

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
HANN. MÜNDEN  
WITZENHAUSEN

**Anzeigenschluss:  
Mittwoch, 10 Uhr**

**Ralf Wilhelm**  
Mediaberater  
Witzenhausen  
05542 931626  
ralf.wilhelm@hna.de

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
HANN. MÜNDEN  
WITZENHAUSEN

**Unterbodenschutz**  
In der Aue 4 | 37213 Witzenhausen  
Tel. 0160 7778904

Seit 1981 • Nr. 19

10. Mai 2025

# Wie von Vaake nach Mallorca

## 1447 Kilometer beim 24-Stunden-Schwimmen zurückgelegt

**Vaake** – Die Atmosphäre im Vaaker Hallenbad war am Samstag und Sonntag geprägt von Spaß, Spannung und der Freude am Sport. Die DLRG-Ortsgruppe Reinhardshagen hatte wieder zum 24-Stunden-Schwimmen eingeladen und Schwimmer aller Altersgruppen zusammen gebracht. Kurz nach dem Start befanden sich schon 130 Schwimmer im Wasser. Insgesamt waren 162 Teilnehmer dabei, die zusammen 1447 Kilometer zurückgelegt haben. Das entspricht der Strecke von Vaake nach Mallorca. „Das ist ein neuer Rekord – und 300 Kilometer mehr als 2024“, freut sich Stefanie Hellwig, Vorsitzende der DLRG Reinhardshagen. 23 Bronze-, 18 Silber- und 107 Goldmedaillen wurden erschwommen. Der älteste Teilnehmer war 83 Jahre alt, der jüngste Teilnehmer fünf Jahre.

Nicht nur Schwimmer der Reinhardshäger DLRG-Gruppe machten mit. Unter anderem nahmen auch Ortsgruppen aus Northheim, Bodenfelde und Immenhausen teil. Auch viele Kinder stürzten sich ins Abenteuer Langstreckenschwimmen. Sie zeigten Ausdauer, Willen und Freude – und lernten auch ihre Grenzen kennen.

Ganz wichtig waren eine gute Betreuung am Beckenrand, die motivieren und helfend zur Seite stand. Bei den Helfern, die die Bahnen zählten, war Konzentration angesagt. Jeder Teilnehmer hatte eine Nummer auf dem Rücken, sodass schnell erkennbar wer wieder eine Bahn geschafft hatte. „Ich habe neben den Helfern aus der Ortsgruppe und aus dem Förderverein auch andere Vereine um Unterstützung gebeten“, berichtet Hellwig. Es hätten sich viele Helfer eingefunden. Acht Zähler wurden für jeweils zwei Stunden in zwölf Schichten benötigt, um Bahnen und Zeiten auf Zählkarten festzuhalten. In der Einzelwertung wurde in fünf Altersgruppen unterschieden.

„Die Teilnehmer haben unsere Veranstaltung gelobt, da solche Ereignisse immer seltener angeboten werden“, sagte Ste-



In vier Bahnen wurde geschwommen, für jede Bahn standen zwei Zähler zur Verfügung.

FOTOS: PETRA SIEBERT



**Zähler:** Katja Grobecker (links) und Janine Küstler waren hoch konzentriert, um die geschwommenen Bahnen und die Zeit aufzunehmen.

fanie Hellwig. Auch weil es immer weniger Schwimmbäder gäbe. „Wir hoffen, dass wir im Mai 2026 wieder ein 24-Stunden-Schwimmen austragen können“, ergänzte Hellwig.

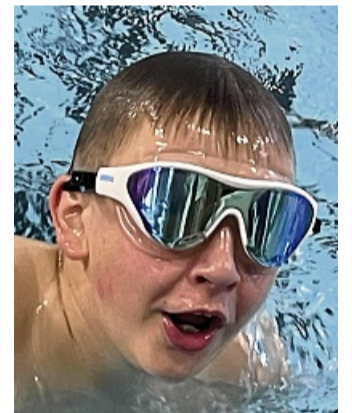
Gewinner Fabian Dörflinger reiste mit seiner Mutter von der Nordsee an. Tobias Kupfer kam

mit seinem Fahrrad aus Erfurt. Der Stuttgarter Manfred Kießling berichtete, dass dies sein 172. 24-Stunden-Schwimmen war.

Am Sonntag ehrte Bürgermeister Fred Dettmar die Sieger. Bis acht Jahre: Janek Jobs mit 10.000 Metern; bis zwölf



**Ilva (acht Jahre) aus Hann. Münden** hatte ein Ziel vor Augen: Sie wollte unbedingt eine Medaille mit nach Hause nehmen. Mit 3000 Metern hat sie sich in ihrer Altersklasse eine Goldmedaille gesichert.



**Der elfjährige Hauke aus Hann. Münden** hatte sichtlich Spaß und bewies Ausdauer in 4800 Metern. Dafür erhielt er in seiner Altersklasse eine Silbermedaille.

Jahre: Paul Mass 17.000 Meter; bis 15 Jahre: Fabian Dörflinger 18.400 Meter; bis 60 Jahre: Tobias Kupfer 46.850 Meter (neuer Einzelrekord); über 61 Jahre: Manfred Kießling, 23.500 Meter. Der Familienpokal ging an Familie Mass, gefolgt von Familie Jobs und Zweigert.

Den DLRG-Ortsgruppenpokal nahmen die Northheimer entgegen, vor Immenhausen und Reinhardshagen. Den Fun-pokal sicherte sich das Team Warmduscher, gefolgt vom Team Schokokuchen und dem Schwimmverein Münden-Reinhardshagen. **PETRA SIEBERT**

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**GUTSCHEIN**

**2 FÜR 1**

**SAMSTAG – SAMSTAG**  
10.05. – 17.05.2025

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

Viele Möbel + KÜCHEN aus der Ausstellung **63% reduziert!** bis zu 63% reduziert!

Viele Möbel kurzfristig lieferbar!

Besuchen Sie uns auch hier

**HARTMANN**  
WOHNIDEEN

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

**BLUMEN CENTER**  
in der Hedemündener Str. 32 · Hann. Münden

**ACHTUNG!** Am 11.05. ist **Muttertag**

Egal ob Deko, Topfblumen oder einen schön gebundenen Strauß Blumen. Bei uns finden Sie garantiert etwas für ihre liebste Mama! Für Floristik nehmen wir gern Ihre Vorbestellungen unter der 05541 7579933 entgegen.

**Sonntag von 8.00–12.00 Uhr geöffnet!**

**GROTE Container**

Container 30,- von 1-40 m³ ab €

**Unsere Leistungen:**

- Containerdienst
- Baggerbetrieb
- Fuhrunternehmen
- Reststoffentsorgung

**Wir liefern Ihnen:**

- Kies und Schotter • Komposterde

Sie finden unseren Recyclinghof in Neu-Eichenberg (BHF) in der Ladestr. 1

Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. 8.00-16.30 Uhr · Sa. 10.00-12.00 Uhr

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf!**

Tel.: 05542 - 2130 oder 0171 - 4635536 • Fax: 50 79 09  
info@grote-container.de

# Genuss für alle Sinne

## Gewerbeverein wertet Maimarkt in Allendorf als Erfolg

**Bad Sooden-Allendorf** – Hunderte von Besuchern aus nah und fern pilgerten am Sonntag nach Bad Sooden-Allendorf. Ihr Ziel: das fachwerkunte Zentrum der Allendorfer Altstadt, wo zum dritten Mal in Folge der Gewerbeverein „Handel(n) in BSA“ (Hib) einen Maimarkt veranstaltet hat. Der wurde bei trockener Witterung und erträglichen Temperaturen zu einem Genuss für Auge und Gaumen, sodass Vorstandssprecher und Organisator Wolfgang Frühauf schon vor der Halbzeit von einem „vollen Erfolg“ sprach.

### Große Auswahl an knapp 40 Ständen

Knapp 40 Marktbesucher boten frische und gesunde Leckereien an, darunter Kürbis- und Kartoffelsuppe und Honig aus eigener Produktion. Nicht fehlen durften die „Ahle Wurst“ und die unvermeidliche Bratwurst vom Grill. Kaffee und Kuchen gab's, und den Durst stillten neben alkoholfreien Getränken ein würziges Bier. Nippen durfte man auch an einem süßen Likör.



**Frühlingsgrüße:** An ihrem Stand auf dem Maimarkt bot Larissa Ternovenko herrliche Blumen an. Die Ukrainerin lebt nach dem Ausbruch des Krieges in ihrer Heimat seit drei Jahren in Bad Sooden-Allendorf. FOTO: CHRIS CORTIS

**www.rb-becker.de**

**ab Sa., den 10.05.2025**

**Elektrische Kühlbox** blau, 12V, inkl. Stecker für Zigarettenanzünder **39,99**

**DUNLOP Ratschenspanngurt, 5m** bis 2500kg, gelb **15,00**

**DUNLOP Handhalterung für das Fahrrad** für 17x10x3 cm, 360° drehbar **7,99**

**Fahradtasche** ca. 24x14x7 cm, versch. Farben **7,99**

**DUNLOP Standluftpumpe** inkl. 3 Adaptern **5,99**

**Mini-Fahradpumpe** inkl. 3 Adaptern **2,99**

**Regen-Poncho für Erwachsene** ca. 100 x 130 cm, versch. Farben **2,99**

**Schutzblech-Set** 24-26", Vorder- & Rückrad **3,99**

**Lade & Datenkabel, USB-A zu USB-C oder USB-C zu USB-C** **1,49**

**Bluetooth Lautsprecher** Ø 7cm, H 8 cm **2,99**

**Wireless Charger** mit Stifthalter 5 bzw. 9V, Ø 11cm, H 12 cm **2,99**

**H-Schlagsahne** 200g, auch Laktosefrei **0,69**

**Nongshim Instant Nudeln** versch. Sorten, 120/121g **0,89**

**Edelsalami** am Stück, versch. Sorten, 600g **3,99**

**Blätterteigfäscchen** mit Fruchtfüllung, 160g **0,99**

**Blätterteig-Brezeln** 167g **0,99**

**Cielo Frizzante** 10% Alc. vol., 0,75l **1,99**

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

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

**Gudensberg** Kasseler Str. 78, 05603 / 91 86 54

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

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

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

Das Auge freute sich an herrlichen Blumenarrangements und Frühlingspflanzen. Schmuck, Strickwaren, Kinderkleidung und allerlei dekorative Geschenkartikel gehörten ebenfalls zum breiten Angebot.

