



Weber

PERFEKTER RASEN
OHNE ARBEIT

www.weber-gartentechnik.de
Weber GmbH · Stülzbach 1 · 37293 Herleshausen · Telefon: 05654 / 343

**MARKT
SPIEGEL &
REGION ESCHWEGE**

**SONTRAER
STADTKURIER**

Tag & Nacht erreichbar
05651 12999



Würdevoll
Abschied
nehmen...

BARTELS
Bestattungsinstitut

Eschwege Moritz-Werner-Str. 16

Baustart für neuen Markt

In Grebendorf entsteht ein neuer Netto-Markt

Grebendorf – Seit Anfang der Wochen rollen an der Schindersgasse in Grebendorf die Bagger: Baustart für den Netto-Markt, der bis spätestens Ende des Jahres hier stehen soll. Wie der Bauleiter des Generalunternehmens KIZ GmbH aus dem Main-Kinzig-Kreis, Lasse Brehmer sagt, soll der fertige Bau im November an den Bauherren Netto übergeben werden.

Derzeit sind auf dem ehemaligen Sibogelände zunächst Planierarbeiten und Bagger am

Werk, die die Vorarbeiten für das eigentliche Gebäude leisten. Mit den jetzt begonnenen Bauarbeiten ist seit der Absichtserklärung des deutschlandweit filialstärksten Lebensmitteldiscounters Netto, das Gelände an der Grebendorfer Schindersgasse kaufen zu wollen, nicht mal ein Jahr vergangen.

Entstehen soll hier bis Ende des Jahres ein Markt mit 1300 Quadratmetern Verkaufsfläche, um das Gebäude sind Park-

flächen mit 57 Stellplätzen vorgesehen. Netto will 2,5 Millionen Euro investieren und einige Arbeitsplätze schaffen.

Netto war nicht erste Wahl

Die Entscheidung für den Netto-Markt auf der prominenten Gewerbefläche des ehemaligen Betonwerkes ist für die Kommune durchaus nicht die erste Wahl. Einer der Wunschkandidaten war die Drogeriekette DM, die nach ihrem Aus-

zug aus der Eschweger Innenstadt einen neuen, größeren Standort suchte. Die hatte anfänglich, so Meinhardts Bürgermeister Gerhold Brill, großes Interesse an dem Grundstück gezeigt, aber nach mehreren Verhandlungsrunden doch abgelehnt.

Weitere Interessenten für das Grundstück waren ein Recyclingunternehmen und ein Wohnwagenhändler. „Der Gemeindevorstand hatte bei der Vermarktung der Immobilie

aber klare Vorgaben gemacht – man wollte einen Mehrwert für die Gemeinde Meinhard erreichen“, so seinerzeit Gerhold Brill.

Auch die Wirtschaftsförderungsgesellschaft des Kreises (WFG) hatte über Jahre versucht, das Gelände zu vermarkten – jedoch ohne Erfolg, obgleich das Grundstück praktisch direkt an der Bundesstraße 249 liegt. Eine erste Idee für das Gelände vonseiten der Gemeinde im Jahr 2022 bestand

auch darin, dort eine neue Maschinenhalle für den Bauhof zu errichten, was aber schnell wieder verworfen worden war.

Sibo-Beton hatte im Frühjahr 2022 seinen Betrieb in Grebendorf eingestellt und war an seinen neuen Standort an der Thüringer Straße in Eschwege umgezogen. Danach hatte die Firma etwa ein Jahr lang die Fläche renaturiert. Seit 1974 war das Gelände an der Schindersgasse an die damals noch Sibobeton Kurbessen Leinetal GmbH verpachtet, seinerzeit noch durch einen privaten Grundstückseigentümer.

Im Jahr 2000 verkaufte dieser das Gelände im Zuge der Entwicklung des Gewerbegebietes an die Hessische Landesgesellschaft (HLG), die den Pachtvertrag mit Sibobeton fortsetzte. 2009 übernahm das Familienunternehmen August Oppermann GmbH die Sibobeton. 2010 erwarb die Gemeinde das Land.

STEFANIE SALZMANN



Jetzt kommt Bewegung rein: Das Generalunternehmen KIZ GmbH hat an der Grebendorfer Schindersgasse mit dem Bau eines neuen Netto-Marktes begonnen.

FOTO: STEFANIE SALZMANN

8. UND 9. JUNI 2025
Flohmarkt Wanfried
FESTPLATZ AM GRIESGRABEN
☎ 0162 7785832
STANDGEBÜHR 6€/LFM.

www.persch-die-kueche.de

Wir bauen um:

30 % auf alle ASA Produkte !!!

40 % auf ASA aus der 2024 Kollektion !!!

bis zum 31.05.2025



Peter Persch
... die Küche!

Handy-Repairstore
Reparaturen von Handy's, Tablet's, PC's & Laptop's

Inh. S. Beth Hiyo

- ✓ Displaywechsel
- ✓ Akkutauch
- ✓ Datensicherung
- ✓ Displayfolien
- ✓ Wasserschaden
- ✓ Zubehör
- ✓ Versicherung

Mo. – Fr. 10.00 – 17.00 Uhr
Sa. 10.00 – 13.00 Uhr

Stad 43
37269 Eschwege

Tel. 05651 7419033 | handy-repairstore.de

B

TRAURINGSTUDIO

Trauringe

Gemeinsam gestalten,
für immer tragen

Hier Wunschtermin vereinbaren



Forstgasse 11
37269 Eschwege

☎ 05651 3353422

Jetzt auch in
Reichensachsen!

mittwochs von
10.00 bis 14.00 Uhr

zwischen
Back Stop und
Liese Automobile

Fey
Fleischerei & Partyservice

ECKSTEIN
einfach besser

GUTSCHEIN

2 FÜR 1

SAMSTAG – SAMSTAG
31.05. – 07.06.2025

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

Feiern gegen den Leerstand

Innenstadtfest zeigt Chancen, wenn Mut auf Leerstand trifft

Eschwege – Totgesagte leben länger. Und Innenstädte, deren Ende mancher schon herbeidet, können erstaunlich lebendig wirken, wenn Menschen sich zusammenschließen, um dem Leerstand nicht mit der Abrissbirne zu begegnen, sondern mit einem Fest voller Kunst und Kultur.

Am Samstagabend war genau das in Eschwege zu erleben – nicht unbedingt als Massenspektakel, sondern als vielstimmige, mal leise, mal laute, mal schräge, mal schöne Einladung, neu auf die eigene Stadt zu schauen. Nicht alles war voll, aber vieles war voll gut.

Leerstehende Läden wurden zu kleinen Galerien, zu Klangräumen, zu Denkräumen. In den Schaufenstern: keine Schilder von Immobilienmaklern, sondern Kunst. Persönlich, politisch, experimentell – und sichtbar mitten in der Stadt.

Poetry Slam neben Technobeats, Vinyl-Clownshow, feministische Provokation à la „Viva la Vulva“ – wer da noch behauptet, in Eschwege sei nichts los, hat entweder nichts gesehen oder nichts verstanden.

Natürlich stieß nicht alles

auf Beifall. Aber genau darum geht's: Dass diskutiert wird, dass widersprochen wird, dass nicht alles glattläuft. Eine Stadt, die keine Kontroverse mehr aushält, braucht auch keine Bühne mehr. Und ja, das Publikum war teilweise nischig. Viele Veranstaltungen waren von denen besucht, die sowieso da sind, wenn's um Kunst und Haltung geht.

Neugierig, offen, mittendrin

Aber: Es waren auch junge Leute unterwegs. Neugierig, offen, mittendrin. Die Innenstadt wirkte plötzlich wieder wie das, was sie lange nicht mehr war: ein Ort, an dem sich Menschen begegnen wollen – einfach so, aus Interesse, aus Lust, aus Neugier und weil was los ist.

Ob beim Tanztheater vor dem Eschweger Rathaus, bei Musikacts auf improvisierten Bühnen oder bei Wortbeiträgen im Schaufenster – die Vielfalt war spürbar. Vor allem junge Musiker aus der Region nutzten die Gelegenheit, sich zu zeigen – und machten zugleich deutlich: Diese Stadt hat Stimmen, Klänge, Ideen.



Kraftvoll, ausdrucksstark, mitten in der Stadt: Das Tanztheater Laborinth begeisterte vor dem Eschweger Rathaus mit einer eindrucksvollen Performance. ALLE FOTOS: MELANIE SALEWSKI

Die Veranstalter haben ihnen mit dem Projekt eine echte Bühne gegeben – buchstäblich aus dem Leerstand heraus.

Bereits am Nachmittag zeigte das Innenstadtfest, dass Eschwege nicht nur dabei ist, Angebote zu präsentieren –

sondern Räume zu öffnen für echte Mitgestaltung: In Formaten, die zur Beteiligung einladen, zum Mitdenken, Mitreden, Mitmachen. Partizipativ, kreativ, nah dran. Auch das: keine Selbstverständlichkeit. Aber ein sehr deutliches Zei-

chen. Und mittendrin: Eschweges Bürgermeister Alexander Hepper, der sich sichtbar bemühte, überall ein Stück Atmosphäre aufzusaugen – im Gespräch, im Vorbeischaun, im Dabeisein. Sein Fazit: positiv. Und der

Blick geht nach vorn. Das Innenstadtfest hat gezeigt: Totgesagte leben tatsächlich länger. Eschwege bleibt dran. Weil Leben in der Stadt kein Zufall ist – sondern eine Entscheidung.

MELANIE SALEWSKI

Spendenkonto für Familie nach Brand

Neuerode – Für die Familie mit drei Kindern, die bei einem durch Brandstiftung entstandenen Feuer in der Nacht von Sonntag, 18. Mai, auf Montag ihr Wohnhaus in Neuerode verloren hat, haben die Freiwillige Feuerwehr Neuerode und die

Hilfsorganisation „Eschwege hilft“ jetzt ein Spendenkonto eingerichtet. Wer die Familie beim Neustart unterstützen möchte, kann Spenden auf folgendes Konto von „Eschwege hilft“ unter dem Verwendungszweck „Brand Neuerode“ einzahlen.

Sparkasse Werra-Meißner, IBAN: DE 55 5225 0030 0000 0527 12. Wer eine Spendenquittung möchte, soll bitte seine Adresse angeben. Auch die Meinhard-Grundschule hat eine Spendenaktion. salz

Simulierter Alkoholmissbrauch

Workshop zum Thema Sucht mit „Rauschbrille“

Eschwege – Die Zahlen sind erschreckend: Im Jahr 2022 wurden 8500 Kinder und Jugendliche mit einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus eingeliefert; 22,1 Prozent von ihnen waren jünger als 15 Jahre. Von den Jugendlichen ab 12 Jahren hatten mehr als die Hälfte schon einmal Alkohol getrunken, und von diesen trinkt jeder Siebte sogar regelmäßig, heißt es in einer Pressemitteilung.

Deswegen betreibt die Friedrich-Wilhelm-Schule schon seit vielen Jahren eine intensive Alkohol- und Suchtprävention für ihre Schülerinnen und

Schüler. Zwei Kolleginnen kümmern sich regelmäßig um Organisation und pädagogische Begleitung von Workshops zur Aufklärung über die Gefahren für die körperliche und seelische Gesundheit.

Ein solcher Workshop hat jetzt wieder in der Jahrgangsstufe sieben des Eschweiger Gymnasiums stattgefunden. In Kooperation mit der Fachstelle für Suchtprävention des Diakonischen Werkes Werra-Meißner haben sich die Schülerinnen und Schüler dabei in ebenso informativer und lehrreicher wie spannender und unterhaltsamer Weise mit Süchten verschiedenster Formen und zugrunde liegenden Ursachen auseinandergesetzt.

Hauptthema war der Alkohol, da er als ein wichtiger Bestandteil unserer Gesellschaft und Trinkkultur gilt. Der Workshop, der jedes Jahr an der FWS stattfindet, will Jugendlichen die Chance geben, einen guten Umgang mit Alkohol zu erlernen.

Wissenschaftlich ausgebildete Fachkräfte für Gesundheitsförderung suchen mit den Jugendlichen das Gespräch und regen an zu Reflexion über ihren eigenen Umgang mit Alkohol. Dabei geht es nicht um einen grundsätzlichen Alkoholverzicht, sondern darum, zukünftig einen angemessenen Umgang mit Alkohol zu praktizieren.

