

**Holen Sie sich den Job!**

**Sie erwartet:**  
Ein familiärer Betrieb mit vielen attraktiven Vergütungen.

**Fühlen Sie sich angesprochen? Dann freuen wir uns auf Ihre Unterlagen!**

Mehr zur Stelle finden Sie auch auf unserer Facebook-Seite.

Wir suchen per sofort zur Verstärkung unseres Teams

» **Kfz-Mechatroniker (m/w/d)**  
» **Kfz-Techniker-Meister (m/w/d)**

**Autohaus Kurt Eisenträger**  
z. Hd. Sandra Eisenträger-Hoßbach  
Vor dem Brückentor 7 • 37269 Eschwege  
Tel. 05651 - 31503 • sandra@suzuki-eisentraeger.de  
www.suzuki-eisentraeger.de

# MARKT SPIEGEL

REGION ESCHWEGE

Tag & Nacht erreichbar  
**05651 12999**




**Bestattungsvorsorge schafft Vertrauen...**

**BARTELS**  
Bestattungsinstitut

Eschwege Moritz-Werner-Str. 16


**Eschwege**  
„Weihnachtsmarkt mit Flair“ kommt zurück.



# & SONTRAER

STADTKURIER

**Abterode**  
Heimat- und Fremdenverkehrsverein wird 50.



43. Jhg. ■ Nr. 43

28. Oktober 2023

**100 JAHRE JUBILÄUM**  
BRÜHL FINE TROUSERS

**Feiern Sie mit uns!**

BRÜHL – 100 Jahre mit Tradition, Verlässlichkeit und Qualität  
Von Montag, 30.10.2023 bis Samstag, 04.11.2023

**30% auf ALLES**  
(außer bereits reduzierter Ware)

**C. Brühl GmbH & Co. KG**  
Bürgerstraße 12  
36199 Rotenburg a. d. Fulda  
Tel. 06623 814-160

Öffnungszeiten: Mo.–Do. 9.00–12.30 Uhr und 13.30–16.30 Uhr, Fr., Sa. 9.00–14.00 Uhr

## Wasser soll bald einlaufen

Eschweger Freibad nimmt Formen an - Eröffnung in 2024

Eschwege – Wenn alles weiter nach Plan läuft, wird das neue Eschweger Freibad noch in diesem Jahr mit Wasser befüllt. Schwimmen kann man dann natürlich längst noch nicht – das lassen alleine die Außentemperaturen nicht zu. Weil die Arbeiten aber gut vorangehen, könnte das Naturschwimmbad im August 2024 planmäßig eröffnet werden.

Inzwischen erkennt man deutlich, wie das Freiluftschwimmbad einmal aussehen wird. Die Animationen verwandeln sich gerade in eine Realität aus Stein, Beton und Kunststoff. Das Becken der rund 1000 Quadratmeter großen Schwimmfläche ist jetzt fertig. Man sieht, wo die Rollstuhlrampe ins Wasser führen wird, wo die 50-Meter-Bahnen entlangführen, wo die Wellenrutsche andockt und wo der Sandstrand ins Wasser übergehen wird. Jetzt, wo das Becken seine endgültige Form angenommen hat, wird der Boden erst mit einem Fleece, dann mit einer grünen Spezialfolie ausgelegt. Demnächst werden die Überläufe angeschlossen.

Aber warum füllt man das Becken vor dem Winter mit Wasser? „Um die Kunststoff-Bodendüsen zu schützen beispielsweise“, erklärt Projekt-Ingenieur Sergej Stürmer von der Pauly Group, die das sogenannte Freibad Plus in Eschwege fast im Alleingang fertigstellt. Ein halb mit Wasser gefülltes Becken verhin-



**Haben den Baufortschritt im Freibad begutachtet:** Ralf Herrmann von den Stadtwerken, Oliver Degenhardt und Violetta Schüttemeyer vom Espada sowie Sergej Stürmer von der bauausführenden Pauly Group. FOTO: TOBIAS STÜCK

dere, dass die Teile kaputt-frieren.

Weit fortgeschritten ist bereits das Herzstück des Naturfreibads: der Filter. Etwas abseits, am Rande der Liegeflächen, liegt der riesige Bodenfilter mit Schwallkammer und Technikraum. Über Rohrleitungen wird das verbrauchte Wasser hierhin geführt, wo es vollständig ohne Chlor gereinigt und hygienisch aufbereitet wird. Durch die Substrate im Boden der Anlage durchläuft es einen natürlichen Reinigungsprozess und wird dem Becken

wieder zugeführt. Verdunstungen werden durch natürliches Regenwasser ersetzt. Ebenfalls noch in diesem Jahr soll das Schilf auf den Filter gepflanzt werden. Das sieht nicht nur gut aus, sondern hat einen ganz wesentlichen Nutzen. „Durch seine Verwurzelung hält es den Filter frisch“, sagt Stürmer. Im Wurzelbereich der Schilfpflanzen lebt eine natürliche Gemeinschaft aus Bakterien, Pilzen und anderen Mikroorganismen, die für Menschen schädliche Keime und Verunreinigungen abbauen und si-

cher aus dem Wasser entfernen.

Wenn das Wasser eingelassen und das Schilf gepflanzt ist, können sich die Arbeiter um den Landschaftsbau kümmern. „Der wird auch mehrere Monate in Anspruch nehmen“, sagt Stürmer. Pflasterarbeiten, Spielflächen und Beete werden 2024 angelegt. Mittlerweile auch nach Plan läuft der Bau der Sauna angrenzend an das Hallenbad. Hier laufen die Arbeiten auf der ehemaligen Terrasse zwischen Kinderbecken und Rutschenturm schon länger. Ent-

stehen werden dort eine Bio-Sauna, ein Dampfbad, Duschen und Ruheräume mit Blick auf das Freibad.

Noch nicht endgültig entschieden ist, ob der Kioskbetrieb im Freibad wieder aufgenommen wird. Die Räume an alter Stelle sind noch vorhanden. In den Budgetplanungen der Stadtwerke ist die Ausstattung für einen Kiosk mit Imbiss enthalten. „Den würden wir anschließend verpachten“, sagt Ralf Herrmann, stellvertretender Geschäftsführer der Eschweger Stadtwerke. ts

**MIETWAGEN WITZEL**

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

**SONTRA**  
**05653 1640**

Zulassung zu allen Krankenkassen

**Heute mit der Beilage:**

**Eschwege plus**

Eschweger Puppenfesttage

Verkaufsoffener SONNTAG  
5. November 2023  
von 12 bis 18 Uhr

FEISSMANN

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**GUTSCHEIN**

**2 FÜR 1**

**SONNTAG – SAMSTAG**  
**29.10. – 04.11.2023**

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**

Eschwege  überrascht

**PUPPENFESTTAGE**  
in Eschwege

Ein Fest für die ganze Familie!

**05.11.**  
**12 – 18 Uhr**

+ Verkaufsoffener Sonntag



Initiative Stadtmarketing Eschwege

*Sanierung in Vollendung!*

- Lehmbau
- Malerarbeiten
- Putzarbeiten
- Wärmedämmung
- Fachwerksanierung
- Altbausaniierung
- Trockenausbau
- Sandstrahlarbeiten
- Bodenbeläge

**Christian Anhalt**  
Malermester  
Lehmbau

Christian Anhalt  
Vor dem Asbach 9  
37281 Wanfried-Völkershausen

Telefon 05655 923942  
Telefax 05655 923215  
christian.anhalt@t-online.de

**ECKSTEIN**  
einfach besser



**30.10. BIS 27.12.2023**

**GÄNSEKEULE IM ECKSTEIN**  
MIT DREI KARTOFFELKLÖßEN,  
HERZHAFTEM ROTKOHLE UND  
KLASSISCHER BRAUNER SOBE

**NUR 22,90 €**

ECKSTEIN-LIEFERT.DE / IM ECKSTEIN

**T.06627/8686**

Wie wäre es mal wieder...?



...Mit einer neuen schicken Brille!

Wildeckstr. 13  
36205 Blankenbach (Sontra)

**Gardziella**

Brillenhaus  
Blankenbach

# Weihnachtsmarkt in Eschwege

„Weihnachtsmarkt mit Flair“ kommt zurück - größeres Kinderprogramm

Eschwege – Der Erfolg nach der Pandemie-Auszeit hat ihnen Auftrieb gegeben. Die Organisatoren des Eschweger Weihnachtsmarktes (der Arbeitskreis Open Flair in Zusammenarbeit mit der Stadt Eschwege und dem Stadtmarketing Eschwege) planen gerade mit Hochdruck eine Neuauflage.

Vom 15. bis 17. Dezember, also am dritten Adventswochenende, findet erneut der sogenannte „Weihnachtsmarkt mit Flair“ in der Eschweger Innenstadt statt. Das Programm für Kinder soll ausgeweitet werden.

Die ersten Aussteller und Händler hatten Annette Graumann ihre Zusage für 2023 schon direkt nach dem letzten Weihnachtsmarkt gegeben. Am Markt und Obermarkt werden regionale Händler ihre Produkte anbieten: Strickwaren, einzigartige Kinderkleidung, Schmuck, Pralinen, weihnachtliche Deko, Kunsthandwerk und vieles mehr können u. a. als Weihnachtsgeschenke erworben werden. Bei einem Bummel an den Ständen in gemütlicher Ambiente wird man das besondere Flair die-



Bunt beleuchtet und gut besucht: Der Weihnachtsmarkt in Eschwege, seit 2019 unter neuer Organisation, hat nach der Pandemie-Auszeit im vergangenen Jahr wieder viele Menschen in die Innenstadt gelockt.

FOTO: DORIS BÜSCHEL

ses Weihnachtsmarktes genießen können. Für das leibliche Wohl sorgen zahlreiche kulinarische Spezialitäten, Glühwein wärmt bei kalten Temperaturen.

Als Neuerung ist es dem Vorbereitungsteam gelungen, eine Reifenrutsche für

Kinder sowie ein Kinderkarussell zu organisieren, das das Angebot am Marktplatz ergänzen wird. „Es war ein viel geäußertes Wunsch aus dem vergangenen Jahr, das Angebot für Kinder zu erweitern, was wir gern umgesetzt haben“, sagt Annette Gra-

mann für das Weihnachtsmarktteam. Weitere Aktionen für und mit Kindern plant das Familienbüro der Stadt Eschwege am Obermarkt.

Auf einer Bühne am Obermarkt wird wieder ein abwechslungsreiches, kurzwei-

liges Programm mehrerer Akteure für weihnachtliches Flair sorgen, bevor eine Band den Abend bei Glühwein beschließen wird. Zum Abschluss des Weihnachtsmarktes am Sonntag rundet das gemeinsame Singen „Eschwege singt Weihnachtslieder“ das

Programm ab. Der Wochenmarkt zieht am Samstag, 16. Dezember, erneut in die Marktstraße um.

Für das Programm können sich Gruppen oder Einzelpersonen noch unter [WeihnachtsmarktESW@gmail.com](mailto:WeihnachtsmarktESW@gmail.com) anmelden.

ts

## Als Kind in Auschwitz

Ausstellung über Blanka Pudler

Witzenhausen – Mit einer Lesung eröffneten Dr. Dieter Vaupel und Alida Scheibli am Mittwochabend die Ausstellung „Auf einem fremden unbewohnbaren Planeten“ über Blanka Pudler in der Sparkassenfiliale Witzenhausen.

Blanka Pudler wird als Kind mit ihrer Familie 1944 nach Auschwitz deportiert. Nach sieben schrecklichen Wochen in Auschwitz wird sie zur Zwangsarbeit selektiert. In der Sprengstofffabrik Hessisch Lichtenau muss sie

Bomben und Granaten befüllen. Nach Kriegsende erfuhr sie, dass sie ihre Eltern im Holocaust verloren hat. Dieter Vaupel lernt Blanka Pudler 1986 in Budapest kennen. Aus ihrer Lebensgeschichte entstanden das Buch und die Ausstellung „Auf einem fremden unbewohnbaren Planeten“.

Vaupel las die Erzählerrolle und Alida Scheibli die Rolle von Blanka, dazu begleitete sie den Abend mit selbst

komponierten Stücken am Stage-Piano.

Die Ausstellung ist während der Öffnungszeiten noch bis zum dritten November in Witzenhausen zu sehen, ab dem neunten bis 24. November wird die Exposition in der Filiale Hessisch Lichtenau ausgestellt.

zwo



Eröffneten die Ausstellung „Auf einem fremden unbewohnbaren Planeten“ über Blanka Pudler: Dietmar Janz (Vorstand Sparkasse), Alida Scheibli, Lars Bathge (Leiter des Beratungszentrums Witzenhausen) und Dr. Dieter Vaupel.

