

Bei uns
KÄLTE-KABINE
und **SWIMSPA**

medi fit
...mehr als
Gesundheit & Fitness!

Telefon 05692 995001
www.medifit-wolfhagen.de

Beyer
Haustechnik
Heizung & Sanitär

Planung • Beratung • Installation

- Brennwerttechnik
- Wärmepumpen
- Heizkesselerneuerung
- Solaranlagen
- Badmodernisierung
- Schornsteinsanierung
- Fachunternehmen für Heizölverbraucheranlagen

Dorfstraße 8 • 34376 Immenhausen/Mariendorf
Tel. 0 56 73 / 16 45 • Fax 0 56 73 / 91 39 77
Mobil 01 72 / 6 79 40 65

HEIMAT
NACHRICHTEN

HOFGEISMAR
WOLFHAGEN

Wir suchen:
Gardinennäher/in (m/w/d)
Verkäufer/in (m/w/d)
Hilfe (m/w/d)
für Gardinenwäsche und -dekoration

Bewerbungen telefonisch:
Herr Frank Peters 05671 920532

Schützenhagen 17 • 34369 Hofgeismar
Öffnungszeiten: Montag – Freitag 9.30 – 13.00 Uhr
nachmittags und samstags nach Vereinbarung

BeGaTex
Accessoires Gardinen Sonnenschutz

Neuwagen | Gebrauchtwagen | Service | Teile & Zubehör | Autovermietung

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

Logos: FIEGE PERFORMANCE, Ford, STEEDA GERMANY #speedmatters, SUZUKI SERVICE, BAIC, DFSK, SERES



Schlagkräftige Truppe: 13 Frauen sind in der Einsatzabteilung der Feuerwehr Reinhardshagen aktiv. Im Bild von links Alina Gerth, die sich für Feuerwehr interessiert, Denise Köhler, Stefanie Haase, Marieke Brauner, Tanja Gerth, Annika Raddatz, Heike Brauner, Melanie Hepe, Monika Raddatz, Corinna Niemeier und Tamara Schmidt vor dem Löschgruppenfahrzeug.

FOTO: BERND SCHÜNEMANN

„Wir haben alle ein Helfer-Syndrom“

Ungewöhnlich viele Frauen sind bei der Feuerwehr Reinhardshagen aktiv

Reinhardshagen – Frauen bei der Feuerwehr sind keine Besonderheit mehr. Bei vielen Wehren ist ihr Anteil aber noch gering. Anders ist das in Reinhardshagen: Dort sind ein Viertel der Mitglieder in der Einsatzabteilung Frauen. Die HNA hat sie besucht.

„Wir Frauen könnten jetzt zum Einsatz ausrücken, weil wir alle notwendigen Funktionen besetzen können“, sagt Melanie Hepe zu Beginn des Pressetermins. Sie ist die Sprecherin der Reinhardshäger Feuerwehr und Zugführerin. Mit dieser Ausbildung kann sie einen Brand- oder Hilfeleistungseinsatz leiten. Ihre Kameradinnen sind zum Beispiel Maschinistin – und können da-

mit die Löschfahrzeuge fahren – und Atemschutzgeräteträgerin. Oder sie haben den Führerschein für das Feuerwehrboot.

Die erste Frau kam Anfang der 90er Jahre in die Einsatzabteilung. Heute sind 13 der 52 Einsatzkräfte weiblich. Die meisten sind aus der eigenen Jugendfeuerwehr in die Reinhardshäger Einsatzabteilung gewechselt. Optimistisch sind die Feuerwehrfrauen, dass junge Kräfte nachkommen: Fünf Mädchen sind in der Jugend- und Bambini-Wehr aktiv.

Aber warum haben sich gerade in Reinhardshagen so viele Frauen in der Feuerwehr zusammengefunden? Monika Raddatz verweist auf

„**Feuerwehr ist etwas anderes als Häkeln und Stricken. Dazu sind wir nicht geeignet.**“

Monika Raddatz
Feuerwehrfrau

den „familiären Hintergrund“: Die Väter mehrerer Kameradinnen seien bei der Feuerwehr aktiv. Zum Teil sei schon die dritte Generation dabei. „Ich bin schon immer mitgefahren, als ich klein war“, erzählt sie. Nachdem sie den Grundlehrgang absolviert hatte, stand sie mit ihrem Vater gemeinsam im Einsatz.

Heike Brauner verweist auf die Gemeinschaft, die sie in der Truppe erlebt. Wichtig sei ganz einfach, dass sie anderen Menschen helfen können. Sie erzählt von einer älteren Dame, um die sie sich bei einem Einsatz gekümmert hatte. Die Frau habe sich nachher bei der Feuerwehr bedankt. „Feuerwehr ist etwas anderes als Häkeln und Stricken. Dazu sind wir nicht geeignet“, ergänzt Monika Raddatz lachend. „Wir haben alle ein Helfer-Syndrom“, fügt Melanie Hepe hinzu. „Die Kameradschaft ist top. Ich habe bei der Feuerwehr Freunde fürs Leben kennengelernt“, sagt Denise Köhler.

Tamara Schmidt verweist

auf die vielfältigen Aufgaben, die in Reinhardshagen auch den Frauen offenstehen. Zum Beispiel gehört in der Wesergemeinde nicht nur der Brandschutz zum Repertoire, sondern auch der Einsatz mit dem Schlauchboot auf der Weser. Die Atemschutzgeräteträgerin kennt ebenso die Schattenseiten nach belastenden Einsätzen. Auch dafür sei die Feuerwehr Reinhardshagen gut aufgestellt. „Darüber wird gesprochen“, sagt Schmidt. Sie schätzt die Mischung zwischen Professionalität und Kameradschaft, die unter den Brandschützern herrscht.

Gewisse Schwierigkeiten gibt es mit der Einsatzbekleidung. „Bei der Bekleidung ist

die Feuerwehr noch nicht auf Frauen eingestellt“, erklärt Corinna Niemeier. „Es gibt zwar Frauenschnitte – „aber ob die passen?“, fragt Melanie Hepe. „Wir behelfen uns“, sagt Tamara Schmidt. Beispielsweise bei den Jacken der Einsatzkleidung. Die bestellten sich die Frauen zu meist eine Nummer zu groß, damit sie sich darin gut bewegen und ihre Einsätze bewältigen können.

Die Einsatzabteilung der Reinhardshäger Feuerwehr tritt sich mittwochs um 18.30 Uhr zum Dienst im Feuerwehrhaus im Vaaker Weg 9a. Frauen und Männer, die sich für eine Mitarbeit interessieren, können zu diesen Zeiten „hineinschnuppern“.

Fachbetrieb aus Beverungen

- ✓ Wintergärten
- ✓ Terrassendächer
- ✓ Haustüren
- ✓ Fenster

FIRMA FLEX
05273-367530

IN DIESER AUSGABE:
Abfallkalender für Wolfhagen (Kernstadt)

Abfallkalender 2024

Verteilung der Abfallkalender für die Wolfhager Ortsteile am 2. Dezember.

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1
SONNTAG – DONNERSTAG
26.11. – 30.11.2023

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. Gutscheine gilt für Gerichte bis 20 € und nicht außer Haus.

GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN | OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL

autoprofi

Das können Sie von unserer Meisterwerkstatt erwarten:

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

34369 Hofgeismar
Neue Straße 26. Tel.: 05671 5070300
www.autoprofi.org
info@autoprofi.org

Meisterbetrieb

ECKSTEIN
einfach besser

30.10. BIS 27.12.2023

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

Täglich frisch, solange der Vorrat reicht! NUR 22,90 €

ECKSTEIN-LIEFERT.DE / IM ECKSTEIN

Dudeck
Metall GmbH

34396 Liebenau-Haueda
Am Kirschbrunnen 05676 989 128

„Tag der Information“ an der Schule

Immenhausen – Der „Tag der Information“ der Freiherr-vom-Stein-Schule Immenhausen ist am Samstag, 2. Dezember, von 10 bis 13 Uhr. Schüler und Lehrer präsentieren Schulaktivitäten und Projekte in ihren Klassenräumen, stellen Aktivitäten aus den Nachmittagsangeboten vor und bieten Mitmachaktionen an.

„In den Fachräumen werden die Möglichkeiten der modernen Ausstattung vorgeführt. Für das leibliche Wohl ist bestens in der Mensa gesorgt.“, so Schulleiter Fredy Zech. Kletterwand und Boulderraum können genutzt werden. In den Physikräumen und im Chemieraum werden Vorführungen angeboten. Die Hauptfächer stellen sich vor, ebenso die Förderangebote der Schule. Schulführungen werden angeboten. Eingeladen sind Eltern mit Kindern im Grundschulalter.

Im Mittelpunkt der Information und der Präsentationen stehen auch die Besonderheiten der Schule im Bereich Gütesiegel Berufsorientierung, Begabtenförderung und digitalgestütztes Lernen mit dem iPad. Das komplette Programm gibt es ab Ende November auf samtschule-immenhausen.de

Immenhausen – Lange hat es gedauert, jetzt werden die alten, auffälligen Hallen der Immenhäuser Glashütte abgerissen. Ein Borgentreicher Unternehmen hat mit den Arbeiten begonnen, informiert Bürgermeister Lars Obermann.

Damit endet ein Stück Immenhäuser Geschichte. Gleichzeitig sei das der Beginn einer neuen Geschichte, sagte Obermann. Auf dem Gelände soll Wohnraum geschaffen werden. In dem angrenzenden Verwaltungs- und Ausstellungsgebäude der Glashütte Süßmuth wird das Berufsorientierungszentrum (BOZ) des Landkreises eingerichtet (wir berichteten). Aufgrund des fortschreitenden Verfalls habe es keine Alternative zum Abriss der Gebäude gegeben. Mit dem Glasmuseum bleibt ein wichtiger Teil der Immenhäuser Stadtgeschichte erhalten, unterstrich Obermann.

Das Borgentreicher Unternehmen Poppke, an das der Auftrag vergeben wurde, entkernt die Hallen zunächst. Dann folgt der Abbruch. Mit acht Mitarbeitern ist das Unternehmen auf dem Gelände tätig. In Schutzanzüge gehüllt, haben sie Eternitplat-

Die Bagger stehen bereit

Der Abbruch der alten Glashütten-Hallen hat begonnen



Die Abbrucharbeiten an der Immenhäuser Glashütte haben begonnen. Zunächst werden Schadstoffe entfernt und die Hallen entkernt.

FOTO: STADT IMMENHAUSEN / NH

ten vom Dach entfernt und entsorgt. „Das Gelände soll am Ende schadstofffrei und bedenkenlos bebaubar werden“, sagte Obermann. Es gibt Durchbrüche in der Außenwand, damit die Mitarbeiter mit ihren Maschinen auch von innen mit dem Abbruch beginnen können. Die Produktionshalle soll in diesem

Jahr abgerissen werden. Dann folgen die ehemalige Schleiferei und die Lagerhalle. Sieben Unternehmen hätten sich an der Ausschreibung beteiligt, berichtete Obermann. Er rechnet mit Abbruchkosten für die oberirdische Bausubstanz von etwa 300 000 Euro.

Im Rathaus ist auch die

Baugenehmigung für die Interimslösung für das BOZ eingegangen, sagte der Bürgermeister im Stadtparlament. Bis die Süßmuth-Räume bereitstehen, wird das Orientierungszentrum in einem Serrafabrik-Gebäude in der Karl-Heinz-Fräger-Straße eingerichtet. Ab Februar 2024 soll das BOZ dort arbeiten.

