

BLACK WEEKS
25.11.-13.12.2024

**20 % Rabatt auf
Badmöbel, Duschkabinen,
Sanitär und Armaturen**

Bäder Bechthum
Meisterbetrieb seit über 70 Jahren

Goethering 2, 37287 Wehretal-Reichensachsen, Tel. 05651 9923-0 Fax 05651 9923-24

MARKT SPIEGEL

REGION ESCHWEGE


**Der neue
Swift 1.2 DULJET
HYBRID Club**

Für **18.900 EUR**

Autohaus Kurt Eisenträger

Inh. Kurt Eisenträger
Vor dem Brückentor 7 • 37269 Eschwege
Tel. 05651 – 31503 • Fax. 05651 – 60583
www.suzuki-eisenträger.de

Hoher Meißner
Teilnehmer diskutieren
über Forstpolitik



& SONTRAE STADTKURIER

Eschwege
Viele junge Menschen
wollen Erzieher werden



44. Jhg. ■ Nr. 48

30. November 2024

Initiative gegen häusliche Gewalt

Präventionsmaterial und Ausstellung soll Kindern und Jugendlichen helfen

Werra-Meißner – Um Kinder und Jugendliche für das Thema häusliche Gewalt zu sensibilisieren, werden aktuell wieder Lehrkräfte mit der mobilen Ausstellung „Hilfe! Gewalt zuhause“ geschult, durch die sie ihre Schüler selbst führen sollen.

Ziel dieser Ausstellung ist es, dass alle Kinder auf dem gleichen Informationsstand sind und schlussendlich wissen, wo häusliche Gewalt anfängt und wo sie sich Hilfe holen können.

„Zunächst gab es einen Ringordner mit Info-Material zur Präventionsarbeit, den sich Schulen ausleihen konnten“, berichtet Claudia Muth vom Gleichstellungsbüro Werra-Meißner. „Darauf aufbauend wurde die Ausstellung konzipiert.“

Neben Claudia Muth wirken auch Sozialpädagogin Britt Jatho, die Fachkraft für Gewaltprävention Heike Marten und Awo-Männerberater Andreas Länge mit am Projekt.

Neben sogenannten Roll-ups, also mobile Aufsteller mit großen Plakaten als Info-material, gibt es auch interaktive Stationen, an denen die Kinder spielerisch über das Thema häusliche Gewalt lernen.

Die Kinder und Jugendlichen erhalten mithilfe von didaktischem Material Informationen über Hilfsmöglichkeiten für gewaltbetroffene Frauen und auch für gewaltausübende Männer.

„So gibt es beispielsweise ein Gewaltbarometer, an dem die Kinder einordnen sollen, welche als Zeichnung präsentierte Situationen schon unter häusliche Gewalt fallen“, erklärt Muth.



Haben eine Ausstellung und Präventionsmaterial für Kinder und Jugendliche zum Thema häusliche Gewalt gestaltet: Claudia Muth (von links), Britt Jatho, Andreas Länge und Heike Marten.

FOTO: THERESA LIPPE

Die Ausstellung war bereits an verschiedenen Schulen zu Gast und richtet sich vor allem an Kinder der Klassen 5 und 6. „Dabei hat sich eine erschreckend hohe Anzahl Betroffener herauskristallisiert“, berichtet die Gleichstellungsbeauftragte weiter. Häufig würde Kindern erst durch die interaktive Arbeit bewusst werden, dass der bekannte, gewalttätige Alltag zuhause nicht okay ist.

Sozialpädagogin Britt Jatho ergänzt: „Das Wissen soll die Mädchen und Jungen stärken, damit sie nicht selbst Opfer oder gar Täter von häuslicher Gewalt werden.“ Denn: „Wer im Umfeld häuslicher Gewalt aufwächst, übernimmt diese Muster nicht selten als Erwachsener in Paarbeziehungen.“

Mithilfe der Ausstellung sollen die Kinder ermutigt werden, Hilfe zu holen – so-

wohl, wenn sie selbst betroffen sind, aber auch wenn betroffene Freunde sich ihnen anvertrauen. Heike Marten erklärt: „Die Kinder lernen anhand der Ausstellung beispielsweise auch, was gute und was schlechte Geheimnisse sind.“

Die kostenlose Ausstellung eigne sich aber nicht nur für Schulen, so Claudia Muth. Hätten beispielsweise Vereine mit Kinder- und Jugendab-

teilungen Interesse, könnte man auch an sie das Material verleihen. Generell richte sich das Material an die Altersklasse von elf bis 13 Jahren. Eine Kooperation von Jugendamt, Polizei, Erziehungsberatung, Frauenhaus, Männerberatung, Sozialarbeit an Schulen und der Frauenberatung unter Koordination des Gleichstellungsbüros Werra-Meißner in Eschwege.

**MIETWAGEN
WITZEL**

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

SONTRA
05653 1640

Zulassung zu allen Krankenkassen

Eschwege **ÜBERRASCHT**

**Lange
EINKAUFS-
NACHT**

in Eschwege
bis 21 Uhr

Freitag, 06. Dezember

Ecke Stad/
Forstgasse
(vor der
Deutschen
Bank)

Lions Club
Eschwege

Initiative Stadtmarketing Eschwege

ECKSTEIN

GÄNSEKEULE IM ECKSTEIN

MIT DREI KARTOFFELKLÖBEN,
HERZHAFTEM RÖTKOHL UND
KLASSISCHER BRAUNER SOSE

Täglich frisch, solange
der Vorrat reicht!

NUR **27,90 €**

ECKSTEIN-LIEFERTE.DE / IM ECKSTEIN

REHBEIN

Metallbau H. Rehbein

Leipziger Straße 32
37284 Waldkappel
05656 221
www.metallprofis.de

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1

**SONNTAG – SAMSTAG
01.12. – 07.12.2024**

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

**GÜLTIG IM RESTAURANT ECKSTEIN |
OBERE KÖNIGSSTRASSE 4 | 34117 KASSEL**

**Heute mit
der Beilage:**

Eschwege plus

**Lange
EINKAUFS-
NACHT**

Freitag, 06. Dezember

**Freie
Weihnachten**

Wichtige Details:
Alle Gerichte von der
Lange Einkaufsnacht bis
Freitag und Samstag 2024
sind ebenfalls für eine
Kleinigkeit zu haben!

Sorge um den heimischen Wald

Rund 60 Menschen diskutieren auf dem Hohen Meißner mit Staatssekretär über Forstpolitik

Hoher Meißner – In der warmen Atmosphäre des Kaminabends, während draußen dichter Schneefall herrschte, versammelten sich kürzlich rund 60 Teilnehmer aus Forstwirtschaft, Ehrenamt und Privatwaldbesitz, um sich mit den Herausforderungen und Zukunftsperspektiven des hessischen Waldes auseinanderzusetzen. Gastgeber war der Vorsitzende des Kreisverbands Werra-Meißner der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW), Uwe Brückmann. Zu Gast war Staatssekretär Michael Ruhl vom Hessischen Ministerium für Landwirtschaft und Umwelt, Weinbau, Forsten, Jagd und Heimat. Er stellte sich den Fragen der Anwesenden. Eingeleitet wurde der Abend mit einem Dank an Lothar Freund, Leiter des Ju-

gendwaldheims auf dem Hohen Meißner, für die Organisation der Veranstaltung, sowie an Matthias Dumm vom Hessen-Forst für die erfolgreichen Baumpflanzaktionen. Ruhl skizzierte die aktuelle Lage: „Dem hessischen Wald geht es nicht gut.“ Nach dem Dürrejahr 2018, den klimatisch bedingt schlechten Jahren danach und einem massiven Borkenkäferbefall bei der Fichte sei erst 2024 Besserung zu sehen. Dennoch stünden große Aufgaben bevor, wie die Wiederbewaldung freier Flächen und der Einsatz klimastabiler Baumarten. Ruhl betonte die Bedeutung nachhaltiger Holzwirtschaft für den Klimaschutz: „Nur bewirtschaftete Wälder können den CO₂-Ausstoß effektiv reduzieren.“ Beim Thema Wolf sprach er von der Notwendig-



Zahlreiche Fragen und Anliegen richteten die Teilnehmer aus Forstwirtschaft, Ehrenamt und Privatwaldbesitz beim Kaminabend an Staatssekretär Michael Ruhl. FOTO: MATTHIAS HÜBNER

keit eines aktiven Managements. In Hessen sei der Wolf zwar ins Jagdrecht aufgenommen, jedoch dürfe er aufgrund des Tierschutzes nicht gejagt werden. Gespräche auf Bundes- und EU-Ebene laufen, um diesen Schutzstatus zu senken und in begründeten Fällen eine gezielte Bejagung zu ermöglichen. Am Ende seines Vortrags überreichte Ruhl der SDW einen Förderbescheid über 500 Euro, um die Arbeit der Organisation zu würdigen.

In der Fragerunde wurden viele kritische Themen angesprochen. Besonders die Kürzungen beim Personal des Hessen-Forsts sorgten für Unmut. Laut Teilnehmern bleibe jede dritte Stelle unbesetzt. Ruhl erklärte, dass die Einsparungen notwendig seien, um das Milliardenloch im Landeshaushalt zu schließen, betonte jedoch, dass nicht bei Bildung und Sicherheit gespart werde.

Landesregierung beschlossene Aussetzung der FSC-Zertifizierung (Forest Stewardship Council) bis 2028. Die Zertifizierung steht für nachhaltige Waldbewirtschaftung. Naturschutzverbände kritisieren die Aussetzung als Rückschritt für den Waldschutz. Weitere Themen umfassen die Förderung von Hochwasserschutz und CO₂-Reduktion durch nachhaltige Waldbewirtschaftung. Hier versprach Ruhl eine stärkere Unterstützung für Waldbesitzer

und beschleunigte Antragsverfahren durch Verbesserung der Digitalisierung.

Auf die Frage nach der schnellen Aufforstung freier Flächen verwies er auf die Naturverjüngung als bewährte Methode, ergänzt durch gezieltes Aufforsten. Als positives Beispiel wurde das Vorgehen in Melsungen genannt, wo 80 Prozent des Waldes durch natürliche Verjüngung aufgeforstet werden.

Ein weiteres Anliegen brachte Bernhard Klug, Landesvorsitzender der SDW Hessen, vor: Er forderte eine Überprüfung der Rückbauverpflichtungen bei Windkraftanlagen. Die derzeitige Pauschale sei unzureichend, und es bestehe die Gefahr, dass die Kosten letztlich auf Hessen-Forst abgewälzt werden würden. Ruhl versprach, die Kalkulation im Ministerium gründlich überprüfen zu lassen.

Brückmann dankte für die zahlreiche Teilnahme und richtete außerdem besondere Worte an Ruhl: „Es ist eine Seltenheit, dass ein Vertreter des Ministeriums sich vor Ort den Fragen stellt.“

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

Sinnstiftender Beruf

Viele junge Menschen wollen Erzieher werden



Gute Laune beim gemeinsamen Spiel: Lisa Schirmer, Auszubildende für Heimerziehungspflege mit der Bewohnerin Angelika Plenz. FOTO: LARS WINTER

„Wir sind stolz und glücklich, Sie bei uns in den Lebenswelten zu haben“, sagte Werraland-Vorstand Georg Forchmann bei einem Empfang speziell für die angehenden pädagogischen Fachkräfte. 13 junge Menschen befinden sich aktuell in der Ausbildung.

„Wir hatten in der jüngeren Vergangenheit leider auch schon mal eine Null stehen bei einzelnen Ausbildungsjahrgängen. Dank unserer Präsenz auf Ausbildungsmessen und weiteren öffentlichkeitswirksamen Aktivitäten hat sich das zum Guten verändert“, so Kathrin Feiertag, Sozialer Dienst in den Wohnanlagen und Verantwortliche für den Bereich Ausbildung.

Zwei, die sich für die Lebenswelten entschieden haben, sind Angelina Köhler und Lisa Schirmer. Beide befinden sich im zweiten Ausbildungsjahr Heilerziehungspflege, beide sind glücklich mit ihrer Wahl. „Dieser Beruf ist etwas Besonderes. Er ist vielfältig, bringt unheimlich viel Abwechslung. Und das Wichtigste: Er ist eine He-

zensangelegenheit“, sagt die 26-jährige Angelina Köhler, die ihre Ausbildung im Kinder- und Jugendwohnen des Werner-Seeger-Haus in Reichensachsen absolviert.

„Man kann dieses Gefühl, für beeinträchtigte Menschen da zu sein, ihnen Sicherheit zu geben, kaum beschreiben. Wir geben, aber bekommen auch so unglaublich viel zurück von den uns anvertrauten Menschen“, sagt Lisa Schirmer, die in der Wohnanlage in Eschwege tätig ist. Für beide steht fest, dass sie ihre berufliche Zukunft in der Heilerziehungspflege sehen.

„Mit Menschen zu arbeiten hat viel Sinnstiftendes, das erfüllt uns“, sagt Angelina Köhler. Die Großalmeröderin will nach ihrer Ausbildung unbedingt in den Lebenswelten bleiben. „Das Betriebsklima ist fabelhaft, die Arbeit im Team macht einfach großen Spaß.“

Aktuell wird im Geschäftsbereich Wohnen, in dem die meisten Auszubildenden tätig sind, an einem neuen Trainee-Programm für zukünftige Führungskräfte gearbeitet. „Wir bieten unseren jungen Kollegen attraktive Perspektiven, um sich weiterzuentwickeln und Führungsaufgaben zu überneh-

men“, so Vorstand Georg Forchmann.

