

Industriestr. 1
37217 Witzenhausen/Kleinalmerode · Telefon 05542 933960

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo.-Mi. 9-18 Uhr · Do.-Fr. 9-19 Uhr · Sa. 9-14 Uhr

HEIMAT NACHRICHTEN

HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

AFTER WORK PARTY.
29.06.2023 – AB 19:00 UHR

stöber
Glinicke Gruppe

Autohaus Stöber GmbH & Co. KG · Bischhäuser Aue 3 – 37213 Witzenhausen

Wiedersehen
Ehemalige Schüler trafen sich nach 25 Jahren.



Feuerwehr
Scheinwerfer-Spende für Feuerwehr.



Kultur
Kultur im Kreis findet zum 17. Mal statt.



Imkern liegt voll im Trend

Imkerverein Brackenberg kann sich vor Anfragen kaum retten

Hann. Münden – Wie bereite ich ein Bienenvolk auf die Honigsaison vor? Wie kontrolliere ich seine natürliche Vermehrung? Und wie schütze ich Bienen vor der für sie lebensgefährlichen Varroamilbe und anderen Schädlingen?

Antworten auf diese und noch viel mehr Fragen bekommen derzeit die Teilnehmenden eines „Grundlehrgangs Imkerei“, den der Imkerverein Hann. Münden - Brackenberg zum ersten Mal überhaupt ausrichtet.

„Viele Menschen informieren sich mal kurz im Internet und dann fangen sie an zu imkern“, sagt Torsten Diek. Weil man dabei aber viele Fehler machen kann und es sich ja immerhin um Arbeit mit Tieren handelt, schmiedete der Zweite Vorsitzende des Imkervereins Hann. Münden - Brackenberg zusammen mit seinem Vorsitzenden Klaus-Peter Sikora und Vorstandsmitglied Dieter Naujoks einen Plan.

„Wir wollten als erster Imkerverein im Altkreis Münden einen Kurs anbieten, bei dem Interessierte von erfahrenen Imkern zumindest in Grundzügen alles Wichtige rund um die Imkerei lernen können“, sagt Diek.

Auf der Suche nach geeigneten Räumlichkeiten stieß man auf Stefan Eckhardt, den Leiter der Grundschule im Hann. Mündener Stadtteil Hermannshagen. Als Hobby-Imker, der mehrere Imker-AGs an seiner Schule anbietet, erklärte sich Eckhardt sofort bereit, dem Verein diese sowohl für einen Infotag als auch später für den Grundlehrgang zur Verfügung zu stellen.



„Der Kurs orientiert sich jetzt an den Arbeiten, die ein Imker über das gesamte Jahr verteilt zu leisten hat“, sagt Torsten Diek. Das beginne im Frühjahr mit der Kontrolle der Völker auf deren Gesundheitszustand und Stärke, gehe über die Erweiterung des Brutraums und Platz schaffen für den Honig im Frühjahr und die Honigernte im Sommer bis zur Verarbeitung des Wachses im Winter.

„Wir haben sechs Einheiten geplant, bei denen die Teilnehmenden sowohl theoretisch als auch praktisch hören und sehen, was man als Imker so macht“, erzählt Diek.

Dazu gehöre auch die Arbeit mit den Bienenvölkern,

die im Innenhof der Hermannshäger Grundschule ein neues Zuhause gefunden haben. „Wir freuen uns sehr, dass dieser Kurs eine so große Resonanz gefunden hat“, betont Diek.

Mit neun Männern und drei Frauen habe man die maximal vorgesehene Teilnehmerzahl erreicht. „Wir mussten sogar einige Interessierte auf das nächste Jahr vertrösten, wenn wir den Kurs wiederholen werden“, sagt Diek. Die aktuellen Teilnehmenden, die überwiegend aus Berufen kämen, „die dicht an der Natur sind“, seien alle „extrem motiviert und wissbegierig“.

Er gehe davon aus, dass alle sich selbst als Imker probie-



Auch die praktische Arbeit an den Bienenstöcken gehört zum Grundlehrgang Imkerei. Während der erfahrene Imker Dieter Naujoks ohne Handschuhe und Gesichtsmaske arbeitet, sind die Teilnehmer gut geschützt.

ren werden. „Wir haben auch schon einige Anmeldungen im Verein“, freut sich Diek. Aber auch diejenigen, die auf

eigene Faust mit der Imkerei beginnen, könnten jederzeit auf Unterstützung durch den Verein zählen.

Einsatz des Rauchbläfers: Die beiden Kursleiter Torsten Diek und Dieter Naujoks (von links) zeigen den Teilnehmern, wie man mit einem Rauchbläser (auch Smoker oder Bienenpfeife genannt) umgeht, durch den sich die Bienen besänftigen lassen.

FOTOS: PER SCHRÖTER

Keramik-Töpfe
für innen und außen, teils handbemalt

Terrakotta-Töpfe
auch Sondergrößen

Soliotäre mediterrane Pflanzen und vieles mehr ...

ALLES muss raus!

Orchideen Tonn
Blumen und Pflanzen und vieles mehr ...

Neu Eichenberg Lebenshausen (an der B27) · Tel. 05504 1521

Multitalente gesucht
(m | w | d)

Lust auf

- richtig gut beraten?
- besten Service bieten?
- Kunden glücklich machen?

Wir suchen motivierte Teilzeit-/Vollzeitkräfte

Beratung unserer Kunden und **Lieferrn** von Matratzen und schönen Betten



- gründliche Einarbeitung
- exzellentes Betriebsklima
- angenehme Arbeitszeiten

Wir freuen uns auf Sie. Bewerbung gern per Mail: dirk.malecki@betten-kraft.de

Betten Kraft GmbH · Mündener Str. 9
34346 Hedemünden · Tel. 05545 6312

Angebotspreis 20.780,- €*
(*inkl. Fracht-, Überführungs- und Zulassungskosten)

Verbrauch kombiniert 8,7 l WLTP CO₂ kombiniert 198 g/km, WLTP Effizienzklasse F, auf Grundlage der gemessenen CO₂-Emission unter Berücksichtigung der Masse des Fahrzeugs ermittelt.

Dieser City-SUV von BAIC wird Sie begeistern.

- 1,5 l Turbo-Benzinmotor
- 85 kW/115 PS
- 6-Gang-Schaltgetriebe

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

BETTEN KRAFT
SEIT 1912

MATRATZENBERATUNG
auf den Rücken kommt es an!

Mit Rückenmessung
Mo-Do 10-17, Fr -18, Sa -14

Exklusiv! Mo-Do 17-19 Uhr
*Termin außerhalb Öffnungszeiten

TEL: 0 55 45 - 63 12
WWW.BETTEN-KRAFT.DE
Mündener Str. 9 · 34346 Hedemünden
Mo-Do: 10-17 h · Fr: 10-18 h · Sa: 10-14 h

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1
SONNTAG - SAMSTAG
25.06.-01.07.2023

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

Unsere Angebote vom 29.06. bis 01.07.2023

Fleischkäseaufschnitt	100 g	1,29 EUR
Jagdwurst	100 g	1,49 EUR
Grillbauch	kg	9,90 EUR
Schnitzel	kg	9,90 EUR

Freitag:
½ Hähnchen
6,00 Euro/Stck.

Fleischerei Fleckenstein
... mehr weiß, was es hier kommt!
SÄLZERSTR. 3 | Großalmerode
Tel. 05604 5801
info@fleischerei-fleckenstein.de

Die Wiedersehensfreude war groß

Ehemalige Schüler der Werra-Realschule trafen sich nach 25 Jahren

Gimte – Vor 50 Jahren haben die ehemaligen Schülerinnen und Schüler aller drei zehnten Klassen der Werra-Realschule in Hann. Münden ihre Abschlusszeugnisse in Empfang genommen. Am Samstag trafen sie sich nach 25 Jahren in der Gaststätte Schilly in Gimte wieder. Da war die Wiedersehensfreude natürlich groß, denn es war erst das dritte Treffen (15 und 25 Jahre) nach der Schulentlassung.

33 Frauen und Männer waren angereist, viele aus dem näheren Bereich wie Kassel, Hofgeismar, Northeim und Hann. Münden, aber auch aus Hamburg und Düsseldorf. Grüße überbrachte Organisator Michael Höhne von einem Klassenkameraden, der in Kanada lebt. Zusammen mit Gudrun Riese und Michael Kahle hatte Höhne das Treffen organisiert. Die Idee des Wiedersehens kam, als sich Michael Höhne und Gudrun Riese mit ihren Ehepartnern zufällig an der Tillyschanze getroffen haben. Auch Grüße von den ehemaligen Lehrern Uschi Senff und Otto Langkopf kamen bei den Ehemaligen gut an.



Vor einem halben Jahrhundert haben sie die Schule verlassen, jetzt trafen sie sich wieder und hatten einige sehr schöne Stunden. Im Vordergrund die Organisatoren Michael Höhne, Gudrun Riese und Michael Kahle.

