

VW Neuwagen

JETZT BIS ZU 5.530 € SPAREN

Lagerfahrzeuge von Volkswagen.
Z.B. 4 x Taigo R-Line – sofort verfügbar!

Z.B. Volkswagen Taigo R-Line 1.0 81 kW (110 PS) 6-Gang, mit IQ.LIGHT, Sport-Komfortsitze m. Sitzheizung vorn, Digital Cockpit Pro, Navigationssystem "Discover Pro", Klimaanlage "Air Care Climatronic", Multifunktionslenkrad in Leder, LM-Räder u.v.m. **Hauspreis: 28.990,00 € UPE: 34.520,00 € Sie sparen: 5.530,00 €**

Kraftstoffverbrauch kombiniert in l/100 km: 5,5; Niedrig 6,9; Mittel 5,3; Hoch 4,7; Sehr hoch 5,8; CO₂-Emissionen kombiniert in g/km: 125. Für das Fahrzeug liegen nur noch Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht mehr nach NEFZ vor. Angaben zu Verbrauch und CO₂-Emissionen bei Spannbreiten in Abhängigkeit von den gewählten Ausstattungen des Fahrzeugs.

stöber
Glinicke Gruppe

Autohaus Stöber & Schmidt
GmbH & Co. KG, Werrastr. 13
37242 Bad Sooden-Allendorf

MARKT SPIEGEL

REGION ESCHWEGE

Ihr Partner
für Suzuki und SsangYong

40 Jahre SUZUKI Eisenträger

Autohaus Kurt Eisenträger
Inh. Kurt Eisenträger
VERTRAGSHÄNDLER
Vor dem Brückentor 7 • 37269 Eschwege
Tel. 0 56 51 - 3 15 03 • Fax: 6 05 83
www.suzuki-eisentraeger.de


Segelflug
Sebastian Siebert fliegt
1000 Kilometer am Stück.



& SONTRAER

STADTKURIER

Frankershausen
Männer halfen durch
ihre Stammzellen.



43. Jhg. ■ Nr. 28

15. Juli 2023

Der neue Schützenkönig

Thomas Rabe hat genug Ausdauer bewiesen



Voller Freude: Thomas Rabe (mitte) wird die Kette des Schützenkönigs von Hauptmann Thomas Wehr (rechts hinter Rabe) umgelegt. Erst um 18.50 Uhr fiel der Vogel beim diesjährigen Wanfrieder Vogelschießen. FOTO: MARIUS GOGOLLA

Wanfried – Ein lauter Knall, ein kurzer Moment der Stille – dann brandet Jubel und Applaus im und um das Schützenheim in Wanfried auf. Der Vogel ist gefallen, der neue Schützenkönig steht fest: Thomas Rabe, 51 Jahre alt, hat den Titel errungen. Der Mitarbeiter des Elektrizitätswerkes in Wanfried ist zum ersten Mal Schützenkönig geworden. Der neue Jungschützenkönig heißt Friedrich Gebhard (15).

■ 627 Schüsse

Beim 455. Wanfrieder Vogel-schießen konnte sich Rabe zum Schluss gegen zwei sei-

ner Schützenbrüder durchsetzen. Andreas Höppner und Dietrich Gebhard bildeten, zusammen mit Rabe, die Dreiergruppe, die bis zum Ende um den Titel schoss. Vor Rabes finalem Schuss um 18.50 Uhr, der den Vogel zu Fall brachte, waren bereits 626 Schüsse abgegeben worden. Ein emotionaler Moment für Rabe. „Ich kann das Gefühl gar nicht so recht beschreiben“, sagt Rabe. „In dem Moment der letzten Schüsse habe ich mich nur darauf konzentriert. Sonst konnte ich gar nichts denken.“ Es sei ein überaus fairer und bewegender Dreikampf

um den Abschuss des Vogels gewesen, so Rabe. Allerdings sei der Vogel in diesem Jahr sehr spät gefallen.

■ 400 Bier

Nachdem ihm die Kette des vorigen Schützenkönigs, Mike Wenzel, von Hauptmann und erstem Vorsitzenden Thomas Wehr umgelegt wurde, verspricht Rabe, für seine Schützenbrüder einzustehen „und sie immer mit Getränken zu versorgen.“ Und das sind an dem Montagabend fast 400 Bier, die Rabe ausgibt. Die erste Runde wird hinter verschlossenen Türen im Schützenheim getrunken.

Danach geht es ins Heim des neuen Schützenkönigs. „Meine Familie hat sich darüber gefreut, dass ich Schützenkönig geworden bin“, sagt Rabe. „Ich bin dankbar, dass sie mich so gut unterstützt. Alle haben bei der Versorgung meiner Schützenbrüder mitgeholfen.“ Nach dem Hausbesuch feierten die Schützen den Königsball im Zelt auf dem Wanfrieder Festplatz. Die Party ging bis in die frühen Morgenstunden.

■ Doppelrolle

In einer neuen Position ist Thomas Rabe nicht nur als Schützenkönig. Er hat das

diesjährige Schützenfest erstmalig als Festausschuss-Vorsitzender organisiert und damit Erol Cengiz abgelöst, der sich zuvor sechs Jahre lang um alles rund um das Fest gekümmert hat. Seine Doppelrolle sieht Rabe locker: „Der Titel des Schützenkönigs ist ein symbolischer. Die Planung des Schützenfestes und die Aufgaben des Schützenkönigs lassen sich also vereinbaren.“

■ Jungschützenkönig

Neuer Jungschützenkönig ist Friedrich Gebhard. Der 15-jährige Schüler schoss um 16.28 Uhr mit dem Luftge-

wehr den Vogel ab. Insgesamt 538 Schüsse waren dafür nötig. Auch er gab Hauptmann Thomas Wehr das Versprechen, immer für seine Schützenbrüder einzustehen, und erhielt die Kette des vorigen Jungschützenkönigs Merlin Wenzel. „Keiner muss traurig sein“, sagte Wehr zu den anwesenden Jungschützen. „Im nächsten Jahr hat wieder jeder die Chance auf den Titel.“ Friedrich tritt in die Fußstapfen seines Vaters, Bürgermeister Wilhelm Gebhard, der 1992 selbst Jungschützenkönig war. mag

MIETWAGEN WITZEL

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

SONTRA
05653 1640

Zulassung zu allen Krankenkassen

Eschwege **HIX** überrascht

20 Jahre ESCHWEGER GUTSCHEIN

Lösen Sie Ihre Eschweger Gutscheine ein!

Vom 05.07. bis 05.09.2023 mit einem Eschweger Gutscheine einkaufen und attraktive Preise gewinnen.

Initiative Stadtmarketing Eschwege

ECKSTEIN
aufback Genuss

GUTSCHEIN

2 FÜR 1
SONNTAG - SAMSTAG
16.07.-22.07.2023

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

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-repairstore.de | Inh. S. Beth Hiyo

Wir planen Ihre Küche mit viel Liebe zum Detail.

BLANCO
prisma
nobilis

Termin-Planungs-Hotline:
Tel. 05651 - 92230

Besuchen Sie uns auch hier

HARTMANN
WOHNIDEEN

Kultrift 3 | 37269 Eschwege | 05651 9223-0 | Öffnungszeiten: Di.-Fr.: 9-18 Uhr | Sa.: 9-14 Uhr
www.hartmann-wohndeideen.de

STADTHALLE
ESCHWEGE

Der Pfifferling ist wieder da, und schmecken tut er wunderbar.

Jetzt auf unserer Speisekarte.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch und eine Tischreservierung.

Mo. Ruhetag, Di. - Sa. 17.00 - 22.00 Uhr, So. 11.30 - 14.30 Uhr und 17.00 - 21.00 Uhr

Wiesenstr. 9, Tel. 05651 95121-0
hotel@stadthalle-esw.de

Neun Stunden vergehen im Flug

Sebastian Siebert fliegt 1000 Kilometer am Stück

1000 Kilometer am Stück mit dem Segelflugzeug zu fliegen – dieses Ziel hat Sebastian Siebert erreicht und ist damit im Mittelhessischen Verein für Flugsport Sontra/Bebra und kreisweit der Erste.

Werra-Meißner – Über 1000 Kilometer weit ist Sebastian Siebert aus Sontra geflogen – und das ohne Motor. Nach 20 Jahren Erfahrung im Segelflug gelang dem 37-jährigen dieser außergewöhnliche Flug. Er ist der Erste in seinem Verein, der das geschafft hat.

„Es ist eine magische Marke, die man überschreiten kann“, sagt er über die 1000 Kilometer, die das Ziel vieler Segelflugpiloten sind. Ob und wann sie es erreichen werden – das kann man laut Siebert nie vorhersagen. Während der besondere Flug einigen schon nach zwei Jahren gelingt, erleben ihn andere auch nach Jahrzehnten der Erfahrung und trotz sehr guter Kenntnisse nie.

Siebert erklärt, dass es bei ihm eine Mischung aus Erfah-

rung und Glück gewesen sei, die dazu führte, dass er über neun Stunden am Stück fliegen konnte. Er ist Ausbildungsleiter im Mittelhessischen Verein für Flugsport Sontra/Bebra und weiß, dass im Verein sicherlich mehrere Mitglieder das Können für einen solchen Flug haben. Am Ende spielt laut ihm aber neben Glück auch das Wetter eine Rolle.

Geplante Route

Als Siebert am Sonntag, 18. Juni, gegen 9.30 Uhr mit seinem Segelflugzeug startet, ahnt er noch nicht, dass er genau dieses Glück heute haben wird. Sein eigentliches Ziel: „nur nach Österreich und zurück fliegen.“ Erreichen will der Pilot den Hufberg an der Grenze zwischen Deutschland, Österreich und Tschechien und mit dem Rückflug eine Strecke von rund 760 Kilometern zurücklegen.

Gut vorbereitet ist der Pilot und weiß durch lange Übung, wie lange er seine Konzentration aufrechterhalten kann. Wichtig vor allem, dass die Technik funktioniert und zu einhundert Prozent Verlass



Thermik und Technik müssen für den 1000-Kilometer-Flug stimmen. Zwischendurch kann der Pilot aber auch mal Abschalten. FOTO: SEBASTIAN SIEBERT/INH

www.rb-becker.de

becker

ab Mo, den 17.07.2023

Stand-Ventilator, Ø 40cm

Höhe verstellbar auf max. 130 cm, 3 Geschwindigkeitseinstellungen, ca. 40 Watt

19,98

Regenwassertank

anthrazit, 330l, UV- und witterungsbeständig, inkl. Auslaufhahn, Steinoptik, B x H x L 58x182x37 cm

Platzsparend & kompakt

79,95

Metall-Universalschrank

grau, L x B x H 41 x 80 x 180 cm, 4 Böden, abschließbar, einfache Steckmontage, inkl. 2 Schlüsseln

Traglast: 50 kg/Boden

99,50

Lagerkasten/ Ordnungssysteme

EF 4220 (40x30x22 cm) 2. Hand

Stapel-BC 5 Stück = **15€**

EF 6120 + Einsätze

EF 6120 + 2x EK 115
EF 6120 + 4x EK 113
EF 6120 + 8x EK 112
EF 6120 + 16x EK 111 (60x40x12 cm) je **15€**

Stapelstuhl

silber oder anthrazit, Aluminiumgestell, Textilgewebe, 97,5 cm hoch, 65,5 cm breit

Aus dem Hause eines bekannten Markenherstellers

39,98 je

Schmutzwasser-Tauchpumpe G54001

400 W, 230 V, Fördermenge max. 8000l/h, Förderhöhe max. 5m

29,50

Hauswasserwerk HWW 3400

800 W, 230 V, Förderleistung: 3400 l/h, max. Förderhöhe: 38 m, Kesselinhalt: 19 l

89,50

Tauchpumpe G5751 3in1

Flach-, Klar- & Schmutzwasserpumpe

750 W, 230 V, Förderleistung: 15900 l/h, max. Förderhöhe: 8,5 m

max. Absaugung: ca. 1 mm

45,00

Klappsessel

silber oder anthrazit, Aluminiumgestell, Textilgewebe, 93,5 cm hoch, 64 cm breit

49,50 je

Relaxsessel

silber oder anthrazit, Aluminiumgestell, Textilgewebe, 94 cm hoch, 64 cm breit

69,50 je

Strandkorb

falls nicht wer sucht: Ich bin am Strand

inkl. Schutzhaube

175,00

Große Auswahl an Natursteinschirmständern

rund o. eckig, versch. Farben & Ausführungen

von 25 bis 50kg

aus Granit

ab **19,98** bis **35,00**

Holz-Gartentisch in 3 Größen

hochwertiges, gebürstetes Akazienholz, lange Haltbarkeit im Außenbereich mit Polyurethanlack in hellem Leckbraun behandelt