Für das Hüttengelände will die Stadt eine Machbarkeitsstudie in Auftrag geben. Die Studie wird von der Wi-Bank gefördert, sagte Obermann. Mit der Studie sollen verschiedene Aspekte der Flächenentwicklung betrachtet werden, bevor Projektentwickler ihre Angebote für das Gelände abgeben.

Neuer Wind mit frischem Weiß

Jugendliche haben ihren Jugendraum in Ehlen selbst gestrichen

Habichtswald – In den Herbstferien wurde der Wunsch der „Ehler Crew“ erfüllt: Die Mädchen, die seit März den Jugendraum in Ehlen besuchen, wollten den Räumlichkeiten einen neuen Anstrich verpassen.

Maler Uwe Lotzgeselle vom Bauhof kümmerte sich um die benötigten Materialien und brachte sie auch direkt zum Jugendraum.

Dort gab er noch ein paar nützliche Tipps und dann durften die Mädchen selbstständig starten. So ging es dann los: Die Jugendlichen entfernten die Dübel, spachtelten die Löcher zu, klebten die Flächen ab und verlegten Malervlies. Danach wurden mit Farbrolle und Pinsel die Wände und die Decke in hellem Weiß gestrichen.

Die Jugendarbeit Habichts-



wald begleitete die Gruppe an den beiden angesetzt Arbeitstagen und freute sich, ebenso wie die Jugendlichen, über das fertige schöne Ergebnis.

Ein Frisches Weiß für den Jugendraum: Die Jugendlichen haben die Arbeiten im Gemeinschaftsraum selbst übernommen.

FOTO: MARCEL BARTEL / NH

www.rb-becker.de

becker

ab Mo, den 27.11.2023

40 LED's für innen & aussen, batteriebetrieben, ww oder bunt **2,99** je

120 LED's für innen & aussen, batteriebetrieben, Timer, ww oder bunt **4,99** je

LED-Lichtschlauch 120 LED's für innen & aussen, batteriebetrieben, Timer, ww oder bunt **5,99** je

Dekorativer 3D Leuchtkorn Ø 27cm Kunststoff, ww, Timer, für innen & aussen, o. Batterie **9,98** je

Weihnachtskugeln 50tlg. Kunststoff, versch. Farben, Ø 6 cm **9,98** je

Weihnachtskugeln-Set, 56tlg. gold, versch. Kugeln Ø 5,8cm, Tannenzapfen usw., Kunststoff **5,99** je

Weihnachtskranz versch. Farben, Ø 36cm, Kunststoffkugeln **12,98** je

Kunsttanne 90 cm, grün mit weißen Spitzen, inkl. Fuß **9,98**

150 cm mit weißen Spitzen **39,98**
180 cm ohne weiße Spitzen **15,00**

Meggle Schnittkäse versch. sorten 125/130/150g **1,49** je

Gourmet Feigen-Sensauce ideal zum Käse 120g **0,69** je

Serano Schinken geschnitten, ca. 200 g **1,19** je

Eukalyptus Menthol Bonbons 250 g **0,99** je

Odenwälder Marzipan-Königsberger Bruch Marzipan gefülltem 200 g **4,99** je

Schluckwerder-Jamaica Rumpkugeln 500 g **4,59** je

Ritter Sport Schokolade versch. Sorten 100g **0,79** je

Makita Werkzeug Set E-06616 120 Teile **69,50**

Kühlerfrostschutz G12+ bis -30°, rot, 1,5 Liter **3,49** je

Kühlerfrostschutz G11- bis -30°, blau, 1,5 Liter **3,49** je

Frostschutz-Scheibenreiniger bis -20° **3,99** je

Makita Akky-Geräteset DK18113X1 bestehend aus: Schlagbohrschrauber 13mm (1/2"), Stichsäge, 2 Akkus, Ladegerät & Transporttasche 18 Volt Li-Ion, 1.5AH **189,50**

Ulith Arbeitshandschuhe Ice Defender M-XXL **2,49** je

Backe, Backe Kuchen...

Küchenwaage Digital, bis 5kg **7,98** je

Handmixer Silikon Teigroller weiß, 200W, 5 Stufen, weiß o. grau, Ø 5cm, 48 cm **9,98** je

Silikon Kuchenform versch. Weihnachtsmotive **2,99** je

WESTMARK Ausstechformen Eieruhr versch. Motive, 6cm, Metall, Farben, Ø 9,5 cm, 60 min. **0,39** je

Ritzenhoff & Breker Kombiservice "Kyoto" für 4 Personen 16tlg., hochwertiges Porzellan, spülmaschinengeeignet **39,98**

Kombiservice "Giardino" für 4 Personen 16tlg., Steinzeug, spülmaschinengeeignet **39,98**

Holzspalter HL810 Spaltgutablage, Spaltgutfänger, Stahlkonstruktion, 2 Transporträder, 3500 Watt **399,50**

Holz-Pellets 70 Sack à 15 kg auf Palette **399,50**

Holz-Briketts 96 Pack à 10 kg auf Palette **349,50**

Anzünder 32 Stück Holz & Wachs **0,59** je

Fimax Kohleanzünder 48 Stck. **0,99** je

WIZ/Kleinalmerode Industriest. 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 Industriest. 1 - 37217 Witzzenhausen/Kleinalmerode

Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratmenge 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

Wir haben Küchen für jede Gelegenheit...

40 JAHRE KÜCHEN GERHOLD

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

HEIMAT NACHRICHTEN
HOFERSTRASSE 1
WITZENHAUSEN

IMPRESSUM

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

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

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

Anzeigenverkauf:
Tel.: 0 56 71 / 50 90 27
E-Mail: anzeigen@nhw-wochenzeitungen.de

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

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

Zustellung: VTS Nord GmbH
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel,
Tel.: 05 61 / 92 09 40
E-Mail: vertriebsleitung@hna.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 2 vom 1.1.2023

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail mit Angabe Ihrer Anschrift, an vertriebsleitung@hna.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.
Weitere Informationen finden Sie auch auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de

Abriss-Gerücht sorgte für längere Pause

Nach vier Jahren gab es in Hofgeismar wieder einen Flohmarkt

Hofgeismar – Jahrzehntelang wurde in der Alten Turnhalle am Reithagen Trödel verkauft. Nach vierjähriger Pause veranstaltete Regina Hohmann am Wochenende nun wieder einen Flohmarkt – und wenn es nach ihr ginge, könnten weitere folgen.

Dass Flohmärkte beliebt sind, zeigte sich an den vielen Besuchern. „Da den ganzen Tag ein Kommen und Gehen ist, verteilt es sich gut“, sagt die Organisatorin. Leider habe sie hier nur für 30 Aussteller Platz gehabt und deshalb mehr als zehn weiteren absagen müssen.

Trotzdem war eigentlich von allem, was man typischerweise auf einem Flohmarkt erwartet, etwas vertreten: So gab es altes Porzellan und Schmuck, Gemälde, Orden, Schallplatten oder Haushaltswaren aus längst vergangenen Zeiten.

„Ich habe vieles von Familienmitgliedern im Lauf der



Reichlich Trödel im Angebot: Flohmarkt-Veranstalterin (von links) Regina Hohmann würde gerne weiterhin Flohmarkt in Hofgeismar anbieten. Auch die Ausstellerinnen Elke Müller und Monika Momberg würde das freuen.

FOTO: TANJA TEMME

Zeit geerbt und nun mal meinen Dachboden ausgemistet“, erzählte zum Beispiel Monika Momberg. „Seitens der Stadt wurde

uns erstmal nur dieser eine Flohmarkt zugesagt“, erklärte die Veranstalterin, gerne würde sie kommendes Jahr einen weiteren ausrichten,

ob das möglich sei, wisse sie noch nicht.

Dass Hohmann seit 2019 keinen Flohmarkt mehr in Hofgeismar organisierte,

liegt an einer falschen Nachricht: „Uns wurde damals gesagt, dass die Halle abgerissen werden soll – somit war das für uns erledigt.“ Als sie Ausschau nach neuen Veranstaltungsorten hielt, entdeckte sie, dass es die Turnhalle noch immer gibt. Sie fragte nach und bekam die Erlaubnis, allerdings mit Auflagen, unter anderem die Beschränkung auf maximal 200 Besucher gleichzeitig.

Dass Hohmann wieder auf Hofgeismar blickte, lag auch daran, dass sie kaum noch Veranstaltungsorte für Winterflohmärkte hat, weil diese entweder nicht bezahlbar sind oder man gar nicht dran komme. In der kühleren Jahreszeit veranstaltete sie neben Hofgeismar nur noch in Warburg einen Flohmarkt.

Laut Hofgeismars Bürgermeister Torben Busse ist ein Abriss der Halle nicht geplant. „Großveranstaltungen mit sehr vielen Leuten sind

dort allerdings derzeit auch nicht möglich, da wir dafür das Gebäude sanieren müssten“, erklärte Busse.

Da für eine solche Sanierung sicher eine halbe Millionen Euro nötig wäre, würde man vor dem Hintergrund, dass auch die Kindergärten erneuert werden müssten, davon erst einmal absehen. Sollte Hohmann kommendes Jahr wieder einen Flohmarkt am Reithagen ausrichten wollen, würde man ihr dafür sicher wieder eine Erlaubnis geben.

Hohmann hat 1987 den Flohmarkt von Günther Dross übernommen, der diesen 1977 in Hofgeismar ins Leben gerufen hatte. Dass Flohmarkt nie aussterben wird, davon ist die Organisatorin überzeugt: „Menschen möchten aufeinandertreffen, miteinander reden und auch handeln, denn das macht unsere Trödelveranstaltung aus.“

zta

Laufen für die Tafel

Caldenerin nahm an Marathon teil

Calden – Laufen ist ihre Leidenschaft. Nach einer schweren Lungenerkrankung, die noch vor einigen Jahren zahlreiche Krankenhausaufenthalte und mehrere Operationen nötig machte, entdeckte die Caldenerin Rebecca Badstieber das Laufen für sich. Mittlerweile hat die 29-jährige Sozialarbeiterin mehrere Marathons absolviert, den letzten vor rund zwei Wochen in Frankfurt.

Ihn organisierte sie kurzerhand als Sponsorenlauf. Mit den 431,19 Euro, die sie durch die Unterstützung von Freunden und Familienmitgliedern sammelte, kaufte Badstieber Lebensmittel für die Ausgabestelle der Hofgeismarer Tafel in Bad Karlshafen. Anfang November übergab sie ihre Spende an Tafelmitarbeiterin Sandra Fleischhauer: Brot, Milch, Käse, Dauerkonserven und anderes, insgesamt etwas mehr als 250 Kilo Hilfe in essbarer Form.

„Laufen gibt mir immer ein gutes Gefühl“, hat Rebecca Badstieber erkannt. Ihr Laufpensum steigerte die Sportlerin in den vergangenen sechs Jahren kontinuierlich, von der kurzen Runde durchs Dorf bis hin zum Marathon. Rennsteiglauf, Kassel-Marathon und zu Corona-Zeiten eine selbst gewählte Strecke von Calden über Kassel nach Hann. Münden hat sie schon absolviert. Vom Lauf in Frankfurt zeigt sie sich be-



Willkommene Hilfe: Die Caldenerin Rebecca Badstieber (links) übergab Anfang November eine Lebensmittelspende an die Hofgeismarer Tafel Bad Karlshafen.

FOTO: BEATE LEHMANN

geistert: „Es hat zwar ununterbrochen geregnet, aber der Einlauf in die Festhalle über einen roten Teppich – dort war das Ziel – war überwältigend.“ Vier Stunden und 36 Minuten brauchte sie für die 42,195 Kilometer – eine Leistung, mit der sie selbst zufrieden ist.