Ein wichtiges Element des Workshops waren die soge-

nannten „Rauschbrillen“. Sie simulieren einen alkoholisierten Zustand und machen erfahrbar, wie sich Wahrnehmung und Sicht nach Alkoholkonsum verändern. In Kleingruppen wurden zudem „Trinkregeln“ zum risikoarmen Konsum entwickelt. Außerdem erhielten die Jugendlichen Anleitungen, um alkoholfreie Cocktails als attraktive und gesunde Alternative zum Alkohol zu mixen.

red/juh



Workshop: Mit einer „Rauschbrille“ wird ein alkoholisierten Zustand simuliert. Dabei wird gezeigt, wie sich die Wahrnehmung und die Sicht nach dem Konsum verändern können. FOTO: PRIVAT

www.rb-becker.de

ab Sa., den 31.05.2025

Akku-Schlagbohrschrauber HP457DWEX4
18V Li-Ion, inkl. 2 1,5Ah Akkus, 70 teilesiges Zubehör und Alubox **189,50**

Akku-Bohrschrauber-Set BT-AS 18/Li/2 Kit
18V, 1,5 Ah inkl. Akku & Ladegerät **35,00**

Erdbohrer GE2200
2-Takt-Motor, 2,2kW/3 PS / 52 cm³, inkl. 3 Bohrer Ø: 100 / 150 / 200 mm, Länge: 800 mm, **179,50**

Schmutzwassertauchpumpe GS4002 P
230V, 7500 l/h, max. Förderhöhe 5m **29,98**

Makita Tischkreissäge MLT100NX1 mit Untergestell
1.500 W, Ø Sägeblatt: 260 mm, 0 U/min - 4.300 U/min, BxHxL: 98,4 x 47,3 x 72,6 cm **499,50**

SKIL Handkreissäge 5255 AA
1150 Watt-Motor Ø170 mm Schnitttiefe: 55 mm **39,50**

Nongshim Nudeln versch. Sorten, 120/140g **0,69** je

Indonesien Bihun-suppe 780ml **2,49**

Eifeler Wurst versch. Sorten im Glas 160g **1,79** je

Sandwich-surken 670g; ATG:360g **0,89**

Mozart Kugeln Dark Chocolate o. Schwarzwälder Kirsche 1kg=13,95 200g **2,79** je

Original Dänische Butterkekse mit Butter Dose 1kg=6,98 500g **3,49**

Fanta, Sprite oder Mezzo Mix 1,5l **0,89** je

WIZ/Kleinalmerode Hegelsbergstr. 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 Witzenhäuser/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
SONTRAEER STADTKURIER

IMPRESSUM

Herausgeber:
Wochenzeitungs-Verlag Eschwege GmbH
Herrengasse 1-5, 37269 Eschwege
Tel.: 0 56 51 / 33 59-55

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

Anzeigenleitung: Martin Meister
Anzeigenverkauf: Tel.: 0 56 51 / 33 59-22
E-Mail: wochenzeitung@werra-rundschau.de

Redaktion: Sandra Trausch-Dalitz (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.: 0 69 / 85 00 84-43
E-Mail: info@top-direkt.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 info@top-direkt.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

Feuerwehrfest in Niederdünzobach

BLICKPUNKT Feuerwehr Niederdünzobach gibt es schon länger als 150 Jahre



Freuen sich auf die Jubiläumsfeierlichkeiten an Pfingsten: (von links) Udo Wenzel, Dominik Fritz, Christian Polster, Holger Job, Swen Lorenz, Niklas Wittich, Jenny Rehbein und Guntram Grein. FOTO: JOHANNES KÜLLMER

Niederdünzobach – Die Freiwillige Feuerwehr aus dem Eschweger Stadtteil Niederdünzobach reiht sich in den Reigen der Feuerwehren ein, die in diesem Jahr ihr 150-jähriges Bestehen feiern. Warum genau in den 1870er-Jahren so viele Feuerwehren gegründet wurden, ist historisch nicht genau belegt. „Vielerorts wurden in den 1870er-Jahren die Freiwilligen Feuerwehren als Nachfolger der bisherigen Pflichtfeuerwehren gegründet“, hat Ulrich Albrecht von der Feuerwehr Niederdünzobach herausgefunden. Andere Quellen besagen, dass die fortschreitende Industrialisierung ein Grund sein könnte. Die Zeit um 1870 sei ein Wendepunkt gewesen, weil neue technische, gesellschaftliche und politische Bedingungen zusammenkamen – das führte zu einem regelrechten Boom bei der Gründung von Feuerwehren, besonders der freiwilligen. Außerdem habe das preußische Vereinswesen ab 1871 ebenfalls dazu beigetragen. Wir blicken auf die Entwicklungen in Niederdünzobach zurück.

■ Anfangsjahre

Am 15. November 1875 wurde die Freiwillige Feuerwehr von dem damaligen Bürgermeister Heinrich Albrecht, der Vorstand wurde, und Johannes

Schinzler, der Feuerwehrrhauptmann wurde, gegründet, die aus der vormals bestehenden Pflichtfeuerwehr hervorging. Feuerwehr war damals in einen Steigerzug, einen Rettungszug, einen Brandwachtzug, einen Spritzenzug und eine Musikabteilung gegliedert. In unterschiedlichen Schriften wird von einer stattlichen Zahl um die 150 aktiver Feuerwehrmänner geschrieben.

Ein Beweis, dass es schon zuvor Pflichtfeuerwehr in Niederdünzobach gegeben haben muss, sind die alten Ledereimer, die im Frühjahr 1974 beim Ausräumen des alten Gerätehauses am Friedhof gefunden wurden. Der älteste Ledereimer trägt die Jahreszahl 1792 mit der Aufschrift des damals hier ansässigen „Johann Schäfer im Haus No. 19“. Etwa 30 Stück der noch vorhandenen Eimer sind aus den Jahren 1820 bis 1840. „Sie sind jedoch fast alle verformt und kaum wiederzuerkennen, wofür sie einst genutzt wurden“, berichtet Albrecht. Er hat in den Festschriften der Freiwilligen Feuerwehr Niederdünzobach, Protokollen der Gemeinderatsitzungen und dem Festbuch 700 Jahre Niederdünzobach auch herausgefunden: „Einst musste ein jedes Brautpaar zur Hochzeit einen Ledereimer für die Brandbekämpfung spenden, aufgrund eines Beschlusses der

Gemeindevertretung vom 9. April 1840 wurde ab diesem Zeitpunkt ersatzweise ein Betrag von 18 gG (gute Groschen) fällig, da die gespendeten Eimer oft für schlecht befunden wurden.“

■ Technik

Ein weiterer Zeuge alter Feuerwehrgeschichte dürfte die erste Saug- und Handdruckspritze sein. Sie trug die Jahreszahl 1855 und war ein derbes, stabiles Stück Ausrüstung. Sie war vierrädrig und vorgesehen für Pferdegespanne, um auch im Notfall einem Nachbarort zu helfen. Der Bau dieser Spritze für ca. „360 Thaler“ wurde in einer Gemeinderatsitzung am 29. Januar 1855 beschlossen. Diese Handdruckspritze war zuletzt noch im Jahr 1951 im Einsatz. Die zweite, heute noch im Besitz befindliche Saug- und Handdruckspritze, auch vierrädrig, wurde im Jahr 1895 der Freiwilligen Feuerwehr Niederdünzobach übergeben und ist somit in diesem Jahr 130 Jahre alt geworden. Der letzte Hornbläser (Hornist) war Berthold Rüppel, der bis zum Frühjahr 1964 den Alarm im Ort mit seinem Instrument auslöste, dann wurde die Sirene auf dem Dach der Schule installiert.

1925 erhielt die Feuerwehr von der Gemeinde eine mechanische Leiter mit 12 Meter Steig-

höhe, die noch heute in ihrem Besitz ist und in diesem Jahr 2025, stolze 100 Jahre alt geworden ist. Zur besseren Löschwasserversorgung, die trotz der vielen Brunnen immer knapp war, sei der Bau der dörflichen Wasserleitung erwähnt. Die Einweihung fand im Frühjahr 1936 statt. Zu dieser Zeit wurden auch die ersten Hydranten im Ort aufgestellt.

1954 war ein Jahr mit besonderer Bedeutung. Die Freiwillige Feuerwehr erhielt ihre erste Tragkraftspritze mit Tragkraftspritzen-Anhänger. Der Anhänger wurde von dem ortsansässigen Schmiedemeister Paul Broschardt hergestellt. Die Spritze mit einem 2-Takt-Motor stammte noch aus Wehrmachtsbeständen. Ein Meilenstein war das nächste Fahrzeug: Die Spritze mit einem Ford Transit (bis Juli 1997 im Einsatz) mit weiterem Schlauchmaterial. Mit dem nun vorhandenen 500-Meter-Schlauch ist es der Feuerwehr jederzeit möglich, von der Zisterne in der Mitte des Dorfes jeden Punkt im Ort zu erreichen.

■ Jugendfeuerwehr

Anlässlich der Einweihung des neuen Feuerwehrgerätehauses 1974 wurde auch eine Jugendfeuerwehr gegründet. Sie bil-

det seitdem das Fundament der Einsatztruppe von Niederdünzobach. 1986 wurde u.a. der Bundeswettbewerb gewonnen. Die Pandemie stellte die Jugendfeuerwehr vor große Herausforderungen. Mitglieder wurden verloren, die jetzt zurückerobert werden müssen. Das Jubiläum aus dem vergangenen Jahr wird in die Feierlichkeiten von 2025 integriert.

■ Feuerwehrfest

Die Jubiläen von Freiwilliger und Jugendfeuerwehr werden über das Pfingstwochenende gefeiert – dann, wenn in Niederdünzobach normalerweise Kirmes ist. Am Donnerstag, 5. Juni werden ab 18 Uhr am Anger die Kränze gewickelt. Am Freitagabend legt DJ Ben E. in seinem Heimatdorf zum Discoabend auf. Der Samstag beginnt mit der Stadtpokalrallye der Eschweger Jugendfeuerwehren um 11 Uhr. Am Abend steigt um 19 Uhr der Festkommers im Zelt. Mit einem Blaulicht-Gottesdienst um 11 Uhr, zu der alle Hilfsorganisationen der Umgebung eingeladen sind, startet der Sonntag. Um 14 Uhr ist das Zelt für die Senioren reserviert, um 21 Uhr gibt es Tanz mit den Frankenkrahern. Der Sonntag klingt ab 10 Uhr mit einem Frühschoppen, musikalisch begleitet von Frank Winkler, aus.

TOBIAS STÜCK

Keine Kameradschaft durch die Pflicht

Zu Beginn des 19. Jahrhunderts waren in Deutschland sogenannte Pflichtfeuerwehren verbreitet. So wurde jeder Mann vom 20. bis zum 60. Lebensjahr zum Feuerlöschdienst verpflichtet und hatte dreimal im Jahr zu einer Pflichtübung zu erscheinen. Ausgenommen waren Pfarrer, Ärzte und Lehrer. Die Mitglieder der Pflichtfeuerwehren wurden im Brandfall nicht immer mit den anfallenden Aufgaben fertig. „Aufgrund der Verpflichtung für alle männlichen Einwohner per Gesetz und dadurch fehlender Kameradschaft war das Interesse und der Ehrgeiz beim Dienst nur gering“, hat Ulrich Albrecht herausgefunden. Diese mangelhaften Zustände und die vom Turnvater Jahn ausgehende deutsche Turnbewegung, aus denen sich die Sportvereine bildeten, waren wesentliche Gründe, dass engagierte Bürger nach und nach Freiwillige Feuerwehren gründeten. Die Ausrüstungen der ersten Pflichtfeuerwehren bestanden meistens aus nicht viel mehr als einer Uniform, Mütze, ein paar Stiefeln, Ledereimern und sonstigen kleinen Gegenständen. Erst ab Beginn des 19. Jahrhunderts setzten sich der Einsatz von technischem Gerät wie Feuerspritzen und geübte Methoden der Brandbekämpfung durch. red/ts

Wichtelfest-Plakette zeigt Paul-Moor-Schule

Plaketten, Festbändchen und Getränkechips sind ab sofort im Vorverkauf erhältlich

Reichensachsen – Die Wichtelfest-Plakette ist ab sofort an allen bekannten Vorverkaufsstellen zu haben. Im Vorfeld war bereits ein Kontingent an die Reichensächser Vereine verteilt worden. „Sie ist wirklich gut geworden“, sagt Manuel Karges als Sprecher des Festausschusses. In diesem Jahr zieht die Paul-Moor-Schule die Festplakette. Die Schule feiert in diesem Jahr ihr 25-jähriges Bestehen.

Zu einem Preis von neun Euro gibt es Plakette samt Festbändchen nun bei Schreibwaren Sieberhagen an der Landstraße, in der Filiale der Reichensächser VR-Bank sowie in der Wehretaler Gemeindeverwaltung. „An der Abendkasse

kostet die Plakette dann zehn Euro“, erklärt Manuel Karges. Mit dem Erwerb im Vorverkauf sei es also möglich, Geld zu sparen und noch dazu lästiges Anstehen am Festzelt zu vermeiden.

In der Gemeindeverwaltung gibt es überdies auch ein erstes Kontingent an Getränkechips für das Festzelt und die Veranstaltung rund um das Rathaus am Wichtelfest-Freitag. Der Chips-Preis bleibt wie im Vorjahr bei 2,50 Euro. Im Ausschank ist das Bier der Eschweger Klosterbrauerei. Weiterhin wird die beliebte Cocktaillbar des Festwirts Andreas Henning wieder im Festzelt zu finden sein. Und für alle, die ihr Zuhause festlich herausputzen



Feiert in diesem Jahr 25-jähriges Bestehen: die Paul-Moor-Schule. FOTO: PRIVAT/NH

wollen, sind noch einige Exemplare der Wichtelfahne in der

Gemeindeverwaltung erhältlich.

Die Mitglieder des Festausschusses weisen aus gegebenem Anlass darauf hin, dass die Toiletten am Sportlerheim für den Familiennachmittag am Samstag, 14. Juni, ab 15 Uhr bis zum frühen Abend geöffnet sein werden. Auf dem Festplatz werden erneut viele Attraktionen geboten: „Alle bekannten Vergnügungs- und Fahrgeschäfte werden wieder vor Ort sein“, teilen die Mitglieder des Festausschusses mit, die für die zahlreichen Verpflichtungen keine Mühen gescheut haben. Weiterhin wird es Stände mit süßen und deftigen Speisen für jeden Geschmack geben.

EMILY HARTMANN

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



Gut durch's Alter
AWO mobil
– Pflege zuhause
Individuell, Professionell
Mit Herz!