FOTO: PETRA SIEBERT

Als sich nach einigen Minuten alle wieder erkannt hatten, ging es los, Erinnerungen auf den Tisch zu bringen. „Ach, was habe ich damals für unseren Klassenlehrer Egbert Henkel geschwärmt“, meinte eine Ehemalige, und viele andere nickten zustimmend. Henkel war damals einer der jüngsten Lehrer an

der Schule. Auch auf den Rektor Harm Aissen kam die Sprache und alle waren sich einig: Er war sehr streng, aber gerecht. „Ich erinnere mich noch daran, als ich in der Schule geraucht habe“, erzählte eine Frau. Der Lehrer „Charly“ Gurtmann habe sie wohl beobachtet und als er in die Nä-

he kam, habe sie die Hand mit der Zigarette in ihrer Hosentasche versteckt. „Der hat mich so lange in ein Gespräch verwickelt, bis meine Finger heiß wurden und die Hose zu qualmen begann, da habe ich die Hand aus der Tasche genommen“. Er habe dann nur gesagt, sie solle das Rauchen in der Schule unter-

lassen. Andere erzählten vom Musikunterricht bei Lehrer Seidel. „Wir mussten immer vor der gesamten Klasse vorsingen und das war ganz schrecklich, meinte eine der ehemaligen Schülerinnen. „Und ich habe einen Klassenbucheintrag von der Handarbeitslehrerin Luckfiel bekom-

men, weil ich eine Handarbeit zu Hause und nicht in der Schule fertigmacht habe“, erinnerte sich eine andere Frau.

Auch vor Ohrfeigen schreckten die Lehrer damals nicht zurück, einige der damaligen Schüler haben das zu spüren bekommen. Und das aus fadenscheinigen Gründen, wie beispielsweise zu dicht an einer Lehrerin vorbeigelaufen oder sich beim Rückgang aus der Pause vorgedrängelt haben. So jagte eine Geschichte nach der anderen durch die Reihen.

Alles in allem haben die ehemaligen Realschüler die Schulzeit in guter Erinnerung behalten, besonders der Zusammenhalt untereinander war großartig.

Um dem Organisationsteam die Auslagen zu erstatten, wurde von den Ehemaligen eine Sammlung angelegt, dabei kamen 150 Euro zusammen.

Das Team wollte das Geld nicht annehmen, „Wir haben das gerne gemacht“, sagte Höhne.

So beschlossen die Drei, das Geld dem Hospiz zu spenden.

zpy

www.rb-becker.de

becker

ab Mo, den 26.06.2023

Erdbohrer GE2200
2-Takt-Motor, 2,2kW
3 PS / 52 cm², inkl. 3 Bohrer
Ø: 100 / 150 / 200 mm,
Länge: 800 mm,
179.50

Benzin-Freischneider GFS 1503 B
Wirbelblatt & Sternblatt, Fadenspule,
inkl. Tragegurtsystem, 1,5/2,0 (kW/PS),
51,7 cm²
129.50

Elektro-Heckenschere HS 620
2-Hand Sicherheitsschalter, gegenläufige
Messer, beidseitig schneidend,
8-fach neigbarer Schneidkopf
39.98

Fiskars Spitzspaten
Spatenblatt aus Stahl, 105 cm
15.00

Fiskars Schaufel Xact L
Schaufelblatt aus
Stahl, 132 cm
29.98

Fiskars Getriebe-Heckenschere HSX92
63 x 16,5 x 3 cm, für
Rechts- und Linkshänder
39.98

Einschlaghälsen
91 x 91 x 750
600 x 1,8 mm, Stahl feuer-
verzinkt
5.00

Schwarzwälder-Schinken
geschnitten,
ca. 300 g
100 g 0.99

Serano Schinken
geschnitten,
ca. 200 g
100 g 1.19

Bergader Bavaria Blue
140g
1.11

Castello Höhlenkäse
am Stück
250 g
2.49

Gewalzte Bandnudeln
versch. Sorten
mit frischen Eiern 500g
1.29

Knorr Fix
versch. Sorten
30-63 g
0.39

Coca-Cola "Rosalia" Edition
Limited Edition
Flavour
ohne Zucker
0,25L
0.25*

Gerätehaus Newton
Witterungsbeständig & langlebig, Material
Evotech, abschließbare Doppeltürlösung

KETER

Newton 7 x 7
228 x 223 cm
948511 - braun
947899 - anthrazit
499.50 je
II. Wahl

Newton 9 x 7
228 x 287 cm
948512 - braun
947201 - anthrazit
599.50 je
II. Wahl

Newton 11x7
228 x 350 cm
947534 - braun
946655 - anthrazit
899.50 je
II. Wahl

Tierkissen mit Kühlfunktion
76 x 53 x 7 cm
9.98

Solarlicht mit Vogeltränke
in Steingrau oder
Bronzeoptik,
ca.: 39x39x98 cm
aus Kunststoff
19.98

Idyllische Vogeltränke
Rostoptik, Maße:
ca. 50x50x81 cm
aus Kunststoff
19.98

Flaschenkühler Champagne
Metall, H 21cm,
Ø 20 cm
9.98

Flaschenkühler Cheers
Glas, H 21 cm,
Ø 21 cm
2.99

Flaschenkühler Wine
Metall, H 19 cm,
Ø 12 cm
9.98

Ritzenhoff & Breker

Trinkset-3tlg.
Glas, 1 Ka-
raffe (1,2L),
2 Trink-
gläser
360ml
3.99

Longdrinkglas
380 ml
0.99

Trinkglas Milk
250 ml
0.59

Eiswürfelformen
versch. Motive
1.49 je

Schicke Glaskaraffe
ca. 1L Glas,
Edelstahl Deckel,
inkl. Sieb um Obst
und Eiswürfel
zurückzuhalten
7.99

Eis-/Dessertschale "Pisa"
300 ml,
Glas
1.49

Geschirr aus Hartglas
Es ist stoß-, schlag- und bruchresistenter sowie kratzresistenter als Porzellan.

Teller **0.99**

Teller tief **0.99**

Teller flach **1.29**

Schale **1.29**

Premium Teichsticks
3,5 l
1.99

Springbrunnenpumpen-Set BG-SBP 50
rostfreiem Edelstahl,
max. 1750 l/h,
Höhe max. 2m
25.00

Schmutzwasser-Tauchpumpe GS4001
Fördermenge max.
8000l/h, Förder-
höhe max. 5m
29.50

Kescher
fein,
ca. 1 m
1.99

Flex-Gartenschlauch
15 m, inkl. Hal-
terung & Sprühstole
7.99

Gartenschlauch-Set
51g: Spritzstole,
Kuppelungen,
20 m Schlauch
9.98

WIZ/Kleinmerode
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/Kleinmerode
Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise in € und 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



Podcast „Wortwechsel“: Lehrer Gerrit Stieff (von links) mit Landrätin Nicole Rathgeber und Fabio Schinkel (Schinkels Brauhaus Witzenhausen).

FOTO: BERUFLICHE SCHULEN ESCHWEGE

Digitalisierung als Chance

Podcast „Wortwechsel“ der Beruflichen Schulen startet

Eschwege/Witzenhausen – Die Digitalisierung hat längst Einzug in den Alltag gehalten und verändert nahezu alle Bereiche des Lebens. Doch welche Möglichkeiten und Risiken bietet sie speziell für den Werra-Meißner-Kreis und das Leben auf dem Land? Der Podcast „Wortwechsel“, produziert in der digitalen Lernwerkstatt der Beruflichen Schulen Eschwege, wirft einen Blick auf den Stand und die Entwicklung des digitalen Transformationsprozesses im Kreis.

Die Idee zum Podcast hatte Gerrit Stieff, Lehrer an den Beruflichen Schulen in Eschwege.

Sie entstand während der Gründung der digitalen Lernwerkstatt an den Beruflichen Schulen, die nahezu zeitgleich mit der Etablierung des Werra-Meißner-Labs stattfand. „In dieser Zeit ist viel zum Thema Digitalisierung passiert und mich interessiert einfach, welche Fortschritte und Veränderungen sich in diesem Zusammenhang im Kreis ereigneten“, sagt Stieff.

Gemeinsam mit Landrätin Nicole Rathgeber wurde ein

Konzept zur Produktion entwickelt. Die Landrätin unterstützte die Idee nicht nur als Gast des Podcasts, sondern knüpfte auch Kontakte zu anderen Podcast-Teilnehmern wie zum Beispiel dem Werra-Meißner-Lab, das wiederum Unterstützung bei der Produktion anbot.

Insgesamt wurden bisher fünf Podcast-Folgen produziert, die ab Sonntag, 18. Juni, wöchentlich auf dem YouTube-Kanal der Beruflichen Schulen Eschwege sowie auf Spotify unter dem Titel „Wortwechsel: Podcast des Werra-Meißner-Kreises“ veröffentlicht werden.

Zu Gast sind zum Beispiel Fabio Schinkel von Schinkels Brauhaus aus Witzenhausen, Dirk Rudolf als Leiter des Medienzentrums zusammen mit Luca Schneider als Sprecher des Kreis-Schülerrates und Curtis Große als Projektmanager des Werra-Meißner-Labs.

„Es war uns wichtig, einen Querschnitt der Gesellschaft einzuladen“, betont Gerrit Stieff. Der Podcast bietet so eine Plattform für Experten, Bürger, Bildungspartner und Unternehmen, die ihre Per-

spektiven und Erfahrungen mit der Digitalisierung im Werra-Meißner-Kreis einbringen.

red/esp



HEIMAT NACHRICHTEN
HANN. MÜNDEN WITZENHAUSEN
IMPRESSUM

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

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

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

Anzeigenverkauf:
Tel.: 05 61 / 203 17 23
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: VTS Nord GmbH
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel,
Tel.: 05 61 / 92 09 40
E-Mail: vertriebsleitung@hna.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 vertriebsleitung@hna.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

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

Scheinwerfer für Feuerwehr

Spende an die Neu-Eichenberger Brandschützer

Neu Eichenberg – Nicht jedes Feuerwehr-Fahrzeug verfügt über tragbare Scheinwerfer – so auch bei der Feuerwehr in Neu-Eichenberg. Um dies zu ändern, haben die Brandschützer kürzlich ein LED-Beleuchtungssystem von der Sparkassen Versicherung (SV) Kommunal gespendet bekommen.