Die Gunst der Stunde nutzen auch die Festausschüsse von Brunnen- und Erntefest mit dem Verkauf von Festplaketen, die als Eintrittskarte zu den Veranstaltungen im Juni bzw. im August dienen und zugleich ein Bekenntnis zu Tradition und Heimatverbundenheit sind.

Für die musikalische Umrahmung des Maimarktes sorgte das Duo „Soundexpress“. Und ein Gewinnspiel gab es auch. Um einen von 24 Salzgulden im Wert von jeweils 10 Euro zu ergattern, mussten die Teilnehmer lediglich ihre persönlichen Daten preisgeben, den entsprechenden Coupon am Hib-Stand abgeben und auf Fortuna hoffen. Alle Gewinner der seit 24 Jahren in mehr als 60 Geschäften und Betrieben gültigen „Statt-Währung“ werden benachrichtigt.

Im Vorfeld des Maimarktes hatte sich der Gewerbeverein mit dem städtischen Ordnungsamts zusammengesetzt, um nach den tragischen Anschlägen auf öffentliche Veranstaltungen anderswo ein Sicherheitskonzept zu entwickeln. So waren tatsächliche und mögliche Zufahrtsstraßen zum Maimarkt durch unüberwindliche Hindernisse gesperrt.

## Neue Wege zur großen Liebe

### Im Wonnemonat Mai auf partner.HNA.de anmelden

**Kassel** – Der Wonnemonat Mai wird gerne auch als Monat der Liebe bezeichnet. Als dritter Frühlingsmonat bringt er nicht nur die Natur gehörig in Wallung, sondern auch unsere Gefühle. Nicht umsonst heißt es: Alles neu macht der Mai. Wir haben wieder mehr Lust vor die Tür zu gehen, fühlen uns energiegeladener und bereit, unsere Wohnungen und unser Leben umzukrempeln – auch in Sachen Liebe. Singles auf Partnersuche können diese Energie und die Magie des Neuanfangs nutzen, um neue Wege zur großen Liebe auszuprobieren. Nicht nur, weil der Wonnemonat Mai hierzu besonders gute Gelegenheiten bietet, sondern auch, weil neue Wege ganz neue Möglichkeiten eröffnen. Einer dieser Wege könnte für Sie sein, sich bei partner.HNA.de anzumelden und interes-

sante Singles aus Ihrer Region kennenzulernen. Probieren Sie es doch einfach mal aus! Etwas Neues auszuprobieren, könnte in diesem Fall bedeuten, dass Sie entweder ganz neue Möglichkeiten austesten, um andere Singles kennenzulernen oder aber, dass Sie Ihre Einstellung ändern und solche Partynächte mit viel mehr Elan angehen. Sie können sich beispielsweise bemühen, in Zukunft mehr Eigeninitiative zu zeigen und auch mal von sich aus eine Flirtoffensive starten. Vielleicht begegnen Sie Ihrer großen Liebe im Freibad, vielleicht auch im Urlaub oder beim Speed Dating. Oder sie wartet schon ganz in Ihrer Nähe auf Sie und Sie finden Ihren Traummann oder Ihre Traumfrau bei partner.HNA.de. Einen Versuch ist es jedenfalls wert, oder?



Jetzt anmelden auf dem Datingportal partner.HNA.de.



**Alles neu macht der Mai:** Der Wonnemonat lädt zum Flirten an unterschiedlichen Orten ein. FOTOS: PRIVAT

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
HANNS MÜLLER  
WITZENHAUSEN

nh-wochenzeitungen.de  
IMPRESSUM

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

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

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

Anzeigenverkauf:  
Tel.: 0 55 41 98 39 30  
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

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

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

Zustellung: VTS Nord GmbH  
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel,  
Tel.: 05 61 / 203 - 23 23  
E-Mail: vertriebsleitung@hna.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 4 vom 1.1.2025

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



**Strand frei am Werra-Ufer in Witzenhausen**

Chéz Nadine startet in die Sommersaison am Werra-Ufer. Seit dem 1. Mai gibt es bei dem Café von Betreiberin Nadine Weier auf der Wiese an der Werra wieder Getränke, selbstgemachte Kuchen und Flammkuchen. Neu in diesem Jahr: Neben dem Café hat die Stadt Witzenhausen einen kleinen Sandstrand aufgeschüttet. Die Liegestühle sponserte das Stadtmarketing. „Wir wollen das Werra-Ufer als Naherholungsort aufwerten“, sagt Bürgermeister Lukas Sittel dazu. Im Bild von links Irina Ruppel, Johannes Siebold, Lukas Sittel, Nadine Weier und Michael Zimmermann. bam FOTO: HENDRIK BÄMMEL

**Erste Hilfe Übung mit einem Defibrillator**  
Teilnehmenden konnte mehr Sicherheit vermittelt werden

**Speele** – Kürzlich fand eine Schulung am Defibrillator in der Dorfgemeinschaftsanlage beziehungsweise Sporthalle in Speele statt.

Der Ortsrat hatte dafür Markus Schiffer, Fachbereichsleiter für Erste Hilfe beim DRK-Kreisverband Göttingen-Northheim, eingeladen. Angesprochen waren insbesondere die Vereinsvorsitzenden und Spartenleiter, die ihre Fitness- und Sportübungen in der Turnhalle in Speele leiten, heißt es in einer Mitteilung.

„Der vollautomatische Defibrillator, wie er jetzt in der Dorfgemeinschaftsanlage Speele zur Verfügung steht, kommt bei Herzrhythmusstörungen mit Herzstillstand zum Einsatz. Durch das Anwenden des Gerätes, gemäß der klaren Sprachanweisungen, kann das Herz im besten Fall wieder zum Schlagen gebracht werden. So lässt sich wertvolle Zeit bis zum Eintreffen des Notarztes über-



ARCHIVFOTO: HARALD SCHMIDT

brücken“, heißt es weiter.

Eine Herz-Lungen-Wiederbelebung kommt immer dann zum Einsatz, wenn die betroffene Person bewusstlos ist und keine normale Atmung vorhanden ist, oder Zweifel daran bestehen.

Sind mehrere Helfer vor Ort, können die Aufgaben aufgeteilt werden.

teilt werden. Idealerweise sollten sich Helfer nach etwa zwei Minuten bei der Herzdruckmassage abwechseln, um Erschöpfung vorzubeugen, heißt es.

Markus Schiffer hat mit den Teilnehmenden realitätsnahe Fallbeispiele durchgespielt und dabei den Umgang mit dem Defibrillator anschaulich vermittelt. Alle Anwesenden wurden in den genauen Ablauf der Wiederbelebung eingewiesen.

Beginnend mit der Kontrolle der Atmung, dem Rufen um Hilfe, dem Absetzen des Notrufs unter 112, dem Holen des Defibrillators durch eine zweite Person und schließlich der Durchführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung mittels Brustdruckmassage und Beatmung, bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes.

Diese Abläufe wurden mehrfach praktisch geübt, um auch die körperliche Anstrengung,

die damit verbunden ist, realistisch einschätzen zu können.

Darüber hinaus wurden Anzeichen und Vorgehensweisen bei akuten medizinischen Notfällen wie Herzinfarkt, Schlaganfall oder Unterzuckerung besprochen. Wie man in solchen Fällen richtig handelt, wurde

ebenfalls praxisnah erläutert. Diese Unterweisung war laut Mitteilung „für alle Beteiligten äußerst lehrreich und wertvoll“.

„Diese Schulung hat den Teilnehmenden mehr Sicherheit im Umgang mit Erster Hilfe vermittelt“, sagt auch Ortsbür-

germeister Fred Kaduhr. Ein Dank gehe an alle Unterstützer dieser Veranstaltung. sta

TEAM 4

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

**Roteiche auf dem Spielplatz**

Kultur- und Naturförderverein organisierte die Baumpflanzung

**Hemeln** – Am internationalen Tag des Baumes, am 25. April, wurde in Hemeln eine Roteiche (*Quercus rubra*) gepflanzt. Die Roteiche ist der Baum des Jahres 2025.

Seit elf Jahren organisiert der Kultur- und Naturförderverein Hemeln die jährliche Baumpflanzung, heißt es in einer Mitteilung.

Den sechs Meter hohen Baum spendeten Marika und Dirk Wedekind aus Hemeln. Er steht als fünfter Jahresbaum auf dem Spielplatz Trift am Ortsausgang von Hemeln. Die Patenschaft für den Baum haben die Schüler der Grundschule Hemeln übernommen.

Ortsheimatpfleger Volker Meng informierte die Kinder der 3. und 4. Klasse und Gäste, dass die Eiche, offizieller Name „Amerikanische Rot-Eiche“, aus den Wäldern in der östlichen Hälfte Nordamerikas stammt.



**Am Internationalen Tag des Baumes** wurde auf dem Hemelner Spielplatz Rotbuche gepflanzt. Schüler der Klasse 3 und 4 der Grundschule, Vereinsmitglieder des Kultur- und Naturfördervereins und Gäste waren dabei. FOTO: ALFRED URHAHN

Sie wurde erst vor circa 300 Jahren in Europa, vor allem in Alleen und Parks, angepflanzt. Der Baum zeigt besondere Resistenzen gegenüber trockenen und heißen Bedingungen – Eigenschaften, die sie auch für unsere zukünftigen Wälder wertvoll machen könnte. Die

Wuchshöhe beträgt 25 bis 30 Meter. Der Baum kann bis zu 200 bis 300 Jahre alt werden. Eindrucksvoll sind ihre Blätter, die sich im Herbst leuchtend orange bis rot verfärben.

Zum Abschluss erhielten die Kinder noch einen Korb mit Äpfeln und anderen Leckereien. sta



**BAU & GARTEN**

**HERKULES**

am

**17.05.2025**

**Witzenhausen**

20%

Rabatt

auf das gesamte Sortiment  
(außer Maschinen)

\*Ausgeschlossen sind preisgebundene Zeitschriften, Bücher, Zigaretten und Tabakwaren, Handyaufloadungen und E-Loading-Produkte, Lebensmittel und Tiernahrung. Ausgenommen andere Aktionsvorteile und bereits reduzierte Ware. Rabatt-Werte können nicht addiert oder in Kombination mit anderen Aktionsvorteilen eingesetzt werden. Rabatt wird an der Kasse abgezogen. Nur am Samstag, 17.05.2025 in Witzenhausen gültig!

