

Heimatinformationen  
Melsungen/ Fritzlar/  
Homburg/ Borken

Kontakt zur Redaktion:  
melsungen@hna.de  
homburg@hna.de

Redaktionsschluss:  
Dienstag 10 Uhr

**HEIMAT  
NACHRICHTEN**  
MELSUNGEN · FRITZLAR  
HOMBERG · BORKEN

**HEIMAT  
NACHRICHTEN**

MELSUNGEN · FRITZLAR  
HOMBERG · BORKEN

FACHZENTRUM  
MALERMEISTERBETRIEB

**alessandro  
SCHMIDT**  
EXCLUSIVE TABLE

MALER- / PUTZARBEITEN  
INNENRAUM- UND FASSADENGESTALTUNG

www.alessandro-schmidt.de ☎ 05682 / 4999

**GOLDANKAUF**

Wir kaufen zu hohen Preisen an!

Die Goldwaage August-Vilmar-Str. 7 I. Jeremia  
34576 Homburg (Efze) Mo-Fr: 10:00-17:00

die Goldwaage

Goldschmuck Bruch- & Altgold Zahngold  
Altsilber Münzen & Barren Zinn

Google ★★★★★

Jetzt von hohen Kursen profitieren!

☎ 05681 - 818 99 60  
goldwaage-homburg.de

## Musik verbindet Freunde

Spangenberg Kirchengemeinde besucht Estland

**Spangenberg** – Für sechs Tage hat eine Reisegruppe der evangelischen Kirchengemeinde Spangenberg vor Kurzem Estland besucht und am Kirchentag und Sängerfest der estnisch-lutherischen Kirche teilgenommen.

Dazu gehörte ein Festgottesdienst mit vielen Gästen der Ökumene, ein Umzug durch die Stadt Viljandi und ein gemeinsames Festkonzert, heißt es in einer Mitteilung.

Bei acht estnischen Chorälen und Chorstücken seien die Reisenden aus Hessen beim Gesamtchor, der insgesamt 2500 Sängern hat, dabei gewesen. „Es war ein begeisterndes Erlebnis, geprägt von großer Gastfreundschaft, vielen Begegnungen und toller Feststimmung“, teilt die Kirchengemeinde mit.

Das Wochenende verbrachte die Gruppe bei der estnischen Partnergemeinde in Rāpina, 15 Kilometer von der russischen Grenze entfernt. Dabei sei es in vielen Gesprächen auch um die Kriegssituation in der Ukraine gegangen. Der Großteil der Themen habe sich aber um die über viele Jahre hin gewachsene Partnerschaft zwischen beiden Kirchengemeinden gedreht. „Die Esten bedanken sich für die fortwährende Unterstützung bei der Sanierung des Pastorates, in dem Pfarrwohnung, Gemeindsaal, Kleiderkammer, Büro und Gruppenräume untergebracht werden sollen“, heißt es weiter.

Zudem besuchte die Reisegruppe das idyllische Kurstädtchen Haapsalu an der Ostsee und Tallinn, die



Eine Reisegruppe der evangelischen Kirchengemeinde Spangenberg war vor Kurzem beim Sängerfest und Kirchentag in Estland zu Gast.

FOTOS: EV. KIRCHENGEMEINDE SPANGENBERG

Hauptstadt Estlands, wo die Gruppe den Charme der mittelalterlichen Altstadt erleben konnte, heißt es weiter.

Eine Einladung für den Winter gab es noch obendrauf. Der Pfarrer Jaak Pärnamägi lud ein, am Taizé-Jugendtreffen teilzunehmen, dass in diesem Jahr vom 28. Dezember bis zum 1. Januar in Tallinn stattfinden wird. Dabei seien besonders junge Menschen bis 30 Jahren eingeladen. Interessierte können sich laut Mitteilung beim Spangenberg Pfarramt melden.

**Kontakt:** Pfarramt Spangenberg unter Tel. 0 56 63/3 46

**BALKAN RESTAURANT**  
Waldstraße 6 · 34212 Melsungen

**Rudnik-Teller**  
Cordon bleu, Kammsteak, gefülltes Hacksteak, Speck

Angebot im August **14,90 €**

Öffnungszeiten: Mo. Ruhetag, Di.-Sa. 17.00-21.00 Uhr, So. 11.50-14.00 u. 17.00-21.00 Uhr

www.balkanrestaurant.com

Bei uns liegen Sie richtig!

Seit 20 Jahren für Sie da!

» Matratzen » Polsterarbeiten  
» Polster z.B. für Wohnwagen & Boote  
» Therap. Lagerungselemente  
» Haustierbetten/körbe

Rufen Sie uns an 05622-25 68 oder besuchen Sie uns.

**HWS SCHAUMSTOFFE**  
Fritzlar/Lohne · Schmiedeweg 12  
hws-schaumstoffe.de

sonntags ab 20.30 Uhr geschlossen

**Knülls Tann-Eck**

34593 Knüllwald-Schellbach  
Tel. 05681 9921-0 · Fax 9921-97

Ihr Ausflugsziel im schönen Knüll  
**Ferienzeit Schnitzzeit**

Internationale Schnitzkarte in 24 leckeren Variationen!

Am Wochenende bitten wir um Reservierung!

E-Tankstelle am Hotel  
www.hotelanneck.de

Wir machen Ihre Reise!  
www.grau-busreisen.de  
☎ 05681 2307  
Ihr Partner für Gruppen- und Vereinsreisen

Kaufe Alt- und Zahngold  
**Goldschmuck Galerie**  
Y. Gabriel · 34212 Melsungen  
Kasseler Str. 1 · Telefon 05661 923785

**Handarbeits-Tag**

**31.08.2024**  
10.00 bis 17.00 Uhr

in Rotenburg an der Fulda  
im Bürgersaal am Bahnhof

Nähen Quilten Sticken  
Patchwork Stricken

... alles für Ihr Hobby!

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**GUTSCHEIN**

**2 FÜR 1**

**SONNTAG – SAMSTAG**  
25.08. – 31.08.2024

Angebot gilt nach Gutscheinvorlage 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

Beste Preise Top-Service Zufriedene Kunden

**Treffpunkt Esstisch**  
Gemütlich und einladend zugleich

MUSTERRING TIAMA Esszimmermöbel mit 5 Jahren Garantie  
Schalenstuhl, drehbar, Rückholfunktion, Stoffbezug in Cord oder Bouclé, Stativgestell Eisen schwarz oder Eiche massiv, je 299,-  
Tisch, Platte Massivholz 20 mm stark, Charakter-Eiche, geschliffen und geölt, 180x100 cm, Eisengestell schwarz sternförmig, 1.998,-

Stuhl 180° drehbar, mit Rückholfunktion

Stuhl je **299,-**  
Aktionspreis

**HÄMEL**  
ENDLICH ZUHAUSE

Einrichtungshaus Hämel GmbH · Homberger Str. 43 · 34621 Frielendorf · Telefon: 05684 99940  
info@haemel.de · www.haemel.de · Montag bis Freitag: 9.30-18.30 Uhr · Samstag: 9.30-16.00 Uhr

# Bäcker und Fleischer starten ihre Karrieren

Zwei Innungen aus dem Landkreis sprechen ihre neuen Fachkräfte frei

**Schwalm-Eder** – Die Bäcker-Innung Schwalm-Eder und die Fleischer-Innung Schwalm-Eder sprachen in der Radküstl-Schule in Melsungen ihren Berufsnachwuchs frei. Obermeister Fritz Kästel aus Trochenerfurth und Olaf Nolte aus Schwarzenborn begrüßten die neuen Fachverkäuferinnen im Nahrungsmittelhandwerk sowie die neuen Bäcker- und Fleischergehilfen, heißt es in einer Pressemitteilung der Kreis-Handwerkerschaft.

In seiner Eröffnungsrede lobte Obermeister Kästel den Ehrgeiz, das Können und die Ausdauer der neuen Fachkräfte. Einen geschichtlichen Bogen spannte Bäcker-Obermeister Olaf Nolte: Er erinnerte an den Namensgeber der Berufsschule, der als Bäcker, Fleischer und Müller eine Ausbildung absolvierte und später schließlich Vizepräsident des Hessischen Landtages wurde.

Die besten Abschlussprüfungen legten ab:

**Fachverkäuferin im Nahrungsmittelhandwerk, Fleischer:** Victoria Rittmann, Willingshausen (Stefan Völker, Willingshausen-Zella); **Fleischer:** Verena Kalhöfer,



Einer glücklicher als der andere: Die neuen Bäcker und Fleischer posieren bei der Gesellenfreisprechungsfeier der Bäcker-Innung Schwalm-Eder und der Fleischer-Innung Schwalm-Eder in Melsungen.

FOTO: KREISHANDWERKERSCHAFT SCHWALM-EDER

Vöhl-Obernburg (Fleischerei Köhler GmbH & Co. KG, Fleischer, Bad Arolsen)

**Fachverkäuferin im Nahrungsmittelhandwerk, Bäcker:** Viktoria Nowak, Olbero-

de (Olaf Nolte, Bäckermeister, Schwarzenborn).

**Die neuen Fachkräfte: Fachverkäufer/in im Lebensmittelhandwerk, Fleischerei** Chiara Wüste, Schwalmstadt-

(Fleischerei Heinrich Becker, Inh. Jörn Becker, Schwalmstadt-Treysa); Lea Hüter, Oberaula (Metzgerei Robert Müller, Betreiberin Margiet Keßler, Neukirchen); Victoria Rittmann, Willingshausen (Stefan Völker, Willingshausen-Zella); Marie-Luise Obermann, Rauschenberg (Fleischerei Heinrich Becker, Inh. Jörn Becker, Schwalmstadt-Treysa).

**Fleischer/in:** Bastian Andreas, Fritzlar (Fleischwerk Hessengut GmbH, -Bildungswesen-, Melsungen); Jeremy Breitenstein, Baunatal (Jan Willing, Fleischermeister, Felsberg); Nico Weers, Hessisch Lichtenau (Fleischwerk

Hessengut GmbH, Melsungen); Kevin Diederich-Nickel, Homberg-Allmuthshausen (Volker Luckhardt, Neukirchen-Seigertshausen); Hendrik Petner, Bad Arolsen (Günter Fritz, Fleischermeister, Bad Arolsen); Verena Kalhöfer, Vöhl-Obernburg (Fleischerei Köhler, Fleischer, Bad Arolsen); Albert Simon, Rodeberg (Fleischwerk Hessengut GmbH, -Bildungswesen-, Melsungen); Nils Bachmann, Schwarzenborn (Ortwin Bachmann, Fleischermeister, Schwarzenborn); Julian Eimer, Neunatal (Traditionsmetzgerei Kramer, Nassenerfurth); Peter Hölzer, Spangenberg (Fleischwerk Hessengut,

Bildungswesen-, Melsungen).

**Fachverkäufer/in im Lebensmittelhandwerk, Bäckerei:** Viktoria Nowak, Olberode (Olaf Nolte, Schwarzenborn); Yvette Marie Ulrich, Willingshausen (Stadtbäckerei Möller, Schwalmstadt); Jason Krutsch, Schwalmstadt (He-phata Hessisches Diakoniezentrum, Schwalmstadt); Sarah Dörfler, Gemünden (Viehmeier, Gilsberg).

**Bäcker/in:** Maxim Tschuchlitsch, Gemünden (Wohra) (Friedrich Viehmeier Bäckerei GmbH & Co. KG, Bäckerei, Gilsberg); John Effenberger, Oberaula (Café Schneider, Inhaber Martin Schneider e.K., Oberaula).

czn

**www.rb-becker.de**

**becker**

ab Mo., den 26.08.2024

**Sichtlagerungskästen z.B.:** PP-Kunststoff, versch. Farben & Größen

LF 322 L x B x H: 345 x 209 x 200 mm 5,00 € je

LF 532 L x B x H: 500 x 312 x 200 mm 9,99 € je

LF 221 L x B x H: 234 x 150 x 122 mm 2,99 € je

**56-Hg. Schlagdübel-Set** für Stein, Beton & Ziegel

inkl. Aufbewahrungskoffer 5,99 €

**Spannplattenschrauben** Torx, versch. Größen z.B.: 4x50 mm/385 Stk.

inkl. Bithalter und 2 Bits 8,99 €

**Schwerlast-Winkelverbinder mit Sicke** 4er Pack

Stahl, sendzimir verzinkt 2,99 €

**Winkel-Set** 6 Stk. 60x60x40x2,0 mm oder 8 Stk. 50x50x40x2,0 mm 3,99 €

**Metallschrank** HxBxT: 180 x 80 x 41 cm, versch. Farben, inkl. Böden, 2 Türen

oder HxBxT: 190 x 80 x 40 cm, 2 Türen, inkl. Böden, versch. Farben **TOP-PREIS 65,00 €**

**Weichkäse** mit Knoblauch 150g 1,19 €

**Joghurt** versch. sorten 150g 0,29 € je

**Ananas** Stücke im eigenen Saft, 565g ATG 340g 0,79 €

**Gutsherrentopf** Nudeltopf mit Fleischklößchen 780g 0,99 €

**Paw Patrol FREEZE POPS** versch. Sorten 62ml = 49cm 1,49 €

**Griesson Chocodo Kekse** 160g 0,89 €

**4x 0,5l Coca-Cola** Koffeinhaltiges Erfrischungsgetränk 1,99 €

**WIZ/Kleinalmerode** Industriestr. 1 05542 / 93 39 60

**Kassel** Hegelsbergstr. 21 0561 / 49 172 551

**Gudensberg** Kasselstr. 78 05603 / 91 86 54

**RB-Rolf Becker GmbH Zentrale** Industriestr. 1 - 37217 Witzhausen/Kleinalmerode

Einige Artikel können aufgrund begrenzter Vorratsmenge bereits im Laufe des ersten Angebotstages ausverkauft sein. Alle Preise ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.