160 x 90 cm **99,50**

220 x 100 cm **149,50**

300 x 100 cm **249,50**

X-Fuß Gartentisch

Gestell aus Aluminium, Tischplatte aus massivem Robinienholz

299,00

Gartentisch Ausziehbar

Tischplatte aus hochwertigem Creatop, einem Verbundwerkstoff aus glasfaserverstärktem Zement, sehr leichtes Tischgestell aus rostfreiem Aluminium

299,50

Landliebe Rahm- o. Fruchtyoghurt

versch. Sorten 150 g

0,39

Miracel Whip

versch. Sorten 220 ml

0,89

Brandt Knäck it

Knäckebrot 200g

0,79

Coca-Cola "Rosalia" Edition

ohne Zucker, 0,25l

Limited Edition Flavour

bei Abnahme von 24 Dosen **0,15** (3,60 Pflasterpreis)

Lindenhof Dän. Käsespezialitäten

versch. Sorten 200g

1,49

Milka Pralinés

versch. Sorten 165 g

1,59

Brandt Saaten Crisp

Saatenscheiben 130g

0,99

becker

...IMMER WAS BESONDERES

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

auf sie ist. Bei seinem Flugzeug des Typs ASH 26 E aus dem Jahr 1995 weiß Siebert das. Jährlich werden die Maschinen überprüft. Während Siebert ein eigenes besitzt, gehören die meisten Flugzeuge dem Verein.

Ein Faktor, auf den die Piloten dagegen keinerlei Einfluss haben, ist das Wetter. Entscheidend beim Segelflug ist die Thermik, wie Siebert erklärt. „Der Pilot muss sie und somit eine Quelle für Auftrieb finden, den Flieger durch Kreisbewegungen möglichst weit in die Höhe befördern und diese für eine längere Strecke ausnutzen.“ An diesem Tag ist die Thermik besonders gut, wie Siebert sagt, der Teamleiter bei Hilti in Bebra ist. Anstelle der sonst maximal möglichen etwa 2200 Meter Höhe gelingt es ihm, seine Maschine auf rund 2900 Meter Höhe zu bringen. Der Ausbildungsleiter erklärt, dass diese Thermik durch Hitzeperioden zustandekommt.

Kritischer Moment

Doch nach 20 Minuten droht

das Ende für Sieberts Flug. „Das war der kritische Moment“, erinnert er sich: „Zwei Minuten hatte ich noch, um die erste Thermik zu finden, ansonsten wäre der Flug beendet gewesen.“ Durch die Wolken am Horizont ist der Auftrieb allerdings im Thüringer Wald zu erkennen, sorgt dafür, dass Siebert den Flug nicht beenden muss.

Er fliegt weiter seinem eigentlichen Ziel entgegen, erlebt einen guten, aber nach wie vor unaufgeregten Flug. „Die ersten sechs Stunden ist es ein normaler Flug gewesen“, so Siebert. Beim Fliegen gebe es immer wieder Zeiten, in denen der Pilot wieder Energie sammeln kann. Wenn eine bestimmte Höhe erreicht ist, könne man die Gedanken auch mal etwas schweigen lassen. Auch das Fotografieren des Ausblicks oder das Schreiben einer Nachricht auf dem Handy sind dann möglich.

Essen und Getränke hat Siebert ebenfalls dabei, um für den langen Flug gerüstet zu sein. Musik hört er beim

Fliegen nicht: Beim Segeln mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 115 Kilometern pro Stunde vergeht die Zeit „wie im Flug“.

Dabei stehe man als Pilot nicht unter Dauerstress, sondern sei trotz der Anforderungen eher entspannt: „Man vergisst alle anderen Sorgen, die man irgendwo im Leben hat.“

Das Navigationssystem berechnet stetig, welche Kilometerzahl der Pilot inklusive Rückflug erreichen kann. Siebert entscheidet sich dagegen, den Flug nach 1030 Kilometern noch auszudehnen und landet gegen 18.50 Uhr auf dem Flugplatz in Sontra. Bei einer Landung auf einem Feld wäre das Ergebnis nicht gewertet worden, so Siebert. „Ich möchte sehr gern mal ein 1000-Kilometer-Dreieck fliegen“, sagt er über sein nächstes Ziel.

Der Flug will aber genau geplant sein, soll Sontra, den Bayerischen Wald und den Schwarzwald umfassen. esr

Digitales Flugprotokoll mit Karte: weglide.org/flight/290127



Langstreckenflieger Sebastian Siebert schreibt Vereinsgeschichte. FOTO: PRIVAT



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 ladungsfähige 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-Straße 1, 34123 Kassel

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

Anzeigenpreisliste: Nr. 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

Demo ohne Menschen

VdK macht auf Situation pflegender Angehöriger aufmerksam

Eschwege - Am Samstag, 22. Juli 2023, veranstaltet der Sozialverband VdK eine Demo ohne Menschen. Ganz nach dem Motto „Wer pflegt, hat keine Zeit auf die Straße zu gehen“, soll die Aktion auf die Situation pflegender Angehöriger aufmerksam machen.

Bundesweite Kampagne

Um auf die große Leistung ebenso wie auf die enorme Belastung von pflegenden Angehörigen aufmerksam zu machen, veranstaltet der Sozialverband VdK seit 2022 eine bundesweite Kampagne mit vielen Aktionen in allen Landesteilen. Schon deren Titel ist ungewöhnlich: Das Wort „Nächstenpflege“ soll die intensive Beziehung zwischen Pflegebedürftigem und Pflegenden verdeutlichen. Den Auftakt zur Kampagne bildete Anfang Mai eine Pressekonzferenz in Berlin, bei der die Ergebnisse einer vom VdK beauftragten Pflegestudie mit 56.000 Teilnehmenden vorgestellt wurden. Aus den Angaben, die die Befragten zu ihrem Pflegealltag gemacht haben, zeichnet sich ein klares Bild ab: Pflegende brauchen mehr und bessere Unterstützung. Wie diese Unterstützung aussehen soll, dazu hat der VdK klare Vorstellungen. „Wir fordern, dass Berufstätige sich für die Pfle-



Aktion #nächstenpflege: Der VdK Kreisverband Eschwege nimmt an der bundesweiten Aktion teil, die auf die Situation von pflegende Angehöriger aufmerksam machen soll.

FOTO: HENNING SCHACHT

ge bis zu drei Jahre freistellen lassen können und in dieser Zeit eine Lohnersatzleistung erhalten, genauso wie Eltern, die wegen der Kindererziehung im Job pausieren“, „Au-

ßerdem müssen Pflegezeiten rentenrechtlich stärker berücksichtigt werden.“

Der VdK spricht sich ferner dafür aus, die Beratung und Begleitung von Pflegenden zu intensivieren und die verschiedenen Leistungen der Pflegeversicherung in einem einheitlichen Budget zu bündeln. „Das würde es den Be-

troffenen leichter machen, gezielt die Hilfe und Entlastung in Anspruch zu nehmen, die sie persönlich benötigen“, erklärt der Kreisvorsitzende Heinz-Enno Piégay. Die „Demo ohne Menschen“ findet am Samstag, 22. Juli von 10 bis 14 Uhr in der Marktstraße statt.

red/mas

Sara, 28

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

umsteigerin

„...abgefahrener Job und ein bahnbrechendes Team!“

beiwirb dich auch!

➤ 06678 919012
arbeit@bist-du-bereit.com

BDL BAHN DIENSTLEISTUNGEN LUDOLPH www.bist-du-bereit.com

LOKAL
Ihre Tageszeitung berichtet auch aus Ihrem Ort!

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



Nicole Klötzl, Abteilungsleiterin der Hauswirtschaft, verlässt nach 25 Jahren Dienstzeit das Klinikum Werra-Meißner.

FOTO: KLINIKUM WERRA-MEISSNER

„Sie war immer zur Stelle“

Abteilungsleiterin Nicole Klötzl verlässt Klinikum Werra-Meißner

Eschwege – „Sie war wie die Feuerwehr – immer zur Stelle, wenn es gebrannt hat“, sagte Verwaltungsdirektor Michael Rimbach jüngst zum Abschied von Hauswirtschaftsleiterin Nicole Klötzl nach fast 25 Jahren im Klinikum Werra-Meißner.

Doch nun zieht es sie nach dieser langen Zeit der Liebe wegen nach Sachsen-Anhalt, auch der private Umzug vom Heimatort Großalmerode in den Harz geht damit einher. „Ich gehe mit einem weinenden Auge, denn ich habe immer gerne hier gearbeitet. Der Wechsel ist rein privat motiviert und hat nichts mit dem Klinikum als Arbeitgeber zu tun“, sagt Klötzl. Ihr werde vor allem das ausgeprägte „Wir-Gefühl“ fehlen, das sie hier in zweieinhalb Jahrzehnten erlebt hat.

„Wenn große Aufgaben anstanden – beispielsweise der große Brand, die 125-Jahr-Feier oder der OP-Neubau – dann haben immer alle Abteilungen an einem Strang gezogen, ohne groß zu meckern. Das habe ich stets sehr

geschätzt.“ Und die scheidende Hauswirtschafts-Chefin hat so einiges erlebt im Hause. Vor genau 24 Jahren und zehn Monaten hat sie die Abteilung übernommen, absolvierte vorher schon eine Ausbildung in der Hauswirtschaft in Hessisch Lichtenau sowie noch eine Ausbildung zur Leiterin in diesem Bereich.

„Meine damalige Ausbilderin hat mein Organisations-Talent früh erkannt und mir gesagt, ich soll in Richtung Leitung gehen. Das habe ich dann gemacht und es bis heute nicht bereut. Ich habe mein Hobby zum Beruf gemacht, ich wollte nie etwas anderes machen“, berichtet Nicole Klötzl. Der Bereich Hauswirtschaft sei sehr facettenreich. Im Klinikum Werra-Meißner deckt ihr Team im Kern die Gebäude- und Fensterreinigung in allen Bereichen beider Standorte, die Organisation des Speed-Dress-Rooms mit der entsprechenden Dienstkleidung für alle Berufsgruppen, die Wäscheversorgung sowie die

Bettenaufbereitung ab. An ihr selbst lag es dann, die 95 Mitarbeitenden der Hauswirtschaft so zu koordinieren, dass all dies an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr unter Einhaltung strenger Hygiene-Standards gewährleistet ist. „Wir haben immer versucht, für alles eine Lösung zu finden“, sagt Klötzl. Nebenher hat sie sich auch um die Verteilung und Unterhaltung der 21 angemieteten Wohnungen des Klinikums für Studenten und Honorarärzte gekümmert. – was ihr den Spitznamen „Hotel Klötzl“ einbrachte, wie sie erzählt.

Zum Abschied liegt Nicole Klötzl vor allem eins am Herzen: „Ich möchte mich bei meinem Team in Eschwege und Witzenhausen bedanken. Wir sind eine tolle Truppe, die zusammen durch dick und dünn geht. Macht weiter so! Das Klinikum war mein zweites Zuhause, ich habe die Hälfte meines Lebens hier verbracht. Insbesondere meine Kolleginnen und Kollegen werden mir fehlen.“ red/mag

20%

AUF ALLES*



MIT DER HEINMÜLLER BONUS APP:

20% RABATTGUTSCHEIN*

DIGITALE KUNDENKARTE

EXKLUSIV RABATTE

AKTIONS BENACHRICHTIGUNG

- KNÜLLWALD / OBERBEISHEIM
- GÖTTINGEN / ROSDORF
- FRANKENBERG (EDER)



SCHUHHAUS
heinmüller

Jetzt shoppen bei Ihrem regionalen Schuhhändler!

