

handy-repairstore.de | Inh. S. Beth Hlyo

# Handy-Repairstore

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

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

Stad 43, 37269 Eschwege

Tel. 05651 7419033 | Mo. – Fr. 10 – 17 Uhr, Sa. 10 – 13 Uhr

# MARKT SPIEGEL & SONTRAER

REGION ESCHWEGE STADTKURIER

Tag & Nacht erreichbar  
05651 12999



Unser Abschiedsraum für Sie und Ihre Trauergäste...



Eschwege Moritz-Werner-Str. 16

Seit 1981 • Nr. 28

12. Juli 2025

# Ein Sack voller Medaillen

Inklusives Miteinander bei Special Olympics Landesspielen in Hanau



Das Boccia-Team um Headcoach Egon Bernhard (hinten Mitte). Insgesamt brachte die Eschweger Delegation fünfmal Gold, sechsmal Silber und neunmal Bronze mit nach Hause.

FOTOS: MORITZ GOEBE

**Eschwege/Hanau** – Mit einem Sack voller Medaillen und unvergesslichen Momenten kehrten die Sportlerinnen und Sportler der Werraland Lebenswelten von den Special Olympics Landesspielen 2025 aus Hanau zurück. Vom 23. bis 26. Juni wurde die Brüder-Grimm-Stadt zur Bühne für gelebte Inklusion, sportliches Miteinander und großartige Begegnungen – mittendrin: das Werraland-Team mit über 30 Aktiven in den Disziplinen Fußball, Boccia und Tischtennis.

Insgesamt brachte die Eschweger Delegation fünfmal Gold, sechsmal Silber und neunmal Bronze mit nach Hause. Besonders die Boccia-Gruppe glänzte: Goldmedaillen für

Martin Bitter, Alexander Bultmann sowie für das Unified-Doppel Bultmann/Max Achtelek gehörten zu den Höhepunkten. Auch im Tischtennis zeigte sich die Mannschaft in Topform – mit Gold für Tim Schlarbaum und mehreren weiteren Podestplätzen. Das Fußballteam kämpfte sich mit vollem Einsatz zur Bronzemedaille.

„Das war einfach fantastisch – sportlich wie menschlich. Unsere Athletinnen und Athleten haben nicht nur Medaillen geholt, sondern auch Herzen erobert“, sagte Erik Hogreve, Delegationsleiter und Sportkoordinator der Werraland Lebenswelten.

Neben dem sportlichen Erfolg hob Hogreve auch das En-



Einmal mit Profis Boccia spielen. Der Spruch auf seinem T-Shirt war Programm: Martin Bitter holte Gold im Einzel.

gagement im Hintergrund hervor: „Ich bin unglaublich stolz auf uns als Team. Alle haben ihr Bestes gegeben – mit Fairness, Teamgeist und einer riesigen Portion Mut. Ein besonderes Dankeschön geht an unsere ehrenamtlichen Trainerinnen und Trainer, an die Betreuerinnen und Betreuer und an die Eltern, die uns als Zuschauer unterstützt haben. Ohne sie wäre das alles nicht möglich gewesen.“

Die Atmosphäre in Hanau war mitreißend – rund 1200 Teilnehmende und Volunteers machten die Stadt vier Tage lang zu einem Ort voller Bewegung, Begegnung und Begeisterung. Die Special Olympics standen ganz im Zeichen des

Miteinanders – mit viel Applaus, großem Respekt und unzähligen Gänsehautmomenten.

Die Landesspiele waren für die Werraland-Sportlerinnen und -Sportler ein unvergessliches Erlebnis. Und demonstrierten eindrucksvoll: Inklusion ist keine Theorie, sondern lebendige Realität – wenn man sie gemeinsam gestaltet. red/tli

20. JULI 2025  
**Flohmarkt Sontra BREITWIESE**  
☎ 01 62/7 78 58 32  
STANDGEBÜHR 6€/LFM.

**ECKSTEIN**  
einfach besser

**GUTSCHEIN**

**2 FÜR 1**  
SAMSTAG – SAMSTAG  
12.07. – 19.07.2025

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

Jetzt auch in  
**Reichensachsen!**

mittwochs von  
10.00 bis 14.00 Uhr

zwischen  
Back Stop und  
Liese Automobile

**Fey**  
Fleischerei & Partyservice

Bis zu **60% RABATT\*** auf Möbel und Boxspringbetten aus unserer Ausstellung sowie **20% RABATT\*** auf Neubestellungen.

**Henke**  
Marktplatz 19-23 · Eschwege · möbel-henke.com

\* Rabatt gilt für Ausstellungsstücke, außer auf bereits reduzierte und im Prospekt beworbene Ware.

**STADTHALLE**  
ESCHWEGE

Mit Leckereien vom Pfifferling verzaubern wir Ihren Gaumen.

Betriebsferien:  
28.07. bis 11.08.2025

Wir freuen uns auf Ihre Tischreservierung von Di.–So. von 14.00–17.30 Uhr unter 0151 53357610.

Montag Ruhetag,  
Di.–Sa. 17.30–22.00 Uhr,  
So. 12.00–14.00 Uhr  
und 17.30 Uhr–21.00 Uhr

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

**John Deere Rasentraktoren**

Garantieverlängerung bis zu 4 Jahren

Wir beraten Sie gern!



**WORK DONE WELL.**

**KOLLMANN**  
METALLBAU · LANDMASCHINENFACHBETRIEB  
GARTENTECHNIK

Seegel 9 · 36205 Sontra  
Tel. (0 56 53) 91 41 05 · Fax 91 41 07  
www.Kollmann-Sontra.de

# Shuttle-Service zur „I love Malle“-Party

Am 12. Juli findet das Soundgarten Open Air im Vitalpark statt

**Eschwege/Heilbad Heiligenstadt** – Eine Malle-Party in der Mitte Deutschlands? Genau das gibt es diesen Samstag in Heilbad Heiligenstadt. Ab nachmittags stehen Stars wie Mickie Krause, Lorenz Büffel und Julian Sommer dort auf der Bühne. Organisiert hat die „I love Malle“-Party erstmalig der Soundgarten zusammen mit dem Team des Vitalparks. Um den Fans eine entspannte Anreise zu ermöglichen, wurde ein kostenloser Shuttle-Service eingerichtet. In Zusammenarbeit mit der Mobilitätstochter der Eichsfeldwerke, der EW Bus GmbH, bringt ein dicht getakteter Busverkehr Festivalgäste sicher und bequem zum Soundgarten Open Air im Vitalpark – und wieder nach Hause. Die Open-Air-Tickets gelten gleichzeitig als Fahrkarte für den Shuttle-Service – sowohl für die Hinfahrt als auch für den Heimweg.