Anspruchsvolle Aufgaben

„Die Aufgaben der Feuerwehren werden immer vielseitiger und anspruchsvoller“, sagt Andreas Haas von der SV Kommunal, der die Beleuchtung an Bürgermeister Marcus Stolle und Wehrführer Sascha Rappe übergeben hat, laut einer Mitteilung. Sparkassen Versicherung und SV Kommunal hätten sich daher entschlossen, die Feuerwehren der Kommunen, die bei der SV versichert sind, mit einem akkubetriebenen LED-Beleuchtungssystem zu unterstützen, das einen Wert von rund 1100 Euro hat. „Die multifunktionalen LED-Beleuchtungssysteme



Neue Ausstattung: Andreas Haas von der SV Kommunal (von links) übergibt die Beleuchtung an Bürgermeister Marcus Stolle und Wehrführer Sascha Rappe.

FOTO: PRIVAT

kommen immer dann zum Einsatz, wenn es mit der Lichtversorgung schwierig wird.

Bei Einsätzen, bei denen die Stromversorgung eine Herausforderung ist, zum Beispiel bei Hochwasser, und in unwegsamem Gelände – zum Beispiel im Wald und auf Dächern – schaffen diese akkubetriebenen, leistungsstarken Geräte Abhilfe. Einsatzstellen können mit den LED-Handscheinwerfern ohne zusätzliche Stromquellen optimal ausgeleuchtet werden.“

Mit der Spende sollen die Einsatzfähigkeit der Feuerwehren gestärkt und der

kommunale Haushalt entlastet werden, heißt es weiter in der Mitteilung.

Knappe Haushaltslage

„So ein Beleuchtungssystem können wir für die Feuerwehr gut gebrauchen“, sagt Bürgermeister Marcus Stolle. Gerade angesichts der knappen Haushaltslage sei er dankbar, dass die Sparkassen Versicherung die Feuerwehren unterstützt.

Und: Zum Einsatz gekommen sei das neue Beleuchtungssystem „zum Glück“ noch nicht.

Bis 2026 plant die SV, mehr als 800 versicherten Kommunen ein LED-Beleuchtungssystem zu spenden – mit einer Gesamtinvestition von fast einer Million Euro.

nde

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

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

Antiquitäten, Kunsttrödel & Spielzeug
Telefon 0561 498835

Witzenhäuser
Nachhilfe
www.witzenhäuser-nachhilfe.de

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



unabhängig heizen mit Infrarot Heizung unter der Decke

mit integrierter LED-Beleuchtung und Infrarotheizung. Morgen können wir noch in diesem Jahr schön wohnen – ohne Frieren und Bibbern. Deine Decke mit Infrarotheizung können wir noch in diesem Jahr montieren. Ruf an oder besuche unsere Ausstellungen in Kassel oder Bad Hersfeld.

PLAMECO
SPANNDECKEN

Eine neue Decke mit Beleuchtung nach Wunsch

morgen schöner wohnen
Plameco Spanndecken
Homburger Str. 83 Sa: 10 - 13 Leipziger Str. 163 Mo-Fr: 13-18 Uhr
36251 Bad Hersfeld & nach Vereinbarung 34123 Kassel Sa: 10-13 Uhr

Ruf an: 0561-9532674 oder komm in die Ausstellung plameco.de

Neuer Vorstand für die Handballer

Dirk Zeidler ist nun Vorsitzender beim HSC Landwehrhagen

Landwehrhagen – Der Handball-Sport-Club (HSC) Landwehrhagen wählte vor Kurzem den neuen Vorstand für die kommenden zwei Jahre. Das berichtet Sebastian Bornmann, der für die Pressearbeit des Vereins zuständig ist. Über 40 Mitglieder trafen sich am Vormittag in der Sporthalle Landwehrhagen und wählten Dirk Zeidler zum neuen Ersten Vorsitzenden des zweitgrößten Vereins der Gemeinde Staufenberg, so Bornmann. Die bisherige Erste Vorsitzende Ellen Kühne machte nach zehn Jahren für den neuen Vorsitzenden Platz, unterstützt als Zweite Vorsitzende an der Spitze und zeigt sich weiterhin verantwortlich für die Finanzen. Dritter Vorsitzender war und bleibt Andreas Schäfer.

Komplettiert wird der Vorstand durch Kerstin Löber (Mitgliederverwaltung), Martina Kupke (Schriftführerin), Carsten-Tobias Bauer, Christoph Krischmann, Daniel Reiners (Marketing und Medien), Sebastian Bornmann (Presse und Öffentlichkeitsarbeit), Jens Header, Mario Groß (Handballsport), Nicole Spangenberg, Zita Alex, Kathrin Schäfer (Handballsport Jugend), Heiko Schütze, Winfried Schütze und Cornelia Smudel (Organisation und Catering). Geehrt wurden außerdem Achim Schäfer für 40 Jahre und Willfried Aselmeyer für 25 Jahre Mitgliedschaft. „Die Corona-Zeit hat der Verein mit über 180 Mitgliedern fast schadensfrei überstanden“, berichtete Kühne. Man habe viele Neuzugän-

ge, eine Herausforderung sei es aber weiterhin, Jugendliche über ein gewisses Alter hinaus zu halten. Dafür hätte man aber aufgrund der starken Nachfrage eine zweite „Mini-Sparte“ gründen können, was überaus erfreulich sei. Besonderen Fokus legen Verein und Vorstand allerdings auf die große Jubiläumsfeier 2024. Dann wird der 1949 gegründete Verein nämlich 75 Jahre alt. „Drei Tage lang feiern wir mit Umzug, Party und Kommer im großen Festzelt die bewegte Geschichte des HSC und wir freuen uns darauf, ganz Landwehrhagen und Staufenberg bei uns begrüßen zu dürfen“, erklärt Dirk Zeidler. Das Jubiläum wird vom 7. Juni bis 9. Juni 2024 in Landwehrhagen gefeiert. jed

Welt-Kontinenz-Woche:

Alloheim Senioren-Residenz „Geriatric Zentrum Rhenanus“ sorgt durch Aufklärung und Unterstützung für mehr Lebensqualität

Bad Sooden-Allendorf. Rund zehn Millionen Menschen sind in Deutschland von Inkontinenz betroffen. Doch trotz dieser hohen Zahl ist es noch immer ein Tabu-Thema, über Probleme beim Halten von Stuhl oder Harn zu sprechen. Nicht so in der Alloheim Senioren-Residenz „Geriatric Zentrum Rhenanus“. Dort gehen die Experten offensiv mit der Erkrankung um und steigern so die Lebensqualität ihrer Bewohner. Zur Welt-Kontinenz-Woche, die vom 19. bis 25. Juni stattfindet sowie zum Inkontinenztag am 30. Juni, gibt die Einrichtung Tipps zu Prävention und Therapie.



Alloheim CEO Dr. Steffen Hehner weiß aus Gesprächen mit Bewohnern, wie unangenehm diesen ihre Kontinenz-Probleme sind: „Viele von ihnen vermeiden es, auszugehen. Sie ziehen sich zurück und reduzieren ihre Kontakte. Das Thema ist sehr schambefahet. Dabei gibt es Hilfsangebote, die den Umgang mit diesem Leiden erleichtern. Daher sprechen unsere engagierten Mitarbeiter dieses Thema sensibel, aber offensiv an.“

Residenz bietet ausreichend Hilfsmittel an
Helena Klässig, Leiterin der Einrichtung „Geriatric Zentrum Rhenanus“, erläutert, wie ihr Haus dabei vorgeht: „Wir arbeiten eng mit Fachärzten aus der Region zusammen. Zunächst kommen unsere Mitarbeiter mit den Bewohnern ins Gespräch. Kristallisiert sich hier Handlungsbedarf heraus, vermitteln wir den Kontakt. Ob unkontrollierter Harnverlust oder Probleme beim Halten von Stuhl, beides lässt sich medizinisch zum Beispiel durch Medikamente oder Reizstrom gut therapieren.“ Gleichzeitig sorgt die Einrichtung dafür, dass ausreichend Hilfsmittel bereitstehen. „Das erleichtert unseren Bewohnerinnen den Alltag und ermöglicht es ihnen, wieder stärker an gemeinsamen Aktivitäten teilzunehmen und diese auch zu genießen.“

Vorbeugen ist wichtig
Mit Bewegung und ausgewogener Ernährung kann der Inkontinenz vorgebeugt werden. Dafür hat Klässig diese Tipps parat:
• **Beckenbodentraining:** „Junge Mütter haben nach einer Geburt oft einen schwachen Beckenboden. Hier hilft es, mit gezielten Übungen die Beckenbodenmuskulatur zu trainieren, um sich so vor einer späteren Harnschwäche zu schützen.“

- **Viel trinken:** „Wer unter Inkontinenz leidet, trinkt oft weniger. Dabei ist genau das Gegenteil richtig, denn Schadstoffe müssen aus der Blase gespült werden.“
- **Richtige Ernährung:** Eine ballaststoffreiche Ernährung mit vielen Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen, Samen, Obst und Gemüse kann bei Stuhlproblemen helfen. Denn sie regt den Darm an.“

Alloheim Senioren-Residenzen suchen die besten Köche für gesunde Ernährung

Wie wichtig Alloheim die gesunde Ernährung ist, zeigt ein eigener Wettbewerb zu diesem Thema. Noch bis zum 14. September läuft deutschlandweit die Alloheim Küchenolympiade. Küchenteams und Hauswirtschafts-abteilungen der rund 250 Häuser sind aufgerufen, moderne, leichte und gesunde Gerichte zu kochen. Eine Jury unter Leitung des Sternekochs Holger Stromberg wird die leckeren Ergebnisse bewerten.

