** – „Endlich aufhören mit dem Rauchen!“ Das gehört zu den häufigsten Vor-

sätzen für das neue Jahr – und vermutlich auch zu den am schnellsten gebrochenen. Warum nur ist der Schlusstrich so verdammt schwer? Oft ist ein freier Willensentscheid nicht ausreichend für einen Rauchstopp und dann braucht der Raucher oder die Raucherin Unterstützung durch ein Gruppenangebot. Dies bietet der Gesunde Werra-Meißner-Kreis in Zusammenarbeit mit Rauchfrei-Trainer Harald Nolte an.

Er arbeitet mit dem verhaltenstherapeutischen Gruppen-Angebot „Das Rauchfrei-Programm“. Gruppenangebote sind erwiesenermaßen besonders effektiv: „In einer Gruppe ist die Entwöhnung einfach leichter, weil man sich da gegenseitig bestärkt und sieht: Den anderen geht es wie mir“, erklärt Nolte, der viele Jahre in der Suchtprävention gearbeitet hat.

Das Programm bietet aber auch individuelle Wege aus

dem Tabakkonsum – passend für die jeweilige Situation. Es legt den Fokus auf einen nachhaltigen Erfolg und bietet persönlichen Rückhalt auch nach der Tabakentwöhnung. Elemente sind beispielsweise Selbstbeobachtung, die Analyse des Rauchverhaltens oder das Erlernen von Alternativen zum Rauchen.

Der nächste Kurs „Rauchfrei in sechs Wochen“ beginnt am Donnerstag, 16. Februar, um 19 Uhr danach wöchentlich jeden weiteren Donnerstag bis zum 23. März. Die Kosten belaufen sich auf 180 Euro. Der Kurs ist zertifiziert und alle Krankenkassen erstatten zwischen 50 und 100 Prozent (BKK Werra-Meißner bspw.) Ein Online-Info-Abend findet am Donnerstag, 2. Februar, um 18.30 Uhr statt. Die Zugangsdaten gibt es bei der Anmeldung. **Anmeldung:** Gesunder Werra-Meißner-Kreis - Frau Sieland - 0 56 51/9 52 19 22.



**Kreisversammlung:** 15 Bürgermeister des Werra-Meißner-Kreises waren zu Gast in Wanfried.

FOTO: STADT WANFRIED

## Bürgermeister treffen sich in Wanfried

Erste Kreisversammlung des Jahres

**Wanfried** – Zur ersten Kreisversammlung im neuen Jahr waren die Bürgermeister der 16 Städte und Gemeinden aus dem Werra-Meißner-Kreis ins Wanfrieder Rathaus eingeladen. Gastgeber war dieses Mal Bürgermeister Wilhelm Gebhard, der insgesamt 14 Vertreter begrüßen konnte.

Die Gemeinde Meinhard fehlte entschuldigt, die Kreisstadt Eschwege wurde vom 1. Stadtrat Thomas Große vertreten. Der Sprecher der Bürgermeister, Friedel Lenze aus Berkatal, hatte im Vorfeld der Versammlung eine entsprechende Tagesordnung vorbereitet. So standen das kreisweite Radwegekonzept vom Geo-Naturpark, die beim HLNUG beauftragten Fließpfadkarten für die Kommunen und die Terminplanung 2023 auf der Tagesordnung,

heißt es in der Pressemitteilung.

Unter dem Tagesordnungspunkt „Aktuelles“ sprachen einzelne Kollegen dann noch weitere Themen an, die für sie aber gleichzeitig auch für alle anderen von besonderer Bedeutung sind; so zum Beispiel Fragen zum Brand- und Katastrophenschutz, zum Glasfaserausbau, zur Trägerhaft bei Friedhöfen und bei Kindertagesstätten und einige mehr.

Sowohl Lenze als auch sein Stellvertreter Gebhard betonten nach einer harmonischen Versammlung der Bürgermeister, dass „unter den Bürgermeisterkollegen große Einigkeit bei den wichtigen und komplexen Themen herrsche und man sehr vertrauensvoll, zielgerichtet und parteiübergreifend zusammenarbeite“.

red/tli

Seriöse Fakten aus der Region – schnell, fundiert, umfassend informiert!  
Testen Sie jetzt 14 Tage die gedruckte Ausgabe der **WR**.



**2  
WOCHEN  
GRATIS!**

**WR** **JETZT BESTELLEN**  
unter Telefon 056 51-33 59 55



**Abschied vom blauen Dunst:** Ab Februar gibt es wieder Raucherentwöhnungskurse.

FOTO: JENS KALAENE/DPA

# NORMA®

# Mehr fürs Geld.

ab Montag,  
30. Januar

JETZT ZUGREIFEN! SOLANGE VORRAT REICHT!

**Budweiser Premium Lager**  
20x0,5-l-Flasche,  
0,5-l-Flasche: -,68,  
zzgl. -,08 Pfand  
(1 l = 1,36)

**22% billiger**  
statt 17,60  
**13,60\***

zzgl. 3,10 Pfand  
Aktionszeitraum:  
30.01. bis 05.02.2023

**Maggi Delikatess Sauce**  
Jäger-,  
Tomaten-,  
Rahm-Sauce  
Inhalt ergibt 2x250 ml  
(1 l = 1,58) und  
weitere Sorten  
je 2er-Pack

**38% billiger**  
UVP 1,29  
**-,79\* 2er-Pack**

**Milka Kekse Choco Grain 126-g-Packung**  
(1 kg = 11,83), Choco Cookies 135-g-Packung  
(1 kg = 11,04), Choco Minis oder Choco Wafer  
150-g-Packung (1 kg = 9,93)

**25% billiger**  
UVP 1,99  
**1,49\***

**Kinder Kinder-Riegel mit Sammel-Tasse**  
210-g-Packung  
(1 kg = 28,52),  
10-Stück-Packung

**14% billiger**  
UVP 6,99  
**5,99\***

**10er-Pack + Sammel-Tasse**

**Fertigericht Zwiebel-Hackbraten, Red Thai Curry-Huhn, Huhn süß-sauer**  
375-g-Schale  
(1 kg = 6,37),  
Kasslerbraten oder  
Rinderroulade, 400-g-Schale  
(1 kg = 5,98)  
je Schale

**20% billiger**  
UVP 2,99  
**2,39\***

**Reeva Instant Nudeln Cup**  
Rind- oder Huhn-Geschmack  
ergibt 400 ml,  
400 ml

**14% billiger**  
UVP 1,39  
**1,19\***

**Whiskas Katzenfutter**  
Klassische Auswahl oder  
Geflügelauswahl in Sauce  
24x100-g-Packung  
(1 kg = 2,91)  
je 24er-Pack

**11% billiger**  
zum Vergleich: UVP  
12x100-g-Packung = 3,95  
**6,99\***

**Appel Filetierre Bratheringe**  
in würzigem Aufguss

**23% billiger**  
UVP 2,59  
**1,99\***

**UNSER OBST UND GEMÜSE IST PRÄMIERT!**

ÜBER 120 ARTIKEL STÄNDIG IM SORTIMENT

bilacón eurofins

ILAU GLOBALGAP

**JÄHRLICH PRÄMIERT DLG**  
WWW.DLG.ORG

**Äpfel vom Bodensee**  
Deutschland, Friedrichshafen  
Sorte: Elstar, Kl. I, extra große  
Früchte, Kal. 75/85 + 80/90mm,  
2,5-kg-Beutel (1 kg = 1,04)

**2,59\***

**Premium Speisekartoffeln „Prinzesse Amandine“**  
Frankreich Sorte:  
Amandine, die Prinzessin  
unter den Kartoffeln,  
festkochend, 2,5-kg-Beutel  
(1 kg = 1,20) je Beutel