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

**Scout** Kinder Regenjacke versch. Modelle & Farben Gr. 80 - 128 7,99 €

**Regenhose** versch. Farben Gr. 80 - 128 5,99 €

**Gummistiefel „Splash“** versch. Farben Gr. 24-33 7,99 €

**Akku-Rasenmäher RM 36-18 LTX BL 46** 18 V, 2 x Li-Power Akkupacks (18 V / 5,2 Ah) & Schnell-ladegerät 55l Fangsack 249,50 €

**Solarlampe zum Hängen** Kunststoff, schwarz, 9 x 15 oder 11 x 13 x 14,5 cm 4,99 €

**Solar-Lampionlichterkette** bunt, 20x Ø7,5cm, 5,25cm lang oder LED-Laterne warmweiß & RGB 16x Ø11cm, wiederaufladbar 9,99 €

**LED Akku Tischlampe** schwarz, 38 cm, Metall/Kunststoff, 48 LEDs 12,99 €

**Vogel-scheuche** mit LED-Kürbis 22x14x58 cm 15,00 €

**Garten-drache** mit Vogeltränke 22x H21 cm 9,99 €

**Gartenkind mit Laterne** 21x14x40 cm, Mädchen oder Junge 9,99 €

**Maulwurf** mit Sonnenhut ca. H13 cm 1,99 €

**Igelfamilie** 14,5x11,5cm 2,99 €

**KETER Universalbox „Grande Store“** BxHxT: 191 x 132,5 x 109 cm, grau, Kunststoff DUOTECH™ 299,50 €

**Aufbewahrungsbox „Store it out MAX“** BxHxT: 145,5 x 125 x 82 cm, anthrazit/grau, Kunststoff DUOTECH™ 149,50 €

**Geräteschrank „High Store Plus“** BxHxT: 140 x 170,4 x 73,6 cm, Kunststoff DUOTECH™, grau 199,00 €

**2.020L Stauraum** II. Wahl/948505 **299,50 €**

**1200L Stauraum** II. Wahl/948640 **149,50 €**

**1400L Stauraum** II. Wahl/949871 **199,00 €**

**Gerätehaus Signature 9x7** Außenmaß inkl. Dachüberstand (B x T): 279 x 218 cm, Pultdach aus innovativem DecoCoat™, Firsthöhe 226 cm II. Wahl/1012888 **998,50 €**

**Gerätehaus Darwin** BxHxT: 190 x 182 x 221 cm, EVOTECH-Material, grau II. Wahl/1002722 **STATT 399,00 € 299,50 €**

**Ananas** 0,79 €

**Joghurt** 0,29 €

**Gutsherrentopf** 0,99 €

**Paw Patrol FREEZE POPS** 1,49 €

**Griesson Chocodo Kekse** 0,89 €

**4x 0,5l Coca-Cola** 1,99 €

## Widerstand heute sichtbar machen

**Gensungen** – „Ihr Einsatz ist ungeheuer“ – mit diesen Worten würdigte Volker Hayessen (80), der jüngere der beiden Söhne des Gensunger Widerstandskämpfers Egbert Hayessen, das Engagement von Dieter Vaupel. Vaupel setze ein Zeichen.

Hayessen: „Das Sichtbar-machen des Widerstandes ist gerade heute für junge Menschen sehr wichtig, weil sie etwas in ihrer Gemeinde haben, mit dem sie sich identifizieren können. Ohne Dr. Vaupel wäre das Gedenken gar nicht möglich gewesen.“

Eine nette Begegnung gab es nach der Gedenkfeier zwischen Hayessen und dem Felsberger Ernst Püschel. „Ich kenne Sie“, sagte der Maurer-polier, der in Kürze 85 Jahre alt wird. Er berichtete, wie er

zusammen zu Fuß mit seiner Mutter auf den Mittelhof ging, die dort in schwerer Zeit in der Landwirtschaft half. „Wir hatten doch kaum etwas zu essen und waren so dankbar“, sagt Püschel heute.

### Medaille für Robert Weinstein

Für einen weiteren schönen Moment bei der Gedenkfeier für Egbert Hayessen sorgte der Vorsitzende der SPD-Fraktion im Felsberger Stadtparlament, Hilmar Löber: Er verkündete, dass der am 8. November 1938 in Felsberg von den Nationalsozialisten ermordete Jude Robert Weinstein posthum mit der Willy-Brandt-Medaille ausgezeichnet wird.

Löber würdigte auch die Aktivitäten von Dieter Vaupel in Felsberg, unter anderen das Verlegen von Stolpersteinen zur Erinnerung an jüdische Familien.

Robert Weinstein war Sozialdemokrat und stellvertretender Stadtverordnetenvorsteher in Felsberg. Er war deutschlandweit das erste Pogrom-Opfer. Willy Brandt (1913–1992) war Bundeskanzler, SPD-Ehrenvorsitzender und Friedensnobelpreisträger.

m.s.



Ein Platz für Egbert Hayessen – diese Initiative hat Dieter Vaupel, links, gegründet und viele Unterstützer gefunden. Rechts: Volker Hayessen, der jüngere Sohn des am 15. August in Plötzensee hingerichteten Widerstandskämpfers.

FOTO: MANFRED SCHAAKE

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
MELSUNGEN, FIZELAR, HOMBURG, BORNEN

**nh-wochenzeitungen.de**

**IMPRESSUM**

Herausgeber: NHW Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34212 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 61 / 70 57 27 E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Layout und Gestaltung: DIGITALE KREATIV AGENTUR Frankfurter Str. 168, 34212 Kassel

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

Zustellung: VTS Süd GmbH Geschäftsadresse: Brückenstraße 6, 34212 Melsungen Postanschrift: Frankfurter Straße 168, 34212 Kassel, Tel.: 05 61 / 203-23 23 E-Mail: vertreibsleitung@hna.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 3a vom 1.3.2024

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 vertreibsleitung@hna.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.



Jahreshauptversammlung an der Obermelsunger Straße: von links Dörte Hoppe, Jürgen Hoppe (Wanderwart), Irmchen Kopp, Siggie Brückmann (Wanderführer) und Helga Wiegand.

FOTO: HEIMAT- UND VERSCHÖNERUNGSVEREIN

## Linke bestätigt Jürgen Bachmann an der Spitze

**Schwalm-Eder** – Mit großer Geschlossenheit wählte Die Linke Schwalm-Eder auf ihrer Kreismitgliederversammlung einen neuen Kreisvorsitzenden. Dieser bleibt laut Mitteilung Jürgen Bachmann aus Bad Zwesten.

Der 42-jährige Informatiker ist als wissenschaftlicher

**Jürgen Bachmann**  
Kreisvorsitzender



FOTO: PRIVAT

Mitarbeiter in der Bundestagsgruppe der Partei Die Linke beschäftigt.

Die Linke verabschiedete und ehrte zudem die langjährige Kreisschatzmeisterin Iris Bluthardt. Sie wird künftig als Beisitzerin agieren, heißt es in einer Mitteilung.

Neuer Kreisschatzmeister ist Marco Berger aus Niedenstein, der 2023 den Jugendverband der Partei im Kreis mitgründete. Komplettiert wird der Kreisvorstand durch Sebastian Schackert.

czn

# Wiegand ist die Fleißigste

## Hauptversammlung des Heimat- und Verschönerungsvereins

**Melsungen** – Helga Wiegand wurde kürzlich bei der Jahreshauptversammlung des Melsunger Heimat- und Verschönerungsvereins als erfolgreichste Wanderin des Jahres 2023 geehrt.

Mit 398 Kilometern wanderte sie am meisten. Ihr folgten die Zweitplatzierte Irmchen Kopp mit 394 Kilometern sowie mit 384 Kilometern Dörte Hoppe auf Platz Drei.

Thema war neben den Ehrungen auch das Heimatmuseum. Vorsitzender Heinrich Ostheim teilte mit, dass sich seit der zwangsweisen Räumung des bisherigen Museums vor einem Jahr in Sachen Neueinrichtung seitens der Stadt Melsungen sehr wenig getan habe, heißt es einer Mitteilung des Vereins.

Museumsleiter Herbert Losleben berichtete unter anderem über den Fortgang der

anstehenden und noch offenen Arbeiten, die von den städtischen Schreibern zu erledigen seien.

In einem Jahresrückblick ließ Wanderwart Jürgen Hoppe die zahlreichen Wanderungen Revue passieren. Dabei hob er laut Mitteilung besonders die verschiedenen Zusammenkünfte in der Vereinshütte wie den Neujahrsempfang, das Frühlingsfest, das Herbsthüttenfest und die

Weihnachtsfeier hervor. Insgesamt nahmen 61 Wanderinnen und Wanderer an den 49 Wanderungen im Jahr 2023 teil, wobei insgesamt 436 Kilometer zurückgelegt wurden.

Nach den Berichten und der Entlastung des Vorstandes standen die Neuwahlen an. Hier wurde der gesamte Vorstand für ein weiteres Jahr einstimmig wiedergewählt. Dieser setzt sich zu-

sammen aus dem Vorsitzenden Heinrich Ostheim, Schriftführer Winfried Matthes, stellvertretende Schriftführerin Helga Engelhardt, Kassenwart Frederic Simon, Kassenprüfer Wilfried Koch, Reinhard Hinz und Bernd Baszok, Museumsleiter Herbert Losleben, Wanderwart Jürgen Hoppe. Als stellvertretende Wanderwarte wurden Siggie Brückmann und Karl Ploch gewählt.

kes



## 62 Abiturienten starten ins Leben

### König-Heinrich-Schule verabschiedet Schüler in Fritzlärer Stadthalle

**Fritzlar** – An der König-Heinrich-Schule Fritzlar haben 62 Schüler ihre Abiturzeugnisse erhalten. Das teilte die Schule jetzt mit. Verbunden war die Verabschiedung in der Fritzlärer Stadthalle mit den besten Wünschen für die Zukunft von Stadt, Elternschaft, Lehrern und Schulleitung der KHS.

Mit Malte Gottschalk, Magnus Reymer, Moritz Martin und Josefine Jäger erreichten vier der Abiturienten die Traumabschlussnote 1,0, insgesamt konnten sich zehn von ihnen eine hervorragende Abiturnote mit einem Durchschnitt besser als 1,5 erarbeiten. Die Schulleiterin würdigte das ehrenamtliche Engagement des Jahrgangs. Bürgermeister Hartmut Spogat stellte die Bedeutung der Schulabgänger für die Gestaltung der Region in den Vordergrund.

Mit einer persönlichen Torenrede, die die Grenzen der Künstlichen Intelligenz ebenso thematisierte wie deren Chancen für den schulischen Kotext nahm Dr. Gerold Brink-Spalink Abschied vom Jahrgang, für die Abiturienten bedankte sich Hannah Diederich in ihrer interaktiven Büttenrede bei den Lehrern. Die Big Band der KHS begleitete den Abschluss musikalisch. Folgende Schüler erhielten ihre Allgemeine Hochschulreife:

**Tutorium Dr. Gerold Brink-Spalink:** Haifa Eibo (Borken), Jolina Gräbing (Neuental), Fynn Hahn (Bad Emstal-Sand), Johannes Handreck (Fritzlar), Halla Khalid (Wabern), Marlin Möller (Kirchberg), Franz Niebert (Maden), Tatiana Paul (Fritzlar), Magnus Reymer (Fritzlar), Svenja Ritte (Fritzlar) Marcus Schubert (Trockenerfurth) und Lu-

ca Zickmantel (Dissen).  
**Tutorium Kirsti Reichelt:** Laura Bauer (Gudensberg), Hannah Diederich (Fritzlar), Sophia Enzeroth (Gudensberg), Luisa Hucke (Gleichen), Tim Idepremer (Trockenerfurth) und Loona Rose (Wenzigerode).

**Tutorium Dörthe Rick:** Deborah Arbogast (Homburg), Michelle Bielert (Fritzlar), Sebastian Brandt (Ermethais), Eda Nur Disdis (Fritzlar), Janis Franken (Fritzlar), Aimie Fröhlich (Fritzlar), André Gilung (Wolfershausen), Carlos Hirschberger (Wolfershausen), Josefine Jäger (Fritzlar), Robin Kasper (Grifte), Amelie Koch (Gudensberg), Alina Köhler (Borken), Luisa Leppin (Niedenstein), Nele Lossin (Cappel), Moritz Martin (Wichdorf), Lola Neumann (Wichdorf), Mika Pfeifer (Fritzlar), Irem Samsunlu (Kleinenglis), Mika Tielmann (Neuenbrunslar) und Isabella Wolf, Isabella (Lohne).

