



Die **Kreisstadt Eschwege** sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt für den Fachbereich Immobilienwirtschaft eine*n

Hochbauingenieur*in (m/w/d)

Das vollständige Stellenangebot finden Sie auf unserer Internetseite <https://kreisstadt-eschwege.stellen.center>

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bis zum **05.01.2024** über unser Online-Portal

MARKT SPIEGEL

REGION ESCHWEGE

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

Eschwege/Wanfried
Anne-Frank-Schule kürt beste Vorleserinnen.



SONTRAE
STADTKURIER

Bad Sooden-Allendorf
Grenzgeschichte digital erleben.



„Ich musste mitmischen“

Margot Furchert aus Eschwege erhält Bundesverdienstkreuz für jahrzientlanges Engagement

Eschwege – Vielfach engagiert ist Margot Furchert aus Eschwege. Ob im Sport, beim Weißen Ring oder bei der Eschweger Tafel: Die 77-Jährige setzt sich ein und hilft, wo sie merkt, dass sie etwas bewirken kann. Gewürdigt wurde ihr herausragendes Engagement gestern mit dem Verdienstkreuz am Bande.

„Sie wollten tatsächlich helfen, wo es geht“, fasste Landrätin Nicole Rathgeber zusammen. Dass sie bei ihrem ersten Ehrenamt als junge Frau allein in einem von Männern dominierten Feld tätig wurde, das war für die gebürtige Eschwegerin nie eine Hürde.

„Ich sah keinen Grund, warum eine Frau nicht Kreiswartin werden sollte“, sagte die Geehrte einst über ihre Wahl zur Kreisfachwartin im Tischtennis-Kreis Eschwege. 1974 war sie hessenweit die erste Frau in diesem Amt. Ein Jahr zuvor hatte ihr Engagement als Damenwartin des TTC Albugen begonnen.

Nicole Rathgeber dankte Margot Furchert dafür, dass sie im sportlichen Bereich vieles organisierte, um den Kreis voranzubringen. Viele der Strukturen, die die 77-jährige in ihrer aktiven Zeit schuf, sind bis heute wichtig für den Sport in der Region. Denn nach ihrem Einsatz als Kreisfachwartin im Tischtennis bis 1981 engagierte sie sich von 1992 bis 2010 im Vorstand des Sportkreises Eschwege, übernahm dort mehrere Aufgaben.

Doch Margot Furchert bleibt stets bescheiden, wenn es um ihr Engagement geht. „Ich musste mitmachen“, sagt sie darüber, dass sie einfach Ein-



Ausgezeichnet: Landrätin Nicole Rathgeber (li.) überreicht Margot Furchert das Bundesverdienstkreuz. Damit wurde das herausragende Engagement der 77-Jährigen gewürdigt.

FOTO: EDEN SOPHIE RIMBACH

satz zeigte, wenn sie das Gefühl hatte, etwas bewegen zu können. So stand für die damalige Justizangestellte im Amtsgericht Eschwege durch ihren Kontakt zum Weißen Ring fest, dass sie dort mit dem Ende ihrer Zeit im Job helfen wollte. Auch in ihrem Berufsleben spielte Engagement eine Rolle: Die Eschwegerin war im Personalrat und als dessen Vorsitzende tätig.

Von 2007 bis 2017 betreute und beriet Margot Furchert viele Frauen und Familien, die Hilfe beim Weißen Ring

suchten. Ihr Einsatz bei der Organisation endete, weil das Engagement für die Eschweger Tafel besonders viel Aufmerksamkeit erforderte.

Besonders prägend für die damalige Vorsitzende war die Ankunft Geflüchteter im Kreis. „2015 war eine aufregende Zeit, vor allem für die Tafel“, erinnert sie sich mit ruhiger Stimme. Da der Tafel durch die zu dieser Zeit kleineren Räume die Kapazitäten vor Ort fehlten, beluden Margot Furchert und ihre Mitstreiter freitags das Auto mit

Lebensmitteln, um die Unterkünfte des Kreises anzufahren. „Wir mussten einfach andere Wege gehen“, so Ehemann Siegfried, der sie immer unterstützt.

Gemeinsam mit den damaligen Helferinnen aus der Mittwochsguppe erinnert sich Margot Furchert an Einladungen zum Tee in den Unterkünften. Dabei hörten die Ehrenamtlichen die Geschichten der Menschen. Zwischen Situationen, die sie betroffen machten, erlebten sie viel Dankbarkeit. Bei der Ver-

leihung des Bundesverdienstkreuzes stand für die 77-Jährige fest: „Es ist in meinen Augen aber auch eine Anerkennung aller Ehrenamtlichen.“ Besonders gelte das für die der Tafel, die in besonderen Zeiten Besonderes geleistet haben. Während Margot Furcherts Zeit als Vorsitzende von 2010 bis 2017 stieg die Zahl der bedürftigen Menschen von 250 auf über 400.

Ihren ehrenamtlichen Einsatz hat Margot Furchert mit großem Organisationstalent bewerkstelligt. Seit 50 Jahren

prägt sie die Motivation, etwas bewegen zu wollen. esr

MIETWAGEN WITZEL

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

SONTRA
05653 1640

Zulassung zu allen Krankenkassen

STADTHALLE
ESCHWEGE

Wir wünschen allen Gästen einen guten Rutsch ins neue Jahr und sind auch im Jahr 2024 weiterhin für Sie da.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und eine Tischreservierung.

Neue Öffnungszeiten ab Oktober:
Montag und Dienstag Ruhetag
Mittwoch bis Samstag
17.30 Uhr bis 22.00 Uhr und Sonntag von 12.00 Uhr bis 14.30 Uhr und von 17.30 Uhr bis 21.00 Uhr.

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

INVENTUR-VERKAUF

WAS SIE KAUFEN, MÜSSEN WIR NICHT MEHR ZÄHLEN!

NEUERÖFFNUNG
UNSERES LAMPEN STUDIOS

MIT VIELEN ERÖFFNUNGS-ANGEBOTEN

HARTMANN
WOHNIDEEN

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

Eschweger

JACOBINUS

Prosit Neujahr und alles Gute für 2024

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1

SONNTAG – SAMSTAG
31.12.2023 – 06.01.2024

Angebot gilt nach Gutscheinverfügung vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigere gleichwertige Geschenk! Zu jedem Gericht muss mindestens ein Getränk bestellt werden. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Gutschein gilt für Gerichte bis 20 € und nicht außer Haus.

GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN |
OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL

AWO Essen auf Rädern

Täglich heiß geliefert!*

*im Liefergebiet

Jetzt bestellen!

☎ 0800 3403440



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



Waldkappel 2030: Für seine Masterarbeit sucht Fabian Gsell Bürgerinnen und Bürger, die an seiner Umfrage teilnehmen. FOTO: STEFANIE SALZMANN

Göttlicher Entertainment GmbH präsentiert: **LADY ROSE WATSON'S**

BLACK GOSPEL Angels

LIVE in Concert: die Gospel-Ikone **LADY ROSE WATSON**
All the way from America! "Like church in the USA"

17. Jan. 2024 20.00 Uhr - Ticket 41,50 €
Ev. Kreuzkirche Eschwege

reservix TICKETS UNTER
www.zicket.de, telefonisch unter
0180/6050400

TICKETS: 0 18 06 - 57 00 00
www.eventim.de eventim

Waldkappel 2030

Student legt Fokus seiner Masterarbeit auf prototypische Kleinstadt

Waldkappel – Die Stadt Waldkappel wird zum Forschungsobjekt. Der 28-jährige Student Fabian Gsell, der an der Uni Kassel Städtebau und Regionalplanung studiert, will seine Masterarbeit über die Stadt am Walde schreiben.

Untersuchen will er unter dem Kurztitel „Waldkappel 2030“, wohin sich eine typische Kleinstadt im ländlichen Raum bis dahin entwickeln wird oder kann.

Für den Studenten ist die Wahl auf Waldkappel gefallen, „weil sie ein Prototyp ist“, sagt er. Viel Leerstand in der Kernstadt und eine im Wesentlichen überalterte Bevölkerung. Weil Gsell aber weiß, dass inzwischen die Menschen wieder aufs Land ziehen, will er rausfinden, ob so ein Aufschwung möglich ist und wie eine Stadt wie Waldkappel sich dem öffnen kann. „Das ist eine große Chance“, sagt er.

Aber zunächst mal heißt es Fragen stellen, und zwar an die Menschen, die in Waldkappel leben. Und die sind dazu aufgerufen, sich rege zu beteiligen. Gsell hat dafür einen Fragenkatalog entwickelt, der vom Lieblingsplatz

bis zur Berufstätigkeit, dem Wunsch nach Kultur, dem öffentlichen Nahverkehr reicht, aber auch Raum für Vorschläge und Ideen lässt. Diese Daten will er analysieren und, wenn möglich, im Sinne der Stadt die richtigen Schlüsse daraus ziehen.

Derzeit radelt Gsell allein oder mit Freunden die Ortsteile ab und plakatiert sein Vorhaben, verteilt Flyer und auch auf der Homepage der Stadt wird über die Masterarbeit informiert.

Im Vorfeld hat Gsell einige Hypothesen aufgestellt. Dazu gehört zum Beispiel die Frage, ob Menschen, die nach Waldkappel gezogen sind, tatsächlich im Homeoffice arbeiten. Oder wie Dorfgemeinschaften organisiert sind, ob es ein Nebeneinander oder ein Miteinander ist und ob sich Gruppen überschneiden. Oder wie Menschen mit unterschiedlichen Lebensent-

würfen sich in die Gemeinschaft einbringen.

„Das ist spannend und die Soziologie kommt in der Stadtplanung häufig zu kurz“, sagt er. Oft werde nur der Raum und nicht die Verbindungen der Einwohner angeschaut.

Im Frühjahr soll die Masterarbeit fertig sein, dann will Gsell sie auch der Stadt zur Verfügung stellen, wo sie vielleicht hilfreich bei künftigen Schritten und Entscheidungen sein kann.