In der Bischhäuser Aue, 37213 Witzenhausen  
Öffnungszeiten 8-20 Uhr

Für Druckfehler keine Haftung. Alle Artikel erhältlich, nur solange der Vorrat reicht. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Impressum/Herausgeber: Rheika-Delta Warenhandels-gesellschaft mbH, Unter dem Schöneberg 20, 34212 Melsungen. Weitere Informationen zu Adresse und Telefonnummer unserer Filialen finden Sie unter [www.herkulesbaumarkt.de](http://www.herkulesbaumarkt.de)



**Auf der Schräge:** der neue Kleinbus des Sozialkreises, hier mit (von links) Torsten Baum, Torsten Stöber, Maja Weidner hinter dem Steuer, Uwe Linnenkohl und Hubertus Spill. FOTO: CHRIS CORTIS

## „Ein starkes Zeichen der Solidarität“

Glücksspirale als Sponsor: Kleinbus für Mobilität und Teilhabe von Bedürftigen

**Bad Sooden-Allendorf** – Als ein „starkes Zeichen der Solidarität“ hat der Vorsitzende des Sozialkreises Bad Sooden-Allendorf, Hubertus Spill, das Engagement nicht nur der Glücksspirale gewertet, die dem Verein mit der Übernahme von 80 Prozent der Gesamtkosten in Höhe von 16.000 Euro ganz wesentlich die Anschaffung eines Kleinbusses ermöglicht hat.

Auf dem Kirchplatz in Allendorf stellten am Montag Spill, die Zweite Vorsitzende Maja Weidner und Schatzmeister Torsten Stöber das neunsitzige Fahrzeug vom Typ VW T6 vor, das mit Blick auf Bedürftige und Senioren vor allem gedacht ist für deren Mobilität und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Mit von der Partie war auch Torsten Baum als Geschäftsfüh-

rer des zur Glinicke-Gruppe gehörigen, örtlichen Autohauses Stöber, dessen Kfz-Mechaniker vor der notwendigen und kostenfreien Generalüberholung das gebrauchte Vehikel auf Herz und Nieren überprüft hatten. Die „Stiftung mit Herz“ der VR-Bank Mitte war mit 3000 Euro dabei und wurde vertreten durch Uwe Linnenkohl. Unterstützung zum Nulltarif leistete außerdem das örtliche Unter-

nehmen Autolack Xpress Hachethal.

Seit mehr als vier Jahrzehnten, so Spill, engagiere sich der Sozialkreis für Senioren, Kinder, Menschen mit Handicap sowie Personen „in besonderen Lebenslagen“. Bislang seien Fahrten ausschließlich von ehrenamtlichen Kräften vorgenommen worden. Angesichts eines steigenden Bedarfs in der Nachbarschaftshilfe sei die An-

schaffung eines eigenen Vereinsbusses dringend notwendig gewesen.

Der sei ideal für vielfältige Aufgaben, nannte der Vorsitzende neben Ausflügen Fahrten zu medizinischen Terminen, Einkäufen und sozialen Angeboten, den Transport von Bekleidung und Mobiliar für die Kleiderkammer und die Unterstützung bei Umzügen. Gute Dienste leiste der Bus außer-

dem, wenn er Kinder aus den einzelnen Stadtteilen zu Schwimmkursen oder zum Badespaß in die Kernstadt chauffiere.

Mit dem neuen Kleinbus, der aus eigenen Mitteln nicht hätte finanziert werden können, fördere der Sozialkreis auch den gesellschaftlichen Zusammenhalt in der Region, betonte Spill.

ZCC

## Nicht nur Dank, sondern auch bestes Gerät

Kleinalmeröder Feuerwehr erhält erstes mittleres Löschfahrzeug im gesamten Stadtgebiet



**ANTIK- & TRÖDELMARKT**  
**11.05.2025** 9 bis 16 Uhr  
**Homberg (Efze)**  
 Info's unter: 0174 620 87 80

**Steuererklärung? Kein Problem.**  
 Verschenken Sie kein Geld, denn ohne Einkommensteuererklärung gibt es keine Rückzahlung!  
 Eine kostengünstige Alternative zum Steuerberater kann die Zuhilfenahme eines Lohnsteuerhilfevereins sein.  
**B.Lipnik berät Mitglieder begrenzt nach § 4 Nr. 11 StBerG** und erstellt dann die Einkommensteuererklärung.

Aktuell Lohnsteuerhilfeverein e.V. Beratungsstellenleiterin **BEATE LIPNIK**



Margueritenweg 5  
 37213 Witzenhausen  
 05542 999182  
 0170 2101959  
 lipnik@t-online.de

**Kleinalmerode** – Ein Samstagnachmittag wie gemacht für die Feuerwehr: Draußen prasselte der Regen, begleitet von Donnerschlägen, während unter Faltpavillons auf dem Hof der Feuerwehrrhalle in Kleinalmerode ein besonderes Fest gefeiert wurde. In würdigem Rahmen übergab Bürgermeister Lukas Sittel im Namen des Magistrats den Schlüssel für ein neues mittleres Löschfahrzeug (MLF) an Stadtbrandinspektor Claus Demandt, der ihn an Wehrführer Lars Jatho weiterreichte. Der „große Kleine“, wie Jatho das Fahrzeug liebevoll nannte, ist das erste MLF im gesamten Stadtgebiet Witzenhausen.

Nach über 30 Jahren hat die Wehr des Ortsteils nun ein modernes Einsatzfahrzeug, das sowohl technisch als auch symbolisch ein Zeichen für Zukunft und Ehrenamt setzt. „Kraftvoll, kompakt, vielseitig“, beschrieb Jatho das MLF. Es schließt die Lücke zwischen einem Tragkraftspritzenfahrzeug mit Wasser und einem größeren Löschgruppenfahrzeug. Bei Vegetationsbränden ermögliche die „Pump and Roll“-Funktion, das Pumpen während der Fahrt, ganz neue Einsatzoptionen.

Auch bei technischer Hilfeleistung, Hochwasser oder Ausleuchtung sei das Fahrzeug ein echter Fortschritt. Schon bei den ersten Einsätzen habe sich das neue Gerät bewährt.

Zur Übergabe erschienen viele Gäste aus Feuerwehr und Politik, Landrätin Nicole Rathgeber, Bürgermeister Sittel, Kreisbrandinspektor Christian Sasse, Stadtbrandinspektor Demandt, dessen Stellvertreter



**Versammelt vor moderner Einsatztechnik:** Heinz Staude (von links), Nicole Rathgeber, Jan Tino Demel, Christian Sasse, Lukas Sittel, Claus Demandt, Lars Jatho und Alexander Thiel gratulieren zur Indienststellung des neuen MLF. FOTO: ELVAN POLAT

Jan Eric Winkelbach, Kreisbrandmeister Jan Tino Demel, Stadtjugendfeuerwehrwart Fabian Heuckerth sowie der Kreisfeuerwehrverbandsvorsitzende Hans-Heinz Staude.

Landrätin Nicole Rathgeber unterstrich in ihrer Ansprache die Bedeutung moderner Ausstattung für den Katastrophenschutz: „Unsere Feuerwehren leisten Unverzichtbares, sie brauchen nicht nur Dank, sondern bestes Gerät. Das neue

MLF ist ein starkes Zeichen für die Verlässlichkeit des Ehrenamts in ländlichen Regionen.“

Pfarrer Michael Zink brachte neben einem Segensspruch einen Erfahrungsbericht mit: „Der erste Einsatz des Fahrzeuges war bei uns, der Keller war vollgelaufen. Ich kann Ihnen sagen: Diese Pumpe macht Ernst. Sie hat uns trockengelegt, und zwar gründlich.“

Bürgermeister Sittel lobte das Engagement der Wehrleu-

te: „Ihr habt euch tief in Ausstattung und Technik eingearbeitet, das ist gelebtes Ehrenamt, wie es im Buche steht.“ Gleichzeitig wies er auf eine Herausforderung hin: Das MLF erfordert den Lkw-Führerschein, die Stadt werde gezielt in die Ausbildung investieren.

Stadtbrandinspektor Demandt schlug einen Bogen in die Vergangenheit, vor 90 Jahren begann der organisierte Brandschutz in Kleinalmerode.

„Dass wir heute ein Fahrzeug dieser Klasse übergeben dürfen, ist das Ergebnis einer Entwicklung, getragen von Generationen, ehrenamtlich, beherzt, beständig.“

Trotz der nassen Witterung begleitet von Blitz und Donner war die Stimmung heiter. Der Musikverein Kleinalmerode spielte auf, es gab Kaffee, Kuchen und viele Gespräche unter Kameraden und Gästen.

ELVAN POLAT

# Per KI ins neue Leben?

Wie eine Mutter mit ChatGPT auf Witzzenhausen stieß

**Nordhausen/Dohrenbach** – Es war ein Spaziergang durch die stillen Wälder des Zittauer Gebirges, der Sophie Beilicke auf eine ungewöhnliche Idee brachte. Gemeinsam mit ihrer Tochter Lotte weilte sie zur Kur in der südöstlichen Ecke Sachsens. Eine Zeit des Innehaltens, des Loslassens, aber auch des Neuordnens. „Wir hatten das Gefühl, dass das Leben uns aus Nordhausen an einen anderen Ort führen möchte“, sagt die Mutter.

Inmitten von Fichten und Farn, fernab des gewohnten Alltags, griff sie zu einem Instrument, das bislang vor allem bei Hausarbeiten und Urlaubsplanungen seine Dienste geleistet hatte: ChatGPT. Ihre Eingabe war schlicht: „Ich suche einen Ort, der naturnah ist, in dem Gemeinschaft zählt und Kinder willkommen sind und ihre Freude haben.“

Die Künstliche Intelligenz empfahl zunächst die üblichen Verdächtigen: Weimar sowie Lüneburg, attraktiv, etabliert, begehrt. Doch dann, beinahe im Nebensatz, tauchte ein Geheimtipp auf, der bislang unter dem Radar geblieben war: Witzzenhausen. Klein, grün, gemeinschaftsorientiert. Ein Ort, der Beilickes Aufmerksamkeit weckte. Sie hakte nach.