*Nicht Gültig auf bereits reduzierte Ware. Nicht mit anderen Aktionen und Gutscheinen kombinierbar. Nicht gültig auf Artikel von ON, Lowa, Meindl, Birkenstock sowie Strümpfe, Sohlen & Pflegemittel.

Frankershäuser Lebensretter

Durch ihre Stammzellen konnten die Männer helfen

Frankershausen – Lässt man sich als Stammzellenspender registrieren, beträgt die Wahrscheinlichkeit, innerhalb der folgenden zehn Jahre tatsächlich zum Spender zu werden rund 1,5 Prozent. In dem kleinen Dorf Frankershausen in der Gemeinde Berkatal haben gleich drei Männer eine Stammzellenspende abgegeben und Leben gerettet.

„Es ist schon verrückt, dass wir keine 900 Einwohner haben und gleich drei davon Stammzellen spenden können“, sagt Lorenz Schöggel. Der 24-Jährige hat Anfang Januar seine Spende bei der

Knochenmark- und Stammzellenspenderdatei Göttingen (KMSG) abgegeben. Vor einigen Tagen kam der Anruf: Seine Stammzellen haben dem Empfänger das Leben gerettet. Schöggel: „Das ist ein Wahnsinns-Gefühl.“

Doch er ist nicht der einzige Frankershäuser, der auf diesem Wege zum Lebensretter wurde. Karsten Schindewolf (55) und Thomas Kühnemuth (50) haben ihre Stammzellen an Leukämieerkrankte gespendet. Schindewolf: „Bei mir ist das schon einige Jahre her. Ich weiß aber noch das genaue Datum – der Johannisfestmontag 2014.“

Nach über 50 Blutspenden wollte er noch mehr helfen und entschloss kurzerhand, sich auch für Stammzellenspenden registrieren zu lassen. „Es dauerte knapp drei Jahre, dann kam der Anruf vom DRK, ob ich bereit wäre zu spenden.“ Für ihn war sofort klar: „Das mache ich!“

Nachdem die entsprechende Frist verstrichen war, erhielt Schindewolf die Info, dass seine Stammzellenspende das Leben eines damals 78-jährigen Mannes gerettet hat. Sie traten in Kontakt und wie sich herausstellte, stammte der Empfänger gebürtig aus Abterode – keine fünf Kilometer von Frankershausen entfernt.

Schindewolf: „Ein verrückter Zufall oder? Getroffen haben wir uns allerdings nie.“ Denn der 78-Jährige lebte in Südhessen.

„Wir haben immer mal telefoniert und Weihnachtskarten geschickt. Leider ist der Mann mit Anfang 80 dann verstorben – allerdings nicht an Leukämie.“

Anders lief es bei Thomas Kühnemuth. Der 50-Jährige ließ sich Ende 2013 bei einer Typisierungsaktion der DKMS registrieren. Fast sechs Jahre dauerte es, bis bei ihm das Telefon klingelte.

„Ich habe den kompletten Prozess durchlaufen und am



Drei Frankershäuser, drei Lebensretter: Lorenz Schöggel (von links), Karsten Schindewolf und Thomas Kühnemuth haben alle Stammzellen gespendet.

FOTO: THERESA LIPPE

Abend, bevor ich die ersten Medikamente hätte zu mir nehmen müssen, kam ein zweiter Anruf. Der Empfänger hatte abgelehnt.“ „Das war schon ein merkwürdiges Gefühl“, erinnert sich der Frankershäuser.

Zwei Jahre vergingen und sein Telefon klingelte erneut: Derselbe Patient brauchte und wollte nun doch eine Stammzellenspende. Im Oktober 2022 gab er seine Spende in Hannover ab.

Kühnemuth weiß allerdings bis heute nicht, ob seine

Spende geholfen hat. „Mir wurde nur mitgeteilt, dass der Empfänger ein Mann um die 30 Jahre war und in Großbritannien lebte. Dort gibt es andere Vorschriften beim Datenaustausch.“ Das fände er schade, ein „geiles Gefühl“ wahrscheinlich ein Leben gerettet zu haben, sei es trotzdem. „Wird eine Stammzellenspende angefragt, ist das für den Patienten die letzte Überlebenschance“, erklärt der 50-Jährige. Die drei Frankershäuser sind sich einig: Wer kann, sollte sich regis-

trieren lassen. Sie würden jederzeit wieder ihre Stammzellen spenden, um Leben zu retten. Schöggel: „Es hat mir ein Gefühl der inneren Erfüllung gegeben. Ich bin froh, dass ich helfen konnte“, zieht er als Fazit.

Karsten Schindewolf ergänzt: „Es ist ganz wichtig, dass die Horrormärchen aufgeklärt werden, in denen Menschen erzählen, dass bei einer solchen Spende Rückenmark entnommen wird. Das ist vollkommener Quatsch!“

Dr. Beatrix Pollok-Kopp, Ärztliche Leiterin der KMSG erklärt, dass etwa 80 Prozent der Stammzellenspenden bei einer sogenannten Apherese entnommen werden. Dabei werden die Stammzellen mithilfe einer Maschine aus dem Blut der Spender gefiltert.

Reicht das nicht aus, gibt es die Knochenmarkspende: „Dabei entnehmen wir unter Vollnarkose Knochenmark aus dem Beckenkamm, das ist weit weg vom Rückenmark. Das eine hat mit dem anderen nichts zu tun.“ tti

**Flohmarkt
Hann. Münden
22./23.07.**

AWO Essen auf Rädern

**Täglich heiß
geliefert!***

*im Liefergebiet

Jetzt bestellen!
☎ 0800 3403440



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

24-Stunden-Telefon
0 56 53 / 91 42 71

36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3

Traumtänzer?

„Ich habe schon immer gern getanzt. Mit meinem Nebenjob als Marktspiegel- und Sontraer Stadtkurier Zusteller konnte ich mir jetzt einen professionellen Tanzkurs leisten!“

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

Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhaft in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Du bist dafür verantwortlich, den **MARKTSPIEGEL & SONTRAER STADTKURIER** **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

- BERKATAL
- SONTRA
- ESCHWEGE
- WALDKAPPEL
- Stadt
- WANFRIED
- Oberhone
- WEHRETAL
- HERLESHAUSEN
- WEIßENBORN
- MEINHARD
- MEIßNER

**MARKT
SPIEGEL**
REGION ESCHWEGE

**TOP
DIREKT** **SONTRAER
STADTKURIER**

Bewirb Dich jetzt:

☎ Tel. 0561 92094-100 oder -101
🌐 www.top-direkt.de

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 0 56 51-33 59 55

Poolwasser nicht auf Grundstück versickern

Ministerium weist auf Regelung hin

Werra-Meißner – Das Hessische Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz hat 2019 einen Erlass für die Entsorgung von Wasser aus privaten Pools herausgegeben. Ab sofort ist es nicht mehr gestattet, das Poolwasser auf dem eigenen Grundstück versickern zu lassen. Mit der zunehmenden Anzahl von privaten Pools weist das Ministerium alle Poolbesitzer und diejenigen, die einen Pool planen, auf die Regelung hin.

Poolwasser ist Abwasser

Poolwasser wird als Abwasser klassifiziert, da es durch den häuslichen, gewerblichen oder sonstigen Gebrauch in seinen Eigenschaften verändert ist und somit als Schmutzwasser einzustufen ist.

Die Verunreinigung des Wassers wird sowohl durch den Badenden selbst (etwa durch Schweiß/Sonnen-

schutzmittel) als auch durch den Einsatz chemischer Zusatzstoffe wie Chlor, Detergenzien oder Biozide zur Reinigung des Beckens hervorgerufen. In der Vergangenheit wurden die Schmutzwassergebühren für Pool- und Schwimmbadwasser erstattet, da es nicht dem öffentlichen Kanalnetz zugeführt wurde.

Viele Bürger haben das Abwasser im Garten ablaufen lassen oder ihre Pflanzen damit bewässert. Das Hessische Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz weist darauf hin, dass aus umwelttechnischen Gründen, insbesondere dem Schutz des Grundwassers, das Schwimmbadwasser dem öffentlichen Schmutzwasserkanal zugeführt werden muss.

Daher können die Schmutzwassergebühren für Pool- und Schwimmbadwasser nicht länger erstattet werden und sind von den Verbrauchern zu entrichten.

mag

Sehr früh oder ganz spät

An heißen Sommertagen bei Sonnenaufgang gießen

Wer seine Garten- und Balkonpflanzen liebt, steht im Sommer früh auf. Denn die beste Zeit zum Gießen ist der Sonnenaufgang. Denn dann hat sich der Boden über Nacht abgekühlt und das Gießwasser verdunstet weniger schnell, heißt es vom Blumenbüro Holland.

Das frühmorgendliche Gießen der Gartenpflanzen hat noch einen Vorteil: Schnecken haben es dann schwerer. Denn Böden und Pflanzen, die über Nacht feucht vom Gießen sind, erleichtern den nachtaktiven Tieren die Fortbewegung. Darauf weist die Gartenberatung des Verbands Wohneigentum hin. Außerdem fördert das abendliche Gießen von oben auf die Blätter manche Pilzkrankheiten, etwa den Echten Mehltau.

■ Alternativ: So spät wie möglich abends gießen

Wem der sommerlich sehr frühe Sonnenaufgang zu früh ist: Die Experten der Blumenbüros raten Langschläfern dazu, ihre Pflanzen abends so spät wie möglich zu gießen.

Schafft man auch das mal nicht und die besonders wasserhungrigen Topfpflanzen lassen am nächsten Tag schon die Köpfe hängen, sollte man sie baden. Die Töpfe kommen in einen Eimer voller Wasser - und zwar so lange, bis die Erde komplett feucht geworden ist.

■ Bei starker Hitze: Zweimal gießen

Manche Pflanzen, insbesondere jene im Topf, brau-



Pflanzen brauchen keine Dusche. Es ist besser für sie, wenn das Gießwasser direkt an die Erde über ihre Wurzeln gegeben wird.

FOTO: ROLAND WEIHRACH/DPA/DPA-TMN

chen bei extrem heißer Witterung ohne Regen auch zweimal am Tag unsere Hilfe. Dann sollte man ebenfalls am besten am Morgen und spät abends gießen. Aber auf keinen Fall in den heißen Stunden des Tages - also ab Mittag bis in den Abend hinein.

Denn ein Großteil des gegossenen Wassers verdunstet dann, bevor die Wurzeln der

Pflanzen es aufnehmen können.

■ Wasser sparen: Nur den Wurzelraum gießen

Egal zu welchem Zeitpunkt: Am besten wird Gießwasser nur direkt auf die Erde über den Wurzeln der Beet- und Topfpflanzen gegeben. Das spart Wasser. So übrigens funktioniert auch eine

professionelle und ressourcenschonende Tröpfchenbewässerung: Sie gibt punktuell genau an den Wurzeln Wasser ab. Den Pflanzen tut das Gießen direkt unten am Boden übrigens auch gut. Eine Dusche ihrer Blätter und Triebe ist nicht nötig, vielmehr kann das Pilzkrankheiten begünstigen, so der Verband Wohneigentum. tmn

Motzender Nachbar

So rinnt weniger Gießwasser durch den Topf

Saßen Sie auch schon mal im Sommer vor einem Restaurant und bekamen von oben einen Schwall Gießwasser ab? Oder ist Ihr Nachbar genervt, weil Wasser aus Ihren Balkonkästen seine Gartenmöbel verschmutzt hat?

„Wenn nichts runtertropfen soll, rate ich zu Wasserspeicherkästen“, sagt Reiner Höpken, geschäftsführender Vorstand des Bundesverbands Einzelhandelsgärtner (BVE). Man gießt dann nicht direkt die Blumenerde oder die Pflanzen, sondern füllt regelmäßig einen Wasserspeicher im Blumenkasten oder Pflanztopf auf, aus dem sich das Grün dann selbst bedient.

Zwar haben auch die Blumentöpfe mit Wasserreservoir Kapazitätsgrenzen. Regnet es stark oder über lange Zeit, läuft der Tank voll - und letztlich über. „Aber wenn es

so doll regnet, dann wird der Nachbar unten sowieso nass“, so Höpken. Ansonsten wird das Wasserlager am besten immer so aufgefüllt, dass der Wasserstandsanzeiger etwa in der Mitte der beiden Markierungen steht.