Mitmachen ist wichtig

Fabian Gsell bittet die Bürger in Waldkappel und den Ortsteilen, möglichst zahlreich an der Umfrage teilzunehmen. Das geht am einfachsten online unter: kurzlinks.de/waldkappel2030. Zu dem Link kommt man auch, wenn man den obenstehenden QR-Code scannt. Dieser befindet sich aber auch auf den Flyern und Plakaten, die der Student jetzt überall aufhängt.

Für all jene, die auf die Fragen nicht online antworten können oder wollen, bietet Fabian Gsell am Dienstag, 2. Januar, von 10 bis 17 Uhr eine Art Sprechstunde im Leerstandsloch in Waldkappel direkt neben der Bäckerei Wilhelm an. Kaffee und Kuchen gibt es auch. salz

www.rb-becker.de

ab Dienstag, den 02.01.2024

becker

Ergonomischer Bürostuhl rot/weiß oder rot/schwarz höhenverstellbar, verstellbare Kopflehne, S-förmige Lendenwirbelsäule bis 150kg **START 59,50 39,98**

Leselampe "Jella" Schwenkbar 140 cm, weiß, Metall **START 35,00 15,00**

Tischlampe Ø26 cm, H43 cm Stoff/Keramik, hellgrau & grau, 230V **START 15,00 10,00**

LED-Deckenlampe "Ceres" rund o. eckig Metallrahmen, ca. 35x35 cm Ø 35cm, 20Watt, 2000 Lumen, 3000K **LED in weiß** **START 29,50**

LED-Deckenlampe "Charla" ca. 60 x 5cm, 40Watt, 4000 Lumen, 2700K **START 29,50**

Außenlampe "Berni" Aluminium-Druckguss, H 42 cm, 230V **START 25,00**

Außenwandleuchte "Dody" Ø 7,6 cm Edelstahl/weiß, 39 cm H, 10 W **START 7,98**

LED-Glühlampe 5W=40W, 4,7W=50W, 8W=60W, wie 3er Pack **2,99 je**

850 Watt Staubsauger Zyklon Beutelloses Staubsaugen mit Hepa Filter, kraftvolles Zyklon-Vakuum-System **START 59,50 49,50**

Taschenfederkern-Matratze 90 x 200 cm, gute Durchlüftung, Bezug abnehmbar, waschbar bis 60 °C. **HAMMERPREIS 59,50**

Qualitäts-Topper 80 x 200 cm, Polyester, waschbar **START 15,00 10,00**

Seitenschläferkissen, 40x140cm Anschmiegsam, und gute Verarbeitung **START 5,99**

Dekokopf 56 x 62 cm **START 29,50**

Esstische stark reduziert z.B.: Esstisch mit Glasplatte weiß/chrom, 80 x 140 cm **Tischplatte aus gehärtetem Glas** **START 99,00 75,00**

Polsterbett aus Stoff blau, stabile Verarbeitung 140 x 200 cm (Liegfläche) **50,00**

Stilvolle Eckcouch schwarz, Lederoptik, Ottomane II. ca. 200 x 260 x 95 cm **START 1299,00 899,50**

Klappbare Kopfkissen **4,99 je**

Kommode weiß/natur, 3 Schubladen, 1 Tür ca. 108 x 85 x 42 cm **START 79,50 49,50**

Polster-Bettbank grau oder schwarz, mit großen Stauraum **ca. 120/136 x 40 cm 20,00**
ca. 97 x 40 cm 15,00

Stangen-spargel im Glas geschält 1kg=2,43 **1,29**

Storck Riesen 605g Beutel **4,99**

Milka Cookie Sensations Alpenmilch 156g **1,99**

Merci Schokolade Black & White 240g **2,99**

Griesson Fair Cookies Coconut o. Chocolate 150g **0,99 je**

Griesson soft cake Kirsche o. Erdbeere 300g **0,99 je**

Mikado Weisse o. Zartlieb Schokolade 75g **0,89 je**

WIZ/Kleinalmerode Industrieste. 1 02542 / 93 39 60

Kassel Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 531

Gudensberg Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54

RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriestr. 1 - 37217 Witzenhause/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

Frauenpower?

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

© Foto: Ray - www.fotolia.com

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

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

- **ESCHWEGE** Stadt
- **HERLESHAUSEN** Wommen
- **MEINHARD** Schwebda
- **MEIßNER** Abterode Alberode
- **SONTRA** Stadt Berneburg Blankenbach Wichmannshausen
- **WALDKAPPEL** Burghofen
- **WANFRIED**
- **WEHRETAL** Hoheneiche Oetmannshausen
- **WEIßENBORN** Gemeinde Rambach

Bewirb Dich jetzt:
☎ Tel. 0561 92094-317
🌐 www.top-direkt.de

MARKT SPIEGEL REGION ESCHWEGE
TOP DIREKT
SONTRAER STADTKURIER

MARKT SPIEGEL REGION ESCHWEGE
SONTRAER STADTKURIER

IMPRESSUM

Herausgeber:
Wochezeitungs-Verlag Eschwege GmbH
Herrengasse 1-5, 37269 Eschwege
Tel.: 0 56 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.: 0 56 51 / 33 59-22
E-Mail: wochenzeitung@werra-rundschau.de

Redaktion: Markus Pfromm (V.i.S.d.P.)

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

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Tel.: 0 69 / 85 00 84 43
E-Mail: info@top-direkt.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 2 vom 1.1.2023

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, mit Angabe Ihrer Anschrift, an info@top-direkt.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

Die besten Vorleserinnen

Anne-Frank-Schule kürt Siegerinnen an beiden Schulstandorten

Eschwege/Wanfried – Noch vor den Ferien hat die Anne-Frank-Schule an ihren beiden Standorten in Eschwege und Wanfried ihre Sieger im Vorlesewettbewerb gekürt. Alma Wäschenfelder hatte in Eschwege gewonnen, Finja Brechmacher hatte beim Wettbewerb in Wanfried gesiegt.

■ Eschwege

Alma Wäschenfelder überzeugte die Jury vor allem durch ihre gelungene Interpretation des Wahltextes aus dem Buch „Die Bucht des blauen Oktopus“. Sie las auch den Fremdtex in der zweiten Runde aus dem Klassiker „Das kleine Gespenst“ flüssig und mit sinnvoller Betonung vor und wird den Standort Eschwege nun beim

Regionalentscheid des Vorlesewettbewerbs vertreten. Auf dem zweiten Platz landete Kiara Mautes, gefolgt von Lilly Möller.

Insgesamt hatten acht Schülerinnen, die zuvor von ihren Mitschülern zu Klassensiegern gekürt worden waren, an dem von Oberstudienrätin Susanne Lessinger sorgsam vorbereiteten Vorlesewettbewerb in der stimmungsvoll dekorierten Eingangshalle teilgenommen: Auch Mia-Jolina Trinks, Nora Weber, Merle Börner, Diana Chuev und Marielle Breitbarth begeisterten mit Vorträgen aus ihren Lieblingsbüchern.

Der besondere Dank der Schule galt der Jury, die sich aus dem Buchautor und Rotary-Lesepaten Matthias Sadow-

sky, Buchhändlerin Martina Heinemann, Stadtbücherei-Chefin Judith Vopicka-Rode sowie Schulleitungsmitglied Alexander Michel und Schülervertreter Felix Krug zusammensetzte. Intensiv hatten sie nach den beiden Vorleserunden über die Vorträge der Schülerinnen diskutiert, bis schließlich die Schulsiegerinnen gefunden waren. Alle Teilnehmerinnen konnten sich als Belohnung einen Buchpreis aussuchen.

■ Wanfried

Finja Brechmacher hat in Wanfried am besten gelesen: Die Sechstklässlerin wurde zur Siegerin des großen Vorlesewettbewerbs der Anne-Frank-Schule in Wanfried gekürt, gefolgt von Charlotte Vogt und Merle Halt. Die

Schülerinnen überzeugten die Jury vor allem durch ihre tolle Lesetechnik. Aber auch die anderen Teilnehmer, die zuvor im Deutschunterricht von ihren Mitschülerinnen und Mitschülern zu Klassensiegern gewählt worden waren, bekamen für ihre Vorträge viel Applaus vom Jahrgang, nämlich Daria Kaucher, Anton Brechmacher und Kira Gutte.

Die Juroren, diesmal waren es Wanfrieds Bürgermeister Wilhelm Gebhard, Buchhändlerin Martina Heinemann, Deutschlehrerin Sarah Bachmann sowie Schülervertreterin Anny und Vorjahressiegerin Hermine bestand, hatten eine schwere Aufgabe. Dank galt auch Lehrerin Stefanie Hohmann-Pelka, die den stimmungsvollen Vor-

lesewettbewerb mit viel Liebe zum Detail vorbereitet hatte.

Finja wird die Anne-Frank-Schule Wanfried genau wie Alma Wäschenfelder nun beim Kreisentscheid vertreten.

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

Sava, 28

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

umsteigerin
„...abgefahrterer Job und ein bahnbrechendes Team!“

* bewirb dich auch!

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

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



Siegerin in Eschwege: Alma Wäschenfelder hat aus dem Buch „Die Bucht des blauen Oktopus“ gelesen. FOTO: SALEWSKI



Siegerin in Wanfried: Finja Brechmacher hat aus dem Buch Ruby Fairygale gelesen. FOTO: JANINA ZUBER

creativoptik
Inh. Cornelia Kolb e.K.

In Bebras Mitte **Nürnberger Straße 38**
kurze Wege und kostenloses Parken Von preisorientiert bis Highend Premium

10% 25%

Angebote bis 28.02. **bis zu 50%** auf alle vorrätigen **Brillenfassungen**
Und 10 Prozent Rabatt auf alle Einstärkengläser aus unserem Sortiment www.creativ-optik-bebra.net

Vero Orbito VG1 Gleitsichtgläser **148** statt 168 Euro
Made in Germany, www.galaxa.de, Kunststoffgläser, mit Entspiegelung und Hartschicht

50% bei uns immer beim Kauf eines zweiten Glaspaares **Rabatt auf das günstigere Glaspaar innerhalb drei Monaten**

Monatsraten möglich ohne Zusatzkosten

Leni, Theo und Paul im Trend

Geburtenzahl im Kreis gesunken – Kurze Namen weiter beliebt

Werra-Meißner – Weniger Geburten im Vergleich zu 2022 verzeichnet das Klinikum Werra-Meißner für dieses Jahr. Bis zum Mittwoch, 20. Dezember, hatte es 337 Geburten im Eschweiger Krankenhaus gegeben. Das teilt Florian Kühnemund, Leiter Unternehmenskommunikation, mit.