ChatGPT lieferte prompt weitere Informationen, unter anderem zu alternativen Wohnformen in der Region. Darunter auch die Initiative „WohnWiz“, ein gemeinschaft-



**Von der Cloud ins Kirschtal:** Ulrich Burkhard (von links), Sophie und Lotte Beilicke, künstliche Intelligenz hat diese reale Verbindung gestiftet. FOTO: KEREM POLAT

liches Lebensmodell mitten in der Stadt. Neugierig geworden, reiste Beilicke kurz darauf mit ihrer Tochter für zwei Tage in die Ferienwohnung „Paramaribo“ auf dem Grundstück von Ulrich Burkhard aus Dohrenbach.

„ChatGPT hat mich nicht enttäuscht“, resümiert sie. Gemeinsam erkundeten Mutter und Tochter die Umgebung, spazierten durch Kirschalleen, stöberten in kleinen Läden, kamen mit Einheimischen ins Gespräch. Der erste Eindruck?

„Sehr sympathisch.“

Eine Entscheidung ist noch nicht gefallen. Doch die Idee eines Neuanfangs in Witzzenhausen hat Gestalt angenommen. Beilicke möchte zurückkehren, Menschen begegnen, Möglichkeiten ausloten. Dass eine

künstliche Intelligenz diesen Impuls gegeben hat, scheint da fast zweitrangig. Entscheidend sei, wohin der Weg führen könnte, in ein Leben, das der Sehnsucht nach Natur, Gemeinschaft und einem kindgerechten Alltag gerecht wird.

„Es war ein Anstoß, ein Werkzeug, aber das Herz entscheidet“, sagt sie. Und vielleicht ist Witzzenhausen ja genau jener Ort, an dem dieses Herz künftig Wurzeln schlagen möchte.

KEREM POLAT

# Langohren im Rampenlicht

Freude an der Kaninchenzucht stand in der Tonstadt im Mittelpunkt

**Großalmerode** – Am vergangenen Samstag drehte sich in Großalmerode alles um lange Ohren, weiches Fell und flinke Pfoten. Der Kaninchenzuchtverein K32 Großalmerode hatte zur „Tierbewertung für jedermann“ geladen – ein Format, das sich an Hobbyzüchter und Kaninchenliebhaber aus der Region richtet. Anlass war das „Uffwärm-Programm“ für das Heimatfest der Stadt.

## Spaß an der Tierhaltung

Im Mittelpunkt der Veranstaltung stand nicht der Leistungsgedanke, sondern der Spaß an der Tierhaltung. „Heute steht nicht die Bewertung der Kaninchen im Vordergrund, sondern dass alle Teilnehmer Freude haben“, betonte Philipp Reuß, Erster Vorsitzender des Vereins. Dennoch wurde natürlich begutachtet: Fellfarbe, Gesundheitszustand, Gewicht und sogar mögliche Tricks der Tiere flossen in die Beurteilung ein. Ein eigens erstelltes Bewertungsschema half dabei, die Merkmale objektiv festzuhalten.

## Alle Teilnehmer erhielten Urkunde

Ein Gold-, Silber- und Bronzepokal wurden für die drei überzeugendsten Tiere vergeben, doch leer ging niemand aus. Jeder Teilnehmer erhielt eine Urkunde als Zeichen der Anerkennung. „Es geht heute nicht nur um die Bewertung der Kaninchen, sondern auch darum, den Haltern Rückmeldung zu



**Halter erhielten Rückmeldung:** Mara Lorenz zeigt stolz ihre Kaninchen Maya und Willi, während Jan (links) und Philipp Reuß die tierischen Stars unterstützen. FOTO: KEREM POLAT

geben“, sagte Reuß.

Gegründet im Jahr 1931 zählt der Verein aktuell 53 Mitglieder und veranstaltet jährlich

professionelle Bewertungen nach den Richtlinien des Zentralverbandes Deutscher Rassekaninchenzüchter (ZDRK). Bei

diesem offenen Format jedoch verzichtete man bewusst auf die offiziellen Maßstäbe. Die Veranstaltung war somit auch

Werbung in eigener Sache. Sie sollte Interesse an der organisierten Kaninchenzucht wecken. Mit Erfolg, wie der rege

Besuch und die bunte Vielfalt der präsentierten Tiere zeigten.

KEREM POLAT

## Lions Club sammelt Brillen

Der Mündener Verein gibt Brillen an Hilfsbedürftige weiter



Franz von Luckwald (links) und Ernst Gerner vom Lions Club nehmen gespendete Brillen von Verena Albrecht, Berndt die Optik, entgegen. Insgesamt wurden bereits über 1500 Brillen gesammelt. FOTO: LIONS CLUB

**Hann. Münden** – Lions arbeiten seit langem mit „BrillenWeltweit“, einer geprüften „Non-Profit-Organisation“, zusammen, heißt es in einer Mitteilung. Ziel dabei sei es, kostenlos Brillen an hilfsbedürftige Sehbehinderte in der Dritten Welt abzugeben. Bei vielen Mitbürgern und Mitbürgerinnen lagern nicht mehr genutzte Brillen, heißt es weiter, die anderenorts eine sinnvolle Verwendung finden könnten.

Besseres Sehen wirke sich in allen Lebensbereichen, wie Bildung und berufliche Entwicklung, positiv aus. Mit der Möglichkeit, handwerkliche Tätigkeiten ausführen zu können, könne ein Beitrag zum Lebensunterhalt der Familien geleistet werden. Die Bereitstellung von Brillen könne einen wesentlichen Beitrag leisten.

Derzeit organisieren die Mündener Lions, gemeinsam mit Mündener Optikern, eine Sammelaktion für nicht mehr getragene, beziehungsweise

benötigte Brillen. Diese können bei Sedelmayr Optik und Akustik GmbH (Burgstraße 43 bis 45), Die Brille (Schmiedestraße 6), Berndt die Optik GmbH (Lange Straße 100), sowie bei Icke's Plattenladen (Marktstraße 6) während der Geschäftszeiten abgegeben werden. Die Firmen Filmann, Apollo Optik und Kind haben laut Mitteilung eigene Regelungen.

Die bei den teilnehmenden Optikern und bei Icke's Plattenladen gesammelten Brillen werden von den Mündener Lions verpackt und an die Firma „BrillenWeltweit“ in Koblenz verschickt, dort sortiert, aufgearbeitet, vermessen und registriert sowie zum Versand verpackt. Von dort werden die Brillen dann zu Optikern nach Afrika geschickt und von dort verteilt. Die Mündener Lions hoffen auf weiterhin gute Beteiligung, heißt es in der Mitteilung abschließend.

kab/kr

## Schnelle Hilfe für Fußballer

Neues Gerät für Spielfeldmarkierungen

**Scheden** – Zum Auftakt der Fußballsaison sollte Anfang März der Schedener Sportplatz wieder für die anstehenden Meisterschaftsspiele hergerichtet werden. Einige engagierte Mitglieder des TuS haben jährlich wiederkehrende Arbeiten in Angriff genommen, wie Rasen mähen, Tore instand setzen und die Spielfeldmarkierungen aufbringen. Allerdings haben sie dabei festgestellt, dass das Markierungsgerät seinen Geist aufgegeben und einen irreparablen Schaden genommen hatte, heißt es vom Verein. Ohne Spielfeldmarkierungen könnten jedoch keine Spiele stattfinden. Deshalb haben die Verantwortlichen der Sparte Fußball des TuS Schededörfer 04 mithilfe der VR-Bank in Südniedersachsen eG und der Hermann Hildebrand Stiftung Scheden in kurzer Zeit ein neues Markierungsgerät angeschafft. Somit konnte der Spielbetrieb der E-, C- und B-Jugendlichen der JSG Hoher Hagen und der dritten Mannschaft der SG Hoher Ha-

gen auf dem Schedener Sportplatz aufrechterhalten werden.

Die VR-Bank in Südniedersachsen eG habe das Projekt „Nassmarkierungsgerät“ mit einer großzügigen Spende von 1000 Euro mit der Aktion „Wir tun Gutes“ unterstützt. Auch die Hermann Hildebrand Stiftung Scheden, die gemeinnützige Projekte in den Ortschaften Scheden, Dankelshausen und Meesen unterstützt, sprang dem TuS Schededörfer 04 mit einer Spende von 1000 Euro zur Seite. Alle Spieler des Fußballnachwuchses der E-, C- und B-Jugend der JSG Hoher Hagen, die Herrenspieler der SG Hoher Hagen III und die Verantwortlichen des TuS Schededörfer 04 bedanken sich bei der VR-Bank in Südniedersachsen eG und der Hermann Hildebrand Stiftung für die schnelle und unbürokratische Unterstützung. „Somit steht einer hoffentlich erfolgreichen Fußballsaison nichts mehr im Wege“, heißt es vonseiten des Vereins. kir

Angebote gültig vom 12.05. – 17.05.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

**logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**Coca-Cola Kombikasten**  
teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 12 x 1 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,83 €

**ANGEBOT**  
**9,99** **8,99** \*\*  
11 = 0,75 €

**MEHRWEG**  
UNSERE PET MEHRWEGFLASCHEN SIND DESIGNED  
MINDESTENS 15 MAL WIEDERBEFÜLLT ZU WERDEN.

**JETZT MEHR ERFAHREN:**

© 2024 The Coca-Cola Company. Alle Rechte vorbehalten. Coca-Cola, Coca-Cola Zero, Sprite und mezzo mix sind eingetragene Schutzmarken der The Coca-Cola Company.