**2,99\***

**Premium Nasch-tomaten Marokko**  
Sorten: Sweetelle oder Angelle,  
1-kg-Schale (1 kg = 3,99)  
je Schale

**3,99\***

# NORMA® IMMER MEHR FÜR'S GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN – IMMER DER BESTE PREIS

**Aluguss-Topf mit Glasdeckel oder Hochrand-Pfanne „Hamar“**  
in Kupfer oder Schwarz • Aus hochwertigem Aluminium für optimale Wärme-  
leitung und Hitzeverteilung • Pfannen backofenfest bis ca. 150 °C, jeweils mit  
Softtouchgriff • Töpfe backofenfest bis ca. 240 °C (mit Glasdeckel bis ca. 180 °C)  
je Ausführung

**16,99\*** **18,99\*** **21,99\***

**61% billiger**  
UVP 12,99  
je 2er-Set  
**4,99\***

**38% billiger**  
UVP 12,99  
je Küchenschürze  
**7,99\***

**Aloe-Vera Mako-Jersey-Bettwäsche**  
Aloe-Vera Kissen ca. 80 x 80 cm,  
Bezug ca. 135 x 200 cm

**24,99\***

**Aloe-Vera Jersey-Spannbettuch**  
• 100% Baumwolle • Besonders angenehme und  
langlebige Jersey-Qualität • Mit Aloe-Vera-  
Ausrüstung • Steghöhe ca. 30 cm

**8,99\*** **11,99\*** **13,99\***

**Wellness-Fleece-Anzug für Damen oder Herren**  
• Antipilling-Ausrüstung • 100% Polyester  
• Damen-Größen M (40/42) – XXL (52/54)  
• Herren-Größen M (48/50) – XXL (60/62)

**11,99\***

**Ofenhand-schuhe 2er-Set**  
je ca. 17 x 28 cm  
• Oberseite  
100%  
Baum-  
wolle

**Küchen-frottier-tücher 2er-Set**  
je ca. 40 x 60 cm  
• 100% Baumwolle

**Küchenschürze**  
je ca. 70 x 85 cm

**Geschirrtücher 2er-Set**  
je ca. 50 x 70 cm • Extrem  
saugstark • 100% Baumwolle

**Topflappen 2er-Set**  
je ca. 20 x 20 cm  
• Oberseite 100% Baumwolle

**Kopfkissen ca. 40 x 80 cm oder ca. 80 x 80 cm**  
• Bezug: 100% Baumwolle  
• Füllung: ca. 50% weiße Gänsefedern  
und ca. 50% Polyester-Faserkügelchen

**7,99\*** **12,99\***

**Wellness-Fleece-Anzug**  
• Antipilling-Ausrüstung • 100% Polyester  
• Damen-Größen M (40/42) – XXL (52/54)  
• Herren-Größen M (48/50) – XXL (60/62)

**11,99\***

**Wachstuch-Tischdecke**  
mit geprägter Oberfläche • Strapazierfähig und  
schmutzabweisend • Aus robustem PVC  
je Tischdecke

**3,99\*** **4,99\*** **6,99\***

**Kraftstoff-Kanister für Benzin, Diesel oder Zweitakt-Gemisch**  
• Aus robustem HDPE Kunststoff • UN-Zulassung

**4,99\*** **6,99\*** **7,99\***

**Digitales Multimeter**  
• Zum Messen von Spannung,  
Strom und Widerstand und zur  
Prüfung von Batterien, Dioden  
sowie für Durchgangsprüfungen  
3 Jahre Garantie

**12,99\***

**SAE-Qualitäts-Motorenöl**

**SAE 10W-40, 51**  
Qualitativ gleichwertig  
nach EU-Recht gemäß:  
• MB 226.5/229.3 • PSA B71  
2300 Renault RN 0700/0710  
• VW 501 01/505 00  
• ACEA A3/B4  
• API SN (1 l = 5,20)

**25,99\***

**SAE 5W-30, 51**  
Qualitativ gleichwertig  
nach EU-Recht gemäß:  
• BMW Longlife-04  
• MB 229.51/229.52/229.53  
• Opel/Vauxhall OVO  
401547 • Porsche C30  
• VW 504 00/507 00  
• ACEA C3  
• API SP (1 l = 8,-)

**39,99\***

**Trenn-/Schruppscheiben-Set 11tlg. Ø 125 mm**  
3 Jahre Garantie  
In praktischer Auf-  
bewahrungsbox

**5,99\***

**Diamant-Trennscheiben 5tlg.**  
Ø 110/  
115 mm

**Fächerscheiben-Set**  
4tlg.  
Ø 115 mm

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

**NORMA®**

**NEUGIERIG? JETZT SCHON ALLE ANGEBOTE DER NÄCHSTEN WOCHE IN UNSERER APP!**

Hier APP gratis downloaden

[www.norma-online.de](http://www.norma-online.de)



Angebote gültig vom 30.01. - 04.02.2023

Jede Woche erfrischende Angebote!

### St. Bonifatius Bier

diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
1l = 1,00 €



ANGEBOT

9,99

## SERVICE



Ellwangen an der Jagst ist eine charmante Stadt mit vielen Bau- und Kunstschätzen. FOTO: JD-KSTADT ELLWANGEN/ANDI SCHMID

## Von Spiel und Spaß bis Schlosserlebnis

In und um Ellwangen warten auf Familien viele Freizeitmöglichkeiten

Auch in diesem Jahr planen viele wieder einen Urlaub in der Heimat. Wer noch auf der Suche nach einem lohnenswerten Reiseziel für die Familienauszeit ist, sollte sich Ellwangen an der Jagst vormerken.

Die schwäbische Kleinstadt mit dem umliegenden Ellwanger Seenland bietet tolle Highlights - für Wasserräuber und Wanderfreunde, Radausflieger und Kulturliebhaber. Im Ellwanger Seenland liegen gleich sieben Camping-

plätze direkt an den Gewässern. Baden, Surfen und Bootfahren - alles ist dort möglich. Ellwangen selbst lockt mit einer malerischen Altstadt, netten Cafés, interessanten Museen sowie historischen Bauschätzen wie der romanischen Basilika St. Vitus auf dem Marktplatz und dem fürstpröpstlichen Schloss.

Urlaubstipps und Informationen gibt es unter [ellwangen-tourismus.de](http://ellwangen-tourismus.de).

djd-k

### Astra Urtyp

Kasten = 27 x 0,33 l,  
zzgl. 3,66 € Pfand,  
1l = 1,23 €



-31%  
10,99

### Karamalz

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,10 €



-21%  
10,99

### Köstritzer Schwarzbier

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,30 €



45,99  
12,99

### Veldensteiner

Vollbier Hell,  
Kräusen Helles,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,30 €



Angebot  
12,99

### Tyskie

Polnisch für Kenner,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,40 €



-22%  
13,99

### Mooser Liesl Helles

Kasten = 20 x 0,33 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 2,42 €



47,99  
15,99

### König Pilsener

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,10 €



ANGEBOT  
10,99

Aktion!  
+ 1  
Packung  
NicNac's  
GRATIS!

### Heineken Original

Pack = 6 x 0,33 l,  
zzgl. 0,48 € Pfand,  
1l = 2,52 €



5,99  
4,99

### Adelholzer Mineralwasser

diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,67 €



-20%  
5,99

### top frisch Lemonwater

Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,44 €



Angebot  
3,99

### Förstina Oma Elli Limonade

Zitrone, Schwarze  
Johannisbeere,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,89 €



9,49  
7,99



Aktion!  
+ 2  
Flaschen  
GRATIS!

Paulaner Weißbier  
diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,26 € Pfand,  
1l = 1,50 €

48,49  
14,99

Entspricht einem Kastenpreis von 13,63 €

### Heil Apfelsaft, Apfelwein\*

diverse Sorten,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
1l = 1,33 €



-20%  
7,99

### Bad Brückener Schorle

Apfel, Johannisbeere,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 1,00 €



10,99  
8,99

### Rockstar Energy

diverse Sorten,  
koffeinhaltig,  
0,5 l-Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1l = 1,98 €



-41%  
0,99

### Jim Beam Whiskey

diverse Sorten,  
teilweise koffeinhaltig,  
0,33 l-Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1l = 6,03 €



Angebot  
1,99

### Dr. Faust

diverse Sorten,  
0,75 l-Flasche,  
1l = 5,99 €



Angebot  
4,49

### Wodka Gorbatschow Citron

0,7 l-Flasche,  
1l = 8,56 €



Angebot  
5,99

### Förstina Sprudel Mineralwasser

diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 1 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,42 €



ANGEBOT  
4,99

### Aha Excelsior

Kräuter-Liqueur,  
0,7 l-Flasche,  
1l = 15,70 €



12,99  
10,99



Förstina Vital 3, OK  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,78 €

ANGEBOT  
6,99

ERNEUT Wir freuen uns!  
AUSGEZEICHNET.