Die Fach- und Führungskräfte von morgen selbst auszubilden sei der effektivste Weg, um nachhaltig eine hohe Fach- und Sozialkompetenz in der Belegschaft zu entwickeln und zu erhalten.

werraland.de/aktuelles

www.rb-becker.de

becker

An den Adventssonntagen öffnen wir für Sie bis 16 Uhr

Schoko Weihnachtsmann Vollmilchschokolade 125g 0,99 €

Filztasche versch. Farben, 19x13x8 cm 1,99 €

Wintersneaker Filz, versch. Farben u. Größen 5,00 €

Thermo Strumphose o. Leggings mit wärmenden Innenfleece, transparente Optik, versch. Größen 7,99 €

Defort Heißklebepistole DGG-50N-K 230V, 35W, bis zu 200°C 49,50 €

Kirsch-, Lavendel- oder Körnerkissen wärmt oder kühlt, Bezug aus 100% Baumwolle 3,99 €

Raclette - Partygrill 1200W, für bis zu 8 Personen, antihaltbeschichtet 29,50 €

Minibackofen, 12l Ober- und Unterhitze, 90-230°, inkl. Grillgitter & Backblech 29,98 €

Edelstahl-Wasserkocher 1800 Watt, versch. Farben 12,98 €

Handtuchhalter verschrommt, B/H/T: 60x85x24 cm 15,00 €

Handtuchständer schwarz, pulverbesch. Stahl, B/H/T: 65x87x30 cm 25,00 €

Badematten 40x60 cm, kuschelig weich, rutschhemmende Rückseite, versch. Farben 5,99 €

50 x 80 cm je 12,98 €
70 x 120 cm je 25,00 €

Kühlerfrostschutz G12+ bis -30°, rot, 1l=2,33 3,49 €

G11- bis -30°, blau, 1l=2,33 3,49 €

Frostschutzscheibenreiniger DUNLOP bis -20° 3,99 €

Eiskratzer & Schneebürste 12,50 €

Scheiben Enteisener 500 ml 1,99 €

Automatik Batterieladegerät BC260 6 Ah, 6 & 12 V, Blei-Säure (SL, Gel, EFB AGM) und Li-Ion-Batterien 12,98 €

Defort Auto Kompressor DCC-255 max. 7 bar, 12V, 150W, 14A 12,98 €

Komponenten Lautsprecher CH6CK 6,5" 350W pro Paar, zwei 6,5" Lautsprecher, Frequenzweichen, Hochtöner, Full Range 15,00 €

Auto-Fußmatten Set 9,98 €

Skyr versch. Sorten 500g 0,79 €

Hähnchen-Fleischwurst würzig-frisch 350g 2,99 €

Weihnachtsfiguren m. Musik und 85 g Schokolade 12,98 €

Coca-Cola, Sprite oder Fanta - ohne Zucker 1l=1,49 0,331 €

Frischkäse-Becher versch. Sorten 200g 0,99 €

Cornichons süß-sauer 670g Glas, 370g ATG 0,99 €

Trolli Winterland 18 Mini Tüten 360g 2,99 €

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 Witztenhausen/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

MARKT SPIEGEL REGION ESCHWEGE

SONTRAEK STADTKURIER

IMPRESSUM

Herausgeber: Wochenzeitungs-Verlag Eschwege GmbH
Herrengasse 1-5, 37269 Eschwege
Tel.: 05651/3359-55

Geschäftsführung: Markus Pfromm, Herrengasse 1-5
37269 Eschwege (zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen)

Anzeigenleitung: Martin Meister

Anzeigenverkauf: Tel.: 05651/3359-22
E-Mail: wochenzeitung@werra-rundschau.de

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

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

Zustellung: TOP DIREKT Marktservice GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Tel.: 069/85008443
E-Mail: info@top-direkt.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 3b vom 1.10.2024

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeauflieger 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.

Werrabrücke ist wieder geöffnet

Der Verkehr in Wanfried fließt wieder über die Werra

Wanfried – Für etwa sieben-einhalb Monate war der Weg von Wanfried nach Völkershausen – und umgekehrt – weiter als gewöhnlich. Denn exakt 233 Tage hat es gedauert, die Werrabrücke in Wanfried zu sanieren, die während dieser Zeit für den Kraftverkehr voll gesperrt war. Gestern haben Mitarbeiter von Hessen Mobil und Eurovia sowie Wanfrieds Bürgermeister Wilhelm Gebhard und Völkershausens Ortsvorsteher Manfred Schneider die Brücke offiziell wieder für den Verkehr freigegeben.

„Das Sanierungsprojekt lief wirklich gut und unkompliziert“, sagte Wilhelm Gebhard und lobte die gute Zusammenarbeit mit Hessen Mobil und Eurovia. „Wenn es Probleme gab, hat Hessen Mobil immer schnelle Lösungen gefunden, sodass wir die Brücke heute sogar noch früher als ursprünglich geplant freigeben können.“ Denn geplant war die Freigabe für den Verkehr eigentlich erst Anfang Dezember. „Für die engagierte Arbeit von Hessen Mobil und Eurovia bei jedem Wetter, egal ob Wind, Hitze, Regen oder Kälte, bedanke ich mich ganz herzlich bei allen Beteiligten“, so Wanfrieds Bürgermeister.

Die vollumfänglichen Instandsetzungsarbeiten an der historischen Werrabrücke in Wanfried haben rund 1,5 Millionen Euro gekostet. Nötig gewesen seien sie, um dem immer größeren Verkehrsaufkommen auch zukünftig



Der Verkehr kann wieder rollen: Über sieben Monate war die Brücke über die Werra bei Wanfried gesperrt und von einem Gerüst umsäumt. Hessen Mobil und die Baufirma Eurovia haben die Werrabrücke grundlegend saniert und erneuert, seit gestern dürfen wieder Kraftfahrzeuge passieren.

ARCHIVFOTO: THERESA LIPPE

standhalten zu können, so Nico Beck von Hessen Mobil. Unter anderem wurden die Abdichtungen erneuert, Kapfen saniert, neue Geländer in historischer Optik errichtet, Schadstellen wie Risse und Betonplatzungen beseitigt sowie die Landesstraße 3244 im Bereich der Brücke grundlegend erneuert.

Die Vollsperrung der über 130 Jahre alten Brücke sei er-

folgt, um die Sanierungsarbeiten möglichst schnell zu erledigen und die Sicherheit der Mitarbeiter von Hessen Mobil und Eurovia sowie der Verkehrsteilnehmer zu gewährleisten, so Ulrich Hansel von Hessen Mobil. Insgesamt belief sich die Länge der Brückenbaustelle auf rund 300 Meter.

Neben den Instandsetzungs- und Erneuerungsar-

beiten sollen auch neue Straßenlampen im Bereich der Brücke angebracht werden. „Die Beleuchtung dient der sicheren Überquerung der Brücke“, sagte Bürgermeister Gebhard. „So können Menschen den Schlagparkplatz auf der gegenüberliegenden Seite des Wanfrieder Hafens auch bei Dunkelheit gut erreichen.“

Die drei Lampen sollen

noch angebracht werden, allerdings zwischen den beiden Brückenabschnitten der Werra- und der in Richtung Ortsausgang liegenden Flutmuldenbrücke sowie dahinter. Eine Anbringung direkt auf dem Brückenbauwerk sei nicht sinnvoll, da durch Witterungseinflüsse im Bereich der Fundamente der Lampen Risse entstehen könnten, die zur Schädigung der Brücke

führen könnten, so Markus Wagner von Hessen Mobil.

„Unser Ziel war es, die Brücke vor dem Wanfrieder Weihnachtsmarkt am 7. Dezember freizugeben“, so Gebhard. „Jetzt ist die Brücke bereits zweieinhalb Wochen vorher wieder befahrbar. Das war ein Bauprojekt, bei dem wirklich alles funktioniert hat.“

red

Lange Wartezeiten für eine Therapie

Kontakt- und Beratungsstelle erlebt eine gestiegene Nachfrage

Werra-Meißner – Bei einem Versorgungsgrad von 112 Prozent im Werra-Meißner-Kreis erlebt die psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle des Vereins Aufwind dennoch, dass Klienten lange auf einen Therapieplatz warten.

Wie Menschen im Landkreis Hilfe erhalten können, erklärt der Werra-Meißner-Kreis auf Anfrage.

Therapeutensuche

Psychotherapeuten können demnach unter anderem über die Internetseite der Psychotherapeutenkammer ptk-hessen.de/fur-patienten-und-ratsuchende/psychotherapeutensuche/ und im Kreis auch über die Kassenärztliche Vereinigung (KV) Hessen unter arztsuchehessen.de gefunden werden.

Innerhalb von vier Wochen muss die Terminservicestelle der KV Hessen einen Termin bei einem Facharzt ermöglichen. Das gilt ebenso für ein Gespräch bei einem Psychotherapeuten. Kontakt ist die Telefonnummer 11 61 17.

Praxenverteilung

Nach Angaben der Psychotherapeutenkammer Hessen gibt es neun Psychotherapeuten in Bad Sooden-Allendorf, sechs in Eschwege, fünf in Witzhausen, zwei in Hessisch Lichtenau und jeweils eine in Waldkappel, Sontra und Herleshausen. Hinzu kommen je ein ärztlicher Psychotherapeut in Eschwege und Bad Sooden-Allendorf.

Bei einem Bevölkerungsanteil von rund 15 Prozent an Menschen unter 18 Jahren



Neben den 31 Praxen im Kreis gibt es Hilfsangebote wie Aufwind – Verein für seelische Gesundheit und Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige.

ARCHIVFOTO: JULIA DILLING-NEITZEL

seien fünf Praxen für Kinder und Jugendliche vorgesehen, was im Kreis erfüllt werde. Zwei befinden sich in Witzhausen, zwei weitere bei einem Versorgungsauftrag in Eschwege und eine in Hessisch Lichtenau.

Aufwind

In akuten Krisen wie beispielsweise bei Trauer, Scheidung oder Problemen im häuslichen oder Arbeitsumfeld hilft die psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle des Vereins Aufwind mit Sitz in Eschwege und Witzhausen, so Mitarbeiterin Susanne Reiss. Die systemische Therapeutin fügt hinzu: „Wir überbrücken oft auch, bis jemand einen Therapieplatz

anfängen kann.“ Entsprechend benötigen nicht alle Klienten einen Therapieplatz, aber einige Menschen nutzen das Angebot zur Überbrückung, bis sie einen Platz gefunden haben.

Die Kontakt- und Beratungsstelle erlebt laut Susanne Reiss eine gestiegene Nachfrage. Von den 209 Klienten, die in diesem Jahr bis jetzt bei der Stelle sind oder waren, handele es sich bei 114 um Neuaufnahmen. Klienten, die das Angebot schon länger nutzen, greifen zum Teil seltener darauf zurück als neue.

Ermöglichte die Stelle ein bis zwei Wochen ein Erstgespräch, so sei die Wartezeit auf vier bis sechs Wo-

chen gestiegen. Tel. 05 65 1/7 43 80 (Eschwege) oder Tel. 0 55 42/5 01 65 16 (Witzhausen).

Weitere Angebote

„Auch der sozialpsychiatrische Dienst des Kreises und die Selbsthilfe-Kontaktstelle bieten Betroffenen Unterstützung an“, teilt Jana Fahlbusch, Pressesprecherin des Werra-Meißner-Kreises, mit. Die Selbsthilfekontaktstelle bietet unter anderem Selbsthilfegruppen für Betroffene bestimmter Erkrankungen sowie für Angehörige an, Tel. 0 56 51/30 22 53 80, E-Mail: selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de.

Der sozialpsychiatrische Dienst des Kreises ist An-

sprechpartner für Erwachsene mit psychischen Erkrankungen, Suchterkrankungen oder geistigen Behinderungen sowie in psychischen Krisensituationen.

Die Kontaktdaten sowie ein umfangreicher Beratungswegweiser mit allen Angeboten (auch Caritas, Diakonie, etc.) sind beim Internetauftritt des Landkreises unter „5.3 Sozialer Dienst“ zu finden.

Notlagen

Im Notfall ist das Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie im Kreis über folgende 24-Stunden-Hotline erreichbar: Tel. 0 56 51/82 11 11.

red

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

Wir sind für Sie da!
AWO mobil – Pflege Zuhause
Eschwege: ☎ 0 56 51/30 81 08
Sontra: ☎ 0 56 53/87 34
www.awo-mobil-nordhessen.de
AWO Nordhessen

Sara, 28
* Sicherungsposten (w/m)
Bediener Warnsysteme (w/m)
Sicherungsaufsicht (w/m)
Bahnerder (w/m)
umsteigerin
„...abgefahrener Job und ein bahnbrechendes Team!“
* bewirb dich auch!
☎ 06678-919012
arbeit@bist-du-bereit.com
www.bist-du-bereit.com
BDL BAHN DIENSTLEISTUNGEN LUDOLPH

Große Feier zum 20. Geburtstag

Reichensächser Spaßchor „Ladyknacker“ wurde 2004 gegründet

Reichensachsen – Es begab sich an einem Donnerstag im Jahr 2004. Ein Dutzend Männer stand an der Theke des Reichensächser Hofes und schmiedete einen verwegenen Plan: Sie wollten rein bei der Weiberfastnacht Reichensachsen, rein in einen Saal voller Frauen! Nur wie? Schließlich ist Männern der Zutritt zu dieser legendären Veranstaltung seit jeher strengstens verboten. Eine Ausnahmegenehmigung erhalten höchstens Techniker, Kellner und Akteure.

Akteure! Das war das entscheidende Stichwort, und deshalb mussten die zwölf Männer zu Künstlern werden. Nicht etwa zu Strippern – das wäre doch eine Spur zu verwegenes gewesen – sondern zu Sängern. Zwölf Männer mit dem Schalk im Nacken gründeten also kurzerhand den Spaßchor „Ladyknacker“. Walter „Woldi“ Koschalka erklärte sich bereit, den Part des Chorleiters zu übernehmen, und die Dinge nahmen ihren Lauf.

„Später kamen noch vier weitere Männer dazu und niemand hat je einen einzigen Gedanken daran verschwendet, dass wir im Jahr 2024 das 20-jährige Bestehen unseres Chores feiern können“, sagt Alfred Ingrisch, Schriftführer und erste Stimme der Reichensächser Sangeslegenden.

Mehr als 300 Auftritte und unter anderem die silberne Ehrennadel des Landes Hessen für kulturelles Engagement später haben die „Ladyknacker“ ihren runden Geburtstag nun doch gefeiert – mit ihren Frauen, Freunden, Helfern und Gönnern sowie den Ehrengästen, Landrätin Nicole Rathgeber und Wehretals Bürgermeister Timo Friedrich. „So haben die mittlerweile in die Jahre gekommenen Sänger einen gelungenen Jubiläumsabend im Ristorante Roma in Reichensachsen verbracht“, sagt Alfred Ingrisch schmunzelnd.

Denn ja, natürlich hat das Alter auch vor den fidele „Ladyknackern“ nicht Halt gemacht; auch ist der Altersdurchschnitt mit 83 Jahren relativ hoch – der Kreativität, der Lebensfreude und dem



Gruppenbild zum 20. Bestehen: Die „Ladyknacker“ nehmen ihre Ehrengäste, Landrätin Nicole Rathgeber und Bürgermeister Timo Friedrich, in die Mitte.

FOTO: PRIVAT/NH

Witz der Herren hat das allerdings nie geschadet.

Und so fehlte ein Auftritt der Sänger nicht – mit dem unbestrittenen Höhepunkt „Nun sind wir 20 Jahre alt, das könn'n wir kaum glauben“ (Melodie: „Ich werde 100 Jahre alt“, Johannes Heesters, von Bandleader Walter Koschalka mit einem neuen Text versehen).

Genau das ist es, was die Reichensächser „Ladyknacker“ unverwechselbar

macht: Sie singen zu bekannten Melodien neue Texte, auf Deutsch und in lustig. Vielen der klassischen Titel des Chores ist anzumerken, dass sie aus dem Karneval stammen, inklusive der genüsslich zelebrierten, politisch unkorrekten Seitenhiebe. In den 20 Jahren ihres Bestehens hat sie das Thema Frauen nie losgelassen – immer geliebt, wenn auch geneckt, man denke etwa an „Die Schuh sind doch zum Laufen, nicht

allein zum Kaufen“ („These Boots are made for walking“). Aber zurück zum Jubiläumsabend: Ein eigens erstellter Film von Walter Koschalka mit Impressionen und Höhepunkten der 20-jährigen Bandgeschichte erfreute die Sänger mit ihren Gästen.