**Würzburger Hofbräu Pilsner**  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,42 € Pfand,  
11 = 1,20 €

**Aktion!**  
+ 4er Pack GRATIS!

**Warsteiner Natur Radler**  
Zitronen naturtrüb,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
11 = 1,00 €

**Neu im Sortiment!**

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

**Bitburger Bier, Biernix**  
diverse Sorten,  
Pack = 6 x 0,33 l,  
zzgl. 0,48 € Pfand,  
11 = 2,27 €

**ANGEBOT**  
**4,49**

**Würzburger Hofbräu**  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,67 €

**ANGEBOT**  
**11,99**

Entspricht einem Kastenpreis von 9,99 €

**Rothaus Zäpfle**  
diverse Sorten,  
Pack = 6 x 0,33 l,  
zzgl. 0,48 € Pfand,  
11 = 2,52 €

**Neu im Sortiment!**  
Schwarzwald Zäpfle naturtrüb

**Kilkenny, Guinness**  
diverse Sorten,  
Pack = 6 x 0,33 l,  
zzgl. 0,48 € Pfand,  
11 = 2,52 €

**ANGEBOT**  
**4,99**

**Neu im Sortiment!**  
Guinness Hop House 43 Lager

**Erdinger Brauhaus**  
diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
11 = 1,40 €

**Neu im Sortiment!**  
Helles alkoholfrei

**Gerolsteiner Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,67 €

**ANGEBOT**  
**5,99**

**Plose Mineralwasser**  
naturale, medium,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
11 = 1,17 €

**Neu-im Sortiment!**  
medium

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

**ANGEBOT**  
**6,79**

**Jack Daniel's Whiskey**  
diverse Sorten,  
teilweise koffeinhaltig,  
0,33 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
11 = 6,03 €

**ANGEBOT**  
**1,99** **1,88** \*\*  
11 = 5,70 €

**Monster Energy**  
diverse Sorten,  
koffeinhaltig,  
0,5 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
11 = 1,98 €

**ANGEBOT**  
**0,99**

**Kapuziner Weißbier**  
hell, alkoholfrei,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
11 = 1,40 €

**ANGEBOT**  
**1,49** **1,29** \*\*  
11 = 0,86 €

**Jack Daniel's Whiskey**  
diverse Sorten,  
teilweise koffeinhaltig,  
0,33 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
11 = 6,03 €

**ANGEBOT**  
**1,99** **1,88** \*\*  
11 = 5,70 €

**Gallo Spritz**  
Peach & Nektarine,  
Rasperry & Lime,  
Gallo Wein  
diverse Sorten,  
0,75 l - Flasche,  
11 = 5,99 €

**ANGEBOT**  
**4,49** **3,99** \*\*  
11 = 5,32 €

**Five Lakes**  
Vodka,  
0,7 l - Flasche,  
11 = 12,13 €

**ANGEBOT**  
**8,49** **7,99** \*\*  
11 = 11,41 €

**RhönSprudel Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 1 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,50 €

**ANGEBOT**  
**5,99**

**pepsi Kombikasten**  
teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 24 x 0,33 l,  
zzgl. 5,30 € Pfand,  
11 = 1,64 €

**Neu im Sortiment!**

**Osborne Veterano Solera**  
Premium-Genuss für besondere Momente,  
0,7 l - Flasche,  
11 = 14,27 €

**ANGEBOT**  
**9,99**

**Jack Daniel's Whiskey**  
Old No. 7 Honey,  
0,7 l - Flasche,  
11 = 22,84 €

**ANGEBOT**  
**15,99** **15,49** \*\*  
11 = 22,13 €

**Gin Mare**  
Mediterranean Gin,  
0,7 l - Flasche,  
11 = 39,99 €

**ANGEBOT**  
**27,99** **26,99** \*\*  
11 = 38,56 €

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

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

1x Johansson Lastenrad Oscar S

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.

# NORMA®

+++ Breaking News +++ Breaking News +++ Breaking News +++ Breaking News +++ Breaking News +++ Breaking News +++



## BIO-GESAMTSIEGER!

zur aktuellen DLG Bio Prüfung **2025**

Zum 16. Mal in Folge

**Bio-Zitronen Saft**  
2x250-ml-Flasche, ohne Pfand (1 l = 5,98)  
**DOPPEL PACK**  
2,99\*  
2er-Pack

**Bio-Getreide XXL**  
Quinoa 800-g-Packung (1 kg = 4,99), Sesam 850-g-Packung (1 kg = 4,69), Haferkleie, Buchweizen 1,2-kg-Packung (1 kg = 3,33) oder Bulgur 1,5-kg-Packung (1 kg = 2,66) je Packung  
3,99\*

**Bio-Sonnenblumenkerne**  
XXL/Hanf-samen Hanfsamen geschält 200-g-Beutel (1 kg = 12,95) oder Sonnenblumenkerne 1-kg-Beutel (1 kg = 2,59) je Beutel  
2,59\*

**Bio-Leinsaat/Chia-Samen**  
XXL Chia-Samen 500-g-Packung (1 kg = 5,98), Leinsamen geschrotet 800-g-Packung (1 kg = 3,74) oder ganz 1-kg-Packung (1 kg = 2,99) je Packung  
2,99\*

**Erdbeeren Spanien**  
fresh Kl. I, ausgewählte große Früchte, 900-g-Holzsteige (1 kg = 4,43) je Holzsteige  
**XXL - 900 g!**  
3,99\*  
große Früchte!

**Bio-Kürbiskerne/Hafer XXL**  
Kürbiskerne 300-g-Beutel (1 kg = 9,30) oder Hafer 1-kg-Beutel (1 kg = 2,79) je Beutel  
2,79\*

**Bio-Blütenhonig cremig oder flüssig** 1-kg-Glas (1 kg = 5,99) je Glas  
5,99\*  
1 kg

**Bio-Agavendicksaft** dunkel oder hell gut löslich, hohe Süßkraft, 500-ml-Squeeze-Flasche (1 l = 6,66) je Squeeze-Flasche  
3,33\*

**Bio-Bouillon Gemüse** 540-g-Dose, ergibt 27 Liter (1 l = -,15) je Dose  
3,99\*  
ergibt 27 Liter  
GEMÜSE  
WEITERE SORTEN Rind, Huhn oder 7-Kräuter

**Aprikosen Spanien**  
fresh Kl. I, französische Sorten, 1-kg-Packung (1 kg = 2,89) je Packung  
2,89\*  
große Früchte!  
1 kg!  
(Abbildung ähnlich)

**Gronie Pils Polen** 5,2% vol, 6x0,5-l-Dose, zzgl. 6x -,25 Pfand (1 l = 1,33) je 6er-Pack  
27% billiger  
UVP 5,49  
3,99\*  
6er-Pack

**Delikatess Creme**  
Ungarn - versch. Sorten, z. B. Knoblauchcreme 160-g-Tube (1 kg = 11,81) je Tube  
UVP 2,79  
1,89\*  
32% billiger

**Buchweizen**  
Tschechien - Pohanka 1-kg-Packung  
MENU GOLD  
UVP 2,49  
1,99\*  
20% billiger  
1 kg

**Sprotten in Rapsöl**  
Lettland - geräuchert, mit transparentem Deckel 160-g-Dose (1 kg = 11,19)  
DOVGAN  
10% billiger  
UVP 1,99  
1,79\*  
RIGA SPROTTEN GERÄUCHERT IN RAPSOIL

**Apfel vom Bodensee**  
Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorten: Red Jonaprince oder Jonagold, große Früchte, Kal. 70/80 + 80/90 mm, 2,2-kg-Beutel (1 kg = 1,36) je Beutel  
2,2 kg!  
2,99\*  
XXL!

# ➔ BIS ZU 60% SPAREN

**Scheppach Elektro-Start Benzin-Rasenmäher MS226-56E SE** • Ideal für große Rasenflächen • Leistungsstarker 4-Takt-Motor 4,4kW/6 PS/224cm³ • Robustes, pulverbeschichtetes Stahlblechchassis mit großen kugelgelagerten Laufrädern • Inklusive Starterbatterie und Ladegerät  
5 JAHRE GARANTIE  
43% billiger  
UVP 669,-  
379,-\*  
24 Auch online  
MÄHEN AUF KNOPFDRUCK durch E-Start  
7in1  
Elektro-Start  
Selbstfahrer mit Radantrieb  
Seitenauswurf  
Mähen | Fangen | Mulchen  
Reinigungsfunktion durch integrierten Wasseranschluss  
Kraftvolle, wiederaufladbare Li-Ion Starterbatterie  
Zentrale 7-fach Schnitthöhenverstellung 25 - 75 mm  
Große 65 Liter Fangbox  
Leistung OHNE ENDE! 4,4kW/6 PS

**MAUI Active Sneaker für Damen**  
• Obermaterialmix aus leichtem und hochwertigem Textil • Innenausstattung aus atmungsaktivem Mesh • Memory-Foam-Decksohle • Leichte, flexible und schockabsorbierende Phylon-Laufsohle • Waschbar bei 30°C • Größen 38-41 je Paar  
49% billiger  
UVP 39,95  
19,99\*  
Weiß/Rose Navy/Rot

**MAUI Bunte Phylon-Clogs für Damen oder Herren**  
• Aus robustem und pflegeleichtem Phylon • Leichte und flexible Laufsohle aus druckdämpfendem Phylon mit modischem Profil • Waschbar bei 30°C • Größen 38-45 je Paar  
Damen: Aqua/Pink, Schwarz/Grün  
Herren: Navy/Aqua, Grün/Pink  
UVP 19,95  
9,99\*  
49% billiger

**Scheppach Benzin-Hochdruckreiniger HCP5000** • Leistungsstarker 4,3 kW/5,9 PS 4-Takt-Motor • Edelstahl-Sprühlanze • Große Laufräder 5 JAHRE GARANTIE  
47% billiger  
UVP 529,-  
279,-\*  
24 Auch online  
Praktische Halterung für Hochdruckschlauch und Düsenansätze  
Kraftvolle Leistung! Maximaler Druck 241 bar  
Maximaler Wasserdurchlauf 570 l/h

**Multifunktionshandschuhe 10 Paar**  
• Größen 7-10  
Beschichtete Handinnenfläche  
10 Paar  
8,99\*  
Schwarz Rot

**ElleNor Modisches T-Shirt 2er-Pack für Damen**  
• 95% Baumwolle, 5% Elasthan  
• Leicht tailliert • Größen M (40/42) - XXL (52/54)  
7,99\* 2er-Pack  
Weiß/Grün-Weiß Beige/Beige-Weiß Marine/Marine-Weiß

**ElleNor Caprihose für Damen**  
• Reine Baumwolle • Bequemer Komfortbund mit Kordelzug  
• Größen S (36/38) - XL (48/50)  
je Caprihose  
8,99\*  
Praktische Bindebänder  
HYPERFLON

**Garden Gartenkleingeräte „Kork-Touch“**  
Werkzeugkopf aus pulverbeschichtetem Karbonstahl  
• Kleinschere ca. 29 cm  
• Fugenkratzer ca. 27 cm  
• Sichelhacke ca. 28 cm  
• Kultivator ca. 31 cm  
• Unkrautkelle ca. 34 cm  
• Pflanzschaufel ca. 32 cm  
je Ausführung  
5,99\*  
Volumenschaufel ca. 37 cm  
Flächenjäter ca. 28,5 cm  
„Kork-Touch“ vereint die Haptik von Naturkork mit der Widerstandsfähigkeit eines Hochleistungskunststoffes