Kontakt: Alloheim Senioren-Residenz „Geriatric Zentrum Rhenanus“
Helena Klässig, Am Gradiwerk 4, Bad Sooden-Allendorf,
Tel. 05652 919350, bad-sooden-allendorf@alloheim.de, www.alloheim.de

Anzeige



Paulas Traum

13-Jährige erfolgreich bei hessischem Schreibwettbewerb

Großalmerode/Helsa – Es ist ein dickes Buch, das Paula Siebert in den Händen hält. Ein Buch, in dem sich alles um Träume dreht. Enthalten ist auch ein Text von ihr. Denn die 13-Jährige gehört zu den 100 Sechs- und Siebtklässlern, die sich kürzlich beim hessischen Schreibwettbewerb der Stiftung Handschrift unter rund 9500 Einsendungen durchgesetzt haben.



Ein Buch mit den 100 besten Beiträgen und eine Urkunde hat Paula Siebert erhalten.

FOTO: NICOLE DEMMER

sagt Paula. Ihre Klassenkameraden haben ihr dann auch gratuliert.

Für die 13-Jährige ging es nach Wiesbaden, wo sie unter anderem von Kultusminister Prof. Alexander Lorz prämiert wurde.

Ihr Gefühl für Sprache hat sie, weil sie gerne liest, vermutet Paula, die sich auch ehrenamtlich in der Schul- und Stadtbücherei engagiert – „Bücher sind meine Welt.“ Aber nicht nur in Deutsch, auch insgesamt ist sie gut in der Schule, betont Schulleiter Christoph Matt. Insgesamt sei Paula – auch wegen ihres Verhaltens – ein „Glücksgriff als Schülerin“. Und vielleicht gibt es ja mal wieder einen Schreibwettbewerb, bei dem das Thema passt, „dann bin ich wieder dabei“, sagt Paula.

Als ihre Lehrerin dann ins Klassenzimmer kam und ihr gratulierte, habe sie es nicht gleich verstanden. „Aber dann habe ich es gecheckt“,

red
Info: Paulas kompletten Brief gibt es in dem entsprechenden Beitrag unter hna.de/lokales/witzenhausen/

Kinder lernten Bauernhof kennen

Lippoldshausen – Wächst Joghurt am Strauch oder woher kommt es? Das war die Frage, der die Kinder der ASB-Kindertagesstätte Lutterberg zusammen mit den pädagogischen Fachkräften kürzlich nachgegangen sind. Dafür machten sie einen Ausflug auf einen Bauernhof in Lippoldshausen. Davon berichtet Antje Carina Schumache, ASB-Kreisverband Göttingen-Land.



Tiernachwuchs: Die ASB-Kitakinder aus Lutterberg durften beim Bauernhofbesuch in Lippoldshausen einem Lamm die Flasche geben.

FOTO: ASB GÖTTINGEN-LAND

„Unsere Intention war es, den Kindern zu zeigen, wo die Milch, die für Joghurt benötigt wird, herkommt“, erklärt ASB-Mitarbeiterin Stefanie Döpp. Außerdem sei es den Kita-Fachkräften wichtig, den Kindern zu zeigen, wo die Lebensmittel herkommen und wie wertvoll Landwirtschaft ist.

Aber nicht nur das Rätsel,

dass Joghurt aus Milch gewonnen wird und nicht am Strauch wächst löste sich für die Kinder an diesem Tag auf. Sie durften auch noch vieles mehr auf dem Bauernhof entdecken, wie ein Pony streicheln, sie fütterten ein Lamm mit der Flasche und brachten die Schafe auf die Weide. Danach wurde Mutterkuh Jasmina gemolken und somit war die Ausgangsfrage zur Herkunft der Milch beantwortet. Auch die dortigen Schweine, die jetzt bereits ihre Ferkel zur Welt gebracht haben, konnten sie bestaunen.

Zum Abschluss des Besuchs erhielten die Kinder noch viel Material, wie kleine Bücher und mehr von der über Bauernhöfe, die unter anderem als Lernorte verstanden werden sollen.

jed

Angebote gültig vom 26.06. – 01.07.2023

Jede Woche erfrischende Angebote!

logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

Bad Brückenaauer Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,48 €

-28%
5,79 **5,29**
1 l = 0,44 €

<p>EKU Pils Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,00 €</p> <p>11,99 9,99</p>	<p>Sportplatzgold Pils Kasten = 24 x 0,33 l, zzgl. 3,42 € Pfand, 1 l = 1,77 €</p> <p>ANGEBOT 13,99 + 2 Flaschen GRATIS!*</p>	<p>Mooser Liesl Helles Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,60 €</p> <p>ANGEBOT 15,99</p>	<p>Erdinger Brauhaus Helles, Natur Radler Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,70 €</p> <p>ANGEBOT 16,99 + 2 Flaschen GRATIS!*</p>
<p>Maisel's Weisse diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,60 €</p> <p>ANGEBOT 15,99 14,99 1 l = 1,50 €</p>	<p>Estrella Galicia Helles spanisches Lagerbier, Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 1 l = 2,52 €</p> <p>5,99 4,99</p>	<p>Bitburger Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,20 €</p> <p>-29% 11,99</p> <p>Aktion! + 1 Auto Waschpaket GRATIS!</p>	<p>Förstina Sprudel Mineralwasser diverse Sorten Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 1 l = 0,50 €</p> <p>-25% 4,49 3,99 1 l = 0,44 €</p>
<p>König Pilsener Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,30 €</p> <p>15,99 12,99 11,99 1 l = 1,20 €</p> <p>Aktion! + 1 Shoppingbag GRATIS!</p>	<p>top frisch Apfelsaft diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 1 l = 1,08 €</p> <p>7,49 6,49</p>	<p>Sturmius Cola Orange Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,00 €</p> <p>ANGEBOT 9,99</p>	<p>Rauch Eistee diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, 1,5 l-Flasche, zzgl. 0,25 € Pfand, 1 l = 0,86 €</p> <p>1,59 1,29</p>
<p>Moselland Akzente diverse Sorten, 0,75 l-Flasche, 1 l = 5,32 €</p> <p>-20% 3,99 3,49 1 l = 4,65 €</p>	<p>Asti Cinzano Spurmante, 0,75 l-Flasche, 1 l = 7,32 €</p> <p>6,49 5,49</p>	<p>OWO 12, Gold* 0,7 l-Flasche, 1 l = 12,84 €</p> <p>9,99 8,99</p>	<p>Gorbatschow MIXED diverse Sorten, alkoholhaltiges Mischgetränk mit Chinin, 0,33 l-Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 1 l = 6,03 €</p> <p>-33% 1,99 1,88 1 l = 5,70 €</p> <p>Beim Kauf von 6 Dosen + 1 Coolingbag GRATIS!</p>
<p>Absolut Vodka, 0,7 l-Flasche, zzgl. 0,15 €, 1 l = 15,70 €</p> <p>-27% 10,99</p> <p>+ 1 Flasche Schweppes Bitter Lemon 1 l GRATIS!</p>	<p>Keiler Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 5,10 € Pfand, 1 l = 1,40 €</p> <p>15,99 13,99</p> <p>Aktion! + 4er Pack GRATIS!</p> <p>Entspricht einem Kastenpreis von 11,66 €</p>	<p>Sturmius Zitrone Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 1 l = 1,00 €</p> <p>9,99</p>	<p>Johnnie Walker Red Label 0,7 l-Flasche, 1 l = 15,70 €</p> <p>-21% 10,99</p>

Die neue logo Getränke App
Jetzt downloaden, sparen & gewinnen!

Google Play | App Store

www.logo-getraenke.de

** Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App.

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

**Flohmarkt
Hann. Münden
24./25.06.**

**Flohmarkt
Metro
02.07.**

Neuheiten und Wiederholungstäter

Kultur im Kreis dieses Jahr zum 17. Mal



Stellen das Programm vor: vorne: Gregor Jess (links) und Philipp Kallenbach (rechts) vom Arbeitskreis Kultur im Kreis, Mitte: (von links) Agnieszka Steuerwald (Brotmuseum Ebergötzen), Thomas Klawunn (Studio Klawunn), Sabine Holste-Hoffmann (Duderstadt), Landrat und Schirmherr Marcel Riethig, hinten: (von links) Christian Möller (Ox-Location Hann. Münden), Uwe Hacke (Sparkasse Duderstadt), Ralf Wasmuth (Bürgermeister Barterode), Michael Birlin (Sparkasse Göttingen), Andreas Schäfer (Stiftung Burg Adelebsen), Margitta Kolle (Verein gemeinsam für Spanbeck) und Uwe Maier (Sparkasse Osterode).

FOTO: JOHANNES RÜTZEL

Göttingen/Hann. Münden – Der Landkreis Göttingen und die lokalen Veranstalter haben das Programm für Kultur im Kreis 2023 vorgestellt. Landrat Marcel Riethig (SPD) ist Schirmherr und zeigte sich begeistert von den attraktiven Programmpunkten. „Ich bin allen Beteiligten sehr dankbar, dass das Jahr für Jahr eine gute Veranstaltung wird“, sagte er. Riethig betonte auch, dass das Festival aus privater Initiative heraus entstanden sei, und zeige, dass der ländliche Raum enorm viel zu bieten habe.