FOTO: HENDRIC WOLTMANN



## Traumtänzer?

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

Foto: Ray - www.fotolia.com

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

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

- **BERKATAL** Frankershausen
- **ESCHWEGE**
- **MEINHARD** Neuerode
- **MEIßNER** Alberode
- **SONTRA** Stadt Berneburg Blankenbach Wichmannshausen
- **WALDKAPPEL** Burghofen
- **WANFRIED**
- **WEHRETAL** Hoheneiche
- **WEIßENBORN** Rambach

MARKT SPIEGEL REGION ESCHWEGE

Bewirb Dich jetzt:

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

TOP DIREKT SONTRAEER STADTKURIER

MARKT SPIEGEL REGION ESCHWEGE SONTRAEER STADTKURIER

### 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](mailto: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](mailto: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](mailto:info@top-direkt.de), damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können. Weitere Informationen finden Sie auch auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de)

**Arbeitssocken**  
hoher Tragekomfort, versch. Farben, Größe: 39-42 und 43-46  
je 6,99 €

**Hygge Wollsocken -Norweger Style-**  
Unisex, Schafswolle, wärmend, rot & blau, Größe: 39-42 & 43-46  
je 5,99 €

**Herren Jagdsocken**  
Komfortabler Bund, weiche Naht, doppelt verstärkte Ferse, Größe: 39-46  
je 7,99 €

**Alpaka Wollsocken**  
Unisex, extra weich und warm, Mischgewebe 39-42, 42-46  
je 5,99 €

**Damen Kuschelsocken**  
versch. Größen & Farben  
je 2,99 €

**Dr. Bieler Strickstrumpf hose**  
versch. Größen & Farben, wärmend  
je 3,99 €

**Damen Thermoleggings**  
versch. Größen & Farben, 90 DEN  
je 3,99 €

**Herren Thermo-Skiunterwäsche**  
Unterhemd lang oder Hose lang  
versch. Größen & Farben, Lang, Hose mit Eingriff, wärmend, und guter Tragekomfort  
je 4,99 €

**Äpfel vom Bodensee**  
5kg Kiste  
Gala Royal, Elstar oder Jona Gold  
1kg=1,20 € 5,99 €

**Terassendielen / Dauerholz Kiefer**  
3m 15,00 € (1m=je 5,00 €)  
In unserer Filiale in Witzenhausen / Kleinmerode auch in 5m Länge erhältlich 5m 25,00 € (1m=je 5,00 €)

**Weihnachtsmann**  
versch. Farben & Designs Hochwertig Verarbeitet  
80 cm Hoch 89,98 €

**Weihnachtsszene "Landschaft"**  
2 Designs, Material: Polystone, 24,5cm x 17cm x 29,5cm, mit bunten LED's, Musik & Bewegung  
49,98 €

**Weihnachtsszene "LED-Haus"**  
versch. Designs, Material: Polystone, ca. 11x12 cm  
15,98 €

**14tlg. Weihnachtsdorf**  
Starter-Set, mit LED's, 14 Teile zum Aufbauen und Spielen  
25,00 €

**Weihnachtsszene**  
versch. Designs, Material: Polystone, ca. 11x12 cm mit bunten LED's, Musik & Bewegung  
39,98 €

**Grabkerze**  
Metalldeckel, rot 120g 0,89 €  
Metalldeckel, rot 270g 1,89 €

**Grabstein**  
"Wir vermissen Dich" 0,99 €  
"In stillem Gedenken" 0,29 €

**Engel liegend** 0,29 €  
**Kreuz klein** 0,29 €

**Grab-Floristik verschiedene Ausführungen**

**Grabstrauß** ca. 45 cm 7,99 €  
**Grab-Doppelstrauß** ca. 60 x 30 cm 12,98 €

**Gesteck in Tontopf** ca. Ø 12cm 7,99 €  
**Gesteck in Tonschale** ca. Ø 15 cm ca. Höhe 42 cm 12,98 €

**Damen Hütten-Strickhaustiefel -Norweger Style-**  
kuschelig warm, mit Sohle, Gr.: 36-41, 2 versch. Motive  
je 9,98 €

**Sweatshirts Unisex**  
einfarbig, versch. Größen und Farben  
je 5 €

**Herren Hosens**  
Jeans oder Cargo, verschiedene Modelle und Größen  
jede Hose NUR 5 €

**Castello Havarti**  
in Scheiben 150g  
1kg=11,93 € 1,79 €

**Salakis Feta Dip**  
Oliven oder Tomate/Knoblauch 200g  
1kg=6,45 € 1,29 €

**Eifeler Wurstkonserven**  
versch. Sorten 400g  
1kg=7,48 € 2,99 €

**Wingert Mikrowellengerichte**  
versch. Gerichte 375/480g  
1kg=6,64/5,19 € 2,49 €

**Escoffier Fond**  
versch. Sorten z.B.: Lamm, Ente & Gans 400ml  
1l=4,48 € 1,79 €

**ORYZA Kamalis Duftreis**  
375g  
1kg=3,44 € 1,29 €

**Mixery Biermischgetränk**  
versch. Sorten z.B.: Bier & Energydrink, -Alkoholfreie, z.T. Taurin & koffeinhaltig 500 ml  
\*zzgl. 0,29 € Einwegpfand  
1l=0,89 € 0,49 €

**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 ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.

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



Im vergangenen Jahr hat der städtische Kindergarten Werrawichtel gegen 124 Konkurrenten durchgesetzt und den Hauptgewinn von 12 000 Euro abgeräumt. FOTO: CHRIS CORTIS

## Noch schnell mit Herzensprojekt bewerben

VR-Bank Mitte lobt Preis für gemeinnützige Vereine, Institutionen und Organisationen aus

**Werra-Meißner** – Vereine und Institutionen aus dem Werra-Meißner-Kreis können sich ab sofort für die Aktion „Herz für die Region“ der VR-Bank Mitte bewerben. Preisgelder in Höhe von 23 000 Euro warten auf die Gewinner.

In diesem Jahr soll es zehn Preisgewinner geben. Dabei werden laut VR-Bank fünf Projekte durch die öffentliche Abstimmung zum Gewinner gekürt. Weitere fünf Projekte werden durch eine Jury ausgezeichnet.

Eine besondere Rolle spielen in diesem Jahr die Gewinner des Herzenspreises 2022, denn gemeinsam mit dem Stiftungsbeirat der „Stiftung mit Herz“ entscheiden sie über die Vergabe eines Preis-

geldes von insgesamt 4000 Euro.

Der Herzenspreis hatte im vergangenen Jahr sein Debüt gefeiert und die VR-Bank Mitte blickt zufrieden auf das erste Jahr zurück. 125 Vereine hatten sich 2022 beworben und drei Gewinner konnten sich insgesamt über 22 000 Euro freuen. Nun geht das Kreditinstitut den nächsten Schritt und will auch in diesem Jahr Herzenswünsche erfüllen.

Das Projekt mit den meisten Stimmen erhält in diesem Jahr eine Fördersumme von 10 000 Euro, für Platz zwei gibt es 5000 Euro zu gewinnen, weitere 2500 gehen an den dritten Platz. Platz vier und fünf erhalten jeweils ein Fördergeld von 750 Euro.

Die Jury vergibt zudem einmal 1000 Euro und viermal 750 Euro ganz unabhängig von der Platzierung der Abstimmungsphase. Somit können auch kleine Vereine vom Stiftungspreis der VR-Bank Mitte profitieren.

„Bis jetzt haben sich schon über 27 Vereine und Institutionen aus dem Werra-Meißner Kreis für den Herzenspreis beworben“, berichtet Unternehmenssprecher Florian Hartleib.

Aus dem gesamten Geschäftsgebiet haben die Bank bereits über 50 Anmeldungen erreicht. So sind der Förderverein Kindergarten Berkatal, der Fußballclub 1920 Großalmerode oder die TSG Kammerbach bereits dabei

und freuen sich auf die Abstimmung im November.

Anmelden können sich die Vereine und Institutionen noch bis zum 31. Oktober. Im November startet die Abstimmungsphase. Ende Dezember stehen dann die zehn Gewinner des zweiten Herzenspreises der Mitmachbank fest.

\*Sicherungsstellen (w/m)  
Bediener Warnsysteme (w/m)  
Sicherungsaufsicht (w/m)  
Bahnerder (w/m)

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

\*heute noch bewerben!

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

**BDL** BAHN  
DIENSTLEISTUNGEN  
LUUDLPH

www.bist-du-bereit.com

**creativoptik**  
Inh. Cornelia Kolb e.K.

In Bebras Mitte Nürnberg Straße 38  
Mo bis Fr 09:30-13 / 14-18 Sa 09 bis 13  
Oder Wunschtermin Telefon 06222 42 300

Swiss Made  
Premium  
Gleitsichtgläser **299**  
statt 599 Euro\*  
je Glaspaar

Aktion mit unserem Partner Galaxa

Zweites Glaspaar Premium Gleitsichtgläser in Ihrer Sehkraft: 149,50 Euro, nur gültig im Aktionszeitraum

**Ray-Ban vogue Komplettbrille ab 148 Euro\*\***  
eyewear

\*\* Brillenfassung von Ray-Ban oder vogue eyewear und Einstärkengläser Basic in Ihrer Sehkraft, entspiegelt, gehärtet oder Ihre Wunschgläser gegen Aufpreis

Einstärkengläser Basic 39 Euro statt 77 Euro  
www.creativoptik-bebra.net  
mit Basisfassung aus unserem Aktionsortiment und Standardgläsern ohne Entspiegelung

Geschenkgutscheine mit Rabatt jetzt bei uns kaufen **10%** unbegrenzt gültig für einen Kauf bei uns, z.B. 50 Euro Gutschein für 45 Euro kaufen  
Alle Angebote bis 31.12.

\* Glaspaar: Quant (R) astro-line GLX, gefertigt in der Schweiz, Index 1.5, Stärkenbereich +6 dpt., cyl. + 3 dpt., Add. 3.0, Gläser von Galaxa, www.galaxa.de, Abbildung beispielhaft

## Keine Laubsauger: Naturschutzbund rät zu Rechen und Besen

**Werra-Meißner** – Angesichts der bunten Laubmassen im Herbst scheint der Griff zum Laubsauger für viele Gartenbesitzer eine praktische Lösung zu sein, doch der Nabu Hessen rät von deren Einsatz ab.

„Mit einer Luftgeschwindigkeit von bis zu 160 Stundenkilometern saugen die Geräte nicht nur Blätter, sondern auch unzählige für den Boden und die Vogelwelt wichtige Kleinlebewesen auf“, gibt der Landesvorsitzende Maik Sommerhage zu bedenken. Bei Geräten mit Häckselfunktion werden die Tiere und Insekten meist zerkleinert. Laubsauger mit Verbrennungsmotor stoßen darüber hinaus Abgase aus.

Tiere wie Regenwürmer, Spinnen, Asseln, Tausendfüßler, Springschwänze und Milben verwandeln Laub und Pflanzenreste in Humus und dienen Vögeln und anderen Tieren als Nahrung. „Für Igel, Spitzmaus und Kröte bietet

die Laubschicht zudem Schutz vor der Winterkälte. Auch Schmetterlingspuppen und viele Nützlinge überwinteren gerne unter den Blätterhaufen“, sagt Sommerhage.

Der Nabu rät dazu, zu Besen und Rechen zu greifen oder das Laub auf Beeten und Rabatten einfach liegen zu lassen. Sinnvoll sei es zudem, Laub- und Reisighaufen oder Komposthaufen anzulegen.

So könne das Herbstlaub dem Nährstoffrecycling zugeführt und im Frühjahr als Kompost wieder auf Beete ausgebracht werden.

Laub, das auf den Beeten verteilt wird, schützt den Boden im Winter und führt ihm Nährstoffe zu. Zusätzlich kann man das Laub auch als Frostschutz für Kübel- und empfindliche Gartenpflanzen nutzen.

Donnerstag bis Sonntag

**WINTERZAUBER**  
königlich  
ORANGERIE KASSEL

www.gartenfestivals.de

**9. – 12. November 2023**  
VORWEIHNACHTLICHER MARKT  
Orangerie Kassel

Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse  
Donnerstag bis Samstag 11 bis 21 Uhr · Sonntag 10 bis 19 Uhr

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

**TEAM 4**

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

Neu! **waipu.tv** jetzt auch bei uns!