Drei Jahre in Folge hatte diese Zahl nun über 400 gelegen. Zum Vergleich: 2022 gab es bis zum 20. Dezember 410 Geburten im Klinikum. Bis zum Jahresende 2021 lag diese Zahl bei 425 und bis Ende 2020 bei 401. Damit zeigt sich im Werra-Meißner-Kreis eine deutschlandweite Entwicklung. Laut dem Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung ist die Zahl der Lebendgeburten in Deutschland nach einem rund zehn Jahre dauernden steten Anstieg bereits 2022 wieder leicht gesunken.

Durchschnittlich lag die Geburtenzahl in den vergangenen zehn Jahren bei rund 758 000, sank 2022 auf 739 000 ab. Erklärt wird der vorherige Anstieg als Effekt aus den besonders geburtenstarken Jahrgängen der frühen 1960er-Jahre. In den vergangenen zehn Jahren zeichnete sich ab, dass die Kinder dieser Babyboomer selbst Familien gründen.

Beim Eschweiger Standes-

amt wurden bis zum Mittwoch, 13. Dezember, 325 Geburten beurkundet. Das teilt Scarlett Grebestein, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit der Kreisstadt Eschwege, mit. Bei den Namen ist weiterhin ein Trend in Richtung kurzer Vornamen erkennbar.

Besonders beliebt im Jahr 2023 waren Leni, Paul und Theo. Alle drei Namen wurden jeweils sechsmal vergeben. Es folgen Emilia, Nora

und Noah. Diese Namen tragen jeweils vier 2023 geborene Babys aus dem Werra-Meißner-Kreis. Jeweils dreimal vergeben wurden die Namen Emma, Paula, Leo, Lio, Louis Anton und Jonathan.

Damit sind Paul und Emilia als Spitzenreiter für 2022 weiterhin sehr beliebt. Ebenso wie im vergangenen Jahr trägt der Großteil der Neugeborenen nur einen Vornamen. Das ist bei 263 von 325 Kindern der Fall. 60 Babys haben zudem einen zweiten und zwei sogar einen dritten Vornamen erhalten.

Die Betreuung im Kreis ist laut Hebamme Elke Ebel-Fuchs gut. Für die drei in den Ruhestand eingetretenen Hebammen des Klinikums wurden Nachfolgerinnen gefunden. Alle Mütter, mit denen sie Kontakt hatten, hätten auch eine Hebamme für die Zeit nach der Geburt daheim gefunden.

So viele Babys gab es in den Kommunen

Die meisten Babys gab es 2023 in Eschwege (143, Stand: 21. Dezember). Wie die Kommunen mitteilen, folgen Hessisch Lichtenau (94), Sontra (59), Wehretal (45) und Großalmerode (42). 30 Neugeborene gab es in Meinhard. Jeweils 24 Geburten wurden in Waldkappel und Wanfried, je 19 in Meißner und Ringgau beurkundet. Den Schluss im Kreis bilden Berkatal (15), Neu-Eichenberg (10) und Weißenborn (3). Während die meisten Babys im Klinikum geboren wurden, melden Neu-Eichenberg und Waldkappel je eine Hausgeburt.

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

WR Werra-Rundschau

2 WOCHEN GRATIS!

WR ePaper **JETZT BESTELLEN** unter Telefon 05651-335955

Spende für das Tierheim

Initiatoren des Thüringer-Straßen-Festes bedenken Tiere

Eschwege – Über eine Unterstützung in Höhe von 500 Euro freut sich das Eschweger Tierheim. Erhalten hat die Einrichtung die Spende des Thüringer-Straßen-Fests gestern vormittag.

Bereits in den vergangenen Jahren haben die Unternehmen entlang der Thüringer Straße in Eschwege das Tierheim mehrfach unterstützt. Wichtig ist ihnen die Hilfe für das Tierheim an der Thüringer Straße, wie Bernd Schöffler (Möbelkreis) erklärt.

„Die Tiere können sich ja nicht zu Wort melden“, so Schöffler. Vor allem in der Vorweihnachtszeit sei es wichtig zu betonen, dass sich Menschen nicht einfach nach Lust und Laune ein Tier anschaffen, sondern überlegen sollen, ob sie dessen Bedürfnissen gerecht werden können.

Guadrin Schmidt, Vorsitzende des Tierschutzvereins Eschwege und Umgebung, dankte herzlich für die Spende. Mit Blick auf die Situation des Tierheims im Herbst und Winter sagt sie: „Die Tiere sind in der Regel krank, wenn sie hier ankommen.“ Tierärzte sind dazu verpflichtet, sich auch bei Tierheimen an die Gebührenordnung zu halten. Allerdings gebe es Stammtierärzte, die das Heim regelmäßig mit Spenden unterstützen.

Derzeit leben 65 Katzen und 24 Hunde im Eschweger Tierheim. Oft erleben die Mitarbeiter, dass ältere Menschen ihre Haustiere durch Krankheit oder den Umzug in ein Seniorenheim abgeben müssen und dadurch ältere Tiere ihr Zuhause verlieren.

Ein besonderes Projekt, in das die Spende fließen soll, gibt es nicht. Wie Guadrin Schmidt erklärt, wird das Geld eingesetzt, um die laufenden Kosten des Heims zu stemmen. Denn nach den höheren Energiekosten werden auch die Lohnkosten bald steigen. Sieben festangestellte Mitarbeiter sind im Eschweger Tierheim tätig. Vor allem die Vormittage würden sich nicht allein durch Ehrenamtliche abdecken lassen.

Anfang Juni hatte das bunte Programm der Gewerbetreibenden weit über tausend Menschen begeistert. Bei strahlendem Sonnenschein gab es für alle Altersklassen viel zu entdecken.

esr



Freuen sich über die Spendenübergabe: (von links) Bettina Neusüß (JR Möbel), Guadrin Schmidt, Jan Philippent (Leipold + Döhle), Bernd Schöffler (Möbelkreis), Elke Hupfeld (Gebr. Hupfeld), Thorsten Becker (Hammer) und (vorne) Bernd Pawlette mit Hund Aslan.

FOTO: EDEN SOPHIE RIMBACH

Flohmarkt Metro 07.01.

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



WR JETZT BESTELLEN unter Telefon 05651-33 5955



Angebote gültig vom 02.01. – 06.01.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!

Paderborner Pilsener
2 Kasten à 20 x 0,5 l, zzgl. 6,20 € Pfand, 11 = 0,60 €

Aktion!
DOPPEL-KASTEN!

-25%
11,98

Entspricht einem Kastenpreis von 5,99 €

VIEL GLÜCK im neuen Jahr

<p>Würzburger Hofbräu Pilsner Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,20 €</p> <p>11,99</p>	<p>Veldensteiner Vollbier Hell, Kräusen Helles, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,40 €</p> <p>16,99 13,99 13,49</p>	<p>Krombacher Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p>17,99 14,99</p>	<p>Erdinger Brauhaus Helles, Natur Radler, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,70 €</p> <p>19,99 16,99</p>
<p>Spaten Münchner Hell Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,70 €</p> <p>16,99 15,99</p>	<p>Corona Extra Kasten = 20 x 0,355 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 2,53 €</p> <p>22% 17,99</p>	<p>St. Bonifatius Bier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p>9,99 9,49</p>	
<p>Andechs Weissbier hell, alkoholfrei, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €</p> <p>15,99 15,49</p>	<p>Rosbacher Mineralwasser* diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,64 €</p> <p>6,79 5,79</p>	<p>Förstina Sprudel Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,50 €</p> <p>6,99 5,99</p>	<p>top frisch Lemonwater Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,48 €</p> <p>4,29</p>
<p>Erdinger Weißbier diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p>14,99</p>	<p>Förstina Limonade diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,75 €</p> <p>7,99 6,79</p>	<p>Förstina Vital 3, OK Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,94 €</p> <p>8,49 7,99</p>	
<p>Bionade diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,33 l, zzgl. 2,46 € Pfand, 11 = 2,52 €</p> <p>11,49 9,99</p>	<p>Pfanner Saft* diverse Sorten, 1 l -Tetrapak, 11 = 1,29 €</p> <p>1,29</p>	<p>Jim Beam Whiskey & Cola koffeinhaltig, 0,33 l -Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 6,03 €</p> <p>29% 1,99</p>	<p>Kessler Zink Weisswein diverse Sorten, 1 l -Flasche, zzgl. 0,05 € Pfand, 11 = 3,99 €</p> <p>3,99</p>
<p>top frisch Mineralwasser diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,7 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,42 €</p> <p>3,99 3,49</p>	<p>Three Sixty Vodka 0,7 l -Flasche, 11 = 14,27 €</p> <p>29% 9,99</p>	<p>top frisch Apfelsaft diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 11 = 1,17 €</p> <p>6,99</p>	
<p>Jameson Irish Whiskey 0,7 l -Flasche, 11 = 21,41 €</p> <p>25% 14,99</p>	<p>Die neue logo Getränke App Jetzt downloaden, sparen & gewinnen!</p> <p>Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!</p> <p>1x iPhone 15 1x Veve Clicquot SMEG Kühlschrank</p> <p>Google Play App Store www.logo-getraenke.de</p>		

*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.



Grenzgeschichte digital erlebbar: Im Beisein von Schülerinnen und Schülern der Bergschule St. Elisabeth aus Heilbad Heiligenstadt präsentierte Projektleiterin Anne Vaupel-Meier die neue Podcastserie „Grenzbegegnungen“.