In Ihrer Nähe:



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

Heurich GmbH & Co. KG • Landwehr 20-26 • D-36100 Petersberg



[www.logo-getraenke.de](http://www.logo-getraenke.de)

## IHR WOCHENHOROSKOP



**WIDDER 21.3.-20.4.** Beklagen Sie sich nicht, wenn es um Sie herum etwas stiller zugeht, tanken Sie stattdessen neue Energie für den nächsten Ansturm. Der kommt garantiert.



**STIER 21.4.-21.5.** Warum trauern Sie noch immer einer Sache hinterher, die Sie nicht mehr ändern können? Blicken Sie nach vorn: Es gibt doch wahrlich genug zu tun!



**ZWILLING 22.5.-21.6.** Vertrauen Sie sich ruhig einem Menschen an: Er wird Sie nicht hängen lassen, sondern alles tun, um Ihnen in der vertrackten Situation beizustehen.



**KREBS 22.6.-22.7.** Deutliche Tendenzverbesserung auf dem Liebesbarometer. Einsatz und Ausdauer haben sich gelohnt. Genussmenschen wie Sie kommen auf ihre Kosten.



**LÖWE 23.7.-23.8.** Sie stehen unter psychischem Stress. Es fällt Ihnen schwer zu akzeptieren, dass nicht alle Menschen von Ihren Vorschlägen begeistert sind.



**JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Mit Frohsinn kommen Sie auch in einer schwierigen Situation gut über die Runden: Behalten Sie Ihre gute Stimmung bei, dann kann nichts schief gehen.

### Wieder fit und schwungvoll werden

(djd-k). Die Deutschen sind oft müde: Bei einer Erhebung des Bettenherstellers Hilding Anders gaben rund 60 Prozent der Befragten an, sich an mindestens zwei bis drei Werktagen pro Woche schläfrig und zu müde zu fühlen. Auch nach einer durchgemachten Corona-Erkrankung wird häufig noch von lang anhaltender Schläfrigkeit berichtet. Eine der Ursachen kann eine unzureichende oder gestörte Zellatmung sein. Stellt der Arzt keine anderslautende Diagnose, sollte man jetzt vor allem versuchen, die Energiegewinnung in den Zellen zu fördern. Dabei kann eine Nahrungsergänzung mit Enzym-Hefe, etwa das Zell Oxygen plus von Dr. Wolz, helfen. Darin sind alle Stoffe enthalten, die für eine gesunde Zellatmung notwendig sind: Aminosäuren, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sowie ein besonders reichhaltiges Spektrum an bioaktiven Enzymen. Nähere Infos unter [www.wolz.de](http://www.wolz.de).



Foto: djd-k/Dr. Wolz/StockPhotoPro - stock.adobe.com



**WAAGE 24.9.-23.10.** Gefahren könnten durch Leichtsinns und Unaufmerksamkeit auftreten. Wer hat Ihnen nur so den Kopf verdreht, dass Sie jetzt so unkonzentriert sind?



**SKORPION 24.10.-22.11.** Sie dürfen nicht immer gleich aufbrausen. Zumal Ihr Zorn bisweilen Menschen trifft, die mit der eigentlichen Sache gar nichts zu tun haben.



**SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Sie sollten es ruhiger angehen lassen und brauchen deshalb keinen Schaden zu befürchten. Planloser Kräfteverschleiß bringt Sie nicht weiter.



**STEINBOCK 22.12.-20.1.** Jetzt wäre es gut, sich von einigen unliebsamen Gewohnheiten zu verabschieden. Genügend Unterstützung und den Willen haben Sie. Also los!

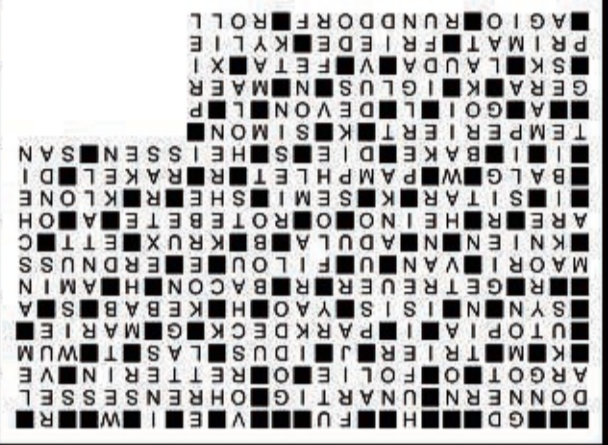


**WASSERMANN 21.1.-19.2.** Durch Ihre stille Beharrlichkeit können Sie jetzt mehr Punkte sammeln, als wenn Sie mit spektakulären Aktionen auf sich aufmerksam machen.



**FISCHE 20.2.-20.3.** Ihre Kondition ist einfach bombig: Dadurch wird Ihre Freizeit bunt und spontaner. Übrigens: Kleine Ruhepausen verlängern diese Phase noch ...

Gewittererscheinung	Unterwelt der altröm. Mythol.	antike Sonnenuhr		ein Mainzelmännchen	Drama von Ibsen	Beschlag für Pferde		Stufe des alpinen Trias	Gattin des Wodan (altdt.)		Mutter der Nibelungenkönige	Stadt in Surinam	Einblick in künftiges Programm	östr. Schriftsteller † 1935	Stockwerke	spanischer Frauenname	fern gelegen	bunte Tanzshow	poln. Autor (Stanislaw) †
						ungezogen (Kind)							Sitzmöbelstück						
				Frauenkurzname		dünnes Plastikblatt					griech. Insel der Sporaden		Helferin aus der Not					chemisches Element	
Gaunersprache (franz.)	Grafschaft in Nordirland		älteste Stadt Deutschlands					Fremdwortteil: falsch	Teil des altröm. Kalenders				span. Mehrzahlartikel			quälendes Nachtgespenst		Zeichentrickfigur von Loriot	
imaginäres Land					ein Orientale		Etage einer Großgarage							Treffer beim Basketball (Mz.)	Frauenname				Eindruck
Fremdwortteil: mit, zusammen			unerlässlich	ägyptische Schutzgöttin				chines. Kaiser (2300 v. Chr.)				schweiz. Musiker (DJ, ...)		orientalisches Fleischgericht				ungarischer Politiker † 1993	englisch: ist
Ureinwohner Neuseelands	äußerste Sorgfalt	Gefolgsmann						bissige Insekten			Frühstückspeck (engl.)				Zugehörteile		organ. Stickstoffverbindung		
			niederl. Adelsprädikat				Sänger der 60er (Paul)	gewiefter Mensch (franz.)					griechischer Buchstabe		tropische Ölpflanze				Stadt bei Valencia
Körperstellung		knappe Unterhose	dt. Schlagersänger					rutschfeste Sportschuhe	ein Knollengemüse			übergroße Frau	Schwierigkeit (ugs.)			dt. Komponist † 1847			
																			Ausruf der Überraschung
100 qm in der Schweiz	Indische Laute					Handarbeitsmaterial	Fremdwortteil: halb					englisches Fürwort: sie			Kfz-Z. Remscheid		genmanipulierte Wesen		
abgezogene Tierhaut			dickes Seidengewebe	Schmäh-schrift								spanisches Grußwort		Teil der Druckmaschine					Fremdwortteil: doppelt
angewärmt	kernig	ein Verkehrszeichen					weiblicher Artikel		ein Lautstärkemaß	einen Namen haben								'heilig' in span. Städtenamen	
								Ort im Jämtland (Schweden)	Kreuzträger Jesu										
Stadt an der Weißen Elster	jüd. Priester in Babylon	hebräisch: Nichtjude		ägyptische Stadt am Nil		Erdzeitalter					Figur bei Ludwig Thoma		Auslandsbleibe (Flucht)						
			Amtsprache in Laos	Schneehütten der Eskimos				französisch: Eisen		Sage, Kunde									
Menschenaffe		östr. Formel 1-Weltmeister					Erbgutträger	griechischer Käse					fegen						
										Vorname der Sängerin Minogue									
Börsenaufgeld			Siedlungsform																



Leser Thema Karneval

Leserthema „Karneval in Reichensachsen“

28. Januar 2023

Beginn der Karnevalskampagne

Freunde des Reichensächser Karnevals kommen dieses Jahr voll auf ihre Kosten

Liebe Freunde des Karnevals, es ist soweit! Endlich beginnt wieder die schönste Zeit des Jahres.