Der Abend endete, wie nicht anders zu erwarten, erst nach Mitternacht mit höchst zufriedenen „Ladyknackern“ und deren Gästen.

red

Weihnachtliches Singen in der Volkshochschule

Eschwege – Singen macht Freude, vor allem zur Weihnachtszeit und am besten mit anderen. Die Volkshochschule Werra-Meißner und die Schule für Musik laden zu zwei stimmungsvollen Mitsingkonzerten in der Adventszeit ein. Gemeinsam mit der Gesangslehrerin und Chorleiterin Ulrike Hildebrandt und musikalisch begleitet von Lutz Fußangel, Leiter der Schule für Musik, werden weihnachtliche Klassiker sowie poppige und rockige Weihnachtshits aus aller Welt gesungen. Dazu dürfen sich die Besucher auf eine gemütliche Weihnachtsatmosphäre, Plätzchen und Punsch freuen. Ein Abend für alle, die den Zauber der Adventszeit lieben und Spaß am gemeinsamen Musizieren haben. Die weihnachtlichen Mitsingkonzerte finden am Dienstag, 3. Dezember, ab 17.30 Uhr am VHS-Standort Witzenhäuser und am Donnerstag, 5. Dezember, ab 17.30 Uhr am VHS-Standort Eschwege statt. Die Teilnahme kostet drei Euro. In der Gebühr ist ein Freigetränk enthalten.

INFOS UND ANMELDUNG: Volkshochschule Werra-Meißner, Standort Eschwege, Telefon 0 56 51/7 42 90 oder online unter vhs-werra-meissner.de.

**Flohmarkt
Metro
01.12.**

„Musik öffnet die Herzen“

Publikum dankt Heeresmusikkorps mit stehenden Ovationen

Sontra – Johanna Klett ist den Liebhabern der Egerländer Blasmusik bereits vom virtuos dargebotenen Klarinettenduett zusammen mit Musikerkollegin Diana Blume vom Vorjahr in Erinnerung. Am Dienstagabend überzeugte sie als neue Dirigentin der „Egerländer“ des Heeresmusikkorps Kassel beim Wohltätigkeitskonzert im Sontraer Bürgerhaus.

Die 18 Musiker des Egerländer Ensembles vereint die Begeisterung für die böhmische Blasmusik, die untrennbar mit den Namen Ernst



Unterhielten die Besucher auf das Beste: die 18 Egerländer des Heeresmusikkorps Kassel, die am Dienstag im Sontraer Bürgerhaus ihr Wohltätigkeitskonzert spielten.

FOTO ANNEMARIE KAPINUS

Mosch und in seiner Nachfolge Ernst Hutter verbunden ist. Einen „ordentlichen Marsch“ des berühmten Egerländers kündigte Moderatorin Diana Blume zur Einstimmung in die traditionelle Veranstaltung an, die seit mehr als 20 Jahren immer wieder für voll besetzte Säle sorgt.

„Musik verbindet und öffnet Herzen“, weiß Bürgermeister Thomas Eckhardt, der selbst als Posaunist bei den Ulfener Jungs spielt. Zudem bekundete Eckhardt die Solidarität mit den Soldaten, die sich für unsere Sicherheit und die Erhaltung der Demokratie einsetzen.

Die instrumentale Reise ging dann nach Osttirol zum Tal der Isel, das Gerald Rana-

cher in seinem gleichnamigen Marsch zum Klingen brachte.

Mit Walzer- und Polkarhythmen folgten die Blasmusiker ihrem böhmischen Original: Ein besonderer Leckerbissen darunter die Polka „Böhmisch im Blut“, bei der sich die Instrumentengruppen der weich klingenden Klarinetten und schmetternden Trompeten gekonnt abwechselten, rhythmisch begleitet von Schlagzeuger Lukas Steins, der für seinen erkrankten Kollegen spontan eingesprungen war. All die Wünsche und Sehnsüchte eines Musikers werden in „Musikantensehnsucht“ klanglich vereint.

Nach dem Instrument des Jahres fragend, bekam Mode-

ratorin Blume unverzüglich Antwort aus der hinteren Reihe: die Tuba. Und für den spontanen Zuruf gab es gleich eine Weihnachts-CD.

Mit dem Solo „Farmers Tuba“ bewies Tubist Patrick Blume, der dafür aus der hinteren Reihe in vorderste Front wechselte, was der softe Tief-töner alles kann. Augenzwinkernd kommentierte Moderatorin Blume die kurze Spielzeitpause durch den Platzwechsel: „Er ist immer etwas langsam, er ist mein Mann.“ Mit dieser Schlagfertigkeit hatte sie viele Lacher auf ihrer Seite.

Die vorerst letzte Runde des Konzerts leitete eine Polka mit gleichem Titel ein, der „Unsere Reise“ von den Fäaschtbänkern und ein be-

kanntes Abschiedslied von Mosch folgten.

Stehend applaudierten die Zuhörer und Bürgermeister Eckhardt dankte mit Blumenstrauß, flüssigem Brot und „Ansatzwasser“ für den stimmungsvollen Abend, an dem man wie gewohnt drei Zugabe erwartete. Natürlich hatte die Dirigentin diese in petto, darunter das Steigerlied zum Mitsingen und Klatschen sowie ein mährisches Gutenacht-Lied.

Der Reinerlös des Konzerts geht an die Bürgerhilfe Sontraer Land sowie der DRK-Ortsgruppe. Mitglieder der DRK hatten an der Seite von Mitarbeitern des Rathauses und des Bauhofs auch bei der Organisation des Abends geholfen.

red

Jakobi Pflege

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

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

36205 Sontra • Hinter der Wachtmauer 3

Wir suchen Zusteller
m/w/d

für unsere Wochenblätter

MARKT SPIEGEL **SONTRAER STADTKURIER**

TOLLER Nebenverdienst für alle
... auch schon für Jugendliche ab 13 Jahren!

Verteiltag: Samstag
Einsatz: wohnortnah

- **Eschwege**
Stadt (Rheinstraße)
- **Waldkappel**
Stadt (Am Sportplatz)
- **Meinhard**
Schwebda (Kellaer Straße)
- **Weißborn**
Gemeinde (Rambacher Straße)
Rambach

Jetzt bewerben:
Top Direkt Marktservice GmbH
Tel. 0561 – 7070-317 oder
bewerbung@top-direkt.de

TOP DIREKT

NORMA®

NORMA GESCHENK-TIPPS

ab Montag, 2. Dezember

Grappa Pinot Grigio Barrique in Geschenkpackung, mit zwei Grappa-Gläsern

40% vol, 0,5-l-Flasche (1 l = 27,98)

17% billiger

UVP 16,99
13,99*

Weinprobe Deutsche Qualitätsweine

Fünf verschiedene Sorten 5x0,25-l-Flaschen (1 l = 7,99) je Geschenkpackung

9,99*

Highland DEVERON Single Malt Scotch Whisky 10 Jahre

40% vol, 0,7-l-Flasche (1 l = 28,56)

20% billiger

UVP 24,99
19,99*

bella casa Glitzerkerzen

Stumpfen-Kerzen metallic gold/ bordeaux 1-Stück-Packung, Brenndauer ca. 38 Stunden oder Duftkerzen Bratapfel oder Orange 24er-Pack, Brenndauer ca. 4 Stunden je Artikel

2,99*

Rote Nikolaus-Äpfel Deutschland/Region Bodensee, im XXL Karton, Kl. I, ausgewählte Sorte: Red Jonaprince, der knackig rote Apfel mit süß-saftigem Fruchtfleisch, Kal. 73/83, 75/85 und 80/90 mm, 5-kg-Karton (1 kg = 1,33) je Karton

XXL - 5 kg!

6,66*

große Früchte! (Abbildung ähnlich)

Tee-Geschenkbox aus Holz „Tee-Selektion“

braun gebeizt oder mahagonifarben versch. Sorten, 54 Aufgussbeutel, 103,5-g-Box (1 kg = 135,17) je Holzbox

mahagonifarben

13,99*

bella casa Geschenkset Wachsmelts Duftlampe mit 4 Pods mit purem Kerzenwachs und 6 Teelichte • Duftdauer je Wachspod: ca. 8 Stunden • versch. Ausführungen je Geschenkset

8,99*

Eierlikör Weihnachtsmann

Feinster Eierlikör in der Weihnachtsmann-Flasche 15% vol, 0,2-l-Flasche (1 l = 22,20)

4,44*

bella casa Duftkerze im Bongolglas, Vanille, Mandel und Caramel oder Cranberry 2-farbig, Brenndauer ca. 85 h je Kerze

4,99*

Premium Clementinen „Götterfrucht“ Spanien, Kl. I, Sorte: Clementines, ausgewählte, große, vitaminreiche Clementinen, 2-kg-Netz (1 kg = 2,-) je Netz

XXL - 2 kg!

3,99*

große Früchte!

Walnuss-/Haselnuss-Salami luftgetrocknet 250-g-Packung (1 kg = 13,16) je Packung

3,29*

Preiselbeeren mit Birne 370-g-Glas (1 kg = 4,57), Cranberry oder Rotwein & Zimt 400-g-Glas (1 kg = 4,23) je Glas

1,69*

Premium Sahnelikör Schoko-Minze oder Pistazien 15% vol, 0,5-l-Flasche (1 l = 13,98) je Flasche

6,99*

Gourmet Pfirsiche mit Mandeln und Amarettoaroma, oder mit Bourbon Vanille 550-g-Glas, Abtr.-Gew. 330 g (1 kg = 6,03) je Glas

1,99*

Premium Speisekartoffeln „Pom'Alliance“, Frankreich, Sorten: Gourmandine/Jazzy, festkochende, gelbfleischige Premiumkartoffel mit glatter Schale und angenehm vollen Geschmack, 2,5-kg-Beutel (1 kg = 1,40) je Beutel

2,5 kg!

3,49*

➔ BIS ZU 69% SPAREN

Geschenktaschen in folgenden Ausführungen:

- Maxi-Geschenk-tasche 3er-Set
- Midi-Geschenk-tasche 3er-Set

2,99*

Hochwertiges Design-Geschenkpapier ca. 2 m x 70 cm, verschiedene Designs (1 m² = 2,14)

Mit Hologrammen oder Glitter!

2,99*

Hybrid-Jacke mit Sherpa-Fleece für Damen und Herren • 100% Polyester

- Leicht tailliert • Damen-Größen M-XL • Herren-Größen M-XXL je Jacke

59% billiger

UVP 69,95
27,99*

Winterschuhe für Herren

- Obermaterial in Lederoptik • Futter und Decksohle aus kuscheligem, textilem Warmfutter • Leichte und druckdämpfende Laufsohle • Größen 41-45 je Paar

Mit wärmendem Innenfutter

33% billiger

UVP 29,99
19,99*

Outdoor-Boots für Damen und Herren

- Wärmendes Mikrofleece-Mix
- Robuster Obermaterial-Mix
- Verstärkte Mehr-Punkt-Schnürung
- Ausgeprägte Profillaufsohle aus griffigem und flexiblen TPR und Phylon
- Größen 38-44 je Paar

22,99*

Fleece-Bettwäsche 1 Kissen ca. 80x80 cm und 1 Bezug ca. 135x200 cm

- Extra kuschelig weiche und wärmende Fleece-Qualität
- 100% Polyester
- Pflegeleicht und trocknergeeignet
- Mit Marken-Reißverschluss

NEUE Designs

9,99*

Funktions-Shirt oder -Hose für Damen und Herren • 95% Polyester (ThermoTherm®), 5% Elasthan

- Mit seitlichem Rippeinsatz
- Seamless – ohne störende Nähte • Wärmeisolierend und atmungsaktiv • Größen M-XL

61% billiger

UVP 59,95
22,99*

Softshell-Hose für Damen und Herren

- Wärmendes Mikrofleece-Futter • Damen-Größen M (40/42) – XL (48/50) • Herren-Größen M (48/50) – XXL (58) je Hose

Wasserabweisend, winddicht und atmungsaktiv

61% billiger

UVP 59,95
22,99*

Outdoor-Boots für Damen und Herren

- Wärmendes Mikrofleece-Mix
- Robuster Obermaterial-Mix
- Verstärkte Mehr-Punkt-Schnürung
- Ausgeprägte Profillaufsohle aus griffigem und flexiblen TPR und Phylon
- Größen 38-44 je Paar

22,99*

Thermo-Fleece-Spannbettuch

- 100% Polyester, Mikrofaser
- Mit Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung
- Atmungsaktiv und allergieneutral
- Höchste Formstabilität
- Steghöhe ca. 27 cm

7,99*

Ronley Pantoffeln mit Wörishofer Fußbett, für Damen und Herren • Obermaterial aus hochwertigem, synthetischem Filz oder Textil in Cord-Optik

- Komfortables Innenfutter • Strapazierfähige und robuste Laufsohle
- Damen-Größen 38-41 • Herren-Größen 41-45 je Paar

5,99*

Thermo-Socken 3 Paar für Damen und Herren

- Warme und weiche Vollfrottee-Qualität
- Größen 35/38 – 43/46 je 3 Paar

69% billiger

UVP 22,95
6,99*

TREKKY STAR™ Outdoorschuhe mit Warmfutter für Damen und Herren • Robustes und strapazierfähiges Obermaterial • Zusätzliche Zehenkappe schützt den Fuß • Robuste und profilierte TPR-Laufsohle • Damen-Größen 38-41 • Herren-Größen 42-45 je Paar

49% billiger

UVP 39,95
19,99*

„Nachfüllpack“ 3er 3 Stück à 1200 g (1 kg = 1,94)

Luftentfeuchter für Räume bis 90 m³ 3 Jahre Garantie

6,99*

Premium Hochglanz WC-Sitz mit Acrylbeschichtung

- Passend für alle handelsüblichen WC-Becken
- In extraflachem Design
- Inkl. Montagematerial
- Aus hochwertigem, kratzfestem Duroplast-Material
- 3 Jahre Garantie

29,99*

*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.

DIE NEUE NORMA-APP IST DA!

DIE GANZE NORMA-WELT IN EINER APP!

- ➔ Filialangebote
- ➔ Online-Prospekte
- ➔ Norma24-Onlineshop

Hier gratis downloaden oder updaten

Lohnt sich frühes Buchen?

Fragen und Antworten zum Sommerurlaub 2025

Im Herbst schon an Sommer denken: Laut Reiseveranstalter buchen viele Menschen immer früher ihren Urlaub. Das kann Geld sparen – und es gibt noch andere Gründe.

Draußen ist es kühl und nass, da macht man sich doch gern warme Gedanken: Sonne, Strand, Meer und gutes Essen im Hotel. Und schon jetzt den Sommerurlaub 2025 ins Auge zu fassen, kann sich finanziell allemal lohnen. Fragen und Antworten rund ums Frühbuchen – und ob es wirklich schon im Herbst sein muss:

Gibt es mehr Frühbucher?