Wer mit dem Auto anreist, kann auf einem der ausgewiesenen Park-and-Ride-Plätze in Heilbad Heiligenstadt oder im Industriegebiet an der A38 parken. Von dort geht es ab 12.30



Sorgt am Samstag im Vitalpark für Stimmung: Mickie Krause steht seit vielen Jahren für feuchtfröhliche Party-Musik.

FOTO: DENNIS KLOSE/SOUNDGARTEN

Die Busse verkehren regelmäßig – sowohl vor Veranstaltungsbeginn als auch nach dem letzten Song. Die wichtigsten Infos zu Fahrzeiten, Haltestellen und Parkplätzen werden rechtzeitig unter [soundgarten.de](http://soundgarten.de) veröffentlicht.

## Shuttle ab Bad Sooden-Allendorf

Festival-Besucher aus dem Werra-Meißner-Kreis haben zudem die Möglichkeit, ein Shuttle direkt ab Bad Sooden-Allendorf, dem ehemaligen Festivalstandort, zu nehmen. Dort fahren am Samstag ab dem Bahnhof Busse mit zwei festen Abfahrtszeiten, um 12.30 Uhr und um 14 Uhr, zum Festivalgelände sowie eine Rückfahrt nach Veranstaltungsende.

Der Einlass beginnt um 14.30 Uhr, offizieller Start ist 15.45 Uhr. Neben den bereits genannten Künstlern werden noch DJ Herzbeat, Carina Crone und Olaf Henning auftreten. Karten kosten 34,95 Euro pro Person und es gibt sie unter anderem in den Tourist-Informationen von Eschwege, Bad Sooden-Allendorf und Heilbad Heiligenstadt sowie online unter [soundgarten.de](http://soundgarten.de).

red/ulk

Uhr per Shuttle direkt zum Gelände. Insgesamt elf Haltestellen werden auf Hin- und Rückweg bedient – auch nach dem letzten Song ist für eine sichere Heimfahrt gesorgt.

**www.rb-becker.de**

**Forageteuerer Fahrzeuge, 2,4 GHz, z.B.**  
MB Aroca Wassertransporter, 1:26 oder RC Rock Hopper, 1:24

**ab Sa., den 12.07.2025**

**Rasenmäher Eco Wheeler 462.5 R**  
mit Radantrieb  
Schnittbreite: 46 cm

**3.495,-**  
144 cm

**179,50**

**Benzin-Freischneider GFS 52.3**  
2 Takt Motor, 2,0 PS inkl. Zubehör

**89,50**

**Kehrbreite: 70 cm**

**Kohlrmaschine GKM 700**  
2 rotierende Saitenbesen, Schmutzbehälter: 14l

**69,50**

**Allradlumper CAD 400.1/4x4**  
5,6 PS, bis zu 400kg, 3 Vorwärtsgänge, Rückwärtsgang, Muldenvolumen: 120l

**998,00**

**Hauswasserentwässerung HWA 1100.1 VP**  
1100W, 230V, 4600 l/h, max. Förderhöhe: 46m

**99,50**

**Gartenpumpe GP 6035**  
600W, 230V, 3200 l/h, max. Förderhöhe: 35m

**45,00**

**Hauswasserwerk HW 6035**  
600W, 230V, 3200 l/h, max. Förderhöhe: 19m

**89,50**

**Profii-Grillpavillon**  
Aluminium & Stahlrohr, pulverbeschichtet, anthrazit, Polycarbonat-Platten ca. 6mm

ca. 245 x 150 x 233 cm

**199,50**

**Revell Bausatz**  
97 Ford F150 XLT, 1:25 oder 97 Ford F150 XLT, 1:32

**9,99**

**Squishmallows**  
versch. Figuren, Plüsch, 23/30 cm

**ab 5,99**

**Fenster-Rollrolle** auch für Dachfenster  
weiß, blickdichte Strukturware, ohne Bohren & Schrauben, variable Raffung möglich

38,3 x 54 cm	= je 2,99
38,3 x 74 cm	= je 3,99
49,3 x 94 cm	= je 4,99
61,3 x 94 cm	= je 7,99
97,3 x 94 cm	= je 9,98
61,3 x 116 cm	= je 12,98
97,3 x 116 cm	= je 15,00

**Hochwertiges Boxspringbett inkl. Matratze, Topper & Bettkasten**  
140x200 cm, Liegehöhe ca. 54 cm, Samt-Optik, grau

**TOP-Preis 199,00**

**Gerätehaus Kubus**  
Außenmaß inkl. Dachüberstand (BxT): 237x242 cm, unbehandeltes Holz, natur, 19 mm Blockbohle, Firsthöhe: 210 cm

**500,00**

**Gartenhaus Vaasa**  
natur, Außenmaß inkl. Dachüberstand BxT: 280x300 cm, unbehandeltes Fichtenholz, ohne Dachendeckung, Wandstärke 28 mm, Firsthöhe 238 cm

**799,50**

**Gartenhaus Mikka**  
natur, Außenmaß inkl. Dachüberstand (BxT): 228 x 233 cm, Fichtenholz, ohne Dachendeckung, unbehandeltes Holz, Wandstärke 19 mm, Firsthöhe 220 cm