Alle Karnevalisten können sich auf eine tolle Kampagne unter dem Motto „Stars und Sternchen überall – Hollywood beim Reichensächser Karneval“ freuen.

Partysitzung am 4. Februar

Die in den letzten Jahren stets ausverkaufte Partysitzung wird am Samstag, 4. Februar 2023, stattfinden. Im Anschluss an das Programm konnte mit den „Steigerwald Rebellen“ eine Band verpflichtet werden, die im gesamten Bundesgebiet auf zahlreichen Großveranstaltungen unterwegs ist.

Die legendäre Weiberfastnacht geht am Freitag, 17. Februar, über die Showbühne des Reichensächser Bürgerhauses.

Dort wird neben zahlreichen Programmbeiträgen der von der letzten Weiber-sitzung bekannte DJ „Partykönig“ Stephan König aus dem Ruhrgebiet ordentlich einheizen.

Neben der einheimischen Grünen Garde, dem Männerballett „Schoppendales“, diversen Sketchen und Reden dürfen sich die Besucher auch auf einige Pro-



Endlich ist es wieder soweit: Die Reichensächser Karnevalisten kommen in diesem Jahr wieder voll auf Ihre Kosten. FOTO: STEPHAN KÖNIG/NH

grammhighlights und verschiedene Tanzgruppen aus der Region freuen. Der Kinderkarneval findet am 19. Februar statt.

Kartenvorverkauf

Der Kartenvorverkauf hat, wie es sich für Karnevalisten gehört, bereits am 11.11.2022 begonnen. Die Karten können über die Homepage des Reichensächser Karnevals [www.karneval-reichensachsen.de](http://www.karneval-reichensachsen.de) bezogen werden. Auf vielfachen Wunsch ist es auch wieder möglich, Karten direkt in Reichensachsen bei Schreibwaren Siederhagen zu erwerben. Restkarten für Kurzent-schlossene können an der

Abendkasse bezogen werden. Bei allen Veranstaltungen herrscht freie Platzwahl.

Infos zu den einzelnen Sitzungen

• Einlass im Saal bei der Party- und Weibersitzung ist je-

weils um 19 Uhr. Beginn des Programms um 20.11 Uhr. • Einlass zum Kinderkarneval ist um 14.33 Uhr. Beginn 15.11 Uhr • Kartenpreise Partysitzung: 12 Euro Vorverkauf, 13 Euro Abendkasse. • Kartenpreise Weibersitzung: 10 Euro Vorverkauf,

11 Euro Abendkasse • Für den Kinderkarneval zahlen Kinder 1 Euro, Erwachsene 3 Euro Eintritt Die Reichensächser Karnevalisten freuen sich auf zahlreiche Besucher und viele stimmungsvolle Momente. Viel Spaß dabei!

**Bäder Bechthum**  
*Sensation*  
 • Fliesen • Verlegung • Sanitär • Badmöbel  
 Goethering 2 • 37287 Wehretal-Reichensachsen  
 Telefon 05651 9923-0 • Fax 05651 9923-24  
[www.baeder-bechthum.de](http://www.baeder-bechthum.de)  
 E-Mail: [beratung@baeder-bechthum.de](mailto:beratung@baeder-bechthum.de)

Mehr Freude am Fahren!  
**Fahrschule Klaus Krug**  
 Sichere Dir jetzt Deinen Platz.  
  
 Reichensachsen  
 Landstraße 74  
 Telefon:  
 0 56 51/4 03 18  
 Mobil:  
 01 71/6 57 79 00

Wir wünschen viel Spaß beim **Karneval!**  
  
 Kreativ in der Planung, kompetent in der Ausführung!  
 Planen Sie ein neues Bad? Wünschen Sie **Beratung** bei der Renovierung? Suchen Sie **Inspirationen**, um ihr Zuhause schöner zu gestalten oder **moderne Fliesen** und **Materialien** zur Selbstverlegung? Wir, als **langjähriger Meisterbetrieb**, unterstützen Sie gerne dabei. Überzeugen Sie sich von unserem **Leistungspaket**, das wir ganz auf **Ihre Bedürfnisse** zuschneiden.  
 Burggraben 2 • 37287 Reichensachsen • Tel. 05651 992572  
 E-Mail: [info@fliesen-koerber.de](mailto:info@fliesen-koerber.de) • [www.fliesen-koerber.de](http://www.fliesen-koerber.de)



## Landesehrenbrief für außergewöhnliche Leistung

Wölfteröder Siegfried Bogdanski wurde für sein Engagement geehrt

**Wölfterode** – Wer Siegfried Bogdanski kennt, der weiß: Der Wölfteröder ist vielseitig engagiert. Kürzlich hat er den Landesehrenbrief für seine zahlreichen Ehrenämter erhalten. Und darauf ist der 70-Jährige sehr stolz – auch, wenn er damit nicht gerechnet hätte.

Schon immer lag es Bogdanski am Herzen, sich für die Gesellschaft einzubringen. Bereits 1978 trat er der Feuerwehr Wölfterode bei, seit 1983 ist er stellvertretender Kassierer. Auch im Kirchenvorstand und in der Friedhofsverwaltung bringt sich der 70-Jährige ein. Mehr als 20 Jahre engagiert sich Bogdanski außerdem als Ortsvorsteher von Wölfterode. „Ich fühle mich einfach verantwortlich für Wölfterode. Ich möchte den Ort voranbringen und immer das Beste herausholen. Das geht natürlich nur mit der Unterstützung der vielen anderen Helfer aus dem Ort.“ Bevor der 70-Jährige in Rente ging, war er in einer Firma in Richelsdorf zudem Teil des Betriebsrates, des Personalausschusses und als Suchtbeauftragter tätig.

Bogdanski, der eigentlich aus dem Hochsauerlandkreis stammt, zog es von seiner Heimat zunächst nach Nen-



**Ehre, wem Ehre gebührt:** Siegfried Bogdanski und seine Frau Christa freuen sich über den Erhalt des Landesehrenbriefes.

FOTO: JULIA STÜBER

tershausen. Dort spielte er Fußball und arbeitete zudem in einer Kunststoff-Firma. 1975 lernte er seine große Liebe Christa kennen, drei Jahre später heiratete das Paar in Wölfterode und bekam zwei Kinder. Schnell war für den heute 70-jährigen klar, dass er sich auch in Wölfterode einbringen möchte. „Engagement liegt mir einfach im Blut. Ich habe mich immer gefreut, wenn ich anderen Menschen helfen

konnte.“ Und diesen besonderen Einsatz betonten auch die Redner während der Verleihung des Landesehrenbriefes im Sontraer Bürgerhaus: „Wir ehren jemanden, der sich für das Allgemeinwohl und auch für das persönliche Wohl eines jeden Mitmenschen engagiert. Er ist die gute Seele von Wölfterode“, sagte Bärbel Star, die Bogdanski schon seit vielen Jahren kennt. Der Ortsvorsteher sei jemand, der immer

wieder versuche, Jung und Alt zusammenzubringen. Und er kläre auch die unangenehmen Dinge, die in einer Dorfgemeinschaft eben vorkommen. Bürgermeister Thomas Eckhardt und Landrätin Nicole Rathgeber bedankten sich ebenfalls für das besondere Engagement – Menschen wie Siegfried Bogdanski brauche man in einer Gesellschaft.