Nachdem während der Corona-Pandemie viele wegen der Einschränkungen und Unsicherheiten ihre Urlaube kurzfristig gebucht haben, sind die Frühbucher-Zahlen nach Branchenangaben stark gestiegen. 2023 haben viele Menschen ihren Sommerurlaub für 2024 früher als in den Vorjahren gebucht, sagt Torsten Schäfer vom Deutschen Reiseverband (DRV). „Ich könnte mir gut vorstellen, dass wir diese Zahlen dieses Jahr noch toppen.“

Auch große deutsche Reiseveranstalter sehen einen deutlichen Trend zum Frühbuchen. Bei Schausinsland-Reisen verzeichnet man in einigen Zielgebieten – etwa in der Türkei – für die Sommersaison 2025 aktuell mehr als doppelt so viele Vorausbuchungen wie im Vorjahr.

Und bei Tui Deutschland beobachtet man: Noch nie hätten so viele Urlauber ihre Wunschreise für den nächsten Sommer bereits unmittelbar nach der Rückkehr aus dem letzten Sommerurlaub gebucht. „Relax, return and rebook“ laute die Formel oftmals, also ausspannen, zurückkommen und erneut buchen.

Die Kataloge für die Sommersaison kommen laut DRV-Sprecher Schäfer im Spätsommer bis Herbst heraus, dann starten Veranstalter oft auch ihre Werbekampagnen mit Fernsehspots und mehr. Die Hauptbuchungsphase für den Sommer starte ab November und laufe bis in den März hinein. Auch wenn immer mehr Menschen immer früher dran sind.

Was spricht fürs Frühbuchen?

30, 40, 50 Prozent: Je nach Region und Veranstalter werden Urlauber mit attraktiv klingenden Rabatten gelockt. Wie viel man dadurch am Ende wirklich spart, ist nicht immer klar festzumachen, dazu später aber noch mehr.

Definitiv ein einleuchtender Grund fürs frühe Buchen: Die Auswahl an Flügen, Hotels und generell Reiseländern ist umso größer, je früher man dran ist. Gerade für Familien mit Kindern im Schulalter, die an Ferienzeiten gebunden sind, ist das ein gewichtiges Argument. Nicht zu unterschätzen: Die Vorfreude auf den Urlaub kann mit der Buchung beginnen.

Welche Nachteile hat das frühe Buchen?

Mit vielen Monaten Vorlauf die Reise buchen, das heißt auch: sich früh festlegen. Machen Krankheiten, plötzli-



Hach, wenn doch wieder Sommer wäre. Wer jetzt den nächsten Urlaub bucht, kann zumindest schon einmal in Gedanken das Strandhandtuch auswerfen.

FOTO: ANDREAS ARNOLD/DPA/DPA-TMN



An Angeboten für Sommerurlaub mangelt es nicht: Die großen Veranstalter haben ihre Programme längst buchbar gemacht und locken mit Frühbucher-Rabatten.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

cher Jobverlust oder private Schicksalsschläge Reisepläne zunichte, kann eine Reiserücktrittsversicherung zwar möglicherweise empfindliche Stornogebühren tragen.

Bei vielen anderen Eventualitäten kommen diese Policen aber nicht auf. Zusätzliche Absicherung versprechen hier die während der Pandemie aufgelegten Flex-Tarife, die viele Veranstalter weiter gegen Aufpreis anbieten. Urlauber können die Reise dann ohne Angabe von Gründen umbuchen oder stornieren. Gar zu spontan geht das allerdings auch nicht, meist ist das nur bis einige Wochen vor Urlaubsbeginn möglich.

Was ist eigentlich mit Last-Minute?

Knapp vor dem Urlaub buchen und sparen, diese Idee verbinden viele mit Last-Minute. Schnäppchen sind vereinzelt drin, groß darauf hof-

fen sollte man aus Sicht von DRV-Sprecher Torsten Schäfer aber nicht. „Last-Minute“ heißt heute vor allem, dass man kurzfristig noch wekommt – aber nicht, dass es unbedingt billiger wird.“ Das gilt insbesondere für die Ferienzeiten: Vieles sei dann schon weg, gerade im preisgünstigeren Budget-Bereich.

Zur Sache: Welche Rabatte bieten die Veranstalter?

Bei Schausinsland-Reisen be es die „attraktivsten Frühbucher-Konditionen“ je nach Zielgebiet und Hotel bei Buchungen bis Ende Dezember oder Ende Januar. „Beispielsweise bieten Mallorca oder die Türkei zum Teil Frühbucherrabatte von bis zu 30 Prozent“, sagt Andreas Rüttgers, Touristikchef des Veranstalters.

Bei Dertour seien die höchsten Frühbucher-Rabattstufen meist bis 31. Januar verfügbar, sagt Sven Schikar-

sky, Produktchef von Dertour, ITS und Meiers Weltreisen. In den klassischen Pauschalreisestationen seien sie besonders hoch – in der Türkei und in Ägypten beispielsweise mit bis zu 45 Prozent und in Griechenland mit bis zu 40 Prozent.

Dazu kommen Kinderrabatte und Kinderfestpreise, die Veranstalter anbieten, darunter Tui Deutschland. Von diesen Familienpaketen habe man auch noch nie so viele so frühzeitig verkauft wie 2024 für den Sommer 2025, so Tui-Sprecher Aage Dünhaupt.

Wovon hängt die Höhe der Rabatte ab?

Die Frühbucherrabatte seien abhängig von den besonderen Vereinbarungen zwischen Reiseveranstalter, Fluggesellschaften und Hotels, erklärt Tui-Mann Dünhaupt. „Gemeinsam werden die günstigen Preise vereinbart, die dann ins Angebot kom-

men. Die Kontingente sind begrenzt und werden teilweise auch schon knapp.“

Für die Veranstalter bringt es eine gewisse Planungssicherheit, wenn viele Reisende früh buchen. Denn die Unternehmen kaufen Hotelplätze und Flugsitze weit im Voraus in großen Mengen – davon eine gewisse Anzahl bereits viele Monate vorher verkauft zu haben, ist beruhigend, und spült zudem über die Anzahlungen der Reisenden Geld in die Kassen.

Und was sparen Reisende nun durch frühes Buchen?

Eine Frage, die sich nicht pauschal beantworten lässt. Verbraucherschützer weisen Jahr für Jahr gebetsmühlerartig darauf hin: Nicht allein auf die Prozente schauen, sondern Gesamtreisepreise vergleichen – auch über Anbieter und Portale hinweg.

Ähnliches sagt Andreas Rüttgers von Schausinsland-Reisen: „Günstige Angebote und die besten Preis-Leistungs-Verhältnisse finden die Gäste manchmal auch in Hotels, die keine besonders hohen Frühbucherrabatte bieten.“ Entscheidend, so Rüttgers, sei also nicht unbedingt der jeweilige Frühbucherrabatt, sondern der Gesamtreisepreis.

Dass frühes Buchen, allgemein betrachtet, Geld sparen kann, zeigt eine Analyse des Portals Holidaycheck von Pauschalreisepreisen für die Sommerferien 2024 bei Buchungen zwischen Oktober 2023 und Juni 2024. Ergebnis: Überwiegend am günstigsten war es zum Start der Frühbucherzeit im Oktober und November.

Preisbeispiel: Für eine Musterfamilie mit zwei Erwachsenen und zwei schulpflichtigen Kindern hätte ein einwöchiger Pauschalurlaub an der türkischen Ägäis-Küste mit Vollpension etwa 3900 Euro gekostet, wenn sie im No-

vember 2023 gebucht hätten. Bei einer Buchung im April 2024 wären es mehr als 5300 Euro gewesen – ein Plus von 1400 Euro.

Einschränkend ist zu sagen: Holidaycheck hat bei der Analyse zu jedem Zeitpunkt die fünf günstigsten Angebote unter 65 Veranstaltern in der jeweiligen Region ermittelt und daraus den Durchschnitt gebildet. Es sind also nicht die genau gleichen Reisen, die hier verglichen wurden, sondern jeweils nur die günstigsten Suchergebnisse zu bestimmten Zeiten.

Ein weiteres Ergebnis der Analyse war übrigens, dass in diesen Sommerferien bei 7 von 13 untersuchten Zielen die Preise kurz vor Abreise sanken – deutlich sei das bei Ägypten, Lanzarote, Fuerteventura, Kos, Kreta und der türkischen Riviera zu sehen gewesen.

Ab wann kann man überhaupt für kommenden Sommer buchen?

Bei vielen Veranstaltern rund ein Jahr vorher. „Wir haben weite Teile unseres Portfolios für den Sommer 2025 bereits im Frühsommer dieses Jahres verfügbar gemacht, obwohl unsere Zielgebetskataloge erst Anfang Oktober erschienen sind“, sagt etwa Andreas Rüttgers von Schausinsland-Reisen. Auch bei Dertour sind die meisten Produkte für den Sommer 2025 bereits seit Juni 2024 zur Buchung freigeschaltet. Ebenso bei Tui.

Noch früher dran sind die Kreuzfahrt-Anbieter: Bei den deutschen Marktführern Aida Cruises und der „Mein Schiff“-Flotte von Tui Cruises sind die Sommerkreuzfahrten 2025 schon seit Oktober 2023 buchbar. Wer möchte, kann hier schon ein Jahr weiterschauen und den Sommerurlaub 2026 auf dem Meer buchen.

tmn

Schlechter Schlaf im Alter?

Schlafstörungen: Das kann Ihnen helfen

Wenn Schäfchenzählen nicht hilft, sich das Gedankenkarussell dreht oder die Blase schon wieder drückt, wird die Nacht zur Qual. Viele Ältere haben Schlafstörungen. Wie werden die Nächte besser?

Wer abends ins Bett geht und am nächsten Morgen erst durch den Wecker wach wird, weiß nicht, was andere mitmachen. Die, die ständig in der Nacht hellwach sind. Die sich von Seite auf Seite drehen, grübeln und nicht wissen, wie sie wieder in den Schlaf kommen sollen.

Nach Angaben des Bundesgesundheitsministeriums hat jeder zweite Über-60-Jährige damit Probleme. „Mit dem Alter werden nicht nur unsere Haare grauer, sondern auch unser Schlaf“, sagt Schlafmediziner Helmut Frohnhofen. Was bedeutet: Man schläft weniger, unruhiger und kürzer als jüngere Menschen. Eine Ursache: Die Tiefschlafphasen werden im Alter kürzer.

■ Wann eine ernstzunehmende Schlafstörung vorliegt

Wobei eines wichtig ist: „Man muss das Normale von dem Pathologischen und Behandlungsbedürftigem trennen“, sagt Frohnhofen, der als Altersmediziner am Universitätsklinikum Düsseldorf tätig ist. Entscheidend für die Einschätzung, ob jemand ernstzunehmende Schlafprobleme hat, ist die Tagesbefindlichkeit. Und auch, ob die Leistungsfähigkeit beeinträchtigt ist.

Sie fühlen sich über längere Zeit müde, unausgeschlafen, unaufmerksam und reizbar? Und haben das Gefühl, dass sich Ihr Schlaf verändert hat? Dann sollten Sie das Problem angehen. „Es ist wichtig, die Ursachen abzuklopfen: ob es körperliche sind, oder solche, die man psychotherapeutisch behandeln kann“, sagt die Psychologische Psychotherapeutin Juliane Lessing.

■ Wie Gewohnheiten den Schlaf beeinflussen können

Die Ursachen können vielfältig sein. Manchmal sind es bloß schlechte Gewohnheiten, die die Nachtruhe verschlechtern. Etwa, weil man abends zu viel Alkohol trinkt, bis in die Nacht hinein aufregende Filme im Fernsehen schaut oder auf dem Smartphone scrollt.

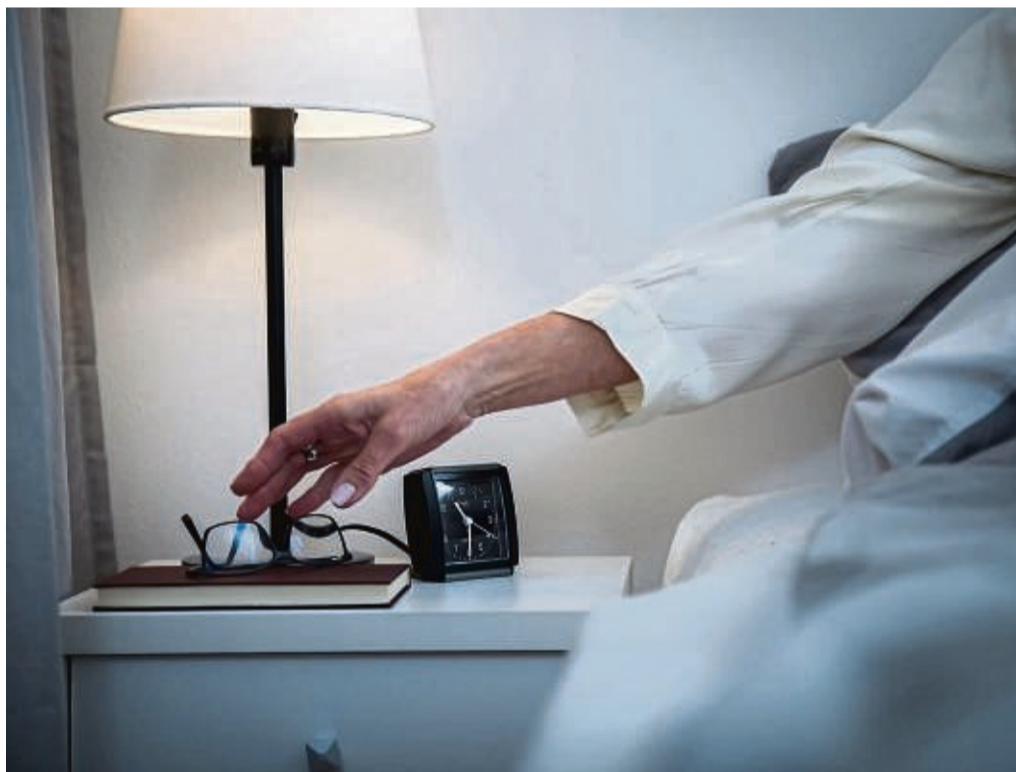
Auch die Tagesgestaltung kann eine Rolle spielen. „Wenn man einen sehr langen Mittagsschlaf macht, nimmt das einfach den Schlafdruck, sodass man nachts nicht mehr gut schlafen kann“, sagt Helmut Frohnhofen, der auch ein Buch zum Thema geschrieben hat („Schlaf und Schlafstörungen im höheren Lebensalter“).

Oder die Bettgezeit ist zu früh: 5 Prozent der Hochbetagten – also der über 85-Jährigen – legen sich vor 19 Uhr schlafen. „Wenn ihr Tag monoton und langweilig und ohne Anregungen war, sie aber nur noch sechs bis sieben Stunden Schlaf brauchen, sind sie natürlich um 3 Uhr schon ausgeschlafen“, sagt



Morgens immer fürchterlich müde: Viele Ältere können beim Thema Schlafstörungen mitreden.

FOTO: HEIKO WOLFRUM/DPA/DPA-TMN



Gedanken aufschreiben oder lesen: Ein Abendritual signalisiert dem Körper, dass nun Zeit zum Herunterfahren ist.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

Helmut Frohnhofen. Oft hilft es in diesen Fällen schon, vormittags an die frische Luft und spazieren zu gehen, denn das stabilisiert den Tag-Nacht-Rhythmus.