■ Die Lösung: Schluckweise gießen

Blumenkästen ohne Wasserreservoir müssen an der Unterseite Abzugslöcher haben. Sonst stellt sich Gieß- und Regenwasser im Topf auf. Das schädigt die Wurzeln - und die Pflanzen gehen rasch ein, erläutert Gärtner Höpken.

Aber die Gießwasser-Dusche für Nachbarn und Passanten lässt sich reduzieren - und zwar durch dosiertes Gießen. „Ganz trockenes Substrat nimmt das Wasser schlecht auf“, erklärt Höp-

ken. Das Gießwasser läuft daher zu großen Teilen einfach durch die Blumenerde.

Sein Tipp: Dem Blumenkasten anfangs nur eine kleine Menge Wasser geben, damit sich das Substrat wieder langsam vollsaugt. „Dann eine Viertel- bis eine halbe Stunde warten und ein zweites Mal gießen, eventuell noch ein drittes Mal.“

■ Oder das Gießwasser auffangen

Für Sie ausprobiert: Alternativ kann man viele Blumenkästen so aufhängen, dass sie nach innen zeigen - so tropft es nur auf den eigenen Balkon. Manche Balkone haben auch Brüstungen mit Aussparungen für Kästen und Töpfe. Oft kann man sich auch Untersetzter stellen, die überschüssiges Gießwasser auffangen. tmn



Die meisten Blumenkästen auf dem Balkon können nicht viel Gießwasser auf einmal aufnehmen. Stattdessen rinnt es einfach nach unten durch.

FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA-TMN

Nasse Laken gegen Sommerhitze im Haus?

Nasse Laken können die Luft in überhitzten Räumen an Sommertagen herunterkühlen. Allerdings merkt man den kühlenden Effekt nur für kurze Zeit. Zwar wird für die Verdunstung der Feuchtigkeit aus dem Stoff der Umgebung Wärme entzogen, was die Raumtemperatur senkt, erläutert die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen. Aber das steigert auch die Luftfeuchtigkeit im Raum, es

wird also schwüler, was die Wärme oft noch unerträglich erscheinen lässt. Hohe Luftfeuchtigkeit begünstigt die Bildung von Schimmel. Um dem entgegenzuwirken, müsste man die Luftfeuchtigkeit weglüften - das aber würde wiederum Wärme ins Haus bringen. Fazit: An heißen Sommertagen nasse Laken im Haus aufzuhängen hat kaum einen Effekt auf das Hitzeempfinden. tmn

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

RUNDUM GUT VERSORGT!

Diakonie
ESCHWEGE-LAND

05658 93293

Ihr Pflegedienst für zu Hause

Unsere erfahrenen Pflegeteams stehen Ihnen das ganze Jahr zur Seite - im Notfall rund um die Uhr. Sprechen Sie uns an.

Team Herleshausen Am Anger 4, 37293 Herleshausen	Team Sontra Hinter der Mauer 20, 36205 Sontra
Team Meißner Kupfergasse 7, 37290 Meißner-Abterode	Team Waldkappel Leipziger Straße 67, 37284 Waldkappel
Team Ringgau Rüdelbach 6, 37296 Ringgau-Datterode	

www.diakonie-esw-land.de

Anzeige

Jetzt 40% Förderung sichern!

Plameco fördert die Spanndecken Heizung

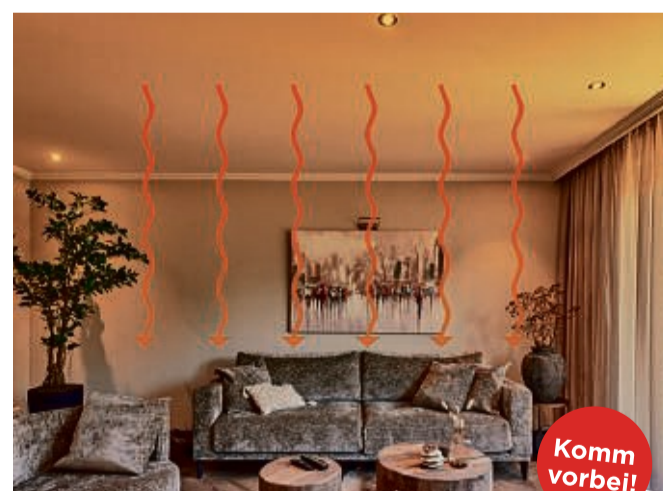
Fast jeder sucht Alternativen beim Heizen

Der schnelle Umbau oder eine Erneuerung der Heizungsanlage scheidet 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 Ölheizun-



unabhängig heizen mit Infrarot Heizung unter der Decke



gen 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 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
Leipziger Str. 163
34123 Kassel
0561-95 32 674

Homburger Str. 81
36251 Bad Hersfeld
0561-95 32 674

Ausstellung geöffnet
Kassel: Mo-Di & Do-Fr 13:00 - 18:00
Sa 10:00 - 13:00
gern auch nach Vereinbarung

Bad Hersfeld: Sa 10:00 - 13:00
gern auch nach Vereinbarung

• Spanndecken • Akustik
• Infrarotheizung • Beleuchtung

Alles komplett und aus einer Hand!
morgen schöner wohnen

Ruf an oder komm in die Ausstellung

Angebote gültig vom 17.07. – 22.07.2023

Jede Woche erfrischende Angebote!

Logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

Bitburger
Premium Pils, Radler naturtrüb, „Stubbi“,
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,36 €

-36%
8,99



Und bitte nicht zu spät ernten: Bei einer Länge von rund 15 Zentimetern haben Zucchini das beste Aroma.

FOTO: KLAUS-DIETMAR GABBERT/DPA/DPA-TMN

Für feines Aroma Zucchini nicht schälen

Die Früchte des Kürbisgewächses lassen sich vielfältig verarbeiten. Und es gibt Tricks, ihnen besonders viel Geschmack zu entlocken.

Sie lassen sich roh oder gekocht essen, mancher grillt oder brät sie, auch mariniert und paniert schmecken Zucchini: Doch schälen musste man das Gemüse entgegen sich hartnäckig haltender Gerichte nicht, so das Bundeszentrum für Ernährung in Bonn (BZfE).

Im Gegenteil: Bleibt die Schale dran, schmecken Zucchini nicht nur aromatischer, auch zerfällt das Gemüse beim Kochen dann nicht so schnell. Um möglichst viel Aroma aus der Kürbisfrucht

herauszuholen, gibt es für Hobbygärtner noch einen weiteren Trick: Sie lassen ihre Zucchini am besten nicht länger als 15 Zentimeter wachsen. Dann schmecken sie besonders fein. Auch in Super- und auf Wochenmärkten bekommt man derzeit regionales Gemüse. Die heimische Ernte geht noch bis Oktober.

Und wer die Gelegenheit hat, die Blüten in der Küche zu verarbeiten, bekommt es laut BZfE mit einer Delikatesse zu tun: Sie lassen sich zum Beispiel in Teighüllen und in heißem Öl ausbacken. Nur sollte man vorher den harten Blütenstempel entfernen.

tmn

IHR WOCHENHOROSKOP

- WIDDER 21.3.-20.4.** Die nächste Woche dürfte problematisch werden. Da hat sich jemand etwas in den Kopf gesetzt, das mit Ihren Plänen nicht zu vereinbaren ist.
- STIER 21.4.-21.5.** Alle Fakten liegen nun auf dem Tisch, neue Informationen, die noch bedacht werden müssten, gibt es nicht. Also, entscheiden Sie sich!
- ZWILLING 22.5.-21.6.** Geselligkeiten vielerlei Art stehen jetzt unter besonders guten Sternen. Lassen Sie sich darum nicht zweimal bitten. Mitmachen lautet die Devise!
- KREBS 22.6.-22.7.** Die barsche Reaktion eines Kollegen ärgert Sie. Suchen Sie das Gespräch, bevor die Meinungsverschiedenheit zu einem echten Streit wird!
- LÖWE 23.7.-23.8.** Sie wollen keine Almosen, sondern Leistungsanerkennung. Wenn man die verweigern will, müssen Sie sich nach einem neuen Wirkungskreis umschauen.
- JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Sie werden mit Fakten konfrontiert, von denen Sie bisher offenbar zu wenig Notiz genommen haben. Das nagt an Ihrem Selbstbewusstsein ...

Biererlebnis Obermain-Jura (djd-k). Barocke Baudenkmäler wie Kloster Banz oder die Basilika Vierzehenheiligen und die felsige Topografie machen die Region Obermain-Jura zu einem besonderen Flecken Erde. Und eine weitere Facette prägt Land und Leute: das Bier. Dem Gerstensaft begegnet man hier auf Schritt und Tritt. Meist sind es kleine Betriebe, die sich der Herstellung widmen, die Vielfalt an Geschmack und Sorten ist groß. Eine Brauereiwanderung führt durch die Täler von Main, Lauter oder Itz und auf die Höhen von Staffelberg und Co. – in Verbindung mit so manchem Brauereibesuch. Wer von allen elf Brauereien in Bad Staffelstein einen Stempel erhalten hat, darf sich sein Bieri-diplom abholen. Brauereitouren gibt es aber auch für Radler, man findet sie unter www.bad-staffelstein.de oder auf dem Routenplaner-Portal Komoot.

Foto: djd-k/Thurmsregion Obermain-Jura/Angela Franciska Endress

- WAAGE 24.9.-23.10.** Ihre beruflichen Aussichten sind ausgesprochen gut. Jetzt kommt es darauf an, dass Sie eine sich bietende Gelegenheit optimal zu nutzen wissen.
- SKORPION 24.10.-22.11.** Die Kräfteverhältnisse in Ihrer Umgebung ändern sich spürbar. Dadurch könnten einige Wege für Sie frei werden, die Ihnen bislang versperrt waren.
- SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Es sieht so aus, als würde nun die Stunde der Wahrheit für Sie schlagen! Vielleicht wäre es gut, jetzt reumütig Farbe zu bekennen ...
- STEINBOCK 22.12.-20.1.** Das Ihnen entgegengebrachte Vertrauen dürfen Sie erwidern. Ihre Zurückhaltung ist unbegründet und kann zu Verärgerung führen.
- WASSERMANN 21.1.-19.2.** Ein Thema wird angeschnitten, zu dem Sie sich am liebsten nicht äußern würden. Aber Sie werden es tun müssen: Spielen Sie mit offenen Karten.
- FISCHE 20.2.-20.3.** Anstatt sich im trauten Heim zu verschließen, sollten Sie mal wieder ein vergnügliches Treffen im Freundes- und Bekanntenkreis organisieren.

Rothaus Tannenzäpfle Pils
Kasten = 24 x 0,33 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
11 = 1,89 €

-25%
14,99 **13,99**
11 = 1,77 €

Bayreuther Hell, Hefe-Weissbier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,60 €

18,99 **15,99** **14,99**
11 = 1,50 €

Erdinger Weißbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,60 €

ANGEBOT
15,99

Theresien Quelle Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,67 €

5,99 **4,99**
11 = 0,55 €

Volvic
natürliches Mineralwasser,
Kasten = 6 x 1,5 l,
zzgl. 3,00 € Pfand,
11 = 0,78 €

ANGEBOT
6,99

top frisch Bitterlimonade
diverse Sorten,
teilweise chininhaltig,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 3,00 € Pfand,
11 = 1,00 €

6,99 **5,99**

Neu im Sortiment!
Neuschwansteiner Helles
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,60 €

ANGEBOT
15,99

top frisch Apfelsaft
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
11 = 1,08 €

ANGEBOT
6,49

Mio Mio Mate, Cola
koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 0,5 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 1,33 €

-24%
7,99

Volvic Touch, Tee
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1,5 l,
zzgl. 3,00 € Pfand,
11 = 1,00 €

ANGEBOT
8,99

Coca-Cola, Zero
koffeinhaltig,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
11 = 1,50 €

10,99 **8,99**

Störtebeker Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,70 €

20,99 **16,99** **15,99**
11 = 1,60 €

Coca-Cola
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,90 € Pfand,
11 = 2,02 €

4,79 **3,99**

Paulaner Spezi Zero, Coca-Cola
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
0,33 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 1,79 €

ANGEBOT **0,59** **NEU im Sortiment!**

Monster Energy
diverse Sorten,
koffeinhaltig,
0,5 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 1,76 €

-41%
0,88

fuze tea
diverse Sorten,
1 l-Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 0,99 €

-32%
0,99

Coca-Cola XXL*
koffeinhaltig,
2 l-Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 0,65 €

-28%
1,29

Carl Zuckmayer
diverse Sorten,
0,75 l-Flasche,
11 = 5,32 €

ANGEBOT **3,99** **3,49**
11 = 4,65 €

Jack Daniel's Whiskey
Old No. 7, Honey,
0,7 l-Flasche,
11 = 22,84 €

+ 1 Flasche Coca-Cola 1 l GRATIS!**
zzgl. Pfand 0,15 €

-20%
15,99

Puschkin
Nuts & Nougat,
Vodka,
0,7 l-Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
11 = 8,99 €

-26%
6,29 **5,79**
11 = 8,27 €

top frisch Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,33 €

ANGEBOT
3,99

PITÜ Original
0,7 l-Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 12,84 €

-25%
8,99

+ 1 Dose Pitü Caipirinha GRATIS!