**Tutorium Dr. Ricarda Stern:** Hannah Hesse (Maden), Tim Hubrich (Gudensberg), Bastian Keller (Bad Emstal-Sand), Marcel Kowollik (Besse), Jakob Krech (Besse), Maximilian Krumrey (Maden), Ben Kühlewind (Gudensberg), Hanna Kuntze (Besse), Luise Lange (Besse), Max Löber (Fritzlar), Niels Ott (Fritzlar), Valentin Otto (Borken), Leticia Pfaff (Borken), Morten Reubert (Borken), Moritz Schüßler (Edermünde) und Linus Werner (Homburg).

**Tutorium Manuela Salzig:** Malte Gottschalk (Werkel), Erwin Herbolt (Wichdorf), Mailo Kaiser (Fritzlar), Jule Köhler (Gudensberg), Melek Meral (Felsberg), Celine Oks (Gudensberg), Adrian Paul (Wabern) und Isabella Puconja (Obervorschütz).

chm



**ASKLEPIOS**  
KLINIKEN SCHWALM-EDER

informiert

## Hilfe für ein selbstbestimmtes Leben

Seit acht Monaten gibt es die geriatrische Tagesklinik im Asklepios Klinikum Schwalmstadt

**Schwalmstadt.** Der demographische Wandel schreitet kontinuierlich fort, daher kommt der Altersmedizin eine immer wichtigere Bedeutung zu. Nicht ohne Grund gibt es seit mehr als 25 Jahren eine Abteilung für Altersmedizin (Geriatric) im Ziegenhainer Krankenhaus, vergangenen Herbst wurde das bislang vollstationäre Angebot um eine geriatrische Tagesklinik erweitert. Mit ihr verfügt das Asklepios Klinikum Schwalmstadt über bis zu 14 Therapieplätze, im Rahmen dieses teilstationären Angebots erhalten Senioren, etwa nach einem längeren Krankenhausaufenthalt, eine intensive therapeutische Begleitung. Durch die unmittelbare Nähe zum Krankenhaus kann bei Bedarf auf dessen gesamtes Leistungsspektrum zurückgegriffen werden.

Die geriatrische Tagesklinik bietet umfangreiche medizinische und therapeutische Leistungen für ältere Menschen, neben der reinen medizinischen Betreuung stehen zusätzlich physiotherapeutische und ergotherapeutische Maßnahmen sowie soziale Aktivitäten im Fokus. Ziel ist es, den Patienten dabei zu helfen, ihre Selbstständigkeit zu erhalten und wiederzuerlangen und somit ihre Lebensqualität zu steigern. Ärzte verschiedener Fachrichtungen, geriatrisch geschulte Pflegekräfte, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden und Psychologen sowie Seelsorger und Mitarbeitende des Sozialdienstes bilden dazu ein multiprofessionelles Team, das sich ganzheitlich um die Wiederherstellung einer mög-



Bei der täglichen Visite: Chefärztin Kathrina Hennighausen (3. v. l.) mit den Oberärzten Werner Nelde und Carsten Hohmann sowie Krankenschwester Gaby Kromer.

Foto: Asklepios Kliniken Schwalm-Eder

lichst hohen Eigenständigkeit bei größtmöglicher Mobilität kümmern.

Zu Beginn der teilstationären Behandlung in der Tagesklinik wird, neben einer ärztlichen Untersuchung, auch ein sogenanntes geriatrisches Assessment durchgeführt. Mittels verschiedener standardisierter Tests erfolgt eine Einschätzung der Patienten bezüglich ihrer medizinischen, psychosozialen und funktionellen Möglichkeiten. Anhand deren Ergebnisse entwickeln Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten im Anschluss einen gemeinsamen Behandlungsplan, der auf die individuellen, persönlichen Bedürfnisse sowie die notwendigen medizinischen und therapeutischen Maßnahmen abgestimmt ist. Dieser kann folgendes erhalten: medizinische Diagnostik und Therapie, aktivierende Pflege, Umgang mit Hilfsmitteln, Physiotherapie (einzeln oder in Gruppen), Physikalische Therapie, beispielsweise

Massagen oder Fango-Therapie, medizinische Trainingstherapie, Ergotherapie, einschließlich eines Trainings von Alltagskompetenzen, Gedächtnistraining und neuropsychologische Diagnostik, Depressionsbehandlung, Logopädie, Sozialdienst, Hilfen für den Erhalt der Selbstständigkeit zu Hause (Hilfsmittelberatung und Hilfsmittelverordnungen), Beratung und Anleitung von Angehörigen, Ernährungstherapie und Diabetes-Beratung sowie Wundmanagement.

Die Behandlung dauert in der Regel ein bis drei Wochen und findet werktags in der Zeit von 08.30 bis 15.00 Uhr statt. Dazu werden die Patienten morgens zu Hause abgeholt und nachmittags wieder zurückgebracht. Der Hausarzt oder die behandelnde Klinik können ihre Patienten in die geriatrische Tagesklinik einweisen – dabei ist jedoch stets darauf zu achten, dass die häusliche Versorgung in der Nacht, am

Wochenende und an Feiertagen gewährleistet ist. „Unser neues Angebot wird sehr gut angenommen“, sagt Chefärztin Kathrina Hennighausen, „wir bekommen viel positives Feedback von den Patienten, weil sie ihre Eigenständigkeit zurückerhalten“. Auch Dr. Dagmar Federwisch freut sich über die erfolgreiche Erweiterung des Leistungsspektrums am Standort Ziegenhain. „So können wir älteren Menschen nicht nur medizinisch helfen, sondern sie auch in ihrem Alltag begleiten und bei einem selbstbestimmten Leben unterstützen“, betont die Geschäftsführerin des Asklepios Klinikums Schwalmstadt.

**Asklepios Klinikum Schwalmstadt**  
Krankenhausstraße 27  
34613 Schwalmstadt  
Tel.: (0 66 91) 799-407  
Fax: (0 66 91) 799-301  
tagesklinik-schwalmstadt@asklepios.com  
www.asklepios.com/schwalmstadt

# Dachdecker haben einen neuen Vorstand

Joachim Schaumlöffel bleibt Obermeister – Heiko Wagner und Lena Verhaar sind neu im Team

**Schwalm-Eder** – Joachim Schaumlöffel aus dem Gudensberger Stadtteil Obervorschütz bleibt für weitere vier Jahre Obermeister der Dachdecker-Innung Kassel. In der Jahreshauptversammlung wurde er erneut einstimmig ins Amt gewählt.

Neu im Vorstand sind Heiko Wagner aus Seigertshausen und Lena Verhaar aus Zierenberg. Lena Verhaar löst Roland Steinfadt aus Wolfhagen ab, der seit 2006 im Innungsvorstand wirkte, wie die Dachdecker-Innung Kassel weiter mitteilt.

Mit großer Einigkeit wurden darüber hinaus auch die bisherigen Vorstandsmitglieder und Regionalvertreter wiedergewählt.



**Der Vorstand der Dachdecker-Innung Kassel:** von links Joachim Schaumlöffel, Jens Köster, Jörg Halberstadt, Jörg Lewandowski, Christian Vonhold, Stefan Horstmann, Heiko Wagner, Lena Verhaar, Danny Hönicke und Karsten Schiedrum.

FOTO: KREISHANDWERKERSCHAFT SCHWALM-EDER

Dem Vorstand gehören an: Obermeister Joachim Schaumlöffel aus Obervorschütz, die stellvertretenden Obermeister Heiko Rudolph aus Kassel und Peter Bärwald aus Ahnatal sowie die Vorstandsmitglieder Jörg Halberstadt aus Kassel, Jörg Lewandowski aus Malsfeld, Heiko Wagner aus Seigertshausen und Ingmar Brede aus Schauenburg, Karsten Schiedrum aus Eschwege, Andreas Immig aus Bad Soden-Allendorf, Danny Hönicke aus Schauenburg, Lena Verhaar aus Zierenberg, Jens Köster aus Gottsbüren, Stefan Horstmann aus Gensungen, Frank Becker aus Bad Zwesten und Christian Vonholdt aus Ver- bra

# Zum Schutz der Tagpfauenaugen

Felsbergerin setzt sich ein: Wegränder werden später gemäht

**Felsberg** – Damit rund um Felsberg viele tausend Raupen weiterleben und daraus wunderschöne Schmetterlinge werden, werden Brennnesseln an Wegsrändern erst später gemäht als bisher.

„Ich freue mich sehr über die positive Reaktion des städtischen Bauhofes und des Stadtgärtners“, sagte im HNA-Gespräch die Felsbergerin Karin Keil-Harbach. Die 75-jährige Lehrerin im Ruhestand und Tochter des früheren langjährigen Stadtparkassistenten hatte sich an die Stadt gewandt.

„Ich liebe alle Tiere und bin mit dem Naturschutz sehr verbunden“, sagt Keil-Harbach. Auch in ihrem Garten setze sie sich zum Erhalt von Flora und Fauna ein. „Und Schmetterlinge sind immer ein Thema“, sagt sie.

Dass man Hecken und Bäume nicht während der Brutzeit schneiden darf, ist gesetzlich vorgeschrieben. „Selbst ein toter Baum darf ohne Genehmigung nicht gefällt werden“, weiß die Felsbergerin. Vögel müssen sich und ihre Brut ernähren, um zu überleben. Hauptsächlich von Insekten. „Diese wieder-

um brauchen die Natur in Form von Wildkräutern, Gräsern und zum Beispiel Weiden“, sagt Keil-Harbach. „Die meisten unserer Hausgärten bieten das nicht mehr, extrem sind die Schottergärten.“

Was Keil-Harbach auch bewegt: Wenn jetzt Grünstreifen gemäht und gemulcht werden, sterben tausende von Insekten. Im Vorjahr entdeckte sie in der Feldmarkung Brennnesseln mit vielen Raupen. Als sie am nächsten Tag fotografieren wollte, war alles geschreddert. Das machte sie nachdenklich: „Nichtmähen und Nichtmulchen der Brennnesselstreifen würden den Fortbestand des Tagpfauenauges sichern, und wir würden wahrscheinlich mal wieder mehrere Schmetterlinge sehen.“ Auslöser ih-

rer Initiative an die Stadt, erst einmal mit dem Mähen und Mulchen zu warten, war nach Angaben der Felsbergerin auch ein HNA-Bericht, dass es – auch durch den Klimawandel – kaum noch Schmetterlinge gebe. Als sie kürzlich in der Feldmarkung tausende von Raupen in den unterschiedlichsten Entwicklungsstadien entdeckte, wandte sie sich an die HNA und die Stadt. Durch die Vermittlung von Stadtrat Hartmut Wagner kam schnell eine positive Nachricht vom Bauhof und dem Stadtgärtner: Es werde später gemäht. Keil-Harbach ist zufrieden, sagt aber auch: „Eigentlich müsste man alles stehen lassen, was an den Wegrändern wächst und die Menschen nicht stört. Einmal Mähen im Frühjahr reicht doch.“ m.s.



**Mit dem Tablet in der Natur:** Karin Keil-Harbach dokumentiert das Aufkommen der Raupen für das Tagpfauenaug. Unser Foto entstand zwischen Felsberg und Lohre. Am Wegesrand stehen zahlreiche Brennnesselpflanzen.

FOTO: MANFRED SCHAAKE



**Bestand der Tagpfauenaugen** sollen gesichert werden.

ARCHIVFOTO: GUDRUN HÄUSLER

**Antik 25.08. Flohmarkt Hann. Münden**  
Weserpark, ohne Anmeldung ab 7 Uhr

**XXL FLOHMARKT**  
Baunatal Ratiland 25.8.  
hansenmaerkte.de ☎ 0172 6826660

**FLOHMARKT**  
Höffner, KS-Fuldabrück  
So., 25. August  
Info-Tel. 0561 23235  
www.flohmarkt-mit-herz.de  
Kassel, Wilhelmsstraße  
31. Aug./7. Sept.

**Flohmarkt Metro 01.09.**

# Neue Friseure schneiden gut ab

Felix Braun aus Frielendorf legt bestes Prüfungsergebnis hin

**Schwalm-Eder** – Die Ausbildung ist vorbei, jetzt folgt hoffentlich die Festanstellung: Mit einer feierlichen Übergabe der Gesellenbriefe in der Kreishandwerkerschaft in Homberg endete die Ausbildungszeit für sieben Friseure im Schwalm-Eder-Kreis. Das teilt Wolfgang Scholz, Geschäftsführer der Kreishandwerkerschaft, mit.

Die stellvertretende Obermeisterin Bianca Rehm-Aubel aus Densberg gratulierte zur bestandenen Gesellenprüfung. Sie dankte den Ausbildungsbetrieben, der Berufsschule sowie allen Wegbegleitern, die an der positiven Entwicklung der Ausbil-



**Strahlende Gesichter** bei der Gesellenfreisprechungsfeier der Friseur-Innung Schwalm-Eder in Homberg.

FOTO: KREISHANDWERKERSCHAFT SCHWALM-EDER

dung Anteil hatten.

„Wir haben einen der schönsten Berufe der Welt. Er ist bunt, vielfältig und wir sind mit unserer Frisurenmode die Trendsetter der Zeit“, sagte sie und warb für die Weiterbildung im Friseurhandwerk. Für die Reichspräsident-Friedrich-Ebert Schule gratulierten die Fachlehrer Caren Klippert und Michael Keim. Die beste Gesellenprüfung legte Felix Braun aus Frielendorf ab. Er wurde von Nina Eberwein aus Remsfeld ausgebildet, heißt es von der Kreishandwerkerschaft weiter. „Es ist schön, dass wir nach vielen Jahren wieder mal einen männlichen Fri-

seur als Prüfungsbesten auszeichnen können“, sagte Rehm-Aubel.