Vielleicht ist es aber auch die drückende Blase, die die Nachtruhe zwei- oder dreimal unterbricht. Dann kann es womöglich schon einen Unterschied machen, wenn man zwei Stunden vor dem Schlafengehen möglichst wenig Flüssigkeit zu sich nimmt.

■ Insomnie ist behandlungsbedürftig

Doch nicht immer ist es mit kleinen Veränderungen direkt getan: Die Nächte sind und bleiben einfach eine Qual. Das wissen auch alle, die unter einer sogenannten Insomnie leiden. Etwa fünf Prozent der Gesamtbevölkerung sind betroffen – steigende Tendenz ab einem Alter von 40 Jahren.

Diese Menschen können nicht einschlafen beziehungsweise brauchen länger als eine halbe Stunde dafür. Sie werden immer wieder wach oder können oft ab 4 oder 5 Uhr nicht mehr weiterschlafen. Eine solche chronische Erkrankung liegt vor, wenn diese Störung an den meisten Tagen der Woche und über mindestens drei Monate besteht. Tagsüber fühlen sich Betroffene wie gerädert.

Auch ein obstruktives Schlafapnoe-Syndrom (OSAS) kann Ursache für Schlafstörungen sein. Betroffene haben damit zu kämpfen, dass es während des Schlafs immer wieder zu einer Verringerung oder dem kompletten Aussetzen der Atmung kommt. Ebenso können Bewegungsstörungen wie „Restless Legs“ dafür sorgen, dass der Schlaf ständig unterbrochen oder wenig erholsam ist.

In solchen Fällen sollte man einen Arzt oder eine Ärztin aufsuchen und die Ursachen, etwa in einem Schlaflabor, untersuchen lassen. Im nächsten Schritt lässt sich eine Behandlung finden, die auf die Ursache zugeschnitten ist.

„So etwas sollte man auf jeden Fall nicht auf die leichte Schulter nehmen“, sagt Helmut Frohnhofen. Nicht nur, weil man sich tagsüber sehr müde fühlt, sondern auch, weil der Schlafmangel ernste Folgen haben kann. Ein erhöhtes Risiko für Stürze zum Beispiel - oder die Entwicklung von Hirnleistungsstörungen bis hin zur Demenz.

■ Die Ursachen können auch psychischer Natur sein

Manchmal kreisen die Gedanken ohne Unterlass - und verhindern so erholsamen Schlaf. „Wie bei einem Auto, das im Leerlauf immer Voll-

gas gibt“, sagt Helmut Frohnhofen. Schlafstörungen stehen oft auch im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen wie Depressionen oder posttraumatischen Belastungsstörungen.

„Schlaf ist nicht nur für den Körper, sondern auch für die Seele wichtig“, sagt Psychotherapeutin Lessing. Wir brauchen ihn, um Ressourcen aufzufüllen, um widerstandsfähig zu bleiben, um uns von den Belastungen des Tages zu erholen. „Mangelnder Schlaf beeinträchtigt auf Dauer die Psyche und begünstigt Depressionen“, warnt sie.

Auch wenn man eine psychische Ursache vermutet, sollte man also aktiv werden - und sich professionelle Hilfe holen. Wobei Betroffene nicht davon ausgehen dürfen, dass eine Psychotherapie ihre Schlafprobleme direkt löst. „Im schlechtesten Fall wird der Schlaf zunächst sogar noch schlechter, weil sich die Patienten auf einmal darüber klar werden, dass sie noch ganz andere Baustellen haben“, sagt Lessing. Doch langfristig kann man einen besseren Umgang mit belastenden Gedanken lernen - und Distanz zu ihnen aufbauen.

■ Was gut tut, wenn man nachts wach im Bett liegt

Und was kann einem akut helfen, wenn nachts die Gedanken kreisen - oder man sich ärgert, nicht einschlafen zu können? „Atem- und Entspannungsübungen können helfen, und auch Rituale“, sagt Juliane Lessing. Statt stundenlang zu grübeln, sollte man lieber das Bett verlassen, etwa einen Bildband anschauen, sich einen Tee oder eine heiße Milch mit Honig machen. „Irgendetwas, was beruhigend ist, um für sich ein Schlafritual zu finden, damit mein Körper runterfährt.“

Wie das aussieht, ist ganz individuell: Manche entspannt es, sich zu bewegen. Anderen hilft es, eine To-Do-Liste für den kommenden Tag zu schreiben und in der Schublade zu verstauen. „Hauptsache ist, dass man sich dem Gedankenkarussell nicht so ausgeliefert fühlt und sich das verselbstständigt. Dann wird es immer schwieriger“, sagt Juliane Lessing.

Und natürlich ist es wichtig, eine gute Schlafsituation zu schaffen. Die Temperatur im Schlafzimmer sollte nicht zu niedrig sein, also nicht unter 15 Grad liegen. Wärmer als 25 Grad ist hingegen auch nicht gut. Beides kann das Schlafvermögen ungünstig beeinflussen.

Helmut Frohnhofen hat noch einen anderen Tipp, den es sich vielleicht lohnt auszuprobieren: warme Socken. „Mit kalten Füßen kann man nicht gut schlafen!“, sagt er. Wohltuend und entspannend kann abends etwa ein warmes Fußbad oder gar ein Wannenbad sein.

■ Vorsicht bei bestimmten Medikamenten

Und wie sieht es mit dem Griff zu Tabletten aus, um schlafen zu können? Nach Ansicht von Schlafmediziner Frohnhofen können Betroffene durchaus zu pflanzlichen Mitteln oder auch Melatonin-Präparaten greifen, die dem Körper signalisieren, dass er müde werden soll. Problematischer seien Medikamente, die frei verkäuflich sind, aber bestimmte Botenstoffe im Gehirn hemmen: „Gerade bei Älteren können sie zu Vergesslichkeit führen.“

Am besten bespricht man sich mit Arzt oder Ärztin. Wenn andere Maßnahmen keine Besserung bringen, können auch verschreibungspflichtige Schlafmittel zum Einsatz kommen. tmn



Erste Sontraer Solarnacht

Gemeinsam die Energiewende meistern: Infoabend am 5. Dezember

Sontra – Der Info-Abend für alle Photovoltaik-Interessenten (B2B & B2C), die sich über die Vorteile einer klimaneutralen Versorgung informieren möchten - für den privaten Haushalt genau wie für die gewerbliche Nutzung.

Die EARTH und die ENBRO GmbH sind bereits seit 2010 am Energiemarkt tätig und beraten Privat- und Gewerbekunden im Bereich Strom, Gas und Photovoltaik.

Vor allem Erneuerbare Energien werden als Geschäftsfelder immer interessanter. Solaranlagen in Kombination mit dynamischen Energietarifen, smarter, KI- und GPT-unterstützter Technik, sowie Smart Home Produkten können den Energiefluss in Wohnhäusern und Gewerbeobjekten maximal optimieren und für hohe Ersparnisse sorgen.

Mit selbst produzierten Solarstrom machen sich Verbraucher unabhängig von steigenden Strompreisen und leisten ihren Beitrag zum Klimaschutz. Mit einer durchschnittlichen PV-Anlage auf einem Wohngebäude werden bereits über zwei Tonnen CO₂ pro Jahr eingespart.

Außerdem profitieren Eigentümer von der Einspeisevergütung, die sie für den überschüssigen Strom erhalten und steigern den Wert ihrer Immobilie.

Um all das wird sich die erste Sontraer Solarnacht dre-



Die EARTH und die ENBRO GmbH aus Sontra laden am 5.12.2024 zur Sontraer Solarnacht ein!

FOTO: PRIVAT/INH

hen. In gemütlicher Atmosphäre in der Zentrale im Industriegebiet am Brodberg können sich die Interessenten spannende Vorträge anhören, im Showroom Solarmodule, Wechselrichter, Wallboxen u.v.m. anschauen und leckere, nordhessische Spezialitäten genießen.

Das Ziel ist, dass die Besucher am Ende entscheiden können, ob eine Photovoltaik Anlage für sie grundsätzlich eine sinnvolle Investition wäre und ob das vorhandene Gebäude überhaupt alle Voraussetzungen zur Installation bietet.

■ Schwerpunkte der Vorträge

19.30 bis ca. 19.50 Uhr: Wo geht die PV-Reise hin? Was

verlangt der Gesetzgeber bzw. gibt es Unterstützung und Förderung?

19.50 bis ca. 20.10 Uhr: Wie sieht die moderne PV-Anlage aus? Module und Materialien - vom variablen Tarif über Batteriesicherheit zur Kl. Alles zur Hardware.

20.10 bis ca. 20.30 Uhr: Was kostet so etwas bzw. wie finanziert man so etwas? Kauf, Finanzierung, Contracting - alle Arten werden durchleuchtet bis hin zur Pacht von Industrieanlagen.

Ab 20.30 Uhr haben Besucher dann die Möglichkeit sich mit der Hardware vertraut zu machen, die im Showroom ausgestellt und erklärt wird. Neben Solarmodulen namhafter Hersteller wie LONGi oder Trina, gibt es

auch die smarte Technik von Sigenergy zu sehen.

Im Juni 2024 war die Weltpremiere des weltweit ersten hochintegrierten 5-in-1 Energy Storage System von Sigenergy. Der Sigenstor vereint Wechselrichter, Speicher und Ladestation für E-Autos in einem Tower. Dabei sind alle Module ganz einfach per Plug&Play erweiterbar und die zugehörige App besonders nutzerfreundlich. Die KI- und GPT-unterstützte Software sorgt dafür, dass das System jederzeit überwacht und optimiert wird und der Nutzer schnelle Hilfe bei Fragen und Problemen findet.

Im Showroom können Besucher neben der Hardware, auch die Software anschauen und testen. Selbstverständlich stehen Elektromeister, Dachdecker, Verbau-Spezialisten u.a. zur Verfügung, um Fragen zu beantworten.

Aber auch in der gemütlichen Lounge, bei leckeren Snacks und Getränken, besteht im Anschluss noch die Möglichkeit für nette Gespräche und letzte Fragen.

Eintritt und Verpflegung sind an diesem Abend selbstverständlich kostenlos. Zur Besserung Planung wird um Anmeldung gebeten. Diese kann telefonisch unter der 0 56 53/2 65 00 65, per E-Mail unter kontakt@earth-solar.de oder online unter earth-solar.de/sontraer-solarnacht erfolgen.

PROGRAMMVORSCHAU

Sonntag, 1. Dezember Freiwillige Feuerwehr Wichmannshausen

Alternachmittag der Feuerwehr im Dorfgemeinschaftshaus

Montag, 2. Dezember Bürgerhilfe Sontraer Land

9 bis 12 Uhr: Sprechstunde des Sozialverband Deutschland (SoVD) zu Sozialberatung, Haus der Bürgerhilfe

Werratalverein Sontra

13.30 Uhr: mit dem Werratalverein Sontra zum Weihnachtsmarkt nach Fulda, Busfahrt ca. 15 bis 20 Euro, Rückkehr ca. 20.30 Uhr, Anmeldung unter 0 56 53/91 76 48, bodelschwingh@t-online.de, Treffpunkt Breitwiese

Schuldnerberatung

15 bis 17 Uhr: Schuldner- und Insolvenzberatung im Blickpunkt, keine Anmeldung erforderlich, die Teilnahme ist kostenfrei, Haus der Bürgerhilfe

Stadt- und Schulbibliothek

15 bis 18 Uhr: Stadt- und Schulbibliothek geöffnet, Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße

Dienstag, 3. Dezember

AWO-Ortsverein Sontra

14.30 Uhr: Begegnungsnachmittag im Blickpunkt mit Kaffee- und Spieleangebot in den Räumlichkeiten der Bürgerhilfe, Niederstadt 41. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Mittwoch, 4. Dezember

Wochenmarkt Sontra

9 bis 13 Uhr: Lecker, lebendig und regional. Der Sontraer Wochenmarkt in der Braugasse mit einem frischen und bunten An-

gebot an Produkten aus der Region

Bürgerhilfe Sontraer Land

14 bis 16 Uhr: Treffen im Café FreiRaum für Flüchtlinge, Gastgeber und Interessierte, Niederstadt 41

Donnerstag, 5. Dezember

Bürgerhilfe Sontraer Land

11 bis 14 Uhr: Mittagstisch für Senioren im Blickpunkt, Niederstadt 41

Stadt- und Schulbibliothek

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

1. Sontraer Solarnacht

19.30 bis 21 Uhr: Gemeinsam die Energiewende meistern. Wo geht die PV-Reise hin? Was verlangt der Gesetzgeber bzw. gibt es Unterstützung und Förderung? Wie sieht die moderne PV-Anlage aus? Module und Materialien - vom variablen Tarif über Batteriesicherheit zur Kl. Alles zur Hardware. Was kostet so etwas bzw. wie finanziert man so etwas? Kauf, Finanzierung, Contracting - alle Arten werden durchleuchtet bis hin zur Pacht von Industrieanlagen.

Freitag, 6. Dezember

Ev. Familienbildungsstätte

10 bis 11 Uhr: Handfit, Veranstaltung der Ev. Familienbildungsstätte Werra-Meißner, Bürgerhilfe, Niederstadt 41

Sonntag, 8. Dezember

Adventsleuchten

16 bis 21 Uhr: Vorweihnachtlicher Abend im Heimathof, Musik mit den Ulfener Jungs, weihnachtlichen Leckereien und Glühwein, Am Johannesberg 10

Vor Hallenrunde Wissen aufgefrischt

Futsal-Weiterbildung der Schiedsrichtervereinigung Werra-Meißner

Sontra – Futsal – das ist Fußball im Turbo-Modus: kleineres Spielfeld, schnelleres Tempo und jede Menge Action. Das schnelle, taktische Spiel erobert nicht nur die Hallen, sondern stellt auch eine neue Generation von Schiedsrichtern vor Herausforderungen. Statt auf den Rasen geht es auf den Hallenboden, und statt langer Pässe und hoher Flugkurven zählen beim Futsal Geschwindigkeit und Präzision. Doch was tun, wenn das Spiel schneller läuft als die eigene Pfeife?

Um die Schiedsrichter fit für den blitzschnellen Hallenfußball zu machen, stand in der vergangenen Woche eine intensive Futsal-Weiter-

bildung des Kreisschiedsrichterausschusses der Schiedsrichtervereinigung Werra-Meißner auf dem Sportgelände der SG Sontra auf dem Programm. Grund dafür ist, dass ab der Saison 24/25 die Hallenrunden im offiziellen Spielbetrieb ab den D-Junioren nur noch in Form von Futsal abgehalten werden.

Regelkenntnisse sind das eine – das richtige Timing, ein scharfes Auge und flinke Füße das andere. Neben einem theoretischen Teil, der im Sporthaus der SG Sontra stattfand, wurde auch praktisch mit der Seniorenmannschaft in der Sporthalle geübt. Neben den Regeln aus dem „normalen“ Fußball

gibt es weitere Besonderheiten: Statt Einwurf gibt es den Einkick. Die sogenannte Vier-Sekunden-Regel besagt, dass der Ball nach einer Spielfortsetzung, zum Beispiel bei einem Freistoß, innerhalb von vier Sekunden gespielt werden muss. Auch außergewöhnlich, die kumulierten Fouls: Nach dem sechsten Mannschaftsfoul pro Halbzeit erhält die gegnerische Mannschaft einen direkten Freistoß ohne Mauer von der Zehn-Meter-Mark.