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!

NORMA



+++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++

BIO-GESAMTSIEGER! 2023

zur aktuellen DLG Bio Prüfung



ab Montag, 17. Juli

Bio-Saft Zitrone
2x250-ml-Flasche, ohne Pfand (1 l = 5,98) je Doppelpack

2,99*
Zer PACK

VEGAN

Bio-Kerne XXL Kürbiskerne oder Sonnenblumenkerne
1-kg-Beutel (1 kg = 2,99) je Beutel

2,99*

billiger zum Vergleich: z. B. Sonnenblumenkerne 600-g-Beutel = 1,99

Bio-Kokosöl nativ, kaltgepresst
Verfeinert mit seinem frischen Aroma sowohl die exotische als auch die heimische Küche. Das Öl eignet sich als hochechtes Speiseöl hervorragend zum Kochen und Braten. 920-g-Bügelglas (1 kg = 8,36)

7,69*
920 g

Bio-Nüsse Walnusskerne oder Kokos-Chips getrocknet
175-g-Beutel (1 kg = 15,71) je Beutel

2,75
Ständig im Sortiment

Premium Heidelbeeren klimaneutral
z.B. Polen, Rumänien, Serbien, Kl. I, 400-g-Schale (1 kg = 8,73) je Schale (Abbildung ähnlich)

3,49*
400 g

Bio-Getreide XXL Buchweizen oder Haferkleie
1,2-kg-Beutel (1 kg = 3,33) je Beutel

3,99*

Bio-Hülsenfrüchte XXL Kichererbsen, Berglinsen braun oder Rote Linsen
1-kg-Beutel (1 kg = 2,99) je Beutel

2,99*

billiger zum Vergleich: z. B. Berglinsen 500-g-Beutel = 1,95

Bio-Agaven Dicksaft dunkel oder hell
500-ml-Squeeze-Flasche (1 l = 7,38) je Squeeze-Flasche

3,69*
500 ml

VEGAN

Bio-Fruchtschnitte Mandel-Banane oder Banane-Maracuja, 150-g-Packung (1 kg = 19,27) je Packung

2,89
Ständig im Sortiment

Paprika Sweet Mix
Niederlande, Kl. I, rot, gelb und orange 1-kg-Netz (1 kg = 2,99) je Netz

2,99*
1 kg

Kinder SCHOKOLADE
36 Riegel, 450-g-Packung (1 kg = 8,87) je Packung

3,99*
450 g

20% billiger UVP 4,99

Vobro Pralinen Marzipan Passion, Brownie oder Caramelli
1-kg-Packung (1 kg = 5,99) je Packung

5,99*
1 kg

Wiener Knackige Burschen
im zarten Saitling, 13 Stück, 1,3-kg-Packung (1 kg = 5,98) je Packung

7,77*
1,3 kg

22% billiger UVP 9,99

Schweizer Gebäck Schoko Mandel, Japonais, Nussecke oder Nuss-Nougat
100-g-Packung (1 kg = 19,90) je Packung

1,99*
UVP 2,49

20% billiger

Cherry-Pflaumen-Rispentomaten
Niederlande – süß und saftig, Kl. I, Sorte: Sunstream, kräftig im Geschmack, festes süßes Fruchtfleisch mit würzigen Akzenten, 750-g-Packung (1 kg = 4,92) je Packung

3,69*
750 g

NORMA

IMMER MEHR FÜRS GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN – IMMER DER BESTE PREIS

Sommer-Capri-Hose für Damen
• 65 % Polyester, 35 % Viskose
• Lockere und bequeme Passform
• Elastischer Komfortbund
• Größen S (36/38) – XXL (52/54) je Capri-Hose

Weich fließende Qualität

6,99*

Blau/Weiß Schwarz Schwarz/Weiß

Capri-Leggings
2er-Pack für Damen
• 95 % Baumwolle, 5 % Elastan
• Bequemer, elastischer Bund
• Single-Jersey-Qualität
• Größen S (36/38) – XXL (52/54) je 2er-Pack

8,99*

Schwarz + Eclipse Schwarz + Caneel Bay 2x Schwarz

NEUE Farben

Sneaker-Socken 6 Paar für Damen und Herren
• Perfekte Passform durch Elasthan
• Hoher Baumwollanteil • Komfortbund
• Größen 39/42 und 43/46 je 6 Paar

6,99*
UVP 24,95

71% billiger

5 + 1 Paar gratis (Viele verschiedene Sets erhältlich)

WALTER Li-Ion Akku-Kettensäge 40V
Qualität since 1939 inkl. 2x 20V Li-Ion Akkus und Schnellladegerät

- Hochwertiges Schwert und langlebige Kette
- Sofort-Kettenbremse • Werkzeuglose Ketten schnellschneidung
- Automatische Kettenschmierung
- Robuster Krallenanschlag aus Metall • Kettengeschwindigkeit 8,5 m/s

149,-*
UVP 214,-

30% billiger

Schwertlänge ca. 35,5 cm

Komplett-Set inkl. 2x 20V Li-Ion Akkus

Tank Top 3er-Set Ronley für Herren
• Uni: 100 % Baumwolle, Melange: 85 % Baumwolle, 15 % Viskose • Größen M (48/50) – XXL (60/62) je 3er-Set

8,99*

Schwarz + Royalblau + Graumelange

Socken 15 Paar Ronley für Damen und Herren
• 80 % gekämmte Baumwolle
• Größen 35/38 – 43/46

12,99*
je 15 Paar

Maxi-Packs Holzverbinder aus robustem Stahl 3 Jahre Garantie

3,99*
je Ausführung

24 Auch online

Winkelverbinder
12er 50 x 50 x 40 mm, 12er 50 x 50 x 35 mm, 16er 40 x 40 x 40 mm, 24er 40 x 40 x 20 mm

Schwerlastwinkel
4er 90 x 90 x 65 mm, 6er 70 x 70 x 55 mm

Lochplatten winkel 10er 60 x 60 x 40 mm

Stuhlwinkel
40er 40 x 40 x 15 mm, 25er 30 x 30 x 30 mm, 25er 60 x 60 x 16 mm, 30er 50 x 50 x 15 mm, 50er 25 x 25 x 14,5 mm

Flachverbinder
12er 100 x 35 mm, 30er 100 x 15 x 1,8 mm

KRAFT Bohrerschärfgerät
• 95 Watt • 75 mm Schleifscheibe
• Leerlaufdrehzahl 1500/min

24,99*
je Ausführung

24 Auch online

Für Stahlbohrer von 3 – 12 mm

Wäschehelfer aus robustem Kunststoff

4,99*
Flexibler Wäschekorb/Wäschekorb mit 2 Griffen

3,99*
Spülschüssel 2er-Set/Waschmittelbox/Wäsche-wanne/Eimer

In versch. Farben erhältlich

Putzeimer rechteckig 12l

Wäschekorb mit 2 Griffen 35l

Wäsche-wanne Ergonomic mit 3 Griffmulden 32l

Wash-mittelbox transparent mit Klappdeckel 4l

Spülschüssel 2er-Set 8l

Gartenhandschuhe „Tira“ 3 Paar
• Nahtlos und enganliegend • Atmungsaktiv, feuchtigkeitsabweisend • Größen S–XXL je 3 Paar

3,99*
3 Paar

(Modellbeispiele)

Modische Pantoletten
für Damen mit Keilabsatz

- Pflegeleichtes Obermaterial • Weiches Textilfutter mit gepolsterter Decksohle
- Leichte PU-Laufsohle • Größen 38 – 41 je Paar

12,99*
UVP 24,95

47% billiger

Solar-Power-Pack Komplett-Set 150W
• Kabellänge Solarpanel 5 m – für eine individuelle Platzierung des Panels

149,-*
UVP 249,-

40% billiger

24 Auch online

Umfangreiches Komplettpaket
✓ Solarpanel 25W
✓ Powerpack 150W
✓ USB-Adapter 3 in 1
✓ 2 LED-Birnen jeweils mit 5m Anschlusskabel

Die Sonnenenergie wird im Powerpack gespeichert – für eine unabhängige Energieversorgung.
✓ Kostenlos ✓ Nachhaltig ✓ Unabhängig

2x USB-Anschluss 2x 230V-Anschluss

Ultraleichte Barfußschuhe für Damen oder Herren
• Strapazierfähiger Obermaterial-Mix
• Textil-Innenfutter • Flexible TPR-Laufsohle
• Damen-Größen 38 – 40 • Herren-Größen 42 – 44 je Paar

19,99*
UVP 39,99

50% billiger

Damen Herren

Sneaker für Damen oder Herren
• Mesh-Obermaterial • Herausnehmbare Decksohle aus Memory-Foam • Ultraleichte Phylon-Laufsohle
• Größen 38 – 45 je Paar

19,99*
UVP 44,95

55% billiger

Damen Herren

MAUI Sneaker für Damen oder Herren
• Mesh-Obermaterial • Herausnehmbare Decksohle aus Memory-Foam • Ultraleichte Phylon-Laufsohle
• Größen 38 – 45 je Paar

19,99*
UVP 44,95

55% billiger

Damen Herren

MAUI Sneaker für Damen oder Herren
• Mesh-Obermaterial • Herausnehmbare Decksohle aus Memory-Foam • Ultraleichte Phylon-Laufsohle
• Größen 38 – 45 je Paar

19,99*
UVP 44,95

55% billiger

Damen Herren

*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.



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





Satzungsänderung und Neuwahlen

SG Pfaffenbachtal/Schemmergrund

Diemerode – Am Freitag, 28. Juli, um 19 Uhr findet die Jahreshauptversammlung der SG Pfaffenbachtal/Schemmergrund im „Gasthaus zur Sonne“ in Diemerode statt. Hierzu laden wir alle Mitglieder herzlich ein. Folgende Tagesordnung ist vorgesehen:

1. Begrüßung
2. Bericht der Schriftführerin
3. Bericht des 1. Vorsitzenden
4. Bericht des Trainers
5. Bericht der Jugendleiter
6. Bericht des Kassierers
7. Bericht der Kassenprüfer
8. Neuwahl eines Kassenprüfers

9. Satzungsänderung Beschlussfassung zur Satzungsänderung - Änderung der Voraussetzungen zur Auflösung der SG Pf./Sch. (§ 19 der Satzung)
10. Neuwahlen
11. Anträge
12. Verschiedenes

Anträge der Mitglieder müssen drei Tage vor Beginn der Sitzung schriftlich beim Vorsitzenden Uwe Sangmeister (Dresdener Straße 27, 36205 Sontra) eingehen. Für das leibliche Wohl wird gesorgt.