FOTO: PRIVAT

Grenzgeschichte digital erleben

Neue Bildungsangebote für Jugendliche an der Gedenkstätte Schiffersgrund

Bad Sooden-Allendorf – Wie lässt sich die Geschichte von SED-Diktatur und deutscher Teilung vor allem für junge Menschen zeitgemäß vermitteln – 34 Jahre nach der Wiedervereinigung und somit mehr als eine Generation nach dem Ende? Dazu wurden vom Grenzmuseum Schiffersgrund binnen drei Jahren gleich zwei neue Bildungsangebote erarbeitet, die genau darauf abzielen: Die sogenannte Nicht-Erlebnisgeneration auf moderne Art und Weise zum historischen Lernen anzuregen.

Zum einen gibt es die virtuelle 360-Grad-Lernlandschaft „Grenzgeschichten“ vor, die ab sofort kostenlos

auf grenzmuseum.de/grenzgeschichten verfügbar ist.

Zum anderen wurde die zehnteilige Podcast-Serie „Grenzbegegnungen“ erarbeitet. Die Hörstücke sind auf den Audio-Streaming-Diensten Spotify und Apple Podcasts sowie unter grenzmuseum.de/grenzbegegnungen abrufbar.

Die von den Filmemachern Dr. Sabine und Johannes Eckelmann (Videoproduktionsdienst Eulefilm) aufwendig produzierte 360-Grad-Lernlandschaft zeigt zehn Orte an der ehemaligen innerdeutschen Grenze von der Burgruine Hanstein über Lindewerra und Wahlhausen bis zur Gobert.

Neben Landschaftspanoramen sind mehr als 100 aufbereitete Bilder, Dokumente, Zeitzeugen-Videos und Experten-Interviews enthalten, die zu einer interaktiven und multimedialen Spurensuche in der einstigen Grenzregion einladen, aber zugleich Denkanstöße für heute geben sollen.

„Mit diesem Angebot wollen wir die Geschichte der Grenze exemplarisch für Jugendliche erlebbar machen und das Geschichtsbewusstsein fördern,“ sagt Projektleiterin Anne Vaupel-Meier, die als pädagogische Mitarbeiterin dem Grenzmuseum-Team angehört. Deswegen habe man auch von Anfang

an junge Leute an der Entwicklung und Gestaltung beteiligt, um die spezifischen Anforderungen und Bedürfnisse der Zielgruppe zu berücksichtigen.

Zuletzt war das Ergebnis noch einem Geschichtskurs der Rhenanus-Schule Bad Sooden-Allendorf vorgestellt worden, um eine Resonanz der Zielgruppe zu erhalten.

Bei dem Podcast-Projekt waren Jugendliche sogar noch intensiver beteiligt: Sieben Schülerinnen und Schülern der Bergschule St. Elisabeth in Heiligenstadt waren mehrere Monate lang mit dem Berliner Podcaster Martin Fischer an der

ehemaligen innerdeutschen Grenze unterwegs, sichteten an historischen Orten Quellen aus dem Archiv und führten Interviews mit Zeitzeugen. So entstanden zehn Podcast-Folgen

mit einer Dauer von jeweils rund 30 Minuten, die sich beispielhaft mit Themen wie Flucht, Zwangsaussiedlung, Grenztourismus und Jugend im Sperrgebiet beschäftigen.

sff

Podcast als Ergänzung

Podcast und Lernlandschaft können als Vorbereitung, Vertiefung und Nachbereitung für den Besuch der Gedenkstätte Schiffersgrund genutzt werden. Für die Bildungsarbeit hat das Grenzmuseum 17 Tablets angeschafft.

Alternativ ist ein direkter Einsatz im Geschichts- und Politikunterricht möglich. Dazu werden 2024 auch Fortbildungen für Lehrkräfte und Multiplikatoren der historisch-politischen Bildungen angeboten. Besucher des Grenz museums können die „Grenzbegegnungen“ auch als MP3-CD für zehn Euro erwerben.

sff

Begegnung und Miteinander

Inklusionscafé von Werraland auf dem Heuberg findet großen Anklang

Eschwege – „Das Inklusionscafé hat großen Anteil daran, dass sich Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen auf dem Heuberg näherkommen, Schranken fallen und Berührungspunkte verschwinden“, sagt Pfarrer Joachim Meister.

Gemeinsam mit Kathrin Feiertag von der Werraland-Wohnanlage in der Kasseler Straße rief Meister das Inklusionscafé bereits vor der Corona-Pandemie ins Leben. Beeinträchtigte Bewohner der Werraland Lebenswelten treffen sich mit Mitgliedern der Kirchengemeinde und verbringen gemeinsam schöne Stunden. „Kathrin Feiertag bringt unglaublich viel Herzblut ein, sie ist der Motor unseres Paradebeispiels für gelebte Inklusion und bereitet auch dieses Mal das Inklusionscafé liebevoll vor“, sagt Meister. Im Gemeindehaus der Auferstehungskirche wurde gemeinsam gesungen, Ratespiele gelöst, die Werraland-Band Glasklar spielte Weihnachtslieder. „Es war nach coronabedingter Pause, als ob unser Inklusionscafé nie weg gewesen ist. Hier ist etwas zusammengewachsen, ein neues Miteinander“, sagt Kathrin Feiertag.



Das Inklusionscafé auf dem Heuberg will für ein neues Miteinander sorgen.

FOTOS: PRIVAT

Der gemeinsame Einsatz von Meister und Feiertag trägt Früchte. Denn mittlerweile kommen auch Bewohner des Heubergs dazu, die nicht der Kirchengemeinde angehören. Das Inklusionscafé hat positive Auswirkungen auf das ganze Quartier. „Die Menschen begegnen sich ganz anders im Alltag. Das ist einfach schön zu sehen und mitzuerleben“, so Joachim Meister.

red



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

24-Stunden-Telefon

0 56 53 / 91 42 71

36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3



Dieses Angebot gilt auch für unsere Abonnenten beim Wechsel von gedruckter zu digitaler Zeitung.

JETZT GRATIS TABLET in den Koffer packen!

Perfekt für den Sommerurlaub: Das WR ePaper und das Samsung TAB A8 WiFi

Das bietet Ihnen das WR ePaper:

- ▶ Lesen Sie abends die Zeitung von morgen – bereits ab 20 Uhr.
- ▶ Lesen Sie alle Ausgaben der letzten vier Wochen, wann Sie wollen.
- ▶ Unser Geschenk an Sie: Spannende Magazine, Rätselhefte und mehr digitale Extras exklusiv nur in der WR ePaper-App.

Das Samsung TAB A8 WiFi:

Pures Tablet-Vergnügen mit Stil. Streaming, Games, Musik und Videocalls – wann und wo immer Sie bereit dafür sind. Das Galaxy Tab A8 WiFi bietet nahezu alles, was Sie für pures Tablet-Vergnügen brauchen: Ein großartiges Panorama-Display, das Ihre Inhalte zum Strahlen bringt. Einen imposanten Surround-Sound, der Sie so fühlen lässt, als wären Sie mitten im Geschehen. Mit der WLAN-Funktion sind Sie jederzeit bestens verbunden.

Lesen Sie jetzt die WR digital als ePaper für die Dauer von mind. 24 Monaten zum jeweils gültigen Bezugspreis von z. Zt. mtl. 27,- € (inkl. gesetzl. USt.) und Sie erhalten das neue Samsung Galaxy Tab A8 WiFi geschenkt.



☎ 05651 335955 🌐 werra-rundschau.de/gratistablet
Das Angebot ist gültig bis 31. Juli 2023 und nur solange der Vorrat reicht.



Jetzt bestellen unter:

Geld zurücklegen

Mit dem 3-Säulen-Sparmodell kann es klappen

Auto, Eigenheim, Altersvorsorge: Menschen sparen auf die unterschiedlichsten Dinge hin. Einige verfolgen mehrere Ziele gleichzeitig. Um den Überblick zu behalten und das Geld bedarfsgerecht zu streuen, kann es sinnvoll sein, das 3-Säulen-Sparmodell anzuwenden. Doch was verbirgt sich dahinter?

„Im Kern geht es darum, Sparprozesse systematisch anzugehen und vor allem kurz-, mittel- und langfristige Ziele zu unterscheiden“, erklärt Ralf Scherfling von der Verbraucherzentrale NRW in Düsseldorf. Man kann zum Beispiel

- bei Säule 1 für die Altersvorsorge
- bei Säule 2 für den Urlaub, für ein neues Auto oder für die eigene Immobilie und
- bei Säule 3 für unvorhersehbare Ausgaben sparen, also eine Liquiditätsreserve aufbauen.

Die konkreten Motive können dabei zwar auch anders aussehen. Wichtig ist aber, dass kurz-, mittel- und langfristige Ziele wirklich sinnvoll voneinander abgegrenzt werden. Denn nur so kann die Sparrate für das jeweilige Sparziel in dem Finanzprodukt landen, das am besten dafür geeignet ist.

Dabei ist die Frage, wo die Sparrate für die Säule 3 am besten aufgehoben ist, aus Sicht des Verbraucherschüt-

zers einfach zu beantworten: „Hier ist das Tagesgeldkonto gut geeignet.“ Bei Säule 1 mache ein Wertpapierdepot Sinn, wenn man in Eigenregie für ein Zusatzeinkommen im Alter sorgen will - zusätzlich zur gesetzlichen Rente oder einer betrieblichen Altersvorsorge. In Betracht kann hier etwa der Kauf eines Indexfonds (ETF) auf den MSCI World kommen.

„Bei Säule 2 gibt es keine allgemeingültige Antwort“, sagt Scherfling. Das Sparen für den Urlaub im Folgejahr werde anders aussehen als das für das neue Auto in drei Jahren oder das Eigenkapital für die selbst genutzte Immobilie in sieben Jahren. „Je nachdem, wie die individuellen Ziele und Präferenzen aussehen, können Festgelder, Sparbriefe, Investmentfonds oder auch ganz andere Produkte in Frage kommen“, sagt der Verbraucherschützer.