Wenige Tage vor dem Lauf in Frankfurt hatte sich Badstieber spontan entschlossen, Freunde und Familienmitglieder um Unterstützung in selbst gewählter Höhe für jeden von ihr gelaufenen Kilometer zu bitten und das gesammelte Geld anschließend in Lebensmittel umzuwandeln.

„Ich wollte auf diese Weise Menschen unterstützen, die sich dringend benötigte Lebensmittel oft nicht leisten

können. Laufend die Tafel unterstützen eben“, sagt die Sozialarbeiterin lachend, die schon als Oberstufenschülerin hin und wieder bei der Lebensmittelausgabe in Bad Karlshafen mithalf. Dass es gerade an Milchprodukten, vor allem aber an Brot mangelt, hatte Sandra Fleischhauer, langjährige Ehrenamtliche der Bad Karlshafener Ausgabestelle auf Nachfrage mitgeteilt.

Angesichts permanent hoher Kundenzahlen und nach wie vor begrenzter Ware zum Verteilen, freute sie sich sehr über die unerwartete Unterstützung aus Calden. „Diese Spende hilft uns sehr. Bei der nächsten Ausgabe werden wir diese Lebensmittel an unsere Kunden ausgeben“, versprach Fleischhauer. red



Rebecca Badstieber mit der Medaille des Frankfurt-Marathons vor der Festhalle. FOTO: P. BADSTIEBER / NH

GOLD ANKAUF HOFGEISMAR

- Goldschmuck • Altgold
- Zahngold (auch mit Zähnen)
- Gold- und Silbermünzen
- Gold- und Silberuhren (Markenuhren)
- Silberbesteck (auch Auflage)
- Tafelsilber
- Zinn (nur mit Stempel)

Töpfermarkt 6
34369 Hofgeismar

Mo.–Fr. 10.30–15 Uhr,
Sa. 10.30–13 Uhr

☎ 0173 5762768

SOFORT BARGELD



Tag der offenen Tür an der ASS

Hofgeismarer Oberstufengymnasium lädt für 25. November ein

Hofgeismar – Die Albert-Schweitzer-Schule (ASS) Hofgeismar öffnet am Samstag, 25. November, ihre Türen für die zukünftigen Schülerinnen und Schüler aus den Gesamtschulen rund um Hofgeismar. Ihre Eltern sind an dem Tag ebenso willkommen.

Die Veranstaltung beginnt um 10.30 Uhr mit einem offenen Anfang, bevor um 11 Uhr die Begrüßung durch den Schulleiter Hagen Riede-

mann erfolgt. Der Tag der Offenen Tür endet laut Ankündigung um 13 Uhr.

In dieser Zeit stellen sich unter anderem die Fächer Deutsch, Englisch, Mathematik, Biologie und Sport, die häufig als Orientierungskurse in der E-Phase und als Leistungskurse in der Q-Phase gewählt werden, in kurzen Unterrichtsstunden vor. Im Anschluss daran besteht die Möglichkeit, Fragen zum Fach und zur Oberstufe allge-

mein zu stellen. Weitere Fächer und Angebote sind in der Glashalle vertreten. Dort bietet sich auch die Gelegenheit zum Gespräch, ebenso können Lehrpläne und Kerncurricula, Unterrichtsmaterialien und Projektergebnisse begutachtet werden. Der Jahrgang Q3 bietet Kaffee und Kuchen an. Der Erlös des Verkaufs fließt in die Finanzierung des Abiballs. mai

Weitere Informationen unter asshofgeismar.de

Wir sind auf Wachstumskurs!

Komm in unser Team für die regionale Energiewende.

Besuch uns auf www.EAM.de/Karriere

Unsere aktuellen Stellenangebote findest Du hier



„Rein in die Küche, ran an die Töpfe“

Emstaler Höhe feierte märchenhaftes Küchenfest und 44-jähriges Bestehen

Bad Emstal – „Rein in die Küche, ran an die Töpfe und hinter die Kulisse schauen“, so lautete das Motto des diesjährigen märchenhaften Küchenfestes, zu dem das Parkhotel Emstaler Höhe eingeladen hatte. Rund 230 Gäste nahmen die Gelegenheit gerne wahr, um einen schönen Abend in angenehmer Atmosphäre zu verbringen und sich dabei vor allem in kulinarischer Hinsicht vollumfänglich verwöhnen zu lassen.

„Es ist die erste Veranstaltung dieser Art nach Corona, die wir zudem mit unserem 44-jährigen Betriebsjubiläum verbinden und gemeinsam mit vielen Freunden, Bekannten und auch Geschäftspartnern angemessen feiern möchten“, freute sich Geschäftsführer Lukas Frankfurth über den guten Zuspruch, der sogar das Aufstellen zusätzlicher Tische und Stühle erforderlich machte. Ausgestattet mit Küchenschürze und Besteck konnten sich die Gäste ihr Wunschmenü bei einem Rundgang durch die Küche selbst zusammenstellen und hatten dabei auch die Gelegenheit, Küchenchef Marius Ritter und seinem fleißigen Team über die Schulter zu schauen und Fragen zu stellen.

Zur guten Stimmung trugen die musikalischen Beiträge des bekannten Trios „Prinz Persico & die roten Schuhe“ sowie das von Wilhelm Grimm alias Stefan Becker auf äußerst humorvolle Weise präsentierte Bilderbuchtheater bei. Am späten Abend nutzten dann viele der Gäste die Gelegenheit, um nach der guten Bewirtung das Tanzbein zu schwingen und feierten mit beim Partyausklang in der Hotelbar Kutschertube

ym



Auch an der Theke gab es keine Langeweile: Trotzdem bewahrten Daniel Holzinger (links) und Miriam Puntschuh immer die Ruhe und die gute Laune sowieso, wie Stefan Becker als Wilhelm Grimm (Mitte) bestätigen konnte.

**Flohmarkt
Metro
03.12.**

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

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

Rixer
Bauernladen
Hausmacher
Wurstwaren
Rindfleisch
von Galloway-Rindern
Jetzt vorbestellen aus eigener Haltung!
Flugenten 9,90,-
Gänse 15,-
Puten 9,-
Hähnchen 8,-
kg
Party-Service
Mittwoch ab 12 Uhr
Schnitzel mit wechselnden Belegen 8,- €
Donnerstag - Eintopf 5,- €
Freitag ab 12 Uhr
Entenbrust oder -keule oder 16,- €
Gänsebrust mit Rotkohl, Klöße, Soße
Um Vorbestellung wird gebeten!
Kartoffeln
zum Einkellern
Verschiedene Sorten
Frisch geerntet!
Weißkohl, Spitzkohl, Rotkohl, Romanesco, Sellerie, Knoblauch, Porree, Steckrüben, Wirsing, Staudensellerie, Rote Beete, Rosenkohl, Grünkohl, Hokkaido
Freilandeier
Mo - Fr 9-13 & 14-18 Uhr
Sa 9-13 Uhr
Familie Peter Koch
34393 Grebenstein-Friedrichsthal Nr. 5
☎ 05674-1355



Handgemachte Musik und zahlreiche bekannte Melodien gab es vom Trio Prinz Persico & die roten Schuhe.

FOTOS: MICHAEL BRÜCKMANN



Gut gelaunt über die positiven Rückmeldungen zeigten sich (von links) Lukas Frankfurth, Küchenchef Marius Ritter und Geschäftspartner Peter Pilz.

Der Mensch steht im Mittelpunkt

Neue Dienstleistungsfirma bietet Integrationskurse und Beratung fürs Berufsleben an

Wolffhagen – In den früheren Räumen eines Frisiersalons, einer Kneipe und eines Cafés in Wolffhagen sitzen nun Personen, die die deutsche Sprache erlernen oder verbessern wollen oder eine berufliche und persönliche Beratung brauchen, und das betreffe nicht nur Migranten, versichert Melanie Vopel, Geschäftsführerin der Mevo Consulting GmbH.

Das Dienstleistungsunternehmen ist seit knapp einem Jahr in Wolffhagen in der Gerichtsstraße 2 als zertifiziertes Unternehmen tätig und hat nun auch die Erlaubnis vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge erhalten, Integrationskurse geben zu dürfen.

„Wir beraten unabhängig und geben individuelle Hilfe, denn der Mensch steht im Mittelpunkt unseres Unternehmens“, sagt die Geschäftsführerin.

Im Einzelnen bietet das Unternehmen Deutschkurse für alle an und ein Coaching zur beruflichen Wiedereingliederung oder Weiterbildung. Seit August läuft eine Grundqualifizierung für Lager in Vollzeit und ab Dezember sind Umschulungskurse für den Beruf zum Speditionskaufmann geplant.

Die Firma arbeitet eng mit dem Jobcenter und der Agentur für Arbeit zusammen und auch mit dem Rentenversicherungsträger und dem



Geschäftsführerin Melanie Vopel im Büro der Mevo Consulting GmbH, einem neuen Dienstleistungsunternehmen in Wolffhagen.

FOTO: URSULA NEUBAUER

Bundesamt für Migration.

Eine finanzielle Förderung erhalten die Leistungsempfänger mit dem Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS). „Grundsätzlich stehen unsere Türen allen offen,

die Hilfe brauchen“, sagt die 42 Jahre alte Geschäftsführerin. Diese Hilfe ist weitreichend, denn oft kommen auch Leute, die einen Behördenbrief nicht verstehen oder Ärger mit dem Vermie-

ter, der Krankenkasse oder Stromanbieter haben. Auch bei persönlichen Problemen, wie Alkohol und Drogen, kann das Unternehmen helfen, indem es die Kunden an spezielle Beratungsfirmen

weitervermittelt. Einen breiten Raum in der Firma nehmen die Integrationskurse ein. Ab November starten Deutschkurse, und zwar vormittags, nachmittags und abends, da die Sprachbarriere das größte Problem für Migranten und Asylanten ist.

Firma bietet Sprachkurse an

Die Consulting-Firma plant zudem, nächstes Jahr vor Ort in der Pommernkaserne Sprachkurse anzubieten. „Wir bringen täglich Menschen zusammen, dabei spielen für uns weder Nationalität, Religion, Geschlecht oder Handicap eine Rolle“, betont Melanie Vopel, die in Kassel ein Studium zur Gymnasiallehrerin absolvierte und danach in die Erwachsenenbildung ging.

Zusammen mit ihr hat die Firma acht Mitarbeiter, die in den Büros, dem Coachingraum, den Seminarräumen und einem Aufenthaltsraum tätig sind.

Einer der Gesellschafter ist Joachim Heilmann. Er wohnt in der Innenstadt von Wolffhagen und bekommt die Leerstände der Geschäfte insbesondere mit. Deshalb war es ihm ein wichtiges Bedürfnis, die Mevo Consulting GmbH in der Innenstadt anzusiedeln.



Fachmann für Inkontinenzprodukte und Pflegehilfsmittel: Der ausgebildete Notfallsanitäter Martin Brandt-Riemann steht seinen Kunden mit Rat und Tat zur Seite. Er will die Themen Inkontinenz und Pflege enttabuisieren. ARCHIVFOTO: GITTA HOFFMANN

Inkontinenz ist kein Tabuthema

MAB Medical ist spezialisiert auf Inkontinenz- und Pflegehilfsprodukte

Viele Menschen benötigen Pflegehilfsmittel und / oder Inkontinenzprodukte. Doch weil diese Themen leider immer noch schambehaftet sind, sprechen die wenigsten darüber. Darunter leidet allerdings die fachgerechte Versorgung der Patienten. „Das muss nicht so sein!“, betont Martin Brandt-Riemann, Geschäftsführer des Wolfhager Unternehmens MAB Medical.