Der Vorstand

Gardziella
Brillenhaus-Blankenbach 06627 8886

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



Der Magistrat der Stadt Sontra

Der Magistrat der Stadt Sontra sucht zum **nächstmöglichen Zeitpunkt** einen

Bautechniker (m/w/d); Fachrichtung Tiefbau)

Ihr Aufgabenbereich umfasst u. a. folgende Tätigkeiten:

- Unterhaltung und Erneuerung von Straßen, Wegen, Plätzen, Brücken sowie der Straßenbeleuchtung
- Ausschreibung und Vergabe von Bauleistungen sowie Liefer- und Dienstleistungsaufträgen auf der Grundlage der einschlägigen Bestimmungen (VOB, VGHV, UVGo etc.) einschließlich der Abwicklung und Abrechnung
- Mitwirkung bei der Planung und Ausschreibung von Neubaumaßnahmen
- Vorbereitung und Mitwirkung bei Verträgen nach HOAI oder VOB und Verwaltungsvereinbarungen mit anderen Behörden
- Projektbetreuung und Abwicklung (Vergabe und Abrechnung) von Ingenieurleistungen sowie die in diesem Zusammenhang anfallenden nicht delegierbaren Bauherrenaufgaben
- Projektsteuerung, Vergabegespräche, Bauabnahmen und Bearbeitung von Mängelansprüchen
- Bestandssicherung, Überwachung sowie Abnahme von Baumaßnahmen Dritter
- Durchführung und Auswertung einer Straßenzustandserfassung sowie Erstellung und Umsetzung von Straßenerhaltungskonzepten
- Pflege und Weiterentwicklung der Straßendatenbank und des Aufbruchmanagements
- Unterhaltung und Erneuerung von Kinderspielplätzen
- Zuweisung weiterer Aufgaben bleibt vorbehalten

Ihr Profil:

- Sie haben eine abgeschlossene Fortbildung zum staatlich geprüften Techniker (m/w/d), Fachrichtung Tiefbau oder vergleichbar
- Sie haben bereits Kenntnisse im Bau- und Vergaberecht oder möchten diese erwerben
- Sie haben Kenntnisse in Microsoft Office-, AVA- und GIS-Anwendungen
- Sie arbeiten gerne im Team, sind engagiert und selbständig
- Sie können gut organisieren, haben Verhandlungsgeschick und sind bereit, Verantwortung zu übernehmen
- Sie besitzen einen Führerschein der Klasse B und zeigen die Bereitschaft zu Außendienstleistungen

Wir bieten Ihnen:

- ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- eine gleitende Arbeitszeit bei durchschnittlichen 39 Stunden/Woche
- ein Einkommen der Entgeltgruppe 9a TVöD, inklusive Jahressonderzahlung und Zusatzversorgung als ergänzende Altersvorsorgemaßnahme sowie eine leistungsgerechte Bezahlung
- abwechslungsreiche Herausforderungen in einem kommunalen Unternehmen
- die Möglichkeit sich im Einsatzgebiet eigenständig und im Team umfassend einzubringen und sich persönlich weiter zu entwickeln

Wenn Sie die oben genannten persönlichen Voraussetzungen erfüllen und wir Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung. Bitte senden Sie uns diese bis **spätestens 28.07.2023** mit den üblichen Bewerbungsunterlagen (Lebenslauf, Lichtbild und Zeugnisse in Kopie und ohne Klarsichtthüllen, Hefter oder ähnlichem) an den

Magistrat der Stadt Sontra, Marktplatz 6, 36205 Sontra

oder per E-Mail an

stadtverwaltung@sontra.de.

Eine Rücksendung der Bewerbungsunterlagen nach Abschluss des Einstellungsverfahrens ist nur möglich, wenn der Bewerbung ein entsprechend frankierter Rückumschlag beigelegt ist. Ist dies nicht der Fall, werden die Unterlagen nach Abschluss des Auswahlverfahrens vernichtet. Die Stadt Sontra fördert die berufliche Entwicklung von Frauen. Die Bewerbungen von Frauen sind daher ausdrücklich erwünscht und erhalten bei gleicher Qualifikation den Vorzug.

Bewerbungen von schwerbehinderten und diesen gleichgestellten behinderten Menschen im Sinne des § 2 Abs. 3 SGB IX sind ebenso erwünscht. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel. 05653 9777-16, Frau Rößler oder unter Tel. 05653 9777-30, Herr Stein.

Zusammenarbeit

Stadt bezahlt der Schule entsprechende Arbeitsgeräte

Sontra – Nach dem gemeinsamen pädagogischen Tag in Imshausen im vergangenen Jahr, bei dem sowohl die Schulleitung samt Kollegium als auch Bürgermeister Thomas Eckhardt sowie anschließend die politischen Gremien beschlossen haben, künftig die gute Zusammenarbeit zwischen Schule und Stadt noch weiter auszubauen, wurden nun an Lehrer Christian Rothhardt, die stellv. Schulleiterin Maren Rudolph sowie zwei Schüler jeweils drei Exzentrerschleifer sowie Schwingschleifer durch Bürgermeister Thomas Eckhardt übergeben.

Mit der finanziellen Unterstützung für derartige Aktionen, soll auf unbürokratische Art und Weise die Arbeit der Schulen im Stadtgebiet (Regenbogenschule, Wiesenschule Ulfen, Adam-von-Trott-Schule) unterstützt werden, wie diese Maßnahme eindrucksvoll belegt.

Als eine der ersten Projektmaßnahmen, für die die Arbeitsgeräte eingesetzt wur-



Zusammenarbeit zwischen der Adam-von-Trott-Schule und der Stadt Sontra: Bürgermeister Thomas Eckhardt (hinten Mitte) übergibt an Maren Rudolph, Christian Rothhardt und zwei Schülern der Adam-von-Trott-Schule die Schleifgeräte. FOTO: STADT SONTRA

den, stand die Erneuerung der Maibaumsymbole für den Maibaum der Aktionsgemeinschaft des Sontraer Handels auf der Agenda. Diese waren in den letzten Jahren zwar instandgehalten worden, das „Überstreichen“ der

vorhandenen Farben sorgte jedoch dafür, dass eine Generalüberholung stattfinden musste.

Eine durchaus herausfordernde Arbeit, die die Schüler unter der Leitung von Lehrer Christian Rothhardt hervor-

ragend gemeistert haben, wie man unschwer auf den Bildern ersehen kann. Daher gebührt allen Beteiligten ein großer Dank.

Weitere Projekte folgen ... unter dem Motto „Gemeinsam stark“!

Hohe Waldbrandgefahr

Deutscher Wetterdienst: Erhöhte Brandgefahr

Sontra – Durch das Andauern der Schönwetterphase mit hohen Temperaturen und ausbleibenden Niederschlägen bzw. nur lokal begrenzten gewittrigen Niederschlägen verstärkt sich die Wald- und Flächenbrandgefahr wieder deutlich.

Für die nächsten Tage besteht nach aktuellen Prognosedaten des Deutschen Wetterdienstes (DWD) eine erhöhte Brandgefahr. Eine Entspannung der Situation durch ergiebigen Niederschlag ist in nächster Zeit nicht zu erwarten.

Nach der zuletzt deutlich zu trockenen Wetterlage, sind die Wasservorräte in den Waldböden stark zurückgegangen. Daher wird dringend um erhöhte Vorsicht und

Aufmerksamkeit gebeten. Außerhalb der ausgewiesenen Grillstellen sollte kein Feuer entfacht werden. Auf den Grillplätzen sollte darauf geachtet werden, dass kein Funkenflug entsteht und dass das Feuer beim Verlassen des Grillplatzes richtig gelöscht wird.

Auf das Verbrennen von pflanzlichen Abfälle / Gartenabfällen ist zu verzichten. Ohnehin wird eindringlich darauf hingewiesen, dass innerhalb der Ortslage grundsätzlich kein Verbrennen zulässig ist und die pflanzlichen Abfälle auch nicht zum Verbrennen auf andere Grundstücke verbracht werden dürfen.

Im Wald ist das Rauchen grundsätzlich nicht gestattet.

Entlang von Straßen sind keine brennenden Zigaretten aus dem Autofenster zu werfen. Alle Waldbesucher werden zudem gebeten, die Zufahrtswege in die Wälder nicht mit Fahrzeugen zu blockieren. Pkws dürfen nur auf den ausgewiesenen Parkplätzen abgestellt werden. Die Fahrzeuge sollten nicht über trockenem Bodenbewuchs stehen.

Wer einen Brand bemerkt, wird gebeten, unverzüglich die Feuerwehr (Notruf 112) oder die nächste Forstdienststelle zu informieren.

Zum Hintergrund: Der Deutsche Wetterdienst (DWD) stellt während der Waldbrandsaison (März bis Oktober) täglich aktualisierte Waldbrandgefahrprognosen für Deutschland bereit.

Die Gefährdungslage für das Auftreten von Waldbränden wird dabei in Deutschland seit 2012 nach dem WBI-Modell berechnet. Dieses Modell gliedert die Waldbrandgefahr in 5 Stufen, wobei Stufe 1 eine sehr geringe, Stufe 5 eine sehr hohe Waldbrandgefahr signalisiert. In die Berechnungen des Gefahrenindex fließen u.a. Daten der Lufttemperatur, relativen Luftfeuchte, Windgeschwindigkeit und Niederschlagsrate ein.

Der Waldbrandgefahrenindex befindet sich für Sontra aktuell bei Stufe 3 von 5.

Der Graslandfeuerindex weist hingegen bereits die Gefährdungstufe 4 von 5 auf.

Jahreshauptversammlung

SG Herleshausen/Nesselröden/Ulfgrund

Einladung zur Jahreshauptversammlung

Der Vorstand der SG HNU lädt alle Mitglieder des TSV Herleshausen, des TSV Brandenfels Nesselröden und des TSV Ulfgrund am Freitag, den 28. 7.2023, Beginn 20.30 Uhr, ins Dorfgemeinschaftshaus Ulfen, zur Jahreshauptversammlung ein.

An diesem Abend sollen

nach den Berichten des 1. Vorsitzenden Friedhelm Rimmbach und der Abteilungsleiter zur Serie 2022/23 vorgelesen und der Haushaltsplan Serie 2023/2024 vorgestellt werden. Des Weiteren soll über den Übungs- u. Spielbetrieb informiert und beraten werden.

gez. Göpfarth, Pressewart SG HNU

DLRG SONTRA

Kurse, Prüfungen und Training
Nichtschwimmerkurse, Schwimmprüfungen und -training im Freizeitbad der Stadt Sontra am Montag, Mittwoch und Freitag von 17 bis 19 Uhr. Anmeldung-Info: Adolf Pfützenreuter Tel. 0151/18 91 72 71, E-Mail: a.pfuetzenreuter@t-online.de

STADTVERWALTUNG INFORMIERT

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.

Auf Fruchtfolge achten

Aktuelles aus der Landwirtschaft

Sontra – Für einen gelungenen Zwischenfruchtanbau müssen die angebauten Arten zur Fruchtfolge des Betriebes passen. Bei Auswahl von Arten o. Mischungen darauf achten, dass Krankheiten und Schädlinge (z. B. Kohlhernie o. Sklerotinia bei Raps), die die Hauptfrüchte schädigen können, nicht durch Zwischenfrüchte gefördert werden; zudem dürfen diese nicht selbst zum Unkrautproblem in der Hauptfrucht werden. In Rübenerntefolgen z. B. sind Buchweizen und Phacelia schwer zu bekämpfen! Ein an die Fruchtfolge gut angepasster Zwischenfruchtanbau fördert Gesundheit, Ertrag und Qualität der Hauptfrucht. Auch auf ein sicheres Abfräen der Arten zu achten!

Pflegemaßnahmen von Feldrändern und Rainen die-

nen dazu, das Einwandern von Ungräsern (u. a. Trespen) u. Unkräutern (z. B. Ackerwinde) in die Kulturläche zu vermeiden. Seitdem Wegränder und Feldraine nicht mehr als Futterflächen genutzt werden, werden sie, sofern möglich, abgemäht bzw. abgeschlegelt; das Pflanzenmaterial bleibt am Ort und Stelle liegen. Oft sind die Maßnahmen in den vergangenen Wochen vor dem Aussamen unerwünschter Pflanzen bereits erfolgt.

Abschnitte mit weniger problematischen Bewuchs hingegen werden jetzt unmittelbar vor der Ernte, bzw. nach dem Drusch gepflegt. Die landwirtschaftliche Praxis leistet mit diesem Vorgehen zugleich einen wichtigen Beitrag zum Erhalt von Artenvielfalt u. Lebensräumen für Kleinlebewesen.