Doch bei all dem Einsatz für die Mitmenschen: Wie gelang Bogdanski die Vereinbarkeit von Familie, Beruf und Ehrenämtern? „Vor meiner Rente habe ich im Dreischicht-Betrieb gearbeitet. Zeitlich war es nicht immer ganz einfach, oft war es stressig. Trotzdem konnte ich alles unter einen Hut bringen. Ohne meine Frau wäre das aber nie möglich gewesen. Sie hat mir den Rücken freigehalten.“ juh

### ZEUGEN JEHOVAS

Jeden Mittwoch um 19 Uhr und jeden Samstag um 18 Uhr im Kirchengebäude der Gemeinde Sontra: Schlesienstraße 1, Eschwege. Die Gottesdienste finden sowohl als Präsenzveranstaltung und auch per Videokonferenz statt.

### EVANGELISCHE KIRCHE

**Gottesdienste Kirchengemeinde Sontra**  
**Samstag, 28. Januar**

18 Uhr Sontra, Musikalische Vesper mit dem Posaunenchor Sontra

**Sonntag, 29. Januar**

10 Uhr Sontra, Kanzeltausch  
11.15 Uhr Thurnhosbach, Kanzeltausch

**Gottesdienst Kirchengemeinde Berneburg**

10.40 Uhr Berneburg, Kanzeltausch

**Proben/Treffen und Veranstaltungen**

- **Posaunenchorprobe**, montags 20 Uhr, Stadtkirche Sontra
- **Kirchenchorprobe**, donnerstags 20 Uhr, Stadtkirche Sontra
- **Kinderspielkreis**, donnerstags, 10.30 Uhr, Gemeindehaus Sontra

**Kirchspiel Ulfen**

**Sonntag, 5. Februar**

9 Uhr, Wölfterode, Pfarrerin Kathrin Klöpfel  
10 Uhr, Ulfen, Pfarrerin Kathrin Klöpfel  
11 Uhr, Krauthausen, Pfarrerin Kathrin Klöpfel

**Sonntag, 12. Februar**

10 Uhr, Breitau, Prädikantin Anke Schädel  
11 Uhr, Blankenbach, Prädikantin Anke Schädel

### Karneval und Kinderfasching in Heyerode

**Heyerode** – Die SG Pfaffenbachtal lädt ein zum Fasching im DGH in Heyerode. Fasching am Samstag, 18. Februar um 20:11 Uhr und Kinderfasching am Sonntag, 19. Februar ab 14:11 Uhr.

An beiden Tagen ist für ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm und tolle Showeinlagen gesorgt. red

### Kinderfasching in Wichmannshausen

**Wichmannshausen** – Alle Kinder sind herzlich am Samstag, 4. Februar zum Kinderfasching im Dorfgemeinschaftshaus in Wichmannshausen eingeladen. Die Vereinsgemeinschaft Wichmannshausen verspricht jede Menge Spaß und Spiele. Neben Kaffee und Kuchen wird es auch Kochwürstchen geben. Für Stimmung werden unter anderem die Fasching-girls sorgen. Beginn ist um 14.44 Uhr. ulk

### Karneval in Sontra: am 4. und 11. Februar

**Sontra** – Die Hänfelsänger Sontra 1991 e. V. laden herzlich zu den Karnevalsveranstaltungen am 4. und 11. Februar um jeweils 20.11 Uhr im Bürgerhaus Sontra ein. Auftritte wird es unter anderem von der Tanzgarde sowie der Levitation geben. Die Karten sind ab sofort im Vorverkauf bei Bernhard Walter unter 0 56 53/5644 für 12 Euro erhältlich. red

### ORTSVORSTEHER WICHMANNSHAUSEN

**Sprechtage**  
An folgenden Tagen bietet Herbert Cebulla, Ortsvorsteher von Wichmannshausen, Sprechtag an. Diese finden jeweils von 17 bis 18 Uhr im alten DGH statt.

Freitag, 3. Februar  
Freitag, 10. Februar  
Freitag, 17. Februar

Freitag, 10. März  
Freitag, 17. März  
Freitag, 24. März

Freitag, 14. April  
Freitag, 21. April  
Freitag, 28. April

Freitag, 12. Mai  
Freitag, 26. Mai

Freitag, 9. Juni  
Freitag, 16. Juni  
Freitag, 23. Juni

Freitag, 7. Juli  
Freitag, 21. Juli  
Freitag, 28. Juli

### FFW BREITAU

**Seniorenabteilung**  
Die Senioren treffen sich am 6. Februar 2023 um 14 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Breitau.

**Gardziella**  
Brillenhaus-Blankenbach 06627 8686



**Eindrücke der dritten Vesper:** Am kommenden Samstag findet die letzte Vesper statt.

FOTO: JÜRGEN BACH

## Musikalische Vesper

Kirchenchor singt in der Stadtkirche

**Sontra** – Es ist jetzt Singenszeit! So heißt es in der Kantate ‚Das neugeborne Kindelein‘ von Dietrich Buxtehude. Unter diesem Motto stand die dritte musikalische Vesper in der Epiphaniastzeit. Diese wurde vom Kirchenchor Sontra unter der Leitung von Roland Furch und vom Cantatekreis Eschwege unter der Leitung von Susanne Voss gestaltet, die das Publikum in ihren Bann schlugen. Aber auch das Streichquintett Ensemble Accompagnato Kassel, unter der Leitung von Susanne Herrmann hat einen gehörigen Anteil an dem Erfolg dieses Abends. Sie begleiteten die Chöre bei verschiedenen Stücken und präsentierten auch Musik nur für die Streichinstrumente, etwas, was man viel zu lange schon nicht mehr in der Kirche in Sontra gehört hat, wie Pfarre-

rin Doris Weiland betonte. Hier ist sicher die ‚Air‘ aus der Orchestersuite No. 3 von Johann Sebastian Bach hervorzuheben. Ein Musikstück, das einfach nur schön und bewegend ist, das Ruhe in unsere schnelle und laute Zeit bringt und dem sich niemand entziehen kann.

Höhepunkt der Chorvorträge war dann sicherlich die schon erwähnte Buxtehude Kantate, die von den beteiligten Sängern und Instrumentalisten gekonnt vorgetragen wurde und mit lang anhaltendem Applaus belohnt wurde. „So schöne Chormusik habe ich noch nie gehört“, war dann nach der Vesper am Ausgang zu vernehmen.

### Ankündigung

Die kommende und letzte Vesper in dieser Epiphaniastzeit, am Samstag, 28. Januar 2023, wird dann der evangelische Posaunenchor der Sontraer Kirche musikalisch gestalten. red

### STADTVERWALTUNG INFORMIERT

**Veröffentlichung von Ehejubiläen:**  
Ehejubiläen werden nur dann im Stadtkurier veröffentlicht, wenn die Betroffenen dies wünschen und sie ihren Wunsch rechtzeitig, das heißt bitte mindestens drei Wochen vor dem Jubiläumstag, im Vorzimmer des Bürgermeisters mitteilen.

**Berichte für Stadtkurier:**  
Mitteilungen und Berichte für den Sontraer Stadtkurier müssen der Verwaltung montags bis 11 Uhr vorliegen. Später eingehende Meldungen können nicht berücksichtigt werden.