**399,50**

**KETER Aufbewahrungsbox "Store it out MAX"**  
BxHxT: 145,5 x 125 x 82 cm, Kunststoff DUOTECH™, anthrazit

**1200l Stauraum**  
**99,50**

**Getrocknete Fleischwaren**  
Serranoschinken 200g **0,59**  
Trolli versch. Sorten 150g **0,49**  
Coco Chips 115g **0,99**  
Kuchenmeister Folienkuchen versch. Sorten 350/400g **1,69**

**Smile Gummy** versch. Sorten 200g **0,29**  
**Nimm2 Smillegummies** 180g **0,79**  
**Mini Schokoladegel** Keks & Karamell o. Keks & Erdnüsse 350g **1,49**

**WIZ/Kleinalmerode** Industriestr. 1 05542 / 93 39 60  
**Kassel** Hegelbergstr. 21 0561 / 49 172 551  
**Gudensberg** Kasseler Str. 78 05603 / 91 86 54  
**RB-Rolf Becker GmbH Zentrale Industriestr. 1 - 37217 Witzzenhausen/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**

## Bilder von kleinen Krabblern

Kunst im Sontraer Rathaus

**Sontra** – Wenn die Sontraerin Sarah Porsche in ihrer Freizeit mit der Nikon D610 in die Natur hinauszieht, findet sie überall spannende Geschichten. Durch ihre enge Verbundenheit mit ihrem Großvater festigte sich schon in ihren frühen Kinderjahren eine besondere Liebe zur Natur und allem, was darin „krecht und flucht“. Vor zwei Jahren begann für die ausgebildete Fotografin ihre abenteuerliche Reise in die Insektenwelt. Die Fotografie eines Pinselkäfers war für die junge Frau die Initialzündung: „Es hat mich befeuert, auf die Suche nach den kleinen Krabblern zu gehen und diese durch das Auge meines Makroobjektivs zu betrachten.“ Die Natur-App „Obsidentify“ hilft ihr beim Bestimmen der kleinen Krabblern.

Stilvoll gerahmt sind nun die schönsten ihrer Nahaufnahmen sorgfältig mit gebräuchlichem und wissenschaftlichem Namen versehen – jetzt an den Wänden im Sontraer Rathaus zu betrachten. Wer noch mehr über die rötliche Beerenwanze, den winzigen Erlenblattfloh oder etwa die auffälligere Maskenbiene wissen möchte, kann mithilfe eines QR-Codes direkt zu Wikipedia gelangen.

### Begeisterung für die Natur teilen

Im Rahmen der gut besuchten Vernissage freute sich Bürgermeister Thomas Eckhardt, das Rathaus nun schon zum vierten Mal als Präsentationsraum zur Verfügung zu stellen. Die Fotokünstlerin könne so „ihre Begeisterung für die Natur“ mit vielen Menschen in dem öffentlichen Gebäude teilen und bereichere damit das städtische Leben.

Der jungen Frau mit dem lachenden Gesicht ist ihre Begeisterung anzusehen und ihre schwärmerischen Worte wir-



**Kunst im Rathaus Sontra:** Fotokünstlerin Sarah Porsche freut sich mit Bürgermeister Thomas Eckhardt, ihre Naturfotografien vielen Menschen im Sontraer Rathaus zu präsentieren.

FOTO: ANNEMARIE KAPINUS

ken echt, wenn sie sagt: „Ich freue mich immer sehr darüber, dass anderen meine Bilder gefallen, aber noch mehr freue ich mich durch meine Fotografie den Betrachtern die großartigen, kleinen Tiere, die überall um uns herum leben, näherzubringen.“ Und diese Welt ist nahezu unerschöpflich, zählen die Insekten mit 60 Prozent zur größten Gruppe aller Tierarten. Allein in der Gruppe der Käfer gibt es etwa 400.000 Unterarten – und noch vieles zu entdecken, wenn man mit offenen Augen den Reichtum der Natur betrachtet.

Für Kontaktaufnahme hat die Fotografin eine Visitenkarte hinterlassen. Wer künftig seine Werke – gleich welchen künstlerischen Genres – im Sontraer Rathaus ausstellen möchte, ist eingeladen, sich an Stadtmanagerin Bianca Schmidt zu wenden. Telefon: 0 56 53/97 77 19, E-Mail: [bianca.schmidt@sontra.de](mailto:bianca.schmidt@sontra.de)

**MARKT SIEGEL**  
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](mailto:wochenzeitung@werra-rundschau.de)

**Redaktion:** Sandra Trausch-Dalitz (V.i.S.d.P.)

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

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

**Anzeigenpreisliste:** Nr. 4a vom 1.7.2025

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](mailto:info@top-direkt.de), damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

# 100 Anwohnerparkplätze ausgewiesen

Während des Open Flairs gibt es in Brückenhausen kostenfreie Stellplätze

**Eschwege** – 100 kostenfreie Parkplätze hat das Open Flair für die Anwohner von Brückenhausen organisiert, damit sie während des knapp einwöchigen Festivals mobil bleiben. Diese Neuerung und weitere Maßnahmen während des Festivals haben Organisatoren, Stadt und Polizei jetzt den Anwohnern in einer Versammlung im E-Werk erklärt. Wir beantworten die wichtigsten Fragen.

### Haben Stadt, Open Flair und Polizei ähnlich wie beim Johannistag ein neues Sicherheitskonzept vorgelegt?

Nein, kein komplett neues Sicherheitskonzept. Das wurde vor einigen Jahren schon einmal neu aufgelegt und entspricht weiterhin den aktuellen Gegebenheiten. In diesem Jahr wurde es insbesondere für den Verkehr punktuell erweitert.

### Was ist denn neu?

Neu ist, dass weitere Absperungen hinzugekommen sind. Beispielsweise wird der Stadtweg zwischen McZ und Seebühne von Grebendorfer Seite mit zusätzlichen Betonbarrieren gesichert. Gleiches gilt für den Postweg vom Campingplatz aus.