Diese und weitere wichtigen Regeln wurden an diesem

Besuch des Weihnachtsmarktes

Sontra – Der Werratal-Zweigverein Sontra plant für den Montag, 2. Dezember, eine Busfahrt zum Weihnachtsmarkt in Fulda, der mit seinen besonderen Themenmärkten sehr attraktiv ist. So gibt es ein Kinderweihnachtsland, Hüttenzauber, ein mittelalterliches Weihnachtsdorf, einen Winterwald und natürlich auch ein traditioneller und regionaler kulinarischer Weihnachtsmarkt. Der Bus startet ab Sontra, Breitwiese, um 13.30 Uhr, die Rückkehr in Sontra ca. 20.30 Uhr. Die Kosten liegen je nach Teilnehmerzahl zwischen 15 und 20 Euro je Person. Es gibt noch wenige Plätze, auch Nichtmitglieder sind eingeladen. Anmeldung unter Tel. 0 56 53/91 76 48 oder Mail: bodelschwingh@t-online.de

Abend vermittelt, damit die nächsten Turniere kompetent und ordnungsgemäß geleitet werden können. Insgesamt fanden sich 17 Teilnehmer aus dem Kreis zusammen, darunter sechs Jugendliche und elf erwachsene Schiedsrichter, die vom erfahrenen Referenten Kai-Uwe Weber geschult wurden. Marc-Philipp Auerswald, Kreislehrwart bei der Schiedsrichtervereinigung und Mitorganisator der Veranstaltung, zeigte sich sehr zufrieden und bedankte sich bei allen für die Teilnahme und die Unterstützung der SG Sontra.

MATTHIAS HÜBNER

Versammlung bei den Landfrauen

Wichmannshausen – Die Landfrauen Wichmannshausen laden zur Jahreshauptversammlung am 11. Dezember um 18.30 Uhr ins Kurt Reuber Haus ein.

Tagesordnung:
1. Begrüßung/ Eröffnung durch die Vorsitzende
2. Totengedenken
3. Feststellung der Beschlussfähigkeit
4. Bericht: Schriftführerin
5. Bericht: Kassenführer
6. Bericht: Kassenprüfer/Entlastung des Vorstands
7. Neuwahlen des Vorstands
8. Verschiedenes
9. Schlusswort

Wegen Neuwahlen bitten wir um zahlreiches Erscheinen.

Es grüßt der Vorstand

Männertreff lädt ein

Zu einer kleinen, gemütlichen Adventsfeier treffen sich die Männer aus dem Kirchspiel Ulfen mit den Orten Krauthausen, Breittau, Ulfen, Wölferode und Blankenbach am Dienstag, 3. Dezember, um 19 Uhr im Pfarrhaus in Ulfen. Zusammen mit unserer Pfarrerin Rita Reinhardt, werden wir von ihr eine kleine Andacht hören und können bei einigen Gedichten und Weihnachtsliedern den Advent an-

gehen. Sowohl Warm- als auch Kaltgetränke sind vorhanden, dazu gibt es Plätzchen bzw. Süßigkeiten. Wer will, kann auch gerne selbst gebackene Plätzchen mitbringen. Wir würden uns freuen, wenn einige Männer ein Gedicht oder eine kleine Geschichte vortragen würden.



Weihnachtsbäume für das Dorf

Dorfbrunnen wurde geschmückt

Wichmannshausen – Er hat es wieder auch wieder getan: Hubert Iffert spendete wie in den Jahren zuvor einen stattlichen Weihnachtsbaum für den Anger, der als Dorfmittelpunkt gilt und einen weiteren für das Museum auf dem Schlosshof, auf dem auch in diesem Jahr wieder der Weihnachtsmarkt am 14.12. stattfinden wird. Dankbar nahmen Arno Maske vom Museumsverein und Ortsvorsteher Herbert Cebulla die Bäume entgegen.

Und sie haben es auch wieder getan: Heidi Dietzel und Inge Reimuth schmückten liebevoll den Dorfbrunnen, der sich auf der Brücke befindet und der die Bürgerinnen und Bürger von Wichmannshausen hoffentlich in eine Adventsstimmung verzaubern wird. Der Ortsvorsteher konnte beim Aufstellen und Schmücken des Weihnachtsbaumes auf bewährte Kräfte zurückgreifen: Gustav



Heidi Dietzel und Inge Reimuth schmückten liebevoll den Dorfbrunnen. FOTO: PRIVAT/INH

Schenk, Thomas Schäfer und Edith Cebulla halfen dabei. Und noch ein zufällig vor dem Kindergarten verweilender und auf sein Enkelkind wartender ehemaliger Wichmannshäuser, der seinen Lebensmittelpunkt mittlerweile nach Erfurt verlegt hat, half den Ehrenamtlichen kurzerhand: Wilfried Marquardt.

Straßensperrungen in Sontra

Die Stadtverwaltung informiert

Sontra – Die Firma Pauer Bau GmbH aus Berka/Werra wird ab Montag, 2. Dezember, den Wasser- bzw. Abwasser-Hausanschluss des Gebäudes Sonnenhang 1, Sontra, erneuern. Die Maßnahme wird voraussichtlich bis 13. Dezember dauern.

Hierzu muss die Straße „Königsberger Ring“ im Bereich zwischen Haus Nr. 17 und 15 voll gesperrt werden. Die Anwohner der Straße Königsberger Ring können bis zur Baustelle fahren und somit Ihre Grundstücke erreichen. Für alle anderen Verkehrsteilnehmer ist die Um-

leitungsstrecke ausgeschildert. Wir bitten alle Verkehrsteilnehmer sich unbedingt an die neue Verkehrsregelung (Sperrung) zu halten; die bestehenden Parkverbote zu beachten und der Umleitungsstrecke zu folgen.

Wir bitten alle Verkehrsteilnehmer/Anwohner um Verständnis für die notwendigen Einschränkungen, die durch die Vollsperrung eingehergehen.

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



Kupferstädter Adventsmarkt

Am 29. und 30.11.2024 auf dem Marktplatz

NOTDIENSTE

ÄRZTE
Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst: 116 117

Leitstelle für den Kreis Hersfeld-Rotenburg: 0 66 21/1 92 22

AUGENÄRZTE
Notdienstzentrale Eschwege:
0 56 51/1 92 92

Frauenhaus Eschwege
Tel. 0 56 51/3 26 65

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

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

APOTHEKEN
30. November
Ringgau-Apotheke, Landstraße 18, Netra, 0 56 59/9 20 66
Rats-Apotheke, Markt 6, Bad Sooden-Allendorf, 0 5 652/2522

Hospizdienst Sontra
Rufbereitschaft:
0 56 51/33 83 14

1. Dezember
Brunnen-Apotheke, Landgrafenstraße 4, Bad Sooden-Allendorf, 0 56 52/9 14 86
Glückauf-Apotheke, Herrenstraße 6, Sontra, 0 56 53/8339

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

NOTRUF POLIZEI: 110

NOTRUF FEUERWEHR/RETTUNGSDIENSTE: 112

Rettungsdienste
Arbeiter-Samariter-Bund
Aufträge zu richten über:
Leitstelle für den Werra-Meißner-Kreis 0 56 51/1 92 22

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

06627/8686
Brillenhaus-Blankenbach Gardziella

VdK Nesselröden lädt ein zur Weihnachtsfeier

Nesselröden – Der VdK-Ortsverband Nesselröden lädt seine Mitglieder und deren Partner für Freitag, 13. Dezember, zur Weihnachtsfeier ein. Beginn ist um 17 Uhr in Breitzbach in der Gaststätte bei „JO“. Zunächst gibt es Kaffee und Plätzchen, ab 19 Uhr ein Schnitzelbüfett. Wer zur Gestaltung des Nachmittags etwas beitragen möchte (Lieder, Gedichte oder Geschichten), ist dazu eingeladen.

Anmeldung bis 8. Dezember, Tel. 0 56 54/1317.

Adventskaffee im Museum

Wichmannshausen – Wir möchten herzlich alle Freunde und interessierten Gäste zu den Adventsnachmittagen in den Kulturpferdestall im Museum im Alten Boyneburger Schloss in Sontra-Wichmannshausen einladen. Erstmals erwartet Sie zum 1. Advent am 1. Dezember in der Zeit von 14.30 bis 17 Uhr eine festliche Kaffeetafel bei vorweihnachtlicher Atmosphäre. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

BEKANNTMACHUNGEN

Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses
Sehr geehrte Damen und Herren, hiermit lade ich zur öffentlichen Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses am Mittwoch, 4. Dezember 2024, 19:00 Uhr, im Sitzungssaal des Rathauses I, Marktplatz 6, ein.

Teil I
1. Eröffnung der Sitzung und Feststellung der form- und fristgerechten Einladung sowie der Beschlussfähigkeit
2. Feststellung der Tagesordnung

Teil II
1. Nachtragsatzung 2024
Beratung und Beschlussfassung
a) des Entwurfs
b) über die Stellungnahmen der Ortsbeiräte
c) über Änderungen und Ergänzungen
2. Hebesatzung für das Haushaltsjahr 2025
Beratung und Beschlussfassung
3. Wasserversorgung
Kosten- und Gebührenerkalkulation 2025 und 2026
4. Abwasserbeseitigung
Kosten- und Gebührenerkalkulation 2025 und 2026
5. Abfallwirtschaft
Kosten- und Gebührenerkalkulation 2025
6. Anzeigepflicht gem. § 26a HGO
hier: Zusammenstellung der Anzeigen 2024
7. Anfragen und Anregungen
Sontra, 26.11.2024 gez. Herbert

Cebulla
Ausschussvorsitzender
Standesamt Sontra bietet auch in 2025 Samstagstrauungen an
Wie schon in den vergangenen Jahren bietet das Standesamt auch im Jahr 2025 wieder außerhalb der regulären Dienstzeit Samstagstrauungen an. Brautpaare können an folgenden Terminen zwischen 10.00 Uhr und 12.00 Uhr im Standesamt Sontra die Ehe schließen:
Termine:
18.01.2025
15.02.2025
08.03.2025
12.04.2025
10.05.2025
28.06.2025
26.07.2025
23.08.2025
13.09.2025
18.10.2025
15.11.2025
13.12.2025
Falls Sie beabsichtigen, an einem der vorgenannten Termine im Standesamt Sontra zu heiraten, empfehlen wir eine baldmöglichste Kontaktaufnahme mit den Standesbeamtinnen.
Für weitere Fragen 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. gez. Thomas Eckhardt Bürgermeister



Schneebedeckte Marktbuden zauberten im vergangenen Jahr eine wundervolle vorweihnachtliche Stimmung.

FOTO: STADT SONTRA

Sontra – Alljährlich lädt die Stadt Sontra in der Vorweihnachtszeit gemeinsam mit den örtlichen Vereinen, Initiativen sowie Markthändlern aus Nah und Fern zum Kupferstädter Adventsmarkt auf den historischen Marktplatz der Berg- und Hänselstadt ein.

Zahlreiche Buden und Stände werden aufgebaut sein und den Markt in eine stimmungsvolle Atmosphäre aus Lichterglanz und Farbenpracht mit festlichen Klängen und verführerischen Gerüchen verwandeln. Neben den kulinarischen Angeboten von herzhaften und süßen Leckereien, Glühwein, Kinderpunsch und vielem mehr, werden auch jede Menge Advents- und Weihnachtsartikel sowie Hand- und Bastelarbeiten angeboten werden.

Der festliche Budenzauber mit den liebevoll dekorierten Ständen wird am Freitag, 29. November, von 18 bis 22 Uhr und Samstag, 30. November, von 14 bis 20 Uhr um den Bereich des Sontraer Marktplatzes stattfinden.

Ein attraktives Rahmenprogramm für Groß und Klein sorgt hierbei für beste Unterhaltung. Die Sontraer Kindertagesstätten werden am Samstag, 30. November, um 14.30 Uhr gemeinsam Weihnachtslieder singen und ab 16 Uhr wartet der Nikolaus auf die Kinder. Im Evangelischen Gemeindehaus kön-

nen Weihnachtsplätzchen dekoriert werden.

Wir freuen auf viele Besucherinnen und Besucher.

■ Programm

Freitag, 29. November, 18 bis 22 Uhr

18 Uhr: Markteröffnung durch Bürgermeister Thomas Eckhardt, Pfarrerin Doris Weiland, Hänselmeister Dr. Daniel Kohl, Knappenvereins-Vorsitzender Hans-Werner Wegehenkel und ASH-Vorsitzender Axel Fahnert
18.20 Uhr: Weihnachts-Wette - Bürgermeister und Hänselmeister wetten, dass es Sontra nicht gelingt, 50 Vertreter/innen von Vereinen und Verbänden aus Sontra und den Stadtteilen auf die Bühne

zu bringen, die dann gemeinsam das Weihnachtslied „O, du fröhliche“ singen
18.30 Uhr: Einlösung der „Spielschulden“ vom Neujahrsempfang, Hänselmeister Dr. Daniel Kohl präsentiert ein von Bürgermeister Thomas Eckhardt ausgesuchtes Kostüm
18.45 Uhr: Posaunenchor der evangelischen Kirche Sontra
19.30 Uhr: Lightshow „Himmliche Lichter - Lichter, die zu Herzen gehen“
20 Uhr: Weihnachtsklassiker & Christmas Songs, HEWA Veranstaltungstechnik

Samstag, 30. November, 14 bis 20 Uhr

14 Uhr: Markttreiben
14.30 Uhr: Alle Sontraer Kindertagesstätten singen gemeinsam Weihnachtslieder
15 bis 18 Uhr: Dekorieren von Weihnachtsplätzchen, Gemeindehaus der ev. Kirche Sontra, Kirchgasse 12. Einfach ins Gemeindehaus kommen und leckere Plätzchen dekorieren
15.30 Uhr: Preisverleihung anlässlich des BREITWIESEN-Luftballonwettbewerb
16 bis 17.30 Uhr: Der Nikolaus besucht den Adventsmarkt. Kinder erhalten ein Geschenk vom Nikolaus und haben die Möglichkeit, ein gemeinsames Bild zu machen
18 Uhr: Marchingband „The Silver Lions - Sontra e. V.“
19 Uhr: Weihnachtsklassiker & Christmas Songs, HEWA Veranstaltungstechnik

den Stadtteilen auf die Bühne zu bringen, die dann gemeinsam das Weihnachtslied „O, du fröhliche“ singen.