Niedertor 1
36205 Sontra
Tel. 05653 / 8734
www.awo-nordhessen.de



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



Henri Kramer betreut das Agroforst-Projekt in Niederdünz bach. Zusammen mit den freiwilligen Helfern Hanno Arndt und Frodisa Hermsen bestimmt er die Pflanzen, die an einem bestimmten Punkt wachsen. FOTO: KRISTIN WEBER

Bürger-Wissenschaftler gesucht

Agroforst-Monitoring sucht Menschen mit Interesse an Landwirtschaft

**Flohmarkt
Metro
01.06.**

Niederdünz bach – Frodisa Hermsen und Hanno Arndt sind mit einem Bestimmungsbuch und einer Handy-App für das Erkennen von Pflanzen auf

einem Wiesenstreifen unterwegs. Innerhalb eines festgelegten Arealen sollen sie alle Pflanzen aufnehmen.

Sie beginnen mit denen, die am einfachsten zu identifizieren sind. Die weiche Trespe, Wolliges Honiggras, gemeines Rispengras, Spitzwegerich, Rotklee, Hahnenfuß. Als Bürger-Wissenschaftler machen sie beim Agroforst-Monitoring mit. Vorkenntnisse braucht man nicht, ein Interesse an Biologie, Ökologie oder Landwirtschaft reicht aus. Die Pflanzen, die die Freiwilligen bestimmen, erkennen sie später immer wieder. Sie haben etwas fürs Leben gelernt.

Drei Jahre zuvor war der Wiesenstreifen noch reines Ackerland. Jetzt werden die Feldstreifen mit den Kulturpflanzen von den Wiesenstreifen durchgezogen, auf denen auch Bäume angepflanzt werden. Die Frage lautet: Welche Arten siedeln sich auf diesen Streifen an? Je mehr unterschiedliche Pflanzenarten, umso mehr Tierarten werden davon angezogen. Insekten wie Hummeln und Schmetterling fliegen von Blü-

te zu Blüte und bestäuben, Laufkäfer krabbeln am Boden herum und nehmen sich die Schädlinge vor, fressen ihre Larven. Deshalb werden am Nachmittag auch die Insekten gezählt, die auf der Fläche heimisch geworden sind. Denn, so erklärt Henri Kramer vom Agroforst-Monitoring-Projekt der Uni Münster, die Käfer bleiben nicht allein in dem Wiesenstreifen, sie gehen in den benachbarten Acker-Streifen, um dort nach Futter zu suchen. Wie tief gehen sie von der Wiese aus in den Acker hinein?

Agroforst als Anbau-Methode in der Landwirtschaft ist noch ein relativ junges Forschungsgebiet. „Unsere Hoffnung ist, dass durch Agroforst ein vielfältiger Lebensraum entsteht“, sagt Henri Kramer. „Es fehlt uns aber an den wissenschaftlichen Daten. Deshalb wollen wir über einen langen Zeitraum hinweg die Daten sammeln.“ Freiwillige vor Ort können mithelfen.

18 Betriebe betreut das Forschungsprojekt inzwischen, einer davon ist das Werra-Gut, ein Aussiedlerhof außerhalb

von Niederdünz bach, wo im Jahr 2023 mit Agroforst begonnen wurde.

Erforscht werden die Vorteile der Methode: wird CO₂ gebunden, Humus aufgebaut und entsteht Biodiversität, das heißt Artenreichtum? Die Nützlinge sollen bei der natürlichen Schädlingsbekämpfung helfen. Außerdem brechen die Baumreihen im Acker den Wind, wie Baumwart Hendrik Wulff erklärt, sie fangen bei Starkregen das abfließende Wasser auf und geben Schatten für Pflanzen und Tiere. Die hier gepflanzten Bäume – Esskastanie, Feige, Birne, Kornelkirsche oder Maibeeren – sind bereits auf den Klimawandel hin angepasst. Sie sind trockenresistenter, müssen aber gleichzeitig auch dem Spätfrost trotzen.

Erwünscht sind auch hohe, gerade Stämme, damit sie gegebenenfalls gutes Holz liefern können. Eine zweite Gruppe von Freiwilligen misst deshalb die erst vor wenigen Jahren angepflanzten Bäume aus. Auch ihre Entwicklung wird dokumentiert. Und während die Männer mit ihren Maßbän-

dern arbeiten, laufen neugierige Hühner aus dem nahen Hühnermobil zwischen ihnen herum und sehen nach, wer auf ihrer Wiese so alles unterwegs ist. Flora und Fauna unterstützen sich im Agroforst-System gegenseitig. Aber auch die angebaute Pflanzen – Getreide und Baumfrüchte – ergänzen sich. Sie werden später zu später Müsli weiter verarbeitet.

KRISTIN WEBER

Kontakt

Wer auch Lust hat, sein botanisches Wissen zu vertiefen, Gleichgesinnte kennenzulernen und dazu noch aktiv am Naturschutz mitzuarbeiten, kann sich als Bürger-Wissenschaftler an dem Projekt beteiligen.

Weitere Informationen gibt es auf der Homepage: agroforst-monitoring.de oder per E-Mail an: agroforst-monitoring@posteo.de. Die nächste Monitoring-Aktion in Niederdünz bach findet im Monat Juli statt.

kw

DIE KRASSESTEN JOBS IN DER REGION!

Sei kein Vollpfosten ... **... werde Sicherheitsposten!**

Bewirb dich jetzt!

- 👉 Guter Verdienst 06678 919012
- 👉 Krisensicher arbeit@bist-du-bereit.com
- 👉 Für Quereinsteiger bist-du-bereit.com
- 👉 Aufstiegschancen

BDL BAHN DIENSTLEISTUNGEN LUDOLPH

Exotisches zieht mehr

Party oder Picknick: Originelle Ideen für ein Mitbringbuffet

„Es wäre schön, wenn ihr eine Kleinigkeit zum Buffet beibringt“, heißt es in der Einladung. Aber was? Schnell alles für einen Nudelsalat schnippeln? Das geht immer. Aber auch kreative Beiträge für ein buntes Buffet müssen nicht unbedingt aufwendig sein.

Der Zeitfaktor spielt gerade dann eine Rolle, wenn man nach einem langen Arbeitstag noch schnell etwas Partytaugliches zubereiten wollte, sagt Nini Nagele, Autorin des Kochbuches „Und was kann ich mitbringen?“. Tragen die Gäste zum Essen bei, verteilt sich die Arbeit auf mehrere Schultern. Vorteil für Gastgeber: „Man steht nicht mehr unbedingt stundenlang in der Küche, sondern nimmt sich mehr Zeit, mit den Gästen zusammen zu sein.“

Mal was anderes: Reissalat mit Oktopus

Ein Lieblings-Mitbring-Rezept der Kochbuchautorin, die viele Jahre ein Lokal auf dem Klagenfurter Benediktinermarkt betrieb, ist ein schwarzer Reissalat mit Mango und Oktopus. Dafür verwendet Nagele tiefgefrorenen Oktopus, der weicher sei als frischer. Er wird aufgetaut, in dünne Scheiben geschnitten und mit Knoblauch in Olivenöl gebraten.

Der schwarze Reis wird gekocht und mit fein geschnittenem Chili, Mangostücken, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, dem Oktopus und frischem Koriander vermengt. „Ich finde das genial“, sagt Nini Nagele. „Es ist frisch und mediterran und hält auch noch zwei Tage im Kühlschrank.“

Schick geschichtet: Roquefort-Terrine

Auch eine Roquefort-Terrine ist ein einfach vorzubereitendes, toll aussehendes Mitbringsel. Eine Terrine ist eine Art Pastete, die mit Fleisch, Fisch, Gemüse oder Käse zubereitet werden kann. Nini Nagele nimmt fein gewürfelte Selleriestangen und vermengt sie mit Butter und Fleur de Sel.

In eine mit Frischhaltefolie ausgelegte Form streicht sie zuerst Roquefort, darauf die Selleriebutter und dann einen weiteren Teil Roquefort. Mit Frischhaltefolie abgedeckt kommt das Ganze mindestens zwölf Stunden in den Kühlschrank und wird dann gestürzt. Beim Aufschneiden kommen die Schichten der Terrine zur Geltung.

Erfrischend: Kalte Suppe für warme Tage

In ihrem Marktlokal hatte Nini Nagele unter anderem Gurken- und Erdbeersuppe im Angebot. „Eine kalte Suppe in der warmen Jahreszeit ist etwas Herrliches“, sagt sie. Im Kochbuch hat sie sich für eine traditionelle französische Kartoffelsuppe mit Lauch entschieden – die Vichyssoise.

„Das ist ganz easy, wenn man gerne Kartoffeln schält“, sagt Nagele und lacht. Lauch und Kartoffeln werden in Butter angegünstet, mit Gemüsebrühe aufgegossen und gegart, am Ende mit Sahne und etwas Zitronen verfeinert. Ein Vorteil sei: „Man kann sie einfach auf den Tisch stellen, ohne sie vorher aufzuwärmen.“

Etwas aufwendiger: Sushi mitbringen

Generell eignen sich kalte Speisen gut zum Mitbringen



Eine kalte Suppe erfrischt an warmen Tagen – wie diese aus Gurken, Buttermilch und Basilikum, getoppt mit Garnelenspießen, Chiliflocken und Cayennepfeffer. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

für Picknick und Party, weil sie nicht warmgehalten oder wieder aufgewärmt werden müssen. Wie wäre es zum Beispiel mit Sushi?

„Das ist etwas Tolles, wenn man ein bisschen Zeit investieren möchte“, sagt Alex Neumayer. Er hat als Küchenchef und Food Artist in der Fünf-Sterne-Hotellerie in Südostasien gearbeitet. Gemeinsam mit seiner Frau, der Köchin Angkana Neumayer, hat er mehrere Kochbücher geschrieben, in denen sich Rezepte für Buffets, Picknicks und Partys finden, zum Beispiel asiatisches Fingerfood.

Ihr Tipp: asiatische Rezepte mit heimischen Zutaten verbinden. Bei Maki-Sushi kann die Algenblatt- und Reisgrundlage im Frühling mit Spargel und im Herbst mit gerösteten Pfifferlingen oder mit Kürbis – gebraten oder süß-sauer eingelegt – gefüllt werden. „Das Wichtigste ist, dass man Zeit hat, den Reis zu kochen“, sagt Neumayer. „Er braucht ungefähr 30 Minuten zum Garen, dann muss er mit Marinade versetzt werden und abkühlen.“

Sushi-Füllung: Gerne kreativ werden

Das Rollen und Schneiden der Algenblätter mit Füllung geht laut dem Food Artist recht schnell, wenn man es ein paar Mal übt. Bei der Füllung könne man der eigenen Kreativität freien Lauf lassen. „Man muss nur auf ein paar Dinge achten. In den Reis sollte kein Fett, sonst klebt er nicht mehr. Und die Zutaten für die Füllung sollten nicht zu wässrig sein.“

Garantiert zum Staunen bringt man Gäste mit ungewöhnlichen Kreationen. Angkana und Alex Neumayer schlagen beispielsweise Maki gefüllt mit Blutwurst und Dim Sum mit Leberwurst vor. Den Hefeteig für die Taschen, die aus der chinesischen Küche stammen, kann man selbst machen oder kaufen. Je nachdem, wie viel



Beim Aufschneiden der Roquefort-Terrine kommen deren Schichten besonders gut zur Geltung. FOTO: VALERIE HAMMACHER/DPA

Zeit man hat, lässt sich auch auf fertige Soßen zurückgreifen.

Weitere Ideen: Kürbis und kleine Happen

Als Idee für ein schnelles und einfaches Gericht, das trotzdem gut aussieht und schmeckt, schlägt Neumayer gebackene Hokkaido-Kürbispalpen mit Chili vor. „Die werden einfach in Spalten geschnitten und dann mit verschiedenen Gewürzen und Honig auf ein Blech im Ofen gegeben und kurz gebacken.“ Nach zehn bis 15 Minuten sind sie fertig und können warm oder kalt gegessen werden.

Zu Alex Neumayers Lieblingsgerichten zum Mitbringen zählen in Reispapier eingeschlagene Happen aus der vietnamesischen Küche. Er richtet dafür kleine, mit Knoblauch, Austern- und Fischsoße gewürzte Fleischbällchen und Schälchen mit Gemüse- und Obststückchen sowie Kräutern auf einer Platte an: Gurke, Ba-

nane, Ingwer, Limetten, Koriander und Thai-Basilikum.

Jeder Gast kann sich ein Stück Reispapier und ein Blatt Eisbergsalat nehmen, mit verschiedenen Zutaten belegen, zusammenklappen und mit einem Happen verspeisen. „Dann hat man eine richtige Geschmacksexplosion im Mund“, schwärmt Neumayer. Das Schöne an dem Gericht sei das Gemeinschaftserlebnis. „Man isst so schön gemeinsam vor sich hin.“

Gut vorbereitet: Mitbringsel aus der Speisekammer

Für spontane Einladungen lohnt es sich, schon vorgesorgt zu haben. „Da ich leidenschaftlich gerne koche, habe ich immer irgendetwas in der Vorratskammer, das man schnell mitnehmen kann“, sagt Nini Nagele, „zum Beispiel selbstgemachte Chutneys oder Marmeladen.“

Chutneys eignen sich gut,



Wenn es mal etwas ganz Exotisches sein soll: Dieser schwarze Reissalat mit Mango und Oktopus sticht auf einer Mitbringfeier sicher heraus. FOTO: VALERIE HAMMACHER/DPA

um saisonales Obst und Gemüse zu verarbeiten – etwa Birnen oder Aprikosen. Auch Marmelade, Gelee und Saft stellt Nagele selbst her. Im April pflückt sie frische saftig grüne Fichtentriebe und trocknet diese im Backofen – als herrliches Aroma für Fichtensalz oder -zucker. „Das riecht wirklich ganz toll nach Nadelwald.“

Sicher transportiert: Der richtige Behälter

Ein Kriterium für Party- oder Picknick-Mitbringsel ist, wie gut sie sich transportieren lassen. Ein Klassiker sind wiederverwendbare Boxen aus Plastik oder Glas. Krüge und Schraubgläser eignen sich gut für Flüssiges. Statt Folie lassen sich Bienenwachstücher als umweltfreundliche Alternative verwenden.