**GEMEINSAM UNSCHLAGBAR!**  
Internet + bestes Fernsehen!

**Nordhessen-DSL**  
**14,95 € mtl.<sup>1</sup>**  
DIE ERSTEN 6 MONATE

+ **0,00 € mtl.<sup>2</sup>**  
DIE ERSTEN 12 MONATE

**Netcom KASSEL**  
netcom-kassel.de

So surft Nordhessen.

<sup>1</sup> Aktion gültig für die Produkte Nordhessen-DSL mit 25, 50 und 100 Mbit/s bei 24 Monaten Mindestvertragslaufzeit, bei der ggf. weitere Kosten entstehen können. Gültig nur für Neukunden im Aktionszeitraum von 04.10.2023 bis 04.01.2024. Nordhessen-DSL 25 Mbit/s für 14,95 €/Monat in den ersten 6 Monaten, danach 34,95 €/Monat. Nordhessen-DSL 50 Mbit/s für 14,95 €/Monat in den ersten 6 Monaten, danach 39,95 €/Monat. Nordhessen-DSL 100 Mbit/s für 14,95 €/Monat in den ersten 6 Monaten, danach 44,95 €/Monat. Gilt nicht für Optionen, Sonderrufnummern und Telefon-Verbindungspreise. Router kann optional gemäß Preisliste hinzugebucht werden. Nordhessen-DSL mit 25, 50 und 100 Mbit/s je nach technischer Verfügbarkeit. Konkrete Verfügbarkeitsprüfung auf netcom-kassel.de.  
<sup>2</sup> Das Produkt waipu.tv Perfect Plus für 12 Monate für 0,00 €/Monat bei Bandbreiten über 50 Mbit/s inklusive waipu.tv 4K Stick geschenkt statt einmalig 59,99 € zzgl. Versandkosten gemäß Preisliste, danach 11,00 €/Monat (statt 12,99 € UVP) und nur gültig bei einer Mindestvertragslaufzeit von 24 Monaten. Alle Preise sind inklusive der gesetzlichen MwSt.  
Stand: Oktober 2023. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. AGB und Leistungsbeschreibung unter netcom-kassel.de

# Schaffen gemeinsam das Besondere

## Heimat- und Fremdenverkehrsverein Abterode wird 50

**Abterode** – Da, wo viele fleißige Männer ehrenamtlich arbeiten, da ist der Heimat- und Fremdenverkehrsverein Abterode zu Hause. Und das seit nun schon 50 Jahren. Gefeiert wurde dieses Jubiläum nach der Pandemiezeit allerdings nur im kleinen Rahmen. Am Freitag wurden zunächst ein Klettergerüst und zwei Tipis auf der Freizeitanlage am Rehberg eingeweiht, ehe danach auf dem Vereinsgelände mit Hof und Werkstatt am Vorderweg 13 die kleine Geburtstagsfeier stieg.

Bernd Füllgrabe, der seit 1999 als Vorsitzender die Geschichte des Vereins lenkt,

sagte: „Wir konnten über den langen Zeitraum immer auf eine intakte Gemeinschaft bauen.“ Aktuell weiß Füllgrabe ein funktionstüchtiges Team mit seinem Stellvertreter Knut Zimmermann, Kassierer Frederick Stolz, Schriftführer Moritz Stolz sowie den Leitern der Arbeitsgruppe, Marcel Röhr, und der Werkstatt, Pascal Fischer, um sich.

Von Beginn an, die offizielle Gründung des Heimat- und Fremdenverkehrsvereins wurde 1973 mit zahlreichen Bürgern, auch aus anderen Ortsteilen der Gemeinde Meißen, vollzogen, standen Verschönerungen, Instand-

haltungen, Aufbau- und Pflegearbeiten zur Bewahrung der Kulturgüter und Freizeitanlagen auf der Agenda.

„Daran hat sich bis heute nichts geändert; was in unserer Werkstatt gebaut und gezimmert wird, das findet nicht nur in Abterode einen Platz“, sagt Füllgrabe. Bauliche Wünsche hat der Verein schon Kindergarten und Schule, dem Tierheim in Eschwege, dem Göttinger Elternhaus für krebserkrankte Kinder und für Projekte im sozialen Bereich erfüllt. Das enge Miteinander, das der Heimatverein Abterode mit dem Nachbarort Wellingerode pflegt, hat sich nach dem gemeinsamen Grenzbautenfest an der Meißnerblickhütte, die genau zwischen den beiden Dörfern liegt, im Mai 2018 bestens entwickelt.

„Das 40-jährige Bestehen haben wir 2013 über drei Tage hinweg groß gefeiert, und nun, zum 50. Geburtstag, können wir erneut und voller Stolz auf die vielen Errungenschaften schauen, die wir in den zehn Jahren bewerkstelligt haben“, sagt der 86-Jährige. „Wir haben immerhin Ausgaben von 147 100 Euro getätigt, können aber, nicht



**Wird kontinuierlich erweitert und gepflegt:** Die Freizeitanlage am Rehberg gilt seit Jahren als ein beliebtes Ausflugsziel für Familien.

FOTO: PRIVAT

zuletzt aufgrund von großzügigen Spenden der VR- und Sparda-Bank, Einnahmen in Höhe von 147 800 Euro generieren“, so Füllgrabe. Nur habe die Freizeitanlage am Rehberg um die Blumenwiese erweitert und komplett umgebrochen werden konnte.

Eine wichtige Quelle ist auch beim bundesweiten Wettbewerb „Schlaraffenland von Menschenhand“ entsprungen, der dem Heimatverein einmal den Sieg und einmal Rang zwei be-

scherte, was Erneuerungen des Wassertretbeckens und des Wasserspielplatzes garantierte, den Bau eines riesigen Schiffes und die Anschaffung eines teuren Traktors ermöglichte. Auch Insektenhotels wurden gebaut und seltene Bäume angepflanzt.

Füllgrabe: „Eigentlich wollten wir unser Jubiläum im Sommer mit den Einwohnern am Rehberg gebührend feiern, aber da sich die Lieferung des Klettergerüsts und der Tipis so weit nach hinten

verzögerte, haben wir uns für die kleinere Variante entschieden.“ Der Bauhof habe die Fundamente gegossen und den Kies bezahlt, die VR-Bank eine Spende beigesteuert, aus der Getränkekasse der Werkstattgruppe ist Geld geflossen und auch die Vereinskasse wurde strapaziert“, freut sich der Vorsitzende nun auf den heutigen Abend, wenn nach der offiziellen Übergabe der Spielgeräte das 50-jährige Bestehen als Hof fest gefeiert wird.

red

**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

**Flohmarkt Metro**  
**05.11.**

**Fred's** Inh. Fred Roth  
**Polsterwerkstatt**

Aufarbeiten und Neu beziehen von Polstermöbeln  
www.freds-polsterwerkstatt.de  
Landstraße 65 • 37287 Wehratal-Reichensachsen  
Tel.: 0 56 51 / 24 80

**BRENNHOLZ-AKTION**

rund um 37269 Eschwege

**Brennholz als Rundholz ab 60,00 € / rm**

3-m-Stämme an Selbstabholer

**claus rodenberg waldkontor gmbh**  
brennholz@waldkontor.com  
Fr. Irrgang / Fr. Rodenberg  
Telefon 04501 820121

**Jakobi**  
Pflege

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

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

36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3

suche. finde. Job.

**localjob.de**  
Das regionale Jobportal

## Mit der Virtual-Reality-Brille abtauchen

### Exotische Unterwasserwelten im Espada noch bis Sonntag erkunden

**Eschwege** – Wer in den Herbstferien in exotische Unterwasserwelten abtauchen möchte, muss keinen Flug in die Karibik buchen – eine Eintrittskarte für das Espada-Freizeitbad in Eschwege genügt.

Denn hier stehen während der Herbstferien sogenannte Virtual-Reality-Brillen zur Verfügung, mit denen man eindrucksvolle Taucherlebnisse simuliert bekommt. Noch bis zum Sonntag, 29. Oktober, können Besucher jeweils in der Zeit von 13 bis 17 Uhr dieses Angebot im Schwimmbad kostenlos nutzen.

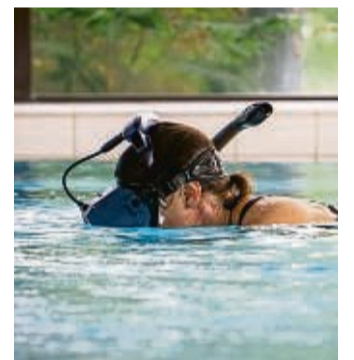
Das Virtual-Reality-Set besteht aus Unterwasser-VR-Brillen, Schnorcheln und drei virtuellen Unterwasser-Welten, die das Schwimmbecken in einen Ozean verwandeln. Man schnorcht in exotischen Riffs mit Schildkröten, Walen, Quallen und bunten Fischen vorbei oder kann ein altes Schiffswrack erforschen.

Im Wasser muss der Körper nur noch etwa zehn Prozent seines Gewichts tragen und es fühlt sich fast so an, als schwebte man in der Schwerelosigkeit. Dieses Gefühl können die Besucher vertiefen und alter-

nativ zur Unterwasserwelt auch in einer Weltraumsimulation durch das All schweben.

Um das Erlebnis sicher und ohne Kollisionen erleben zu können, steht ein separater Bereich für das VR-Erlebnis zur Verfügung, der zusätzlich von einer Schwimmaufsicht betreut wird. Damit keine Wartezeiten entstehen, müssen sich Interessierte im Schwimmbad bei der Badeaufsicht melden und in eine Liste eintragen. Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, werden Zeit-Slots vergeben.

Das Espada-Freizeitbad bie-



**Herbstlicher Tauchurlaub mit Virtual-Reality-Brillen.**

tet dieses besondere Erlebnis gemeinsam mit dem Werra-Meißner-Lab an.

red/esp

## Neue Attraktion für Wanderer

### Elektrizitätswerk von Scharfenberg spendet Wellenbank

**Wanfried** – Bei bester Herbstsonne konnte jüngst eine Wellenbank durch das Elektrizitätswerk von Scharfenberg KG an die Stadt Wanfried übergeben werden.

Die beiden Geschäftsführer des örtlichen Stromversorgers, Martin Rohmund und Stephan von Eschwege, übergaben die neue Bank symbolisch an Wanfrieds Bürgermeister Wilhelm Gebhard. Die neue Wellenbank steht am Grillplatz Plesse oberhalb von Wanfried und lädt zum Verweilen ein.

„Von der Wellenbank hat man einen weiten Blick über

das Werratal bis zum Hohen Meißner. Ggebaut wurde die Wellenbank von Herrn Simatschek aus Falken“, erklärt Stephan von Eschwege.

Die Idee für die Bank sei im E-Werk Wanfried entstanden.

Stephan von Eschwege erläutert, dass die Themen Werra und Wasserkraft untrennbar mit dem E-Werk Wanfried verbunden sind und so die Idee entstand, der Stadt eine Freude mit einer solchen Wellenbank zu machen. Von Eschwege: „Besonders positiv war auch, dass man mit Herrn Simatschek

einen Handwerksbetrieb aus dem Versorgungsgebiet fand, der das Vorhaben umsetzen konnte.“

Wanfrieds Bürgermeister Wilhelm Gebhard freut sich über die Initiative aus dem E-Werk, über die freundliche Spende und über die neue Attraktion am Start- und Endpunkt des Premiumwanderwegs P5. „Die neue Wellenbank stellt nicht nur eine Bereicherung dar, sie wird an diesem Ort sicherlich auch von vielen Wanderern gerne und gut genutzt werden“, ist sich Wilhelm Gebhard sicher.



**Stephan von Eschwege (links) und Martin Rohmund,** die die neue Wellenbank ausprobieren und hinter der Bank Bürgermeister Wilhelm Gebhard, der sich gemeinsam mit dem Erbauer der Bank, Herrn Simatschek, über das gelungene Arbeitsergebnis freut.

FOTO: PRIVAT

## VHS-Kurs: Schnitt von Obst- und Ziergehölzen

**Eschwege** – Die Vhs Werra-Meißner bietet im November an den Standorten Witzzenhausen und Eschwege Kurse zum Thema „Schnitt von Obst- und Ziergehölzen“ an. In einem theoretischen und einem praktischen Teil vermittelt Eberhard Walther

rechten Schnitt und die richtige Pflege von Bäumen und Sträuchern. Die Teilnehmenden lernen, wie - wann - was geschnitten wird und was dabei beachtet werden muss, um sich über viele Jahre an üppigem Wuchs, reicher Blüte, Gesundheit und schmackhaften Früchten erfreuen zu

können. Schwerpunkte in diesem Semester sind Rosen, Ziersträucher, Hecken, Beerenobst und Obstbäume inkl. Streuobst. Am Standort Witzzenhausen wird der Kurs am Sa., dem 4. November und Sa., dem 11. November (Kurs für Frauen) angeboten. Der Termin für den Standort

Eschwege ist Sa., der 18. November.