ASH-Aktion „Erfrischendes Sontra“ Sommer, Sonne - heißes Temperaturen

Sontra – „Damit die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einen kühlen Kopf bei den momentanen sommerlichen Temperaturen behalten und dafür genügend Flüssigkeit zu sich nehmen, unterstützt die Stadt Sontra die ins Leben gerufene Aktion der ASH „Erfrischendes Sontra“, indem

den Kolleginnen und Kollegen kostenlos Mineralwasser im Rathaus und Bauhof zur Verfügung gestellt wird“, so Bürgermeister Thomas Eckhardt. Er übergab die Mineralwasserkästen an die Personalratsvorsitzende Natalie Bierschenk, die die weitere Verteilung organisieren wird.



„Erfrischendes Sontra“ sorgt derzeit für Abkühlung: Personalratsvorsitzende Natalie Bierschenk nimmt die Getränke für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Bürgermeister Thomas Eckhardt entgegen.

FOTO: STADT SONTRA

BEKANNTMACHUNG

Sitzung Stadtverordnetenversammlung
Die Mitglieder der Stadtverordnetenversammlung werden zu der am Dienstag, 18. Juli 2023, 19.00 Uhr, im DGH Wichmannshausen, Sandgasse 2, 36205 Sontra-Wichmannshausen, stattfindenden öffentlichen Sitzung der Stadtverordnetenversammlung eingeladen.
Tagesordnung
Teil I
1. Eröffnung der Sitzung und Feststellung der form- und fristgerechten Einladung sowie der Beschlussfähigkeit
2. Feststellung der Tagesordnung
Teil II
1. Bauleitplanung der Stadt Sontra
PV-Freiflächenanlagen im Gebiet der Stadt Sontra

a) Vorstellung des Ergebnisses der Studie über die Potentialflächenermittlung
b) Bericht aus dem Bau- und Planungsausschuss
2. Haushaltssatzung mit Haushaltsplan für das Haushaltsjahr 2023
hier: Vorlage der aufsichtsbehördlichen Genehmigung
3. Investitionskostenzuschuss der Stadt Sontra für die Erneuerung der Heizungsanlage sowie der Beleuchtung in der Sporthalle Ulfen
hier: TSV Ulfgrund 1964 e. V.
4. Magistratsbericht
5. Anfragen
6. Anregungen
Sontra, 10.07.2023
gez. Gerhard Mutter
Stadtverordnetenvorsteher

Getreideanlieferungen zum Landhandel Teilspernung „Hinter der Mauer“

Sontra – Mit Beginn der Getreideernte wird in den nächsten Wochen der Landhandel Dieterich in der Bahnhofstraße wieder verstärkt durch landwirtschaftliche Fahrzeuge angefahren. Um die Entladevorgänge durchführen zu können, wird die Straße „Hinter der Mauer“ ab Kreuzungsbereich „Burhaver Straße / Braugasse“ je nach

Witterung vom 10. Juli bis voraussichtlich 18. August, nur noch als Einbahnstraße in Richtung „Bahnhofstraße“ befahrbar sein.
Der Verkehr aus der „Bahnhofstraße“ wird über die „Vimoutiersstraße“ und die „Burhaver Straße“ umgeleitet. Zusätzlich wird ein Haltverbot in diesem Bereich angeordnet, welches wir unbedingt bitten einzuhalten. Die Verkehrsbeschränkung wird bis zum Ende der Getreideernte dauern - voraussichtlich bis Ende August 2023.

FEUERWEHR MITTERODE

Einladung
Die Feuerwehr Mitterode lädt hiermit zu einer Einsatzübung im Dorf, mit anschließendem Grillen und Kaffee ein. Die Veranstaltung findet am Sonntag, 23. Juli statt. Ab 10 Uhr ist die Übung im Dorf, Mittagessen gibt es dann ab 12.30 Uhr in unserem Feuerwehrgerätehaus.
Wir hoffen, Euch alle recht zahlreich begrüßen zu dürfen.
Mit kameradschaftlichen Grüßen, FFW Mitterode

GEBURTSTAGE

15. Juli
75 Jahre: Hans-Heinrich Schott, Eschweger Straße 8, Wichmannshausen
16. Juli
80 Jahre: Lieselotte Berg, Danziger Straße 7, Sontra
17. Juli
80 Jahre: Heinrich Pippardt, Kehre 9, Breitau
75 Jahre: Edelgard Kremer, Dresdener Straße 28, Sontra

PROGRAMMVORSCHAU

Sonntag und Sonntag, 15. und 16. Juli Insektenausstellung
Ausstellung besonderer Tiere für Groß und Klein, mit Bastecke, Terra-Quiz und Tombola des Fördervereins Mensch-Tier-Natur im Bürgerhaus Sontra

Sonntag, 16. Juli Flohmarkt in Sontra
6 bis 15 Uhr: Kram- und Trödelmarkt, Straßenmarkt mit Atmosphäre

Montag, 17. Juli Stadt- und Schulbibliothek
15 bis 18 Uhr: Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16, Sontra

Dienstag, 18. Juli 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, 19. Juli 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

Werratalverein Sontra
13.30 Uhr Wanderung mit dem Werratalverein Sontra zum Tannenhof/Imshausen, Start Solz -

Windmühle - Galgenberg - Labyrinth - Kapelle - Hof Vockerode - Trottenkreuz - Solz. Ca. 6 km, mittlere Steigung, Rucksackverpflegung, Wanderführer Adi Stunz, Treffpunkt Breitwiese
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
Freizeit- und Erlebnisbad
18.30 Uhr: Boot-Camp „Sommer, Sonne, Strandfigur“, Fitnesskurse mit Spaß an und mit der Bewegung, Nicole Gerlach führt mit Zumba Fitness, Bauch-Beine-Po, Powerintervall und Bodyfit zur Strandfigur.

Donnerstag, 20. Juli 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

Samstag und Sonntag, 22. und 23. Juli MSC Waldkappel-Breitau
9 bis 18 Uhr: Motocross-Rennen, MSR-Meisterschaft in verschiedenen Klassen (ab sechs Jahren) und Veteranen-Seitenwagen-Cup, für das leiblich Wohl ist gesorgt. Husarenring

Gemeindepfleglerin jetzt auch in Sontra

Julia Beyer für Sontra zuständig

Sontra – Jeder kennt die Situation „Sie leben allein im Haus und brauchen Hilfe - wissen aber nicht, an wen sie sich wenden sollen?“
Für diese Situation hat das Land Hessen das Pilotprojekt „Gemeindepflegler*innen“ als Teil der Offensive „Land hat Zukunft - Heimat Hessen“ ins Leben gerufen, um die Lücke zwischen medizinischer und psychosozialer Versorgung auch für Menschen, die noch keinen Pflegegrad haben, über eine zentrale Kümmerer-Person zu schließen. Die Gemeindepflegler*innen führen zwar selbst keine Pflegeleistungen durch, beraten und kümmern sich kostenlos aber allgemein um die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten. Unter dem Motto BERATEN - BEGLEITEN

- UNTERSTÜTZEN gibt die Gemeindepflegler*in Hilfe, Tipps und Erfahrungen zur Alltagsbewältigung sowie Hilfestellung bei Anträgen auf Pflegegrad, die Kommunikation zur Krankenkasse sowie zum Pflegedienst.
Julia Beyer als Gemeindepfleglerin für Sontra zuständig. Sprechzeiten der Gemeindepfleglerin Julia Beyer sind immer am 1. Mittwoch des Monats in der Zeit von 10 bis 12 Uhr im interkommunalen Gesundheitsversorgungszentrum Sontra (iGVZ) - nächster Termin ist am 2. August.

Kontakt: Gemeindepfleglerin Julia Beyer, Telefon 0160/3 23 45 37 (Montag bis Freitag, 8 bis 16 Uhr) oder E-Mail: gemeindeschwester@gmx.de

EVANGELISCHE KIRCHE VERANSTALTUNGEN

Montags:
Posaunenchorprobe um 20 Uhr in der Stadtkirche Sontra
Donnerstags:
Kinderspielkreis um 10.30 Uhr im Gemeindehaus Sontra
Kirchenchorprobe um 20 Uhr in der Stadtkirche Sontra
Freitags:
Krabbelgruppe, 10.30 Uhr, Pfarrhaus Sontra

KATHOLISCHE KIRCHE

Sonntag, 16. Juli
10.45 Uhr Sonntagsmesse in Sontra
Donnerstag, 20. Juli
18 Uhr Maiandacht in Sontra
18.30 Uhr Hl. Messe in Sontra

EVANGELISCHE KIRCHE

Kirchspiel Sontra
Sonntag, 16. Juli
10 Uhr Gottesdienst mit Taufe in Sontra
11.15 Uhr Gottesdienst in Stadthosbach
Kirchspiel Berneburg
Sonntag, 16. Juli
13 Uhr Gottesdienst in Diemerode
Kirchspiel Ulfen
Sonntag, 16. Juli
9.30 Uhr Gottesdienst in Blankbach
11 Uhr Gottesdienst in Krauthausen

NOTDIENSTE

ÄRZTE
Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst: 11 61 17

Frauenhaus Eschwege
Tel. 0 56 51/3 26 65

AUGENÄRZTE
Notdienstzentrale Eschwege: 0 56 51/1 92 92

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

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

Hospizdienst Sontra
Rufbereitschaft: 0 56 51/33 83 14

APOTHEKEN
15. Juli
Adler-Apotheke, Obermarkt 23, Eschwege, Telefon 0 56 51/33 54 30

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

16. Juli
Bahnhof-Apotheke, Stresemannstraße 1, Eschwege, Tel. 0 56 51/2 10 40

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

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

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

Antiquitäten, Kunsttrödel & Spielzeug
Telefon 0561 498835

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



Der Magistrat der Stadt Sontra

Für unser Freizeit- und Erlebnisbad suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Fachangestellten für Bäderbetriebe (m/w/d)

Das überregional bekannte, idyllisch gelegene Freibad der Stadt Sontra verfügt über eine 65-m-Wild-River-Reutsche, ein Attraktionsbecken mit Strömungskanal, Wasserwasserkaskaden und Massagedüsen, ein 25-m-Sportbecken mit Sprunganlage sowie ein separates Kleinkinderbecken.

Ihre Aufgabenschwerpunkte:

- Aufsicht und Überwachung des Badebetriebes
- Gewährleistung der Sicherheit der Badegäste
- Bedienung, Pflege und Wartung der technischen Anlagen und der Außenanlagen
- Reinigung und Desinfektion der Anlagen
- Organisations- und Verwaltungsaufgaben
- Mitarbeit bei der Planung und Durchführung von Events
- Winterarbeit auf dem städtischen Bauhof

Ihr Profil:

- eine abgeschlossene Berufsausbildung oder eine vergleichbare Ausbildung
- umfassende Kenntnisse in der Bädertechnik und handwerkliches Geschick
- ein aktueller Nachweis der Rettungsfähigkeit
- ein hohes Maß an Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein
- selbständige und strukturierte Arbeitsweise
- besucherfreundliches, sicheres und serviceorientiertes Auftreten, positive Ausstrahlung
- Flexibilität, Kooperations-, Team- und Konfliktfähigkeit
- möglichst weitere Kenntnisse und Zusatzqualifikationen (z. B. Aquafitness, Schwimmkurse)
- Bereitschaft im Schichtdienst, an Wochenenden und Feiertagen zu arbeiten

Unser Angebot:

- eine abwechslungsreiche Tätigkeit in einer unbefristet zu besetzenden Vollzeitstelle
- ein Entgelt nach dem Tarifvertrag (TVöD) mit allen im öffentlichen Dienst üblichen Sozialleistungen

Wenn Sie die oben genannten persönlichen Voraussetzungen erfüllen und wir Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung. Bitte senden Sie uns Ihre Bewerbung bis spätestens **27.07.2023** mit den üblichen Bewerbungsunterlagen (Lebenslauf, Lichtbild und Zeugnisse in Kopie und ohne Klarsichthüllen, Hefter oder ähnlichem) an den

Magistrat der Stadt Sontra, Marktplatz 6, 36205 Sontra

oder per E-Mail an

stadtverwaltung@sontra.de.