„Für Süßspeisen gibt es tolle Transportbehälter mit Deckel und Henkel“, sagt Nini Nagele. Beim Transport von Flüssigkeiten rät sie generell, Behälter nicht randvoll zu füllen, falls

doch mal etwas wackelt.

Sushi oder Teigtaschen kann man zu Hause auf eine Platte geben, mit Folie bedecken und direkt servieren. „Das ist eine sehr pflegeleichte Sache“, sagt Alex Neumayer.

Angerichtet: Dekoriert wird vor Ort

Die Dekoration kommt erst vor Ort aufs Gericht. Nini Nagele hält dafür eine kleine Menge einzelner Zutaten in einer Tüte oder einer Dose zurück, um sie später darüber zu streuen. „So kann man das hübsch anrichten und sieht auf den ersten Blick, was in der Speise drin ist.“ Süßspeisen und Suppen wie die Vichyssoise füllt sie gerne nach dem Transport in kleine Gläser und dekoriert diese.

Alex Neumayer bringt gerne mit essbaren Blüten Farbe ins Gericht. „Ob im Frühling, Sommer oder Herbst: Eigentlich gibt es immer welche auf der Wiese oder im Garten.“ Und ansonsten gibt es sie auch zu kaufen. tmn

logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

RUNDSCHAU
FÜR DEN LEBENSMITTELHANDEL

DEUTSCHLANDS
BESTE
GETRÄNKE
HÄNDLER
2025

In Kooperation mit:
WEIN
MARKT

Beck's Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,10 €

Jede Woche erfrischende Angebote!

Angebote gültig vom 02.06. – 07.06.2025

-45%
10,99 9,99
im Wert von 5,29 €

Köstritzer Schwarzbier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,10 €

-39%
10,99

Eschweger Klosterbräu Bier*, Jacobinus Bier*
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,20 €

ANGEBOT
11,99 10,99
im Wert von 1,10 €

Mönchshof Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
11 = 1,40 €

16,99 12,99
im Wert von 1,30 €

Krombacher Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,58 € Pfand,
11 = 1,30 €

Aktion!
Sixpack Pils GRATIS!
im Wert von 5,29 €

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

ANGEBOT
5,99

Hofbräu Original, Hofbräuhaus Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,60 €

ANGEBOT
15,99 14,99
im Wert von 1,50 €

Erdinger Brauhaus, Weißbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
11 = 1,60 €

ANGEBOT
15,99

Rother Bräu Öko Bier*
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,60 €

18,49 15,99 14,99
im Wert von 1,50 €

Schneider Weisse
Original, Festweisse*,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,50 €

ANGEBOT
14,99

Perfect Draft*
diverse Sorten,
Fass = 6 l,
zzgl. 6,50 € Pfand,
11 = 2,67 €

ANGEBOT
15,99

top frisch Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,42 €

3,99 3,49

Volvic
natürliches Mineralwasser,
Kasten = 6 x 1,5 l,
zzgl. 3,00 € Pfand,
11 = 0,67 €

-29%
5,99

Selters Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,54 €

ANGEBOT
6,49

Volvic Touch, Tee
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1,5 l,
zzgl. 3,00 € Pfand,
11 = 1,00 €

-25%
8,99

Heil Saft, Nektar*
diverse Sorten,
außer Apfelsaft,
1 l-Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
11 = 1,79 €

ANGEBOT
1,79 1,59
im Wert von 1,59 €

Bembel with care
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
0,5 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 1,98 €

Beim Kauf von 22 Dosen + 2 Dosen GRATIS!*
zzgl. 0,50 € Pfand

ANGEBOT
0,99

Bree
diverse Sorten,
0,75 l-Flasche,
11 = 3,99 €

-43%
2,99

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

Coca-Cola
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,90 € Pfand,
11 = 2,02 €

-25%
3,99

Doppio Passo Primitivo
diverse Sorten,
0,75 l-Flasche,
11 = 7,32 €

-21%
5,49 4,99
im Wert von 6,60 €

Schilkin Berliner Luft
Pfefferminzlikör,
0,7 l-Flasche,
11 = 9,99 €

-30%
6,99

Captain Morgan
Original Spiced Gold,
0,7 l-Flasche,
11 = 14,27 €

-23%
9,99

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

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

5 x 2 Karten Die Papstin in Fulda 09.07.2025

1 x Wochenende in Getriebelnd 09.2025 + 2 Kinokarte inkl. Übernachtung sowie 4 Tageskino

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.

Heurich GmbH & Co. KG • Landwehr 20-26 • D-36100 Petersberg

www.logo-getraenke.de

IHR WOCHENHOROSKOP

- WIDDER 21.3.-20.4.** Es ist gar nicht so einfach, derzeit den Überblick zu behalten. Sie aber schaffen es, weil Sie Wichtiges von Unwichtigem trennen können.
- STIER 21.4.-21.5.** Niemand verlangt von Ihnen, dass Sie Ihren Standpunkt aufgeben. Etwas mehr Kompromissbereitschaft sollten Sie aber dennoch zeigen.
- ZWILLING 22.5.-21.6.** Es macht Sie zufrieden, wenn Sie sehen, dass Ihr Partner von Erfolg zu Erfolg eilt. Überlegen Sie gut, wie Sie ihn weiterhin unterstützen können.
- KREBS 22.6.-22.7.** Ihre Offenheit hilft Ihnen, interessante Möglichkeiten zu nutzen. Das erleichtert Ihnen, die Entwicklung eines Projektes genau zu planen.
- LÖWE 23.7.-23.8.** Kaum zu glauben, was Sie alles auf die Beine stellen, um Ihre Interessen durchzusetzen. Sie sind eben ein wahres Bündel geballter Energie.
- JUNGFRAU 24.8.-23.9.** Man macht Ihnen ein großartiges Angebot. Bedenken Sie aber die Nachteile, die Sie einem Freund zufügen würden, wenn Sie darauf eingehen.

Von trist zu trendig mit wenigen Klicks

(djd-k). Der eigene Balkon ist in der sonnigen Jahreszeit das Highlight jeder Wohnung. Doch vielerorts herrscht Tristesse. Witterungseinflüsse gehen an Balkonen nicht spurlos vorüber. Risse, Feuchtigkeitflecken oder lose Bodenplatten sind sichtbare Zeichen dafür, dass eine Sanierung des Belags überfällig ist. Weil niemand tage- oder wochenlang auf den Außenbereich verzichten möchte, gibt es Sanierungslösungen für ein zeitsparendes Arbeiten. Die Natursteinteppiche von Renofloor etwa werden schwimmend verlegt und per Klicksystem miteinander verbunden. Die integrierte Drainage führt Nässe wirksam ab. Ein weiterer Vorteil: Aufgrund der geringen Aufbauhöhe von nur 13 Millimetern kann der Altbelag häufig liegen bleiben. Somit erhält der Balkon in weniger als einem Tag eine neue, trendige Optik. Unter www.renofloor.de etwa gibt es ausführliche Informationen und nützliche Verlegeanleitungen.

- WAAGE 24.9.-23.10.** Es fällt Ihnen schwer, sich auf die Arbeit zu konzentrieren. Zu viele private Dinge lenken Sie von den Erfordernissen des Alltags ab.
- SKORPION 24.10.-22.11.** Das Arbeitsklima ist prächtig, die täglichen Pflichten kosten Sie allenfalls ein müdes Lächeln. Gefahr droht nur durch waghalsiges Handeln.
- SCHÜTZE 23.11.-21.12.** Unter dem aktuellen Sterneneinfluss werden Ihnen einige Dinge gelingen, die sogar Ihre schärfsten Kritiker in ungläubiges Erstaunen versetzen.
- STEINBOCK 22.12.-20.1.** Wenn Sie zu fordernd auftreten, müssen Sie sich auf ein Bollwerk der Ablehnung gefasst machen. Werben Sie lieber diplomatisch für Ihren Plan.
- WASSERMANN 21.1.-19.2.** Sie haben viel Grund, in Herzensdingen optimistisch in die Zukunft zu schauen! Wer eine neue Partnerschaft ins Auge fasst, hat gute Chancen.
- FISCHE 20.2.-20.3.** Sie konnten endlich etwas in Gang setzen, was Sie auf dem Weg zum großen Glück einen Riesenschritt voranbringt. Genießen Sie den Erfolg!

Was Trauernden hilft – und was nicht

Trauer ist ein schmerzhafter, oft einsamer Prozess – doch muss er das sein? „Wir brauchen liebe Menschen, um gut unterstützt und mit viel Rücksicht aufgenommen zu werden, um diesen langen Weg der Trauer gehen zu können“, sagt die Trauerbegleiterin Chris Paul im Gespräch mit dem Gesundheitsmagazin „Apotheken Umschau“.

ist. „Dann reicht es oft, nur ein bisschen da zu sein, zu reden. Das heißt Normalität.“

Bindung statt Loslassen

Ein weit verbreitetes Missverständnis: dass Trauern bedeute, loszulassen. „Im Gegenteil“, sagt Chris Paul. Studien zeigten, dass es vielen Menschen helfe, mit den Verstorbenen in Verbindung zu bleiben – sei es durch Erinnerungen, Rituale oder Zeichen. Auch alltägliche Gesten wie das Tragen eines Erinnerungsstücks oder das Gespräch am Grab seien heilsam. „Wenn ich eine gute innere Verbindung zu den Verstorbenen habe, habe ich tatsächlich mehr Entspannung und Liebe für die Lebenden.“ dpa

Einfach da sein, kann reichen

Viele fühlen sich unsicher im Umgang mit Trauernden. „Man weiß nicht, wie man sich verhalten soll, hat Angst, etwas Falsches zu sagen“, so Paul. Ihre Empfehlung: „Uneitel“ helfen – nicht für ein Dankeschön, sondern weil ein Mensch in Not



Einfach da sein: Trauernde brauchen keine perfekten Worte – oft genügt ein stilles, mitfühlendes Dasein.

FOTO: ALICIA WINDZIO/DPA

Wie man mit Risiken am besten umgeht

Was passiert bei Hitze im Körper?

Schweißperlen auf der Stirn, Wasser in den Beinen oder ein polterndes Herz - wenn es draußen heiß ist, reagiert unser Körper. Aber was genau passiert dabei? Wann wird Hitze gefährlich? Und wie kann man sich schützen? Eine Expertin und ein Experte erklären Prozesse rund um Hitzebelastungen.

Wie reagiert unser Körper auf Hitze?

37 Grad - diese Kerntemperatur hat der menschliche Körper normalerweise. Doch äußere Einflüsse wie Hitze und Kälte können die Körpertemperatur beeinflussen. Damit wir nicht überhitzen, nutzen wir verschiedene Mechanismen der Abkühlung.

„Bei weniger hohen Temperaturen spielt der Wärmeverlust durch Strahlung und Konvektion eine große Rolle“, sagt Ralf Brandes. Er ist Generalsekretär der Deutschen Physiologischen Gesellschaft (DPG) und Professor für Physiologie an der Goethe-Universität Frankfurt/Main. Dabei wird Körperwärme über elektromagnetische Wellen an die Umwelt abgegeben beziehungsweise vom Körper erwärmte Umgebungsluft „weggeblasen“.

Je wärmer die Umgebungsluft, umso weniger effektiv sind diese Mechanismen jedoch. Dann wird geschwitzt. Bis zu zwei Liter Schweiß könne der menschliche Körper pro Stunde verlieren, sagt Nadine Lenz. Sie ist Koordinatorin der Projektgruppe Klimawandel und Gesundheit im Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIOG).

Beim Schwitzen entsteht Verdunstungskälte, es reguliert die Temperatur. Um die Körpertemperatur konstant niedrig zu halten, wird außerdem warmes Blut aus dem Zentrum in die Extremitäten gebracht. Hände, Füße und Gesicht werden damit stärker durchblutet, „wobei häufig auch mehr Wasser ins Gewebe abgepresst wird“, sagt Ralf Brandes. Die Folge können dicke Füße oder Finger sein.

Übrigens: Schwitzen kann man lernen. Wer regelmäßig Sport treibt, kann laut Ralf Brandes das Schwitzen trainieren und damit die Wärmeregulation des Körpers optimieren.

An schwülen Tagen schwitzt es sich allerdings schlechter, denn auch die Luftfeuchtigkeit spielt eine Rolle. „Wenn die Luft bereits stark mit Wasser gesättigt ist, funktioniert das Schwitzen nicht mehr gut“, sagt Ralf Brandes. Statt zu verdunsten, bleibt die Feuchtigkeit in der Kleidung hängen. Dann hilft oft nur der Rückzug in möglichst kühle Räume.

Woran erkenne ich, dass die Hitze meinem Körper gefährlich wird?

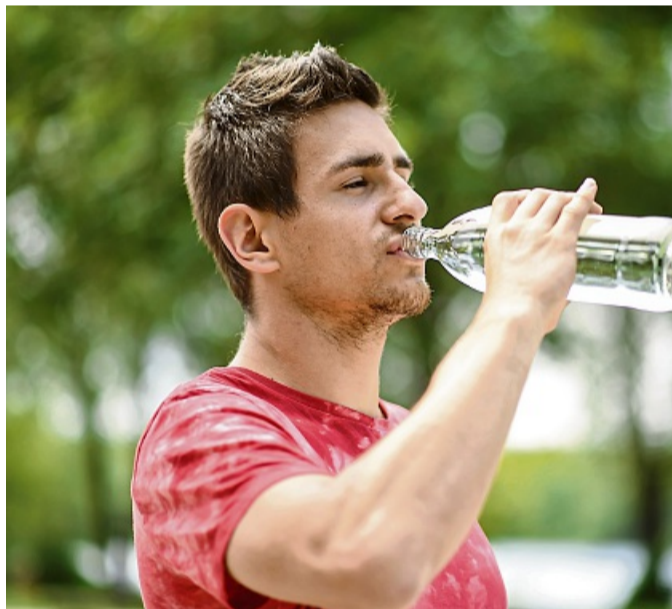
Schwindel, Kopfschmerzen, Erschöpfung oder Benommenheit sind laut Nadine Lenz typische Symptome für eine zu hohe Hitzebelastung. Auch starke Blässe oder Gesichtsröte, Übelkeit, Kurzatmigkeit, Unruhe oder Muskelschmerzen seien im Zusammenhang mit Hitze als Warnsignal zu sehen.