**Goldankauf bei Juwelier Kunze**  
Wir kaufen alten Schmuck, Münzen, Bestecke, Zahngold  
Tel. und WhatsApp 05653-643

**Service von Juwelier Kunze**  
Goldschmiedearbeiten, Reparaturen und Anfertigungen  
Tel. und WhatsApp 05653-643



## Vereinsverzeichnis der Stadt Sontra

Veröffentlichung der Vereine

Sontra – Die Stadt Sontra führt eine Übersicht mit den Ansprechpartnern der Vereine aus Sontra und den Stadtteilen (Vereinsverzeichnis). Die Ansprechpartner der Vereine werden, sobald der Stadt die Einwilligung des jeweiligen Vereins vorliegt, auch kostenlos online im Vereinsportal der Stadt Sontra unter [www.sontra.de](http://www.sontra.de) veröffentlicht. Um das Vereinsverzeichnis jedoch immer aktuell zu halten, ist die Stadt

Sontra auf die Unterstützung der Vereine angewiesen. Da erfahrungsgemäß zu Beginn des Jahres viele Jahreshauptversammlungen mit Neuwahlen stattfinden, bitten wir Sie, uns jede Änderung im Vereinsvorstand in Form eines Formulars mitzuteilen. Das Formular finden Sie auf der Homepage der Stadt Sontra (Formulardepot - <https://www.sontra.de/dienstleistung/formular/id/25385/vereinsangelegenheiten.html>).

## Neujahrsempfang 2023

Schützenverein Mitterode lud ein

Mitterode - Der Schützenverein Mitterode veranstaltete am 15. Januar mit der Ortsvorsteherin Heike Hohmann, dem TTC Mitterode - Gymnastikgruppe - und dem Heimatverein Mitterode einen Neujahrsempfang, zu dem alle Einwohner/innen und die Mitglieder aller ortsansässigen Vereine eingeladen waren. Viele Mitteröder/innen waren dieser Einladung gefolgt.

Als Gäste konnten der Bürgermeister der Stadt Sontra Thomas Eckhardt, Mitglieder des Ortsbeirates und die 1. Vorsitzende des TTC Mitterode Marina Funk begrüßt werden. Im vollbesetzten Jugendraum betonten die drei Redner Manfred Wilhelm, Heike Hohmann und Thomas

Eckhardt den positiven Impuls, in der Stadt Sontra einmalig, dass ein kleiner Ortsteil wie Mitterode, einen Neujahrsempfang ausrichtet. Die Veranstaltung sollte dazu anregen, in diesen für viele nicht einfachen Zeiten, die dörfliche Gemeinschaft, Kameradschaft und Wertschätzung untereinander zu stärken. Nach dem Sektempfang und den freundlichen Worten der Redner stand ein reichhaltiges Buffet zur Verfügung bereit. Sekt, Getränke und Imbiss wurden gespendet.

Es fand ein reger Austausch in harmonischer Atmosphäre statt.

Wir hoffen, dass diese Veranstaltung allen in guter Erinnerung bleibt.

## PROGRAMMVORSCHAU

**Montag, 30. Januar**  
**Stadt- und Schulbibliothek**  
15 bis 18 Uhr, Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16, Sontra

**Dienstag, 31. Januar**  
**AWO-Ortsverein Sontra**  
14.30 Uhr, AWO-Ortsverein, Begegnungsnachmittag im Blickpunkt mit Kaffee- und Spieleangebot in den Räumlichkeiten der Bürgerhilfe, Niederstadt 41, Sontra, auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen

**Mittwoch, 1. Februar**  
**Wochenmarkt Sontra**  
9 bis 13 Uhr, Lecker, lebendig und regional. Der Sontraer Wochenmarkt in der Braugasse mit einem frischen und bunten Angebot an Produkten aus der Region  
**Bürgerhilfe Sontraer Land**  
14 bis 16 Uhr, Bürgerhilfe Sontraer Land, Blickpunkt, Treffen im Cafe FreiRaum für Flüchtlinge, Gastgeber und Interessierte Stadt- und Schulbibliothek 15 bis 18 Uhr, Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16, Sontra

**Donnerstag, 26. Januar**  
**Bürgerhilfe Sontraer Hilfe**  
11 bis 14 Uhr: Mittagstisch für Senioren im Blickpunkt, Niederstadt 41  
**Stadt- und Schulbibliothek**  
16 bis 19 Uhr, Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16, Sontra

## FREIWILLIGE FEUERWEHR BERNEBURG

Die diesjährige Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Berneburg findet am 04. Februar 2023 um 20 Uhr in der Gaststätte Gonnermann statt.

Tagesordnung

1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden
2. Totengedenken
3. Protokollverlesung durch den Schriftführer
4. Jahresbericht des 1. Vorsitzenden
5. Bericht des Wehrführers
6. Bericht der Jugendwarte/Jugendgruppenleiter
7. Kassenbericht
8. Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des gesamten Vorstandes

- a. Neuwahlen
- b. Wehrführung
10. Ehrungen
11. Grußworte unserer Gäste
12. Verschiedenes

Hierzu laden wir alle aktiven und passiven Mitglieder recht herzlich ein. Die aktiven Feuerwehrkameraden bitten wir in Uniform zu erscheinen.

Freiwillige Feuerwehr Berneburg

Gez. 1. Wehrführer  
Christoph Gonnermann

Gez. 1. Vorsitzender  
Marco Engel

## NOTDIENSTE

**ÄRZTE**  
Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst: 11 61 17

**AUGENÄRZTE**  
Notdienstzentrale Eschwege:  
0 56 51/1 92 92

**ZAHNÄRZTE**  
Zahnärztlicher Notfallvertretungsdienst für den Bereich Eschwege: 0180/5 60 70 11 (gebührenpflichtig)

**APOTHEKEN**  
**28. Januar**  
Goldbach Apotheke, An den Anlagen 18a, Eschwege, Tel. 0 56 51/3 13 30

**29. Januar**  
Löwen Apotheke, Am Bahnhof 11, Eschwege, Tel. 0 56 51/3 12 63

**NOTRUF POLIZEI: 110**

**NOTRUF FEUERWEHR/RETTUNGSDIENSTE: 112**

**Rettungsdienste**  
Arbeiter-Samariter-Bund  
Aufträge zu richten über:  
Leitstelle für den Werra-Meißner-Kreis 0 56 51/1 92 22  
Leitstelle für den Kreis Hersfeld-Rotenburg: 0 66 21/1 92 22

**Frauenhaus Eschwege**  
Tel. 0 56 51/3 26 65

**Kinder- und Jugendhilfe**  
Bez.-Verband Hessen-Nord e.V., Mütternotdienst:  
0 56 77/95 85 12

**Hospizdienst Sontra**  
Rufbereitschaft:  
0 56 51/33 83 14

**Strom- und Gasversorgung**  
EAM Netz GmbH  
Kundenservice 0800/3 25 05 32  
Entstörungsdienst  
Strom: 0800/3 41 01 34  
Erdgas: 0800/3 42 02 34

**Wasserversorgung und Abwasserbeseitigung Stadt Sontra**  
24 Std.-Rufbereitschaft  
Wasserversorgung:  
0151/53 85 50 87  
Abwasserbeseitigung:  
0151/53 85 50 74

**Krankenpflege**  
24-Std.-Rufbereitschaft Diakonie Eschwege-Land gGmbH, Hinter der Mauer 20, Sontra (Teamleitung: Heidrun Krause, Pflegedienstleitung: Liane Holzappel) 0 56 58 / 9 32 93

## TREFFEN DER LANDWIRTE

**Ausspracheabend**  
Das nächste Treffen der Landwirte findet am Donnerstag, 2. Februar 2023, um 19.30 Uhr im Hotel Link in Sontra statt. Wie in der Zeit vor Corona wol-

len wir gemeinsam Essen. Für eine bessere Planung bitte eine kurze Rückmeldung an H. Schmidt oder R. Krause. Der Ortslandwirt Schmidt

## DER MÄNNER-CHOR SUCHT MITSÄNGER

Der Männer-Chor sucht noch singbegeisterte junge und junggebliebene Männer für den Region übergreifenden Männerchor. Gern auch mit Instrument Frischer Schwung mit Rock und Pop! Die Übungsstunden finden immer samstags ab 16

Uhr im Pavillon (gegenüber der Sporthalle) in Ringgau-Röhrda statt.

Wir freuen uns über jeden neuen Mitstreiter, die mit uns diesen neuen Weg gehen wollen. Männer traut Euch !!!