**Scheppach Drucksprühgeräte** • Ideal zur Pflanzen- und Blumenbewässerung sowie zum Pflanzenschutz  
5 JAHRE GARANTIE  
GDS15 1,5 Liter • Leistungsstarke Druckpumpe (max. 2,5 bar)  
• Hochwertige Präzisionspumpe  
• Feine Zerstäubung  
• Verstellbare Messingdüse  
Anpassbares Sprühbild  
GDS50 5 Liter  
UVP 12,99  
5,99\*  
24 Auch online  
48% billiger  
UVP 24,99  
12,99\*

**GIARDESSA Keramik-Kräuterstecker „Wichtel“**  
• Mit abnehmbarem Kräuterschild  
• Für innen und außen • ca. 5 x 5 x 23,5 cm  
Handbemalt!  
je Ausführung  
3,99\*

**SEG LED-Solar-Licht Schnecke / Schildkröte** • Aus Polysin in hochwertiger Holzoptik • LED-Lichtstreifen in Warmweiß • Dämmerungssensor  
UVP 19,99  
je Ausführung  
9,99\*  
50% billiger  
Schnecke ca. 19,8 x 10,5 x 13 cm  
Schildkröte ca. 18 x 13 x 13 cm

**flower LED-Solar-Gießkanne**  
• Hochwertige Metallkonstruktion  
• Leuchtdauer bis zu 8 h  
• Inkl. Metallstab  
• ca. 24 x 100 cm  
3 Jahre Garantie  
UVP 29,99  
14,99\*  
24 Auch online  
50% billiger  
XXL - Höhe ca. 100 cm

**Garden Universeller Begrenzungszaun-Komplettsatz 10 m** 1 m x 10 m • Hochwertiger Kunststoff-Zaun zum Schutz oder als Absperrung • Maschenweite ca. 16 x 16 mm • UV- und witterungsbeständig • Beliebig erweiterbar (1 m = 2,-) 3 Jahre Garantie  
19,99\*  
Alles dabei! Zaungewebe 1 m x 10 m, 5 Zaunpfosten, 10 Heringe, 12 Clips und 17 Zaunbinder

**ElleNor Sneaker-Socken 10 Paar für Damen oder Herren**  
• Größen 35/38 - 43/46  
48% billiger  
UVP 34,99  
17,99\*  
52% billiger  
UVP 39,99  
18,99\*  
60% billiger  
UVP 49,99  
19,99\*  
Stielkasserolle Ø ca. 16 cm  
Granit-Topf Ø ca. 20 cm  
Granit-Topf Ø ca. 24 cm  
Stielkasserolle Ø ca. 16 cm  
Granit-Topf Ø ca. 20 cm  
Granit-Topf Ø ca. 24 cm  
Ergonomischer Soft-Touch-Griff  
Backofen geeignet bis zu 160°C  
Jeweils inklusive hochwertigem Glasdeckel  
Kratzfest  
Gleichmäßige Hitzeverteilung  
Lange Lebensdauer  
Granit-Keramik  
Anthrafit Deckschicht  
Basisschicht  
Aluminiumkern  
Außenbeschichtung

\*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](http://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.

**NORMA®**  
IMMER MEHR FÜRS GELD



**MEHR ANGEBOTE!**  
unter [www.norma-prospekt.de](http://www.norma-prospekt.de)



Stellenangebote

**Auf meiner Route bin ich CHEF**

die-Zusteller 

www.die-zusteller.de

Samstags noch nichts vor?  
Jetzt als **Zusteller (m/w/d)** deiner Wochenzeitung vor Ort bewerben und Chef:in werden in:

- Bad Sooden-Allendorf**  
Allendorf Sooden
- Großalmerode**  
Eptero  
Laudenbach  
Rommerode  
Stadt  
Trubenhausen
- Hann. Münden**  
Bonaforth
- Gimte Hemeln**  
Volkmarshausen
- Scheden**  
Dankelshausen
- Staufenberg**  
Dahlheim
- Witzenhausen**  
Gertenbach  
Hundelshausen  
Stadt

(Mindestalter 13 Jahre)

Heimat Nachrichten-Vertrieb:  
☎ 0561 203-1175    📱 WhatsApp 0151 61666277

Senioren- und Therapiezentrum  
**HELSA**

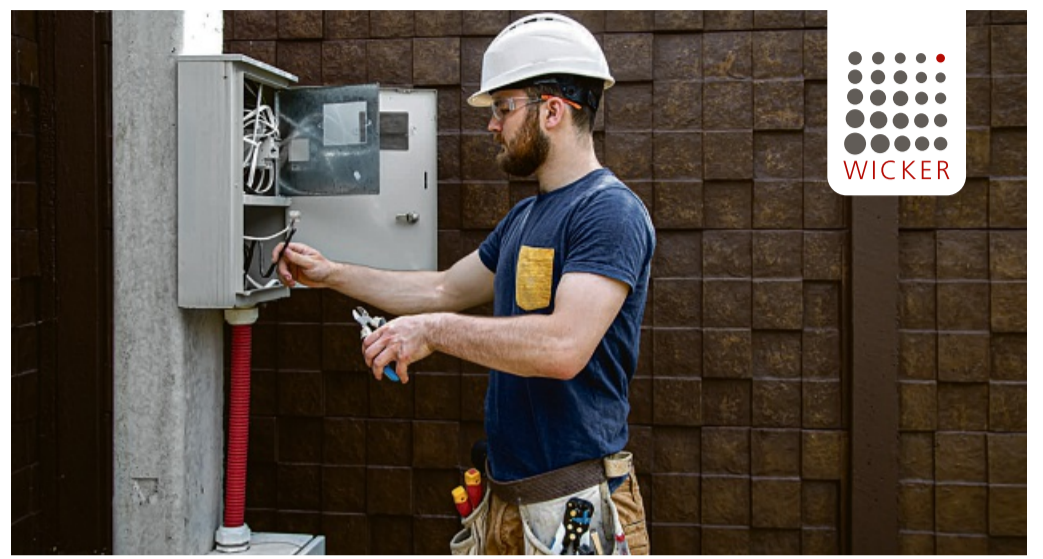
**Attraktives Gehalt!**  
TOP-Mitarbeiter-vorteile!

**Wir suchen eine/-n Qualitätsbeauftragte/-n**  
(m/w/d) – Vollzeit (30-40 Std./Woche)

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!**

Senioren- und Therapiezentrum Helsa  
Fröbelstraße 6, 34298 Helsa  
**(05605) 808 - 0**  
Frau Katharina Braun  
heimleitung@haus-helsa.de  
www.haus-helsa.de

Neue **WEGE** öffnen  
**NEUE TÜREN**



**Technisches Talent mit Herz gesucht – Elektriker, Haustechniker (m/w/d) in Vollzeit**

Sie haben eine handwerkliche Ausbildung, z. B. als Elektriker, Elektroinstallateur oder Elektroniker für Energie- und Gebäudetechnik? Dann werden Sie Teil unseres #teamwicker in der Klinik Hoher Meißner!

In unserer Rehabilitationsklinik übernehmen Sie wichtige Aufgaben rund um die Instandhaltung, Wartung und den Betrieb unserer haustechnischen Anlagen. Mit Ihrem technischen Know-how sorgen Sie für einen reibungslosen Klinikalltag und schaffen damit die Grundlage für eine sichere und angenehme Umgebung für Patientinnen, Patienten und Mitarbeitende.

Wir unterstützen Sie beim Einstieg!  
Ihre Einarbeitung gestalten wir individuell – abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse. Auch Berufseinsteiger sind willkommen!

Jetzt bewerben – wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen!



Wicker-Kliniken. Wir sorgen für Gesundheit.

wicker.de

**HNA**  
hna.de – digital. Print. Video  
alles aus einer Hand

**BÜROKRAFT (m/w/d) für unsere Beilagendisposition**

Vollzeit oder Teilzeit zum nächstmöglichen Zeitpunkt

**IHR PROFIL**

- Sie sind ein Organisationstalent
- Kontaktfreudig und haben ein sicheres Auftreten
- Denken analytisch und lösungsorientiert
- Selbstständige und erfolgsorientierte Arbeitsweise
- Zuverlässiges Handeln
- Sie verfügen über eine abgeschl. kfm. Ausbildung? Dann fühlen Sie sich auch als Quer- oder Wiedereinsteiger gerne angesprochen.
- Teamfähigkeit

**IHRE AUFGABEN**

- Auftragsbearbeitung und -erfassung in unserem Verlagssystem für diverse Zeitungstitel
- Erstellung von Angeboten und Auftragsbestätigungen
- Kommunikation mit Agenturen und Bestandskunden
- allgemeine Bürotätigkeiten

**WAS WIR BIETEN**

- Gleitzeit
- Vermögenswirksame Leistungen
- Leistungsgerechte Vergütung inkl. Urlaubs- und Weihnachtsgeld
- Gutes Arbeitsumfeld
- Homeoffice-Möglichkeiten
- Jobticket / JobRAD
- Abwechslungsreiche Aufgaben
- Raum für eigene Ideen
- kostenfreie Parkplätze

**Werden Sie Teil unseres Teams!**  
Jetzt informieren und mit aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen bewerben an:

Verlag Dierichs GmbH & Co. KG  
Personalabteilung Herr Voss  
Frankfurter Straße 168  
34121 Kassel  
☒ stefan.voss@hna.de



**Immobilienankauf**

**Top-Preise für private Immobilienverkäufer!**  
-bundesweit-  
**06625-1820**  
**Immobilien-Sofortkauf.de**

**Bekanntschaffen**  
Margit, 75 J., aber voller Leben! Ich bin eine unternehmungslustige, gepfl. Frau mit Freude an Natur, Kultur u. gutem Essen. Ich suche e. lieben Gefährten für gemeins. Ausflüge, gemütl. Abende u. vielleicht auch für ein gemeinsames Zuhause. Herz u. Humor bringe ich mit – fehlt nur noch das passende Gegenstück. PV Tel. 0176-56849847

**Auto-Ankäufe**  
Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen  
Tel. 03 944 - 36 16 0 - www.wm-aw.de. Fa.

**Landwirtschaft & Forsten**  
**Buche Brennholz –**  
85 € SRM, Angebot gültig 10. 5.–23. 5. 25,  
Telefon 05684 931670

**Brennholz Buche und Eiche 69 €**  
30 cm, inkl. Lief. Tel. 0176 62681914

**Zeitungen lesen heißt informiert sein**

**Vermietung**  
2 ZKB, 50 m², vollmöbliert/kompl. eingerichtete Küche + Waschmaschine etc., 830 € inkl. NK in Felsberg/OT, Tel. 0160 90112981

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

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

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

Suchen Sie ein Zimmer,  
eine Wohnung, ein Haus?  
Eine Anzeige in Ihrer Zeitung hilft immer!