Bevor es aber mit dem Sparprozess losgeht, muss man sich nicht nur über seine Ziele und deren Gewichtung klar werden, sondern auch darüber, wie viel Geld im Monat übrig ist zum Sparen. Konkret heißt das: „Sich erst einmal einen Überblick über die eigenen Finanzen verschaffen“, sagt Kathleen Altmann vom Bundesverband deutscher Banken in Berlin.

Dafür sollte man sämtliche Einnahmen und Ausgaben gegenüberstellen - und möglichst nichts vergessen. „Entsprechende Apps können da-



Haben Sie bestimmte Sparziele, die sich in einen kurz-, mittel- und langfristigen Zeithorizont unterteilen lassen? Dann könnte das 3-Säulen-Sparmodell etwas für Sie sein.

FOTO: BENJAMIN NOLTE/DPA-TMN

bei ebenso helfen wie die klassische Excel-Tabelle“, so Altmann. Auch mit einem Haushaltsbuch lässt sich herausfinden, wie viel Geld einem monatlich zur freien Verfügung steht.

Wer nun den nötigen Überblick über die eigenen Finanzen hat, sollte als nächstes prüfen, ob alle nötigen Versicherungen vorhanden sind. „Falls zum Beispiel noch keine Privathaftpflichtversicherung abgeschlossen ist, sollte

man sich dringend um eine solche Police kümmern“, rät Scherfling. Denn: Der Schaden aufgrund einer kurzen Unachtsamkeit oder eines Fehlers im Alltag kann immens sein. Wer dann Schadenersatz leisten muss und keinen Versicherungsschutz hat, kann schnell finanziell vor dem Ruin stehen.

Ebenfalls zu checken: Ist das Girokonto im Plus? Sonst erst den Dispo ausgleichen, bevor der Sparprozess starten

kann. Gleiches gilt für noch laufende Verbraucherdarlehen: Diese sollten zuerst getilgt werden.

Wer nun feststellt, dass ihm oder ihr noch Summe X jeden Monat zur freien Verfügung steht, kann im nächsten Schritt den verfügbaren Betrag auf die verschiedenen Ziele aufteilen - unter Berücksichtigung der Gewichtung.

Scherfling nennt zwei Beispiele für Verbraucherin A und Verbraucher B, denen je-

weils 600 Euro im Monat zum Sparen bleiben: Verbraucherin A hat ihre Liquiditätsreserve von zwei bis drei Monatsgehältern womöglich schon aufgebaut. Deshalb wird sie vielleicht 300 Euro für die Altersvorsorge zurücklegen und weitere 300 Euro zu gleichen Teilen für die Ziele Urlaub, neues Auto und Eigenkapital für die selbst genutzte Immobilie.

Verbraucher B hingegen hat noch keine Notreserve aufgebaut und will das darum mit 300 Euro pro Monat tun. 150 Euro wandern zudem in den Topf für ein neues Auto, das er sich in drei Jahren anschaffen will und die restlichen 150 Euro werden langfristig für die private Altersvorsorge angelegt.

Wichtig zu beachten: Wer das 3-Säulen-Sparmodell nutzt, sollte regelmäßig überprüfen, ob die Gewichtung der Ziele und die ausgesuchten Geldanlagen weiterhin passen oder ob Anpassungsbedarf besteht - etwa aufgrund von Änderungen im persönlichen oder beruflichen Bereich oder auch aufgrund neuer staatlicher Regelungen.

Dabei sollten Sie nie überhastet vorgehen und auch verschiedene Anlageformen und Angebote miteinander vergleichen. Wichtig ist, das Geld in verschiedene Produkte zu streuen, keine unnötigen Risiken einzugehen, auf die Kosten zu achten - und vor allem: keine Geldanlage zu kaufen, die Sie nicht verstehen.

tmn



Spende und werde ein Teil von uns.
seenotretter.de

OHNE DEINE SPENDE GEHT'S NICHT

Einsatzberichte, Fotos, Videos und Geschichten von der rauen See erleben:





#teamseenotretter



Spendenfinanziert



Weihnachtsbesuche im Seniorenheim

Bewohner und Bewohnerinnen freuen sich über gemeinsame Zeit

Sontra- Im vergangenen Jahr waren Bürgermeister Thomas Eckhardt und Hänselmeister Dr. Daniel Kohl erstmals in den beiden Sontraer Senioreneinrichtungen zu Gast. Da sich die Bewohnerinnen und Bewohner sehr über den Besuch gefreut haben, wurde der Wunsch geäußert, dass beide wieder mal vorbeischauen sollten.

Dieser Wunsch sollte in diesem Jahr in Erfüllung gehen: Die Aufenthaltsräume des AWO-Seniorenzentrums Sontra und Pflegeheims Schloss Sontra waren weihnachtlich dekoriert, als Hänselmeister Dr. Daniel Kohl und 1. Stadtrat Alwin Hartmann zu Besuch kamen.

Mitgebracht hatten die beiden kleine Überraschungen für die Bewohnerinnen und Bewohner sowie eine Weihnachtsgeschichte, die beide abwechselnd vorlasen. Als kleine „Zugabe“ erzählte Al-



Gebannt lauschten die Bewohnerinnen und Bewohner des Pflegeheims Schloss den Erzählungen. FOTOS: STADT SONTRA

win Hartmann noch eine Anekdote über die Schürze,

wie sie damals alle im Haushalt getragen haben. Mit ei-

nem gemeinsamen Weihnachtslied bedankten sich

die Bewohnerinnen und Bewohner und verabschiedeten sich bei beiden.

„Vielmals freut man sich über glückliche Kinderaugen, aber wenn man mit einem Besuch so viele Erwachsene-Augen zum Strahlen bringen kann, dann hat man alles

richtig gemacht“, sind sich Alwin Hartmann und Daniel Kohl einig. Ebenfalls ist man einer Meinung, dass diese Besuche auch in den kommenden Jahren stattfinden und somit zur Tradition werden sollen.

red

Weihnachtskonzert im Januar

Adam-von-Trott-Schule verschiebt Konzert

Sontra – Aufgrund von vielen Krankheitsfällen unter den mitwirkenden Kolleginnen und Kollegen und Schülerinnen und Schülern sowie der insgesamt angespannten Krankheitssituation musste das für den 21. Dezember geplante Konzert ausfallen. Das Konzert wird am Donnerstag, 1. Februar, 19 Uhr nachge-

holt. Das Konzert wird dann im Foyer der Adam-von-Trott-Schule stattfinden. Die erworbenen Eintrittskarten behalten ihre Gültigkeit; falls Sie am neuen Termin verhindert sind, können Sie bereits erworbene Karten gerne wieder im Sekretariat abgeben und erhalten den Eintrittspreis zurück.



Im AWO-Seniorenzentrum lasen Hänselmeister Dr. Daniel Kohl und 1. Stadtrat Alwin Hartmann (Hintergrund mit Buch) eine Weihnachtsgeschichte vor.



Hänselmeister Dr. Daniel Kohl (links) und 1. Stadtrat Alwin Hartmann besuchten die Sontraer Senioreneinrichtungen.

Gardziella
Brillenhaus-Blankenbach 06627 8686

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

STADTVERWALTUNG INFORMIERT

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

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

BEKANNTMACHUNGEN

Standesamt bietet Samstagstraungen an
Wie schon in den vergangenen Jahren bietet das Standesamt auch im Jahr 2024 wieder außerhalb der regulären Dienstzeit Samstagstraungen an. Brautpaare können an folgenden Terminen zwischen 10 Uhr und 12 Uhr im Standesamt Sontra die Ehe schließen:

20.01.2024	17.02.2024
09.03.2024	20.04.2024
25.05.2024	22.06.2024
13.07.2024	14.09.2024
19.10.2024	16.11.2024
14.12.2024	

Im August wird wegen den Sommerferien keine Samstagstraung stattfinden.

Falls Sie beabsichtigen, an einem der vorgenannten Termine im Standesamt Sontra zu heiraten, empfehlen wir eine baldmöglichste Kontaktaufnahme mit den Standesbeamtinnen. Für weitere Rückfragen und Informationen stehen Ihnen die Standesbeamtinnen der Stadt Sontra unter der Telefonnummer 0 56 53/97 77 46, per E-Mail unter standesamt@sontra.de sowie persönlich während der Öffnungszeiten gerne zur Verfügung.

i.V. gez. Alwin Hartmann
Erster Stadtrat

Stadtverwaltung Sontra ab dem 2. Januar wieder geöffnet

Die Bediensteten der Stadtverwaltung sind ab dem 2. Januar 2024 zu den gewohnten Öffnungszeiten wieder erreichbar. Das Bürgerbüro ist in der 1. Kalenderwoche 2024 nur vormittags, d.h. in der Zeit von 08:00 Uhr (Mittwoch ab 07:00 Uhr) bis 12:00 Uhr besetzt. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Mit freundlichem Gruß
i. V. gez. Alwin Hartmann
Erster Stadtrat

Gelber Sack 2024

- Sontra-Stadt komplett**
Mittwoch, 10. Januar
Mittwoch, 7. Februar
Mittwoch, 6. März
Donnerstag, 4. April
Donnerstag, 2. Mai
Mittwoch, 29. Mai
Mittwoch, 26. Juni
Mittwoch, 24. Juli
Mittwoch, 21. August
Mittwoch, 18. September
Mittwoch, 16. Oktober
Mittwoch, 13. November
Mittwoch, 11. Dezember
- Sontra-Stadtteile komplett**
Donnerstag, 11. Januar
Donnerstag, 8. Februar
Donnerstag, 7. März
Freitag, 5. April
Freitag, 3. Mai
Freitag, 31. Mai
Donnerstag, 27. Juni
Donnerstag, 25. Juli
Donnerstag, 22. August
Donnerstag, 19. September
Donnerstag, 17. Oktober
Donnerstag, 14. November
Donnerstag, 12. Dezember

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern einen guten Rutsch ins neue Jahr!