In Hann. Münden tritt das Jerusalem Duo in der Ox-Location auf. Das Jerusalem Duo wurde 2012 von der Harfenistin Hila Ofek und dem Saxofonisten Andre Tsirlin gegründet und gilt seither als eines der außergewöhnlichsten und innovativsten En-

sembles in der Kammermusikwelt. Die Liebe zur Musik hat die beiden Musiker zusammengeführt, heißt es in der Konzertankündigung: Zusammen studierten sie an der „Jerusalem Academy of Music & Dance“ und heute konzentriert das in Frankfurt am Main lebende Ehepaar solistisch und als Duo in Deutschland, Israel und Europa unter anderem in so renommierten Konzertsälen wie der Berliner Philharmonie und der Laeiszhalle in Hamburg. Das Jerusalem Duo schafft ein unvergessliches Erlebnis, in der Musik zu einer universellen Sprache und Ausdrucksform wird, die einen Weg direkt zum Herzen jedes Zuhörers öffnet, verspricht die Ankündigung. Mit den Einnahmen aus den Ticketverkäufen werden rund ein Drittel der Kosten für die Konzerte gedeckt,

erklärt Gregor Jess vom Arbeitskreis Kultur im Kreis des Landkreises Göttingen.

Weitere Unterstützung komme vom Landkreis Göttingen, der VGH Versicherung und den Sparkassen in Göttingen, Osterode und Duderstadt. Nach dem Besucherrückgang während der Covid-Pandemie setzt man dieses Jahr verstärkt auf Open-Air Veranstaltungen und erhofft sich dadurch wieder mehr Besucher. „Ich bin zuversichtlich, dass wir wieder in normale Fahrwasser kommen“, sagte Mitorganisator Philipp Kallenbach. red

Vielfältiges Programm ab August

■ **Freitag, 25. August um 19 Uhr:** Soul, Funk und Blues spielt die Band Rocktail auf dem Sportplatz in Spanbeck.
 ■ **Sonntag, 27. August um 17 Uhr:** Die Irish und Scottish Folk Band Cobblestones will laut Ankündigung das Publikum im Brotmuseum Ebergötzen mitreißen.
 ■ **Sonntag, 3. September um**

17 Uhr: „Die füllen riesige Hallen“, sagt Gregor Jess zum Tribute Duo Simon & Garfunkel – geplant ist der Auftritt im Studio Klawunn in Herberhausen.

■ **Freitag, 15. September um 19:30 Uhr:** Für alle Fans von A cappella kommt das Ensemble Rock4 ins Gasthaus Plumböhm in Barterode.

■ **Samstag, 16. September um 19 Uhr:** Zum Mittanzen lädt die Blues'n'Boogie-Küche in den Kurpark in Bad Lauterberg ein.

■ **Sonntag, 24. September um 18 Uhr:** Vier Flötistinnen von Flautando Köln haben insgesamt 40 Flöten dabei, und den Harfisten Holger Schäfer. Der Rittersaal in der Burg

Adelebsen sei die perfekte Location für das Ensemble, findet Gregor Jess.

■ **Samstag, 30. September um 20 Uhr:** Saxophon und Harfe, das ist das Duo Jerusalem mit hohem Entertainment-Faktor, sagt Gregor Jess. Sie treten in der Ox-Location in Hann. Münden auf.

■ **Dienstag, 3. Oktober um 19**

Uhr: Den Abschluss bildet am Tag der Deutschen Einheit mit zehn Künstlern in Duderstadt das Programm Ost und West – eine Nation – in Sprache und Ton.

Tickets: unterkulturimkreis.de und allen Vorverkaufsstellen von Reservix. Ticketpreise 10-20 Euro, ermäßigt günstiger.

Lossetal
Ambulanter Intensivpflegedienst

- **24-Std.-Versorgung** im eigenen Apartment mit Bad und Küche
- **Heimbeatmung** invasiv und nicht-invasiv mit Überwachung der Vitalfunktionen
- **Trachealkanülenmanagement**
- **Grundpflege und Behandlungspflege** Kostenübernahme erfolgt über die gesetzliche Krankenkasse
- **ärztliche und therapeutische Versorgung** direkt vor Ort usw.

Ambulanter Intensivpflegedienst
Lossetal
Fröbelstraße 1, 34298 Helsa
(05605) 929 79 50
Frau Nicole Träbing
info@ai-lossetal.de
www.ai-lossetal.de

Bauen & Wohnen

Leserthema „Alles rund ums Haus“

Tipps zum Wassersparen im Sommer

Kleine Tricks mit großer Wirkung für uns und die Umwelt

Es gibt Wege, wie wir im Alltag bewusster mit Wasser umgehen können.

In der Küche: Kochwasser nicht in den Abfluss schütten. „Nudelwasser kann man wunderbar verwenden, um Soßen oder Suppen anzudicken“, sagt Daniela Krehl, Fachberaterin der Verbraucherzentrale Bayern. Bolognese oder Gemüsesuppe werden durch die Stärke herrlich cremig. Eine Sache sollte man aber beachten: „Da so viel Stärke im Nudelwasser steckt, verkeimt es auch sehr schnell.“ Ihr Tipp: Direkt für die Pastasauce verwenden oder im Kühlschrank für maximal 24 Stunden aufbewahren.

Übrigens: Wer in diesem Zeitfenster einen Brotteig ansetzt, kann im Rezept einen Teil der Flüssigkeit durch Nudelwasser ersetzen. Das lässt das Backwerk laut dem Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) schön luftig werden.

Wer ganz frisches, noch heißes Nudelwasser parat hat, kann sich damit auch das Geschirrspülen etwas leichter machen, wie das BZfE rät. Weicht man dreckiges Geschirr vor dem Spülen darin ein, soll die Stärke selbst hartnäckige Verschmutzungen lösen.

Und taugt das Kochwasser auch zum Blumengießen? Bei Nudelwasser lässt man das laut Daniela Krehl lieber. Es besteht Gefahr, dass die Stärke im Blumentopf zu



Nudelwasser sollte man nach dem Kochen nicht achtlos wegschütten: Die enthaltene Stärke macht es zu einem wertvollen Kochhelfer.

FOTO: BENJAMIN NOLTE/DPA-TMN

schimmeln beginnt. Doch Kochwasser von Kartoffeln und Gemüse enthält weniger Stärke – und darf daher in die Gießkanne. Wer das Wasser allerdings großzügig gesalzen hat, sollte nur in Maßen damit gießen. „Sonst kann

die eine oder andere Topfpflanze beleidigt reagieren und geht ein, weil ihr Boden dann zu viel Natrium enthält“, sagt Daniela Krehl.

Im Bad: In der Dusche einen Eimer griffbereit haben. „Das

ist ein Trick für die Profis – für diejenigen, die alle Tipps schon berücksichtigen und noch mehr Wasser sparen wollen“, sagt Daniela Krehl. Aber vielleicht dauert es auch bei Ihnen eine Weile, bis erträglich warmes Wasser aus der Brause kommt. Das kalte, klare Wasser, das vorab strömt, können Sie in einem Eimer auffangen und als Gießwasser benutzen.

Aber auch das Duschwasser mit Shampoo- und Duschgelresten können Sie in einen Eimer prasseln lassen und weiter verwenden – wenn auch nicht zur Pflanzenpflege. „Es eignet sich aber zum Reinigen von Schuhen, die beim Spaziergang dreckig geworden sind“, schlägt Daniela Krehl vor. Auch der Balkon lässt sich damit schrubb.

Im Garten: Den Rasen selbener, aber cleverer wässern. Wer einen Garten hat, hat jetzt im Sommer vielleicht das Bedürfnis, jeden Tag einmal kurz den Rasensprenger laufen zu lassen. Aber: „Es ist absolut falsch, dem Rasen jeden Tag ein bisschen Wasser zu geben“, sagt Harald Nonn, Vorsitzender der Deutschen Rasengesellschaft.

Denn das kann nur die obersten Zentimeter des Gartenbodens benässen. Deswegen wandern die Wurzeln aus der Tiefe innerhalb kurzer Zeit nach oben zum Wasser. Das hat zur Folge, dass die Pflanzen noch empfindlicher für Trockenheit werden, als wenn ihre Wurzeln in der

Tiefe liegen. „Es ist daher besser, relativ selten, aber dann ausreichend Wasser zu geben, sodass auch die Wurzelspitzen in der Tiefe etwas abbekommen“, sagt Harald Nonn. Und: Wer so gut dosiert wässert, kann insgesamt Wasser sparen. trm

Neubau-Förderkredit ab 0,01%
Monatsrate ab 800 € sichern
jetzt Sonderkontingent abrufen

freie Planung,
fixer Preis

Massiv gemauert oder Holzbau

Mihm
Thermohaus

Tel. 036967 598-0
www.mihm-thermohaus.de

Verband Privater Bauherren e.V. VPB

bauen, kaufen, modernisieren – aber sicher – durch Beratung im VPB

- bei Neubau und Umbau
- vor Vertragsunterzeichnung
- in der Bauphase
- bei der Abnahme

kompetent, unabhängig, bundesweit, persönlich
kostenloses Informationsmaterial über **Regionalbüro Kassel**,
Telefon 05683 922734 oder unter www.vpb.de oder kassel@vpb.de

Wir haben Küchen für jede Gelegenheit...

40 JAHRE KÜCHEN
Studio
GERHOLD

Küchen und Bäder Studio Gerhold GmbH
Immenhausen/Holzhausen | Kasselweg 1 | Tel. 0 56 73 / 38 28
www.kuechen-gerhold.de

Stellenangebote

Bekanntschaffen

Verkauf

STABILO

...mehr als nur Baumarkt!