Wetten gegen Sontraer Vereine

Bürgermeister und Hänselmeister wetten

Sontra – Immer wieder lassen sich Bürgermeister Thomas Eckhardt und Hänselmeister Dr. Daniel Kohl etwas einfällen, um die Sontraer Vereine und Verbände herauszufordern. Egal ob als Bäckermeister verkleidet, der Aufruf zur Abgabe von Plätzchen gestartet wurde, die dann anschließend den Seniorenheimen zugutekamen, oder als Christkind und Weihachtelch, die die Masse zum Singen animierten. Auch in diesem Jahr fordern die beiden die Sontraer Vereinswelt mit einer Wette heraus. Bürger-

meister Thomas Eckhardt und Hänselmeister Dr. Daniel Kohl wetten, dass es Sontra nicht gelingt am Freitag, 29.11.2024 um 18.20 Uhr, 50 Vertreter/innen von Vereinen und Verbänden aus Sontra und den Stadtteilen auf die Bühne zu bringen, die dann gemeinsam das Weihnachtslied „O, du fröhliche“ singen. Beide sind sehr gespannt, ob die Vereine und Verbände die Wette annehmen und überlegen jetzt schon, was sie tun werden, wenn sie die Wette verlieren sollten. Es liegt nun in den Händen der Vereins-

welt, möglichst viele Mitglieder zu aktivieren und zum Singen auf die Bühne zu bringen.



Als Christkind und Weihnachtselch nach einer verlorenen Weihnachts-Wette.

FOTO: STADT SONTRA/WH

WIR GRATULIEREN

30. November
70 Jahre: Wolfgang Werner, Am Anger 6, Wichmannshausen

1. Dezember
70 Jahre: Marlies Iba, Pestalozzistraße 2, Sontra
85 Jahre: Wilfried Bodes, Biehlweg 15, Berneburg

2. Dezember
75 Jahre: Otto Hupfeld, Lutherstraße 8, Berneburg

4. Dezember
85 Jahre: Anneliese Deiß, Eschwegener Straße 1, Wichmannshausen

5. Dezember
80 Jahre: Erich Selig, Am Quesselsberg 4, Sontra

6. Dezember
75 Jahre: Gerhard Stein, Hüttenstr. 30, Sontra
75 Jahre: Konrad Boßhammer, Oderstraße 25, Sontra

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

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

Evangelische Kirchen

KIRCHSPIEL SONTRA
30. November
10 bis 12 Uhr: Kinderkirche im Gemeindehaus Sontra
1. Dezember
10 Uhr: Gottesdienst in Thurnhosbach
11 Uhr: Barbaragottesdienst mit Knappenverein und den Silver Lions in Sontra
18 Uhr: Gottesdienst mit Glühwein und Plätzchen in Hornel

KIRCHSPIEL BERNEBURG

1. Dezember
14.30 Uhr: Gottesdienst im Dorfgemeinschaftshaus Heyerode
10 Uhr: Gottesdienst mit dem Posaunenchor Obergude in Diemerode

KIRCHSPIEL ULFEN

1. Dezember
10 Uhr: Adventssingen in Ulfen
11 Uhr: Gottesdienst in Blankenbach

KIRCHSPIEL DATTERODE/RÖHRDA

1. Dezember
11 Uhr: Gottesdienst in Röhrda
16 Uhr: musikalische Andacht mit Adventssingen und Startes des lebendigen Adventskalenders am Anger Datterode

Katholische Kirchen

NENTERSHAUSEN
17 Uhr: Vorabendmesse bei Kerzenlicht

SONTRA
10.45 Uhr: Sonntagsmesse

Adventsnachmittag in Krauthausen

Krauthausen – Adventsnachmittag in am Sonntag, 8. Dezember. Los geht es im Dorfgemeinschaftshaus um 13.30 Uhr. Die Ulfener Jungs haben sich für 14 Uhr angekündigt, sie werden vor der Kirche und dem DGH ein weihnachtliches Dorfkonzert geben. Pfarrerin Rita Reinhardt erwarten wir gegen 16 Uhr. Bei Kaffee, Kuchen, Glühwein und Kinderpunsch sowie Kaltgetränken und Weihnachtsliedern, wird es mit hoffentlich guter Beteiligung ein schöner 2. Advent. Die Kinder können Weihnachtsplätzchen basteln, die sie anschließend an den Weihnachtsbaum am Gemeindeplatz hängen können. Auch der Nikolaus wird vorbeikommen.

IHR WOCHENHOROSKOP

- WIDDER 21.3.-20.4.** Am Arbeitsplatz treten einige Veränderungen ein. Scheuen Sie sich nicht vor Neuem und Ungeübtem, Sie werden sich damit schon noch anfreunden.
- STIER 21.4.-21.5.** Lassen Sie sich von anderen Menschen nicht nerven! Das wirkt sich nämlich vor allen Dingen nachteilig auf Ihre eigene Psyche aus.
- ZWILLING 22.5.-21.6.** Was Sie an Energie aufbringen, ist erstaunlich: Während andere sich mit Erkältungen herumquälen, würden Sie am liebsten Bäume ausreißen.
- KREBS 22.6.-22.7.** Auch wenn Ihr Vorhaben illusorisch erscheint, sollten Sie mit den Planungen beginnen. Dann sind Sie gut vorbereitet, wenn Ihre Chance kommt.
- LÖWE 23.7.-23.8.** Sie haben den Eindruck, gegen Mauern anzurennen. Sie müssen überlegen, welchen anderen Ansatz es gibt, um doch zum Ziel zu kommen.
- JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Sie brauchen einen Rivalen nicht zu fürchten. In Ihrem Fachgebiet sind Sie einfach unschlagbar. Und das wissen auch alle anderen Beteiligten.

Ein Kachelofen steigert den Wert einer Immobilie

(djd-k). Wer die eigene Wärmewende mit erneuerbaren Energien realisieren möchte, kommt an dem nachwachsenden und regionalen Energieträger Holz kaum vorbei. Für eine unabhängige klimaneutrale Wärmeversorgung bietet eine moderne Holzfeuerstätte wie ein Kachelofen, Heizkamin, Kaminofen oder Pelletofen hohe Flexibilität für alle Zukunftsszenarien. Nicht zuletzt ist die Entscheidung für gemütliche Holzfeuer-Wärme eine wertsteigernde Investition in die Immobilie. Erfahrene Ofen- und Luftheizungs-bauer beraten und stimmen das System individuell auf alle Anforderungen ab, damit es auch energietechnisch auf dem neuesten Stand ist. Adressen von Ofenbauern in der Nähe gibt es auf www.kachelofenwelt.de.



Foto: djd-k/istock.com, kachelofenwelt.de/Galbraud

- WAAGE 24.9.-23.10.** Von einer bestimmten Person haben Sie sich wenig bis gar nichts erhofft. Umso erstaunlicher, dass es gleich mehrere gemeinsame Interessen gibt.
- SKORPION 24.10.-22.11.** Ein Verwandter konfrontiert Sie mit einer Entscheidung, die Ihre Ansprüche nicht berücksichtigt. Das sollten Sie sich nicht gefallen lassen!
- SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Ein Spieleabend mit Freunden wird Sie bereichern. Dabei können mit Ihrem Wissen eindrucksvoll punkten. Planen Sie direkt eine Wiederholung.
- STEINBOCK 22.12.-20.1.** Halten Sie Ihre Zunge im Zaum! Ihr Gegenüber mag es nämlich gar nicht, auf offener Bühne vorgeführt zu werden, und schlägt sofort zurück!
- WASSERMANN 21.1.-19.2.** Sie haben Ihre Konkurrenten weit hinter sich gelassen und können den letzten Abschnitt Ihres Weges ohne weitere Attacken absolvieren.
- FISCHE 20.2.-20.3.** Sie können zufrieden feststellen, dass Sie einiges auf den Weg gebracht haben. Das haben Sie unter anderem Ihrer mentalen Stärke zu verdanken!



Sie möchten ein Erbe ausschlagen? Dann müssen Sie diesen Wunsch beim zuständigen Nachlassgericht hinterlegen.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMM

Erbe ausschlagen
Wann das sinnvoll sein kann

Haben Sie die Befürchtung, dass ein Erbe, das Ihnen zukommen soll, überschuldet ist? Dann haben Sie die Möglichkeit, es auszuschlagen. Die Entscheidung darüber müssen Sie aber zügig fällen. Schlagen Sie das Erbe nicht innerhalb von sechs Wochen nach Kenntnis des Erbfalls aus, gilt es als angenommen. Wer eine Immobilie erbt, schlägt die Erbschaft in der Regel aber nicht aus. Immerhin hat das Grundstück einen gewissen Wert, beim Haus kommt es auf den Zustand an. „Ist der Erblasser aber völlig überschuldet und die Immobilie in einem desolaten Zustand ist, kann es sinnvoll sein, das Erbe auszuschlagen“, sagt Jan Bittler, Geschäftsführer der Deutschen Vereinigung für Erbrecht und Vermögensnachfolge. Die Alternative zur Ausschlagung: eine Nachlassinsolvenz. „Bei der Nachlassinsolvenz beschränkt sich die Haftung des Erben auf den Nachlass, sein Privatvermögen ist geschützt“, sagt Bittler. Reicht das Vermögen des Erblassers also nicht aus, um dessen Schulden zu tilgen, müssen Erben für die Schulden nicht mit ihrem Privatvermögen haften. Bleibt doch etwas übrig, bekommen Erben zumindest diese Differenz. Für den Schritt bleiben Erben immerhin zwei Jahre Zeit. Beantragt wird die Nachlassinsolvenz beim zuständigen Amtsgericht.

Angebote gültig vom 02.12. – 07.12.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!

Veldensteiner Bier
Vollbier Hell, Kräusen Helles, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,30 €

-24%
12,99

St. Bonifatius Bier
diverse Sorten, außer Winterbier, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10/4,50 € Pfand, 11 = 1,00 €

9,99

Veltins Pilsener
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,30 €

12,99 11,99

Rother Bräu Öko Bier*
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €

14,99 14,49

Oberbräu Hell
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €

15,99 14,99

Hirschbräu Holzar-Bier
Bierspezialität, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 11 = 1,70 €

19,99 16,99

Krombacher Bier
diverse Sorten, Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 2,17 €

5,29 4,29

Pilsner Urquell
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €

-25%
14,99 12,99

Corona
Extra, Cero 0,0 %, Pack = 6 x 0,355 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 2,81 €

Aktion!
Beim Kauf von 2 Sixpacks + 1 Turnbeutel GRATIS!

-33%
5,99 5,49

top frisch Mineralwasser
diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,36 €

4,99 4,29

Bad Brückener Apfelschorle
klar, naturtrüb, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 1,00 €

9,99 8,99

deit Limonade
diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,83 €

11,99 9,99

Theresien Quelle Mineralwasser
diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,49 €

4,44

Sturmius
diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,00 €

9,99

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 11 = 1,90 €

21,99 18,99

Coca-Cola
diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, 0,33 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 2,09 €

0,69

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

-25%
1,39

top frisch Apfelsaft
diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 11 = 1,13 €

6,79 5,99

Torre Galasso
Italien
diverse Sorten, 0,75 l - Flasche, 11 = 5,32 €

3,99 2,99

Thüngersheimer Ravensburg
diverse Sorten, 11 - Flasche, 11 = 3,49 €

Dauer-Niedrigpreis!
3,49

Lauffener Katzenbeisser
Spätburgunder, Samtrot, ObA, 0,75 l - Flasche, 11 = 5,99 €

5,49 4,49 3,99

Żołądkowa de Luxe
Vodka, 0,7 l - Flasche, 11 = 12,84 €

8,99

Jim Beam Whiskey
diverse Sorten, 0,7 l - Flasche, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 15,70 €

Aktion!
+ 1 Dose Jim Beam & Cola 0,33 l GRATIS!

10,99

Mit der logo Getränke App sparen & gewinnen.
Jetzt downloaden!

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

1x Perfect Draft Pro
1x iPhone 16

Google Play
App Store
www.logo-getraenke.de

*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.

Stellenangebote

Der Gemeindevorstand der Gemeinde Ringgau
Werra-Meißner-Kreis



Stellenausschreibung eines Ausbildungsplatzes zum/zur Verwaltungsfachangestellten (m/w/d) Gemeinde Ringgau

Die Gemeinde Ringgau besetzt zum **01. August 2025** eine Ausbildungsstelle für den Beruf

Verwaltungsfachangestellte/r (m/w/d)

Ausbildungsdauer 3 Jahre.

Voraussetzung für diesen Ausbildungsberuf ist ein Realschulabschluss bzw. ein gleichwertiger oder höherwertiger Schulabschluss.

Näheres unter: www.ringgau.de unter der Rubrik „Stellenausschreibungen“

Bewerbungsschluss: **06. Januar 2025**

Der Gemeindevorstand der Gemeinde Ringgau
Am Anger 3, 37296 Ringgau,
mario.hartmann@ringgau.de

Bei Nichtberücksichtigung werden die o. a. Unterlagen unter Wahrung des Datenschutzes vernichtet. Kosten, die im Zusammenhang mit dem Bewerbungsverfahren entstehen, können nicht übernommen werden.

Morgenstund hat **GOLD** im Mund!



Beste Nebenjob: Zusteller der Werra-Rundschau in den frühen Morgenstunden

Zusteller (m/w/d)
Wir suchen Zusteller zur Urlaubs- und Krankenvertretung in:

- Altefeld
- Hitzelrode
- Niederhone
- Thurnhosbach
- Reichensachsen
- Vockerode

Springer (m/w/d)
In Festanstellung

- Herleshausen
- Berkatal
- Sontra
- Waldkappel
- Ringgau

Bewirb dich jetzt!
Telefonisch unter ☎ 05651 3359-50
oder ✉ logistik@werra-rundschau.de



WR Werra-Rundschau

50 Jahre Edith und Herbert
Wir feiern!

Alle, die uns persönlich gratulieren möchten, sind herzlich eingeladen, dies am **Sonntag, 08.12.2024, ab 11.00 Uhr** im DGH Wichmannshausen zu tun. Wir freuen uns auf Euer kommen.