Der Männer-Chor sucht neue Mitsänger.

EMBLEM: MÄNNERCHOR

## LANDFRAUEN WICHMANNSHAUSEN

Am kommenden Donnerstag, 2.02.2023 um 19 Uhr laden wir ins Kurt- Reuber-Haus ein. Als Referenten kommen K. Ludwig und M. Fehling. Thema: Wirbelsäulen - Auf-

richtung.

Bei Rückfragen steht Waltraud Schott, Tel.0 56 58/304, gerne zur Verfügung. Es grüßt Euch Der Vorstand

## Die Adam-von-Trott-Schule Sontra stellt sich vor ...



# Achtklässler der AvT Sontra punkten beim Mathematikwettbewerb

Auch beim diesjährigen Mathematikwettbewerb konnten die Schülerinnen und Schüler jeder achten Klasse ihre Mathematikkenntnisse, die sie bis dahin erworben haben, unter Beweis stellen. Im Dezember stellten sie sich Aufgaben zur Prozentrechnung, Flächenberechnung. Sie lösten Zuordnungsaufgaben, formten fleißig Terme und Gleichungen um, ermittelten Wahrscheinlichkeiten etc. Kein Problem war dies für Leon Dietzel und Nils Liese, die punktgleich im Gymnasialzweig Schulsieger der AvT wurden. Im Realschulzweig belegte Tom-Rock Rolicz den ersten Platz und im Hauptschulzweig gewann Jannik Rohrbach. Jahrgangsstufenleiterin Sabrina



Schmauch gratulierte den Gewinnern und freute sich sehr über die guten Leistungen der Schüler. Gemeinsam mit Mathematiklehrerin

Frau Helbach und dem Schulleiter Herr Methe überreichte sie Urkunden und kleine Geschenke an die Schüler. Für den ausstehenden

Kreisausscheid drücken schon jetzt alle fleißig die Daumen. Sabrina Schmauch, Jahrgangsstufenleiterin der Jahrgänge 7 und 8

Eine Gemeinschaftsaktion der Sontraer Schulen, der untenstehenden Unternehmen und des

**MIETWAGEN WITZEL**  
-> Krankenfahrten  
-> Rollstuhltransporte  
-> Dialyse  
-> Chemotherapie  
-> Strahlenbehandlung  
SONTRA  
0 56 53 16 40  
Zulassung zu allen Krankenkassen

**Bachmann**  
Gebäudetechnik GmbH & Co.KG

**Autohaus Lindemann**  
Göttinger Str. 55 · Sontra  
Tel.: 0 56 53 / 97 99 - 0

**Peter Persch ... die Küche!**  
[www.persch-die-kueche.de](http://www.persch-die-kueche.de)

**LANDFUXX**  
LANDFUXX DIETERICH  
Sontra, Tel.: 05653-613

[www.ep-bierwirth.de](http://www.ep-bierwirth.de)

**studiomittelmühle**  
büro für text, grafik und fotografie  
elisabeth mühlender, peter krause  
bahnhofstr. 3, 36285 sontra  
+49-5653 914304, studio-mittelmuehle.de

**Silber Silber**  
Juwelier

**Juwelier KUNZE**  
Sontra, Herrenstr. 22. Tel. 05653 643

**NEUENDORF**  
Haustechnik GmbH  
HEIZUNG • LÜFTUNG  
SANITÄR  
SERVICE 1. Klasse  
Sontra • Tel. 05653/1866

**bocksberger**  
Farben, Tapeten, Bodenbeläge, Hobby  
Sontra, ☎ 05653-8363 • [www.tapeten-bocksberger.de](http://www.tapeten-bocksberger.de)

## SMS aus dem All

Wie Smartphones bald mit Satelliten funken



Die imposanten Fachwerkbauten in Spay sind charakteristisch für die Orte am Rheinbogen.

FOTO: DJD-K/WWW.ERLEBNIS-RHEINBOGEN.DE/WILLI PROBSTFELD

## Auf den Spuren von Kelten und Römern

Der Rheinbogen lädt zu historischen Erkundungstouren ein

Der Rheinbogen ist die ideale Region für Kultur- und Geschichtsinteressierte. Denn er steckt voller historischer Sehenswürdigkeiten. Die Stadt Rhens ist keltischen Ursprungs und erlebte im Mittelalter ihre höchste Blüte.

Davon zeugt etwa der Königsstuhl, ein steinerner Achteckbau, an dem Kurfürsten über die Königswahl verhandelten. Die Stadtmauer ist in großen Teilen noch erhalten. Ihr markantester Teil ist der „Scharfe Turm“, einst

Späh- und Zollturm, später Gefängnis- und Hexenturm. Als besonderes Schmuckstück präsentiert sich das Alte Rathaus, das älteste Fachwerkhaus der Stadt. In Spay lohnen sich ein Spaziergang durch die malerischen Gassen und der Besuch einer Vintothek sowie in Brey des größten antiken Wasserleitungstunnels der Römer.

Infos unter [erlebnis-rheinbogen.de](http://erlebnis-rheinbogen.de).

djd



Richard Wharton ist einer der Mitbegründer der Bullitt-Group.

Bullitt-Mitbegründer Collin Batts (links) zeigt zwei der von Bullitt hergestellten Motorola Defy Telefone mit Satellitenfunk.

FOTOS: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMN

Mit Bullitt und Qualcomm zeigen auf der CES gleich zwei Hersteller Wege für den Nachrichtenversand per Satellit. Sie können nicht nur einen Notruf absetzen, sondern sollen auch SMS versenden. Und das ist erst der Anfang.

Man muss nicht unbedingt in die Wüste fahren, um kein Mobilfunknetz zu haben. Auch etwa in der Eifel, im Brandenburger Norden oder im Segelboot auf der Ostsee ist kein Handyempfang ein bekanntes Phänomen. Doch hier in der Wüste im Westen der Casino-Stadt Las Vegas können wir trotzdem SMS verschicken.

Ohne Verbindung zum Mobilfunknetz funkt das Smartphone vom britischen Hersteller Bullitt einen Satelliten im geostationären Orbit an. Bullitt Satellite Connect (BSC) heißt das System, was hier im Rahmen der Technikmesse CES vorgestellt wird.

### ■ Versorgungslücken schließen

Bullitts Satellitenservice soll noch im ersten Quartal 2023 verfügbar sein. Und die Engländer beschränken sich nicht auf den Einbau in Geräten wie dem Outdoor-Smartphone Moto Defy. Der

Dienst setzt auf gemeinsam mit Chiphersteller Mediatek entwickelte Hardware und eine App namens Bullitt Satellite Messenger. Elektronikhersteller können das lizenzieren und in ihre eigenen Geräte einbauen.

Dass ein Smartphone Inmarsat-Satelliten in 36 000 Kilometern Entfernung anfunken kann, liegt am Mediatek-Chip im Inneren. Er sendet Signale im L- und S-Band. Momentan sind SMS mit 144 Zeichen möglich, außerdem Notrufe auf Textbasis. Und man kann Nachrichten nicht nur senden, sondern auch empfangen.

Kein Dienst für den täglichen Einsatz im Alltag

Der SMS-Versand klappt unter den Testbedingungen in der Wüste an einem wolkenlosen Tag zuverlässig. Knapp 20 Sekunden beträgt die Laufzeit. Laut Bullitt braucht man nur freien Blick zum Himmel. Besteht dann kein Kontakt über das Mobilfunknetz, verbindet sich der Messenger mit dem Satellit. Empfänger erhalten die Satelliten-SMS als normale Nachrichten in ihrer SMS-App, können die Bullitt-App herunterladen und antworten.

Und wer braucht sowas? BSC ist kein System für Groß-

städter. Aber schon bei Wanderungen abseits der Städte, im Urlaub, auf Segeltouren, in den Bergen oder - wie hier in der Wüste - könnte man im besten Fall mit Freunden und Familie in Verbindung bleiben. Oder im schlimmsten Fall Hilfe rufen.