Viele dieser Beschwerden hängen mit dem Flüssigkeitsverlust zusammen, der beim Schwitzen entsteht. „Wenn ich nicht ausreichend trinke, bedeutet das im Umkehrschluss, dass mein Blut immer konzen-



Große Hitze kann dem Körper zu schaffen machen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA



Um der Hitze entgegenzuwirken, braucht der Körper Flüssigkeit.

FOTO: TOBIAS HASE/DPA



Dass bei vielen alten Menschen der Durst nachlässt, kann an heißen Tagen gefährlich werden.

FOTO: MARKUS SCHOLZ/DPA

trierter wird“, sagt Ralf Brandes. Schlimmstenfalls geht es so weit, dass der Blutdruck absinkt und die Blutkörperchen beginnen, sich aneinander zu heften.

„Das wäre dann eine sehr bedrohliche Situation, die einen Hitzschlag darstellen würde“, sagt der Mediziner. Er empfiehlt daher, vor allem darauf zu achten, ob man Durst bekommt. Dies sei in der Regel eine der ersten Reaktionen des

Körpers auf große Hitze.

Allerdings bekommen manche Menschen kein Durstgefühl, etwa aufgrund von Medikamenten. Oder kleine Kinder können es nicht artikulieren. „Man merkt eine drohende Dehydrierung daran, dass der Mund trocken wird, das Herz sehr schnell schlägt und die Haut sich sehr trocken und warm anfühlt“, sagt Brandes.

Lebensbedrohlich wird Hitze dann, wenn die Körpertempe-



Eine Kopfbedeckung schützt nicht nur Kinder vor Sonne und Hitze.

FOTO: SILVIA MARKS/DPA

ratur über 42 Grad ansteigt. Übrigens: Eine Hitzebelastung muss nicht zwingend mit direkter Sonneneinstrahlung einhergehen. „Das kann einem auch in der Sauna passieren“, sagt der Professor.

Wer ist bei Hitze besonders gefährdet?

Menschen mit Erkrankungen: Da die Hitze insbesondere den Blutkreislauf belastet, sind herzkranken Menschen ganz besonders gefährdet. Auch könnten bestimmte Medikamente, die im Rahmen von psychischen oder neurologischen Therapien verschrieben werden, das Schwitzen beeinflussen, sagt Brandes. Demente Patienten können hingegen Schwierigkeiten haben, ihr Hitzegefühl auszudrücken und entsprechende Gegenmaßnahmen einzuleiten. Kinder: „Die Schweißproduktion bei Kleinkindern ist geringer, ihre Stoffwechselrate aber höher als bei Erwachsenen“, sagt Nadine Lenz. „Außerdem ist die Hautoberfläche von Kindern im Verhältnis zum Körpergewicht groß – sie brauchen deshalb mehr Zeit als Erwachsene, um sich an Hitze anzupassen.“ Zur Gefahr werden kann aber auch, wenn Kleinkinder nicht

eindeutig mitteilen können, wenn ihnen zu warm ist. Alte Menschen: Für Menschen ab 65 Jahren ist Hitze besonders belastend. „Ihr Körper passt sich nicht mehr so leicht an hohe Temperaturen an“, sagt Nadine Lenz. „Sie schwitzen später und weniger, da die Zahl der Schweißdrüsen und die Durchblutung der Haut im Alter abnimmt.“ Auch das Durstgefühl sei im Alter weniger stark vorhanden.

Wie kann man sich vor Hitze schützen?

Um der Hitze entgegenzuwirken, braucht der Körper Flüssigkeit. Doch nicht nur die sollte man an heißen Tagen ausreichend nachlegen. Mit dem Schweiß verliert der Körper schließlich nicht nur Wasser, sondern auch Salze. Pro Liter Körperwasser sind das etwa 9 Gramm.

Mineralwasser und Co. enthalten meist aber weniger als 1 Gramm Salze pro Liter, reichen also nicht aus, um ausreichend nachzufüllen. Wer aufgrund des Schwitzens Salz hunger verspürt, solle diesem ruhig nachgeben, rät Brandes. Ebenfalls sinnvoll: auch mal zu isotonen Getränken zu greifen, da diese den Körper zusätzlich mit Salz,

„leider aber auch Zucker“ versorgen, so Brandes.

Übrigens: Alkohol ist als Durstlöcher an heißen Tagen eine schlechtere Wahl als Wasser, Tee oder Schorle. Der Grund: „Alkohol entzieht dem Körper weiteres Wasser und wertvolle Mineralstoffe“, sagt Nadine Lenz. Der Körper werde ausgelaugt und laufe Gefahr, auszutrocknen.

Was ist noch wichtig, um gut durch heiße Tage zu kommen? „Duschen Sie besser lauwarm als kalt, um den Kreislauf zu schonen“, rät Nadine Lenz. Um den Körper abzukühlen, könne man auch Wassersprays, feuchte Umschläge oder ein kühles Fußbad nutzen. Körperliche Aktivitäten sollten, wenn möglich, in die kühleren Morgen- oder Abendstunden verlegt und auch die Wohnung sollte möglichst kühl gehalten werden.

„Konsultieren Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, um die gegebenenfalls eingenommenen Arzneimittel auf Hitzeverträglichkeit prüfen zu lassen und sorgen Sie für einen Sonnenschutz, wenn Sie ins Freie gehen“, sagt Nadine Lenz. Vor Strahlungshitze schützt laut Ralf Brandes vor allem helle und luftige Kleidung. tmn



Welt der Bücher entdeckt

Evangelische Kindertagesstätte besuchen Bibliothek

Sontra – Die Stadt- und Schulbibliothek Sontra hatte kürzlich einen ganz besonderen Besuch. 20 Kindergartenkinder der evangelischen Kindertagesstätte kamen mit den beiden Mitarbeiterinnen Beate Volkmann und Heike Carl-Stein vorbei, um die Welt der Bücher und Medien zu entdecken.

„Auch, wenn die Kinder noch nicht lesen können, war es beeindruckend zu sehen, wie jedes Kind ein Buch in die Hand nahm und völlig fasziniert war. Die bunten Bilder und spannenden Geschichten zogen sie sofort in ihren Bann“, so Diana Kirchheim von der Stadt- und Schulbibliothek. Zur Erinnerung an den Besuch erhielt jedes Kind das Buch „Ich schenke dir eine Geschichte“.

Solche Besuche sind eine wunderbare Möglichkeit, die Neugier der Kinder zu wecken und ihre Liebe zu Büchern zu fördern. Die Bibliothek bietet



Ganz vertieft in die Bücher: Kindergartenkinder besuchten Sontraer Stadt- und Schulbibliothek
FOTO: STADT SONTRA

Bücher, Hörspiele, Tonie-Figuren, DVDs und Co. für jede Alters- und Interessengruppe - mittlerweile können Interessierte aus etwa 13.000 Medien das passende für sich auswählen. Das Angebot wird regelmä-

ßig erweitert und richtet sich nach den verschiedensten Neuerscheinungen der Medienwelt. Und nicht nur eine Vielzahl von Büchern, sondern auch eine einladende Atmosphäre, in der die Kinder spiele-

risch lernen und entdecken können, hat die Bibliothek zu bieten.

Wir freuen uns darauf, noch viele weitere kleine Leseratten in der Stadt- und Schulbibliothek willkommen zu heißen.

Lecker, lebendig und regional

Feierabendmärkte 2025

Sontra – Gemeinsam laden die Stadt Sontra und die Gemeinden Wehretal und Ringgau zu den diesjährigen Feierabendmärkten mit einem frischen und bunten Angebot an Produkten aus der Region ein.

Mittwoch, 18. Juni, von 16 bis 20 Uhr in Wichmannshausen, Boyneburger Schloss

Mittwoch, 20. August, von 16 bis 20 Uhr in Netra, Untergasse/ rund um das Rathaus

Mittwoch, 17. September, von 16 bis 20 Uhr in Reichensachsen, rund um das Rathaus

Überall kann man ein buntes Angebot an regionalen Spezialitäten entdecken, probieren und genießen. In gemütlicher Atmosphäre mit Livemusik bie-

ten Marktbesucher*innen ihre frischen Produkte an drei Terminen in Kooperation mit der Ökomodell-Region Nordhessen an.

Interessierte Marktbesucher*in wenden sich zwecks Anmeldung bitte an die Stadt Sontra, Bianca Schmidt, bianca.schmidt@sontra.de oder 0 56 53/97 77 19. Es sind keine Standgebühren zu zahlen.

Die drei Bürgermeister freuen sich auf Ihren Besuch.

Thomas Eckhardt
Stadt Sontra
Frank Kummer
Gemeinde Wehretal
Mario Hartmann
Gemeinde Ringgau



Feierabendmarkt in Wichmannshausen: Bunt bemalte Kürbisse lockten im Herbst.
FOTO: STADT SONTRA

Der Beckenbauer des Pfaffenbachtals

Nachruf: Klaus Dilchert war Libero, Jugendleiter, Trainer und 2. Vorsitzender

Heyerode – Tiefe Trauer herrscht bei der Fußball-Spielgemeinschaft Pfaffenbachtal und natürlich auch beim Fusionspartner, der SG Schemmergrund. Beide Vereine beklagen den Verlust der Lichtgestalt Klaus Dilchert, die bereits am Ostersonntag nach einer schweren Krankheit mit nur 69 Jahren gestorben ist und vor wenigen Tagen zur letzten Ruhe verabschiedet wurde. „Klaus wird eine große Lücke hinterlassen, wir werden ihn immer verehren und ihn in dankbarer Erinnerung behalten“, so die rührigen Worte der aktuellen SGP-Vorsitzenden Britta Hohmann.

Vielfältiger hätte seine ehrenamtliche Arbeit nicht sein können. Bei der Gründung der SGP in 1970 war er 14, Fußball hat er aber schon ab dem neunten Lebensjahr in der Nachbarschaft bei Rockensüß/Königswald gespielt und wechselte mit Beginn des Seniorenalters zur SGP, wo er von 1974 bis 1986 Sonntag für Sonntag ein Leistungsträger in der ersten Mannschaft war und als kampfund spielstarker Libero die Abwehr zusammenhielt. Und so sagte einst Alfred Werkmeister zu ihm: „Klaus, du bist der Beckenbauer des Pfaffen-



Eine Lichtgestalt bei der SG Pfaffenbachtal: Klaus Dilchert hat sich als aktiver Fußballer den Beinamen „Beckenbauer“ erar-

bachtals.“

Da es ihn Anfang der 1980er-Jahre beruflich bedingt nach Sandershausen zog, hat er auch in der Saison 86/87 eine Saison dort gespielt. Mit Ehefrau Doris baute er 1987 ein Haus in Sontra-Heyerode, das ihn auch fußballerisch zurück zur SGP führte. Ausschließlich mit Spielern aus den eigenen Reihen, wie Berthold Ruppel, Volker Krehahn, Uwe Sangmeister oder auch Michael Humpert, hatte

Klaus Dilchert in der Saison 1987/1988 großen Anteil an der Meisterschaft, die verbunden mit dem Aufstieg in die damalige Kreisliga A6 führte.

So richtig verabschiedet hat er sich als Aktiver eigentlich erst mit 55 Jahren in 2011, immer wieder hat er bei den alten Herren oder in der „Zweiten“ ausgeholfen. Bei der Stadtmeisterschaft in Ulfen stand er 2006 mit 51 sogar an der Seite seines Sohnes Daniel im Team. Ori-

ginalon Andreas Hartmann vom TSV Ulfgrund: „Mit Daniel habe ich ja heute als Gegenspieler gerechnet, aber dass die alte Granate Klaus hier aufläuft, das grenzt an ein Wunder.“

Seine Erfahrung hat er von 1993 bis 2005 als Jugendtrainer gerne weitergegeben. Das schönste war für ihn, dass er seinen Sohn von der E- bis zur A-Jugend trainieren und mit seinen Jugendteams viele Kreismeistertitel ins Pfaffenbachtal holen konnte.

Erwin Schellhase ist nicht nur der Nachbar von Klaus Dilchert, als Kreisjugend-Fußballwart hat er ihn auch als Trainer von Kreisauswahlteams motiviert. Und insgesamt gehörte er 22 Jahre dem SGP-Vorstand als Jugendleiter und zweiter Vorsitzender an, sechs Jahre stand er der Alterspartie vor, er moderierte zehn Jahre die Faschingsveranstaltungen der SGP, organisierte viele Fußballturniere, Kirmes- und Dorffeste und hat sich handwerklich beim Bau des Sporthauses in Diemerode oder auch bei der Installation der Flutlichtanlage engagiert.