Fachmarkt für Maschinen, Werkzeuge, Land- und Forstwirtschaft, Hausgeräte, Spielwaren, Freizeit, Haus und Garten, Kfz, Elektro und Sanitär

Seit mehr als 45 Jahren sind wir mit rund 1200 Mitarbeitern in 50 Fachmärkten sowie mit unserem Onlinehandel eine feste Größe und erfolgreich am Markt etabliert. **Wir wachsen weiter – und Sie sind mit dabei!**

Wir suchen für unseren Markt in **37213 Witzhausen**:

Abteilungsleiter

(m/w/d, in Vollzeit)
Abteilung Maschinen/Werkzeuge

- Ihre Aufgaben:**
- Ihr Aufgabengebiet umfasst die Personalführung sowie Einkauf und Verkauf.
- Ihr Profil:**
- Sie haben eine kaufmännische Ausbildung, verfügen über gutes technisches Verständnis sowie Internet- und MS-Office-Kenntnisse.
 - Sie sind sicheres Auftreten gewohnt und erfolgsorientiert.

Verkäufer

(m/w/d, in Vollzeit)

- Ihr Profil:**
- Sie haben eine kaufmännische Ausbildung oder einen handwerklichen Hintergrund.
 - Sie bringen Eigeninitiative mit und zeichnen sich durch Teamfähigkeit aus.

Kassierer

(m/w/d, in Teil- und Vollzeit)

- Ihre Aufgaben:**
- Neben der Kassiertätigkeit werden Sie sich auch um die Sortimentspflege kümmern.

Wir bieten Ihnen interessante Aufgaben, einen sicheren Arbeitsplatz, eine angenehme Arbeitsatmosphäre und familienfreundliche Öffnungszeiten.

Ihre Chance! Bewerben Sie sich! Senden Sie Ihre Bewerbung unter Angabe des frühestmöglichen Eintrittstermins und der Kennziffer **W37213** per E-Mail an: (Anhänge ausschließlich im PDF-Format) bewerbung@stabilo-gmbh.de

Stabilo Personalabteilung - Im Tobel 4 - 74547 Übrigshausen - Tel.: 07944 98101-0



Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams

einen Zahntechniker für die Laborleitung (m/w/d) in Vollzeit für unseren Standort in Hessisch Lichtenau.

einen Zahntechniker (m/w/d) im Bereich Keramik, Kunststoff, CAD/Cam oder Teleskop-/Geschiebetechnik in Voll- oder Teilzeit für unseren Standort in Reichensachsen.

DK Dentallabor **Bewerbungen bitte an:**
Dennis Kratzberg
Zahnersatz | Ästhetik | Funktion
DK Dentallabor Dennis Kratzberg
Friedrich-Ebert-Str. 65 | 37287 Wehretal | Tel. 05651 94922

Uniflex CNC Metalltechnik GmbH sucht:

- Zerspanungsmechaniker/innen
- Produktionshelfer/innen Montage/Lackieren/QS auch Minijob oder Teilzeit möglich
- Reinigungskraft Minijob (1-2x/Woche je 3 Std.) auch Minijob oder Teilzeit möglich

37247 Großalmerode • Tel. 05604 919707
info@uniflex-cnc.de

Lossetal

Ambulanter intensivpflegedienst



Unser Team freut sich über Verstärkung

Pflegefachkraft
(m/w/d) – Tag- und Nachtdienst

3.900 €* Brutto

plus Zulagen & Jahressonderzahlung**

*Gehaltsbeispiel bei Vollzeit-Anstellung mit DIGAB-Qualifikation

**13. Monatsgehalt oder monatl. Auszahlung

Wir freuen uns auf Deine Unterstützung!

Fröbelstraße 1, 34298 Helsa
(05605) 929 79 50

Frau Nicole Träbing
pd1@ai-lossetal.de
www.ai-lossetal.de

Senioren- und Therapiezentrum HELSA



Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine

Reinigungskraft

(m/w/d) – Teilzeit

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Senioren- und Therapiezentrum Helsa
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa
(05605) 808 - 0

Frau Katharina Braun

heimleitung@haus-helsa.de

www.haus-helsa.de

Speedlog GmbH

Internationale Spedition sucht

Kraffahrer im Nah- und Fernverkehr,

Tel.: 0561-589468107

oder bewerbung@speedlog.de

Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.

Je früher Sie Ihre Anzeige bei uns aufgeben, um so individueller können wir Sie bedienen.

Sie vermissen die aktuelle Ausgabe? Sie haben Fragen zur Zustellung?

05 61 / 920 940

vertriebsleitung@hna.de

HEIMAT NACHRICHTEN

www.localjob.de

Das regionale Jobportal

www.localjob.de

Facebook, Instagram, Pinterest, LinkedIn icons

Hüb., schlanke Vera, 65 J., fühle mich als Witwe einsam u. ich weiß, was es heißt, nur noch alleine zu sein. Damit soll jetzt Schluss sein! Ich wäre gerne die liebev. Frau an Deiner Seite, die gut für Dich sorgt u. sich um den Haushalt kümmert. Bin nicht ortsggeb. u. mit meinem Auto sehr flexibel. Kostenl. Anruf, Pd-Seniorenglück Tel. 0800-7774050

Ich, Elvira, 76 J., mit schlank-fraul. Figur, habe genug vom Alleinsein. Ich lache lieber als zu streiten, höre gern Musik, bin eine gute Hausfrau u. vorzügliche Köchin. Welcher Mann wünscht sich eine zärtl., anschniegsame Frau wie mich? Rufen Sie üb. PV an, vielleicht bin ich die Richtige für Sie. Tel. 01520-8293309

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

Verschiedenes

Kartenlegen Tel. 066279159310

Auto-Ankäufe

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

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

Heimatnachrichten
Witzhausen / Hann. Münden
Ralf Wilhelm
Witzhausen
Mediaberater
0 55 42 93 16 26
ralf.wilhelm@hna.de

HEIMAT NACHRICHTEN
HANN. MÜNDEN
WITZENHAUSEN

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

Waschmaschinen, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE
Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3,
34466 Wollhagen-Ippinghausen, 05692 9939472
Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 9-14 Uhr, 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

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

Landwirtschaft & Forsten

Buche Brennholz
Tel. 05684 931670

Brennholz Buche, Eiche 79 € SRM inkl. Lief. Abschnitte vom Sägewerk, Lkw mit 10 SRM Tel. 0176 62681914

Baumarkt

Komplettanierung vom Keller bis zum Dach ist unser Fach
Kostenlose Erstberatung – Meisterbetrieb
www.kimm-gbs.de • 05692 994530

Pflastersteinreinigung und Versiegelung vom Fachbetrieb, Tel.: 0163 5017247, Festpreis

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir **ab sofort:**

Service-Monteur / Kanalreinigung

(m/w/d)

Sie verfügen über handwerkliches Geschick und sind im Besitz der FSK C. Von Vorteil ist eine abgeschlossene Ausbildung als Kfz-Mechaniker oder Sanitärinstallateur. Quereinsteiger sind auch erwünscht. Sie sollten einen sicheren Umgang mit der deutschen Sprache in Wort und Schrift haben.

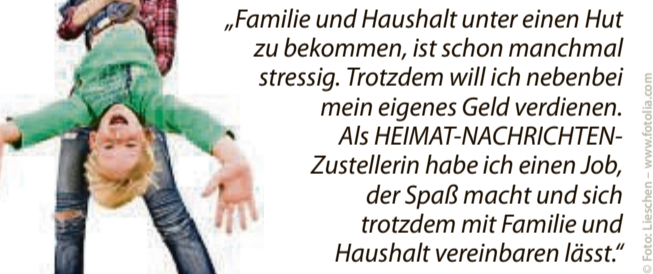
Wenn Sie eine qualifizierte Arbeit suchen, teamfähig sind und leistungsorientiert arbeiten, dann freuen wir uns auf Ihre **Bewerbung**.

Müller

KANAL-SERVICE

Helmut Müller GmbH • Werrastraße 2 • 37213 Witzhausen
E-Mail: info@mueller-kanalservice.de • Tel.: 0 55 42 - 50 16 - 0

Frauenpower?



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

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

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

- Bad Sooden-Allendorf**
Kleinwach
Sooden
Weiden
- Bühren**
- Großalmerode**
Eptero
Rommerode
Stadt
Trubenhausen
- Hann. Münden**
Kattenbühl
Volkmarshausen
- Hess. Lichtenau**
Fürstshagen
Hirschshagen
Stadt
- Neu-Eichenberg**
Hermannrode
Marzhausen
- Scheden**
Dankelshausen
- Staufenberg**
Dahlheim
Landwehrhagen
Spiekershausen
Uschlag
- Witzhausen**
Gertenbach
Hundelshausen
Kleinalmerode
Stadt
Stiedenrode

Bewerben Sie sich jetzt:
☎ Tel. 0561 203-1506
📱 WhatsApp: 0151 61666277
🌐 www.hna-zusteller.de

Mit uns steht Ihnen die Welt offen

localjob.de
Das regionale Jobportal

www.localjob.de

Facebook, Instagram, Pinterest, LinkedIn icons

Die weltgrößte Fahrradkampagne

Stadtradeln: Für mehr Radförderung und Klimaschutz in die Pedale treten

Das Stadtradeln wird seit Jahren immer beliebter – beim täglichen Radfahren werden die Vorteile der Mobilitätswende für alle erlebbar: Jeder kann klimaschonend und einfach mobil sein und dabei noch Spaß haben. So lautet auch die Botschaft des Stadtradelns: Das Verkehrsmittel der Wahl ist das Fahrrad.