06627/8686
Brillenhaus-Blankenbach Gardziella

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



Bürgermeister Thomas Eckhardt beim gemeinsamen Frühstück mit den Kindern der Kita „Wiesenwichtel“. FOTO: STADT SONTRA

Kinder frühstücken mit dem Bürgermeister

Frühstücksaktion für alle sechs Kitas in Sontra

Sontra- Wie wichtig dem Sontraer Bürgermeister Thomas Eckhardt die 6 Kindertagesstätten und damit die Kinder sind, zeigte er in der Vorweihnachtszeit, als er als erste von 6 Einrichtungen die Ulfener Kindertagesstätte „Wiesenwichtel“ besuchte. Seit

vielen Jahren sponsert der Bürgermeister kurz vor Weihnachten für alle 6 Einrichtungen ein leckeres Frühstück für die Kinder und die Erzieherinnen, da uns in der heutigen oftmals sehr stressigen Zeit die Möglichkeit leider fehlt, gemeinsam mit un-

seren Kindern zu frühstücken. „Mir ist es sehr wichtig in den Kindertagesstätten präsent zu sein und ich freue mich immer wieder aufs Neue, wenn die Kinder schon beim Betreten der Einrichtung rufen „Der Bürgermeister ist da!“. Es macht riesigen

Spaß mit den Kinder gemeinsam zu frühstücken und gerade jetzt in der Vorweihnachtszeit von ihnen zu erfahren, was der Weihnachtsmann in diesem Jahr so alles bringen wird“, so Bürgermeister Thomas Eckhardt.

red



Mit Weihnachtsmützen und Rentier-Ohren machten sich die Kinder auf den Weg zu den Seniorinnen und Senioren.

FOTO: KITA ULFEN

Grüße der Wiesenwichtel

Kita-Kinder besuchen Seniorinnen und Senioren

Ulfen- Bereits Ende November hatten sich einige Kinder, Eltern und Erzieherinnen zum Plätzchen backen in der Kita Wiesenwichtel verabredet. Gemeinsam wurden die leckersten Plätzchen bei adventlicher Stimmung ausgestochen, gebacken und verziert. Die Plätzchen waren bestimmt für unsere Adventstündchen mit Lieblingsmenschen in der Kita, aber auch als weihnachtlicher Gruß für

die Seniorinnen und Senioren in Ulfen. Unsere Mission war es, die ältesten Seniorinnen und Senioren aus Ulfen mit einem freundlichen Gruß durch Lieder, ein paar selbstgebackenen Plätzchen und weihnachtlichen Worten zu überraschen. So zogen die Kinder mit Weihnachtsmützen und Rentier-Ohren los, um in Ulfen ein bisschen weihnachtliche Atmosphäre zu verbreiten. Die Seniorin-

nen und Senioren waren gerührt und freuten sich sehr, dass auch zu dieser besonderen Zeit an sie gedacht wurde. Der gemeinsame Augenblick mit kurzem Austausch berührte nicht nur die Großen, sondern auch die klei-

nen Herzen der Kita Wiesenwichtel. Die Kinder und das Team der „Kita Wiesenwichtel“ wünschen allen ein frohes neues Jahr und freuen sich auf das nächste Jahr mit hoffentlich genauso vielen berührenden Augenblicken.

NOTDIENSTE

ÄRZTE
Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst: 11 61 17

AUGENÄRZTE
Notdienstzentrale Eschwege: 0 56 51/1 92 92

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

APOTHEKEN
30. Dezember
Bonifatius-Apotheke, Ringstraße 37, Wanfried, Tel. 0 56 55/8066

31. Dezember
Wehretal-Apotheke, Langenhainer Straße 4, Reichensachsen, Tel. 05651/4267

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

NOTRUF POLIZEI: 110

NOTRUF FEUERWEHR/RETTUNGSDIENSTE: 112

Rettungsdienste
Arbeiter-Samariter-Bund

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

Frauenhaus Eschwege
Tel. 0 56 51/3 26 65

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

Hospizdienst Sontra
Rufbereitschaft: 0 56 51/33 83 14

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

Wasserversorgung und Abwasserbeseitigung Stadt Sontra

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

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

FREIWILLIGE FEUERWEHR MITTERODE

Einsammeln der Weihnachtsbäume
Die Feuerwehr Mitterode sammelt am Samstag, 11. Januar ab 14.30 Uhr, die ausgedienten

Weihnachtsbäume ein. Bitte stellt die Weihnachtsbäume an den Straßenrand.
FW Mitterode

FREIWILLIGE FEUERWEHR STADTHOSBACH

Einladung zur Jahreshauptversammlung
Liebe Feuerwehrkameradinnen und Feuerwehrkameraden, unsere Jahreshauptversammlung findet am Freitag, den 05. Januar 2024 um 20:00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Thurnhosbach mit folgender Tagesordnung statt:
1. Begrüßung
2. Totengedenken
3. Verlesen des Vorjahresprotokolls
4. Jahresbericht des Vereinsvorsitzenden
5. Kassenbericht
6. Bericht der Kassenprüfer
7. Entlastung der Kassenprüfer

8. Verschiedenes
Hierzu wird recht herzlich eingeladen.

Am gleichen Abend und an gleicher Stelle finden die Jahreshauptversammlungen des Vereins Freiwillige Feuerwehr Thurnhosbach und der Bereichsfeuerwehr Hosbachtal mit separaten Tagesordnungen statt. Die Organisation des Versammlungsabends übernimmt der Feuerwehrverein Thurnhosbach.

Mit kameradschaftlichen Grüßen
Thomas Bode, Vorsitzender

EVANGELISCHE KIRCHE

Kirchspiel Sontra
Sonntag, 31. Dezember
18 Uhr: Gottesdienst Hornel
18 Uhr: Gottesdienst Weißenborn
19 Uhr: Gottesdienst Sontra
19 Uhr: Gottesdienst Stadthosbach

KATHOLISCHE KIRCHE

Montag, 1. Januar Neujahr
10 Uhr: Hochamt in Nentershausen
Samstag, 6. Januar
10 Uhr: Ökumenischer Aussendungsgottesdienst der Sternensinger in Herleshausen
17 Uhr: Hochamt in Nentershausen

Sonntag, 7. Januar
10.45 Uhr: Sonntagsmesse in Sontra

Samstag, 13. Januar
17 Uhr: Vorabendmesse in Herleshausen
10.45 Uhr: Sonntagsmesse in Sontra

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.

Die AvT stellt sich vor...

Adam-von-Trott-Schule

Der Schulgarten der AvT in Sontra hat seit dem 01.11.2023 eine neue Attraktion

Zusammen mit ihrem Biologie-Lehrer Herr Frenzel, pflanzte die Klasse 9G eine Moor-Birke und vier Sanddornsträucher. Mit viel Mühe gruben die Schüler mehrere große Löcher in die Erde. Dort wurden der Baum und die Sträucher eingesetzt und die Wurzeln mit Erde wieder zugedeckt. Anschließend wurden die Pflanzen mit viel Wasser angegossen. Die Moor-Birke wurde zum Baum des Jahres 2023 gewählt, um auf den Rückgang der Moore aufmerksam zu machen. Sie kann bis zu 30 m hoch werden und hält Temperaturen von bis zu minus 40 Grad aus. Außerdem kann sie bis zu 150 Jahre alt werden. Die weiße Rinde dient als Sonnenschutz für den Baum, da sie das Sonnenlicht reflektiert. Im Laufe ihres Lebens verändert sich die Rinde, sie wird gröber und rissiger. Die Moor-Birke bevorzugt einen feuchten Boden, kommt



Foto und Artikel von Jörg Frenzel (Oberstudienrat, Adam-von-Trott-Schule Sontra)

aber auch mit trockeneren Bedingungen gut zurecht. Damit ist sie ein Baum, der mit dem Klimawandel gut umgehen kann. Zudem wird Birkenholz als hervorragendes Kaminholz sehr geschätzt. Die Moorbirke trägt sowohl weibliche als auch männliche Kätzchen und produziert bis zu 4 Kilo Samen. Damit kann sie in kurzer Zeit die Brachflächen im Wald, auf denen vertrocknete Fichten standen, wieder besiedeln. Der Sanddorn stammt aus der Familie der Ölweidengewächse. Seine Früchte sind für ihren hohen Vitamin C-Gehalt bekannt und werden deswegen gern zur Herstellung von Nahrungsmitteln, Getränken und Hautpflegeprodukten verwendet. Auch Vögel fressen die orangenen Beeren und verbreiten so die Samen. Das Besondere am Sanddorn ist, dass jede Pflanze entweder rein männlich oder rein weiblich ist. Mit seinen bis zu 3 Meter tiefen und 12 Meter langen Wurzeln wird sich der Sanddorn auch in trockenen Jahren gut entwickeln können.

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

LANDFUXX
LANDFUXX DIETRICH
Sontra, Tel.: 05653-613

www.ep-bierwirth.de

studiomittelmühle
Büro für Text, Grafik und Fotografie
Elisabeth Mahleder, Peter Krause
Bahnhofstr. 3, 36285 Sontra
+49-5653 914304, studio-mittelmuehle.de

Sonne & Licht
WIKALAB

Juwelier KUNZE
Sontra, Herrenstr. 22. Tel. 05653 843

NEUENDORF
Haustechnik GmbH
HEIZUNG • LÜFTUNG
SANITÄR
Sontra • Tel. 05653/1866

bocksberger
Farben, Tapeten, Bodenbeläge, Hobby
Sontra, ☎ 05653-8363 • www.tapeten-bocksberger.de

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!
NORBERT KIMM
 34127 Kassel · Telefon 8 70 03 96
www.hinzu-kimm.de

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

1A Buche ab 92,50 € ☎ 0152-28000388
www.brennholzhandel-vey.de

Ankauf

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

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

Landwirtschaft & Forsten

Buche Brennholz
Tel. 05684 931670

Brennholz Buche u. Eiche 79 € SRM
 30 cm ofenf. Abschn. vom Sägewerk,
 10 SRM inkl. Lief., Tel. 0176 62681914

Auto-Ankäufe

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

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

Bekanntschafen

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

Was tun bei ARTHROSE?