Klaus Dilchert hinterlässt seine Ehefrau Doris, Sohn Daniel, Schwiegertochter Saskia und Enkelsohn Leon. ht

PROGRAMMVORSCHAU

SAMSTAG, 31. MAI

BREITWIESN

13.30 Uhr: Luftballonwettbewerb / Luftballon-Ausgabe Marktplatz

14 Uhr: Bunter Familiennachmittag im Festszelt und auf dem Festplatz, Kaffee und Kuchen von „Adam-von-Trott-Schule Sontra“

14.30 Uhr: Bällchen-Regatta

21 bis 2 Uhr: Tanz mit SIXPASH / Cocktail-Bar im Festszelt („Muttizettel“ erforderlich)

SONNTAG, 1. JUNI

BREITWIESN

Ab 8 Uhr: Weckruf durch Musikzüge

10.30 Uhr: Ökumenischer Gottesdienst im Festszelt

14 Uhr: Bunter Festumzug durch die Innenstadt, anschl. Ständchenspielen der Festkapellen

MONTAG, 2. JUNI

BREITWIESN

10 Uhr: Bürgerfrühstück im Festszelt

11 Uhr: Festbieranstich

11 bis 17 Uhr: Starlightshow-Band

15 bis 17 Uhr: Awo-Schuldnerberatung, Awo-Kreisverband

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

DIENSTAG, 3. JUNI

14.30 bis 17 Uhr: Seniorennachmittag mit Kaffeestunde und Spielenachmittag, Bürgerhilfe Sontraer Land und Awo-Ortsverein Sontra, Niederstadt 41

MITTWOCH, 4. JUNI

9 bis 13 Uhr: Lecker, lebendig und regional. Der Sontraer Wochenmarkt in der Braugasse mit einem frischen und bunten Angebot an Produkten aus der Region

14 bis 16 Uhr: Treffen im Café Freiraum für Flüchtlinge, Gastgeber und Interessierte, Bürgerhilfe Sontraer Land, Niederstadt 41

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

DONNERSTAG, 5. JUNI

11 bis 14 Uhr: Mittagstisch für Senioren im Blickpunkt der Bürgerhilfe Sontraer Land

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

FREITAG, 6. JUNI

10 bis 11 Uhr: Handyfit-Sprechstunde, Bürgerhilfe, Niederstadt 41

Gardziella
Brillenhaus-Blankenbach 06627 8686

06627/8686
Brillenhaus-Blankenbach Gardziella

NOTDIENSTE

Notfallnummer für den Bereitschaftsdienst: 11 61 17

AUGENÄRZTE

Notdienstzentrale Eschwege: 0 56 51/1 92 92

ZAHNÄRZTE

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

APOTHEKEN

31. Mai
Glückauf-Apotheke, Sontra, Herrenstraße 6, 0 56 53/8339

1. Juni
Löwen-Apotheke, Herleshausen, Hainertor 17, 0 56 54/9 89 60

RETTUNGSDIENSTE

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

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

Frauenhaus Eschwege: 0 56 51/

3 26 65

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

Hospizdienst Sontra, Rufbereitschaft: 0 56 51/33 83 14

STROM- UND GASVERSORGUNG

EAM Netz GmbH

Kundenservice 0800/3 25 05 32

Entstörungsdienst

Strom: 0800/3 41 01 34

Erdgas: 0800/3 42 02 34

Wasserversorgung und Abwasserbeseitigung

Stadt Sontra

24 Std.-Rufbereitschaft

Wasserversorgung: 0151/53 85 50 87

Abwasserbeseitigung: 0151/

53 85 50 74

KRANKENPFLEGE

Diakonie Eschwege-Land

gGmbH, Hinter der Mauer 20, Sontra,

24-Stunden-Rufbereitschaft, Teamleitung: Heidrun Krause, Pflegedienstleitung: Liane Holzapfel, 0 56 58/9 32 93

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

EVANGELISCHE KIRCHEN

KIRCHSPIEL SONTRA

1. Juni

Sontra: 10.30 Uhr Gottesdienst zur Breitwiesn

KIRCHSPIEL BERNEBURG

1. Juni

Heyerode: 9.30 Uhr Gottesdienst

Diemerode: 10.40 Uhr Gottesdienst

KIRCHSPIEL

DATTERODE/RÖHRDA

1. Juni

Röhrda: 11 Uhr Andacht zum Angerfest

KIRCHSPIEL ULFEN

Wölfferode: 9 Uhr Gottesdienst

Ulfen: 10 Uhr Gottesdienst

KATHOLISCHE KIRCHEN

PASTORALVERBUND GABRIEL

WERRA-MEISSNER

31. Mai

Nentershausen: 17 Uhr Vorkabemesse

1. Juni

Sontra: 10.45 Uhr Sonntagsmesse



Pfingstfest und Stadtentscheid

Freiwillige Feuerwehr Ulfen

Ulfen – Wir laden alle Bürger und Freunde der Feuerwehr Ulfen zum Stadtentscheid der Sontraer Jugendfeuerwehren am Samstag, 7. Juni, auf den Sportplatz in Ulfen ein. Beginn ist um 9 Uhr.

Ab 10 Uhr findet parallel die Tatzabnahme der Kinderfeuerwehren Sontras statt. Um 14 Uhr soll die Siegerehrung erfolgen. Ab 16 Uhr findet der Festkommers zum 20-jährigen Jubiläums unserer Jugendfeuerwehr im DGH Ulfen statt.

Am Pfingstsonntag, 8. Juni, findet unser traditionelles

Pfingstfest statt. Um 13 Uhr startet unsere Jugendfeuerwehr mit einer Alarmübung im Bereich des Angers. Gegen 13.30 findet das Platzkonzert mit den Ulfener Jungs sowie die Ehrungen und Beförderungen der Feuerwehrkameraden statt. Ab 14 Uhr feiern wir im DGH Ulfen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Wir würden uns freuen euch als unsere Gäste begrüßen zu dürfen.

Eure
Freiwillige Feuerwehr Ulfen

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

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

Fotowettbewerb „Zeig mir Sontra“

Wir suchen wunderschöne und eindrucksvolle Bilder unserer Berg- und Hängelstadt Sontra, den Stadtteilen und der gesamten Region. Die 13 besten Bilder werden in einem Fotokalender veröffentlicht.

Alle Sontraer Bürgerinnen und Bürger können ihre Fotos (max. zehn Bilder, Querformat, mindestens 2,5 MB/Auflösung 300 dpi, Bildtitel nennen) bis zum 31.

Juli per E-Mail an die Stadtverwaltung Sontra, bianca.schmidt@sontra.de, senden. Wir freuen uns auf zahlreiche und beeindruckende Bildeinsendungen.

FOTO: JENS SIEBERT

Ausflug zum Grenzmuseum

Männertreff Ulfen

Ulfen – Die nächste Veranstaltung findet am Dienstag, 3. Juni, statt. Zu einem Besuch des Grenzmuseums Schiffersgrund bei Bad Sooden-Allendorf treffen wir uns beim Pfarrhaus in Ulfen um 13 Uhr. Es werden Fahrgemeinschaften gebildet. Die Abfahrt ist um 13.15 Uhr, da die ca. zweistündige Führung durch das Museum unter fachkundiger Leitung für 14 Uhr vorgesehen ist.

Nach der Besichtigung des Grenzmuseums besteht die Möglichkeit zu einem kleinen Spaziergang durch die Salinen in Bad Sooden-Allendorf und anschließend Kaffee trinken bzw. Eisessen.

Anmeldungen für die Fahrt nehmen die beiden Organisatoren Heinrich Gumpel (Tel. 0 56 53/7278) bzw. Willi Eckhardt (Tel. 0 56 53/1494) bis Montag, 2. Juni, entgegen.

Berichte und Neuwahlen

Sontra – Zur Jahreshauptversammlung am Freitag, 6. Juni, um 18.30 Uhr im Hotel Link in Sontra werden hiermit alle Vereinsmitglieder herzlich eingeladen. Um zahlreiches Erscheinen wird gebeten.
Tagesordnung:
1. Eröffnung und Begrüßung
2. Totenehrung
3. Berichte
a) Vorstand

b) Abteilung Seniorenfußball
c) Abteilung Jugendfußball
d) Abteilung Altherrenfußball
e) Hauptkassierer
f) Kassenrevisoren
4. Diskussion der vorstehenden Berichte
5. Genehmigung des außerordentlichen Haushalts 2024
6. Entlastung des Vorstands
7. Genehmigung des ordentlichen Haushalts 2025

8. Ehrungen Vereinsmitglieder
9. Wahlen des Vorstands
10. Anträge, u. a. Bildung einer Senioren-Spielgemeinschaft mit TSV Wichmannshausen
11. Verschiedenes
12. Schlusswort neuer Vorstand
Aushang Vereinskasten für fristgerechte Einladung: 8. Mai

Grillnachmittag der Senioren

Breitau – Am Montag, 2. Juni, findet ein Grillnachmittag der Seniorennachmittag der Freiwilligen Feuerwehr Breitau ab 14 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Breitau statt. Anmeldungen zum Essen sollen im Vorfeld bei Horst oder Willi Göbel erfolgen.

Kunst mit Botschaft

Malwettbewerb Adam-von-Trott-Schule

Sontra – Großer Erfolg für die Schülerinnen und Schüler der Adam-von-Trott-Schule: Beim schulinternen Malwettbewerb, der am vergangenen Dienstag mit einer Preisverleihung zu Ende ging, überzeugten zahlreiche junge Talente mit kreativen Beiträgen zum Thema „Freundschaft“.

Initiatorin des Wettbewerbs war erneut Kunstlehrerin Nicole Albrecht, die sich über eine besonders hohe Beteiligung freute. Viele Schülerinnen und Schüler nutzten die Gelegenheit, ihre Sicht auf das Thema künstlerisch auszudrücken – mit tollen Ergebnissen (siehe Bilder).

Besonders beeindruckt hat das Werk von Sejdi Sukhti aus der Klasse 9bH: Sein modernes, farbenfrohes Bild wurde mit

dem ersten Platz ausgezeichnet und wird das Titelbild des neuen Schulplaners 2025/26. Der Schulplaner erscheint bereits zum dritten Mal und unterstützt die Schülerinnen und Schüler bei der Organisation ihres Schulalltags.

Über den zweiten Platz darf sich Fatma Zitoun (10G) freuen. Der dritte Platz ging an Amélie Teichmann (9bH). Die drei Erstplatzierten erhielten Gutscheine für die schuleigene Cafeteria sowie ein kostenloses Exemplar des neuen Schulplaners.

Das Thema für den nächsten Malwettbewerb wird im Januar 2026 bekanntgegeben. Die Schulgemeinde freut sich schon jetzt auf eine rege Teilnahme und viele kreative Beiträge.



Die Sieger des Malwettbewerbes v. I. Fatma Zitoun, Sejdi Sukhti und Amélie Teichmann.
FOTO: AVT-SCHULE

Die AT stellt sich vor...

Adam-von-Trott-Schule

„Achtung Auto 2.0“ der ADAC Stiftung als innovative Unterrichtseinheit an der Adam-von-Trott-Schule in Sontra



Die Adam-von-Trott-Schule in Sontra freute sich darauf, Teil des bundesweiten Mobilitätsbildungsprogramms „Achtung Auto 2.0“ der ADAC Stiftung zu sein.

Achtung Auto 2.0 ist ein interaktives Bildungsangebot, das speziell dafür entwickelt wurde, Kindern der fünften und sechsten Klasse auf spielerische Weise wichtige Aspekte der Verkehrssicherheit näherzubringen. Darüber hinaus setzt es zeitgemäße

Impulse für ökologisches und gesundes Mobilitätsverhalten. Durch die Kombination aus praktischen Übungen und digital unterstütztem Lernmaterial vermittelt das Programm nicht nur lebenswichtige Kenntnisse, sondern fördert auch die digitalen Kompetenzen.

Der praktische Teil dieses Programms, der sicherheitsbewusstes und umweltfreundliches Mobilitätsverhalten fördert, wurde am 25.03. und 01.04.2025 bei uns auf dem großen Schulhof vom Regionalclub ADAC Hessen-Thüringen e. V. durchgeführt. Bei dieser Aktivität konnten unsere Schülerinnen und Schüler der fünften Klassen unter anderem erleben, wie lange ein Auto bei einer Geschwindigkeit von 30 km/h benötigt, bis es zum Stillstand kommt. Weiterhin lernten sie die Bedeutung von Sicherheitsmaßnahmen und die Risiken von Ablenkungen im Verkehr kennen. Eine speziell ausgebildete Trainerin der ADAC Stiftung zeigte den Kindern u. a. im Praxisversuch, welche Auswirkungen Ablenkungen durch Smartphones haben können.

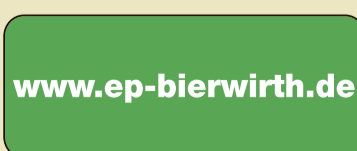
Die Bewertungen des Praxisteils waren sowohl bei den Schülerinnen und Schülern als auch bei den Lehrkräften, welche die jeweilige Klasse während der 90 Minuten des Programms betreuten, durchweg positiv.

Diese Praxiserfahrung wird durch weitere Module digital ergänzt. Lehrkräfte unserer Schule können diese flexibel und bedarfsorientiert im Unterricht einsetzen. Hierbei steht umwelt- und gesundheitsbewusstes Mobilitätsverhalten der Kinder im Mittelpunkt.

Christina Tillmann, Vorständin der ADAC Stiftung: „Seit über drei Jahrzehnten schärft ‚Achtung Auto‘ das Verkehrsbewusstsein junger Menschen. Mit ‚Achtung Auto 2.0‘ reagiert die ADAC Stiftung auf aktuelle Herausforderungen, indem wir Umwelt- und Gesundheitsbewusstsein in den Fokus rücken. Ich freue mich sehr, dass auch die Adam-von-Trott-Schule unser Programm nutzt.“

Steffi Kehm, Schulbeauftragte für Mobilitätsbildung und Verkehrserziehung

Eine Gemeinschaftsaktion der Sontraer Schulen, der untenstehenden Unternehmen und des



Welche Rolle ein Zwei-Euro-Stück spielt

Zeckenzeit: Wie erkenne ich Borreliose?