Beim internationalen Wettbewerb Stadtradeln sind alle Bürger und Mitglieder der Kommunalparlamente eingeladen, in die Pedale zu treten und somit ein Zeichen für verstärkte Radverkehrsförderung zu setzen. In Teams sollen die Teilnehmer an 21 zusammenhängenden Tagen zwischen Mai und September möglichst viele Fahrradkilometer für ihre Kommune sammeln. Ziel der Kampagne ist es, Bürger für das Radfahren im Alltag zu sensibilisieren sowie die Themen Fahrradnutzung und Radverkehrsplanung stärker in die kommunalen Parlamente einzubringen.

Lokale Antworten auf die globale Klimakrise – für André Muno, Gesamtleiter des Stadtradelns, ist eine qualitativ hochwertige Radinfrastruktur ebenfalls ein entscheidender Baustein zur Verkehrswende. Dazu liefert die Stadtradeln-App den Kommunen auch in diesem Jahr wieder die passenden Daten. „Die mit der App aufgezeichneten Fahrten werden anonymisiert und wissenschaftlich ausgewertet. So lässt sich ein aussagekräftiges Abbild des Radverkehrs in den einzelnen Kommunen geben und mögliche Verbesserungspotenziale in der Infrastruktur aufzeigen. Die Ergebnisse unterstützen die Kommunen also ganz entscheidend dabei, die Radinfrastruktur vor Ort datenbasiert und auch wirklich entsprechend der Bedürfnisse der Radfahrenden auszubauen“, erklärt Muno.

Mit der Meldeplattform RAdar! und dem Projekt RiDE – Radverkehr in Deutschland,



das wissenschaftlich aufbereitete Radverkehrsdaten den Teilnehmerkommunen bereitstellt, beinhaltet die Kampagne zudem zwei Elemente, mit denen die Radinfrastruktur ganz konkret und unter Einbeziehung der Bürger verbessert werden kann. Den ersten Rekord hat das Stadtradeln bereits geknackt: Über 2600 Kommunen nehmen bisher an der diesjähri-

gen Kampagne teil – und noch bis September können sich weltweit Kommunen für das Stadtradeln 2023 anmelden. In der Region nimmt in diesem Jahr erstmals auch Hessisch Lichtenau am Stadtradeln teil, wo die Aktion am 21. Juni startete.

Weitere Informationen zum Stadtradeln und zur Anmeldung gibt es auf: stadtradeln.de

Stadtradeln: Auch Hessisch Lichtenau tritt in die Pedale.

FOTO: PRIVAT

Mitten im Wald! die Exberg-Hütte

siehe www.exberg.de
Geöffnet:
Mittwoch–Sonntag, 12–18 Uhr
Fr., 30. 6., 18–20 Uhr
Halbe Hähnchen 12,50 €
So., 2. 7., 12–14 Uhr
Gulasch-Buffer 19 €
So., 9. 7., 12–14 Uhr
Braten-Buffer 19 €
So., 16. 7., 12–14 Uhr
Schnitzel-Buffer 16 €
So., 23. 7./27. 8., 10 Uhr
Frühstücksbuffer 17 €
Alle Gerichte mit Beilagen und Salatbuffer!
Nur bei Voranmeldung!
37247 Grobalmerode-Eptero
Telefon 05604 7873

RÄUMUNGSVERKAUF
wegen Geschäftsaufgabe
ENDSPURT!!!
Auf alles mindestens **40% Rabatt!**
mode freizeit sport
neugeboren
poststraße 1 • 37235 hess. lichtenau

Bambini-Wanderung mit Frau Holle
Sonntag, 25.06.2023, Startzeiten ab 10.00 Uhr
Treffpunkt Bürgerhaus, Hessisch Lichtenau
Nun ist es so weit, Frau Holle lädt wieder zur Bambini-Wanderung, anlässlich der diesjährigen GrimmSteig-Tage ein. Wie schon im letzten Jahr, wird die Wanderung in Familien- oder Freundesgruppen durchgeführt.
Herzlich willkommen, sind alle Kinder mit der ganzen Familie, Eltern, Geschwister, Großeltern, Freunde etc. – Kinderwagen, Roller, Laufräder... alles darf mitgebracht werden.
Die Teilnahme ist kostenlos.
Infos und Anmeldung:
Büro für Kultur, Tourismus und Stadtmarketing
Einweg-Sandstr. 6a, 37235 Hessisch Lichtenau
E-Mail: kultur.tourismus@hessisch-lichtenau.de
Tel.: 05604 399-184 / 189

Bambini Wanderung mit Frau Holle
FOTO: STADT HESSISCH LICHTENAU

Es gibt viele Gründe zum Feiern

Am Donnerstag, 29. Juni 2023, ab 19 Uhr in Witzzenhausen

25 Jahre Autohaus Stöber in Witzzenhausen. Vier starke Marken unter einem Dach (VW, VW Nutzfahrzeuge, Seat und Cupra). Ein neu gestaltetes Autohaus und eine Auszeichnung als „Volkswagen Nutzfahrzeuge Top Service Partner“ (Top 100 in ganz Deutschland).

After Work Party

Das soll gefeiert werden. Den perfekten Rahmen dafür, bietet die CUPRA TRIBE NIGHT am 29. Juni 2023 ab 19.00 Uhr.

Gefeiert wird mit leckeren Cocktails, einem Food Truck, coolen Beats von DJ Rene und einem Auftritt der Body & Soul Dance Academy.

„Auch, wenn die Autohaus-Optik nun von Seat / Cupra dominiert wird, hat sich an unseren Kompetenzen nichts verändert. So heißen wir natürlich auch weiterhin unsere lieb gewonnenen Kunden der Marke Volkswagen in unserem Autohaus herzlich willkommen“, erklärt Jörn Stöber. „Die Cupra Tribe Night wird si-

cher ein unvergesslicher Abend und wir freuen uns auf ein ausgelassenes Beisammensein in entspannter Atmosphäre mit unseren Kunden, Interessenten und Mitarbeitern hier bei uns im Autohaus.“



Das Team vom Autohaus Stöber freut sich auf Ihren Besuch zur After Work Party (vl.): Geschäftsführer Jörn Stöber und die Verkaufsberater Dennis Ferber, Sascha Rosebrock und Sören Millhoff.

CUPRA TRIBE NIGHT
AFTER WORK PARTY.
DO, 29.06.2023
AB 19:00 UHR
MUSIC BY DJ RENE
BURGER & STREETFOOD
DRINKS AND MORE
stöber
Glinicke Gruppe
CUPRA
Autohaus Stöber GmbH & Co. KG
Bischhäuser Aue 3
37213 Witzzenhausen
Tel. 05542 60000

Der Bürgerverein lädt ein Kinderfest am Schnullerbaum

Am Sonntag, 25. Juni, findet rund um das Bürgerhaus Hessisch Lichtenau, das Kinderfest am Schnullerbaum, von 12 bis 16 Uhr statt. Alle Kinder zwischen 0 und 10 Jahren sind eingeladen.

Vorort gibt es das Spielmobil der Aktion Jugend, Kinderschminken, eine Hüpfburg, Tatütata die Feuerwehr ist da, einen Kinder- und Jugendflohmarkt, und vieles mehr. Außerdem gibt es für alle Kinder, die ihren Schnuller an den Schnullerbaum hängen, eine Urkunde und ein Geschenk. Weitere Infos gibt es auf: buergerverein-heli.de



Das Kinderfest am Schnullerbaum findet am 25. Juni von 12 bis 16 Uhr statt.

FOTO: PANTHERMEDIA / SANDRISVEV@INBOX.LV

Holzhandlung Kozole hilft bei der Energiewende Photovoltaik – ein Weg zur Unabhängigkeit

Anzeige

Kristian Kozole möchte die Energiewende mit antreiben, voll nach dem Motto – „Es ist wichtig für jedermann.“ Die Holzhandlung setzt auf die Schwerpunkte: Gartenprodukte, Schreinerarbeiten, Palettenherstellung und die Planung und Aufbau der Photovoltaikanlagen.

„Da es letztes Jahr super lief mit Gartenzäunen, Bauaufträgen und Photovoltaik würde ich mich sehr freuen, wenn die Nachfrage weiterhin so bleibt, in der schwierigen Zeit, wo alle Preise explodieren“, so der Jungunternehmer. „Aber wir sollten unsere Augen auf die Umwelt und auf die Zukunft richten.“

Photovoltaik ist gerade für die Energiewende von enormer Bedeutung, sie gilt als einer der Schlüsseltechnologien für die Energiewende und damit auch die zukünftige Stromversorgung.

„In Kombination mit einem Heizstab im Pufferspeicher senken sich die Heizkosten bis zu 40 %.“ Die Holzhandlung Kozole heizt mit Holzabfällen und versorgt sich

mit dem Strom vom eigenen Dach. „Ich bin froh, dass ich das ganze schon vor den Preisexplosionen umgesetzt habe, so bin ich auf der Seite unabhängig vom Gas und Öl.“ Wir arbeiten in allen Bereichen Hand in Hand, um unsere Kunden bestmöglich zu beraten und Kundenwünsche schnell und kompetent zu bearbeiten.