Die neuen Friseure mit den Ausbildungsbetrieben in Klammern: Emely Schmidt, Neukirchen (Dirk Schaller, Homberg); Tim Schröder, Wabern (Kerstin Buddner, Fritzlar); Emily Wilkens, Spangenberg-Elbersdorf (Dirk Schaller), Laura Hoffmann, Homberg, externe Ausbildung); Erik Bacher, Fritzlar (Sophie Sauer, Fritzlar); Afroditi Seng, Schwalmstadt (Ute Nees-Thiedemann, Neustadt); Felix Braun, Frielendorf (Nina Eberwein, Knüllwald-Remsfeld).

c27

# Sieben Nordhessen reisen für Projekt nach Simbabwe

Berufsschüler und -lehrer aus Fritzlar wollen eine Schule in Afrika bauen

**Fritzlar** – Fünf Berufsschüler aus der Reichspräsident-Friedrich-Ebert-Schule (RFES) in Fritzlar bereiten sich auf ein großes Abenteuer vor. Mit zwei Lehrkräften wollen sie im Herbst nach Simbabwe reisen und dort eine Schule bauen. „Das wird eine spannende Erfahrung“, sagt Schüler Marlon Drum.

Ein großer Seecontainer steht schon fertig gepackt auf dem Schulgelände. Er geht bereits vor den Nordhessen auf die Reise nach Simbabwe. Im Gepäck hat er Tafel, Stühle, Tische – alles was in der neuen Schule in Afrika gebraucht wird. Es sind Möbel, die von Schulen aus dem Landkreis aussortiert wurden. Doch auch medizinische Ausstattung reist mit nach Afrika, es soll kein Platz verschenkt werden.

Lehrer und Initiator Dirk Beyer blickt voller Vorfreude auf den Einsatz in Simbabwe. „Das ist für die Schüler und auch für uns Lehrer eine Gelegenheit, die wir nie wieder bekommen“, sagt Beyer.

Aus dem Kollegium begleitet ihn Thomas Fuhrmann, Erik Kothe, Moritz Rauch, Si-



**Helfen beim Packen:** von links Schirmherr Hartmut Spogat, Beate Tohmé, Calvin Keudel, Dirk Beyer, Danil Cicer, Denis Kelsch und Clemens Albrecht.

FOTO: PHILIPP KNOCH

mon Wiesa, Finn Kuntz und Marlon Drum werden aus der Schülerschaft nach Simbabwe reisen. „Unsere Truppe besteht aus einem Fliesenleger, einem Maurer und drei Zimmerern“, sagt Marlon Drum. Der 17-Jährige wird wie seine Klassenkameraden im zweiten Lehrjahr sein, wenn es auf die Reise nach Afrika geht. Die sieben Nordhessen haben sich viel vorgenommen: Drei vollausgestat-

tete Klassenräume sollen in drei Wochen in Simbabwe gebaut werden. Vom Fundament bis zur Inneneinrichtung und der Elektrik – die Stromversorgung erfolgt über Solar – sind die Fritzlarer voll und ganz in den Bau mit eingebunden. Der Container soll zum vierten Klassenraum werden.

Handwerker aus Simbabwe sollen das deutsche Team beim Bau unterstützen. „Da-

für gab es noch mal einen Englisch-Crashkurs. Den werden die Schüler auch hier gut brauchen können, oft gibt es auch in Deutschland ausländische Arbeiter“, erklärt Beyer. Marlon Drum fühlt sich gut vorbereitet. „Englisch kann ich.“, sagt der 17-Jährige selbstbewusst, für den schnell klar war, dass er sich diese Chance nicht entgehen lassen will.

In Simbabwe ist die Vor-

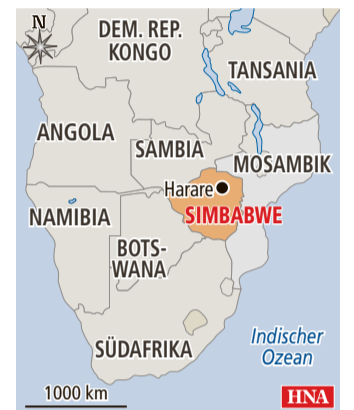
freude ähnlich groß. „Es geht um eine Grundschule in einer ländlichen Gegend. Aktuell findet der Unterricht dort unter einer Plane statt“, berichtet Beate Tohmé vom Kinderhilfswerk Global Care. Sie wohnt in Nachbarschaft zu Dirk Beyer, durch einen Plausch am Gartenzaun entstand das Projekt. „Das Spendeziel ist noch nicht ganz erreicht“, sagt Tohmé. Etwa 50 000 Euro benötigt das

Team, knapp 22 000 Euro sind bislang durch Spenden zusammengekommen.

Schüler Marlon Drum geht davon aus, auch in Afrika seine Arbeit gut verrichten zu können. Gespannt ist er sehr auf Land und Leute: „Natürlich will ich die Kultur kennenlernen.“ Er ist sich aber auch bewusst, wofür er nach Simbabwe reist. „Wir sind da, um zu arbeiten und nicht, um am Pool zu liegen“, sagt Lehrer Beyer und ist den Ausbildungsbetrieben dankbar, die ihre Lehrlinge für das Projekt hergeben. „Viele Betriebe unterstützen sogar mit Werkzeug oder Material.“

red

## AFRIKA



## PERSONALIE

**Christa Strohm** feierte jetzt ihr 50-jähriges Dienstjubiläum beim Regionalbauernverband Kurhessen. 1974 begann Strohm ihre Ausbildung zur Bürokauffrau beim Kreisbauernverband Fritzlar und wurde anschließend zur Mitarbeiterin im Sekretariat des damaligen Kreisbauernverbandes Fritzlar. Sie bildete sich zur Personalfachkauffrau fort und setzt als Fachberaterin ihren beruflichen Schwerpunkt im Bereich der landwirtschaftlichen Sozialversicherung sowie im Bereich des Rentenrechts der Deutschen Rentenversicherung. Außerdem arbeitete sie in der Buchhaltung und kümmerte sich dort um kurzfristige Arbeitsverhältnisse und ausländische Saisonarbeitskräfte.

Gemeinsam ein starkes Team!

**WIR SIND KÖNIG IMMOBILIEN**

Matthias Vollmer, Jürgen König und Björn König

**Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?**

Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite!  
www.koenig-immobilien.de  
05681 99299

**König IMMOBILIEN**



**M wie Musikschutzgebiet:** Carolin Schwalm und Felix Bork halten das Logo des Festivals.

ARCHIVFOTO: LEA BECKMANN

# Ein Festival für alle

Das Musikschutzgebiet findet in Hombergshausen statt

**Hombergshausen** – Ende August ist es wieder soweit. Dann findet das Festival Musikschutzgebiet (MSG) in Hombergshausen statt. Von Donnerstag, 29. August, bis Sonntag, 1. September, gibt es auf dem Grünhof wieder abwechslungsreiche Musik und vielfältige Künstler, wie die Sängerin Uche Yara und das Duo Depri Disko.

**F wie Familie:** Das MSG zeichnet sich dadurch aus, das es ein Festival für die ganze Familie ist. Das spiegelt sich auch in dem Rahmenprogramm wieder. Denn neben den Auftritten der Musiker können die älteren Besucher zum Beispiel Bier-Yoga ausprobieren. Für die jüngeren Besucher gibt es Kinder-Yoga. „Und wir haben auch wieder uns Krümelerschutzgebiet mit dem Zirkutopia“, sagt Hanna Rose vom MSG-Presseteam. Der Sonntag ist für alle Besucher frei und bietet auch ein buntes Rahmenprogramm „mit Spiel, Spaß und Basteleien für groß und klein“, sagt Hanna Rose.

**E wie Ehrenamt:** Das wird beim MSG groß geschrieben. Denn der Verein Musikschutzgebiet organisiert das Festival ehrenamtlich. Die Veranstaltung zielt nicht auf Gewinn ab. „Das Festival lebt zudem von Freiwilligen“, sagt Rose. Jedes Jahr gibt es zahlreiche Helfer, die sich unter anderem bei Auf- und Abbau sowie bei Schichten an der Theke engagieren. Wer Lust hat beim MSG zu helfen, kann sich über die Homepage musikschutzgebiet.de anmelden. Als Dankeschön bekommt jeder Helfer nach seiner letzten Schicht das Geld für sein Ticket zurück.

**S wie Stände:** „Bei der Kulinarik setzen wir wieder auf Altbewährtes“, betont die Pressesprecherin. Der Stand von vergangener Jahr Wildes Rotkäppchen sei so gut angekommen, dass er auch diesmal wieder dabei ist. Dort gibt es Burger und Pommes. Ansonsten wird es auch wieder Bratwurst, vegetarische Gerichte und Crêpe geben. „Anorak21 und die King

Schulz Bar sind auch dabei.“

**T wie Tanzen:** Vor drei Bühnen können die Besucher wieder zu vielfältiger Musik tanzen. Auf der Hof- und Scheunen-Bühne treten die Künstler abwechselnd auf und dann gibt es noch den Gartenfloor. „Dort werden auch diesmal Live-Acts auftreten und nicht nur DJs auflegen“, sagt Rose. Beim Gartenfloor erklingen eher elektronische Sounds.

**I wie Infrastruktur:** Bei einem Festival dürfen ausreichend Toiletten nicht fehlen. „Wir haben auf dem Festivalgelände, am Einlass sowie auf dem Zeltplatz Dixi-Klos in ausreichender Menge, die während des Festivals selbstverständlich zwischengereinigt werden“, sagt Rose. Zudem gebe es eine kleine Anzahl an Duschen mit ausschließlich kaltem Wasser.

**V wie Verein:** Der Verein Musikschutzgebiet, der das Festival organisiert, besteht aktuell aus knapp 50 ak-

tiven Mitgliedern. Dazu kommen noch rund 30 Fördermitglieder. Der Verein wurde nach dem ersten Festival, das vor 20 Jahren stattfand gegründet. Bei der Gründung waren es ungefähr zehn Vereinsmitglieder, erklärt Hanna Rose.

**A wie Anreise:** Ein Tipp für die Anreise – Fahrgemeinschaften bilden. „Dazu werden wir auch vor dem Festival nochmal einen Aufruf in den Sozialen Medien starten, damit sich die Besucher vernetzen können“, sagt Rose. Die Parkplätze stehen direkt unterhalb des Grünhofs auf dem Feld zur Verfügung.

**L wie Line-Up:** Von Indie-Rock über Popmusik bis hin zu Rap ist die Bandbreite an Genres wieder groß. Insgesamt treten 35 Künstler beim MSG auf. Unter anderem sind Pimf und die Band Teuterkordz dabei. Das Festival legt auch in diesem Jahr wieder großen Wert auf die Förderung regionaler Newcomer und Newcomerinnen.

**AWWiN!** Bad Wildungen NATÜRLICH GUT

# STADTFEST mit Blumenfestival

**30. AUGUST 1. SEPTEMBER**

mit verkaufsoffenem Sonntag von 13.00 bis 17.00 Uhr

**INNENSTADT BAD WILDUNGEN**

Programm-Höhepunkte:

- \* 300.000 Dahlien an Motivwagen und riesigen Blumentafeln
- \* Livemusik und Walking Acts
- \* Freitagabend Swing & Dixie-Musik
- \* Samstagabend Party auf der Festmeile
- \* Sonntag 14 Uhr Einzug der Bad Wildunger Blumenkönigin mit Show- & Marchingband, Flower-Power-Cadillac und einigem mehr ...

Weitere Programinfos unter: [www.bad-wildungen.de](http://www.bad-wildungen.de)

Veranstalter: Staatsbad Bad Wildungen GmbH  
Bilder: Adobe Stock | Änderungen vorbehalten.

# An Egbert Hayessen ein Beispiel nehmen

Gedenken an den Widerstandskämpfer in Gensungen

**Gensungen** – Als ein klares Bekenntnis gegen Fremdenfeindlichkeit und Ausgrenzung und für die zentralen Werte unserer Demokratie bezeichnete Dr. Dieter Vaupel das Erinnern an den Widerstandskämpfer Egbert Hayessen (1913 – 1944). Zu Ehren Hayessens hatte die von ihm gegründete Bürgerinitiative „Ein Platz für Egbert Hayessen“ zu einer Gedenkfeier am Donnerstagabend eingeladen.

Der Platz am Bahnhof war 2020 eingeweiht worden. Das Gedenken bezeichnete Historiker Vaupel als eine Veranstaltung gegen Rechtspopulismus heute und dafür, wie wichtig es sei, sich für die Werte der Demokratie und deren Erhalt einzusetzen.

Hayessen verbrachte einen Teil seines Lebens auf dem Mittelhof. Er gehörte zum militärischen Widerstand um Claus von Stauffenberg. Auf dem Bahnhof Gensungen hatte er sich von seiner Familie verabschiedet.

Nach dem gescheiterten Attentat auf Hitler wurde er als einer der Ersten am 20. Juli festgenommen. Am 15. August 1944 verurteilte ihn der „Volksgerichtshof“ unter dem berüchtigten Roland Freisler zum Tode. „Was muss Hayessen in diesen fast vier Wochen im Gefängnis in



**Gedenken an Egbert Hayessen:** Auf dem nach dem Widerstandskämpfer benannten Platz in Gensungen fanden sich trotz der Sommerhitze viele Menschen aus dem Edertal zur Gedenkfeier ein.