Kurszeit ist jeweils 9 bis 17 Uhr und die Gebühr beträgt 39,90 Euro pro Kurs.

**Weitere Infos und Anmeldung** vhs Werra-Meißner, Tel. 0 55 42/ 9 33 60, info.witzenhausen@vhs-werra-meissner.de oder über die Homepage

vhs-werra-meissner.de

Überzeugen Sie sich jetzt von den Vorteilen des **WR** ePapers!

**WR Werra-Rundschau**

**2 WOCHEN GRATIS!**

Vögel finden kein Futter

JETZT BESTELLEN unter Telefon 0 56 51-33 59 55



JETZT BESTELLEN unter Telefon 0 56 51-33 59 55



# Reich durch Sammlerstücke?

## Das sollten Einsteiger wissen

Uhren, Kunst oder Wein sind schon lange beliebte Sammlerobjekte. Mit dem richtigen Riecher lässt sich damit wirklich Geld verdienen. Neben dem nötigen Kleingeld brauchen Anleger aber auch viel Wissen.

Eine Flasche aus dem Hause Macallan lässt Whisky-Kennern das Wasser im Mund zusammenlaufen. Aus dieser Brennerei kommt derzeit der Single Malt, der als der teuerste der Welt gilt. Eine Flasche, abgefüllt aus einem bestimmten Fass aus dem Jahr 1926, ist zuletzt für mehr als 1,7 Millionen Euro verkauft worden. Wahrscheinlich wird diese Flasche niemals geöffnet. Sie gilt als Anlageobjekt.

Der Wert seltener Flaschen hat sich innerhalb von zehn Jahren fast verfünffacht (+322 Prozent), zeigt der Knight Frank Luxury Index. Auch Wein, Uhren, Oldtimer oder Kunst sind deutlich teurer geworden, wenn auch nicht ganz so stark. Für viele ist ein Investment in solche Anlagen deshalb verlockend.

Wer in Sammlerstücke investiert, schießt neben der Rendite aber in der Regel auch noch auf etwas anderes, weiß Andreas Hackethal, Professor für Finanzen an der Goethe Universität in Frankfurt am Main: „In der Regel sind damit auch Leidenschaft und Spaß verknüpft.“ Nicht

umsonst werden solche Geldanlagen auch Passion Investments genannt. „Manche Käufer rechtfertigen ihr Geldausgeben sogar damit, dass es eine Geldanlage sei“, so Hackethal. Mit dem Oldtimer etwa kann man sonntags seine Runden drehen und nebenbei Geld verdienen.

Allerdings ist die Rendite nicht gewiss. Wer in die Vergangenheit schaut, sieht, dass in über 100 Jahren Aktien im Schnitt sogar deutlich bessere Ergebnisse eingefahren haben als Sammlerstücke aller Art. Das zeigt eine Auswertung der Credit Suisse.

### Wissen ist Macht

Mit den richtigen Stücken lässt sich aber durchaus viel Geld verdienen, bestätigt auch Hackethal. „Dafür muss man sich aber sehr gut damit auskennen.“ Und selbst dann sei ein solches Investment ein großes Risiko. „Viele Märkte sind heute super professionell. Warum sollte da ein Anleger mehr wissen als andere und deshalb ein Schnäppchen machen?“, so Hackethal.

Ohne das nötige Wissen sollte man sich jedenfalls nicht auf Einkaufstour begeben. Schließlich kosten selbst Einsteigerstücke oft mehrere tausend Euro und müssen sorgfältig ausgesucht werden. „Bei der Auswahl geht es um Exklusivität“, erklärt Martin Blumenthal. Er ist Kunstsachverständiger und



**Original oder Fälschung?** Nicht nur diese Frage kann Menschen, die in teure Uhren, Weine oder Oldtimer investieren, vor eine große Herausforderung stellen. FOTO: MATTHIAS BALK/DPA/DPA-TMN

leitet bei der Allianz den Bereich Underwriting der Kunstversicherung Nord.

„Bei Whisky zum Beispiel sind Unikate oder limitierte Auflagen einer bestimmten Destille besonders gefragt“, sagt Blumenthal. Bei Whisky, Wein oder auch Oldtimern spiele zudem zunehmend auch die Provenienz eine wichtige Rolle bei der Preisbildung. Wichtig ist also nicht nur das Modell oder der Jahrgang, sondern auch, in wessen Keller der Wein oder in wessen Garage das Auto vorher schon gestanden hat.

Nur mit dem richtigen Hintergrundwissen haben Käufer außerdem eine Chance, Fälschungen zu erkennen und den geforderten Preis

einzuschätzen. Denn die Preisfindung bei solchen Sammlerstücken ist schwierig, warnt Andreas Görler, Vermögensverwalter bei Pruschke & Kalm in Berlin. Egal ob für Kunst, Uhren oder Whisky: Es gibt keine seriöse Börse dafür.

### Preisbildung schwer nachvollziehbar

Stattdessen werden die Stücke oft auf Auktionen oder im Direktgeschäft verkauft. Anleger müssen herausfinden, welche Preise angemessen sind. Wer noch keine Erfahrung hat, muss sogar lernen, wie man sich auf einer Auktion angemessen verhält - und im Bieterwettbewerb die Nerven behält. Er rät Kunden

eher von solchen Investitionen ab.

Nur wer schon ein großes Vermögen habe, könne auch etwas Geld in Sammlerstücke stecken. Ob nun lieber Kunst oder Oldtimer - das richte sich vor allem danach, was einen interessiert und welche Aufbewahrungsmöglichkeiten vorhanden sind, so Görler. „Uhren sind für Anfänger aber sicher einfacher als zum Beispiel Kunst. Allein was die Verwahrung betrifft.“

### Auf die richtige Verwahrung achten

Damit die Sammlerstücke nicht an Wert verlieren, müssen sie nämlich richtig gelagert werden. Wein oder Whisky zum Beispiel müssen

trocken und bei der richtigen Temperatur lagern - möglichst im Liegen und ohne Licht. „Arbeiten auf Papier sollten hinter Museumsglas hängen“, empfiehlt Blumenthal. Andernfalls bleiche die UV-Strahlung sie aus. Zudem sollte das entsprechende Passepartout säurefrei sein.

Ansonsten gilt: Zeitkapseln erzielen die höchsten Preise. Etwa eine Uhr mit Zertifikat in der Original-Box. „Käufer wollen zunehmend Authentizität. Deshalb darf heute ein Oldtimer auch Patina haben“, sagt Blumenthal. „Das ist im Zweifel besser, als wenn bei einem stark überrestaurierten Fahrzeug kaum noch Originalteile zu finden sind.“ Dabei dürfen die Sammlerstücke sogar benutzt werden. Manche Oldtimer-Händler bewegen ihre Autos sogar regelmäßig, damit sie funktionstüchtig bleiben.

Auch über die Sicherheit ihrer Anlage müssen Sammler sich Gedanken machen. Vielleicht brauchen sie einen Tresor, um die Rolex sicher aufzuheben. Oder Alarmanlagen, um das Grundstück zu sichern, wenn teure Kunst an der Wand hängt. Aber sicherlich muss die Hausratversicherung aufgestockt werden. Wertsachen sind nämlich immer nur bis zu einem gewissen Betrag mitversichert. Schon bei der zweiten wertvollen Armbanduhr könnte es da eng werden. tmn

ANZEIGE

## Um kein Haar zu viel?

Eine spezielle Nährstoffkombination schenkt Hoffnung.



Überall Haare - ob im Abfluss, am Kopfkissen oder in der Bürste. Doch warum werden die Haare lichter und was kann man dagegen tun?

Viele kennen es: Man frisiert sich und hat hinterher mehr Haare in der Bürste, als einem lieb ist. Aber ist die Sorge begründet? Zunächst einmal ist es wichtig zu wissen, dass es völlig normal ist, wenn am Tag etwa 100 Haare ausgehen. Das gehört zum natürlichen Regenerationsprozess der Haare. Problematisch wird es erst, wenn anschließend dünnere Haare nachwachsen. Die gute Nachricht: Man kann etwas dagegen tun.

### Maßnahmen für den Alltag

Zunächst einmal kann man bereits im Alltag einige Maßnahmen ergreifen, um den Haaren etwas Gutes zu tun. Hierzu zählt etwa, weitestgehend auf straffe Frisuren wie einen Pferdeschwanz zu verzichten. Diese tun dem Haarvolumen nicht gut und können die Haare abbrechen lassen, da ein stetiger Druck auf die Haarwurzeln ausgeübt wird. Auch Haargummis spielen in diesem Zusammenhang eine Rolle. Sanfter zu den Haaren sind hier zum Beispiel Spiral-Haargummis. Zudem sollte man bei trockenen bzw. spröden Haaren den Gebrauch von Lockenstab oder

Glätteisen reduzieren, da die Haare dadurch sehr hohen Temperaturen ausgesetzt werden, wodurch sie weiter austrocknen, brüchig werden und letztendlich ausgehen können. Ebenso wichtig ist das richtige Föhnen - gerade jetzt in der kälteren Jahreszeit, wo man die Haare schlechter an der Luft trocknen lassen kann.

### Kraftnahrung für die Haare

Neben der äußerlichen Pflege spielt aber vor allem die Nährstoffversorgung eine wichtige Rolle. Tatsächlich brauchen die Haare für ein gesundes Wachstum nämlich bestimmte Nährstoffe und Spurenele-

mente. Hierzu zählt etwa das Silizium, das in besonders hohem Ausmaß in der heimischen Goldhirse oder Kieselerde enthalten ist. Dieses speichert im Körper Feuchtigkeit, wodurch die Haare weniger schnell austrocknen und dadurch schwerer abbrechen. Auch die natürliche Schwefelquelle MSM ist wichtig: Sie ist ein essenzielles Strukturelement von Elastin, Keratin und Kollagen und somit der Hauptbestandteile unserer Haare. Nicht zuletzt brauchen gesunde Haare auch Selen.

### Tipp aus der Apotheke

Um all diese Nährstoffe in ausreichender Dosierung aufzunehmen, empfiehlt es sich auf ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke zurückzugreifen.

Immer mehr ApothekerInnen empfehlen hier einen Geheimtipp aus Österreich: Dr. Böhm® Haut Haare Nägel. Es enthält die angesprochenen Nährstoffe sowie eine Vielzahl weiterer „Kraftstoffe“ für die Haare (z. B. Biotin, Eisen und Zink) in besonders hoher Dosierung. Das in Österreich mit Abstand meistverkaufte Mittel für gesunde Haare\* ist seit Kurzem auch in deutschen Apotheken erhältlich und überzeugt AnwenderInnen jeden Alters mit sichtbaren Ergebnissen.

**Gut zu wissen:** Die Haarwurzeln brauchen eine gewisse Zeit, um die zugeführten Nährstoffe bestmöglich zu verarbeiten. Außerdem wachsen Haare im Schnitt nur 1,5 cm pro Monat, weshalb eine längere Einnahme der wichtigen Nährstoffe sinnvoll ist. Für ein sichtbares Ergebnis empfiehlt sich daher eine kurmäßige Anwendung von Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.

\*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 08/2023



**RICHTIG FÖHNEN - SO GEHT'S**

- 20 cm Abstand zwischen Haaren und Föhn
- Föhn in Bewegung halten, damit die Hitze nicht zu lange auf einen Punkt fixiert ist
- Darauf achten, dass die Kopfhaut nicht zu heiß wird - dies kann die Haarwurzel verletzen
- Einen Föhn mit mindestens 1.600 Watt benutzen, ansonsten dauert das Trocknen länger und das Haar wird unnötig weiter strapaziert
- Außerdem sollte Ihr Föhn mehrere Heizstufen und eine Kaltstufe zum Auskühlen der Haare haben

Jetzt sparen!  
**2+1 GRATIS**



**3-MONATS-KUR**  
(3 x 60 Stk.) in Ihrer Apotheke!  
Solange der Vorrat reicht.

Falls nicht verfügbar bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie:  
**PZN: 18851135**

IHR WOCHENHOROSKOP

- WIDDER 21.3.-20.4.** Sie kümmern sich mal wieder um Dinge, die Sie nichts angehen. Wundern Sie sich nicht, wenn Sie auf einmal zwischen den Fronten stehen.
- STIER 21.4.-21.5.** Es bringt gar nichts, sich selbst unter ungeheuren Druck zu setzen, nur weil der erste Anlauf nicht sofort zum gewünschten Erfolg geführt hat.
- ZWILLING 22.5.-21.6.** Erfreuliche Entwicklungen künden sich an: Sie befinden sich in der Endphase einer Krisensituation. Jetzt kann durchgestartet werden.
- KREBS 22.6.-22.7.** Lassen Sie sich nicht schulmeistern, Sie sind alt genug, um zu wissen, was gut für Sie ist. Und Ihre bisherigen Erfolge sprechen für sich!
- LÖWE 23.7.-23.8.** Zeigen Sie, dass Sie offen für neue Erfahrungen sind: Sie werden mit Ihren Ideen, Ihrem Engagement und Ihrer Genauigkeit punkten können.
- JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Mit Ihrer unkompliziert heiteren Ausstrahlung vermögen Sie in dieser Woche so manche Türe zu öffnen und Herzen im Sturm zu erobern.