Sie sind klein, unscheinbar – und lieben es, menschliches Blut zu saugen. Das macht Zecken gefährlich. Denn sie können dabei Krankheitserreger wie FSME-Viren oder Borrelien, also bestimmte Bakterien, übertragen. Mit zum Teil schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen für Betroffene.

FSME steht für Frühsommer-Meningo-Enzephalitis. Die Viren können eine Entzündung der Hirnhäute, des Gehirns und des Rückenmarks auslösen. Dann kommt es zu einem zweigipfligen Fieber – die Temperatur steigt, um dann zu sinken und wieder zu steigen –, Kopfschmerzen, Übelkeit und Ausfällen des Nervensystems. Bei einem schweren Verlauf können neben Lähmungen an Armen und Beinen etwa auch Schluck- und Sprechstörungen sowie Krampfanfälle auftreten.

Eine Infektion mit Borrelien kann ebenfalls einen schweren Krankheitsverlauf nehmen. Möglich sind etwa eine chronische Entzündung der Haut, brennende Nervenschmerzen oder beidseitige Gesichtslähmungen. „Gegen FSME kann man sich mit einer Impfung schützen, eine solche Impfung gibt es gegen Borreliose allerdings nicht“, sagt Prof. Frank Erbguth, Präsident der Deutschen Hirnstiftung. Eines Tages könnte sich das aber ändern: An Borreliose-Impfstoffen wird derzeit geforscht.

Die wichtigsten Fragen und Antworten zur Borreliose.

Was genau ist Borreliose?

Borreliose wird auch Lyme-Borreliose oder Lyme-Krankheit genannt. Lyme und Old Lyme sind Städte im US-Bundesstaat Connecticut, in denen die Erkrankung im Jahr 1975 zum ersten Mal beschrieben wurde.

„Auslöser sind Bakterien der Art *Borrelia burgdorferi*, die auch einfach Borrelien heißen“, sagt Kristina Huber, Ärztin beim Institut für Infektions- und Tropenmedizin am LMU Klinikum München.

Eine Borreliose kann überall in Deutschland von Zecken auf Menschen übertragen werden. Eine Übertragung von Mensch zu Mensch ist nicht möglich, „Betroffene sind nicht ansteckend“, sagt Huber. In den Monaten Juni, Juli und August kommt die Erkrankung gehäuft vor.

Wie kann es überhaupt zu einem Zeckenstich kommen?

Zecken tummeln sich im Gebüsch, in Gräsern oder im Un-



Lange Ärmel und lange Hosenbeine machen es Zecken schwerer.

FOTO: SILVIA MARKS/DPA



Klares Warnzeichen für Borreliose: Die sogenannte Wanderröte kann Tage oder Wochen nach einem Zeckenstich auftreten.

FOTO: HARRY MELCHERT/DPA

terholz. Streifen Wanderer, Joggerinnen, oder Spaziergänger die Spinnentierchen, heften sie sich an die Kleidung der Person.

Dann suchen sie nach unbedeckter Haut. „Zecken mögen feuchte, weiche oder auch behaarte Körperstellen“, sagt Frank Erbguth. So fühlen sich die Tiere etwa in der Achselhöhle oder hinter dem Ohr wohl.

Hat die Zecke eine geeignete Stelle gefunden, sticht sie zu. „Falsch wäre es, in dem Zusammenhang von einem Zeckenbiss zu sprechen“, so Erbguth.

Wissenschaftlich korrekt ist die Bezeichnung Zeckenstich: Die Zecke bohrt mit einem Stechrüssel in die Haut und saugt Blut. Das Opfer spürt den Einstich zunächst nicht, da das Tierchen während des Stechens mit seinem Speichel eine Art Betäubungsmittel absondert. Spezielle Stoffe im Zecken-Speichel sorgen außerdem dafür, dass das Blut nicht gerinnt und die Einstichstelle sich nicht entzündet. So ist die Zecke, sofern sie nicht entdeckt wird, ungestört.

Wie hoch ist das Risiko, sich nach einem Zeckenstich zu infizieren?

In Deutschland ist nicht jede Zecke mit Borrelien befallen. „Nur 20 Prozent der Tierchen können eine Borreliose übertragen“, sagt Frank Erbguth. Und längst nicht jeder Stich einer befallenen Zecke hat eine Infektion zur Folge. Nach Angaben der Robert Koch-Instituts ist bei 0,3 bis 1,4 Prozent aller Zeckenstiche mit Krankheitssymptomen zu rechnen.

Übrigens: Die Borrelien befinden sich im Darm der Zecke, sie muss also eine gewisse Zeit saugen, ehe sie die Bakterien

überträgt. „Ist die Zecke mit Borrelien befallen, kann es nach frühestens vier bis sechs Stunden ab Beginn der Blutmahlzeit zu einer Infektion kommen“, so Kristina Huber.

Was sind typische Anzeichen für eine Borreliose?

Oft bleibt eine Borreliose unbemerkt. Treten Beschwerden auf, können sie sich sehr unterschiedlich bemerkbar machen. „Betroffen ist häufig die Haut“, sagt Kristina Huber. Symptome einer Borreliose können sich aber auch am Nervensystem, an den Gelenken und am Herz zeigen.

Haut: „Hier kann es zu einem roten Fleck in der Größe eines Zwei-Euro-Stücks kommen“, sagt Frank Erbguth. Die Rede ist von der sogenannten Wanderröte, die sich drei bis 30 Tage nach dem Zeckenstich rund um die Einstichstelle entwickelt. „Wird diese Rötung größer als ein Zwei-Euro-Stück, sollte man unbedingt ärztlichen Rat einholen“, so der Mediziner. Vor allem bei Kindern können in seltenen Fällen knötchenartige oder blaurote Schwellungen der Haut auftreten. Mitunter kann sich die Haut chronisch entzünden. Dazu kommt es aber nur in Einzelfällen. Nervensystem: Eine Neuroborreliose liegt vor,

wenn Borrelien das Nervensystem befallen. Die Beschwerden setzen wenige Wochen bis Monate nach dem Zeckenstich ein. „Dabei kommt es zu brennenden Nervenschmerzen“, sagt Frank Erbguth. Es kann zu Lähmungen der angeschlossenen Muskeln oder zu einem Kribbeln und Taubheitsgefühlen in betroffenen Körperbereichen kommen. Auch ein- oder beidseitige Gesichtslähmungen sind möglich. Bei Kindern kann eine Neuroborreliose eine nichteitrige Hirnhautentzündung auslösen. Dazu können starke Kopfschmerzen und plötzliche Gesichtslähmungen kommen. Gelenke: Hier kommt es zu Gelenkentzündungen, der sogenannten Lyme-Arthritis. Betroffen sind oft Kniegelenke, daneben auch Sprung- oder Ellenbogengelenke. Die Entzündungen sind wiederkehrend und verlaufen zumeist schubweise. Herz: In wenigen Fällen kann im Verlauf der Borreliose auch das Herz in Mitleidenschaft gezogen sein. Möglich sind am Herzen Entzündungen auch Rhythmusstörungen.

Bei welchen Warnzeichen sollte man rasch ärztliche Hilfe holen?

Bei Verdacht auf eine Borreliose ist es immer ratsam, rasch

ärztliche Hilfe zu holen. „Anlaufstelle ist die Hausärztin oder der Hausarzt“, sagt Kristina Huber. Er oder sie wird Betroffene gegebenenfalls an einen Facharzt überweisen, etwa eine Dermatologin oder einen Neurologen.

„Je früher eine diagnostizierte Borreliose mit Antibiotika behandelt wird, desto besser“, sagt Kristina Huber. So lassen sich schwere Krankheitsverläufe verhindern. In der Regel kommt es mit der Gabe von Antibiotika zu einer vollständigen Genesung.

Was kann man vorbeugend tun?

Oft heißt es, dass man bei einem Aufenthalt im Wald oder auf Wiesen Langärmeliges und lange Hosen tragen soll. Aus Sicht von Frank Erbguth ist das bei hohen Temperaturen im Sommer wenig praktikabel. „Besser ist es, vor dem Aufenthalt im Grünen ein zeckenabwehrendes Mittel auf die Haut aufzutragen.“

„Zusätzlich ist es nach Ausflügen in die Natur wichtig, sich selbst und die Kinder nach Zecken abzusuchen und sie zu entfernen“, rät Kristina Huber. Besonders in Augenschein sollte man dabei die Achselhöhlen, den Kopf und Haaransatz, den Bereich hinter den Ohren, aber auch Kniekehlen und die Leisten nehmen.

tmm



Zeckenschutzmittel verderben den kleinen Tierchen gehörig den Appetit.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA



Zecken suchen am Körper nach geschützten Stellen, um zuzustechen. So fühlen sie sich unter den Achseln oder hinter dem Ohr wohl.

FOTO: MARIJAN MURAT/DPA

Vor- und Nachteile abwägen

Stromanbieterwechsel: Das ändert sich ab dem 6. Juni

Künftig soll es schneller und leichter möglich sein, ihren Stromversorger zu wechseln. Eine Änderung des Energiewirtschaftsgesetzes macht's möglich. Was sich ab wann konkret ändert? Hier erfahren Sie es.

Was hat es mit der Neuregelung auf sich?

Ab dem 6. Juni 2025 muss ein Wechsel des Stromversorgers werktags – also montags bis samstags – innerhalb von 24 Stunden vonstattengehen. Wer also zum Beispiel aufgrund eines günstigeren Angebots von Anbieter A zu Anbieter B wechseln möchte, kann damit rechnen und darf auch einfordern, deutlich schneller von seinem neuen Wunschanbieter beliefert zu werden als es bislang der Fall ist. Bisher durfte ein solcher Wechsel bis zu drei Wochen dauern, die übliche Frist lag laut Bundesnetzagentur bei rund 7 bis 10 Tagen.

Voraussetzung ist laut Verbraucherzentrale Niedersachsen, dass ein solch schneller Wechsel vertraglich überhaupt möglich ist. Wer also bei seinem bestehenden Anbieter A noch an verbleibende Vertragslaufzeit gebunden ist, kann nicht vom zügigeren Wechsel profitieren.

Woher rührt die Gesetzesänderung?

Mit der Gesetzesänderung setzt die Bundesregierung eine EU-Richtlinie um, die den zügi-



Schneller als zuvor: Ab dem 6. Juni 2025 sollen Kundinnen und Kunden ihren Stromanbieter werktags innerhalb von 24 Stunden wechseln können. FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA

gen Wechsel in den Mitgliedsstaaten spätestens zum 1. Januar 2026 vorschreibt. Von der frühzeitigen Umsetzung erhofft sich die Bundesnetzagentur nach eigenen Angaben, die konkrete Abwicklung mit hinreichender Vorlaufzeit „massengeschäftstauglich“ zu machen.

Ziel der EU-Richtlinie ist es der Verbraucherzentrale Niedersachsen zufolge, den Wettbewerb zu steigern.

Welche Vorteile ergeben sich daraus für Stromkunden?

Bisher sei es immer wieder

vorgekommen, dass der Altvertrag bei einem Anbieterwechsel schon wirksam gekündigt war, die Anmeldung beim neuen Anbieter aber noch auf sich warten ließ, sagt Elisabeth Aßmann von der Verbraucherzentrale Niedersachsen. In der Übergangszeit seien Verbraucherinnen und Verbraucher da-

her in der meist teuren Grund- oder Ersatzversorgung gelandet.

Mit den dort oft höheren Grund- und Arbeitspreisen sei die Stromrechnung höher ausgefallen. „Durch den schnelleren Wechsel werden Überbrückungszeiträume in der Grund- und Ersatzversorgung minimiert“, sagt Aßmann.

Hat die Neuregelung auch Nachteile für Verbraucherinnen und Verbraucher?

Mit der Einführung des 24-Stunden-Wechsels entfällt für Stromkunden die Möglichkeit, den Anbieter rückwirkend zu wechseln, so die Verbraucher-schützer. Diese Option war zum Beispiel bei einem Umzug bequem, wenn der Zähler und die Stromabnahme noch bis zu sechs Wochen rückwirkend abgemeldet und auf den neuen Mieter oder Eigentümer umgeschrieben werden konnte.

Ab dem 6. Juni 2025 sind An- und Abmeldung nun nur noch zu einem zukünftigen Termin möglich. Wer also versäumt, seinen Vertrag rechtzeitig vor dem eigenen Umzug zu kündigen und sich umzumelden, muss mit dem Nachmieter klären, wie die Kosten für die zwischenzeitliche Stromabnahme aufgeteilt werden sollen.

Und: Verbraucherinnen und Verbraucher sollten künftig noch vorsichtiger sein, falls ihnen an der Haustür oder am Te-

lefon ein neuer Stromvertrag angeboten wird, rät Elisabeth Aßmann: „Wenn der Lieferantenwechsel ab Juni an Werktagen innerhalb von 24 Stunden vollzogen sein muss“, wird ein möglicherweise ungewollter Vertrag „schneller wirksam“. Einen auf diese Weise geschlossenen Vertrag können Betroffene aber auch künftig innerhalb von 14 Tagen nach Abschluss widerrufen.

Was sollten Stromkunden für einen möglichen Anbieterwechsel in Zukunft noch auf dem Schirm haben?

Die bisher entscheidende Zählernummer wird weniger wichtig. Deutlich wichtiger wird künftig stattdessen die sogenannte Marktlokations-Identifikationsnummer (MaLo-ID), teilt die Verbraucherzentrale Niedersachsen mit. Diese elfstellige Nummer, die Verbraucherinnen und Verbraucher auf ihrer Stromrechnung finden, benötigt der neue Anbieter B, wenn er den Vertrag mit dem bisherigen Anbieter A erfolgreich kündigen und umstellen möchte.