FOTO: MANFRED SCHAAKE

Berlin gelitten haben?“, fragte Vaupel. Und erinnerte an die Sorgen der Ehefrau und der beiden kleinen Kinder: „Es war ja Sippenhaft angedroht worden.“

„In der Verhandlung versuchte Freisler, ihn zu demütigen und zu entwürdigen, davon existieren versteckt gemachte Filmaufnahmen, aber Hayessen bewahrte Haltung“, berichtete Vaupel.

Mit anderen zum Tode verurteilten sei er direkt zum Henker geführt worden: „Es war ihm nicht möglich, noch einen Abschiedsbrief an sei-

ne Familie zu schreiben. Hayessen wurde zwei Stunden nach dem Urteil in Plötzensee erhängt.“ Es gebe keine gesicherten Aussagen darüber, wo die Asche der am Umsturzversuch Beteiligten verblieben sei.

„Wie schmerzhaft muss das alles über Jahre und Jahrzehnte hinweg für die Familienangehörigen gewesen sein?“, fragte Vaupel. Mit der Gedenkfeier wolle man auch zeigen, „dass wir zumindest einen Teil dieses Schmerzes an solchen Tagen mit ihnen teilen wollen“.

Hayessen und die anderen Widerständler, sagte Vaupel, hätten sich entschieden, für das Wiedererlangen der Menschlichkeit nicht zuletzt ihr eigenes Leben einzusetzen: „Sie wollten sich nicht weiter Hitler und der NS-Ideologie unterordnen, haben sich moralisch entrüstet über die Unmenschlichkeit des Regimes und haben gehandelt. Damit standen und stehen sie bis heute für ein anderes Deutschland, dafür gebührt ihnen Wertschätzung und Anerkennung.“

Gerade heute sei es beson-

ders wichtig, positive Vorbilder wie Hayessen zu würdigen: „Wir haben in den vergangenen Jahren in Deutschland den Aufstieg der Rechtspopulisten erlebt“, sagte Vaupel. Auch in Felsberg habe bei der jüngsten Landtagswahl ein Fünftel aller Wähler der vom Verfassungsschutz als rechtsextremistischer Verdachtsfall eingestuft AfD die Stimme gegeben. Der namhafte Vertreter Björn Höcke habe das Holocaustmahnmal als „Mahnmal der Schande“ bezeichnet: „Das ist bestürzend“, sagt Vaupel.

Hayessen sei ein regionales Vorbild in dunkler Zeit, habe in einem Unrechtsstaat für die Menschenwürde gekämpft. Vaupel zitierte eine Schülerin: „Es ist sehr wichtig, dass es Egbert Hayessen gab und dass er Dinge tat, die er getan hat.“

Junge Menschen können sich an ihm und den anderen Widerstandskämpfern, ein Beispiel nehmen.

Egbert Hayessen ist ein wichtiger Bestandteil der deutschen Geschichte und sollte nicht in Vergessenheit geraten.“

m.s.

## Viel Präsenz im Wahlkampf

Melsungens Bürgermeisterkandidat Timo Riedemann gibt Termine für Infoabende bekannt

**Melsungen** – Drei Kandidaten wollen zur Melsunger Bürgermeisterwahl am 1. Dezember antreten. Einer von ihnen ist der Schwarzenberger Timo Riedemann (SPD). Zu seinem Wahlkampf gehören unter anderem mehrere Informationsabende, deren Termine er jetzt bekannt gibt.

Bereits 2023 hat die SPD Melsungen mit Timo Riedemann ihren Kandidaten für die Bürgermeisterwahl am ins Rennen geschickt. Riedemann ist zurzeit als stellvertretender Bezirksdirektor bei der Allianz Beratungs- und Vertriebs AG beschäftigt.

Dort verantwortet er die Personalführung und die Weiterentwicklung von Geschäftsbereichen in seinem Bereich.

Die Informationsabende starten Ende September.

Dazu seien alle Melsunger Einwohner eingeladen, sagt Riedemann. „Nehmen sie gerne an den Dorfrundgängen und den Informationsveranstaltungen in den Stadtteilen oder in der Stadt teil“, sagt Riedemann.

Am 27. September geht es in Kirchhof los und am 30. September in Günsterode weiter. Die Termine im Oktober in der Übersicht: am 7.

Oktober in Kehrenbach, am 9. Oktober in Adelshausen, am 29. Oktober in Röhrenfurth, am 31. Oktober in Obermelsungen, am 8. November in Schwarzenberg und am 28. Oktober und 11. November in Melsungen im Hotel Hessischer Hof. Die Termine sind immer um 19 Uhr, auf den Ortsteilen findet vorher jeweils um 17.30 Uhr ein Dorfrundgang statt und anschließend soll es dann im jeweiligen Dorfgemeinschaftshaus zur Informationsveranstaltung übergehen. Alle weiteren Informationen können dem Flyer oder auf der Inter-

netseite des Kandidaten timoriedemann.de entnommen werden, heißt es in der Mitteilung Riedemanns.

Riedemann steht außerdem an folgenden Markttagen auf dem Marktplatz für Gespräche bereit: Donnerstags, 7. November, 14. November, 21. November und 28. November. In der heißen Phase des Wahlkampfes ist Riedemann auch an den letzten vier Samstagen vor der Wahl auf dem Marktplatz anzutreffen: 9. November, 16. November, 23. November und 30. November.



**Viele Termine im Wahlkampf:** Bürgermeisterkandidat Timo Riedemann veranstaltet Informationsabende und steht auf dem Marktplatz für Gespräche bereit.

ddd

FOTO: NILS KLINGER



## Ausbildungsstart für 13 junge Menschen bei Sartorius in Guxhagen

13 neue Auszubildende und duale Studenten sind am Donnerstag in ihre Ausbildung bei Sartorius in Guxhagen gestartet. Darunter sind fünf Azubis im Bereich Mechatronik, drei Industriekaufleute, zwei Fachformatiker im Bereich Daten- und Prozessanalyse, zwei Fachkräfte für Lagerlogistik

und ein Elektroniker für Automatisierungstechnik. „Alle Azubis und dual Studierende in Guxhagen starten am 15. August in eine dreitägige Orientierungsphase, in der sie sich, ihre Ausbilder und das Unternehmen kennenlernen können“, heißt es in einer Mitteilung. „Ich starte meine Ausbildung zur

Industriekaufrau bei Sartorius und bin gespannt, Neues zu lernen und dieses Wissen in der Praxis anzuwenden“, sagt Elina Murtic, neue Auszubildende bei Sartorius. Im Bild zu sehen sind von links Felix Gihardt, Tizian Grundmann, Phil Brandenstein, Leon Kulle, Elias Heerd, Finn Hettwer, Jo-

hanna Huerkamp (Ausbildung bei Logistikunternehmen Distribo, dass mit Sartorius kooperiert), Gabriel Janzen, Elina Murtic, Calvin Hengge, Carlos Hirschberger, Etienne Brandt, Michael Martens und Yannik Bartsch. kes

FOTO: SARTORIUS GUXHAGEN



**Bei der Spendenübergabe:** von links Adolf Lux (Lions Fritzlär-Chattengau), Martin Salfer (Original Chattengauer), Michael Jahn (Original Chattengauer), Steffen Zeugner (THW Ortsgruppe Fritzlär), Pascal Pforff (THW Ortsgruppe Fritzlär), Julia Link (Ortsvorsteherin Cappel), Steffen Link (Wehrführer Cappel), Andreas Mardorf (Haus Sonnenschein), Tobias Pacem (DLRG Ortsgruppe Fritzlär), Dr. Maarten Bieshaar (DRLG Ortsgruppe Fritzlär), Dr. Harald Bräutigam (Lions Fritzlär-Chattengau), Frank Börner (Lions Fritzlär-Chattengau).

FOTO: JANNIS WIEDEN

## Zum Studieren an die Golden Gate Bridge

MT-Läuferin Groppe erhält Stipendium in den Vereinigten Staaten

**Melsungen** – Vivian Groppe, die deutsche U18-Meisterin über 200 Meter und eine der vielversprechenden Nachwuchssprinterinnen des Deutschen Leichtathletik-Verbandes, hat ein vierjähriges Stipendium an der Universität von Nevada erhalten. Aufgrund ihrer herausragenden Leistungen wurde sie bereits vor einem Jahr in den DLV-Perspektiv-Kader für die Olympischen Spiele 2028 aufgenommen.

Die 18-jährige Athletin aus dem Malsfelder Ortsteil Beiseförth konnte jedoch fast anderthalb Jahre lang nicht im Melsunger Waldstadion trainieren, da die Kunststoffbahn erneuert wurde.

Erst eine Woche vor ihrem Abflug in die USA wurde die Anlage wieder freigegeben. In dieser Zeit musste sie ihr Sprinttraining teilweise auf der Straße absolvieren, was aufgrund des harten Untergrunds zu Verletzungen an Schienbeinen und Oberschenkeln führte. Trotz der langen Trainings- und Wettkampfpause blickt die Melsunger Sprintsportlerin optimistisch in die Zukunft und freut sich auf die neuen Chancen, die sich ihr in den USA bieten. Am Dienstag reiste sie, begleitet von ihren Eltern, von Frankfurt nach San Francisco, um dort ihr Studium und ihre sportliche Karriere fortzusetzen.

ddd

## Lions mit neuem Präsidenten

Adolf Lux übergibt Amt an Frank Börner

**Fritzlär** – Frank Börner ist der neue Präsident des Lions Club Fritzlär-Chattengau. Auf der jüngsten Versammlung übergab Adolf Lux das Amt an den Gudensberger, heißt es in einer Meldung.

In seiner Abschiedsrede blickte Lux auf ein erfolgreiches Jahr voller Herausforderungen und bemerkenswerter Aktionen zurück.

„Wir haben gemeinsam viel erreicht, und ich bin stolz auf die Leistungen unseres Clubs“, sagte Lux. Zu den Höhepunkten zählten die

Entwicklung von Silbermedaillen mit den Wahrzeichen Fritzlärs und die Einrichtung einer Münzprägestation während des Hessesentags, an der Besucher ihr persönliches Erinnerungsstück prägen konnten.

### Diskussionsforum im Herbst geplant

Das Frühlingskonzert im Bürgerhaus Gudensberg fand großen Anklang, und beim traditionellen „Advent in den Höfen“ in Fritzlär trugen der

Verkauf von Glühwein und Gulaschsuppe zur Stärkung des Gemeinschaftsgeistes bei.

Während der Feier überreichten die Lions stellvertretend für alle Spendenempfänger Zuwendungen an die Freiwillige Feuerwehr Cappel, das Kinderheim Haus „Carl Sonnenschein“ Fritzlär, die DLRG Ortsgruppe Fritzlär und die Original Chattengauer aus Gudensberg.

Diese Spenden zeigen das Engagement des Lions Clubs für die Gemeinschaft. „Wir

Lions sehen uns als Diener unserer Gesellschaft und stehen aktiv für unsere demokratische Grundordnung ein“, betonte der neu gewählte Präsident Frank Börner in seiner Antrittsrede. „Wir möchten auch zum gesellschaftlichen Dialog beitragen.“

Um dies zu fördern, planen die Lions im Herbst ein Diskussionsforum mit Vertretern der nordhessischen Wirtschaft, um wichtige Themen gemeinsam zu erörtern.

see



Das Foto zeigt die schnellste Läuferin Nordhessens gemeinsam mit ihrem Trainer Alwin Wagner (Mitte) und ihrem Trainingspartner Niclas Dittmar nach dem Abschlusstraining auf dem frisch sanierten Platz.

FOTO: PRIVAT

# Was Ihr Smartphone alles kann!

## Online-Kurse mit Andreas Dautermann und Kristoffer Braun

Müssen Sie ständig Ihre Kinder, Enkel oder andere Helfer fragen, wenn es um Ihr Handy geht? Nicht mehr lange! Die Computer- und Handy-Spezialisten von Levato erklären in ihren Vorträgen, wie die modernen Handys heutzutage funktionieren, egal ob Android-Gerät oder iPhone von Apple. Mit ausgezeichneten Anleitungen und Tricks vermitteln die zwei Erklär-Experten in verständlicher Sprache alles Wichtige rund ums Smartphone.

Lernen Sie jetzt stressfrei von Zuhause und nutzen Sie den neuen Online-Intensiv-Kurs von Levato, Beginn jeweils zum 1. eines Monats. Über zwei Wochen hinweg erhalten Sie per E-Mail täglich leicht verständliche Lern-Häppchen mit ausgezeichneten Anleitungen und Tricks. Sie können die Lerneinheiten nach eigener Zeiteinteilung starten und auch nach Kursende weiterhin nutzen.

### In diesem Online-Kurs lernen Sie:

- wie die grundlegende Bedienung funktioniert
- wie Sie ein Corona-Impfzertifikat auf das Smartphone übertragen
- wie Sie neue Apps installieren
- wie Sie das Smartphone sinnvoll im Alltag nutzen
- wie Sie Fotos auf Ihren Computer übertragen
- wie Sie eine WLAN-Verbindung herstellen

Weitere Informationen und Anmeldung unter: [levato.de/hna](https://levato.de/hna)

oder Tel. 06131 9204746  
akademie@levato.de

Unser Online-Kurs beginnt immer am 1. des Monats.