Mehr Lebensluft

(djd-k). Rund 90 Prozent des Tages halten wir uns durchschnittlich in geschlossenen Räumen auf. Doch oftmals fühlen wir uns dabei müde und schlapp, denn Verunreinigungen in der Innenluft können unser Wohlbefinden beeinträchtigen. Ein zu hoher CO2-Gehalt und sogenannte flüchtige organische Verbindungen (VOC) können die Luft in Innenräumen belasten. Dazu gehören Ausdünstungen aus Möbeln, Farben, Baustoffen und Co. Damit beim Lüften über die Fenster nicht auch noch Feinstaub oder Pollen ins Haus gelangen, haben sich automatische Wohnungslüftungen bewährt. Bei der Initiative „Gute Luft“ unter [www.wohnungs-lueftung.de](http://www.wohnungs-lueftung.de) gibt es mehr Informationen. Die Systeme führen belastete Raumluft stetig nach außen ab und frische, gefilterte Luft ins Haus. Zudem sparen sie noch Energiekosten.

- WAAGE 24.9.-23.10.** Das Jammern eines Kollegen ist unbegründet: Mit mehr Einsatz könnte er jetzt genauso gut dastehen wie Sie, aber er wollte ja faulenzeln.
- SKORPION 24.10.-22.11.** Bloß kein Frühstart! Ein überreites Vorpreschen kann nicht nur finanzielle Einbußen bedeuten, sondern auch zu Renommeeverlust führen.
- SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Aufgepasst, jemand mit Kreativpotenzial bringt Sie auf die verrücktesten Ideen! Und die sind so gut – die sollten Sie umsetzen!
- STEINBOCK 22.12.-20.1.** Übernehmen Sie keine zusätzliche Verantwortung. Erstens würden Sie sich überlasten, zweitens lohnt es sich einfach nicht!
- WASSERMANN 21.1.-19.2.** Zeigen Sie Ihrem Partner, wie sehr Sie seine Nähe brauchen: Er hat bisweilen den Eindruck, dass Sie ihn nicht genügend beachten.
- FISCHE 20.2.-20.3.** Je leichter Sie die Dinge nehmen, desto besser! Unumgängliche Veränderungen werden schon sehr bald ihre Vorzüge zeigen.



Mit schwarzer Hose plus Shirt, Alu-Tape (und der passenden Schminke) kann man ein Kostüm selbst machen, ohne furchterregend viel Geld dafür auszugeben.

FOTO: TESA/DIY ACADEMY/DPA-TMM

Ruckzuck Grusel-Look  
Halloween-Kostüm in letzter Minute

Die Einladung kommt spontan, man hat es vorher vergessen - oder die fertigen sind zu teuer? Auch kurz vor dem 31. Oktober kann man noch fix ein Halloween-Kostüm aus der Klamotten-Koste zaubern. Mareike Hermann von der DIY Academy in Köln erklärt, wie man aus einem schwarzen Oberteil und schwarzen Leggings ruckzuck ein Grusel-Skelett-Outfit macht:

zuschneidet, das kommt auf Geschmack und Fingerfertigkeit an. Hier vielleicht ausprobieren, ob man die Kleidung angezogen beklebt oder eher auf einer glatten Oberfläche liegend.

Außer Hose und Shirt braucht man Malerband oder Aluminium-Tape. Tipp: „Aluminium-Band sieht natürlich noch ein bisschen cooler aus.“ Damit werden die Skelett-Knochen aufgeklebt. Ob man sie nur grob andeutet oder das Gerippe detailliert

Alternativ: Aus einer alten Leggings und einem alten Longsleeve ein Mumienkostüm basteln. „Dafür reißt man ein weißes Bettlaken oder auch alte weiße T-Shirts in Streifen“, erklärt Herrmann. Die Streifen werden um Shirt und Hose gewickelt und punktuell mit Heißkleber fixiert.

Kinder können dabei übrigens prima mitbasteln. Am Grusel-Fest selbst dann nur noch das Gesicht weiß schminken - fertig.

tmm

Angebote gültig vom 30.10. – 04.11.2023

Jede Woche erfrischende Angebote!

**Logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**Licher Bier**  
diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,10 €

**ANGEBOT**  
**10,99**

**Astra Urtyp, Rakete**  
Kasten = 27 x 0,33 l,  
zzgl. 3,66 € Pfand,  
1l = 1,35 €

**-29%**  
**11,99** **10,99**  
1l = 1,23 €

**Kulmbacher Bier**  
edelherb, alkoholfrei,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,42 € Pfand,  
1l = 1,30 €

**AKTION!**  
+ 4er Pack  
**GRATIS!**  
Erspricht einen  
Kastenvorrat von  
10,83 €

**ANGEBOT**  
**12,99**

**Krombacher Bier**  
diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,40 €

**ANGEBOT**  
**13,99**

**AKTIEN Bier**  
Zwick'l, Landbier,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
1l = 1,50 €

**-21%**  
**14,99** **13,99**  
1l = 1,40 €

**Estrella Galicia**  
Helles spanisches Lagerbier,  
Kasten = 30 x 0,2 l,  
zzgl. 3,90 € Pfand,  
1l = 2,50 €

**ANGEBOT**  
**14,99**

**Oberbräu Hell**  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,60 €

**18,99** **14,99**  
1l = 1,50 €

**Spaten Münchner Hell**  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,60 €

**-20%**  
**15,99** **14,99**  
1l = 1,50 €

**AKTION!**  
+ 1 Krug  
**GRATIS!**

**Schneider Weisse**  
diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,50 €

**ANGEBOT**  
**14,99** **13,99**  
1l = 1,40 €

**Corona Extra**  
0,33 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1l = 3,00 €

**-29%**  
**0,99** **0,89**  
1l = 2,70 €

**ViO Mineralwasser**  
still,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
1l = 0,83 €

**-21%**  
**4,99**

**Förstina Sprudel Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 1 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,48 €

**6,99** **5,79**

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

**ANGEBOT**  
**5,99** **4,99**  
1l = 0,55 €

**Gerolsteiner Erfrischungsgetränke**  
diverse Sorten,  
Kasten = 6 x 0,75 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
1l = 1,33 €

**6,99** **5,99**  
1l = 1,22 €

**Heil Apfelsaft, Apfelwein\***  
diverse Sorten,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,55 € Pfand,  
1l = 1,42 €

**AKTION!**  
+ 1 Flasche  
**GRATIS!**  
Erspricht einen  
Kastenvorrat von  
7,28 €

**10,49** **8,49**

**effect Vodka**  
& Energy, Açai,  
koffeinhaltig,  
0,33 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1l = 6,03 €

**-33%**  
**1,99**

**Açai  
Neu im  
Sortiment!**

**Söhnlein Brillant**  
halbtrocken, trocken,  
0,75 l - Flasche,  
1l = 3,99 €

**-30%**  
**2,99**

**Kessler Zink Weisswein**  
diverse Sorten,  
1l - Flasche,  
zzgl. 0,05 € Pfand,  
1l = 3,99 €

**ANGEBOT**  
**3,99**

**Ramazotti**  
diverse Sorten,  
0,7 l - Flasche,  
1l = 15,70 €

**-21%**  
**10,99**

**Coca-Cola Kombikiste**  
teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 12 x 1 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,92 €

**ANGEBOT**  
**10,99**

**Jim Beam Whiskey**  
diverse Sorten,  
0,7 l - Flasche,  
1l = 15,70 €

**-31%**  
**10,99**

**Bier-Adventskalender**  
Ein Highlight für jeden Bierliebhaber!

**24,99 €**  
Kasten = 24 x 0,33 l,  
zzgl. 3,42 € Pfand,  
1l = 3,16 €

**Schlitz Whisky Liqueur\***  
0,5 l - Flasche,  
1l = 33,98 €

**49,99** **16,99**

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

Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!

**1x Dyson Airwrap**

...und weitere attraktive Gewinne

\*Nicht in allen Filialen verfügbar. Lieblingsmarkt in der logo App wählen und Aktionsteilnahme der Filiale einsehen. Für Druckfehler keine Haftung!  
\*\* Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App.



# Irish-Folk mit Guinness und Whisky

Kloster Cornberg: Konzert mit The Stokes am 10. November

Cornberg – Am Freitag, 10. November, 20 Uhr findet im Kloster Cornberg - Kulturbühne - ein Irish-Folk-Konzert mit Guinness und Whisky mit der Band „The Stokes“ statt.

Seit 2001 auf Tournee. Über 700 Konzerte. Von der Fachpresse als „die Einzigen legitimen Nachfolger der Dubliners“ gehandelt, haben die drei Barden der Stokes, die sich unaufhörlich gegen die Verramschung der irischen Folklore zur Massenware stemmen, mehr als das volle Jahrzehnt erreicht.

Volle Konzerthäuser, Anekdoten und comedyreifes Entertainment rund um die „grüne Insel“ und traditionelles Singalong.

Sie mögen's ursprünglich. Wenig popige Schnörkelei, möglichst keine Mainstream-Variationen mit harmonischer Aufbereitung für den Allerweltsgeschmack. Irish Folk in Reinform - dafür stehen die Stokes.

Wortreich, stimmungsgewaltig, leidenschaftlich und mit viel Gefühl für das Herz der Menschen auf der grünen Insel formulieren sie immer wie-



Mitsingen, Mittanzen oder Mitweinen: Die Konzerte der Stokes sind ein Erlebnis. FOTO: STOKES/INH

der aufs Neue eine musikalische Liebeserklärung an ein Land und seine kulturelle Tradition.

Dass diese Meinung von irischen Folkgrößen geteilt wird, machen Tourneen mit Noel McLoughlin und dem Dubliners-Sänger Seán Can-

besten Band gewählt wurden, stellt das für eine multinationale Band schon fast den Ritterschlag dar.

Aber zu einem Irish Folk Abend gehören neben der Musik noch weitere Zutaten: die Nähe der Künstler zum Publikum, die Geschichten und Anekdoten rund um die Insel und die Songs. Und hier zeigen sich die Stokes als echte Entertainer. Witzeleien mit dem Publikum, Anekdoten voll schwarzem und selbstironischem Humor, aber auch kleine Geschichten, die einen die Songs, Irland und die Iren besser verstehen lassen, binden die Zuhörer ein. Mitsingen, Mittanzen oder Mitweinen, alles ist möglich und gewünscht und erzeugt erst die Atmosphäre der unverwechselbaren Stokes-Bühnenshow.

Der Eintritt beträgt für Erwachsene 15 Euro, für Schüler und Studenten ermäßigt 12 Euro. Informationen und Kartenbestellungen: Kulturverein Kloster Cornberg, Telefon 0 56 50/9 21 89 90 oder per Mail [info@kulturverein-kloster-cornberg.de](mailto:info@kulturverein-kloster-cornberg.de)

## PROGRAMMVORSCHAU

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

**Dienstag, 31. Oktober**  
**Awo-Ortsverein Sontra**  
**Begegnungsnachmittag im BlickPunkt**  
14.30 Uhr: Mit Kaffee- und Spieleangebot in den Räumlichkeiten der Bürgerhilfe, Niederstadt 41, Sontra. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

**Mittwoch, 1. November**  
**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

**Donnerstag, 2. November**  
**Mittagstisch für Senioren im Blickpunkt**  
11 bis 14 Uhr: Niederstadt 41. Veranstalter ist die Bürgerhilfe Sontraer Land e.V.

gebote an Produkten aus der Region

**Bürgerhilfe Sontraer Land**  
14 bis 16 Uhr: Bürgerhilfe Sontraer Land, BlickPunkt, Treffen im Cafe FreiRaum für Flüchtlinge, Gastgeber und Interessierte

**Stadt- und Schulbibliothek**  
15 bis 18 Uhr: Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16, Sontra

**Donnerstag, 2. November**  
**Mittagstisch für Senioren im Blickpunkt**  
11 bis 14 Uhr: Niederstadt 41. Veranstalter ist die Bürgerhilfe Sontraer Land e.V.