### Wie darf ich denn die Brückenhausen während des Festivals befahren?

Die Brückenstraße ist ab Mittwoch nur vormittags noch befahrbar – und dann auch nur mit Berechtigungsschein. Den gibt's bei der Stadt und wird von der Security des Open Flairs kontrolliert. An der Kreuzung Mühlgraben/Brückenstraße, vor der Bremer Straße, am Eschenweg, am Zugang zum Campingplatz, an der Grebendorfer Chaussee und an der Wiesenstraße gibt es schwere Betonbarrieren, die mit zu öffnenden Stahlseilen gesichert sind. „Ab Veranstaltungen mit 15.000 Besuchern müssen zertifizierte Barrieren zum Einsatz kommen, wie sie auch während des Johannistages schon verwendet wurden“, erklärte der Leiter des Ordnungsamtes, Patrick Reiß.

### Wann darf man auf keinen Fall durch Brückenhausen mit Autos fahren?

Während der Sperrzeiten. Die sind am Mittwoch, Donnerstag



Mitten in der Stadt liegt das Festivalgelände des Open Flairs auf dem Werdchen. Das ist ein besonderer Charme, sorgt aber auch für Konflikte. Gerade die Anwohner von Brückenhausen sind betroffen.

ARCHIVBILD: LORENZ SCHÖGGL

und Freitag von 16 bis 3 Uhr, am Samstag und Sonntag von 14 bis 3 Uhr. Insbesondere zu den Zeiten, wenn Bühnenwechsel zwischen Werdchen und Seebühne anstehen und 3000 bis 4000 Menschen gleichzeitig auf den Straßen anzutreffen sind, sollen keine Autos durchgelassen werden.

### Was ist, wenn ein Notfall eintritt?

Hilfsdienste wie Rettungswagen, Feuerwehr oder Polizei dürfen durch ihre Sonderrechte natürlich zu jeder Zeit durchfahren. Zur Not mit Sondersignalen wie Blaulicht und Martinshorn.

### Was gilt für ambulante Pflegedienste oder die Mitarbeiter des Seniorenheims?

Pflegedienste bekommen Berechtigungsscheine und sollen bevorzugt nach Brückenhausen hereingelassen werden. Auch für die Mitarbeiter des Se-

niorenheims am Brückentor gelten Ausnahmen. „Für sie müssen wir aber noch nach geeigneten Parkmöglichkeiten suchen“, sagt Festivalchef Alexander Feiertag.

### Und wo können die Anwohner während des Festivals nun parken?

Für sie wurden erstmals zwei Parkflächen mit rund 100 Plätzen eingeplant. Eine entsteht beim Recycling-Kaufhaus (ehemals DM-Baustoffe). Hier kann man sein Auto abstellen, muss aber die Sperrzeiten im Auge behalten. Die zweite Fläche ist der Parkplatz unterhalb des Parkdecks an der Werra. Die 40 Stellflächen sind für die Anwohner von Brückenhausen reserviert und jederzeit befahrbar. Die Stadt prüft jetzt, ob sie auf dem Parkdeck oberhalb weitere Plätze organisieren kann.

### Und umgekehrt: Wie kommen die Anwohner aus

### Brückenhausen raus, die schlecht zu Fuß sind?

Die können beispielsweise kostenlos den Shuttlebus nutzen. Der verkehrt allerdings nur bis zu den Sperrzeiten.

### Was wird sonst noch für die Anwohner getan?

Die Sperrstunde ist auf 2 Uhr festgelegt. Spätestens dann müssen sich die Menschen aus Brückenhausen verabschieden. Die Musik auf dem Campingplatz wird auch ausgeschaltet. Auf den Bühnen ist in der Regel schon um 1 Uhr Schluss. Die Anwohner bekommen freien Zutritt zum Festival.

### Welche Sorgen treibt die Anwohner um?

Während der Versammlung gab es Zeit, Fragen zu stellen und Probleme zu schildern. Die Anwohner wünschen sich beispielsweise für Pflegedienste, Behinderte, Ferienwohnungs-gäste und Firmen mehr Aus-

nahmen. Die sollen kulanter geregelt werden. Gleichzeitig soll das Sicherheitskonzept konsequenter durchgesetzt werden. Die Kleingärtner begrüßten, dass sie die Behelfsbrücke neben der Tränenbrücke nutzen können, um zu ihren Gärten zu gelangen. Mehrfach wurde eine transparentere Information zu Einladungen und Maßnahmen gewünscht. Teilweise wurde verlangt, dass Anwohner während des Festivals in Urlaub fahren, um dem Trubel zu entziehen.

### Wie lautete das Fazit der Polizei zu den Konzepten von Stadt und Open Flair?

Die Konzepte seien stimmig. Alle Beteiligten seien bemüht, auch nach Bedarf zu regeln. Man werde aber nicht alle Eventualitäten vorhersagen können und während des Festivals zu 100 Prozent im Detail regeln können.

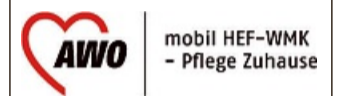
ts

**TEAM 4**  
Umzüge zum Festpreis, Haushaltsauflösungen, Seniorenzüge  
☎ 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



**Augenoptik Heitzenröder**  
Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort eine  
**Fachkraft in der Augenoptik (m/w/d)**  
in Voll- oder Teilzeit.  
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.  
Ihr Augenoptik-Fachgeschäft in  
**SOODEN**  
37242 Bad Sooden-Allendorf  
Tel. 05652 918555 · Fax 918557  
www.augenoptik-heitzenroeder.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

## Kreisverkehr für fünf Tage gesperrt

**Eschwege** – Wegen zwingend notwendiger Arbeiten am Wasser- und Gasnetz wird der Bauhof den Kreisverkehr an der Eschweger Stadthallenkreisel kommende Woche von Montag bis Freitag (14. bis 18. Juli) wegen Tiefbauarbeiten gesperrt werden. „Leider werden diese nicht ohne Behinderungen des Verkehrs möglich sein“, kündigt Uwe Schäfer, Betriebsleiter vom Eschweger Baubetriebshofes, an.

Konkret wird die Zufahrt zum Kreisel von der Wiesenstraße kommend nach der Einmündung zur Neustadt voll gesperrt, weil sich die Leitungen genau auf diesem Abschnitt mitten in der Fahrbahn befinden.