HNA  
AKADEMIE  
&  
Levato

Preis:  
**39 €**

# Hitze, Steigungen und rasante Abfahrten

MT-Radsportler bewältigten Göttinger Radmarathon über 223 Kilometer



Vor dem Start zum Radmarathon über 223 Kilometer mit 3200 Höhenmetern: Christian Braun (von links), Dieter Vaupel, Christian Hoyer, Mario Hildebrand und Christian Sippel.

FOTO: MT MELSUNGEN

Melsungen/Göttingen – Beim Göttinger Drei-Länder-Radmarathon sind in diesem Jahr unter den rund 300 Startern aus ganz Deutschland auch fünf Radsportler der MT Melungen am Start gewesen.

Christian Sippel, Mario Hildebrand, Christian Hoyer, Christian Braun und Dieter Vaupel hatten sich die längste der vier ausgeschriebenen Strecken über 223 Kilometer vorgenommen. „Am Ende waren alle zufrieden, die anspruchsvolle Runde mit 3200 Höhenmetern geschafft zu haben“, heißt es in einer Mitteilung. Die Strecke führte durch Niedersachsen, Hessen und Thüringen. Der Göttinger Radmarathon gehört, wie 20 weitere vergleichbare Events in allen Bundesländern, zum Marathon-Deutschland-Cup.

Vom Start in Göttingen-Geismar ging es bergig Richtung Dransfeld los. So musste der Hohe Hagen passiert werden, bevor es ins Weser- und

Werratal über Hemeln und Hann. Münden Richtung Witzhausen ging.

„Auch danach waren flache Strecken Fehlanzeige“, heißt es weiter. Über schmale Serpentinaufstiege ging es hoch zur Burg Hanstein. Doch das sei erst der Anfang der Quälerei gewesen. Danach folgten steile Anstiege und anschließend rasante Abfahrten auf Thüringer Seite im Werra-Bergland. „Entschädigt wurde man dafür immer wieder durch herrliche Ausblicke über das Eichsfeld“, teilt die MT weiter mit.

Nach 8 Stunden und 45 Minuten gab es die Zieleinfahrt. „Eine tolle Strecke über viele gut ausgebaute und verkehrsarme Nebenstraßen. Es hat großen Spaß gemacht, mit der Gruppe unterwegs zu sein. Nächstes Jahr kommen wir wieder“, so Christian Sippel. „Ein unbeschreibliches Gefühl, das geschafft zu haben“, sagt Christian Hoyer.

kes



## Baum zum 100-jährigen Firmenjubiläum

Die Stadt Homberg hat der Ortsansässigen Firma AKH Antriebstechnik Katt zum 100. Unternehmensgeburtstag eine Elsbeere geschenkt. AKH-Geschäftsführer Paulo Cesar Becker (von links), Manager Gunther Bolte und Bürgermeister Dr. Nico Ritz pflanzten den Baum auf dem Betriebsgelände ein. Neben der Elsbeere soll ein Gedenkstein aufgestellt werden, der über Zeitpunkt und Anlass des Geschenks informiert. chm

FOTO: UWE DITTMER

Angebote gültig vom 26.08. – 31.08.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!

**logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**Förstina Sprudel Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,55 €

5.99  
**4.99** **4.79**\*\*  
11 = 0,53 €

<p><b>Hofbräu Original, Hofbräuhaus Bier</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €</p> <p>ANGEBOT <b>15.99</b> <b>14.99</b>** 11 = 1,50 €</p>	<p><b>Mooser Liesl Helles</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,70 €</p> <p><b>49.99</b> <b>16.99</b> <b>15.99</b>** 11 = 1,60 €</p>	<p><b>Bayreuther Urstoff</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,70 €</p> <p>ANGEBOT <b>16.99</b></p>	<p><b>Maisel's Weisse</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p>ANGEBOT <b>14.99</b> <b>13.99</b>** 11 = 1,40 €</p>
<p><b>CREW Republic</b> Drunken Sailor, Jackpot, Pack = 4 x 0,33 l, zzgl. 0,32 € Pfand, 11 = 3,02 €</p> <p>-20% <b>3.99</b></p>	<p><b>Heineken Lager</b> Original, 0,0%, Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 2,67 €</p> <p>5.99 <b>5.29</b></p>	<p><b>Th.König Zwickl Kellerbier</b> Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 3,26 € Pfand, 11 = 1,51 €</p> <p>-29% <b>9.99</b></p> <p>Aktion! + 2 Flaschen GRATIS!</p> <p>Entspricht einem Kastenpreis von 9,98 €</p>	<p><b>Elisabethen Quelle Mineralwasser*</b> diverse Sorten, 2 Kasten á 12 x 1 l, zzgl. 9,90 € Pfand, 11 = 0,62 €</p> <p>Aktion! ZAHLE 2 NIMM 3</p> <p>-38% <b>14.98</b></p> <p>Entspricht einem Kastenpreis von 4,99 €</p>
<p><b>Meckatzer Hell</b> Pack = 6 x 0,5 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 2,00 €</p> <p>ANGEBOT <b>5.99</b></p>	<p><b>Helles Pilleken</b> 0,33 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 2,09 €</p> <p>Neu im Sortiment! <b>6.79</b> <b>0.69</b></p>	<p><b>Germeta Quelle Mineralwasser*</b> diverse Sorten, 2 Kasten á 12 x 1 l, zzgl. 13,50 € Pfand, 11 = 0,46 €</p> <p>Aktion! ZAHLE 2 NIMM 3</p> <p>-46% <b>10.98</b></p>	<p><b>Elisabethen Quelle Mineralwasser*</b> diverse Sorten, 2 Kasten á 12 x 1 l, zzgl. 9,90 € Pfand, 11 = 0,62 €</p> <p>Aktion! ZAHLE 2 NIMM 3</p> <p>-38% <b>14.98</b></p> <p>Entspricht einem Kastenpreis von 4,99 €</p>
<p><b>Bitburger Bier</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,20 €</p> <p>-29% <b>11.99</b> <b>10.99</b>** 11 = 1,10 €</p> <p>Aktion! + 1 Fan-Shoppertasche GRATIS!</p>	<p><b>top frisch Wasser + Zitrone</b> Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,50 €</p> <p>5.49 <b>4.49</b></p>	<p><b>top frisch Bitterlimonade</b> diverse Sorten, teilweise chinihaltig, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 3,00 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p>6.99 <b>5.99</b></p>	
<p><b>Rapp's</b> Apfelsaft, Apfelschorle, Täglich Fit, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p>9.99 <b>8.99</b> <b>7.99</b>** 11 = 1,33 €</p>	<p><b>Bad Brambacher Garten-Limonade</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p>44.99 <b>9.99</b></p>	<p><b>Rockstar Energy</b> diverse Sorten, koffeinhaltig, 0,5 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 1,78 €</p> <p>ANGEBOT <b>0.89</b></p>	<p><b>Sturmibus</b> diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,00 €</p> <p>Zero jetzt auch ohne Zucker!</p> <p>NEU im Sortiment</p> <p>ANGEBOT <b>9.99</b></p>
<p><b>Bad Brückenaauer Limonade</b> diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,67 €</p> <p>ANGEBOT <b>5.99</b></p>	<p><b>Yippy*</b> diverse Sorten, 0,33 l - Flasche, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 3,00 €</p> <p>ANGEBOT <b>0.99</b></p>	<p><b>Needle</b> Blackforest Gin &amp; Tonic, 0,33 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 6,03 €</p> <p>-29% <b>1.99</b></p>	
<p><b>Moselland Akzente</b> diverse Sorten, 0,75 l - Flasche, 11 = 5,32 €</p> <p>-20% <b>3.99</b></p>	<p>Mit der logo Getränke App sparen &amp; gewinnen. Jetzt downloaden!</p> <p>Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen &amp; mit Glück gewinnen!</p> <p>1x 2 Tickets für das Musical König der Löwen in Hamburg mit 1 x Übernachtung 1.0Z.</p> <p>1x Weinkühlschrank der Marke Klarstein</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.  
Alle Artikel und Zugaben solange der Vorrat reicht.

# Radeln und rollen fürs Klima

Es gibt jetzt E-Scooter und E-Bikes in Melsungen zum Ausleihen

# Nicht alles erzählt

Neue Publikation zur jüdischen Geschichte in Borken erscheint

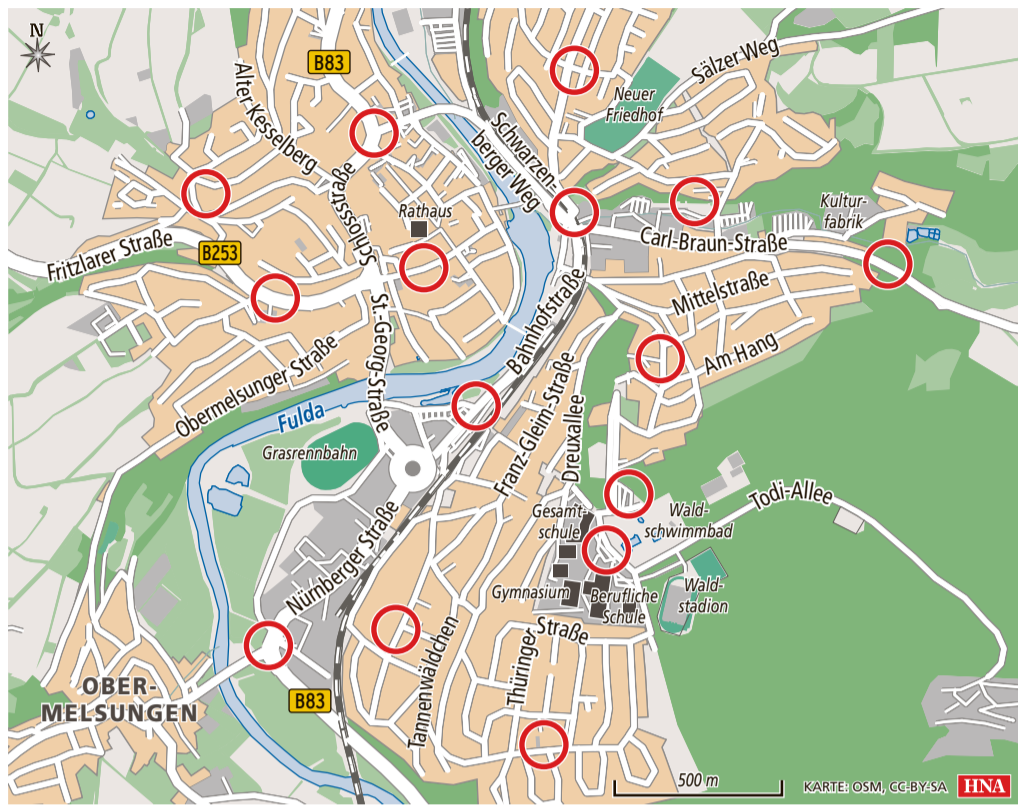
**Melsungen** – Mit dem neuen Angebot möchte die Stadt Melsungen einen Beitrag zum Klimaschutz leisten: Seit August gibt es an 15 Standorten E-Scooter und E-Bikes zum Ausleihen. 30 Fortbewegungsmittel stehen zur Verfügung.

Die Standorte liegen sowohl an zentralen Orten wie den Bahnhöfen, in der Altstadt und am Schulcampus als auch in Wohngebieten. Ein großer Unterschied im Vergleich zu den Verleihaktionen in anderen deutschen Städten ist, dass die Fahrzeuge nur an den festgelegten Stationen abgeholt und abgegeben werden können.

Damit wollen die Verantwortlichen vermeiden, dass die Roller und Räder auf Gehwegen oder auf der Straße liegen bleiben. „Das beobachtet man in Großstädten immer wieder“, sagt Stadtrat Alexander Katzung.

Zu den 15 Stationen könnten künftig weitere Stellen dazu kommen. Zum Beispiel könnten Unternehmen eine Station in der Nähe ihres Standorts einrichten lassen. Im Gegenzug erwerben sie pauschal Fahrgutscheine für ihre Mitarbeiter und unterstützen so das Projekt finanziell. „Wenn sich jemand eine Station an einem bestimmten Ort wünscht, befragen wir uns damit“, sagt Frank Jungheim, Klimaschutzmanager der Stadt. Auch vor dem Start heute wurden noch kurzfristige Anpassungen vorgenommen. Zur Einführung werden die

## LEIHSTATIONEN IN MELSUNGEN



Fahrpreise niedriger ausfallen, wie der Kooperationspartner der Stadt, „YourCar“, mitteilt. Eine Fahrt mit dem Roller kostet 50 Cent, mit dem Rad 70 Cent. Pro gefahrene Minute kommen zehn beim Roller und zwölf Cent beim E-Bike dazu. Zudem erhielten neu angemeldete Nutzer, die den Code „hallo-melsungen“ in der App „Yoio E-Scooter Sharing“ fürs Smartphone einlösen, zehn Freifahrminuten als Gutschrift.