Holzhandlung + Photovoltaik
KOZOLE
Daimlerstraße 26
37235 Hessisch Lichtenau-Hirschhagen
Telefon 05602 3305
Telefax 05602 1060
E-Mail info@holzhandlung-kozole.de
www.holzhandlung-kozole.de

- Zäune
- Gartenprodukte
- Photovoltaik
- Palettenherstellung
- Industrieverpackung

NORMA Mehr fürs Geld.

JETZT ZUGREIFEN! SOLANGE VORRAT REICHT!

ab Montag, 26. Juni

Dr. Oetker Sommerliche Backzutaten
Käse-Sahne Tortencreme
150-g-Packung für 700 ml (1 l = 1,84) je Packung
27% billiger
UVP 1,79
1,29*

SEDITA Horalky/Mila Mila: Waffeln gefüllt mit einer Milchcreme und halbseitig mit Schokolade überzogen; Horalky: Waffeln mit Erdnusscreme-füllung, 5x50-g-Packung (1 kg = 11,16) je 5er-Pack
15% billiger
zum Vergleich: UVP Einzelpreis = -,-66
2,79* 5er-Pack

Reeva Instant Nudeln Cup
Rind- oder Huhn-Geschmack ergibt 400 ml, 75-g-Becher
(1 kg = 15,87) je Becher
14% billiger
UVP 1,39
1,19* 400 ml

Zottarella Rolle XXL
250-g-Packung (1 kg = 7,96)
Im Aktionskühlregal:
28% billiger
UVP 2,79
1,99* 250 g

SUPER NIVO Premium Plattfirsche
Spanien, Sorte: Paraguayo
• Süß und vollaromatisch, mit saftigem Fruchtfleisch • Ideal zum Snacken, für Smoothies und Marmelade
2-kg-Steige (1 kg = 2,40) je Steige
große Früchte!
2 kg!
4,79* **XXL**
(Abbildung ähnlich)

LASZLO Ungarische Salami Classic
500-g-Packung (1 kg = 9,98) je Packung
16% billiger
UVP 5,99
4,99*

BERLINKI Würstchen Classic XXL
aus Polen, 30 Stück, 1,5-kg-Packung (1 kg = 5,33)
Im Aktionskühlregal:
25% billiger
UVP 10,69
7,99* 1,5 kg

NICKY Küchentücher
saugstark und reißfest
3-lagig, 8x45-Blatt-Packung
je Packung
11% billiger
UVP 4,49
3,99* **8 Rollen**

Vita Geröstete Nüsse
mit Honig karamellisiert – Mandeln, Pekannusskerne
oder Nuss-Mix
150-g-Packung (1 kg = 13,27) je Packung
150 g
1,99*

FULL RED Premium Rispen-tomaten „Albrice“
Ungarn, NEUE Sorte: Albrice, mit hervor-ragendem Geschmack und außergewöhn-lich voll-rottem Fruchtfleisch
2-kg-Steige (1 kg = 1,65) je Steige
2 kg!
3,29*
(Abbildung ähnlich)

Washmangel Pulver Universal
oder Color 6-kg-Packung für 100 Wasch-ladungen (pro Waschgang -09);
Gel Universal oder Color
3,305-l-Flasche für 110 Wasch-ladungen (pro Wasch-gang -08) je Artikel
110 WL
100 WL
40% billiger
UVP 14,99
8,99*

HEITMANN Gallseife Fleckenspray
Gezielte, faser-tiefe Vorbehandlung
250-ml-Spray (1 l = 11,96) je Spray
14% billiger
UVP 3,49
2,99*

VARENA Insekten Spray
Rezeptur wirkt zuverlässig schnell und sicher, 400-ml-Spraydose (1 l = 4,48) je Spraydose
10% billiger
UVP 1,99
1,79*

SAGROTAN 5in1 Waschmaschinen Hygienereiniger
mit Limettenduft
2x250-ml-Packung
(1 l = 11,98) je 2er-Pack
24% billiger
zum Vergleich: UVP 250-ml-Packung = 3,95
5,99* 2er-Pack

Spitzpaprika Albanien/Ungarn, Kl. I,
rot, 1-kg-Beutel (1 kg = 3,33) je Beutel
1 kg!
3,33*
(Abbildung ähnlich)

NORMA IMMER MEHR FÜRS GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN – IMMER DER BESTE PREIS

Trend-Shorts Ronley für Herren • Aus reiner Baum-wolle • Gesäßtaschen mit Patte und Verschlussknopf
• Größen M (48/50) – XXL (60/62)
Praktische Cargotasche
Khaki
Camouflage
je Shorts **9,99***

EllieNor Jodphur-Hose
für Damen • 100% Viskose
• Elastischer Komfortbund
• Saumabschluss mit elastischen Bündchen • Größen S (36/38) – XL (48/50)
je Hose **6,99***

EllieNor Jodphur-Shorts
für Damen • 100% Viskose
• Größen S (36/38) – XL (48/50)
Schwarz/Blume Bunt
Schwarz/Blume Rot
je Shorts **5,99***

TOPTEX Barfuß-sportschuhe
für Damen oder Herren
• Damen-Größen 38–40
• Herren-Größen 42–44
Hochflexible, ultradünne TPR-Laufsohle
je Paar **14,99***

Umhänge-tasche 2 in 1
• Zur Befestigung am Gepäck-träger
24 Liter
ca. 30 x 12 x 34 cm
Motorrad-Faltgarage
• Inkl. Tasche, Nylonseil und Ösen
• ca. 220 x 90 x 145 cm (ohne Motorrad)

Fahrradtasche
• Wasserabweisend
• Mit einstellbarem Schulterriemen
• ca. 48 x 25 x 14 cm
Auch in Rot
Jeder Artikel **9,99***

BIOFLIN Tieffußbett-Pantoletten
für Damen oder Herren
• Pflegeleichtes, strapazierfähiges Obermaterial
• Leichte EVA-Laufsohle • Damen-Größen 37–41
• Herren-Größen 41–45
Hochwertige Ausstattung:
✓ Gepolsterte Decksohle aus Rindveloursleder
✓ Anatomisch vorgeformtes Komfortfußbett mit inter-griertem Dämpfungskissen im Fersenbereich
je Paar **9,99***

TOPTEX Barfuß-sportschuhe
für Damen oder Herren
• Damen-Größen 38–40
• Herren-Größen 42–44
Hochflexible, ultradünne TPR-Laufsohle
je Paar **14,99***

KRAFT Exzenterschleifer 400W
• Inkl. Schleifpapier, Staubfangbeutel und Anschlussadapter für Staubfangvorrichtung
• Schleifpapier: Ø 125mm
• 6000 – 13000 min⁻¹
3 Jahre Garantie
29,99*

KRAFT Säbelsäge 400 W
• Inklusive Sägeblätter für Holz und Metall
• 0 – 2800 Hübe/min • Hublänge 18 mm
• Schnitttiefe max 115mm (Holz) / 5mm (Metall) 3 Jahre Garantie
29,99*

KRAFT Schrauben/Muttern
3 Jahre Garantie
Edelstahl-Flügel-muttern-Sortiment 150-tlg. von M5 – M8
Edelstahl-Muttern-Satz mit Eigensicherung 146-tlg. von M4 – M12
7,99*

KRAFT Stichsäge 550 W
• Inkl. Anschlussadapter für Staubfangvorrichtung • Schnittwinkel 0 – 45°
• 500 – 3000 Hübe/min • Schneidtiefe: max. 65mm (Holz) / 8mm (Metall)
3 Jahre Garantie
29,99*

REHAU by power Garden Gartenschlauch-Set „Slide Tec“, ca. 25 oder 40 m (13 mm / 1/2") • Kompatibel mit marktüblichen Stecksystemen • Für hohe Beanspruchung
15 Jahre Garantie
35% billiger UVP 19,99 **12,99*** (1 m = -,-52)
47% billiger UVP 37,99 **19,99*** (1 m = -,-50)

WALTER Akku-Schwimmpumpe 20V
• Inklusive Ansaugschlauch mit Schnellkupplung
• Bis zu 30 min Arbeitszeit mit einer Ladung • Max. Saugleistung: 3500 l/h • Max. Ansaughöhe: 12 m 3 Jahre Garantie
23% billiger
UVP 129,90
99,-*

Wachstuch bella casa
Tischdecke mit geprägter Oberfläche
• Strapazierfähig und schmutz-abweisend • Aus robustem PVC je Tischdecke
je Set **7,99***

ca. 100x140 cm (1 m² = 2,85) **3,99***
ca. 140x190 cm (1 m² = 2,63) **6,99***
ca. 140x220 cm (1 m² = 2,27) **6,99***
ca. 130x160 cm (1 m² = 2,40) **4,99***
Ø 140 cm (1 m² = 3,24) **4,99***

power Garden Garten- oder Multifunktions-Spritze „Expert“
• Aus langlebigem, massivem Zink-Druckgusskörper
• Stufenlose Dosierung der Wasserabgabe • Kompatibel mit marktüblichem Steck-system 3 Jahre Garantie
je Ausführung **9,99***

2-Wege-Verteiler „Expert“
• Hochwertiger Aluminium-Adapter
• Hahnanschluss 1" mit Aluminium-Reduzierstück 1" – 3/4" 3 Jahre Garantie
Inkl. 2 Schlauchkupplungen

WALTER Akku-Regenfasspumpe 18V
• Ideal geeignet für Regenwasserbehälter
• max. Förderhöhe ca. 17,5 m
• Eintauchtiefe: max. 0,5 m
• max. Fördermenge ca. 1800 l/h
3 Jahre Garantie
30% billiger
UVP 129,90
89,99*

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

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

Hier APP gratis downloaden