Verbraucherinnen und Verbraucher sollten diese MaLo-ID darum nicht unbedacht an Dritte weitergeben, um eine missbräuchliche Nutzung zu verhindern, rät die Verbraucherzentrale Niedersachsen.

tmn

Bekanntschaffen

Evelyn, 64 J., mit natürl. Ausstrahlung u. super Figur. Bin zwar keine Sportkanone, mag aber spaz., Rad fahren, bin gerne in der Natur u. koche für mein Leben gern. Mir fehlt ein lieber Mann, auf den ich mich freuen kann u. für den ich immer da sein werde. Bin gespannt auf Deinen Anruf üb. PV u. unser Kennenlernen. Tel. 0176-57889239

Walburga, 74 J., blonde Witwe, mit schlanker Figur u. schönen Kurven, viel jünger wirkend. Bin einfühlsam, warmherzig, häuslich, umsorge u. verwohne gerne. Nach überstand. Schicksalsschlag wünsche ich mir wieder einen ehrlichen Partner bis 85 J. Rufen Sie gleich üb. PV an, die Einsamkeit ist so furchtbar. Tel. 0162-7939564

Irena, 78 J., in Polen geboren, seit ü. 40 Jahren hier zu Hause. Ich bin freundlich, ordentlich, koche gern u. mag spazieren in unserer schönen Natur. Ich freue mich, einen lieben Mann hier aus der Umgebung kennenzulernen. PV Tel. 0162-7928872

Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.

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

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

Landwirtschaft & Forsten

Buche Brennholz
Telefon 05684 931670

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

Auto-Ankäufe

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

Stellenangebote



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

Zusteller (m/w/d)

Wir suchen Zusteller zur Urlaubs- und Krankenvertretung in:

- Herleshausen
- Eschwege
- Wommen
- Kirchhosbach
- Altfeld
- Sontra
- Röhrda
- Albungen
- Renda
- Waldkappel
- Oberdünzsbach

Springer (m/w/d)

In Festanstellung

- Herleshausen
- Waldkappel
- Berkatal
- Sontra
- Ringgau
- Eschwege

Bewirb dich jetzt!

Telefonisch unter 05651 3359-50

oder logistik@werra-rundschau.de

WR Werra-Rundschau



die-Zusteller

Auf meiner Route bin ich CHEF

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

Dein Bezirk, Deine Route, Deine Entscheidung.

www.die-zusteller.de

„Den Armen Gerechtigkeit“ meint:
In den Ländern des Südens Ernährung sichern, Bildung fördern, Gesundheit erhalten, Frieden entwickeln. Wir bitten Sie: Helfen Sie uns helfen.
www.brot-fuer-die-weit.de

Mit **SICHERHEIT**

für **ALLE**

was dabei!



localjob.de
Deine Karriere. Deine Zukunft.



NORMA®

Mehr fürs Geld.

**JETZT ZUGREIFEN!
SOLANGE VORRAT REICHT!**

BaBonnesse Original französische luftgetrocknete Salami mit Gratis-Messer!
375-g-Stück (1 kg = 13,31)



4,99* Messer gratis

Ardilla Walnuss Kerne XXL naturblass
425-g-Packung (1 kg = 11,74)



21% billiger
zum Vergleich: 200-g-Packung = 2,99
4,99* 425 g

Trinkbecher/Ventilator gefüllt mit Süßigkeiten – Chase, Marshall oder Skye, 10-g-Becher/Ventilator (1 kg = 399,-)



je Artikel
20% billiger
UVP 4,99
3,99*

GUT LANGENHOF Chicken Nuggets XXL
Hähnchenfleisch im knusprigen Backteig, mind. 30 Stück mit 3x Curry- und 3x Süß-Sauer-Dip 650 g Nuggets + 6x25 g (= 6x21,4 ml) Dip, 800-g-Packung (1 kg = 7,49)



6 Dips inklusive XXL
5,99* 800 g

ab Montag, 2. Juni

SUPER LILVO Aprikosen XXL
Spanien Kl. I, Kal. A/AA, sonniger Genuss, perfekt für Marmeladen, Desserts oder einfach nur zum Snacken, 1,5-kg-Schale (1 kg = 2,96) je Schale



1,5 kg!
4,44* (Abbildung ähnlich)

SÜDZUCKER Gelier Rüben Zucker 3:1
für vollen Fruchtgeschmack 500-g-Packung (1 kg = 1,98)



UVP 1,99
-,99* 50% billiger

Frisbach Pralinen Edle Bohnen oder Kirschen 100-g-Packung (1 kg = 29,90)



je Packung
52% billiger
zum Vergleich: UVP Edle Kirschen = 6,30
2,99*

FERRERO Kinder Schokolade Eis/ Yogurette Eis
Yogurette Eis – Joghurt und Erdbeere, Buttermilch und Zitrone 4x50-ml-Packung (1 l = 14,95) oder Kinder Schokolade Eis 4x55-ml-Packung (1 l = 13,59) je 4er-Pack



In der Tiefkühltruhe:
UVP 3,89
2,99* 23% billiger

River Valley Früchte im Glas
Birnen Abtr.-Gew. 300 g (1 kg = 6,63), Pfirsiche Abtr.-Gew. 305 g (1 kg = 6,52) oder Fruchtcocktail Abtr.-Gew. 330 g (1 kg = 6,03), 540-g-Glas je Glas



540 g
1,99*

Heidelbeeren Portugal/Serbien/Spanien
Kl. I, sommerliche Naschfreude, ideal für Müsli oder Smoothies, 400-g-Schale (1 kg = 9,98) je Schale



3,99* 400 g!

Bell Schlesische Wurst
Polen – geräuchert und gebrüht 8 Stück, 600-g-Packung (1 kg = 9,98)



UVP 8,99
5,99* 33% billiger
600 g

„Podwawelska“ Brühwurst
Polen – mittelgroß 520-g-Packung (1 kg = 8,63) je Packung



UVP 5,79
4,49* 22% billiger
520 g

LASZLO Ungarische Salami
Classic 500-g-Packung (1 kg = 11,38) je Packung



UVP 6,99
5,69* 18% billiger
500 g

HUNGARIA Original ungarische Bauersalami
Ungarn – mild oder pikant 100-g-Packung (1 kg = 19,90) je Packung



UVP 2,59
1,99* 23% billiger

Speisekartoffeln „Pom’Alliance“
Frankreich Sorten: Gourmandine oder Jazzy, festkochende, gelbfleischige Kartoffel mit glatter Schale und angenehmen vollen Geschmack, 2,5-kg-Beutel (1 kg = 1,40) je Beutel



2,5 kg!
3,49*

JETZT NEU: Jede Woche exklusive Rabatt-Coupons – nur in der neuen NORMA Plus App!

Jetzt herunterladen und sparen, sparen, sparen!

SO EINFACH GEHT'S

1. NORMA PLUS App herunterladen
2. Blitzschnell Registrieren
3. Rabatt-Coupons aktivieren, an der Kasse vorzeigen und sparen!

SPAREN! SPAREN! SPAREN! NEU



Süßer 2 Kästen Premium Pils
2x20x0,5-l-Flasche, zzgl. 2x3,10 Pfand je 2 Kästen



UVP 33,60
19,60* 41% billiger
Aktionstermin: 02.06.2025 bis 08.06.2025
zzgl. 2x3,10 Pfand
45% billiger
(1 l = -92)
18,40**
Nur gültig mit NORMA Plus App von 02.06.2025 bis 08.06.2025

teilweise koffeinhaltiges Erfrischungsgetränk, 1,25-l-Flasche, zzgl. -25 Pfand (1 l = -79) je Flasche



UVP 1,59
-,99* 37% billiger
Aktionstermin: 02.06.2025 bis 08.06.2025
46% billiger
(1 l = -68)
-,85**
Nur gültig mit NORMA Plus App von 02.06.2025 bis 08.06.2025

Gurktaler Der milde Kräuterlikör
mit frischen Kräutern aus dem Gurktal 27% vol., 0,7-l-Flasche (1 l = 11,41)



UVP 10,99
7,99* 27% billiger
Aktionstermin: 02.06.2025 bis 08.06.2025
36% billiger
(1 l = 9,99)
6,99**
Nur gültig mit NORMA Plus App von 02.06.2025 bis 08.06.2025

Sommer-Bermuda für Damen
• Hoher Baumwollanteil • Trendige Gesäßtaschen mit Stickerie • Größen S (36/38) – XL (48/50) je Bermuda



Heritage Blue Hedge Green
Schwarz
UVP 7,99*
5,99* 25% billiger
Auch online
Nur gültig mit NORMA Plus App von 02.06.2025 bis 08.06.2025

LED-Solar-Leuchte „Pustelblume“
• Aus Edelstahl und Kunststoff mit 48 biegsamen Drahtsträngen • Höhe ca. 84 cm • IP44 spritzwassergeschützt 3 Jahre Garantie



je Ausführung
Multi-color Lila Blau
UVP 12,99*
9,99* 23% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 02.06.2025 bis 08.06.2025

STARKE LEISTUNG 3,0 kW / 4,1 PS

Elektrostart-Benzin-Rasenmäher MS173-51E
• Ideal für große Rasenflächen • Robustes, pulverbeschichtetes Stahlblechchassis • Leistungsstarker 4-Takt-Motor 3,0 kW (4,1 PS) / 173 cm³ • 7-fache zentrale Schnitthöhenverstellung 25 – 75 mm • 5 JAHRE GARANTIE



UVP 519,-
289,-
Auch online
44% billiger
XXL ca. 51 cm Schnittbreite

Trendige Hose mit Kordelzug und Glitzerstreifen, für Damen
• 95% Polyester, 5% Elasthan • Elastischer Komfortbund • Größen S (36/38) – XXL (52/54) je Hose



Simply Taupe
Deep Teal Blumen Nile Blue mit Muster
UVP 8,99*
9,99*
Auch online

T-Shirt 4er-Pack für Herren
• Uni: 100% Baumwolle, Grau-Melange: 85% Baumwolle, 15% Viskose • Größen M (48/50) – XXL (60/62)



T-Shirt Grau-Melange
Joggejeans-Bermuda Mid Blue
UVP 11,99*
9,99* 16% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 02.06.2025 bis 08.06.2025

Joggejeans-Bermuda für Herren
• Hoher Baumwollanteil • Hinten 2 aufgesetzte Taschen • Größen M (48/50) – XXL (60/62) je Bermuda



Dark Blue Mid Blue Anthrazit
UVP 9,99*
9,99*
Auch online

Li-Ion Akku-Rasenmäher
40V/4Ah PG-BPM430 • Leicht und wenig – ohne lästiges Kabel • Klappbarer Führungsholm • Großer 50 Liter Half/Half Grastank mit Füllstandsanzeige • 6-stufige zentrale Schnitthöhenverstellung 25 – 75 mm • 5 JAHRE GARANTIE



Inkl. 2x 20V / 4,0 Ah Akku-Pack und 4,5 A Doppelschnellladegerät, pro Akku ca. 1h Ladezeit
Bürstenloser Motor für lange Lebensdauer und hohe Effizienz
UVP 299,-
199,-
Auch online
49% billiger
XXL ca. 43 cm Schnittbreite
Starke Mähleistung bis zu 700 m²

Twill-Capri-Hose 3/4 für Damen
• Hoher Baumwollanteil mit Elasthan • Größen S (36/38) – XL (48/50)



Schwarz Blue Bell Humus
je Capri-Hose
9,99*
Auch online

TOPTEX Ultralight-Sportschuhe
für Damen oder Herren • Leichtes Mesh/PU-Obermaterial • Flexible Phylon-Laufsohle mit TPR-Einsätzen • Größen 38 – 44 je Paar



Schwarz Navy Schwarz Lavendel
UVP 39,95
19,99* 49% billiger
Auch online
Inkl. Ersatzschnürsenkel
UVP 29,95
14,99* 49% billiger

GIN TONIC Sneaker für Herren
• Atmungsaktives Textil-Obermaterial • Schaumdecksohle mit Memory-Foam-Effekt • Phylon-Laufsohle • Größen 42 – 45 je Paar



Anthrazit Hellgrau Navy
UVP 39,99
17,99* 55% billiger

Wachstuchtschlecke „Ecotex“ mit geprägter Oberfläche
• Strapazierfähig und schmutzabweisend • Aus robustem PVC • Feucht abwischbar je Tischdecke (Modellbeispiele)



ca. 100x140 cm (1 m² = 2,85) **3,99***
ca. 130x190 cm (1 m² = 2,40) **4,99***
ca. 140x190 cm (1 m² = 2,63) **6,99***
ca. 140x220 cm (1 m² = 3,24) **6,99***
Made in EU

Komfort-Pantoletten für Damen und Herren
• Gepolsterte Decksohle aus chromfrei gegerbtem Echtleider • Leichte PU-Laufsohle • Größen 38 – 45 je Paar



Damen Dunkelbraun Herren Beige
je Paar
UVP 29,95
15,99* 46% billiger

Sabots für Damen und Herren
• Textiles Obermaterial • Weiche Textil-Decksohle • Ultraleichte Phylon-Laufsohle • Größen 38 – 44 • Waschbar bei 30°C je Paar



Damen Grau/Türkis Herren Navy/Violett Navy/Dunkelgrau
UVP 29,95
14,99* 49% billiger

*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/aktionenartikel. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unentgeltlich 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. **Gültig für Nutzer der NORMA Plus App. Nur in der Filiale einlösbar. Es gelten die Bedingungen in der NORMA Plus App.

NORMA®
IMMER MEHR FÜRS GELD



MEHR ANGEBOTE!
unter www.norma-prospekt.de