„Als wir uns im familiären Umfeld mit dem Thema Pflege einer älteren Person auseinandersetzen mussten, haben wir festgestellt, dass mangelhaft nicht nur unser Wissen darüber war, welche Pflegehilfsmittel ihr zustehen“, berichtet Martin Brandt-Riemann. „Wir mussten mühsam in Erfahrung bringen, welche Ansprüche bestehen und dass es zum Beispiel Inkontinenzanlagen gibt, die dezent und unauffällig sind

und nichts mit der Vorstellung von Windeln zu tun haben.“ Nach wie vor ist Inkontinenz ein Tabuthema in unserer Gesellschaft. Dabei kann sie jeden treffen. Das ist aber kein Grund, sich selbst vom aktiven Leben auszugrenzen. Wichtig ist, eine gute Beratung, die zum Ziel hat, dem Patienten individuell zu helfen.

„Unsere Produkte umfassen alles von kleinen Einlagen für leichte Blaseschwäche bis zu Klebewindeln bei schwerster Inkontinenz. Sogar ableitende Inkontinenzprodukte, wie etwa Katheter, zählen zu unserem Sortiment“, erklärt Martin Brandt-Riemann. „Sie helfen Frauen und Männern von jung bis alt. Sogar Kinder mit schweren Erkrankungen zählen zu unseren Kunden.“

MAB Medical liefert ausschließlich hochwertige Produkte. Das Unternehmen rechnet direkt mit den Krankenkassen ab und benötigt dazu nur das Rezept des Arztes. Auf Wunsch ist es aber auch möglich, die Produkte

selbst zu bezahlen. In dem familiär geführten Unternehmen, welches sich auf den Bereich Pflege und Medizinprodukte spezialisiert hat, erhalten die Kunden aber nicht nur Inkontinenzprodukte.

Martin Brandt-Riemann und Mike-Felix Riemann, beides Notfallsanitäter mit mehrjähriger Pflegeerfahrung, wissen, was man benötigt und was das Material leisten soll.

Umfassende Beratung

„Jeder Kunde, der zu uns kommt, wird zunächst umfassend beraten, um zu ermitteln, wie wir ihm oder ihr am besten helfen können“, versichern beide. „Wir sind kein anonymes Callcenter, sondern bieten fachlich kompetente Beratung. Ohne geht es nicht.“

Viele Menschen wissen nicht, dass jede pflegebedürftige Person, die im häuslichen Umfeld gepflegt wird, Anspruch auf kostenfreie

Pflegehilfsmittel zum Verbrauch hat. Die Pflegehilfsmittel werden bis zu einem Betrag von 40 Euro im Monat von der Pflegekasse übernommen. Zusätzlich bekommt man bis zu drei waschbare Bettschutzeinlagen pro Jahr. Voraussetzung ist, dass ein Pflegegrad besteht und die Pflege zu Hause stattfindet. Gerne berät das Team von MAB Medical, was für die Versorgung der pflegebedürftigen Person beantragt werden kann (z.B. Einmalhandschuhe, Mundschutz, Hand- und Flächendesinfektion, Bettschutzeinlagen, Schutzhürzen) und hilft bei der Antragstellung.

„Wir rechnen für Sie mit der Pflegekasse ab, sodass Sie keine zusätzliche Arbeit haben“, verspricht Martin Brandt-Riemann, der seit drei Jahren mit seinem Unternehmen in der Schützeberger Straße 36 in Wolfhagen ansässig ist. Inkontinenzprodukte und Pflegehilfsmittel werden entweder persönlich ausgeliefert oder per Post versandt. zgi

Infos und kostenlose Beratung
05673/2678

Probleme mit schütterem Haar, wir haben die Lösung

www.SalonArend.de
Die Haarwerkstatt
In Immenhausen

MAB MEDICAL

Ihr regionaler Partner für:

- Inkontinenz,
- Pflegehilfsmittel,
- Erste Hilfe und mehr...

☎ 05692-9973-100

Schützeberger Str. 36, 34466 Wolfhagen

Die schönen Momente hören.

IHR HÖRAKUSTIKER
IM HERZEN VON HOFGEISMAR!

v.l.: Jens Weissmüller und Moritz Frickinger

GUT HÖREN. GUT VERSTEHEN. DABEI SEIN.
Jeder Mensch hört anders und hat andere Ansprüche. So individuell wie Ihre Hörbedürfnisse ist auch unsere persönliche Beratung. Wir möchten, dass Sie jeden Tag Freude am Hören haben.

Hess Häusler Hörakustik GmbH
Mühlenstraße 4 • 34369 Hofgeismar
Tel.: 05671 7666820

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr.: 09.00 - 13.00 Uhr
14.00 - 18.00 Uhr

Hess Häusler Hörakustik

www.hess-haeusler.de

Lassen Sie sich verwöhnen...

Viktorosa Esstaurant Hotel

Weihnachtsfeiern, Jubiläen, Veranstaltungen jeglicher Art – noch freie Kapazitäten; reservieren Sie rechtzeitig!

Reichhaltiges Weihnachtsbuffet
am 1. und 2. Weihnachtsfeiertag
(mittags ab 12.00 oder abends ab 18.00 Uhr) **36,50 € p. P.**

Silvesterbuffet im Restaurant
am 31.12.2023 ab 19.00 Uhr **36,50 € p. P.**
Wir bitten um Tischreservierung für unsere Buffets!

Silvesterparty mit DJ, all inclusive
am 31.12.2023 ab 19.00 Uhr in unserem Festsaal – inkl. vielfältigem Silvesterbuffet sowie Softgetränke, Bier und Wein
Kartenverkauf ab sofort **Eintritt: 95,- € p. P.**
info@ess-bar-hofgeismar.de www.hotel-viktorosa.de
Telefon: 05671 40854 | Erlenweg 2 | 34369 Hofgeismar

Tagespflege Hofgeismar Evangelische Altenhilfe Gesundbrunnen

Kostenloser Schnuppertag!
Interessiert? Rufen Sie uns einfach an:
05671 882-139
f tagespflegehofgeismar
hofgeismar.gesundbrunnen.org

Gebrauchte Möbel zu einem super Preis!

VIEL ZU SCHADE FÜR DEN SPERRMÜLL!

WIR BIETEN AN:
Gebrauchtmöbel zu günstigen Preisen aus unserer Ausstellung inklusive Lieferung und Aufbau!
Kostenlose Abholung Ihrer gut erhaltenen Gebrauchtmöbel!
Sie unterstützen damit die gemeinnützige Arbeitsförderungsgesellschaft im Landkreis Kassel!

Gebrauchtmöbel Kaufhaus
AGIL
Gemeinnützige Arbeitsförderungsgesellschaft im Landkreis Kassel

Am Gasterfelder Holz 1 (Pommernanlage / ehem. Bundeswehrkaserne)
34466 Wolfhagen-Gasterfeld • Telefon 05692 9998098
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 7.00 bis 16.00 Uhr • Fr. 7.00 bis 13.00 Uhr
www.agil-wolfhagen.de



Hofgeismarer Narren starten in die fünfte Jahreszeit

Den Start in die fünfte Jahreszeit feierten die Karnevalisten der Goldenen Elf Hofgeismar mit einer internen Eröffnungsveranstaltung in der Stadthalle Hofgeismar. Neben den neuen Tän-

zen der Gardien, der Mariechen und des Männerballetts stand die Proklamation der Prinzenpaare im Vordergrund. Nach einem herzlichen Dankeschön an die scheidende Kinderprinzessin Lot-

ta Becker sowie Ina und Thomas Bäcker starten jetzt zwei neue Paare in die Session. Bei den Kindern freuen sich Leni I. Stahl und Henry I. Schapiro auf eine ereignisreiche närrische Zeit, beim gro-

Ben Prinzenpaar sind es Anna Carolin Danders und ihr Ehemann Christoph Danders, die die Regenschaft der Goldenen Elf übernehmen. Auf dem Foto von links Sitzungspräsident Michael Hotz,

Prinzessin Anna Carolin I., Prinz Christoph I., Dagmar Hotz (Sitzungspräsidentin), Kinderprinzessin Leni I. und Kinderprinz Henry I.

FOTO: GOLDENE ELF / NH

„Konnten wir uns nicht vorstellen“

Gründerinnen des Advents-Projektchors „Joy to the World“ überwältigt von Resonanz

Altenhasungen – Wenn Steffi Dunse und Mona Festor über ihren Projektchor „Joy to the World“ sprechen, dann klingt es zuweilen etwas martialisch: „Das hat uns umgehauen“ und „Unsere Idee ist eingeschlagen wie eine Bombe“, ist da zu hören.

Stimmgewaltig soll zumindest das Konzert sein, das der Chor am 10. Dezember ab 18 Uhr in der Kirche Oberelsungen ausrichtet. Der Anlass ist dagegen überaus friedlich und gar nicht krawallig, sondern besinnlich: die Adventszeit.

Dass die Idee, einen Chor für einen bestimmten Zweck, für eine bestimmte Zeit zu gründen, so gut ankam, hat die beiden überwältigt. Ende August erzählten sie unserer Zeitung, auf 20 bis 25 Sängerinnen und Sänger zu hoffen, die sich ihnen anschließen. „Dass es jetzt 85 geworden sind, das konnten wir uns gar nicht vorstellen“, sagt Steffi Dunse, die zusammen mit Mona Festor reguläres Mitglied im Altenhasunger Chor Viva la Musica ist.

Und so ist es kuschelig im Dorfgemeinschaftshaus Al-

tenhasungen, wo der Projektchor seit dem 7. September immer donnerstags ab 19.30 Uhr probt.

Chorleiterin ist Verena Gerhardt. Diese lege Wert auf ein ausführliches Einsingen und Übungen zur Stimm- und Resonanzbildung, erklärt Steffi Dunse. Mit dabei sei auch die jüngere Generation, „aber auch manche, die älter sind als ich“, sagt die 58-jährige Steffi Dunse schmunzelnd. „Von 15 bis 70 haben wir Mitglieder“, ergänzt Mona Festor (36). Viele seien direkt von ihrem Engagement bei der Waldbühne Niederelsungen zu ihnen gekommen, nachdem das Musical Anatevka beendet war.

Geprobt werden derzeit deutsch-, aber auch englischsprachige Adventslieder. Von „Kommet ihr Hirten“ über „Christmas Lullaby“ bis hin zu „Ave Maria“. Das Repertoire, insgesamt sechs Stücke, habe man der Chorleiterin überlassen. „Sie weiß am besten, was für uns gut singbar ist“, sagt Mona Festor. Die Ideen, die Verena Gerhardt eingebracht hat, habe man gut gefunden und sich darauf



So viele, dass sie nicht mal aufs Foto passen: 85 Mitglieder hat der Advents-Projektchor „Joy to the World“ gewinnen können. Hier die Sänger im DGH Altenhasungen mit Chorleiterin Verena Gerhardt (am Keyboard).

FOTOS: STEFFI DUNSE/NH

eingelassen. Angesichts der Komplexität der Stücke mit bis zu fünf Stimmen seien sechs Stücke auch nicht zu wenig.

Auch was das Stimmverhältnis angeht, passt es bei Joy to the World: „Wir sind ein Viertel Männer und drei Viertel Frauen“, berichtet Steffi Dunse. Dadurch, dass die Männer lauter singen, gleiche sich das Verhältnis aber gut aus.

Auch das Verhältnis untereinander gedeihe immer mehr. Zwar stehe noch nicht fest, wie es nach dem Projekt weiter geht, doch gewisse Bindungen seien entstanden. „Gut 15 Leute von uns sind nach der Probe auch schon mal in die Keipe Zum Bärenberg gegangen“, berichtet Steffi Dunse.