**Besonders preiswert!**  
**Kleine Anzeigen mit großem Echo!**

Private Kleinanzeigen sind für viele unserer Leser die Lieblingslektüre.

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

# Weit verbreitete Fehlannahmen

## Warum diese 4 Photovoltaik-Mythen Quatsch sind

Mit dem Balkonkraftwerk die Stromrechnung verringern oder mit einer Photovoltaikanlage auf dem Dach noch mehr günstigen Strom selbst erzeugen: das Interesse an PV-Strom ist in Deutschland groß. Wichtig ist aber immer, vor der Installation für sich zu klären, wie die Technik konkret genutzt werden soll und welche Vorteile man sich von ihr erhofft. „So können Enttäuschungen vermieden und der Sonnenstrom wirklich effizient genutzt werden“, sagt Thomas Zwingmann, Energieexperte bei der Verbraucherzentrale NRW.

Unter Verbraucherinnen und Verbrauchern gibt es allerdings noch immer gängige Fehlannahmen zum PV-Strom. Die Verbraucherzentrale NRW räumt mit vier von ihnen auf:

**Irrtum 1: Mit PV-Anlage und Speicher bin ich autark und unabhängig vom Anbieter.**

Falsch. Selbst mit Batteriespeicher kann eine PV-Anlage nur einen gewissen Anteil der jährlichen Haushaltsstromversorgung übernehmen. Der sogenannte Autarkiegrad kann je nach Einzelfall zwischen 25 und 90 Prozent betragen. Der übrige Stromanteil muss aber immer aus dem Netz zugekauft werden. Gerade in den Wintermonaten, wenn PV-Anlagen weniger Strom produzieren, reicht der PV-Strom nicht aus, um den ganzen Haushalt zu versorgen. Für eine 100-prozentige Autarkie ist den Verbraucherschützern zufolge ein zusätzlicher Saisonspeicher – et-



Mit dem Strom aus dem Balkonkraftwerk die Kaffeemaschine versorgen? Noch immer halten sich viele Mythen rund um PV-Strom. FOTO: STEFAN SAUER/DPA

wa mit Wasserstoff - nötig, der technisch aufwendig und wirtschaftlich kaum sinnvoll ist.

**Irrtum 2: Photovoltaik lohnt sich nur gemeinsam mit einem Batteriespeicher, weil sich die Einspeisung finanziell kaum rechnet.**

Auch das stimmt nicht. Eine PV-Anlage kann sich auch ohne Speicher schon finanziell lohnen. Ob sich zusätzlich der Speicher bezahlt macht, hängt

unter anderem vom eigenen Strombedarf und den Stromkosten ab. Kann auch ohne Speicher schon ein großer Anteil des PV-Stroms selbst verbraucht werden, braucht es den Batteriespeicher nicht zwingend. Dieser rentiert sich dann aufgrund seiner hohen Anschaffungskosten kaum.

**Irrtum 3: Ein Süddach ist immer besser als ein Ost-West-Dach.**

Wenn es darum geht, möglichst viel Strom mit der PV-Anlage zu erzeugen, ist die Ausrichtung nach Süden optimal. Eine PV-Anlage auf einem Ost-West-Dach kann nur etwa 80 Prozent des vergleichbaren Solarertrags erwirtschaften. Dafür bekommt diese Anlage bereits früher am Morgen und länger am Abend Sonne auf die Solarzellen. Damit kann besonders in diesen Zeiten, in denen häufiger Personen zu Hause

sind, viel Strom selbst verbraucht werden. Auch das kann die Stromrechnung entscheidend kürzen.

**Irrtum 4: Mit einem Steckersolargerät kann ich meine Kaffeemaschine versorgen.**

Falsch. Steckersolargeräte bieten zwar eine gute Möglichkeit, um ohne größeren Aufwand eigenen Strom zu produzieren. Allerdings ist deren Nennleistung mit maximal 800

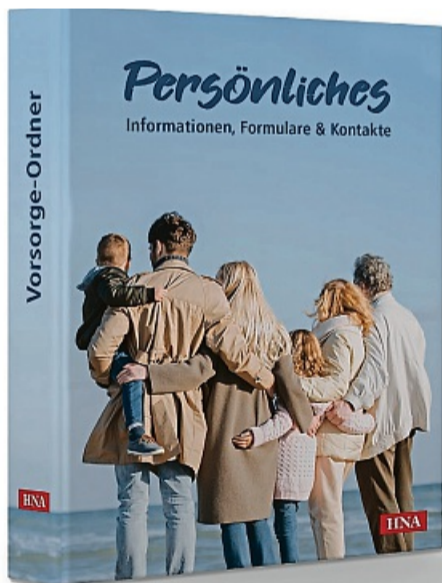
Watt eher niedrig. Sie eignen sich daher eher dafür, Teile der Grundlast im Haushalt abzudecken, also Kühlschrank, Router oder Radiowecker in der Wohnung zu versorgen. Eine Kaffeemaschine braucht im Betrieb hingegen häufig höhere Leistungen im Bereich von 2000 Watt, um das Wasser aufzuheizen. Dafür reicht der Strom aus dem Balkonkraftwerk längst nicht aus, es muss aus dem Netz gespeist werden. dpa

## Jetzt um die Vorsorge kümmern!

Anzeige

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

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



**Sie möchten vorsorgen? Dann bekommen Sie hier Ihr persönliches Exemplar:**

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

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

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

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

**Ein kleiner Einblick in die Kapitel des Vorsorgeordners:**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

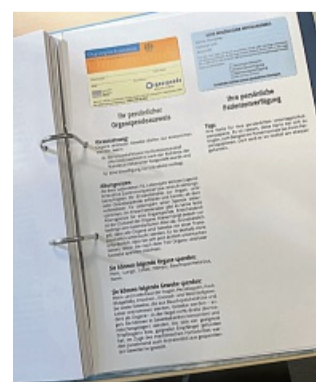
Viele Menschen haben Angst, später mal ein Pflegefall zu werden – durch einen Unfall, eine schwere Krankheit oder einfach durch das fortschreitende Alter. Mit dem praktischen Vorsorgeordner kann

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

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



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



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



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

# Klare Regeln für Studierende

Neben dem Studium arbeiten: Was Studis beachten müssen

Manche wollen, andere müssen: Neben dem Studium zu arbeiten, ist für viele Studierende Alltag. Dabei sollten sie aber auf einige Dinge achten – vor allem die Arbeitszeit und die Einkommensgrenze. Andernfalls kann es Probleme mit der Kranken- und Sozialversicherung geben.

Entscheidend ist zum einen die Einhaltung der 20-Stunden-Grenze: Denn mehr sollten Studierende während der Vorlesungszeit nicht arbeiten. Andernfalls verlieren sie ihre studentischen Vorteile beim Nebenjob und werden zusätzlich zur möglichen Beitragspflicht in der Rentenversicherung auch noch sozialversicherungspflichtig – müssen dann also auch Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherungsbeiträge leisten.

Liegen die Arbeitszeiten in den Semesterferien, an den Wochenenden oder in der Nacht, darf die Arbeitszeit grundsätzlich mehr als 20 Stunden pro Woche betragen, ohne dass Studierenden ihr Studierendenstatus abhandelt. Aber selbst dann darf die 20-Stunden-Grenze in höchstens 26 Wochen überschritten werden.

## Zu viel Lohn kann zu Abgaben führen

Und dann ist da noch die Sache mit dem Gehalt: Denn Studierende mit einem Nebenjob müssen aufpassen. Wer mehr als 556 Euro pro Monat verdient, verliert unter Umständen die Möglichkeit, bei den El-



Unter Studierenden beliebt: Jobs im Service.

FOTO: SEBASTIAN GOLLNOW/DPA

tern mit krankenversichert zu sein. Denn obwohl die Familienversicherung eigentlich bis zum 25. Geburtstag gilt, kann die Überschreitung des Lohnlimits zum Ausschluss führen, dann müssen sich Studierende gegebenenfalls selbst versichern.

Für diejenigen, die kein Teil der Familienversicherung mehr sind und unter 556 Euro, aber mehr als 535 Euro verdienen, gibt es die Option auf die

sogenannte studentische Krankenversicherung. Sie kostet derzeit 87,50 Euro im Monat, so die Verbraucherzentrale NRW.

Dazu kommen für Studis ohne Kinder ab dem Alter von 23 Jahren noch 35,91 Euro pro Monat an Pflegeversicherungsbeiträgen sowie ein etwaiger Zusatzbeitrag für die Krankenkasse.

Gut zu wissen: Wer über die 556 Euro im Monat kommt, muss das auch mit seinem

möglichen Bafög verrechnen. Unter Umständen gibt es dann nämlich weniger staatliche Unterstützung.

## Für Selbstständige gelten andere Regeln

Natürlich haben Studierende auch die Möglichkeit, selbstständig – und eben nicht angestellt – zu arbeiten. Dann gelten in Sachen Einkommen wieder andere Regeln. So liegt die Verdienstgrenze dann nur noch

bei 505 Euro pro Monat, erklärt die Verbraucherzentrale. Wer mehr verdient, kann nicht in der elterlichen Familienversicherung bleiben.

Auch selbstständig tätige Studierende müssen auf die Einhaltung der 20-Stunden-Grenze achten. Arbeiten sie mehr, kann die Krankenversicherung ihnen eine hauptberufliche Tätigkeit unterstellen und entsprechend andere Beiträge verlangen. Eine Nachfra-

ge bei der jeweiligen Kasse kann helfen.

Dafür müssen selbstständig tätige Studierende im Gegensatz zu angestellten Tätigen nur in bestimmten Fällen Rentenversicherungsbeiträge leisten.