Edith und Herbert Cebulla

Immobilienverkauf

Zwangsversteigerung
Am 09.12.2024, 10:45 Uhr, wird im Amtsgericht Schwalmstadt, Steinkautweg 2, Sitzungssaal 108, versteigert:

Einfamilienhaus und Anbau (ehemalige Pension)
Einfamilienhaus, Bj. ca. 1945, zweigeschossig, voll unterkellert, Modernisierungsarbeiten sind erfolgt, die Wohnfläche beträgt ca. 175,10 m², Nebengebäude Bj. ca. 1945, 12 Zimmer, ehemaliger Speiseraum und Küche, Wohnfläche ca. 252,57 m² – Nutzung als Dreifamilienhaus vorstellbar.
Gerichtlicher Verkehrswert: 200.000,00 EUR
Belegen sind diese Objekte in 34628 Willingshausen, Wasenberger Str. 29 und Fahringshäuser Weg 2.
Weitere Auskünfte unter Tel. 0341 4010-24646

Immobilienankauf **Auto-Ankäufe**

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

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

Verkauf

Bekanntschaffen

Einsame Witwe Theresa, 77 J., mit viel Herzenswärme u. schöner weibl. Figur, sichere Autofahrerin, Naturliebhaberin, fleißig in Haushalt u. Garten. Wo ist ein lieber Mann für mich? Wäre umzugsbereit, wenn Sie es ehrlich mit mir meinen. Alles Weitere bereden wir persönlich. Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück **Tel. 0800-7774050**

Regina, 71 J., liebevolle Witwe, mit dezentem, gepfl. Äußeren u. etwas vollbus. Figur. Ich brauche nicht viel um glücklich zu sein, bin eine häusliche Frau mit zwei fleißigen Händen. Alles würde ich aufgeben, wenn Sie mich brauchen. Ich fahre sehr gerne Auto u. komme Sie kurzerhand besuchen. PV **Tel. 0162-7928872**

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

Landwirtschaft & Forsten

1A Buche ab 65,00 € ☎ 0152-28000388
www.brennholzhandel-vey.de

Buche Brennholz
Tel. 05684 931670

1A-Buchenbrennholz, trocken und ofenfertig, Preisaktion.
www.brennholzfaehrer.de • Tel. 0172 - 5 21 11 21

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

Altes gg Bares! Pelze, Uhren u. Schmuck, Münzen, Gemälde, Bestecke, Zinn, Militaria, Kameras, Instr., Porzellan, Jagd- u. Anglereq. ☎ 0151-53589286

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

Modellisenbahn und Zubehör gesucht. Telefon 05544 912031

suche. finde. Job.
www.localjob.de

Auf meiner Route bin ich CHEFIN die-Zusteller



Jetzt als **Pressezusteller (m/w/d) bewerben und Chef:in werden.**

Dein Bezirk,
Deine Route,
Deine Entscheidung.



www.die-zusteller.de

KSN Kundenservice Nordhessen GmbH
Callcenter Agents



Wir, die KSN Kundenservice Nordhessen GmbH in Kassel, sind seit 15 Jahren für die Ippen-Mediengruppe im Bereich Kundenservice tätig und suchen ab sofort zur Verstärkung unseres Teams mehrere

Kundenberater (m/w/d) auf Minijobbasis und in Teilzeit

Aufgaben:

- Die Kundenberatung rund um die Abonnementwelt der Tageszeitungen und Anzeigenblätter verschiedener Verlage der Ippen Mediengruppe
- Die telefonische und schriftliche Bearbeitung der Aufträge unserer Leser und Anfragen der Interessenten zu unseren Produkten und Aktionen sowie die Reklamationsbearbeitung

Anforderungen:

- Sie kommunizieren mit Ihrer freundlichen und empathischen Art service- und kundenorientiert
- Sie arbeiten gerne im Team
- Sie haben idealerweise bereits Erfahrung im Kundenservice
- Sie verfügen bestenfalls über eine kaufmännische Ausbildung

Wir bieten:

- Einen langfristigen und sicheren Arbeitsplatz mit einer fairen Vergütung
- Ein interessantes Aufgabenspektrum
- Ein flexibles Arbeitszeitmodell innerhalb der Servicezeiten
- Eine mehrwöchige und persönliche Einarbeitungszeit
- Ein nettes, aufgeschlossenes Team in einer sehr guten Arbeitsatmosphäre
- Ein Wechsel zwischen mobilem Arbeiten und Präsenz nach Einarbeitung möglich

Möchten Sie Teil unseres Teams werden? Dann freuen wir uns über Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen an stefan.voss@dierichs.de

KSN Kundenservice Nordhessen GmbH · Frankfurter Straße 168 · 34121 Kassel

365 ARGUMENTE FÜR DIE ZEITUNG

Lieste was, biste was ...

...nämlich ein schönes Stück gescheiter. Wenn es um das Erkennen von Zusammenhängen geht, ist das gedruckte Wort viermal wirksamer als das gesprochene. Wer das sagt? Gehirnforscher sagen das, und sie schreiben es auch, nicht zuletzt in Zeitungen. Mit anderen Worten: Fernsehen ist gut für den Einblick, Zeitung für den Durchblick.

DIE ZEITUNG. DAS QUALITÄTSMEDIUM.

localjob.de
Deine Karriere. Deine Zukunft.



Mit SICHERHEIT für ALLE was dabei!



Auf wechselnde Verhältnisse reagieren

So kommen Sie im Auto sicher durchs Winterwetter

Es mag bisher nicht flächendeckend gesneit haben im Land, aber die Zeichen stehen auf Winter. Autofahren wird dann riskanter – außer, sie befolgen diese Tipps.

Klar, es gibt viele Bücher über Fahrsicherheit, und die ideale Vorbereitung für winterliche Straßenverhältnisse ist ein Fahrsicherheitstraining. Es schneit aber jetzt gerade und für lange Lektüre und lehrreiche Exkursionen bleibt erst mal keine Zeit? Dann schärfen Sie mit folgenden Tipps vom Auto Club Europa (ACE) und ADAC Hessen-Thüringen schon einmal die Sinne und sensibilisieren sich für winterliche Straßen:

■ Vor allem die Reifen müssen stimmen

Spätestens bis jetzt sollten alle, die auf ihr Auto angewiesen sind, auf Winterreifen gewechselt haben. In Deutschland gilt eine situative Winterreifenpflicht: Bei winterlichen Straßenverhältnissen müssen immer zulässige Winterreifen am Auto sein. Seit Oktober 2024 gelten nur noch Winter- oder Ganzjahresreifen mit Alpine-Symbol (Berg mit Schneeflocke) als wintertauglich. Solche, die allein nur die M+S-Kennzeichnung (Matsch und Schnee) tragen, sind nicht mehr erlaubt.

Auch das Profil verdient einen Blick: Zwar sind vom Gesetz her nur 1,6 Millimeter Mindestprofiltiefe bei den Reifen gefordert. Doch die Autoclubs raten zur Sicherheit bei Winterreifen zu mindestens vier Millimeter Profiltiefe. Wer gerade keinen Tiefenmesser zur Hand hat: Mit einer Zwei-Euro-Münze können Sie die Profiltiefe abschätzen. Deren silberner Rand misst vier Millimeter. Sieht man den von der Seite noch, wenn man die Münze ins Profil steckt, ist weniger vorhanden, als es sein sollte.

Wer auf winterlichen Straßen mit nicht vorgeschriebenen Reifen erwischt wird, muss als Fahrer mit 60 Euro Bußgeld rechnen. Werden andere behindert, sind 80 Euro fällig. Zudem wird in Flensburg ein Punkt notiert. Dem Halter drohen 75 Euro und ebenfalls ein Punkt.



Entspannt durch die Winterlandschaft: Mit gutem Licht und vorsichtigem Agieren am Lenkrad gelingt das besser.

FOTO: JAN WOITAS/DPA/TMN

In anderen Ländern weichen die gesetzlichen Vorgaben zur Winterrüstung teils erheblich von den deutschen Bestimmungen ab. Darum gilt: Vorher informieren. Etwa beim ADAC, der dazu auf seinen Internetseiten Informationen parat hält.

Auch die andere Technik muss in Schuss sein - das gilt speziell für die Lichtanlage und die Starterbatterie: Macht diese schon vor dem tiefen Wintereinbruch Probleme beim Starten, lässt man sie besser in einer Werkstatt checken und bei Bedarf erneuern.

■ Das Wetter im Blick halten und für freie Sicht sorgen

Nun sollte man auch den Wetterbericht hören und das Thermometer im Blick halten: Die Glatteisgefahr steigt bei Temperaturen um den Gefrierpunkt. Ist bekannt, dass Glatteis droht, sollte das Auto nach Möglichkeit besser stehen bleiben.

Fährt man doch, sollte man vor dem Losfahren das Auto

komplett von Schnee und Eis befreien - auch auf dem Dach und der Motorhaube. So verhindert man, dass unterwegs Schnee oder Eis verrutscht, die Sicht behindert oder andere gefährdet. Wer sein Auto nicht ausreichend von Schnee befreit, muss mit Geldbußen von 25 Euro rechnen. Ist das Nummernschild verdeckt und nicht zu entfernen, können fünf Euro fällig werden.

Wer einen Handbesen nutzt, sollte darauf achten, dass dessen Borsten möglichst weich sind, um Kratzer im Lack zu vermeiden. Daher sollte man einen Scheibenkratzer nicht auch auf dem Dach oder der Motorhaube verwenden.

Für die Scheiben rät der ACE zu stabilen Eiskratzern. Diese verfügen idealerweise über:

- eine glatte Kante – gegen Eis und Reif
- eine Sägezahnkante – gegen dickere Eisschichten
- eine Gummilippe – für nasse Scheiben

Die richtige Technik ist da-

bei: erst waagrecht von links nach rechts, dann von oben nach unten schaben.

Ganz wichtig: Nur ein Guckloch freizukratzen, reicht nicht aus. Sind die Scheiben nicht ausreichend frei und mangelt es so an Rundumsicht, kann es nicht nur ein Verwarngeld von zehn Euro kosten, sondern eben richtig gefährlich werden.

Tipp: Das Auftauen der Frontscheibe kann Wärmeflasche beschleunigen. Die lässt sich auf das Armaturenbrett legen. Aber Vorsicht: Nicht direkt auf die Scheibe legen. Diese könnte laut ADAC durch einen Temperaturschock Risse bekommen.

■ Ein bisschen Zubehör – aber bitte nicht zu viel Besinnlichkeit

Eiskratzer und Enteisungsspray fürs Türschloss hat man also besser stets griffbereit. Wer sich Kratzen sparen will, kann abends Frostschutzfolien auf die Scheibe legen. Und haben Sie daran gedacht, die Scheibenwasch-

anlage mit Wintermittel samt Frostschutz zu füllen?

Ach so, wenn Sie bei all den Vorbereitungen die Besinnlichkeit nicht außer Acht lassen wollen: Weihnachtsdeko im Auto hält der ACE für keine gute Idee. Sie könnte die Sicht und die Bewegungsfreiheit der Fahrer einschränken.

Wer weihnachtlich beleuchtet erwischt wird, kann mit 20 Euro Strafe rechnen, kann es noch teurer werden. Die Straßenverkehrs-Zulassungs-Ordnung (StVZO) schreibt genau vor, was zu den zulässigen Beleuchtungen zählt. Lichterketten und andere beleuchtete Deko gehören nicht dazu - auch nicht bei Lkw.

■ Fuß vom Gas und noch mehr Abstand halten

Auf winterlichen Straßen ist es noch wichtiger, seine Geschwindigkeit anzupassen und ausreichend Abstand zu Vorausfahrenden zu halten. Das bringt mehr Zeit zum Reagieren und man kommt sicherer über rutschige Stel-

len. So reagieren Sie richtig:

- Auf schneebedeckter Fahrbahn sollte man im normalen Verkehr immer möglichst sanft und vor allem früh genug bremsen, sagt ADAC-Fahrsicherheitstrainer Roger Dötenbier. Ruckartige Lenk- und Bremsmanöver sind nun zu vermeiden.

- Bei Gefahrenbremsungen gilt weiterhin: Das Pedal voll und kräftig durchdrücken. Dabei mit Gefühl und so wenig wie möglich lenken. Kommt der Wagen auf glatter Straße ins Schleudern, rät Dötenbier: auskuppeln und schnell, aber gefühlvoll gegenlenken. „Im Gefahrfall, wenn das Auto bereits ins Rutschen gerät, sollten Autofahrer allerdings immer voll auf die Bremse treten“, so der Fahrsicherheitstrainer. In diesem Fall können elektronische Bremssysteme wie ABS oder ein Bremsassistent bestmöglich unterstützen.

- Nicht erschrecken: Vorhandene elektronische Assistenzsysteme wie das Antiblockiersystem (ABS) oder das elektronische Stabilitätsprogramm (ESP) müssen bei winterlichen Konditionen oft früher regeln und eingreifen als auf trockener Spur. Wird etwa das ABS aktiv, kann das für Fahrer im ersten Moment ungewohnt sein, da man eine Art Pulsieren im Bremspedal spürt. Das verhindert, dass die Reifen blockieren, und unterstützt dabei, die Spur zu halten. Wichtig ist in dieser Situation, den Druck nicht von der Bremse zu nehmen.

Tipp: Um die Straßenverhältnisse zu prüfen, kann man bei gerader, freier Strecke und klarer Sicht gelegentlich leicht bremsen – natürlich nur bei ganz, ganz niedriger Geschwindigkeit, so der ACE. Denn sollte es glatt sein, muss man das Auto noch sicher im Griff haben.

Wer sich nicht anpasst, fährt nicht nur gefährlicher, sondern muss womöglich auch tief in die Tasche greifen: Wer mit nicht angepasstem Tempo bei schlechten Sicht- oder Wetterverhältnissen wie Nebel oder eben auch Schnee unterwegs ist, muss mit einem Bußgeld von 100 Euro sowie einen Punkt in Flensburg rechnen. Geld, das in ein Fahrsicherheitstraining auf jeden Fall sinnvoller investiert wäre. tmn

Die AfD-Fraktion im Bundestag fordert:

**Abgelehnte Asylbewerber
konsequent abschieben!**

Wessen Asylantrag abgelehnt ist, muss Deutschland verlassen. Wir sind bereit, die dafür nötigen nationalen wie internationalen Regelungen anzupassen.
(Bundestagsdrucksachen 20/1508, 20/6184, 20/11626)



FRAKTION IM DEUTSCHEN BUNDESTAG

Schöne Stromfresser?

So leuchtet die Lichterkette sparsamer

Lichterketten verbreiten festlichen Glanz – und verbrauchen Strom. Wer letzteres in Grenzen halten will, lässt alte Exemplare mit Glüh- oder Halogenlämpchen am besten im Karton. Stromsparender sind LED-Lichterketten – „und zwar bei einer deutlich längeren Lebensdauer“, so Jens Krumnow von der Verbraucherzentrale Brandenburg.

Eine alte Lichterkette mit Glühlampen verursacht demnach in vier Wochen Stromkosten von circa 4 Euro, der Einsatz einer LED-Lichterkette in der gleichen Zeitspanne nur von etwa 40 Cent. Leuchtet die Lichterkette mit Strom aus der Steckdose ist das außerdem günstiger, als wenn sie mit Batteriestrom läuft: Letzterer ist der Verbraucher-



Effiziente Festbeleuchtung: LED-Lichterketten sind langlebig und sparen bis zu 90 Prozent Energie im Vergleich zu Glühlampen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

zentrale Brandenburg zufolge bis zu dreihundertmal teurer als Steckdosenstrom. Zum Vergleich rechnen Sie doch einfach mal den Kauf-

preis Ihrer letzten Packung AA- oder AAA-Batterien gegen.

Sie wollen noch mehr Energie sparen, aber nicht ganz auf Lichterketten verzichten? Dann sollten Sie die Weihnachtsbeleuchtung nachts oder immer dann, wenn Sie nicht zu Hause sind, ausschalten. Einfach geht das etwa über einen Timer oder eine Zeitschaltuhr.

Übrigens: Wer sich nicht sicher ist, ob die eigene Lichterkette schon mit LED-Leuchten läuft, kann einen kleinen Temperaturtest machen und die leuchtende Lichterkette nach einer Weile anfassen: „Wird die Lichterkette sehr heiß, handelt es sich höchstwahrscheinlich noch um alte Glühlampen“, so Jens Krumnow. tmn