Wenn die Sprunggelenke an Arthrose erkranken, wird oft jeder Schritt zur Qual. Die Füße, aber auch die Knie, die Hüften und der Rücken schmerzen immer öfter und immer mehr. Viele Tätigkeiten in Beruf, Familie oder Freizeit werden dann zunehmend beschwerlich. Was aber kann man selbst bei dieser Arthrose tun? Wie kann man die Schmerzen und Einschränkungen lindern? Auf diese wichtigen Fragen und auch zu allen anderen Anliegen bei Arthrose gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe praktische Empfehlungen, die jeder kennen sollte. Zudem fördert sie die Arthrosenforschung bundesweit mit bisher über 400 Forschungsprojekten und einer Stiftungsprofessur. Eine Sonderausgabe ihres Ratgebers „Arthrose-Info“ kann kostenlos angefordert werden bei: Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 110551, 60040 Frankfurt (bitte gerne eine 0,85-€-Briefmarke für Rückporto beifügen) oder per E-Mail an: service@arthrose.de (bitte auch dann gerne mit vollständiger Adresse für die Zusendung des Ratgebers).

Stellenangebote

Bester Nebenjob!

Zusteller (m/w/d)

Wir suchen Zeitungszusteller zur

Zustellung in:

Kirchhosbach, Eltmannsee, Niederdünzsbach, Weißenborn, Eschwege, Altfeld, Sontra, Grandenborn, Frankershausen Jestädt, Berneburg

Springer

in Festanstellung
 Herleshausen, Berkatal, Waldkappel, Eschwege, Ringgau, Sontra



Bewirb Dich jetzt! **WR**

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

Du bringst es

Du sorgst für einen guten Morgen und für treue Leser.

Wir bieten

- Festanstellung
- 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.



Wir freuen uns auf Dich!

Besonders preiswert! Kleine Anzeigen mit großem Echo!

Private Kleinanzeigen sind für viele unserer Leser die Lieblingslektüre.

Nutzen Sie dieses Interesse, wenn Sie etwas kaufen oder verkaufen wollen, wenn Sie eine Stelle oder eine Wohnung suchen oder auch, wenn der dritte Mann zum Skat fehlt.

Notfall Card
 Kennzahl AA 5383
 Abrufbar: Angaben zur Person, medizinische Daten, Adressen von Angehörigen, Patientenverfügung, Notfall-Anordnungen, Entscheidung zur Organspende
Tag und Nacht 0 69 - 72 02 72
 Anhängen für Schlüsselbund oder Halskettchen

Schnelle Hilfe für Sie, Notarzt, Ihre Familie + Polizei

durch hinterlegte, Tag + Nacht abrufbare

- Angaben zur Person, medizinische Daten
- Adressen von Angehörigen
- Notfall-Anordnungen
- Patientenverfügung
- Vorsorge-Vollmacht
- JA oder NEIN zur Organspende

Anfordern durch frankierten Rückumschlag



Deutsche Lebenswacht
 60076 Frankfurt am Main

Seit 1972 Tag und Nacht im Dienst zur Erhaltung von Menschenleben
 Info im Internet: www.deutsche-lebenswacht.de

© Ineko Saito/Toehyuki Tajima (Getty Images), Laurent Schmid
 Das Engagenkommen aller Partner nicht diese Anzeige möglich. LOWE

ATMEN SIE NORMAL WEITER. SIE SIND JA KEIN FISCH.

Jeder zweite Atemzug, den wir tun, stammt aus dem Meer. Zum Dank ersticken wir es in Müll, Dünger, Gift und Öl. So drehen wir uns damit langsam, aber sicher selbst den Sauerstoff ab. Einatmen, ausatmen, eingreifen. Greenpeace kämpft gegen Gier und Gedankenlosigkeit und für einen umfassenden Schutz der Meere. Und Tausende aus aller Welt unterstützen uns dabei.

Kommen auch Sie an Bord:
www.greenpeace.de/meere

GREENPEACE ★

Besinnliche Momente mit Zeit für eine Bestandsaufnahme

Silvester allein und daheim? Auch mal ganz fein

Den Silvesterabend mit sich selbst zu verbringen, birgt viel Freiraum: Er lässt sich so gestalten, wie man selber möchte. Und es bleibt auch noch genügend Raum für besinnliche Momente.

Im Fernsehen läuft „Dinner for One“, draußen ist es kalt und die Straßen sind glatt. Eigentlich hat man gar keine Lust auf die Silvesterfeier, zu Hause ist es gerade so gemütlich. Kommt Ihnen das bekannt vor? Was spricht eigentlich dagegen, sich an Silvester alleine zu Hause einen schönen Abend zu machen?

„Im Prinzip gar nichts“, sagt die Psychologin Eva Wlodarek aus Hamburg. Dass viele trotzdem zu einer Feier gingen, auf die sie keine Lust hätten, hänge mit der Tradition und dem gesellschaftlichen Druck zusammen. Schließlich ist es schwer, sich den Erwartungen der anderen und dem eigenen Anspruch zu entziehen: Es droht das Gefühl des Ausgeschlossenenseins.

Doch man kann auch mit sich alleine ein schönes Silvester verbringen – vielleicht sogar ein besseres als mit anderen auf einer Feier. Denn alleine zu sein, bedeutet noch lange nicht Einsamkeit. „Der erste Schritt ist es umzudenken und gegen den Strom

zu schwimmen“, empfiehlt die Fachfrau. „Man muss Silvester nicht unter Leute, sondern es ist eine wunderbare Chance, das zu tun, worauf man selbst Lust hat.“

Das sieht auch Psychologin Sandra Jankowski aus dem brandenburgischen Eichwalde so. Man solle sich klarmachen, dass es sich nur um gesellschaftliche Konventionen handle, sagt sie. „Den Silvesterabend alleine kann man als tolle Erfahrung sehen. Man stellt sich einer Herausforderung und macht etwas, was andere sich vielleicht nicht trauen.“

Dabei ist es gut, sich vorab Gedanken zu machen, wie man den Abend und vielleicht auch schon den Tag zelebrieren möchte. Möglicherweise kann man sich mittags mit Freunden zum Sekt trinken treffen und dann beschwingt mit einem guten Gefühl nach Hause gehen?

Dort kann man zum Beispiel Schönheitspflege betreiben, zu der man sonst wenig Zeit hat, sich selbst was Leckeres kochen und am liebevoll gedeckten Tisch speisen, schöne Musik auflegen, ein gutes Buch lesen oder sich Filme ansehen, die man schon immer mal schauen wollte. „Das lässt einen nicht in negative Gedanken verfallen“, so Jankowski.

Zudem eignet sich der letzte Abend des Jahres hervorragend für besinnliche Momente.



Statt langweiliger Party: Mit besinnlichen Momenten, einer Rück- und Vorschau lässt sich der letzte Tag des Jahres auch für sich zelebrieren.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

te. „Man kann zum einen zurückschauen: Was war schön im vergangenen Jahr, was habe ich gelernt, was möchte ich behalten und was will ich loslassen? Welche Menschen tun mir gut, welche nicht? Das ist was Substantielles, ein Großreinemachen“, sagt die Psychologin Wlodarek.

Diese besinnlichen Momente kann man auch herausstellen, wenn man im Vorfeld gefragt wird, wie

man Silvester feiert oder eine Einladung zu einer Party erhält, zu der man nicht gehen möchte. „Man kann antworten, dass es einem wichtig ist, Silvester besinnlich zu verbringen und man hierfür gerne alleine ist. Das sollte man ganz selbstbewusst und positiv formulieren“, sagt Wlodarek.

Für andere sei das oft schwer zu akzeptieren. „Aber vielleicht spricht es sich he-

rum, dass man alleine feiert und andere werden so auf die gleiche Idee gebracht. Das ist dann eine richtige Pionierleistung.“ Wer nicht darüber reden möchte, dass er Silvester alleine sein wird, kann natürlich auch mit Ausflüchten antworten.

Doch was ist, wenn es einem am Single-Silvesterabend trotzdem einsam ums Herz wird? „Man sollte Mitgefühl mit sich selbst haben

und überlegen, was ein guter Freund einem sagen würde“, rät Jankowski. Dabei hilft ein Blick auf die Realität: Man sollte sich nicht der Illusion hingeben, alle amüsierten sich und hätten eine tolle Nacht.

„In Wahrheit sind Silvesterpartys nur selten richtig gut“, so Wlodarek. Wer weiß, was einem alles erspart bleibt: Vielleicht müsste man langweilige Gespräche führen und würde insgeheim die Stunden zählen, bis man wieder nach Hause darf. Oder man würde sich trotz der Gesellschaft einsam fühlen.

Zudem versäumt man meistens nichts, was man nicht schon kennen würde: Schließlich laufen Silvesterfeiern in der Regel ähnlich ab, frei nach dem Motto „Same procedure as every year“, wie Miss Sophie ihrem Butler James in „Dinner for One“ sagt. Es gibt Fondue oder Raclette, nach dem Essen wird sich mehr oder weniger gut unterhalten, um Mitternacht fallen sich alle in die Arme, es gibt Sekt und Feuerwerk – dann ist das Wesentliche auch schon vorbei.

Am nächsten Morgen wacht man verkatert auf, der Tag verläuft entsprechend zäh. Wie gut haben es dann die Menschen, die alleine gefeiert haben: Sie können den ersten Tag des neuen Jahres frisch und ausgeschlafen begrüßen.

tmn

FEIERN

Sie mit der ganzen Welt!

Bitten Sie Ihre Gäste statt Geschenke um Spenden für die SOS-Kinderdörfer. Danke!



2020/1

sos-kinderdoerfer.de



SOS
KINDERDÖRFER
WELTWEIT

Es geht



kein Mensch über diese Erde, den Gott nicht liebt.

175 Jahre

Friedrich von Bodelschwingh

www.bethel.de

Bethel

630

NORMA®

Mehr fürs Geld.