**Stadt- und Schulbibliothek**  
16 bis 19 Uhr: Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße 16, Sontra

## Straßensperrungen wegen Umzüge

Temporäre Vollsperrungen

Sontra – Am Freitag, 10. November, finden die traditionellen Martinsumzüge, der Kindergärten in Sontra statt. So werden die u. g. Straßen temporär für die Umzüge gesperrt. Der Verkehr wird von der Freiwilligen Feuerwehr geregelt. Den Anweisungen der Feuerwehr ist Folge zu leisten.

Die Umzüge der Kindergärten finden von 16.45 bis 19.15 Uhr statt. Um besondere Vorsicht und Rücksicht in den genannten Bereichen wird gebeten.

### ■ Ev. Kindergarten

Kirchplatz  
Bäckergasse

Marktplatz  
Niederstadt  
Lindenauerstraße  
Neustadt  
Kirchplatz der ev. Kirche

### ■ Awo-Kindergarten

Neues Tor  
Weldauerstraße  
Barbarastraße  
Babaraplatz

### ■ Kath. Kindergarten

Thingstätte  
Hüttenstraße  
Bäckergasse  
Marktplatz  
Niederstadt  
Niedertor  
Vimoutiersstraße

## Musiker für Männerchor gesucht

Instrumentelle Begleitung erwünscht

Sontra – An alle Chor- und Musikfreunde, der Region übergreifende Männer-Chor würde sich freuen, wenn sich einige Musiker bei uns melden würden. Wir wollen nicht nur mit reinem Chorgesang, sondern auch mit Instrumentalbegleitung auftreten. Dieses soll neue Akzente im Chorgesang setzen und vor allem jüngere Männer ansprechen. Aktuell werden wir von einem Akkordeonspieler unterstützt. Es wäre schön, wenn sich hierzu ein Klavierspieler (Keyboard), ein Gitarrenspieler, Bläser und ein Drummer für das vereinseigene Cajon, sowie für klassi-

sche Lieder (Operetten, Musical, usw.) auch gerne Streicher (Geige, Cello) melden. Gerne freuen wir uns auch über neue Sänger. Wir sind für jede Musikrichtung offen (von Modern bis Klassik). Es wäre toll, wenn sich einige Musik- und Singbegeisterte, die Interesse haben uns aktiv zu unterstützen, melden würden. Am besten wäre dies bei unserem Chorleiter Horst Busch (Telefon 0 56 51/ 99 35 44 oder 0157/ 35 72 31 00). Übungsstunden finden immer montags von 18 bis 20 Uhr in Röhrda im Pavillon gegenüber der Sporthalle statt.

## EVANGELISCHE KIRCHE

**Kirchspiel Sontra**  
**Sonntag, 29. Oktober**  
9.30 Uhr Gottesdienst in Diemerode  
10 Uhr Gottesdienst in Sontra

10.40 Uhr Gottesdienst in Berneburg  
11.15 Uhr Gottesdienst in Thurnhosbach

**Dienstag, 31. Oktober**  
19 Uhr Reformationsgottesdienst in Ulfen

**Kirchspiel Ulfen**  
**Dienstag, 31. Oktober**  
19 Uhr Reformationstag, statt Halloween Kirchspielgottesdienst in Ulfen



Der übergreifende Männerchor sucht Musiker: Horst Busch am Klavier und Kurt Eifler.

ARCHIVFOTO: HARALD TRILLER

## Die AT stellt sich vor...

Adam-von-Trott-Schule

### Praxistag der Klasse 8aH

Im zweiten Halbjahr absolvierte die Klasse 8aH jeden Donnerstag ihren Praxistag. Den Schülerinnen und Schülern wird damit ermöglicht, Erfahrungen in der Arbeitswelt zu machen, Berufe auszuprobieren und Betriebe kennenzulernen. Mit ihm ist der kontinuierliche Praxistag ein wichtiger Baustein der Berufsorientierung der Adam-von-Trott Schule und für die Berufswahl der Schülerinnen und Schüler.

Alle Schülerinnen und Schüler haben sich im Laufe des 1. Halbjahres eigenständig einen Praktikumsplatz gesucht. Es wurden Berufe aus dem Berufsfeld Gesundheit wie Arzthelfer/in oder Altenpfleger/in sowie aus dem Berufsfeld Soziales/Pädagogik wie Erzieherin erprobt. Darüber hinaus wurden handwerkliche Berufe wie Tischler/in, Dachdecker/in sowie Landmaschinenmechaniker/in gewählt. Weiterhin fiel die Wahl auch auf kaufmännische Berufe in der Industrie, im Einzelhandel, im Groß- und Außenhandel oder im E-Commerce.

Zu Beginn des zweiten Halbjahres waren alle für vier Einführungstage im Betrieb, um den Betrieb, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie die Arbeitsabläufe kennenzulernen. Ab dann ging es für die Schülerinnen und Schüler



jeden Donnerstag zum Praxistag. Mit Ende des Schuljahres endet nun auch der kontinuierliche Praxistag. Die Schülerinnen und Schüler konnten viele Erfahrungen sammeln sowie viele Einblicke in die Arbeitswelt erhalten. Bei vielen wurden die Erwartungen übertroffen und die Berufswahl gefestigt. Ein Schüler erhielt

bereits die Rückmeldung des Betriebs, dass dieser sich über eine Bewerbung seinerseits für einen Ausbildungsplatz freut. Dies bestätigt die Wichtigkeit des Praxistages und den großen Nutzen, den der Praxistag haben kann, sowohl für Jugendliche als auch für die Betriebe, die oftmals dringend Auszubildende suchen.

Wir bedanken uns bei allen Betrieben für die gute Zusammenarbeit und freuen uns, dass alle Schülerinnen und Schüler einen Platz in der Region gefunden haben und eine gute Zeit hatten. Auf dem Foto sehen wir Marisa Cabrera vor der Kindertagesstätte „Wiesenschichtel“ in Ulfen.

Elena Gier, Klassenlehrerin der 8aH

## Eine Gemeinschaftsaktion der Sontraer Schulen, der untenstehenden Unternehmen und des

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

**Bachmann**  
Gebäudetechnik GmbH & Co.KG

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

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

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

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

**studiomittelmühle**  
Büro für Text, Grafik und Fotografie  
elisabeth mahler, peter krause  
bahnhofstr. 3, 36285 sontra  
+49-5653 914304, studio-mittelmuehle.de

**Silber Zick**  
WIKALAB

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

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

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

## Vollsperrung des Kirchplatzes

Martinsfeier des ev. Kindergartens

Sontra – Auf dem Kirchplatz rund um die Ev. Stadtkirche findet die diesjährige Martinsfeier des ev. Kindergartens statt. Der Kirchplatz wird für den Verkehr voll gesperrt. Im Vorfeld werden auf dem Veranstaltungsgelände Kirchplatz Parkverbote angeordnet. Diese müssen dringend beachtet und eingehalten werden. Anwohner des Kirchplatzes müs-

sen ihre Fahrzeuge außerhalb des Veranstaltungsgeländes parken. Wegen der Aufstellung der Verkaufsstände ist in der Zeit vom 10. November ab 7 Uhr bis zum 13. November der Kirchplatz voll gesperrt. Wir bitten alle Verkehrsteilnehmer, sich unbedingt an die geänderte Verkehrsführung sowie die bestehenden Parkverbote zu halten.



# Voller Erfolg beim Landmarkt

## Landfrauenverein Diemerode glücklich über großen Zuspruch

**Diemerode** – Am vergangenen Sonntag fand der dritte Diemeröder Landmarkt, der unter dem Motto: „Ein Tag für Groß und Klein, Kommt zum Stöbern, Staunen und Genießen“, statt und war eine rundum gelungene Veranstaltung.

Trotz des eher schlechten Wetters machten sich viele Besucher auf den Weg nach Diemerode. Der Landmarkt begann um 11 Uhr mit einem Taufgottesdienst und wurde vom Posaunenchor aus Schemmern musikalisch begleitet.

Im Anschluss daran erwähnten die Landfrauen ihre Gäste mit selbstzubereiteten Kartoffelpuffern (von zwei Zentnern Kartoffeln), die reißenden Absatz fanden. Leckeres vom Grill, selbstgebackene Blechkuchen und frische Waffeln waren ebenfalls im Angebot. Auch der Glühwein wurde aufgrund der kalten Witterung gerne angenommen.

Im und vor dem Dorfgemeinschaftshaus hatten die Aussteller liebevoll und dekorativ ihre Stände aufgebaut. Für die Besucher gab es viel zu bestaunen und zu sehen. So manch einer ging mit vollen Tüten nach Hause.

Zur Unterhaltung trug der Bezirkslandfrauenchor Eschwege bei, der mit viel Ap-



**Auftritt der Volkstanzgruppe Hosbachtal:** Auch der dritte Landmarkt konnte wieder viele Besucher anziehen.

FOTO: PRIVAT/INH

plaus belohnt wurde. Die Volkstanzgruppe Hosbachtal begeisterte die Zuschauer mit ihren volkstümlichen Tänzen.

Als letzter Programmpunkt trat der Männergesangsverein Heyerode, der durch seine Liederauswahl zum Mitsingen anregte und nicht ohne

eine Zugabe gehen durfte, auf. Die Kinder wurden vom Kindergottesdienstteam und Pfarrerin Wecker mit Spielen und Bastelarbeiten unterhalten. Alle hatten viel Spaß und Freude daran. Auch die Station mit Glitzertattoos fand großen Anklang bei Kindern und Erwachsenen.

Ein abwechslungsreicher Tag für „groß und klein“. Der Landfrauenverein Diemerode bedankt sich ganz herzlich bei den vielen fleißigen Händen, die mitgeholfen haben, dass der Landmarkt stattfinden konnte und zu so einer tollen Veranstaltung geworden ist.

## NOTDIENSTE

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

Rotenburg: 0 66 21/1 92 22

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

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

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

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

**APOTHEKEN**  
**28. Oktober**  
Meissner-Apotheke, Steinweg 59, Abterode, Tel. 0 56 57/232  
Glückauf-Apotheke, Herrenstraße 6, Sontra, Tel. 0 56 53/8339

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

**29. Oktober**  
Struth-Apotheke, Freiherr-vom-Stein-Straße 2, Eschwege, Tel. 0 56 51/1 31 20

**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

**NOTRUF POLIZEI: 110**

**NOTRUF FEUERWEHR/RETTUNGSDIENSTE: 112**

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

**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-

**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

## EVANGELISCHE KIRCHE VERANSTALTUNGEN

**Montags:**  
Posaunenchorprobe um 20 Uhr in der Stadtkirche Sontra

**Donnerstags:**  
Kinderspielkreis um 10.30 Uhr im Gemeindehaus Sontra  
Flötenchor: 19.30 Uhr  
Kirchenchorprobe um 20 Uhr im Gemeindehaus Sontra

**Freitags:**  
Krabbelgruppe, 10.30 Uhr, Pfarrhaus Sontra

**Samstag, 28. Oktober**  
19 Uhr Konzert mit dem Bezirkslandfrauenchor in der Stadtkirche Sontra

## GEBURTSTAGE

**2. November**  
Heinz Schmauch, Berliner Straße 31, Sontra, 75 Jahre

**3. November**  
Berthold Heinrich Wilhelm, Fichtenweg 2, Mitterode, 85 Jahre

## Nächster Stammtisch der MGVSänger

**Berneburg** – Der nächste Sängerstammtisch des MGVS Berneburg findet am Dienstag, 31. Oktober, und am Mittwoch, 15. November, um 20 Uhr im Gasthaus Gonnermann statt. Bitte an den geänderten Wochentag und die spätere Uhrzeit denken.

Hierzu sind natürlich wieder Nichtmitglieder bzw. Sangesfreunde in unserer gemütlichen Runde recht herzlich willkommen.  
Der Schriftführer

## KATHOLISCHE KIRCHE

**Samstag, 28. Oktober**  
16.15 Uhr Gräbersegnung in Nentershausen  
17 Uhr Vorabendmesse für die Verstorbenen in Nentershausen

**Sonntag, 29. Oktober**  
10.45 Uhr Sonntagsmesse in Sontra

**Donnerstag, 2. November**  
18.30 Uhr Hl. Messe für die Verstorbenen in Sontra

## Gardziella Brillenhaus-Blankenbach 06627 8686

## ZEUGEN JEHOVAS

Jeden Mittwoch um 19 Uhr und jeden Samstag um 18 Uhr im Kirchengebäude der Gemeinde Sontra: Schlesienstraße 1, Eschwege. Die Gottesdienste finden sowohl als Präsenzveranstaltung und auch per Videokonferenz statt. Weitere Informationen unter 0 56 53/ 6 33 98 28.