Eine Rücksendung der Bewerbungsunterlagen nach Abschluss des Einstellungsverfahrens ist nur möglich, wenn der Bewerber ein entsprechendes frankiertes Rückumschlag beigefügt ist. Ist dies nicht der Fall, werden die Unterlagen nach Abschluss des Auswahlverfahrens vernichtet.

Die Stadt Sontra fördert die berufliche Entwicklung von Frauen. Die Bewerbungen von Frauen sind daher ausdrücklich erwünscht und erhalten bei gleicher Qualifikation den Vorzug.

Bewerbungen von schwerbehinderten und diesen gleichgestellten behinderten Menschen im Sinne des § 2 Abs. 3 SGB IX sind ebenso erwünscht und erhalten bei gleicher Qualifikation den Vorzug.

Weitere Informationen unter Tel. 05653 9777-16, Frau Rößler und auf der Internetseite **www.sontra.de.**

Seepferdchen reicht nicht

Ab welchem Alter können Kinder ohne Eltern ins Freibad?

Das Planschen im Freibad gehört einfach zu den Sommerferien. Kinder dürfen aber erst allein hingehen, wenn sie alt genug dafür sind. „Rechtlich gesehen ist das möglich, wenn Kinder sieben Jahre alt sind“, sagt Eric Voss von der Deutschen Gesellschaft für das Badewesen.

Nach dem Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) gelten Kinder ab dem siebten Geburtstag als beschränkt geschäftsfähig. Das bedeutet: „Sie können sich dann Sachen von ihrem Taschengeld kaufen, etwa ein Eis. Oder eben den Eintritt für das Freibad selbst bezahlen“, sagt Voss.

Unter Umständen könnte ein Freibadbesuch ohne Eltern oder andere Aufsichtspersonen für Siebenjährige auch noch etwas zu früh kommen. Denn etwas zu dürfen und eine Situation wirklich meistern zu können, ist zweierlei - und im Schwimmbad geht es natürlich um die Sicherheit der Kinder. Daher sollten Eltern sich auch die folgenden Fragen stellen: Wie gut kann das Kind schwimmen?

„Wir empfehlen Badbetreibern, aber auch Eltern, dass die Kinder sicher schwimmen können, bevor sie allein kommen“, sagt Voss. Das sei noch nicht der Fall, wenn das Kind das Seepferdchen-Abzeichen geschafft hat.

„Das schätzen Eltern oft falsch ein“, sagt Martin Holzhaue, Sprecher bei der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG). „Denn dann kann sich ein Kind zwar etwas im Wasser bewegen



Wie gut kann das Kind schwimmen? Kennt es die Gefahren? Diese Fragen helfen dabei, herauszufinden, ob das Kind fit für seinen ersten Freibadbesuch ohne Eltern ist.

FOTO: UWE ZUCCHIDPA/DPA-TMN

und hat einige Grundfertigkeiten erlernt, muss aber noch weiter üben.“

Wollen Kinder ohne Erwachsene ins Freibad oder Strandbad, sollten sie mindestens das Bronze-Abzeichen, auch Freischwimmer genannt, haben. „Das Abzeichen erhält ein Kind, wenn es mindestens zwei Schwimmarten beherrscht und 15 Minuten am Stück schwimmen kann – auch eine gewisse Ausdauer hat“, erklärt Holzhaue.

Außerdem kann das Kind dann tauchen sowie dabei die Augen unter Wasser offen halten. „Dies ist wichtig, um sich auch im vollen Schwimmbad im Wasserbcken orientieren zu können“,

erklärt Holzhaue. „Ob ein Kind wirklich das Bronze-Abzeichen hat, können die Mitarbeiter in den Freibädern jedoch nicht im Einzelnen kontrollieren. Da müssen sich die Mitarbeiter auch auf die Angaben der Eltern oder der Kinder verlassen können“, sagt Voss.

Zum Bestehen des Bronze-Abzeichens müssen die Kinder auch die Baderegeln kennen. „Sie wissen zum Beispiel, dass sie nicht am Beckenrand rennen sollen, sich vor dem Schwimmen unter der Dusche abbrausen müssen und nicht aus Scherz etwa um Hilfe rufen dürfen“, sagt Martin Holzhaue.

Neben dem Alter und den Fähigkeiten spielen auch der

Charakter und das Verhalten des Kindes eine wichtige Rolle, so Voss. Wie gut kann sich das Kind schon ausdrücken? Wie vernünftig reagiert es und akzeptiert es zum Beispiel Regeln? Eltern sollten ihren Kindern das zutrauen.

„Wenn viele Kinder zusammenkommen, kann dies die Dynamik verändern“, sagt Eric Voss. So können etwa jugendliche - aus Spaß - jüngere Kinder ins Wasser werfen. Nicht alle finden das Witzig. „Gehen mehrere Kinder gemeinsam ins Freibad, sollten Eltern sich die Spielkameraden – und insbesondere die Dynamik zwischen den Kindern – genau ansehen“, raten daher beide Experten Martin Holzhaue und Eric Voss.

Wie Pfefferminze Hals und Magen gut tut

Pfefferminze schmeckt erfrischend. Der Inhaltsstoff Menthol kann bei Halsschmerzen oder Bauchweh helfen. Pfefferminze gibt es etwa als Bonbon, als Tee oder als Kapsel. Was Sie dazu wissen müssen.

Wer Halsbeschwerden hat, kann sich einen Pfefferminztee machen oder ein Bonbon lutschen. Die ätherischen Öle - und insbesondere der Inhaltsstoff Menthol - können sich wohltuend im Hals und Rachen auswirken.

Und auch im Bauch: Bei Darmbeschwerden kann Pfefferminzöl ebenfalls helfen und etwa Bauchschmerzen, Krämpfen oder Blähungen lindern. Darauf macht die Apothekerkammer Niedersachsens aufmerksam.

Allerdings kann Pfefferminzöl im Magen auch Probleme auslösen. So könne sich der Schließmuskel am Mageneingang entspannen - was letztlich zu Aufstoßen und Sodbrennen führen kann, so die Apotheker. Daher lautet ihre Empfehlung: Mit Pfefferminzöl in Kapseln werde diese Hürde umgangen, da der Wirkstoff erst im Darm freigesetzt wird. Bei anderen Darreichungsformen sollte man auf die Dosierung achten oder Arzt oder Apothekerin fragen. tmn



Pfefferminze enthält Menthol und ist schon lange als Heilpflanze bekannt.

FOTO: ANDREA WARNECKE/DPA-TMN

Stellenangebote



Zum schnellstmöglichen Termin suchen wir: einen stellvertretenden Teamleiter (w/m/d) in Vollzeit für unsere Filialen in Witzenshausen, Kassel & Gudensberg

Sie begeistern sich für den Handel, arbeiten selbstständig und eigenverantwortlich? Sie suchen nach neuen Aufgaben und Herausforderungen?

Sie können motivieren und nehmen aktiv an der Entwicklung und Gestaltung unserer Verkaufsfächen teil. Sie möchten Ihre Ideen für verkaufsfördernde Maßnahmen umsetzen, dann sind Sie bei uns richtig!

Sie sind... u.a. verantwortlich für die reibungslose Organisation und Steuerung der Arbeitsabläufe in unserer Filiale.

Sie unterstützen Ihr Team eigenverantwortlich und gehen mit gutem Beispiel voran.

Sie verfügen über eine belastbare, engagierte Persönlichkeit sowie über Organisationstalent und Durchsetzungsvermögen.

Sie besitzen eine abgeschlossene Ausbildung, idealerweise im Einzelhandel, haben ein hohes Verantwortungsbewusstsein, sind motiviert und begeisterungsfähig.

Wir freuen uns auf Sie!

Bitte senden Sie Ihre Bewerbung per Email an: centrale@rb-becker.de

RB-Rolf Becker GmbH
Industriestraße 1
37217 Witzenshausen/Kleinolmerode
centrale@rb-becker.de



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

LOKAL

Ihre Tageszeitung berichtet auch aus Ihrem Ort!

Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.

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



Überdurchschnittlicher Stundenlohn gewünscht?

Quereinsteiger sind bei uns in allen Bereichen WILLKOMMEN!

Die Wiesecker Group vergrößert sich und ist auf der Suche nach erfahrenen und talentierten Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen.

Wir möchten zum nächstmöglichen Zeitpunkt zur Betreuung unseres umfangreichen Maschinenparks an unserem Standort in Hessisch-Lichtenau folgende Stellen besetzen:

Servicetechniker/Kfz-Mechatroniker (m/w/d) - 2 Stellen

Kurzbeschreibung:

- Instandsetzung von Mietgeräten wie Arbeitsbühnen/Teleskopstaplern etc.
- Flexibles und selbstständiges Arbeiten
- Stelle ist im Innen- und Außendienst zu besetzen

Was Sie mitbringen sollten:

- Idealerweise eine abgeschlossene technische Berufsausbildung gern mit Schwerpunkt Land- und Baumaschinentechnik oder als Kraftfahrzeugmechaniker/-mechatroniker - Nutzfahrzeugtechnik
- Führerschein Klasse B



Werkstatthelfer (m/w/d) - 2 Stellen

Kurzbeschreibung:

- Reinigen und Checken von Arbeitsbühnen und Staplern
- Technische Erfahrung von Vorteil, aber keine Voraussetzung
- Botendienste
- Hilfsarbeiten

Sie bieten:

- Führerschein Klasse B
- Einsatzbereitschaft und Motivation
- Teamfähigkeit



Wir bieten:

- eigenverantwortliche, abwechslungsreiche Tätigkeit
- gerechte & wertschätzende Verdienstmöglichkeiten
- ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- abwechslungsreiche Aufgabengebiete
- sehr gutes Arbeitsklima - Teamatmosphäre zum Wohlfühlen
- Arbeitskleidung
- flache Hierarchien und kurze Kommunikationswege

Ihre Bewerbungsunterlagen inkl. Lebenslauf, Lichtbild und Gehaltsvorstellung senden Sie bevorzugt per E-Mail an bewerbung@rentlift.de

Wiesecker Group
z. Hd. Frau Schmoranzner
Tagewerbener Straße 108 · 06667 Weißenfels



Zur Verstärkung meines Teams in Nentershausen suche ich ab sofort (m/w/d):

- Finanzbuchhalter/in
- Lohnbuchhalter/in



für die Erstellung von Lohn- oder Finanzbuchhaltungen in Voll-/Teilzeit oder Minijob

Profil:

- Sie haben Berufserfahrung in den Bereichen Lohn- oder Finanzbuchhaltung
- Sie arbeiten selbstständig und eigenverantwortlich

Ich biete Ihnen einen sicheren, attraktiven Arbeitsplatz mit flexiblen Arbeitszeiten in einer modernen Kanzlei mit einem engagierten Team. Wir arbeiten mit DATEV und den gängigen MS Office-Programmen.

Ich freue mich auf Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen – gerne auch per E-Mail.

Gutsstraße 2, 36214 Nentershausen, Telefon 06627 915906
info@steuerkanzlei.hain.de

Ankauf

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

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

Bekanntschaffen

Sorgsame Witwe Hedi, 75 J., freundlich-schlank, häuslich, ohne gr. Ansprüche, auf jeden Fall umzugsbereit. Eins weiß ich genau, wir können nicht einfach da sitzen u. warten, wir müssen was tun für unser Glück. Ich habe den ersten Schritt gemacht u. jetzt hoffe ich, dass Sie ü.ü. PV anrufen u. wir uns gut verstehen. Tel. 01520-8293309

Lisa, 64 J., hübsch, mit super Figur, romantisch, häuslich, unkompliziert u. positiv. Ich sage mir, dieses Alleinsein muss schnell ein Ende haben. Bist Du ehrlich, etwas unternehmungslustig, auch mal kuschelig u. bereit für mich? Dann ruf ü.ü. PV an, der Sommer u. viele schöne Jahre warten auf uns. Tel. 0176-47603082

Verkauf

Größer - noch günstiger - schöner!

...hin zu...
Kimm!

NEUE:
Wäschetrockner ab € 129,-
Waschmaschinen ab € 199,-
Geschirrspüler ab € 199,-
Einbaugeräte mit Cr-Feld € 299,-

Philippstraße 23
Viele Geräte mit kleinen Lackfahrlern!
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

Auto-Ankäufe

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

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

Landwirtschaft & Forsten

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