Der Verkehr in Richtung Dünzbacher Straße wird in dieser Zeit über die Neustadt, Richtung Humboldttschule, Gartenstraße und zurück in die Dünzbacher Straße umgeleitet.

### Arbeiten in den Ferien

Die Arbeiten im Auftrag der Stadtwerke Eschwege GmbH seien bewusst in die Zeit der Sommerferien gelegt worden, um auch die Auswirkungen auf den ÖPNV und den Schulbusverkehr zu minimieren. Und natürlich ist es auch die Zeit nach dem Johannistag und vor dem Flair, die hier genutzt werden soll, heißt es in der Mitteilung vom Baubetriebshof.

**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
- **Aufstiegchancen**

**BDL** BAHN DIENSTLEISTUNGEN LUDLOPH

**RUNDUM GUT VERSORGT!**  
**Diakonie ESCHWEGE-LAND** ☎ 05658 93293

**Ihr Pflegedienst für zu Hause**  
Wir bilden aus

Unsere erfahrenen Pflegeteams stehen Ihnen das ganze Jahr zur Seite – im Notfall rund um die Uhr. Sprechen Sie uns an.

<b>Team Herleshausen</b> Am Anger 4, 37293 Herleshausen	<b>Team Sontra</b> Hinter der Mauer 20, 36205 Sontra
<b>Team Meißner</b> Kupfergasse 7, 37290 Meißner-Abterode	<b>Team Waldkappel</b> Leipziger Straße 67, 37284 Waldkappel
<b>Team Ringgau</b> Rödelbach 6, 37296 Ringgau-Datterode	

info@diakonie-esw-land.de www.diakonie-esw-land.de

# Für mehr digitale Teilhabe

## Projekt „DigiruF“ fördert Frauen mit Migrationsgeschichte



**Digitale Fähigkeiten fördern:** (stehend, von links) Dozentin Donika Arifi und Olga Gubina. Sitzend, von links: Mariia Oleksyn, Johaina Trad, Hasiniaina Rafanomezantsoa und Khadijeh Rahimi.

FOTO: PRIVAT/NH

**Eschwege** – Um die gesellschaftliche Teilhabe von Frauen mit Migrationsgeschichte nachhaltig zu stärken, fördert das Land Hessen gezielt Maßnahmen zur Verbesserung ihrer digitalen Kompetenzen. Die Werkstatt für junge Menschen Eschwege leistet mit

ihrem Projekte einen wertvollen Beitrag dafür. Im Rahmen des „DigiruF - Digitale Grundbildung für Frauen“ sollen Frauen durch niedrigschwellige Schulungsangebote beim sicheren, reflektierten Umgang mit digitalen Medien unterstützt werden.

Ziel des Projektes DigiruF ist es, die Medienkompetenz dieser Zielgruppe durch sogenanntes „digitales Empowerment“ zu stärken und ihnen dadurch neue Wege der gesellschaftlichen und sozialen Teilhabe zu eröffnen. Die Module wecken Neugier auf digitale

Technologien, vermitteln praxisnahe Kenntnisse und bauen Hemmschwellen im Zugang zu digitalen Angeboten ab.

„Die digitale Teilhabe ist ein entscheidender Schlüssel zur sozialen Teilhabe“, so die Dozentin Donika Arifi. „Gerade für Frauen mit Migrationsge-

sichte ist der sichere Umgang mit digitalen Medien ein wichtiger Schritt zur aktiven Teilnahme am gesellschaftlichen Leben.“

Interessierte Frauen können sich ab sofort unter Telefon 05651/33954 17 oder per E-Mail an ramiz.arifi@werkstatt-esch-

wege.de anmelden. Das Projekt wird gefördert im Rahmen der Projektförderung des Hessischen Ministeriums für Digitalisierung und Innovation sowie des Landesprogramms WIR des Hessischen Ministeriums für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales.

red/esp

## Mehr rechtsextreme Vorfälle an hessischen Schulen

### Verfassungsfeindliche Symbole und Schmähesänge nehmen zu

**Werra-Meißner** – Hakenkreuz-Schmierereien, Heil-Hitler-Rufe und ausländerfeindliche Parolen: In den Jahren 2024 und 2025 wurden mehr rechtsextreme Vorfälle als je zuvor an die hessischen Schulämter gemeldet. Auch im Werra-Meißner-Kreis ist die Anzahl gestiegen. Das teilt das staatliche Schulamt in Bebra mit, das für die Landkreise Werra-Meißner und Hersfeld-Rotenburg zuständig ist.

Im Werra-Meißner-Kreis wurden 2024/25 insgesamt acht rechtsextreme Vorkommnisse an das staatliche Schulamt gemeldet – im benachbarten Kreis Hersfeld-Rotenburg waren es elf Fälle. „Die Anzahl

ist noch vergleichsweise niedrig“, sagt Karsten Vollmar, Fachberater für politische Bildung am staatlichen Schulamt in Bebra. „Trotzdem ist ein Anstieg der Fälle zu beobachten.“

„Vorrangig kommen die Meldungen über rechtsextreme Vorfälle von weiterführenden Schulen“, sagt Vollmar. „Dabei handelt es sich hauptsächlich um das Verwenden verfassungsfeindlicher Symbole wie Hakenkreuz und SS-Runen sowie Schmähesänge wie dem umgeschriebenen Text zu dem Song „L'amours toujours“ von Gigi D'Agostino.“ Zu dem Song des italienischen DJs und Musikproduzenten wurde seit dem vergangenen Jahr immer

wieder die Zeile „Deutschland den Deutschen, Ausländer raus“ gegrölt – eine große mediale Aufmerksamkeit brachte besonders ein Video von feiernden Menschen auf der Insel Sylt, die die Parole auf der Terrasse des Nobel-Clubs „Pony“ mitsangen.