Das spreche gegen die Befürchtung, als Chor mit über 80 Sängern unpersönlich zu

werden. Auch eine Fahrgemeinschaft zur Probe sei schon entstanden. „Mit anderen zusammen zu fahren, das ist eine neue Entwicklung“, sagt Dunse. So ergebe sich ein Blick über den eigenen Teller und Dorfrand. „Über Dorfgrenzen machen wir uns auf den Weg.“

Sicherlich sei die Idee eines Projektchors nicht neu. Aber es sei eine Bestätigung, dass das Singen weiterhin ge-

braucht wird und besonders ein Verlangen danach besteht, gemeinsam zu singen. „Singen ist ein Grundbedürfnis“, sagt Steffi Dunse.

Und so ist die Freude auf das Konzert am zweiten Advent groß: den Abschluss der gemeinsamen Reise – zusammen mit dem von Henrik Giehler angeleiteten Posauenchor Altenhasungen-Oberelsungen und Orgelunterstützung.

red1



Mona Festor
Mitglied



Steffi Dunse
Mitglied

Großer Inventurverkauf

vom 25. November bis 9. Dezember 2023

beim Möbelkreis Waldeck!

Jetzt Abverkaufs-Schnäppchen sichern!



Möbelkreis Waldeck GmbH & Co. Ausstattungshaus KG
Sachsenhäuser Str. 18 · 34497 KB-Meininghausen
Di-Fr 9 - 18 Uhr, Sa 9 - 17 Uhr, Mo geschlossen



MÖBELKREIS KÜCHE & EINRICHTEN

Korbach-Meininghausen · www.moebelkreis.de



Bauarbeiten auf der B 251 kommen langsam voran: Die Fahrbahn zwischen Ippinghausen und Höhnscheid ist abgefräst, am Montag waren Bauarbeiter im Bereich des Langen Rods aktiv.

FOTO: ANTIJE THON

Personalnot dämpft Baufortschritt

Arbeiten auf B 251 zwischen Ippinghausen und Höhnscheid dauern länger

Ippinghausen – Bei den Bauarbeiten an der B 251 zwischen Gut Höhnscheid und Ippinghausen kommt es offenbar zu Verzögerungen. Das bestätigte Hessen Mobil-Sprecher Marco Lingemann auf Anfrage. Die Arbeiten hätten eigentlich in diesem Jahr zum Abschluss kommen sollen. „Das klappt leider nicht“.

Der von Hessen Mobil beauftragten Baufirma habe zeitweise nicht genug Personal zur Verfügung gestanden. Sie habe aber zugesagt, den aktuellen Abschnitt zwischen Höhnscheid und dem Langen Rod bis Ende des Jahres so weit abzuschließen, dass die Strecke dann wieder befahrbar sei und erst wieder für die verbleibenden Bauabschnitte im kommenden Jahr gesperrt werden müsse. „Wir kalkulieren mit einer zusätzlichen Bauzeit von etwa anderthalb Monaten, in der die Straße voll gesperrt werden

muss“, kündigte Lingemann nun an.

Aktuell wird der Durchlass des Georgengrabens nahe der Zufahrt zum Langen Rod neu gebaut. Der Durchlass aus Beton ist 27 Meter lang, einen Meter breit und 85 Zentimeter hoch. Er kreuzt die Straße im gestreckten Winkel, „was zu der beachtlichen Länge von 27 Metern führt“, sagt der Sprecher.

Die Arbeiten an der knapp drei Kilometer langen Bundesstraße hatten Mitte August mit dem ersten Bauabschnitt zwischen den beiden Zufahrten zum Gut Höhnscheid begonnen. Der zweite und zugleich längste Abschnitt folgte Anfang September und betrifft den Bereich zwischen Höhnscheid und dem Langen Rod. Im Frühjahr des kommenden Jahres soll das Stück zwischen dem Langen Rod bis zur Tankstelle in Ippinghausen

erneuert werden.

Der Bund investiert in die grundlegende Erneuerung der Fahrbahn 3,4 Millionen Euro. Im Zuge der Arbeiten wird der gesamte Asphalt abgetragen und neu aufgebaut. Die neue Asphaltdecke besteht aus drei Lagen und ist insgesamt 20 Zentimeter stark. Zusätzlich wird die darunterliegende Frostschutzschicht aus Schotter ausgebaut und angeglichen. Die Straßenentwässerung wird ebenfalls erneuert. Die Gräben am Fahrbahnrand werden ausgebaut. Die Rohre für die Straßenentwässerung unterhalb sowie an den Zufahrten neben der Fahrbahn werden ausgetauscht. Die Durchlässe der Fließgewässergräben, welche den Straßenverlauf kreuzen, werden instandgesetzt. Die Banketten werden befestigt, und die Straße erhält neue Schutzplanken.

Mit der Situation überaus

unzufrieden ist indes Landwirt Tobias Pflug, der auf Gut Höhnscheid eine Pferdepension betreibt. Die Eurovia Bau GmbH, die mit den Arbeiten betraut ist, hatte ihm Anfang September schriftlich mitgeteilt, dass der zweite Bauabschnitt und damit die Arbeiten zwischen Höhnscheid und Ippinghausen voraussichtlich Mitte Oktober beendet sein würden. Das sei aber nicht der Fall.

Stattdessen müssten er und seine Kunden für jede Fahrt nach Ippinghausen 15 Kilometer Umweg in Kauf nehmen. Würde er der offiziell ausgeschilderten Route folgen, würde die Strecke noch länger. Abgesehen vom zeitlichen Mehraufwand habe das für ihn auch wirtschaftliche Folgen. Das spiegle sich zum einen in höheren Transportkosten wider, zum anderen blieben Kunden mit ihren Pferden fern. Im Sommer,

zum Zeitpunkt der Heuernte, habe die Sperrung beim von ihm beauftragten Lohnunternehmer zu einem höheren Arbeitsaufwand geführt. Gleiches gelte für die Entsorgung des Pferdemists. Vor diesem Hintergrund sehnt sich Tobias Pflug nach einer Öffnung der Strecke.

red

ERNEUERUNG DER FAHRBAHN



Latein ganz lebendig erlebt

Grebensteiner Schüler verbrachten einen Tag im Römerkastell

Grebenstein – Einen ungewöhnlich praxisnahen Unterricht erlebten 21 Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe G7 der Heinrich-Gruppe-Gesamtschule Grebenstein nur wenige Wochen, nachdem sie den Unterricht in ihrer zweiten Fremdsprache Latein begonnen hatten: Sie besuchten das wieder aufgebaute Römerkastell Saalburg bei Bad Homburg/Taunus. Dort nahmen sie mit ihrem Lateinlehrer Dirk Weidmann an einem intensiv betreuten Tagesprogramm teil.

Dabei erhielt der noch junge Lateinkurs einen umfassenden Einblick in das Leben am Limes in römischer Zeit, wodurch ein wertvoller Beitrag zum historischen Transfer geleistet wurde, wie HGS-Pressesprecherin Susann Adam mitteilte.

Der Besuch lieferte derart viele Eindrücke, dass die Schüler in den nächsten Monaten ihres Lateinunterrichts immer wieder an das auf der Saalburg Erlebte zurückgreifen können. So nahmen die Schüler beispielsweise aktiv

an einer Vorführung römischer Tracht und militärischer Ausrüstung teil und erfuhr am eigenen Körper, was es für einen römischen Soldaten bedeutete, eine militärische Ausrüstung mit einem Gewicht von über 25 Kilogramm zu tragen. Außerdem nahmen sie am Bogenschießen und Formationstraining in der bekannten „Schildkrötenaufstellung“ teil. Dabei sei schnell klar geworden, dass es nicht immer einfach ist, die knappen und schnell wechselnden lateini-

schen Befehle eines Centurios umzusetzen. Zur Belohnung erhielten alle Teilnehmenden jedoch ihren Sold, eine Nachbildung einer antiken Münze aus der Kaiserzeit.

Bei einer ausgedehnten Führung innerhalb und außerhalb des Kastells erhielten die Schüler auch Einblicke in das zivile Leben und den Alltag im Kastelldorf, in die Geschichte des Römerlagers und des angrenzenden Limes sowie in die Handelsbeziehungen zu den Germanen. tly



Schildkröte: Die Lateinschüler aus Grebenstein wurden zu römischen Legionären und formten mit ihren Schilden diese Verteidigungsformation.

FOTO: DIRK WEIDMANN/NH

Bauzeichner / Techn. Zeichner (m/w/d) gesucht

Wir suchen per sofort Fachkräfte für unsere Standorte in Rosdorf, Kassel und Heilbad Heiligenstadt für die Durchführung projektbezogener Arbeiten in den Planungsfeldern Wasser- und Energieversorgung, Kanal- und Straßenbau.

Gewünscht werden Erfahrungen im infrastrukturellen Tiefbau, im technischen Anlagenbau. Kenntnisse in Planungssoftware, CAD und MS-OFFICE-Anwendungen werden erwartet.

Wir bieten Ihnen einen zukunftsorientierten Arbeitsplatz mit einem leistungsbezogenen Vergütungsmodell.

Sie werden begrüßt durch ein junges und motiviertes Team. Sie erwarten ein zukunftsorientierter, unbefristeter Arbeitsplatz. Sie erhalten eine attraktive Vergütung und individuelle Fortbildungen.



Ingenieure Rinne & Partner mbB

Götzenbreite 7 • 37124 Rosdorf • www.ib-rinne.de • info@ib-rinne.de
Ein innovativ arbeitendes mittelständiges Ingenieurbüro an 3 Standorten.

Mit uns steht Ihnen die Welt offen

localjob.de
Das regionale Jobportal

Dynamisch und motiviert? Dann komm zu uns!

Die Kindergärten der Nationalparkstadt Waldeck suchen zum nächst möglichen Zeitpunkt:

Erzieher/innen (m/w/d)

Du hast Lust auf einen interessanten Job im öffentlichen Dienst mit Zukunftsperspektive? Dann bewirb Dich noch heute!

www.waldeck.de

Die Nationalparkstadt Waldeck sucht Dich, als

Teamkollege/in (m/w/d) im städt. Bauamt

Suchst Du eine abwechslungsreiche und interessante Anstellung in einem motivierten und hilfsbereiten Team?

Wir bieten Dir eine Arbeitsmöglichkeit in touristisch einmaliger Lage am Nationalpark Kellerwald-Edersee, mit allen Vorteilen des öffentlichen Dienstes.

Die ausführliche Stellenausschreibung findest Du hier:

HNA | ZUSTELLER

Springerzusteller (m/w/d)

Werden Sie Teil unseres Teams!

Sie unterstützen aktiv die **frühmorgendliche Zeitungszustellung** in wechselnden Einsatzgebieten von Montag bis Samstag in Ihrer Region.

Sie sind flexibel, mobil und im Besitz eines gültigen Führerscheins.

Die Tätigkeit erstreckt sich **von Montag bis Samstag**. Es handelt sich hierbei um eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, informieren Sie sich telefonisch oder per Mail.