Für dieses Projekt hat die Stadt Melsungen mit „YourCar“ vereinbart, dass die E-Scooter und E-Bikes ab 16 Jahren genutzt werden können, anstatt wie üblich erst ab 18 Jahren, heißt es. Dazu müsse ein Elternteil den Account in der App für das Kind erstellen und registrieren, indem er die E-Mail, die Zahlungsmethode und den Namen des Elternteils in Klammern hinter dem Namen des Kindes angibt, erklärt das Unternehmen. Auch der Aufladepro-

zess der Fahrzeuge ist geregelt: Hat ein Gerät einen leeren Akku, so erhält ein Mitarbeiter des Verleihunternehmens eine Mitteilung und das Fahrzeug wird aufgeladen. Vorschläge zu weiteren Standorten im Stadtgebiet Melsungen können per E-Mail an [support@yourcar-car-sharing.de](mailto:support@yourcar-car-sharing.de) gesendet werden.

Weitere Informationen gibt es im Internet unter [melsungen.de](http://melsungen.de) und [yoio.app](http://yoio.app).

**Borken** – Um 1900 lebten in Borken mehr als 200 Juden unter den 1300 Einwohnern. Der Geschichtsverein Borken und das Stadtarchiv planen ein Projekt zur jüdischen Geschichte. Dabei stehen das Leben und das Schicksal ehemaliger jüdischer Familien von Borken im Mittelpunkt, die einst 15 Prozent der Einwohnerschaft ausmachten.

Das Gedenkbuch des Bundesarchivs zu den „Opfern der Verfolgung der Juden unter der nationalsozialistischen Gewaltherrschaft“ führt mehr als 100 Namen auf, die einen direkten Bezug zum ehemaligen Ackerstädtchen haben, heißt es in einer Mitteilung. Zu vielen der dort genannten Namen sei so gut wie nichts bekannt. Das wollen der Geschichtsverein und das Stadtarchiv ändern.

Ihr Ziel: eine ansprechende, würdige Publikation, die den historisch-wissenschaftlichen Forschungsstand erweitert. Außerdem soll Künstler Gunter Demnig weitere Stolpersteine für jüdische Opfer des Holocaust in Borken verlegen, um so neue Erinnerungsorte zu schaffen.

Der Geschichtsverein und das Stadtarchiv bitten um finanzielle Unterstützung für das Projekt. „Es wäre wünschenswert, wenn sich gerade die Borkener beteiligen und ein Zeichen gegen radikale und gesellschaftliche Entwicklungen setzen“, heißt es. Der Geschichtsverein Borken ist als gemeinnützig anerkannt und stellt steuerlich wirksame Zuwen-

dungsbescheinigungen aus. Ein neues Buch zur jüdischen Geschichte Borkens soll Ende 2024 erscheinen und 20 Euro kosten. Es kann für 18 Euro bei Jörg Domes, einem der Autoren, vorbestellt werden: [joergdomes@t-online.de](mailto:joergdomes@t-online.de). Ebenfalls vorbestellt werden kann es in den Geschäftsstellen des Geschichtsvereins: in der Buchhandlung „Der Bücherwurm“ und im Geschäft „Mach’s Annersder“.

**Kontakt:** Markus Mach, Tel. 0 56 82/2426, Mobil: 0172/652 47 04, E-Mail: [geschichtsvereinborken@t-online.de](mailto:geschichtsvereinborken@t-online.de).



**Jüdische Geschäfte gehörten einst zum Stadtbild:** Die Postkarte zeigt die „Manufaktur- & Kurzwarenhandlung“ von Moses Blum sowie rechts das „Frucht- und Düngemittelgeschäft“ von Sally Stern mit Hutgeschäft der Ehefrau im 1. Stock in der oberen Bahnhofstraße und am Marktplatz in Borken.

FOTO: GESCHICHTSVEREIN BORKEN

**220 €**  
bis 08.09.2024

**180 €**  
bis 15.09.2024

**140 €**  
bis 22.09.2024

**Da klingelt das Sparschwein!**

**Schnell bestellen und Höchstprämie sichern.**

Entscheiden Sie sich noch heute für ein Abo der gedruckten HNA und Sie erhalten eine satte Geldprämie auf Ihr Konto.

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

**Ich bestelle die gedruckte HNA inkl. ePaper**

für mindestens 24 Monate für derzeit 47,90 €/Monat (inkl. gesetzl. USt./Postzustellung derzeit 50,10 €/Monat).

Das Abonnement soll beginnen:  sofort  ab: \_\_\_\_\_

**MEIN DANKESCHÖN: 220 Euro bis 08.09.24, 180 Euro bis 15.09.24 und 140 Euro bis 22.09.24 (Datum Poststempel).**

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Geburtsdatum \_\_\_\_\_

E-Mail (Wichtig für ePaper-Nutzung) \_\_\_\_\_

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

IBAN \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift (Kontoinhaber) \_\_\_\_\_

Ich bin damit einverstanden, dass mich die Verlag Dierichs GmbH & Co. KG und das Ippen Media Redaktionsnetzwerk über weitere interessante Angebote per E-Mail und Telefon informiert. Die Zustimmung kann ich jederzeit per E-Mail an [kundenservice@hna.de](mailto:kundenservice@hna.de) mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Weitere Informationen erhalten Sie in unserer Datenschutzerklärung.

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

Wenn ich die Abonnementsdauer nicht einhalte, wird mir die Prämie in Rechnung gestellt. Mit dem Auftrag ist keine Abbestellung der HNA verbunden, auch nicht von im selben Haushalt lebenden Personen. In den letzten sechs Monaten waren weder ich noch ein Mitglied meines Haushaltes Abonnent der HNA. Meine Prämie erhalte ich nach der ersten Zahlung der Bezugsgebühren. Meine Mandatsreferenz erhalte ich mit dem Begrüßungsschreiben/SEPA Mandat  
Amtsgericht Kassel: HRA 6739

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



[hna.de/countdown](http://hna.de/countdown)

0800 203-4567 (gebührenfrei)

Jetzt bestellen:



# STELLENANGEBOTE

**bdkS** VIelfaltLeben

Für unseren Küchengarten Kloster Haydau in Morschen suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine

## pädagogisch qualifizierte Fachkraft (m/w/d)

Für eine erste Kontaktaufnahme steht Ihnen Burkhard Finke, Werkstattleitung, Telefon: 05661 92336-11 oder E-Mail: burkhard.finke@bdkS.de, gerne zur Verfügung.

Mehr Informationen, auch zu unseren umfangreichen Sozialleistungen, finden Sie unter: [www.bdkS.de/karriere/](http://www.bdkS.de/karriere/)



WIR SUCHEN DICH in  
**REMSFELD, HOMBERG  
& MELSUNGEN**

## Verkäufer\*innen

in Voll-/Teilzeit oder als Minijob (w/m/d)



Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:  
Viehmeier GmbH & Co. KG  
Treysaer Weg 6a  
34830 Gilserberg  
Tel. 06696 9618-0 /-21 /-61  
& 0151 57 61 54 97  
bewerbung@schwaelmer-brotladen.de  
schwaelmer-brotladen.de



Du passt zu uns!



**Fahrer (m/w/d)**  
für Schüler in Homberg  
in Teilzeit gesucht

Jens Marggraf GmbH, 05661 1220

Ankauf

**NEU - ABHOLSERVICE!**  
WIR HOLEN IHRE GERÄTE BEI IHNEN ZUHAUSE AB.  
**money point**  
Friedrichsplatz 6 - 0561-9701105  
[www.moneypoint-kassel.de](http://www.moneypoint-kassel.de)

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

**St. Martin**  
Alten-, Wohn- und Pflegeheim

## Reinigungskraft

(m/w/d) Teilzeit

- Zahlung nach Tarif AVR KW
- 30 Tage Urlaub bei 5 Tage/Woche
- Freizeitausgleich und Zeitzuschläge
- Jahresonderzahlungen
- Kinderzuschlag
- Betriebliche Altersvorsorge
- Bikeleasing
- Zuschuss Fitnessstudio

[www.stmartin-neukirchen.de/karriere/jobs](http://www.stmartin-neukirchen.de/karriere/jobs)

**HNA | ZUSTELLER**

## Pressezusteller (m/w/d)

Werden Sie Teil unseres Teams!

Aktuell suchen wir in

- Morschen-Neumorschen
- Morschen-Altmorschen (Teilbezirk)

Mindestalter 18 Jahre.

... Informieren Sie sich unverbindlich:

**VTS Süd GmbH**  
Vertrieb für Melsungen  
Tel. 05661 705730 | WhatsApp 0151 61666277  
vts-meg-rot@hna.de [www.hna-zusteller.de](http://www.hna-zusteller.de)

Immobilienankauf

**Verkaufen Sie Ihre Immobilie**  
zum **Bestpreis 06625 1820**  
**Immobilien-Sofortkauf.de**

Junge Familie sucht Wohnung zur Altersvorsorge, gerne auch renovierungsbedürftig.  
Telefon 05662 8230048

Auto-Ankäufe

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen  
Tel. 03 944-36 16 0 - [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de). Fa.

Ersatzteile und Zubehör

Motoröl-Batt-Filter usw. G.Schütz Mels.

Landwirtschaft & Forsten

**Buche Brennholz**  
Tel. 05684 931670

**Brennholz Buche Eiche 79 € SRM**  
30 cm, 5 SRM 440 € o. 10 SRM 790 €  
50 km KS m. Lief. Tel. 0176 62681914

Baumarkt

**1A-Buchenbrennholz, trocken**  
und ofenfertig, **ab 90 €.**  
[www.brennholzfaehrer.de](http://www.brennholzfaehrer.de) • Tel. 0172-5 21 11 21

Verschiedenes

Planen Sie Ihre nächste Feier?  
Schausteller hat noch Termine frei.  
Tel. 0172 5602097

Dienstleistungen für Haus und Garten. Entrümpelung aller Art.  
Tel. 0172 5602097

Ankauf von Antiquitäten, Trödel und Kunst - Tel. 0172 5602097

Modelleisenbahn und Zubehör gesucht. Telefon 05544 912031

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](http://www.hinzu-kimm.de)

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

Bekanntschäften

**Christa, 72 J.**, hübsche, gepflegte Witwe. Kochen u. Backen sind meine Lieblingsbeschäftigungen, durch mein Auto bin ich flexibel u. würde Sie gerne besuchen oder Sie kommen zu mir. Wenn Sie auch des Alleinseins müde sind, rufen Sie üb. PV an, auf Sie wartet eine liebe u. umgängliche Frau. Tel. 0162-7939564

**Ilona, 65 J.**, mit schulterlg. Haaren u. Top-Figur, habe viel Sinn für Haus, Küche, Garten u. das einfache Schöne im Leben. Aber es macht doch nichts Freude so alleine. Ich möchte Sie glücklich machen u. würde auch zu Ihnen ziehen. Freue mich sehr von Ihnen zu hören, herzl. Grüße. PV Tel. 01520-8293309

**Keine Kohle?**

„Im Studium ist das Geld häufig knapp. Mit meinem Nebenjob als HEIMAT-NACHRICHTEN-Zusteller finanziere ich meinen Semesterbeitrag!“

## 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.

- **Borken**  
Stadt
- **Edermünde**  
Besse  
Holzhausen
- **Fritzlar**  
Geismar  
Obermöllrich  
Stadt
- **Gudensberg**  
Stadt
- **Guxhagen**  
Albshausen  
Büchenwerra  
Stadt  
Wollrode
- **Homberg**  
Lützelwig
- **Melsungen**  
Obermelsungen  
Stadt  
Schwarzenberg
- **Morschen**  
Altmorschen  
Eubach  
Wichte
- **Niederstein**  
Metze
- **Spangenberg**  
Bergheim  
Schnellrode  
Stadt
- **Wabern**  
Niedermöllrich  
Stadt

Bewerben Sie sich jetzt:

☎ Tel. 0561 203-1175  
📞 WhatsApp: 0151 61666277  
🌐 [www.hna-zusteller.de](http://www.hna-zusteller.de)



**HNA**

## Zusteller in Vollzeit

(m/w/d)

**Dienst-fahrzeug**

Sie sind verantwortlich für die nächtliche Zeitungszustellung im Bereich **Fritzlar/Homberg** und arbeiten eng mit der Teamleitung zusammen.

**Wir bieten**

- Festgehalt
- kurze Probezeit und unbefristete Anstellung
- 28 Tage Urlaub
- Nachtzuschlag
- Dienstfahrzeug nach Absprache
- Bezahlte Einarbeitung

**Sie bringen mit**

- Volljährigkeit
- Gült. PKW-Führerschein
- Flexibilität im Rahmen einer 6-Tage-Woche
- Eigenverantwortung
- Teamfähigkeit
- Pünktlichkeit
- Mobile Erreichbarkeit

Jetzt bewerben:

**VTS Süd GmbH - Vertrieb für Schwalm-Eder**  
Tel. 05681 993441 | WhatsApp 0151 61666277  
vts-schwalm-eder@hna.de [www.hna-zusteller.de](http://www.hna-zusteller.de)



## STIFTER GESUCHT!

[www.kinder-suchen-stifter.de](http://www.kinder-suchen-stifter.de)

SIE VIELLEICHT?

**DZI** Spenden-Siegel

**Kinderzukunft**  
20 JAHRE HILFE FÜR KINDER IN NOT

## Mit uns steht Ihnen die Welt offen



**localjob.de**  
Das regionale Jobportal

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



## Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.