Wird ein rechtsextremer Verdachtsfall an das Schulamt gemeldet, setzt sich Vollmar zunächst mit dem Polizeipräsidium in Verbindung, um zu klären, inwieweit der Vorfall strafrechtlich zu bewerten ist. Ist der Täter bekannt, wird Strafanzeige gegen ihn oder sie gestellt – bei Vorfällen ohne Verdächtige wird Strafanzeige gegen Unbekannt gestellt. Zu-



**Karsten Vollmar**  
Schulamt Bebra

dem wird das hessische Kultusministerium über die Vorkommnisse informiert – denn laut des hessischen Antisemitismus-Erlasses muss jeder Vorfall gemeldet werden (siehe Kasten). „Neben der strafrechtlichen Aufarbeitung findet nach Vorkommnissen an Schulen auch eine pädagogische

Aufarbeitung statt, beispielsweise durch zusätzliche Unterrichtseinheiten zum Thema Rechtsextremismus und externe Beratungsangebote“, so Vollmar. Zudem können sich Lehrerinnen und Lehrer regelmäßig zum Thema schulen lassen.

Gründe für den Anstieg sieht Vollmar unter anderem bei den sozialen Medien. Durch den uneingeschränkten Zugang können Rechtsextreme beispielsweise auf TikTok und Instagram ihre Propaganda verbreiten. Doch auch die gesamtgesellschaftliche Lage würde zum Anstieg beitragen, so Vollmar: „Die Grenze des Unsagbaren sinkt.“

### Antisemitismus-Erlass

Mit dem Antisemitismus-Erlass der hessischen Landesregierung aus dem Jahr 2018 wird festgelegt, dass alle antisemitischen Vorfälle an Schulen sofort gemeldet werden müssen, damit auf jeden einzelnen Vorfall angemessen reagiert werden kann. Das Hessische Ministerium für Kultus, Bildung und Chancen fördert und unterstützt gemeinsam mit Partnern eine Vielzahl von Programmen und Projekten zur Prävention und Intervention im Unterricht.

mag

## Turngau bietet Fortbildung „Osteoporose“ an

**Abterode** – Der Turngau Werra bietet die Weiterbildung für

Übungsleiterinnen und Übungsleiter „Training bei und gegen Osteoporose“ am 6. September an. Veranstaltungsort ist von 9.30 Uhr bis 16.30 Uhr die Mehrzweck-Sporthalle Abterode. Als Referent gewonnen werden konnte Karsten Voigtländer. Er ist Diplomsportlehrer,

Sporttherapeut und Feldenkraislehrer. Bei dieser Fortbildung sollen Übungen erarbeitet werden, die darauf ausgerichtet sind, den gesamten Bewegungsapparat so zu trainieren, dass funktionelle Anpassungen zur Stärkung der Muskel- und vor allem der Kno-

chenstrukturen erreicht werden.

### Aktivitäten sollen erforscht werden

Folgende Aktivitäten sollen an diesem Tag erforscht werden: Möglichkeiten eines Lauftrainings, verbunden mit koor-

dinativen Aufgaben; Durchführung eines HIT Krafttrainings in der Halle (Zirkeltraining); Sturzprophylaxe (Bewegungsübergänge vom Stand zum Boden und zurück) sowie ein Ausklang mit Bewegungsabfolgen aus der Feldenkrais-Methode.

Der Lehrgang ist vom Hessischen Turnverband mit 8 LE zur Lizenzverlängerung der 1. und 2. Lizenzstufe anerkannt.

Anmeldungen über [www.turngau-werra.de](http://www.turngau-werra.de) sind bis zum 17. August möglich.

esp

**ANTIK- & TRÖDELMARKT**  
13.07.2025 9 bis 16 Uhr  
**Homburg (Efze)**  
Info's unter: 0174 620 87 80

# Das bieten Reiserucksäcke

Warum Reiserucksäcke nicht nur etwas für Trekkingurlauber sind

Gegenüber Rollkoffern haben Reiserucksäcke große Vorteile: Sie klackern nicht über den Boden und müssen nicht an jeder Treppe mühsam hochgehievt werden. Man hat immer beide Hände frei und ist mit dem Gepäck auf dem Rücken wendiger und schneller. Das zahlt sich aus, wenn man zum Zug hetzt, der gleich abfährt, oder auf der Suche nach der gemieteten Ferienwohnung durch enge Gassen läuft.

Doch setzt nicht der Körper Grenzen – wer kann schon dauerhaft 20 Kilogramm auf dem Rücken tragen? Und fliegt im Rucksack nicht alles wild durcheinander, was im Koffer wohlgeordnet verpackt ist? Nein, denn auch dafür gibt es gute Lösungen, wie der folgende Überblick zeigt.

Rucksack ist Rucksack, könnte man denken. Speziell fürs Reisen konzipierte Rucksäcke bringen allerdings viele ützliche Extras mit. Standard sind hier eine große Frontöffnung und extra Fächer für wichtige Dokumente wie den Reisepass, wie Boris Gnielka von der Fachzeitschrift „Outdoor“ sagt.

Darüber hinaus bieten die einzelnen Hersteller viele clevere Lösungen an: das reicht von gesicherten Reißverschlüs-

sen bis hin zu schnittsicherem Gewebe mit eingearbeitetem Stahlgeflecht.

Das kommt ganz darauf an, welches Volumen gefragt ist, denn es gibt sie in allen Größen: angefangen von Rucksäcken in handgepacktauglichen Maßen mit Packvolumen von 30 bis 40 Litern bis hin zu Modellen, die mit 90 Litern so viel Gepäck fassen wie ein großer Koffer.

Will man mit so einem XL-Rucksack fliegen, der als Aufgabegepäck in den Frachtraum des Flugzeugs muss, sollte er ein abdeckbares Tragesystem haben, sodass die Gurte nicht mehr herauschauen, rät Experte Boris Gnielka. Sonst verheddern sie sich möglicherweise in den Gepäckbändern.

Nicht, wenn der Rucksack vernünftig konstruiert ist und man korrekt packt. „Gute Rucksäcke ziehen einen auch dann nicht nach hinten, wenn da 25 Kilogramm drin sind“, sagt Gnielka hierzu. Gerade wer einen Rucksack mit viel Volumen kauft, sollte deshalb auf Tragekomfort und Lastübertragung achten. Konkret nennt der Fachmann folgende Punkte, die solche Modelle mitbringen sollten: vorgeformte Schultergurte ein stabiler Hüftgurt, sodass die Hauptlast gut auf



Der Zug fährt gleich? Mit Rucksack auf dem Rücken rennt es sich schneller als mit Koffer in der Hand.