Zum Beispiel, wenn sie erzieherisch und künstlerisch tätig sind oder als freie Lehrer arbeiten. Mehr Informationen dazu gibt es bei den Beratungsstellen der Deutschen Rentenversicherung. dpa

## Was Ihr Smartphone alles kann!

### Online-Kurse mit Andreas Dautermann und Kristoffer Braun

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

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

#### In diesem Online-Kurs lernen Sie:

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

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

oder Tel. 06131 9204746  
akademie@levato.de

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

# Viele Möglichkeiten für Selbstversorger

## Gemüse säen oder pflanzen: Was ist besser?

Unzählige, bunt bebilderte Tütchen mit winzigen Gemüsesamen im Gartencenter, Baumarkt und Co. machen jetzt Lust, für relativ wenig Geld selbst einen Gemüsegarten anzulegen. Oder zumindest zwischen den Geranien auf dem Balkon auch ein bisschen Salat und vielleicht eine Tomate zu pflanzen.

Aber die Aufzucht von Gemüse aus Samen hat je nach Art der Pflanzen ihre Tücken. Das offenbart sich meist, wenn man die Tüte mit Paprikasamen aus dem Display nimmt und sie einmal umdreht. Dort liest man dann schon mal: „Keimtemperatur 25 Grad Celsius, danach pikieren oder umpflanzen und die Pflanzen bei Zimmertemperatur an einem hellen Platz am Fenster aufstellen.“

Wer diesen Hinweis nicht genau einhalten kann, weil das Fenster nicht hell genug oder die Temperatur nach dem Pikieren zu hoch ist, erhält bleiche, dünne und weich gewachsene Jungpflanzen, gibt die Bayerische Gartenakademie zu bedenken. Für die weitere Kultur bedeutet das: Die Pflanzen sind krankheitsanfällig und brauchen mehr Zeit, um im Beet Fuß zu fassen.

### Gewächshaus oder Frühbeet als Alternative?

Die Alternative wäre nach Angabe der Gartenakademie ein beheizbares Gewächshaus oder Frühbeet. Darin können Tomaten, Paprika, Auberginen und andere wärmebedürftige Fruchtgemüsearten zu gesunden, kompakten und wüchsigen Jungpflanzen herangezogen werden. Das allerdings ist eine Aufgabe für Anfang März – ein „spontaner“ Beginn danach kostet wertvolle Entwicklungszeit.

Jetzt ist das Angebot an Gemüsesamen dafür deutlich größer. Das Pflanzen macht auch Kindern Spaß. Schließlich ist es faszinierend, wenn aus einem scheinbar trockenen Körnchen eine lebendige Tomaten- oder Gurkenpflanze entsteht. Man kann etwa Zuckermais oder Kürbis gemeinsam auf der Fensterbank aussäen: Die Körner sind groß und lassen sich einzeln in Töpfe stecken. Sie entwickeln sich zügig und können ab Mitte Mai ausgepflanzt werden.

### Wurzelgemüse per Direktsaat ins Beet

Eine andere Form der Anzucht ist die Direktsaat. Wenn sich der Boden etwas erwärmt hat, können Möhren, Radieschen und Mairüben ins Beet gesät werden. Sie alle zählen zum Wurzelgemüse. Hier ist die Entwicklung vom Samen zur Pflanze im Boden ideal, denn aus der Wurzel entwickelt sich so störungsfrei die zu erntende Rübe oder Knolle.

Dabei spielt es eine entscheidende Rolle, dass die Abstände zwischen den Pflanzen optimal sind. Wer noch wenig Erfahrung hat, verwendet das sogenannte Saatband. Hierbei sind die Samen nicht lose in der Tüte, sondern bereits in einem dünnen Vlies eingelassen – und zwar in einem optimalen Abstand. Das verwendete Vlies wird durch Wasser weich und zersetzt sich bis die Samen keimen.

Für den Erfolg mit Saatbändern sind zwei Faktoren wich-



Wer Setzlinge kauft, sollte darauf achten, dass die Pflanzenqualität stimmt.

FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA



Bei der Direktsaat ist wichtig, dass die Abstände zwischen den Pflanzen optimal sind.

FOTO: MONIKA SKOLIMOWSKA/DPA



Statt Aussaat: Fruchtgemüse wie Tomaten werden besser als fertige Jungpflanze in die Erde gesetzt.

FOTO: ANDREA WARNECKE/DPA



Radieschen gehören zu den Gemüsesorten, die direkt ins Beet oder in den Topf gesät werden können.

FOTO: MONIKA SKOLIMOWSKA/DPA



Kleines Wunder der Natur: Für Kinder ist es faszinierend, wenn aus einem Körnchen eine Pflanze heranwächst.

FOTO: ROLAND WEIHRACH/DPA

tig: Zum einen sollte der Boden, in den das Saatband gelegt wird, eine feinkrümelige Struktur haben. Zum anderen sollte der Boden in den ersten zwei Wochen feucht gehalten werden. Wer lose Samen hat, vereinzelt zu dicht stehenden Sämlingen. Das heißt, man zieht einzelne Pflänzchen vorsichtig aus der Erde.

Zu den Gemüsearten, die hervorragend direkt gesät werden können, zählen auch Spinat, Feldsalat sowie Erbsen und Bohnen. Bei den beiden zuletzt genannten Arten macht es allerdings Sinn, die dicken Samenkörner über Nacht in Wasser quellen zu lassen, um die Keimung zu beschleunigen.

### Fruchtgemüse als Jungpflanze pflanzen

Bei Fruchtgemüse verwen-

det man am besten eine fertige Jungpflanze, rät Agrar-Ingenieur Raimund Schnecking aus Münster. Man hat keinen Stress mit der Anzucht und kann viele verschiedene Sorten ausprobieren. Bei Paprika, Tomate und Aubergine kommt man meist mit zwei bis drei Pflanzen pro Sorte aus. So halten sich auch die Kosten im Rahmen.

Ebenso ist die Anzucht von Salat und Kohl auf der Fensterbank schwieriger, sodass man hier besser zu Jungpflanzen greift. Grundsätzlich sollte man dabei natürlich auf eine gute Pflanzenqualität achten. Die erkennt man einfach daran, dass die Pflanze prächtig aussieht.

Obacht: Dabei geht es etwa bei Tomatenpflanzen darum, dass sie bereits Blütenansätze

haben - nicht darum, dass sie besonders hoch gewachsen sind: Lange, weichtriebige Jungpflanzen sind mit Stickstoffdünger in ihrem vegetativen Wachstum angeregt worden, sie brauchen Zeit für die Umstellung auf die Entwicklung von Blütenknospen - und das verzögert wiederum den Erntebeginn.

### Veredeltes Gemüse für reiche Ernte

Ein Garant für eine gute Ernte ist laut Schnecking sogenanntes veredeltes Gemüse. Dabei wird eine Jungpflanze einer guten Fruchtsorte wie Tomate, Gurke, Paprika oder Aubergine auf eine Pflanze gepfropft, die einen kräftigen Wurzelballen bildet.

Die Vorteile dieser Kombination liegen darin, dass bei-

spielsweise die Wurzeln von Tomaten wenig anfällig gegenüber Schädlingen wie Nematoden sind. Veredelte Gurken sind weniger empfindlich in Hinblick auf Kälte.

So kann man auf jeden Fall eine bessere Ernte erwarten. „Die Pflanzen haben deutlich mehr Kraft, sodass bis in den Herbst kontinuierlich Früchte heranwachsen“, sagt Agrar-Ingenieur Schnecking. Das erhöht in jedem Fall den Spaß an der Gemüseanzucht.

### Der richtige Zeitpunkt zum Pflanzen

Traditionell ist Mitte Mai der richtige Zeitpunkt, um Jungpflanzen zu setzen. Denn dann sind keine Minusergrade mehr zu erwarten. Raimund Schnecking sagt aber, dass man auch schon etwas früher anfan-

gen kann. „Wenn man die ersten Pflanzen entdeckt, Zeit und Lust hat, den Gemüsegarten zu bestellen, sollte einen nichts daran hindern.“

Am Anfang ist man um die grünen Schützlinge besorgt. Solange die Pflanzen noch niedrig sind, kann man eine durchsichtige Aufbewahrungsbbox an der Nacht zum Schutz darüberstülpen. Auch eine Abdeckung aus Vlies ist praktikabel.

Aber: „Meist ist auch nicht die Kälte das Problem, sondern vielmehr die Sonne“, sagt Raimund Schnecking. Daher macht es Sinn, die Pflanzen in einer Phase mit bewölktem Himmel zu pflanzen. So gewöhnen sich die Blätter langsam an das intensivere Licht und nehmen keinen Schaden.

tmm

# Lesen Sie jetzt 2 Monate kostenlos unser ePaper!



**Aktualität in Echtzeit:** Seien Sie stets auf dem neuesten Stand mit sofortigen Nachrichtenaktualisierungen – die Zeitungsausgabe von morgen lesen Sie heute ab 21 Uhr.

**Exklusive Inhalte und Sonderangebote:** Profitieren Sie von exklusiven Magazinen, die nur für ePaper-Abonnenten verfügbar sind.

**Bequeme Zugänglichkeit:** Lesen Sie Ihre Zeitung jederzeit und überall – ob unterwegs, zu Hause oder im Urlaub. Mit einem Tablet oder Smartphone haben Sie Ihre Nachrichten immer dabei.

**Lesekomfort:** Passen Sie Schriftgrößen an, um ein komfortables Leseerlebnis nach Ihren persönlichen Vorlieben zu gestalten.

**Archivzugriff:** Durchsuchen Sie mühelos das Archiv der vergangenen 30 Tage und greifen Sie auf eine Fülle von Informationen zu.

**GRATIS  
lesen!**



Unser ePaper bringt Ihnen die **aktuellsten Nachrichten** direkt auf Ihr Endgerät – **flexibel, wann und wo Sie wollen**. Profitieren Sie von **exklusiven Magazinen**, die nur für ePaper-Abonnenten verfügbar sind.



**Jetzt bestellen:** [hna.de/zweimonate](https://hna.de/zweimonate) ☎ **0800 203-4567** (gebührenfrei)



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

**Oder bestellen unter:** [hna.de/zweimonate](https://hna.de/zweimonate) ☎ **0800 203-4567** (gebührenfrei)

**Ich bestelle die HNA digital als ePaper**

und lese 2 Monate kostenlos. Im Anschluss lese ich für derzeit 29,90 €/Monat inkl. gesetzl. USt weiter. Dieses Abonnement ist monatlich kündbar.

Das Abonnement soll beginnen:

sofort  ab: \_\_\_\_\_

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

IBAN \_\_\_\_\_



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

Das Angebot ist gültig bis 31. Mai 2025.

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

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

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

\_\_\_\_\_  
Straße, Hausnummer

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

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
E-Mail

\_\_\_\_\_  
Geburtsdatum

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

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