„Den Armen Gerechtigkeit“ meint:

In den Ländern des Südens Ernährung sichern, Bildung fördern, Gesundheit erhalten, Frieden entwickeln. Wir bitten Sie: Helfen Sie uns helfen.

www.brot-fuer-die-welt.de

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

Landwirtschaft & Forsten

Bekanntschaffen

Bärbel, 72 J., wesentlich jünger aussehend, häuslich, doch als Witwe immer nur alleine. Ich möchte Ihnen gerne alles geben, Sie glücklich machen u. wissen, dass es Ihnen gut geht. Wieder gemeinsam am Tisch sitzen, abends zusammen fernsehen, wäre das nicht wunderbar? Würde mich freuen, wenn Sie sich üb. PV melden. **Tel. 0176-34498406**

Buche Brennholz
Tel. 05684 931670

Brennholz Buche und Eiche, 30 cm Abschnitte Sägwerk 79 € Srm oder Kaminholz 119 € Srm, Lief. ab 5 Srm, 10 Srm frei Haus, Tel. 0176 62681914

Baumarkt

Wir bieten Sanierungen aus einer Hand inkl. Wärmedämmfassade, Fenstertausch, Heizungsmodernisierung usw.

Entspannt kommenden Energiepreisen trotzen!

Mihm
Jetzt Fördermittel checken!

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

Hübsche Andrea, 60 J., schlank, lange Haare, warmherzig, bodenständig u. alltagstauglich. Wahre Liebe ist für mich, für einander da zu sein u. gemeinsam zu leben. Jetzt in der bevorstehenden Adventszeit ist das Alleinsein am schlimmsten. Bitte ruf üb. PV an, damit unser Weihnachts-traum wahr wird. **Tel. 0152-24910120**

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

Verkauf

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

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

Philippstraße 23
Viele Geräte mit kleinen Lackfehlern!
NOBERT KIMM
34127 Kassel • Telefon 8 70 03 96
www.hinzu-kimm.de

Auto-Ankäufe

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

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

EURONATUR
schützt bedrohte Wildtiere. Wie?

Wir informieren Sie:
www.euronatur.org
Tel. 07732/92 72 0

EURONATUR

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

Ankauf

NEU - ABHOLSERVICE!
WIR HOLEN IHRE GERÄTE BEI IHNEN ZUHAUSE AB.

money point

Friedrichsplatz 6 ☎ 0561-9701105
www.moneypoint-kassel.de

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

HEIMAT NACHRICHTEN Heimatnachrichten Online

Unsere aktuellen Ausgaben finden Sie ebenfalls Online unter www.nh-wochenzeitungen.de

Frauenpower?

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

© Foto: Liechten - www.fotoallo.com

HNA | ZUSTELLER

Jetzt informieren und bewerben!

HNA Vertrieb | Karina Iffland
Tel. 0561 203-1506
WhatsApp 0151 61666277
vertriebsservice@hna.de | www.hna-zusteller.de

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

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

- **Bad Emstal**
Merxhausen
- **Bad Karlshafen**
Stadt
- **Breuna**
Niederlistingen
Oberlistingen
- **Grebenstein**
Schachten
- **Habichtswald**
Dörnberg
Ehlen
- **Hofgeismar**
Beberbeck
Hombressen
Hümme
Kelze
Stadt
- **Immenhausen**
Holzhausen
Stadt
- **Liebenau**
Zwergen
- **Naumburg**
Elbenberg
Heimarshausen
Altenstädt
- **Reinhardshagen**
Veckerhagen
- **Trendelburg**
Gottsbüren
Langenthal
Sielen
Stammen
- **Wesertal**
Gieselwerder
- **Wolfhagen**
Niederelsungen
Stadt
Wenigenhausen
- **Zierenberg**
Oelshausen

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



HNA | ZUSTELLER

Pressezusteller (m/w/d)

Werden Sie Teil unseres Teams!

Aktuell suchen wir in

- **Espenau** (Teilbezirk)
- **Immenhausen-Mariendorf** (ganzer Ort)

Jeweils zur Festeinstellung. Mindestalter 18 Jahre.

Jetzt informieren und bewerben!

VTS Nord GmbH
Vertrieb für Hofgeismar
Tel. 0561 203 3370 | WhatsApp 0151 61666277
vts-hofgeismar@hna.de www.hna-zusteller.de

Jahreskalender von Kindern mit Behinderung

Jetzt kostenlos reservieren:
Tel. 06294 428170
E-Mail: kalender@bsk-ev.org
www.bsk-ev.org

BSK Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.

IHR WOCHENHOROSKOP



WIDDER 21.3.-20.4. Ihre Ansprüche sind hoch. So hoch, dass sich mancher kopfschüttelnd von Ihnen abwendet. Allein werden Sie aber das Problem nicht lösen können.



STIER 21.4.-21.5. Einige offenstehende Fragen sollten jetzt bald positiv beantwortet werden. Dann könnten Sie endlich einen Schritt weiter nach vorne machen.



ZWILLING 22.5.-21.6. Ein kleines Stimmungstief legt sich schnell, wenn Sie endlich über Ihren Schatten springen. Dickköpfigkeit bringt Sie dagegen keinen Schritt weiter.



KREBS 22.6.-22.7. Warum wollen Sie ein System umkrempeln, das bislang tadellos funktioniert? Nur weil eine bestimmte Person einen entsprechenden Vorschlag macht?



LÖWE 23.7.-23.8. Sie neigen verstärkt dazu, eine kompromisslose Führungsrolle zu beanspruchen. Das stößt mit Sicherheit auf kein positives Echo in Ihrem Umfeld.



JUNGFRAU 24.8.-23.9. Glauben Sie nicht alles, was Ihnen zugeraunt wird: Da hat jemand ganz eigennützige Interessen, dass eine bestimmte Person schlecht dasteht!

Nahrung für die Denkkzentrale

(djd-k). Das Gehirn ist das komplexeste Organ des Menschen. Rund 100 Milliarden Zellen arbeiten darin ohne Pause. Damit ihr Zusammenspiel reibungslos funktioniert, ist es notwendig, das Gehirn und das Nervensystem mit der richtigen Ernährung zu unterstützen. Besonders wichtig sind dabei Magnesium, die B-Vitamine sowie Omega-3-Fettsäuren. Gerade wählerische Esser sollten darauf achten, genügend dieser wertvollen Mikronährstoffe zu sich zu nehmen. Bei Bedarf können als Teil einer ausgewogenen Ernährung auch Nahrungsergänzungsmittel helfen, um einen guten Versorgungsstatus zu sichern. Zudem stellt der Arbeitskreis Nahrungsergänzungsmittel im Lebensmittelverband Deutschland unter www.nahrungsergänzungsmittel.org/kochen-rezept-leckere-Rezeptvorschläge zum kostenlosen Download bereit.



Foto: djd-k Lebensmittelverband Deutschland/Getty Images/Wiref



WAAGE 24.9.-23.10. In einer Auseinandersetzung unter Freunden müssen Sie am Wochenende die richtigen Worte finden, damit endlich wieder Frieden einkehrt!



SKORPION 24.10.-22.11. Von vielen Seiten wird Ihnen Sympathie und Unterstützung signalisiert. Dennoch – Sie dürfen nicht alles auf eine einzige Karte setzen!



SCHÜTZE 23.11.-21.12. Ein Angebot macht Sie ratlos: Sie müssen herausfinden, welches Interesse diese Person an der von ihr geplanten Veränderung hat!



STEINBOCK 22.12.-20.1. Mit Ihrem Wissen sollten Sie einem Kollegen weiterhelfen, der ziemlich überfordert ist: Sie nutzt Ihnen nichts, wenn er scheitert – im Gegenteil!



WASSERMANN 21.1.-19.2. Die Konkurrenz macht Ihnen das Leben schwer. Geben Sie aber nicht nach, verteidigen Sie Ihre Rechte und vermeiden Sie unnötigen Stress.



FISCHE 20.2.-20.3. So einiges ist in diesen Tagen unübersichtlich: Vielleicht kümmern Sie sich erst einmal um andere Dinge und warten die Entwicklung in Ruhe ab.

Steuer-Rat

Beitragsrasterungen der Krankenkasse

Krankenkassenbeiträge für die Basisversicherung können als Sonderausgaben in der Einkommensteuererklärung angegeben werden. So mindern sie die Einkünfte und die Steuerlast. Wer später aber Krankenkassenbeiträge zurückerstattet bekommt, muss daran denken, diese ebenfalls zu versteuern. Das zeigt ein Urteil des Bundesfinanzhofs (Az.: XR 27/21), auf das der Bund der Steuerzahler verweist.

In dem konkreten Fall war eine Arbeitnehmerin jahrelang fälschlicherweise freiwillig gesetzlich krankenversichert, obwohl die Voraussetzungen für eine Pflichtversicherung vorlagen. Durch ein spätes Urteil eines Sozialgerichts wurde das Sozialversicherungsverhältnis der Frau rückwirkend umgestellt. Die zu viel gezahlten Beiträge in Höhe von rund 40 000 Euro wurden ihr zurückerstattet.

Die beachtliche Rückerstattungssumme verrechnete das Finanzamt mit den Beiträgen zur Kranken- und Pflegeversicherung aus dem entsprechenden Veranlagungsjahr. Die übrigen rund 38 000 Euro wurden den Gesamteinkünften hinzuaddiert und versteuert. Dagegen legte die Steuerzahlerin Einspruch ein – ohne Erfolg. Sowohl das zuständige Finanzgericht als



Wer Krankenkassenbeiträge zurückerstattet bekommt, muss diese versteuern.

FOTO: ALEXANDER HEINL/DPA-TMN

auch der Bundesfinanzhof geben dem Finanzamt recht.

Die Rückzahlung sei zu recht nur mit den gezahlten Beiträgen des entsprechenden Rückerstattungsjahrs verrechnet worden. Eine Verrechnung mit den Beitragszahlungen aus zurückliegenden Jahren sei nicht möglich – selbst wenn die Rückerstattung auch für diese Jahre erfolgt.

Gut zu wissen: Bonuszahlungen der Krankenkasse – etwa für Vorsorgeuntersuchungen, Teilnahme an Workshops oder Sportabzeichen – müssen nicht in der Steuererklärung angegeben werden. Diese Zahlungen gelten nicht als Beitragsrasterungen und müssen darum auch nicht versteuert werden, so der Bund der Steuerzahler. tmn

Den Wert steigern

Diese Maßnahmen tun einer Immobilie gut

Ist eine Immobilie technisch und energetisch in die Jahre gekommen, kann sich eine Aufrüstung unter Umständen lohnen. Immerhin verspricht so manche Maßnahme eine Wertsteigerung. Einem geplanten Verkauf oder einer Beleihung kann das zugutekommen. Dabei sollten Kosten, Aufwand und Rentabilität aber abgewogen werden.

Bevor Sie sich an große Investitionen wie Fenstertausch, Wärmedämmung oder die Installation einer Wärmepumpe machen, sollten Sie das Potenzial bergen, das in den kleinen Dingen steckt: Misten Sie aus und arrangieren Sie Mobiliar und Deko ansprechend. Ein gepflegter Garten gehört ebenfalls zu den Maßnahmen, die Hausbesitzer selbst kostengünstig umsetzen können. Das alles sorgt für einen guten ersten Eindruck.

„Der kann beim Verkauf ein Wert an sich sein, weil Interessenten das Gefühl haben, die Immobilie ist gepflegt“, sagt Immobilienberaterin Ina Viebrok-Hörmann aus Bremerhaven. Sie leitet den Fachbereich Immobilienbewertung beim Bundesverband öffentlich bestellter und vereidigter sowie qualifizierter Sachverständiger (BVS).

Darf es dann aufwendiger werden, ist zu überlegen, welche Maßnahme tatsächlich lohnt. Das hängt zum einen von der Region ab. Auf einem Nachfragemarkt sei das Herausputzen vielleicht nicht so wichtig, so Viebrok-Hörmann. Wo es mehr Angebote als Nachfrage gibt, kann das aber schon anders aussehen.