FOTO: ANDREAS ARNOLD/DPA

den Hüft- und Lendenbereich verteilt wird gegebenenfalls ein integriertes Metallgestell für noch mehr Stabilität

Als Richtschnur für die Masse empfiehlt der ADAC übrigens: Maximal ein Viertel des eigenen Körpergewichts sollte

der Rucksack samt Inhalt wiegen. Doch hierbei spielen vor allem auch der eigene Fitnessgrad eine Rolle. Für das Packen rät der Experte Boris Gnielka: Schwere Sachen nicht nach unten, sondern nah an den Rücken platzieren. Leichtere Sa-

chen kommen dann weiter nach außen.

Das liegt in der Hand des Reisenden, wie beim Kofferpacken ja auch. Reiserucksäcke bieten oft Extrafächer etwa für Schuhe oder Dreckwäsche. Falls die nicht reichen, sorgen

„Packing Cubes“ für Struktur: Das sind rechteckige Einlegetaschen, die es in verschiedenen Größen zu kaufen gibt. Hosen in die eine Tasche, Hemden in die andere Tasche – damit lässt sich alles ordnen. Manche setzen auch auf Plastik-Vakuumbeutel: Sachen rein, Luft raus, fertig sind die kompakten Packeinheiten.

Ein einleuchtender Tipp von Boris Gnielka: Dinge, die man greifbar haben musste, sollten nach oben oder in ein Außenfach gepackt werden. Oder noch besser: in einen Daypack.

Diese kleinen Tagesrucksäcke mit einem Volumen von 10 bis 15 Litern sind bei einigen Reiserucksäcken mit dabei und lassen sich an diesen mit Schnallen wahlweise hinten befestigen oder vorn an den Schultergurten befestigen.

Natürlich kann man die kleinen Rucksäcke auch abmachen – etwa um sie als Handgepäckstück mit in den Flieger zu nehmen.

Angesichts all dieser Möglichkeiten verwundert es nicht, wenn Fachmann Gnielka sagt: „Ich habe noch nie einen Koffer besessen.“ Das Gepäck auf dem Rücken zu haben, sei einfach „saupraktisch“.

tmn

## Stellenangebote

**HAUSHALTSHILFE** für sofort in Wdk-Bischhausen ges.. Sie sind freundlich, ehrlich u. zuverlässig so bieten wir eine Minijob-Anstellung 4-6 Std/Woche Lohn 18 €/Std. ☎ 0170 946 9059

### Vermietung

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

### Auto-Ankäufe

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

### Bekanntschaffen

**Petra, 69 J.**, gepflegte Erscheinung, frühere Filialeiterin. Ich liebe Wanderungen, Radtouren u. kann in Wanderschuhen als auch in High Heels glänzen. Bin umgänglich, lebensbejahend, umzugsbereit u. NR. Suche e. gepflegten, gebildeten Herrn mit Anstand u. Lust auf Zweisamkeit. Kostenl. Anruf, Pd-Seniorenglück. Tel. 0800-7774050

**Conny, 64 J.**, gutmütige Witwe, mit ansehnlicher Figur u. viel Liebe im Herzen. Bin ganz u. gerne Frau, immer sehr mitfühlend u. hilfsbereit. Wo ist der einsame Mann, den es nicht stört, dass ich so gerne koche u. umsorge? Ich fahre auch gerne Auto u. würde Sie besuchen, wenn Sie üb. PV anrufen. Tel. 0176-57889239

**Jutta, 58 J.**, hübsch u. natürlich, auf Anliebe sympathisch, loyal u. verlässlich. Mag Radtouren, fernsehen zu zweit u. ich koche leidenschaftlich gerne. Liebe erleben u. endlich wieder glücklich sein, das wünsche ich mir mit Dir. Ruf doch mal üb. PV an, dann könnte es mit uns beiden richtig gut werden. Tel. 0176-45891543

### 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

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

Modellisenbahn und Zubehör gesucht. Telefon 0170 2229810

Landwirtschaft & Forsten

**Buche Brennholz** Telefon 05684 931670

**BRENNHOLZ 05545 6438** www.bbv-gottschalk.de

Brennholz Buche und Eiche 67€ srm 30 cm, inkl. Lief. Tel. 0176 62681914

**dierichs**  
Zeitungsdruck

**Diesen Job können wir Ihnen anbieten ...**

... wir suchen motivierte  
**MEDIEN TECHNOLOGEN**  
**Druck (m/w/d)**

#### IHRE AUFGABEN

- Herstellung von Druckprodukten
- Bedienen, Einrichten und Wartung der Druckanlagen
- Kontrolle der Druckerzeugnisse im Hinblick auf gleichbleibende Qualität
- Überwachung des gesamten Druckvorgangs

#### IHR PROFIL

- Idealerweise eine drucktechnische Ausbildung oder eine vergleichsweise langjährige Erfahrung im Druck
- Gutes technisches Verständnis und handwerkliches Geschick und Interesse
- Aufgeschlossen, kommunikativ und verantwortungsbewusst
- Ausgeprägtes Farbsehen
- Aufgeschlossenheit gegenüber neuen Technologien

#### WAS WIR BIETEN



Vermögenswirksame Leistungen



Jobticket / JobRAD



Leistungsgerechte Vergütung inkl. Urlaubs- und Weihnachtsgeld



kostenfreie Parkplätze

### Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Jetzt informieren und mit aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen bewerben an:

Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG  
z.Hd. Herrn Stefan Voss  
Wilhelmine-Reichard-Str. 1  
34123 Kassel  
☒ stefan.voss@hna.de



Morgenstund hat **GOLD** im Mund!