Bullitt-Gründer Richard Walton nennt weitere Szenarien: Rettungskräfte, die auf Verbindung angewiesen sind. Oder Millionen US-Bürger, die während des letzten Hurrikans in Florida für Tage ohne Strom und Mobilfunknetz waren.

Nicht zuletzt kann der Weg über den Satellit gerade für Flächenländer ein einfacher Weg sein, Netzlücken zu stopfen und sich teure Infrastruktur zu sparen. Ist kein Funkmast vorhanden, weicht man auf den Satellit aus. Und die SMS sind erst der Anfang. Walton nennt im Gespräch ambitionierte Ziele. In zwei Jahren sollen Sprachanrufe möglich sein. Auch Datenübertragung ist geplant.

Bullitt ist mit dem SMS-Service über Satellit nicht allein. Apple lässt die aktuellen iPhone 14 mit Globalstar-Satelliten kommunizieren. Aber momentan nur für Notrufe und Positionsangaben. Chiphersteller Qualcomm, ei-

ner der größten Halbleiterhersteller der Welt, hat auf der CES mit Snapdragon Satellite Hardware und einen ähnlichen Dienst vorgestellt.

Mit den Chips der zweiten Generation der Snapdragon-8-Plattform sollen Hersteller Satellitenfunk in ihre Smartphones einbauen können. Qualcomm nutzt für den Versand das L-Band des Iridium-Satellitensystems im niedrigen Erdband, für Notrufe setzt man auf Technik von Garmin. Neben Smartphones könnten künftig auch Notebooks, Tablets, Autos oder andere vernetzte Geräte mit den Satelliten funken.

Abo-Preise für die Satelliten-SMS beginnen bei 5 Euro. Zu Preisen hält sich Qualcomm bedeckt. Man sieht sich als Technologielieferant. Was die Hersteller mit der Hardware und dem Angebot für eigene Services gestalten, bleibt ihnen überlassen.

Bei Bullitt ist man da schon weiter. Je nach Anzahl der monatlichen Nachrichten sind Abos zwischen monatlich knapp 5 und 30 Euro geplant. 250 Nachrichten im Jahr kosten knapp 60 Euro. Empfänger zahlen nichts, auch die Antwort per Satellit geht zulasten der Abonnenten. tmn

### Bekanntschäften

**Liebe Witwe Monika, 67 J.**, ehem. Verkäuferin, mit schöner vollbus. Figur. Bin freundlich u. mag keinen Streit. Suche e. einsamen Witwer bis 80 J. Wenn Sie auch aufrichtig u. ehrlich sind, sind Sie bei mir willkommen. Würde aber auf Wunsch auch jederzeit zu Ihnen ziehen. Rufen Sie schnell üb. PV an. Tel. 0176-34488463

**Andrea, 57 J.**, mit braunen Haaren u. schöner frau. Figur. Bin natur-/musikliebend, mag schmuse u. kuscheln, gemüt. Fernsehabe, liebend gerne kochen. Finde ich hier üb. PV e. lieben Mann, der mit mir das Alleinsein beenden will? Tel. 0152-24910120

**Ursula, 74 J.**, liebev. Witwe, mit Körper u. Geist jung geblieben. Ich mag Volksmusik, fahre routiniert Auto, bin sauber u. ordentlich. Es ist schade um jeden Tag, den man alleine u. ohne Liebe verbringt. Wäre umzugsbereit, wenn Sie es ehrl. meinen. PV Tel. 0176-45986085

**Kartenlegerin Frau Lydia Lange**  
Termin unter WIZ 05542 6139708 o. 0152 21515244

### Verkauf

**Antiquitäten, Kunsttrödel & Spielzeug**  
Tel. 0561 498835

**Größer - noch günstiger - schöner!**  
...hin zu...  
**Kimm!**  
NEUE:  
Wäschetrockner ab € 129,-  
Waschmaschinen ab € 199,-  
Geschirrspüler ab € 199,-  
Einbaugerät mit Cr.-Feld € 239,-  
**Philippstraße 23**  
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!  
**NORBERT KIMM**  
34127 Kassel · Telefon 8 70 03 96  
[www.hinzu-kimm.de](http://www.hinzu-kimm.de)

Waschmaschinen, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE  
Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3,  
34466 Wolfhagen-Ippinghausen, 05692 939472  
Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 9-14 Uhr, [www.tm-store.de](http://www.tm-store.de)

### Ankauf

**NEU - ABHOLSERVICE!**  
**WIR HOLEN IHRE GERÄTE BEI IHNEN ZUHAUSE AB.**  
**money point**  
Friedrichsplatz 6 - ☎ 0561-9701105  
[www.moneypoint-kassel.de](http://www.moneypoint-kassel.de)

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

Modelleisenbahn und Zubehör gesucht. Telefon 05544 912031

### Auto-Ankäufe

**Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen!**  
**0800-186 00 00 (kostenlos)**  
[www.ankaufwohnmobilie.de](http://www.ankaufwohnmobilie.de)

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen  
Tel. 03 94 4 - 36 16 0 - [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de). Fa.

### Stellenangebote

**Fleißige Kollegen (m/w/d) werden immer gesucht!**  
Vielseitiges Tätigkeitsfeld, prima Team, unbefristeter Arbeitsvertrag.  
**Manuel Havel Garten- & Landschaftsbau Bebra und Eschwege**  
[www.havel-galabau.de](http://www.havel-galabau.de)

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

**Anzeigen lesen -  
in Ruhe auswählen.**

**Hospizarbeit**  
in den v. Bodelschwingschen Anstalten Bethel für Menschen am Ende ihres Lebens

**Bethel**

## Ohne Augenzwinkern

In Geschäftsmails auf Smileys verzichten

Im Arbeitsalltag fliegen E-Mails oft schnell hin und her. Doch wer Angebote, Zusagen und Co. per Geschäftsmail statt klassischem Geschäftsbrief verschickt, sollte nicht zu locker schreiben.

Sie lassen sich mit nur einem Klick verschicken. Weniger Mühe sollte man sich mit geschäftlichen E-Mails deshalb aber nicht geben. Denn für sie gelten im Geschäftsverkehr die gleichen Standards wie für Geschäftsbriefe. Darauf weist die Etikette-Trainerin Lis Droste in der „Deutschen Handwerks Zeitung“ hin.

Smileys und Emojis haben deshalb in E-Mails ebenso wenig etwas zu suchen wie im geschäftlichen Brief. Ausnahmen seien allenfalls in Ordnung, wenn der Absender den Empfänger schon „seit der Grundschule kennt“, so Droste.

Auch bei der Anrede orientiert sich die Geschäfts-E-Mail am entsprechenden Brief. Man beginnt mit „Sehr geehrte“ beziehungsweise „Sehr geehrter“. Die offizielle Verabschiedung am Ende sollte „Mit freundlichen Grüßen“ lauten. Wer es etwas lockerer mag, kann auch „Mit besten



**Auf Smileys sollte man in geschäftlichen E-Mails besser verzichten.** Denn hier gelten dieselben Stilregeln wie beim Geschäftsbrief auf Papier.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMN

Grüßen“ schreiben. Die Formeln „Viele Grüße“ oder „Liebe Grüße“ sind jedoch in einem Geschäftsbrief fehl am Platz, so Droste.

Einen Unterschied zwischen Geschäftsbrief und geschäftlicher E-Mail gibt es aber: Bei letzterer stehen die Kontaktinformationen des Absenders ganz am Ende - nämlich in der Signatur. Doch auch hier gilt die Grundregel: Zu viel Schnickschnack besser weglassen.

„Ich würde zum Beispiel kein Foto von mir in der Signatur benutzen“, sagt Etikette-Expertin Droste. Ein Emblem oder Firmenlogo in die Signatur einzubinden sei dagegen kein Problem. Übrigens: Für Geschäftsbrief und Geschäftsmail gilt gleichermaßen: Achten Sie auf eine aussagekräftige Betreff-Zeile. Der Betreff im Geschäftsbrief sollte in einem Satz zusammenfassen, worauf sich das Schreiben bezieht. tmn