Zum anderen spielt der Zustand des Hauses eine Rolle. Es hat wenig Zweck, die Fassade zu dämmen, ohne die luftigen Fenster auszuwechseln oder umgekehrt. Auch eine Photovoltaikanlage aufs Dach zu setzen, ist nicht unbedingt sinnvoll, wenn das vorher saniert werden muss und dafür mindestens Ausgaben im mittleren fünfstelligen Bereich anfallen.



Ein Glasfaseranschluss wird in Zukunft immer wichtiger. Wer sich diesen in sein Wohnhaus einbauen lässt, hat bei einem möglichen Verkauf bessere Argumente.

FOTO: UWE ANSPACH/DPA/DPA-TMN

gen Bereich anfallen.

Auch Solarthermie oder Photovoltaik retten eine ohnehin schlechte Energiebilanz der Immobilie nicht. Da muss schon deutlich mehr gemacht werden. „Solche hohen Investitionen bekommt man aber eventuell nicht mehr zurück“, sagt Andrea Blömer vom Verband Privater Bauherren (VPB) aus Iserlohn.

Deshalb rät die Architektin auch bei Heizungen zur Zurückhaltung, obwohl das Thema gerade weit oben auf der Agenda steht. Immerhin genossen alte Anlagen Bestandsschutz, solange sie funktionierten. Zudem sollten die Vorgaben aus den kommunalen Wärmenetzplanungen abgewartet werden, bevor Eigentümerinnen und Eigentümer viel Geld in einen Austausch stecken, der sich wertmäßig womöglich nicht auszahlt, argumentiert Blömer.

Das soll aber nicht generell von einer Auffrischkur abhalten – zumal davon auch Selbstnutzerinnen und Selbstnutzer profitieren. Vorrang räumen die Expertinnen Maßnahmen jenseits von kostenintensivem Heizungsaustausch oder Gebäudedämmung ein. Ein paar Beispiele:

Glasfaser: Der Anschluss ist nach Einschätzung von Ina Viebrok-Hörmann eindeutig ein Pluspunkt, weil viele Berufstätige nicht mehr ins Bü-

ro fahren, sondern im Homeoffice arbeiten. Eine schnelle Internetverbindung ist da ein Muss. Die Kosten für die Glasfaser-Anbindung schwanken je nach Anbieter zwischen einigen Hundert und mehreren Tausend Euro. Der Aufwand für Eigentümer hält sich in Grenzen. Üblicherweise lässt der Anbieter die Arbeiten ausführen.

Stromleitungen, Steckdosen: Ordentliche Elektroinstallationen beeinflussen den Wert von Bestandsgebäuden ebenfalls. Schlechte Kabel, heraushängende oder fehlende Steckdosen drücken ihn; intakte Leitungen mindern ihn zumindest nicht. Wer der Elektrik ein Update verpassen will, hat im Grunde zwei Optionen: entweder veraltete Schalter, Dosen und Sicherungskästen austauschen oder die komplette Haustechnik sanieren.

Letzteres verursacht nicht nur eine Menge Aufwand, sondern erfordert auch ein üppiges Budget. Beträge um die 100 Euro pro Quadratmeter sollten einkalkuliert werden. Der Einbau smarter Haustechnik kann noch teurer werden. Ist die schon vorhanden, sind Wartungsnachweise von Vorteil.

Bad: Das Bad ist ein Wohlfühlort – und sollte ein Blickfang sein. Die Altersgrenze für Bäder setzt Viebrok-Hörmann bei 10 bis 15 Jahren an. Spätestens dann würde sie ei-

ne wertsteigernde Modernisierung einplanen. Denn neue Fliesen, Armaturen und Co. stehen bei Bewertern wie Interessenten hoch im Kurs.

Bei der Neugestaltung sollten Eigentümer am besten auf einen allgemein akzeptierten Stil achten, der für viele passt, sagt Viebrok-Hörmann. Ungewöhnliche Ideen führen eher zu Abschlagen. Erfahrungsgemäß sind Interessenten selten bereit, Ausgefallenes preislich zu honorieren. Das wäre schade, denn ein aufgefrischtes Badezimmer schlägt schnell mit 15 000 Euro zu Buche.

Fenster und Türen: Sie müssen dicht schließen. Das können Eigentümer entweder selbst oder mithilfe von Handwerkern sicherstellen. Ein Austausch wird selten notwendig sein.

Wallbox: Ladestationen sind ein Kann, kein Muss. Die Montage hängt von der Elektroinstallation ab. Wird diese auf Vordermann gebracht, lohnt es, die Wallbox gleich mit zu planen. Vorhandene Elektrik sollte vor dem Einbau überprüft werden. Der Arbeitsaufwand hält sich in Grenzen. Die Preisspanne für die Umsetzung ist groß und stark von Details abhängig.

Die Fachfrauen raten Eigentümerinnen und Eigentümern, sich Berater an die Seite zu holen, bevor sie teures Geld in ihre Immobilie stecken, nur um deren Wert zu erhöhen. Manchmal besteht das Risiko, dass der erhoffte Ertrag ausbleibt. Ausschlaggebend dafür sind neben Marktgegebenheiten die potenziellen Käufer. Viele wollen die Immobilie nach eigenen Ideen gestalten. Sie sind nicht bereit, Geld für etwas zu zahlen, das sie später herausreißen.

Vor dem Hintergrund kann es rentierlicher sein, das Haus im Ist-Zustand zu verkaufen. Andererseits dient eine Verjüngungskur dem Werterhalt und bringt mehr Komfort. Darin liegt für Selbstnutzer auch schon ein Gewinn. tmn

Familienanzeigen

zum günstigen Preis!

Bereiten Sie Ihren Lieben zu Geburtstagen und Jubiläen eine Freude mit einer Glückwunsch-Anzeige in den Heimatnachrichten.



Jetzt buchen unter:

hna-familienanzeigen.de

0800 203-4567 (gebührenfrei)

Oder geben Sie Ihre Familienanzeige in der HNA-Geschäftsstelle Hofgeismar (Bahnhofstr. 6) auf.

Mit einer **Grußanzeige** in den **Heimatnachrichten Hofgeismar-Wolfhagen** erreichen Sie über **40.000 Haushalte**.

Muster FR 5-32



nur **60 €**

60 Jahre
Hofgeismar & Gerold
Muster
Zu eurem
60. Hochzeitstag
gratulieren wir von Herzen und wünschen euch weiterhin viele schöne Jahre bei bester Gesundheit.

Jörg und Claudia
Musterort, den 4. Juni 20...

Größe: 1 Spalte/
100 mm hoch



Größe: 2 Spalten/
60 mm hoch

Liebe Katrin, Muster FR 5-12

genieß den Tag, denn die beste Zeit ist jetzt und heute. Nimm dir Zeit für die Dinge, die dich wirklich glücklich machen!

Alles Liebe zum Geburtstag
Schön, dass es dich gibt!
Dein Steffen

Musterhausen, den 12. September 20...

nur **72 €**

Verschenken Sie Lesefreude zur Weihnachtszeit!



**3 Monate HNA
zum Preis von
2 Monaten lesen +
ein Jahreslos
der Aktion Mensch!**

HNA

hna.de/geschenkabo ☎ **0800 203-4567** (gebührenfrei)



Bestellen Sie jetzt!

Coupon bitte per Post senden an: HNA Hessische/Niedersächsische Allgemeine · Kundenservice · Frankfurter Straße 168 · 34121 Kassel

Ja, ich möchte 3 Monate Lesefreude zum Preis von 2 Monaten und ein Jahreslos der Aktion Mensch verschenken.

Zum Sonderpreis: Gedruckt für nur 89,80 Euro (Z.Zt. 44,90 €/mtl. inkl. ePaper und Zustellung. Bei Postzustellung 47,10 €/mtl. inkl. gesetzl. USt.) Digital für nur 54,00 Euro (Z.Zt. 27,00 €/mtl.)

Unsere Garantie: Das Abonnement endet automatisch.

Ich verschenke das Weihnachts-Abo:
(Adresse des Schenkenden)

Name, Vorname
Straße/Nr.
PLZ Ort
Telefon Geburtstag
E-Mail

Empfänger des Weihnachts-Abos:
(Adresse des zu Beschenkenden)

Name, Vorname
Straße/Nr.
PLZ Ort
Telefon Geburtstag
E-Mail (für kostenlose ePaper-Nutzung)

6K23WEIG

HNA Geschenk-Karte

Bitte liefern Sie die HNA ab Dienstag, dem 2. Januar 2024 oder ab

**Einsende-
schluss:
15.12.2023**

Ich bezahle das Weihnachts-Abo
(bitte ankreuzen)

- per Rechnung
 Ich erteile der Verlag Dierichs GmbH & Co. KG ein SEPA-Lastschriftmandat.

IBAN _____

Datum/Unterschrift

Ein vergünstigtes Angebot der HNA kann nur alle 6 Monate in Anspruch genommen werden und wird an Haushalte innerhalb unseres Verbreitungsgebietes zugestellt, in denen es noch kein Abonnement gibt. Mein Geschenk erhalte ich nach der ersten Zahlung der Bezugsgebühren. Meine Mandatsreferenz erhalte ich mit dem Begrüßungsschreiben/SEPA-Mandat. Amtsgericht Kassel: HRA 6739

Ich bin damit einverstanden, dass mir die Verlag Dierichs GmbH & Co. KG per Telefon per elektronischer Post (E-Mail, SMS) weitere interessante Medienangebote unterbreitet.

Hinweise zum Umgang mit personenbezogenen Daten finden Sie unter www.hna.de/ueber-uns/datenschutz

Unsere geltenden allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie unter [hna.de/agb](https://www.hna.de/agb)

Katergefühl nach dem Flug

INTERVIEW: Was hilft gegen Jetlag?

Auf diesen Reisebegleiter würde man gern verzichten. Immerhin: Mit etwas Vorbereitung fällt der Jetlag nicht ganz so heftig aus.

Beim Reisen über mehrere Zeitzonen hinweg ist er eine unangenehme Begleiterscheinung: der Jetlag. Seine Erkennungsmerkmale: Man ist müde, platt, unkonzentriert. Mitunter fühlt es sich fast so an, als wäre man etwas verkatert.

„Von Jetlag spricht man dann, wenn der Körper nach einer Zeitverschiebung keinen natürlichen Schlaf-wach-Rhythmus findet“, erklärt die Schlafmedizinerin Prof. Kneginja Richter. Das zeigt sich an solchen Symptomen wie dem Hangover-Effekt. Was hilft? Die Expertin hat im Interview ein paar Ratschläge.

Frau Richter, was ist schlimmer mit Blick auf den möglichen Jetlag: Wenn man weit Richtung Osten fliegt, etwa nach Thailand oder Australien, wo es viel später ist als hier, oder wenn man weit in den Westen fliegt, etwa in die USA, wo es viel früher ist?

KNEGINJA RICHTER: Das hängt wesentlich vom Chronotypen des Menschen ab. Für Spätaufsteher, die nachts aktiv sind - die sogenannten Eulen - ist der Flug nach Westen ein bisschen leichter zu verkraften als der Flug nach Osten. Für morgens aktive Frühaufsteher - die Lerchen - ist der Flug nach Osten wieder



Müde, platt - fast schon verkatert: So macht sich ein Jetlag bemerkbar.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

um ein bisschen leichter zu verkraften als der Flug nach Westen.

Weil Eulen von Natur aus einen verschobenen Schlaf-wach-Rhythmus haben, kommt es bei ihnen zu einem Re-Setting, wenn sie in Richtung Westen fliegen. Umgekehrt ertragen es die Lerchen leichter, in die Zukunft durch die Zeit zu fliegen, also gen Osten.