## STADTVERWALTUNG INFORMIERT

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

## Sprechstunde im November entfällt

**Sontra** – Die Gemeindepflegerin Julia Beyer hat immer am 1. Mittwoch des Monats in der Zeit von 10 bis 12 Uhr im interkommunalen Gesundheitsversorgungszentrum Sontra (iGVZ) ihre Sprechstunden für die Bevölkerung, in der sie zum Thema „Pflege“ informiert. Im November wird keine Sprechstunde stattfinden - wir bitten hierfür um ihr Verständnis.  
**Kontakt:** Gemeindepflegerin Julia Beyer - Telefon: 0160/3 23 45 37 (Montag bis Freitag, 8 bis 16 Uhr) oder E-Mail: gemeindeschwester@gmx.de

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

## Jahreshauptversammlung der Schützen

Sportschützen 1980 Ulfen treffen sich am 11. November

**Ulfen** – Liebe Schützenschwestern, liebe Schützenbrüder, wir laden euch zur diesjährigen Jahreshauptversammlung am 11. November um 18.30 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Ulfen recht herzlich ein.

Die Tagesordnung hat folgende Tagesordnungspunkte:  
1. Begrüßung durch den Präsidenten  
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit  
3. Bericht des Präsidenten  
4. Bericht des Schriftführers  
5. Bericht des Schießwartes

6. Bericht des Schatzmeisters  
7. Bericht der Kassenprüfer  
8. Entlastung des gesamten Vorstandes  
9. Neuwahl eines Kassenprüfers  
10. Satzungsänderung  
Die Satzungsänderung betrifft folgende Paragraphen:  
§ 11 ordentliche Mitgliederversammlung  
Unterpunkt 2: Die ordentliche Mitgliederversammlung muss in den ersten drei Monaten des Kalenderjahres erfolgen und Unterpunkt 3: Die Einla-

derung muss spätestens zwei Wochen vorher durch Veröffentlichung im Sontraer Stadtkurier erfolgen.  
§ 15 Kassenprüfer  
Änderung der Satzungsnummerierung, Neu § 14  
§ 16 Verwendung von Überschüssen  
Änderung der Satzungsnummerierung, Neu § 15  
§ 17 Geschäftsordnung  
Änderung der Satzungsnummerierung, Neu § 16  
§ 18 Satzungsänderung  
Änderung der Satzungsnummerierung, Neu § 17  
§ 19 Auflösung des Vereines

Änderung der Satzungsnummerierung, Neu § 18  
§ 20 Inkrafttreten  
Änderung der Satzungsnummerierung, Neu § 19  
Für den § 20 Inkrafttreten ist die Anpassung des Datums erforderlich.  
11. Verschiedenes  
Nach einer Pause mit Essen und Getränken findet im Anschluss, wie in den vergangenen Jahren, das traditionelle Königsschießen statt. Über eine rege Beteiligung würden wir uns freuen.  
Mit freundlichem Schützengrüßen, Der Vorstand

## Frauen in der Landwirtschaft

Verein Gutes aus Waldhessen: Themenabend

**Sontra** – Auf Initiative des Vereins Gutes aus Waldhessen trafen sich über 30 Frauen zu einem spannenden Themenabend.

Ohne Frauen läuft es nicht: Ob als Betriebsleiterin, Hofladenbetreiberin oder angestellte Fachkraft, Frauen übernehmen in landwirtschaftlichen Betrieben Schlüsselpositionen. Wie aber sind die Lebens- und Arbeitsverhältnisse von Frauen in der Landwirtschaft tatsächlich? Die vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft beauftragte Studie an deren Online-Umfrage mehr als 7000 Frauen teilnahmen wurde im September 2022 veröffentlicht.

Die Wissenschaftlerin Frau Dr. Zazie von Davier vom Thünen Institut für Landwirtschaft war maßgeblich an der Studie beteiligt und präsent-

tierte die Ergebnisse. Die Zuhörerinnen wünschten sich teilweise mehr gesellschaftliche und familiäre Anerkennung und eine gute, ausreichende Absicherung im Rentenalter. Einige wiesen auf die unterschiedlichen Bedarfe von Frauen in Neben- und Haupterwerbsbetrieben vor.

Die Veranstaltung machte Lust und Mut auf Zukunft, da auch sehr junge Frauen teilnahmen die bereits einen Betrieb übernommen haben bzw. es sich gut vorstellen können. Einig waren sich die Frauen, dass es auch in naher Zukunft Veranstaltungen geben könnte, die sich mit dem Themenkomplex Frauen in der Landwirtschaft beschäftigen. Die 1. Vorsitzende Frau Bettina Bernhardt nahm diesen Wunsch wohlwollend zu Kenntnis und freute sich über die positive Resonanz.

## Versammlung der Bürgerhilfe

Bürgerhilfe Sontraer Land lädt ein

**Sontra** – Sehr geehrte Vereinsmitglieder, hiermit möchten wir fristgerecht zu unserer ordentlichen Jahreshauptversammlung am Mittwoch, 8. November, um 18 Uhr in den Blickpunkt der Bürgerhilfe Sontraer Land, Niederstadt 41, einladen.

Anträge zur Mitgliederversammlung sind spätestens sieben Tage vor der Versammlung einzureichen.

Die Mitgliederversammlung ist ohne Rücksicht auf die Anzahl der anwesenden Mitglieder beschlussfähig.

Tagesordnung:  
1. Eröffnung, Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit  
2. Totengedenken  
3. Anträge auf Änderung der Tagesordnung  
4. Bericht des Vorsitzenden

5. Bericht des Kassierers für die Geschäftsjahre 2021 und 2022

6. Bericht der Kassenprüfer

7. Antrag auf Entlastung des Vorstandes

8. Wahl eines Wahlleiters/einer Wahlleiterin

9. Wahl des gesamten Vorstandes  
a) 3 Vorsitzende (geschäftsführender Vorstand)  
b) Schriftführer

10. 5 Beisitzer

11. Vorstellung des neuen Vorstandes

12. Wahl neuer Kassenprüfer

13. Verschiedenes  
Gaby Eckhardt  
Marco Haukwitz  
Natascha Schmidt

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

# NORMA® Mehr fürs Geld. JETZT ZUGREIFEN! SOLANGE VORRAT REICHT!

ab Montag, 30. Oktober

**Wiener Knackige Burschen**  
im zarten Saitling  
13 Stück, 1,3-kg-Packung  
(1 kg = 6,15)

**20% billiger**  
UVP 9,99  
**7,99\***

Im Aktionskühlregal: **1,3 kg**

5xD

**dusch das Duschgel XXL**  
Noire, For Men, Pfirsich oder Magnolie  
675-ml-Flasche  
(1 l = 4,13) je Flasche

**35% billiger**  
zum Vergleich: UVP 225-ml-Flasche = 1,45  
**2,79\***

675 ml

**Wintertee Gebrannte Mandel**  
40-g-Packung (1 kg = 42,25), Lichterpunsch, Zimtplume  
50-g-Packung (1 kg = 33,80) oder Himmelszauber  
55-g-Packung (1 kg = 30,73), 20-Beutel-Packung je Packung

UVP 2,79  
**1,69\***

**39% billiger**

**Dominosteine**  
Kirsch-, Bratapfel-Geschmack 125-g-Packung (1 kg = 15,92) oder Weiße Schokolade  
175-g-Packung (1 kg = 11,37) je Packung

UVP 2,49  
**1,99\***

**20% billiger**

**Äpfel vom Bodensee**  
Deutschland, Friedrichshafen  
Sorte: Jonagold, Kl. I, extra große Früchte, Kal. 75/85 + 80/90 mm, 2,2-kg-Beutel (1 kg = 1,36) je Beutel

**2,2 kg!**  
**2,99\***

große Früchte!

**Vita Gebrannte Nüsse XXL**  
Mandel oder Erdnüsse  
380-g-Packung + 40 g gratis  
(1 kg = 11,88) je Packung

**40 g gratis**  
**4,99\***

420 g

XXL

**Balisto Riegel Müsli, Korn oder Yoberry**, 9+1 Riegel gratis,  
185-g-Packung (1 kg = 9,68) je Packung

**10er-Pack**  
**25% billiger**  
UVP 2,39  
**1,79\***

9+1 gratis

**Reeva Instant-Nudelgericht**  
asiatischer Art mit Rind-, Gemüse- oder mit Huhngeschmack  
4x60-g-Packung + 1x60-g-Packung gratis, ergibt 5x300 ml = 1500 ml (1 l = 1,13) je Packung

**42% billiger**  
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = -,-99  
**1,69\***

4+1 gratis

**Konfitüre**  
Sauerkirschen, Erdbeeren oder Aprikosen 340-g-Glas (1 kg = 5,85) je Glas

**46% billiger**  
zum Vergleich: UVP 200-g-Glas = 2,19  
**1,99\***

**Saftorangen**  
Spanien, Kl. I, Sorte: Navelina, sind saftreiche Orangen, mit zartem Fruchtfleisch, 3-kg-Netz (1 kg = 1,33) je Netz

**3 kg!**  
**3,99\***

neue Ernte!

XXL

## MAXIMAL sauber!

**Kuschelweich Weichspüler**  
Frischetraum, Glücksmoment oder Sommerwind, 1-l-Flasche für 38 Waschladungen (pro Waschgang -0,04) je Flasche

**38 WL**  
**30% billiger**  
UVP 1,99  
**1,39\***

**Domestos WC-Gel XXL**  
Ocean Fresh, Lime Fresh oder Floral Fresh  
1-l-Flasche (1 l = 1,85) je Flasche

**1 Liter**  
**33% gratis**  
**1,85\***

**Domestos Megapack WC Steine**  
Power 5 Ocean, Magnolie oder Lime, 3x55-g-Packung (1 kg = 20,18) je 3er-Pack

**37% billiger**  
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 1,78  
**3,33\***

3er-Pack

**MultiTEC Duftmüllbeutel**  
Limette mit Zugband 30x20-Liter-Rolle, Grapefruit mit Zugband 25x30-Liter-Rolle oder Limette mit Tragegriff 35x35-Liter-Rolle je Rolle

**1,99\***

**Mini Gurken**  
Spanien Kl. I,  
1,5-kg-Netz (1 kg = 1,99) je Netz

**1,5 kg!**  
**2,99\***

XXL

(Abbildung ähnlich)

## NORMA® DEUTSCHLANDS PREISSIEGER!

Zum DRITTEN Mal in Folge

DEUTSCHLAND TEST PREIS SIEGER 1. Platz Discounter

**Winter-Steppjacke Ronley** für Damen oder Herren  
• 100% Polyester  
• Damen-Größen M (40/42) - XL (48/50)  
• Herren-Größen L (52/54) - XL (56/58)

je Jacke **16,99\***

Herren Real Black mit Kapuze

**Herren Blueberry** mit Stehkragen  
**Damen Tango Red** mit Kapuze

Winter-Steppjacke Blueberry mit Stehkragen

je Pullover **10,99\***

Princess Blue, Grau-Melange, Schwarz

**Longpullover „Cashmere like“** für Damen • 100% Polyacryl  
• Lässige, längere Form mit modischen Seitenschlitzen • Größen S (36/38) - XXL (52/54)

je Pullover **10,99\***

Schwarz

**Marken-Winter-Hausschuhe** für Damen und Herren • Bequemform durch deutsche Leisten

- Wörishofer Fußbett
- Profilierte und flexible Laufsohle
- Damen-Größen 38-40
- Herren-Größen 42-45

je Paar **9,99\***

Damen Anthrazit, Herren Anthrazit

**Jeggings für Damen**  
• Besonders hochwertig durch Viskose-Anteil  
• Mit elastischem Bund  
• Seamless-Qualität  
• Größen S (36/38) - L (44/46)

je Jeggings **7,99\***

Grau Karo, Dunkelblau Blume, Blau Muster, Schwarz verwaschen

Kuschelweiche, angeraute Innenseite!