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

# Resistente Stärke

## Fragen und Antworten: Warum unser Darm Nudeln von gestern liebt

Sie soll beim Abnehmen helfen und richtig gut für den Darm sein: Haben Sie schon von resistenter Stärke gehört, die sich in abgekühlten Nudeln und Kartoffeln bildet? Was die kann – und was nicht.

Kühlen gekochte Nudeln ab, verlieren sie Kalorien. Das klingt zu schön, um wahr zu sein? Tatsächlich steckt ein Funke Wahrheit in dieser Aussage. Denn beim Abkühlen bildet sich in der Pasta sogenannte resistente Stärke. Die kann unser Dünndarm nicht verdauen und somit keine Energie daraus ziehen.

Dass Nudel- oder auch Kartoffelsalate eine Abkürzung beim Abnehmen sind, das sollte man aber nicht unbedingt erwarten. Doch es gibt noch einen anderen Grund, warum wir regelmäßig Lebensmittel mit resistenter Stärke essen sollten. Drei Fachleute erklären.

### Was ist resistente Stärke denn genau?

Um resistente Stärke zu verstehen, muss man sich erst einmal Stärke im Allgemeinen anschauen. Sie ist biochemisch ein sogenannter Mehr- oder Vielfachzucker und gehört zu den Kohlenhydraten. „Natürlicherweise kommt sie in Lebensmitteln wie Kartoffeln, Brot, Nudeln, Reis, Getreidekernen, Samen, Hülsenfrüchten und Mais vor“, sagt Birgit Blumenschein, Diätassistentin und Medizinpädagogin. „Durch Erhitzen und Kauen werden die Stärke-Moleküle aufgebrochen und die Stärke in Lebensmitteln für uns Menschen „verdaulich“, also verwertbar.“

Die resistente Stärke ist allerdings eine spezielle Form der Stärke. Sie entsteht, wenn man gekochte Lebensmittel oder Speisen abkühlen lässt. Zum Beispiel Nudeln, Reis oder Kartoffeln für entsprechende Salate. „Beim Abkühlen und Wiedererwärmen ordnen sich die Stärke-Moleküle neu an, sodass sie von den Verdauungsenzy-



**Nudeln von gestern** enthalten aufgrund der resistenten Stärke etwas weniger Kalorien. Doch zu viel sollte man sich davon nicht erhoffen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TM

men nicht mehr aufgeschlossen werden können“, sagt Marcus Kever, Diätassistent in Ausbildung am Universitätsklinikum Essen.

„Resistent“ meint also: resistent gegenüber den Verdauungsenzymen im Dünndarm. Die Aufgabe dieser Enzyme ist es, Nahrungsbestandteile zu zerlegen und somit für den Körper nutzbar zu machen. Und was im Dünndarm nicht verdaut werden konnte – wie etwa Ballaststoffe? Diese Stoffe landen im Dickdarm, wo der Stuhl vorbereitet wird.

Resistente Stärke ist somit ein löslicher Ballaststoff, wie Kever sagt. Das heißt aber keinesfalls, dass im Dickdarm nichts mehr mit den Ballaststoffen passiert. Die Bakterien dort verstoffwechseln sie, wodurch zum Beispiel gesundheitsfördernde

Fettsäuren entstehen. Doch dazu später mehr.

### Resistente Stärke soll beim Abnehmen helfen, liest man in den Sozialen Medien. Ist das etwas dran?

Höchstens teilweise. „Die Idee vom Abnehmen kommt daher, dass resistente Stärke nicht verdaut und die Kalorien somit mit dem Stuhl quasi wieder hinausbefördert werden“, sagt Birgit Blumenschein.

Grundsätzlich gilt schon: Lebensmittel mit einem höheren Anteil an resistenter Stärke liefern dem Körper etwas weniger Energie. Und sie halten länger satt. „Formal könnte das geringere Hungergefühl zu einer leichten Gewichtsabnahme führen“, sagt Birgit Terjung. Sie ist Gastroenterologin, Ernährungsmedizinerin und Me-

diensprecherin der Deutschen Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS).

Doch in der Forschung sind noch Fragen dazu offen. „Ein relevanter Gewichtsverlust kann durch den vermehrten Verzehr von resistenter Stärke nach heutigem Wissensstand nicht erreicht werden“, lautet die Einschätzung von Terjung. Für erfolgreiches Abnehmen spielen eben viele Faktoren eine Rolle.

Die Verbraucherzentrale weist darauf hin, dass beim Abkühlen nur ein kleiner Teil der Stärke umgewandelt wird. Demnach enthalten 100 Gramm abgekühlte Kartoffeln gerade einmal 3,5 Kilokalorien weniger als frisch gekochte. Zur Einordnung: In 100 Gramm gekochten Kartoffeln stecken etwa 70 Kilo-

kalorien. Und wenn die abgekühlten Kartoffeln oder Nudeln mit fetter Mayonnaise im Salat serviert werden, hat man die wenigen eingesparten Kalorien ohnehin schnell wieder drauf.

### Welche Vorteile hat resistente Stärke denn dann?

„Wenn resistente Stärke auch nicht direkt beim Abnehmen hilft, so hat sie doch einen großen und äußerst guten Einfluss auf den Darm und die darin lebenden Bakterien“, sagt Marcus Kever.

So stellt sie eine Nahrungsquelle für die Dickdarmbakterien dar. Sie verdauen die resistente Stärke. „Es entstehen aus den abgebauten Molekülketten kurzkettige Fettsäuren wie zum Beispiel Butyrat“, erklärt Kever. Sie unterstützen die Dickdarm-

schleimhaut und fördern eine optimale Abwehrfunktion, stärken also das Darm-Immunsystem.

### Wenn ich mir resistente Stärke zunutze machen will – was muss ich wissen?

Dafür muss man erst einmal wissen, dass resistente Stärke nicht nur in abgekühlten Nudeln und Kartoffeln zu finden ist. „Resistente Stärke kommt auch natürlicherweise in einigen Nahrungsmitteln vor“, sagt Birgit Terjung. In Hülsenfrüchten, besonders in weißen Bohnen, in grob geschrotetem Getreide oder in nur wenig gereiften Bananen ist sie von Natur aus enthalten.

### Hier kommen drei Tipps:

- **Erst mal herantasten:** „Wer sich ballaststoffarm ernährt, kann bei erhöhter Zufuhr von Lebensmitteln mit hohem Anteil an resistenter Stärke zunächst mit Nebenwirkungen wie Blähungen, Verstopfung, Krämpfen oder Durchfall zu kämpfen haben“, sagt die Diätassistentin Birgit Blumenschein. Also: Die Zufuhr resistenter Stärke am besten langsam erhöhen.

- **Lang genug abkühlen lassen:** Erst nach circa 12 Stunden haben sich ungefähr 10 Prozent der vorhandenen Stärke in resistente Stärke umgewandelt. „Daher empfiehlt es sich, die Lebensmittel zwischen 12 und 24 Stunden abgekühlt ruhen zu lassen“, so Blumenschein.

- **Keine Scheu vor dem Aufwärmen haben:** „Die resistente Stärke geht nicht verloren, wenn abgekühlte gekochte Kartoffeln oder Reis wieder aufgewärmt werden“, sagt Birgit Terjung. Im Gegenteil: Der Anteil an resistenter Stärke in wieder aufgewärmten Speisen erhöht sich sogar noch etwas. Das passt zum Trend des Meal Prep. Sich Nudeln, Kartoffeln oder Reis vorzukochen und an den nächsten Tagen mit verschiedenen Zutaten zu genießen, zahlt sich also nicht nur zeitlich aus, sondern auch gesundheitlich. tmn

## Das Dach begrünen

### Finger weg von der Kaukasus-Glanzfetthenne

Gut für Insekten, gut fürs Mikroklima: Begrünte Dächer haben viele Vorteile. Doch manche Pflanzen breiten sich von dort aus zu stark aus. Die Kaukasus-Glanzfetthenne etwa. Was Sie dazu wissen sollten.

Sie ist ein immergrüner anspruchsloser Bodendecker, kann – je nach Sorte – weiß, rosa oder rot blühen und gedeiht auch bei kargen Bedingungen, in Steingärten oder auf Flachdächern. Klingt gut? Dennoch rät die Verbraucherzentrale NRW davon ab, die Kaukasus-Glanzfetthenne zum Begrünen von Dächern oder Steingärten zu kaufen. Was steckt dahinter?

Die Kaukasus-Glanzfetthenne (*Phedimus spurius*), die auch unter dem Namen *Sedum spurium* bekannt ist, und - der Name verrät es - aus

dem Kaukasus beziehungsweise aus Westasien stammt, ist, so erklärt es Andrea Wegner von der Verbraucherzentrale NRW, ein invasiver Neophyt, also eine nicht heimische Pflanzart, die sich stark ausbreitet. Konkret heißt das: Sie kann nicht nur auf dem Dach andere Arten verdrängen, sondern auch in der freien Natur – und zwar auch seltene oder sogar geschützte einheimische.

Das Bundesamt für Naturschutz (BfN) hat die Kaukasus-Glanzfetthenne bereits 2013 wegen der „belegten negativen Wirkungen auf verschiedene einheimische Pflanzenarten“ als invasive gebietsfremde Art für Deutschland bewertet. Eine Beurteilung, die nach wie vor gilt. Direkte rechtliche Konsequenzen löst sie aber nicht aus. *Phedimus spurius* ist weiterhin im Handel zu haben. Die Verbraucherzentrale

NRW empfiehlt für Dachbegrünung und Co. dennoch besser auf einheimische Sedumarten zu setzen, auf die Weiße Fetthenne (*Sedum album*) etwa oder den Scharfen Mauerpfeffer (*Sedum album*), der im Juni und Juli gelb blüht.

Eine Liste mit weiteren heimischen Pflanzen, die wenige Nährstoffe brauchen und sich für Dachbegrünungen eignen, finden Sie online auf der Webseite [www.mehrgruenamhaus.de](http://www.mehrgruenamhaus.de) der Verbraucherzentrale NRW.

### ■ Gartenabfälle richtig entsorgen

Und was, wenn man die Kaukasus-Glanzfetthenne schon auf dem Dach oder im Garten hat? Entfernen müssen Sie sie nicht zwingend. Wer etwas für Biodiversität tun und verhindern will, dass sich die invasive Art weiter in der Natur ausbreitet, kann es



**Die Kaukasus-Glanzfetthenne (*Phedimus spurius*)** wird wegen der „belegten negativen Wirkungen auf verschiedene einheimische Pflanzenarten“ als invasive gebietsfremde Art für Deutschland bewertet.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TM

natürlich trotzdem versuchen. Sinnvoll ist das vor allem, wenn man in einer Randlage wohnt, die ein Übergangsbereich zu Natur

mit karger Vegetation und Wiesen ist.

Andrea Wegner zufolge ist vor allem eines wichtig: keine Gartenabfälle in der Natur

entsorgen. Erlaubt ist das ohnehin nicht. Ein besserer Ort für die Gartenabfälle mit der Kaukasus-Glanzfetthenne ist die Restmülltonne. tmn

# Unsere aktuelle Kollektion



Entdecken Sie unsere Angebote und lassen Sie sich immer wieder neu inspirieren.



**7,90 €**  
für Abonnenten

## HNA Filzshopper

Unser neuer modischer Filzshopper in anthrazit ist ideal für Einkäufe, Strand, Alltag, Büro und Freizeit. Kurzum: eine Multifunktions tasche. Sie kann als Schulter- und Tragetasche genutzt werden. Erhöhten Tragekomfort bieten die Nylon-Tragegurte in rot. Tragegrifflänge: ca. 25 cm. 100% strapazierfähiges Polyester-Filz. Maße: 42 cm x 39 cm. 9,90 € für Nichtabonnenten

**9,99 €**

## HNA Trinkflasche mit Zeitmarkierung

Diese praktische Flasche aus strapazierfähigem und BPA-freiem Tritan-Material ist der ideale Begleiter für Ihren Alltag. Mit motivierenden Zitaten und Zeitmarkierungen werden Sie nie vergessen, den ganzen Tag über hydriert und gut versorgt zu bleiben. Egal, ob Sie im Fitnessstudio, im Büro, in der Schule oder unterwegs sind, diese Flasche ist der perfekte Weg, um erfrischt und energiegeladener zu bleiben.



**5,90 €**  
für Abonnenten



## HNA Mundart-Memo

Finden Sie die passenden Wortpaare, testen Sie Ihre Mundart-Kenntnisse und lernen Sie spielerisch neue Begriffe dazu. 30 Karten (15 Wortpaare), für 2-6 Spieler, Maße: 7,5 x 7,5 x 4,5 cm. 7,90 € für Nichtabonnenten



**6 €**

## HNA Kindergartenfreunde-Buch

Freundeseiten sind die perfekte Lösung für das Problem der verlorenen Freundebücher! Statt eines Freundebuches werden einzelne Freundeseiten verteilt. Der Ordner mit den ausgefüllten Seiten bleibt dauerhaft bei dem Kind. An alles gedacht: Praktische Klarsichthüllen zur Weitergabe der einzelnen Seiten und Hinweiszettel mit Infos zur Rückgabe sind ebenso im umfangreichen Paket enthalten.

1 Ringordner A5  
116 Freunde- und Erzieherseiten  
Hinweiszettel  
5 Klarsichthüllen A5

**HNA**  
**Shop**

Erhältlich in allen HNA-Geschäftsstellen (solange der Vorrat reicht).