Ein Tipp, der gegen Jetlag helfen soll: Das Schlafmuster einige Tage vor dem Flug schon langsam an die Zeitzone im Reiseland anpassen, sodass der Körper sich sanft daran gewöhnt. Klappt das?

RICHTER: Das kann hilfreich sein. Wenn ich weiß, dass ich bald in die USA oder nach Japan fliege, fange ich idealerweise eine Woche vorher an, den Rhythmus leicht anzu-

passen.

Fliegt man etwa nach Japan, geht man etwas früher ins Bett und steht etwas früher auf, fliegt man in die USA, geht man etwas später ins Bett und steht etwas später auf.

Es geht dabei um Regelmäßigkeit, nicht um die Steigerung - denn allzu außergewöhnliche Bettgehzeiten sind für den Körper Stress.

Man sollte den Körper bei dieser Vorbereitung auf die Reise also nicht zu sehr aus dem Rhythmus bringen.

Einige Tage lang vor der Reise eine halbe oder eine Stunde eher oder später schlafen zu gehen und früh dann entsprechend eher oder später aufzustehen, kann aber Sinn machen, um sich schon etwas an die Zeit im Reiseland anzupassen. Um

dabei besser in den Schlaf zu finden, kann die Einnahme von Melatonin helfen.

Wenn mich dann dennoch zum Beispiel in den USA schon am frühen Nachmittag wegen des Jetlags die Müdigkeit packt: Kann ich dann schon 15.00 Uhr schlafen gehen oder sollte ich bis zum Abend durchziehen, um meinem Körper den geänderten Tag-Nacht-Rhythmus aufzuzwingen?

RICHTER: Man sollte lieber sofort an die neue Zeitzone adaptieren und über den Tag die Müdigkeit aushalten. Ausnahme: Man kann sich 20 bis maximal 30 Minuten einen Nap erlauben - mit Wecker! Denn wenn man keinen Wecker stellt und aus dem Nap wird ein Zwei- bis Drei-Stunden-Schlaf, ist das ein No-Go.

Mein Rat: Am Zielort tagsüber so viel wie möglich Licht bekommen und abends, wenn es Schlafenszeit ist, das Zimmer absolut abdunkeln. Am besten fragt man im Hotel nach einem möglichst ruhig gelegenen Zimmer. Und: unbedingt eine Schlafmaske einpacken.

ZUR PERSON: Prof. Kneginja Richter ist Chefarztin der CuraMed-Tagesklinik in Nürnberg und lehrt an der Technischen Hochschule Nürnberg. Sie ist Sprecherin des Wissenschaftlichen Komitees und der Arbeitsgemeinschaft Chronobiologie der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM). tmn

Jetzt um die Vorsorge kümmern!

Anzeige

Auf Unfall, Krankheit oder Tod vorbereitet - mit dem praktischen Ordner Ihrer Heimatzeitung.

Es kann schnell gehen: Ein unachtsamer Moment und das Leben ist nicht mehr, wie es war. Ein Unfall, eine schwere Krankheit, ja selbst das fortschreitende Alter verändert alles. Ob Krankenhausaufenthalt, Pflegefall oder Tod - Angehörige müssen nicht nur mit der Situation und ihren Gefühlen klarkommen. Sie stehen auch vor einer Vielzahl an Fragen: Welche Bankkonten und Versicherungen gibt es? Wurde eine Vorsorgevollmacht erteilt? Existieren Patientenverfügung oder Testament?

Wer sich frühzeitig Gedanken über seine Wünsche macht und die wichtigsten Informationen entsprechend vorbereitet, erspart sich und seinen Liebsten im Fall der Fälle eine Menge Zeit, Stress und Nerven. Doch wo anfangen? Und was gilt es zu beachten? Hier hilft der praktische Vorsorgeordner unserer Zeitung weiter. Übersichtlich zusammengefasst und verständlich erklärt finden Sie darin die wichtigsten Kategorien.

In jedem Kapitel können wichtige Fakten notiert und Dokumente aufbewahrt werden. Vordrucke, Erläuterungen und Tipps helfen bei Unklarheiten oder Unsicherheit weiter. So ist am Ende alles Notwendige strukturiert auf A4-Blättern zusammengefasst und kann gesammelt im Ringordner aufbe-



Sie möchten vorsorgen?

Dann bekommen Sie hier Ihr persönliches Exemplar:

Vor Ort: in allen HNA-Geschäftsstellen
Per Telefon: 0561 203 2030
Online: shop.hna.de
Der Preis: 19,99 Euro für HNA-Abonnenten (Normalpreis: 24,99 €)

wahrt werden. Zudem bietet der Ratgeber Ihnen Entscheidungshilfen, rechtliche Informationen und Unterstützung sowie Adressen, bei denen Sie - oder Ihre Angehörigen - Hilfe finden.

Ein kleiner Einblick in die Kapitel des Vorsorgeordners:

1. Persönliches

Hier tragen Sie persönliche Daten zu Ihrer Person ein. Wie sieht Ihre Wohnsituation aus? Welche Verträge, Mitgliedschaften und Abonnements sind aktuell? Welche Onlineac-

counts nutzen Sie? Auch Versicherungen und Wissenswertes zur Rente finden Sie hier.

2. Finanzen

Welche Konten haben Sie bei welcher Bank? Welche Zu- und Abgänge werden verbucht? Bestehen weitere Anlagen wie Immobilien, Bausparverträge oder Fonds? Hinterlegen Sie auf den Seiten auch Angaben zur Kontovollmacht für andere Personen.

3. Vollmachten

Dieser Punkt bezieht sich auf die Vorsorgevollmacht und die Betreuungsverfügung. Sie fin-

den ausführliche Erklärungen, die Sie beim Ausfüllen der Seiten unterstützen.

4. Krankenhauseinweisung

In diesem Kapitel können Sie eine persönliche Checkliste hinterlassen, an der sich Ihre Angehörigen orientieren können, falls Sie in ein Krankenhaus eingeliefert werden müssen. Außerdem finden Sie hier Informationen und Vordrucke zur Patientenverfügung sowie einen Organspendeausweis.

5. Testament

Die nächste Kategorie dient der Zusammenstellung sämtlicher Informationen zur Erbfolge. Außerdem finden Sie und Ihre Nachkommen Wissenswerte und wichtige Hinweise zur Erbschaftssteuer.

6. Todesfall

Nutzen Sie diesen Raum für persönliche Notizen, Adressen und nützliche Hinweise.

Der Vorsorge-Ordner ist erhältlich in allen HNA-Geschäftsstellen sowie unter shop.hna.de für 19,99 € bzw. 24,99 € ohne Abonnement (weitere Informationen entnehmen Sie der Infobox unten). Doch der Wert für Ihre Liebsten ist im Ernstfall unbezahlbar. Mit dem praktischen Inhaltsverzeichnis bewahrt man Ordnung und hat alle essenziellen Unterlagen auf einen Blick griffbereit.

Auch ist Platz für persönliche Notizen und Hinweise. Schließlich ist es wichtig, dass der persönliche Wille auch in schwierigen Zeiten gewahrt wird - und das erfordert vor allem eines: Wissen.

Viele Menschen haben Angst, später mal ein Pflegefall zu werden - durch einen Unfall, eine schwere Krankheit oder einfach durch das fortschreitende Alter. Mit dem praktischen Vorsorgeordner kann

man gelassener in die Zukunft blicken, schwierige Themen einfach vermitteln und sich für einen Ernstfall wappnen. Weil sich mit der Zeit auch Lebensumstände und Bedürfnisse ändern, erlaubt es der Ringordner jederzeit, die Sammlung zu erweitern oder einzelne Dokumente wieder zu entfernen. So bleibt er stets aktuell.

Sich mit Themen wie dem Ernstfall auseinandersetzen, ist natürlich nicht immer leicht. Allerdings betrifft Vorsorge jedes Alter. Es hilft, sich frühzeitig damit auseinanderzusetzen - und so die Liebsten in schwierigen Zeiten zu entlasten. Warten Sie damit nicht, bis es zu spät ist!



Dank des Inhaltsverzeichnisses behält man den Überblick, welche Dokumente wo zu finden sind.



Neben zahlreichen Erklärungen sind auch Dokumente wie ein Organspendeausweis im Vorsorgeordner enthalten.



Um den eigenen Willen festzuhalten, gibt es Checklisten - zum Beispiel für den Todesfall.



ANKAUF-AKTION BARES FÜR ALTES



Bernstein aller Art



Antik & Kunsthandel Gimte

Die Experten sind für Sie da
6 Tage Aktion



Wir kaufen auch hochwertige Markentaschen an



Silberbesteck



Porzellan

Montag 27 November 2023	Dienstag 28 November 2023	Mittwoch 29 November 2023	Donnerstag 30 November 2023	Freitag 1 Dezember 2023	Samstag 2 Dezember 2023
---	---	---	---	---	---

Geschäftszeiten:
Mo. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr & Sa. 10.00 - 17.00 Uhr
Gold ist aktuell hoch im Kurs!
Profitieren Sie von unserer Expertise!
Wir begutachten Ihre alte Schmuckstücke unverbindlich und kostenlos!



Goldschmuck



*in Verbindung mit Gold
Wir zahlen bis zu 8.500 € für Ihren Pelz*



Zinn aller Art

Machen Sie Ihren Pelz zu Bargeld!
Letzte Chance zum Saisonschluss!
Ankauf von Pelzen aller Art!
Wir zahlen bis zu 8.500,- für Ihren Pelz!*

Ankauf von:

- Goldschmuck
 - Altgold
 - Zahngold
 - Silber
 - Silberbesteck
 - Münzen
 - Platin
 - Bernstein
 - Zinn
 - Uhren
 - Diamanten
 - Modeschmuck
- Antiquitäten:**
 - Möbel
 - Alte Gemälde
 - Porzellan
 - Nähmaschine
 - Teppiche
 - Tierpräparate
 - Geweihe
 - Lederjacken
 - Handtaschen
 - Pelze aller art
 - und vieles mehr



Goldmünzen

Ihre Vorteile:
✓ kostenlose Beratung
✓ kostenlose Wertschätzung
✓ transparente Abwicklung
✓ Bargeld sofort



Edeluhren aller Art



Zahngold

Wir zahlen zur Zeit bis zu **64,50** Euro pro Gramm
SOFORT BAR-GELD



Antikes aller Art



Goldbarren



Edelsteine



Tafelsilber aller Art

Kostenlose Begutachtung und Bewertung Ihres Schmuckstücks (auch bei Ihnen zu Hause)

Wir sind auch mobil erreichbar:
Mobil: 0152 - 16892223



Machen Sie Ihren Pelz zu Bargeld!
Letzte Chance zum Saisonschluss!
Ankauf von Pelzen aller Art!
Wir zahlen bis zu 8.500,- für Ihren Pelz!*



HÖCHSTPREISAKTION
Die Nachfrage in OST-Europa ist derzeit sehr hoch.

Ozelot • Bisam • Persianer • Fuchspelze aller Art • Zobel • Nerze • Nutria • Trachten aller Art



ACHTUNG + ACHTUNG
Ankauf von Lederjacken und Ledermäntel aus Glatt- oder Wildleder, auch Lammfellmantel, zum Höchstpreis von bis zu 4.500,- €
*in Verbindung mit Gold

Ankauf von Lederjacken & Ledermäntel aller Art
*in Verbindung mit Gold



Petersweg 1 - 34346 Hann.Münden - Tel.: 0551 - 250 200 90
E-mail: Antik-kunsthandel-Gimte@web.de

Gerne übernehmen wir Ihre Spritkosten bis zu 30,- €
*bei Verkauf