JETZT ZUGREIFEN!
SOLANGE VORRAT REICHT!

ab Dienstag, 2. Januar

Domestos WC-Gel XXL
Ocean Fresh, Lime Fresh oder Floral
Fresh, 1-l-Flasche (1 l = 1,85) je Flasche
33% gratis
1,85*

Febreze Bad Lufterfrischer
Tropische Früchte, Reine Frische oder Blütenhauch, 2x7,5-ml-Packung (1 l = 396,67) je 2er-Pack
13% billiger
zum Vergleich: UVP Einzelpack = 3,45
5,95* 2er-Pack

Gillette Mach3 Start
Ersatzklingen im Vorteilspack
41% billiger
zum Vergleich: UVP 5er-Pack = 9,99
17er-Pack 19,99*

Capri-Sun Multi Vitamin oder Orange
10x0,2-l-Packung, ohne Pfand (1 l = 1,67) je 10er-Pack
22% billiger
UVP 4,29
3,33*

Äpfel
Deutschland, Altes Land Kl. I, Sorten: z.B. Braeburn, Jonagored oder Topaz, Kal. 70/80 mm + 80/90 mm, 2,5-kg-Beutel (1 kg = 1,33) je Beutel
XXL 2,5 kg!
3,33*

Appel Zarte Filets vom Hering
z.B. Tomaten- oder Eier-Senf-Creme 200-g-Dose (1 kg = 5,95) je Dose
40% billiger
UVP 1,99
1,19*

Saupiquet Thunfisch-Salat
Mexicana, Linsen oder Couscous, 2x160-g-Dose (1 kg = 11,84) je 2er-Pack
40% billiger
zum Vergleich: UVP Einzeldose = 3,19
3,79* 2er-Pack

Bonne Maman Konfitüre/Gelee/Fruchtaufstrich
Fruchtaufstrich, z.B. Erdbeere 335-g-Glas (1 kg = 7,43) oder Konfitüre/Gelee, z.B. Aprikose 370-g-Glas (1 kg = 6,73) je Glas
24% billiger
UVP 3,29
2,49*

Profi-Abfallsäcke
extra stark 30x120-Liter-Rolle je Rolle
30x120 Liter
5,99*

Speisemöhren
Deutschland, Datteln Kl. II, frische, aromatische Speisemöhren, 3-kg-Beutel (1 kg = -,74) je Beutel
3 kg!
2,22* XXL

Instant Nudeln 5er
mit Gemüse-, Rindfleisch- oder Hühnerfleischgeschmack (classic oder scharf) 5x60-g-Packung, ergibt 5x300 ml (1 l = -,99) je 5er-Pack
1,49* 5er-Pack

Sriracha Chilisauce
süße, scharfe oder sehr scharfe Sauce 455-ml-Flasche (1 l = 6,57) je Flasche
33% billiger
UVP 4,49
2,99*

Maggi Magic Asia Gebratene Nudeln
Ente 119-g-Packung (1 kg = 10,-), Gemüse oder Huhn 121-g-Packung (1 kg = 9,83) je Packung
20% billiger
UVP 1,49
1,19*

Reeva Instant Noodles
Rind, Huhn oder Gemüse Geschmack 60-g-Packung, ergibt 300 ml (1 l = 1,47) je Packung
25% billiger
UVP -,59
-,44*

NARANJAS Orangen Spanien
im XXL-Erntesack Kl. I, Sorte: Navelina, große, sonnengereifte, handverlesene Früchte, 5-kg-Sack (1 kg = 1,40) je Sack
XXL Perfekter Genuss und leicht zu schälen!
große Früchte!
6,99* 5 kg!

NORMA® AUCH 2024 IMMER MEHR FÜRS GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN - IMMER DER BESTE PREIS

Teddy-Plüsch-Bettwäsche
• 100% Polyester • Mit Marken-Reißverschluss
• Mit Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung
• Pflegeleicht und bügelfrei

Kuschelwarme Teddy-Plüsch-Qualität

NEUE Designs

Aila Natur

Rhena Rot

Aila Streifen Aqua

ca. 90x190-100x200 cm **16,99***

ca. 140x200-160x200 cm **11,99***

ca. 180x200-200x200 cm **14,99***

24 Auch online

OEKO TEX MADE IN GREEN

Teddy-Plüsch-Spannbettuch
• Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung
• Steghöhe ca. 30 cm • 100% Polyester • Pflegeleicht und bügelfrei

Aqua

Grau

Offwhite

Aubergine

Silber

Anthrazit

ca. 90x190-100x200 cm **8,99***

ca. 140x200-160x200 cm **11,99***

ca. 180x200-200x200 cm **14,99***

24 Auch online

OEKO TEX MADE IN GREEN

Ellenor Marken-Filzhausschuhe
Nadelfilz • Für Einlagen geeignet
• Damen-Größen 38-41
• Herren-Größen 42-45

Blau/Orange

Anthrazit/Bordeaux

Herren

Damen

Anthrazit/Grün

Grau/Rot

Wörishofer Fußbett mit herausnehmbarem, dämpfender Innensohle und klimatisierender Zwischensohle

je Paar **11,99***

24 Auch online

Made in EU

Lifetex Teppichläufer
„Promenade“
XL ca. 67x200 cm oder XXL ca. 67x300 cm
• 100% Polypropylen

Braun

XL ca. 67x300 cm **17,99***

XXL ca. 67x300 cm **19,99***

Anthrazit

Made in EU

Steckdosenadapter
3 Jahre Garantie

Mit Zeitschaltuhr zur automatischen Stromabschaltung

Mit Stromzähler

Mit 4 USB-Anschlüssen

Mit 2 USB- und 1 USB-C-Anschluss

Mit Bewegungsmelder

je Ausführung **7,99***

Lifetex Stufenmatten-Set 15tlg.
„Promenade“
je ca. 65x28 cm
• 100% Polypropylen
• Robust und strapazierfähig
• Selbstklebend - mit Winkelschiene und Haftstreifen

Anthrazit

je Set **29,99***

Made in EU

Schepach Akku-Kettensäge 40V
„brushless“ BCHS350-PROS DUO
• Leistungsstarker Motor mit 40V Li-Ion Akku
• Automatische Kettenschmierung
• Schnittgeschwindigkeit 15 m/s
• Werkzeuglose Kettenspannung
• 5 Jahre Garantie

Inklusive 2x20V Akkus und Doppelladegerät!

60% billiger
UVP 399,-
159,-*

24 Auch online

Heimwerker Praxis 1,6

ProCut Qualitätsschwert mit 33 cm Schnittlänge

Bürstenloser Motor für lange Akku-Lebensdauer und höchste Effizienz

Schepach Kapp-, Zug- und Gehrungssäge mit Laser und 2 Sägeblätter
Ø ca. 305 mm HM140L • 2.000 Watt
• Großer Spänefangsack • Beidseitig schwenkbar zwischen -45° bis +45°
• Schnitttiefe 105 mm/Schnittlänge 330 mm • LED-Arbeitslicht
• 5 Jahre Garantie

Für große Werkstücke bis 330x105 mm
• Inkl. 2 Hartmetall-Sägeblätter Ø 305 mm (24/48 Zähne) und eingebautem Laser

64% billiger
UVP 499,-
179,-*

24 Auch online

selbst ist der Mann

PRAXISTEST GUT (2,4)

Ausgabe 01/2022

www.selbst.de

Schepach Tischkreissäge HS250L SE
• 2.000 Watt
• Schwenkbarer Queranschlag von -45° bis +45°
• Hochwertiger Sägetisch ca. 630x546 mm, komplett mit Untergestell • Inklusive zusätzliche Tischverbreiterungen rechts und links für große Werkstücke • Inklusive 2 Hartmetall-Sägeblätter Ø ca. 254 mm mit 24 Zähnen
• 5 Jahre Garantie

Schnitthöhe stufenlos von 0-87 mm einstellbar

Mit Laserschnittführung!

Sägeblatt 0°-45° schwenkbar

2 HW-Sägeblätter Ø 254 mm, Sägeblattschutz, Querschneidlehre und Längsanschlag gratis

52% billiger
UVP 249,-
119,-*

24 Auch online

KRAFT by Schepach Arbeits-Unterstellbock
• Durch klappbare Standfüße leicht zu verstellen oder zu transportieren
• Verstellbarer Anschlagswinkel
• Stabile Maschinenaufnahme
• Robuster Werkzeugstahl
• Gewicht ca. 5,7 kg
• 5 Jahre Garantie

Stabile Gelenksicherheitsstreben

Abgeflachte Füße für hohe Standfestigkeit

Klappbare Standfüße

Extra hohe Belastbarkeit bis 200 kg!

60% billiger
UVP 49,99
19,99*

24 Auch online

Auflagebalken: Länge 68 cm

7-fache Höhenverstellung 80-130 cm

KRAFT Nietmutterzangen-Set 15tlg.
je Set **29,99***

Umfangreiches Zubehör
• 5x auswechselbare Spannverlängerungen mit Box in den Größen M5, M6, M8, M10, M12
• 5x Mundstück
• 150x Muttern (je 30 Stk. M5, M6, M8, M10, M12)

24 Auch online

KRAFT Schubkarren-/Sackkarrenrad
mit Achsadapter „pannensicher“
• Für alle gängigen Sackkarren- oder Schubkarren-Modelle geeignet
• Tragkraft ca. 100 kg
• 3 Jahre Garantie

Schwarz/Rot

Schubkarrenrad Ø ca. 332x77 mm

je Schubkarrenrad **14,99***

24 Auch online

Schwarz/Blau **NEU**

Jeweils mit Achsadapter: Passend für alle gängigen Schub-/Sackkarren mit Achsdurchmesser von 25, 20, 16 und 14 mm

Absolut pannensicher!

Sackkarrenrad Ø ca. 260x77 mm

je Sackkarrenrad **11,99***

24 Auch online

*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/aktionsartikel. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung.

NEU **DIE NEUE NORMA®-APP IST DA!**

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

Hier gratis downloaden oder updaten

www.norma-online.de