**Kuschelfleece-Hoodie** für Damen  
• 100% Polyester • Modischer Oversize-Fleece-Sweater  
• Mit Reverschluss und Kapuze • Größen S (36/38) - XXL (52/54)

je Hoodie **14,99\***

Grau, Schwarz

**Hütten Socken 3 Paar** für Damen oder Herren • 80% Polyacryl, 17% Polyester, 3% Elasthan  
• Größen 35/38 - 43/46 je 3 Paar

je 3 Paar **4,99\***

**Hausballerinas für Damen**  
• Obermaterial aus hochwertigem österreichischem und spanischem Nadelvlies

- Wörishofer Fußbett mit Fersendämpfung
- Deutsche Bequemleisten
- Waschbar
- Größen 38-41

je Paar **12,99\***

Fuchsia/Anthrazit, Hellgrau/Grün, Anthrazit/Fuchsia

**Space-Dyed-Leggings** für Damen • 95% Polyester, 5% Elasthan • Kuschelig weiche Innenseite

- Seamless
- Größen S - XXL

je Leggings **5,99\***

Blau Bunt, Berry Bunt, Anthrazit Bunt

**LED-Acryl-Pyramide**  
aus effektivem Acryl  
• Je nach Modell bis zu 48 LEDs  
• Inkl. Netzadapter  
3 Jahre Garantie

Höhe ca. 40 cm **9,99\***  
Höhe ca. 60 cm **12,99\***  
Höhe ca. 90 cm **19,99\***

Jeweils in Warmweiß oder Kaltweiß erhältlich

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

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

**Kfz-Scheiben-Frostschutz 5 Liter**  
• Verhindert das Einfrieren der Scheibenwaschanlage (1 l = 1,20)

**5 LITER**  
**5,99\***

Mit Citrusduft • Wirksam bis -30°C • Fächerdüsengeeignet

je Ausführung **6,99\***

24 Auch online

Ideal für Außenarbeiten

Verschiedene Ausführungen von 3,5 x 30 mm bis 6 x 120 mm

**20 kabellose LED-Weihnachtskerzen** ca. 9,5 cm • Warmweißes Licht  
• Extralange Leuchtdauer bis zu 150 Stunden  
• Optionale Flackerfunktion • Für innen und den geschützten Außenbereich geeignet (IP44) • Inklusive Batterien  
• Automatische Abschaltung durch Timerfunktion  
3 Jahre Garantie

Mit praktischen Clips

Inkl. Fernbedienung und Batterien  
**24,99\***

Mit 5-fach Dimmfunktion, Flacker- und 6h-Timerfunktion

24 Auch online

**Gartenbauschrauben**  
Korrosionsschutzklasse C4 - vor Rost schützend

je Ausführung **6,99\***

24 Auch online

Verschiedene Ausführungen von 3,5 x 30 mm bis 6 x 120 mm

**NORMA®**

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

\*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 Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an [www.norma-online.de/aktionenartikel](http://www.norma-online.de/aktionenartikel). 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.

**NEU** **DIE NEUE NORMA®-APP IST DA!**

FILIALANGEBOTE, ONLINE-PROSPEKTE, NORMA24-ONLINESHOP  
DIE GANZE NORMA-WELT IN EINER APP!

Hier gratis downloaden oder updaten

NORMA Lebensmittelfilialbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg

# Ab in die Skischule

Warum das Lernen in der Gruppe oft besser klappt

Irgendwann gut die Pisten runterkommen – darum geht's in der Skischule. Die Zeit dafür ist zwar meist auf einige Tage begrenzt. Doch in der Regel gelingt es, sagt ein Profi. Worauf es ankommt.

Oft prägen kleine und größere Skischul-Kinder das Bild entlang der blauen Pisten: Dort rutschen sie bremsend in Schneeflug-Haltung die leichten Hügel herunter. Skischulen gibt es in fast jedem Skigebiet, und wer neu auf den Brettern ist, will dort fit für die Piste werden - mitunter natürlich auch späterberufene Erwachsene. Die gute Nachricht für alle Altersgruppen: Auch wenn die Zeit im Winterurlaub endlich ist, klappt es am Ende meist mit den ersten Abfahrten, sagt Martin Brandlhuber vom Deutschen Skilehrerverband. Doch wie überall bestätigten Ausnahmen die Regel.

**Herr Brandlhuber, an Skischulen wird meist Gruppen- oder Einzelunterricht angeboten. Ganz allgemein gefragt: Was ist für welchen Typ Skilernenden die bessere Wahl?**  
Speziell für Kinder macht



**Bekanntes Bild aus den Skigebieten:** Skischüler fahren in Reih und Glied die Piste ab.

FOTO: FLORIAN SCHUH/DPA-TMN

Gruppenunterricht immer mehr Sinn. Das gilt ebenso für Erwachsene, wenn sie Anfänger sind, da Gruppendynamik sehr, sehr wichtig und gut ist, um durchzuhalten - je nach Angebot sind es ja drei oder sogar fünf Tage, die man in der Skischule verbringt. Einzelunterricht empfiehlt sich

dann, wenn ich schon Skifahren kann. Zum Beispiel wenn ich als klassischer Wiedereinsteiger mein Können auf frischen will oder meine Technik in ganz bestimmten Punkten verbessern möchte.

**Ab wann können Kinder eigentlich in die Skischule,**

**und stimmt es, dass sie schneller lernen als Erwachsene?**

Windelfrei müssen sie sein (lacht). Wir nehmen sie ab dreieinhalb bis vier Jahren. Dann machen wir mit ihnen vielleicht zwei Stunden am Tag. Wenn die Kinder etwas älter sind, sagen wir fünf bis

sechs Jahre, können wir die Stundenanzahl erhöhen. Was das Lernen angeht, da sind Kinder empfänglicher. Bei ihnen funktioniert Vieles eher spielerisch und durch unbewusstes Lernen. Erwachsene lernen anders, sie wollen oft alles einmal sehen, hören und spüren.

Unabhängig vom Alter ist es unser Ziel in der Skischule, dass man nach drei, spätestens fünf Tagen blaue, also leichte, und - wenn es gut geht - auch schon rote Pisten herunterfahren kann.

**Klappt das immer?**

Die Lernerfolge in den Skischulen sind meist sehr groß. Ausnahmen bestätigen allerdings die Regel - wenn es zu kalt oder zu nass ist, wenn die Kraft nicht ausreicht, dann kann es schwierig werden für den Einzelnen.

Wer auch im Alltag oft in Bewegung ist und etwas Kondition und motorisches Können mitbringt, hat es sicher leichter. Dazu kommen äußere Umstände: Ist das Wetter schön und die Piste mit ausreichend Schnee gut präpariert, kann man eher mal eine schwierigere Abfahrt wählen, als bei vereisten Pisten und schlechtem Wetter.

**Zur Person:** Martin Brandlhuber (45) ist beim Deutschen Skilehrerverband (DLSV) der Koordinator für den Bereich Ski Alpin und Leiter der staatlichen Skilehrerausbildung. Der frühere Skirennfahrer ist seit 2004 Skilehrer und arbeitet an einer Skischule am Obersalzberg in Berchtesgaden. tmn

## Stellenangebote

**Bundesanstalt für Immobilienaufgaben**

Labore  
Gewerbeflächen  
Wohnungen  
**Bundesimmobilien**  
und vieles mehr auf [www.bundesimmobilien.de](http://www.bundesimmobilien.de)

Kasernen  
Bibliotheken  
Bunker  
Truppenübungsplätze  
Schlösser  
Museen  
Wälder  
Leuchttürme  
Ministerien

Die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben – Anstalt des öffentlichen Rechts – Direktion Koblenz sucht für die Sparte Facility Management am **Arbeitsort Eschwege zum nächstmöglichen Zeitpunkt unbefristet** eine/einen:

**Hausmeisterin/Hausmeister (w/m/d) mit dem Schwerpunkt Grünflächenpflege für die Liegenschaftsbetreuung** (Entgeltgruppe 5 TVöD Bund, Kennung KOFM 2299 16)

Sie verfügen über eine erfolgreich abgeschlossene Ausbildung zur Gärtnerin bzw. zum Gärtner vorzugsweise mit der Fachrichtung Garten- und Landschaftsbau.

Zur vollständigen Stellenausschreibung gelangen Sie über unsere Homepage in der Rubrik Karriere.

**Haben wir Ihr Interesse geweckt?**  
Dann bewerben Sie sich online bis zum 26. November 2023 auf [www.interamt.de](http://www.interamt.de) unter der Stellen-ID 968157.

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

**Bester Nebenjob!**

**Zusteller** (m/w/d)

Wir suchen Zeitungszusteller zur **Zustellung in:**

Eschwege, Altfeld, Sontra, Grandenborn, Frankershausen, Jestädt, Berneburg, **Springer** in Festanstellung

Herleshausen, Berkatal, Ringgau, Sontra

Bewirb Dich jetzt!

Telefonisch unter 05651/3359-50 oder per Mail an [logistik@werra-rundschau.de](mailto:logistik@werra-rundschau.de)

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

**Zuverlässige Haushaltshilfe in Sontra 3 Stunden / Woche gesucht.**  
☎ 0171 501 8215

**Du bringst es**

Du sorgst für einen guten Morgen und für treue Leser.

**Wir bieten**

- Festanstellung 20 Std. oder mehr
- attraktives Gehalt
- krisensicherer Arbeitsplatz
- leistungsgerechte Bezahlung

**Du bist**

- mind. 18 Jahre alt
- hast einen Führerschein
- körperlich fit
- flexibel, engagiert & zuverlässig

**Bewirb Dich jetzt!**  
Telefonisch unter **05651/3359-50** oder online unter [vertrieb@werra-rundschau.de](http://vertrieb@werra-rundschau.de)

**Wir freuen uns auf Dich!**

**Regional, persönlich, kompetent**

**localjob.de**  
Das regionale Jobportal

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

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

**Bekanntschaffen**

**Ulrike, 60 J.**, mit schönen Beinen u. etwas vollbus. Figur. Bin eine Perle im Haushalt/ Garten u. eine liebev., fürsorgl. Partnerin. Ich sehne mich nach e. intakten Familienleben u. möchte keinen Tag länger allein sein. Bin umzugsbereit, um gemeinsam in unser Glück zu starten u. warte jetzt auf Deinen Anruf üb. PV **Tel. 0176-57801677**

**Roswitha, 70 J.**, hübsch u. jung geblieben. Ich lebe allein in meiner Wohnung u. bin an nichts gebunden. Erledige gerne die Hausarbeit, mag kochen u. backen, doch für mich alleine macht doch nichts Freude. Wo ist der liebe Mann, der sich auch so einsam fühlt wie ich? Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück **Tel. 0800-7774050**

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

**Baumarkt**

Wir bieten Sanierungen aus einer Hand inkl. Wärmedämmfassade, Fensteraustausch, Heizungsmodernisierung uvam.

Entspannt kommenden Energiepreisen trotzen!

**Mihm** Thermohaus  
Tel. 036967/598-0  
[www.mihm-thermohaus.de](http://www.mihm-thermohaus.de)

Jetzt Fördermittel checken!

**Auto-Ankäufe**

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

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

Anzeigen in Ihrer Tageszeitung sind eine wirkungsvolle Werbemöglichkeit.

**Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.**

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

## Verkauf

**Größer - noch günstiger - schöner! ...hin zu... Kimm!**

**NEUE:**

- Wäschetrockner ab € 129,-
- Waschmaschinen ab € 199,-
- Geschirrspüler ab € 199,-
- Einbaugerät mit Cr.-Feld € 299,-

**Philippistraße 23**  
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!  
**NORBERT KIMM**  
34127 Kassel • Telefon 8 70 03 96  
[www.hinzu-kimm.de](http://www.hinzu-kimm.de)

Waschmaschinen, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE  
Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3,  
34466 Wolfhagen-Ippinghausen, 05692 9939472  
Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 9-14 Uhr, [www.tm-store.de](http://www.tm-store.de)

**NEU - ABHOLSERVICE!**

**WIR HOLEN IHRE GERÄTE BEI IHREN ZUHAUSE AB.**

**money point**

Friedrichsplatz 6 – ☎ 0561-9701105  
[www.moneypoint-kassel.de](http://www.moneypoint-kassel.de)

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

Ich kaufe Kleidung, Porzellan, Kristall, Bücher, Schallplatten, Näh- und Schreibmaschinen, Puppen, Arm- u. Taschenuhren, Münzen und Modeschmuck ☎ 0163 454 9071

**Sammler kauft an** von privat altes Möbel so wie Taschen und Armbanduhren Silberbestecke Fotoapparate Musikinstrumente und Trödel Seriöse Abwicklung Tel. 015774991765

## Landwirtschaft & Forsten

**Buche Brennholz**  
Tel. 05684 931670

Brennholz, 79 €/SRM, Buche, Eiche, 30 cm Abschnitte v. Sägewerk, LKW mit 10 SRM inkl. Lief., Tel. 0176 62681914