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

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

■ Altfeld	■ Eschwege	■ Sontra
■ Waldkappel	■ Röhrda	■ Kirchhosbach
■ Hoheneiche	■ Völkershäusen	■ Herleshausen

**Springer** (m/w/d)  
In Festanstellung

■ Herleshausen	■ Berkatal	■ Ringgau
■ Waldkappel	■ Sontra	■ Eschwege

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

**WR Werra-Rundschau**

Auf meiner Route bin ich **CHEFIN** die-Zusteller

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

Dein Bezirk,  
Deine Route,  
Deine Entscheidung.

www.die-zusteller.de

## Warten Sie bitte nicht bis zur letzten Minute.

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

## Schonend gießen mit der Gießkanne



**Gießen ohne Brausekopf:** Lässt sich mit einem Löffel an der Gießkanne eine größere Fläche bewässern?

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

Auch Pflanzen brauchen im Sommer eine Erfrischung und die kommt am besten aus der Gießkanne. Mit einem Brauseaufsatz lässt sich das Wasser optimal verteilen. Aber was ist, wenn er auf mysteriöse Weise verschwunden ist? Muss man da gleich einen neuen kaufen?

Tiktok, Instagram und Co. sind voll von Lifehacks, für fast jedes Problem gibt es eine simple Lösung, die nur wenige Handgriffe erfordert und nicht teuer sein soll. So soll man auch ohne Gießaufsatz die Pflanzen schonend bewässern können - nämlich mit Hilfe eines Löffels.

Und so geht's: Einen Esslöffel unterhalb der Öffnung am Ende der Tülle der Gießkanne befestigen - den Löffelstiel also zum Beispiel mit Kabelbindern oder Klebeband festbinden.

Fazit: Der Hack funktioniert ausgezeichnet. Mit Hilfe des Löffels lässt sich das Wasser gleichmäßig über eine größere Fläche verteilen und der Boden so schonend bewässern.

Tipp: Den Löffel lieber mit Kabelbindern befestigen, denn das Klebeband lässt sich unter Umständen nur schwer wieder entfernen.

Doch wir wissen, dass das Internet nicht immer die Wahrheit sagt. Deshalb haben wir den Löffel-Aufsatz für die Gieß-

kanne in unserem Hack-Check getestet. Hält der Lifehack, was er verspricht - oder ist er ein Flop?

tmn

## Glasnudelsalat mit Lachs-Ceviche



**Der Glasnudelsalat mit Lachs-Ceviche** wird mit gerösteten weißen und schwarzen Sesamkörnern getoppt.

FOTO: DOREEN HASSEK/DPA

Ceviche ist ein peruanisches Gericht, das aus rohem Fisch besteht, der in Limettensaft mariniert wird. Heute bleibt die Küche kalt! Na ja, fast. Wenn es draußen richtig heiß ist, hat niemand Lust sich an den Herd zu stellen und stundenlang zu kochen. Da ist man froh, wenn es schnell geht und am Ende trotzdem ein unglaublich köstliches Essen auf dem Tisch steht - wie etwa dieser Glasnudelsalat.

1 Bio-Limette (davon Saft und Zesten) 1 EL Sojasoße 1 EL Sesamöl 1 EL Ingwerpulver

### Zubereitung

1. Den Lachs in 1 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel putzen und genau wie die Chilischote in kleine Würfel, und die Radieschen in Stifte schneiden. Die vorbereiteten Zutaten mit dem Lachs mischen und mit dem Saft der Limette darüber geben, mit Salz würzen und während der Zubereitung des Salates ziehen lassen.

2. Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln ein paar Minuten kochen, bis sie gar sind, abgießen und zur Seite stellen. Die Gurke waschen und mit einem Sparschäler längs komplett in lange Streifen schneiden. Die Mango von Schale und Kern befreien und ebenfalls (vielleicht lieber mit dem Messer) in schmale Streifen schneiden. Den Koriander hacken, die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und beides unter den Salat heben.

Er ist so schnell gemacht und dabei so köstlich. Das liegt auch an der besonderen Art den Lachs zu garen. Die Säure von Limettensaft denaturiert das Eiweiß des Fisches, wodurch er ähnlich wie beim Kochen gegart wird, ohne tatsächlich Hitze auszusetzen. So bleibt der Fisch frisch und wird so zart, dass er förmlich auf der Zunge zergeht. Dieses Essen hat im Sommer auf jeden Fall Suchtpotential!

3. Das Dressing aus Sesamöl, Sojasoße, Ingwerpulver, dem Saft der Limette und den Zesten, zusammenrühren, über den Salat geben und gut vermengen. Den Salat auf zwei Tellern anrichten und mit der nun gar gezogenen Lachs-Zwiebel-Radieschenmischung toppen und mit dem Sesam bestreuen.

### Zutaten für 2 Personen

Für das Ceviche:  
300 g Lachs in Sushi-Qualität  
rote Zwiebel 1/2 Bund Radieschen  
Saft einer Bio-Limette  
1 EL Sesamöl  
rote Chili (wer es gerne scharf mag)

Für den Glasnudelsalat:  
1 reife Mango  
1 Salatgurke  
70 g Glasnudeln  
2 Frühlingszwiebeln  
1/2 Bund Koriander  
je 1 TL weißen und schwarzen gerösteten Sesam

Für das Dressing:

Mehr Rezepte unter <https://hauptstadt kueche.blogspot.com/>

tmn

Angebote gültig vom 14.07. – 19.07.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

**Logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**RUNDSCHAU**  
FÜR DEN LEBENSMITTELHANDEL

DEUTSCHLANDS **BESTE**  
GETRÄNKE  
HÄNDLER  
2025

In Kooperation mit:  
**WEIN**  
MARKT

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

**Neu im Sortiment!**  
Hell Alkoholfrei

**-30%**  
**13,99**

**Steinie<sup>2</sup> Natur Radler**  
Kasten = 20 x 0,33 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
11 = 1,82 €

**12,99**  
**11,99** **9,99**  
11 = 1,51 €

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

**14,99** **13,99**  
11 = 1,40 €

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

**19,99** **16,99** **15,99**  
11 = 1,60 €

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

**10,99**

**Theresien Quelle Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,5 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,61 €

**5,49** **4,99**  
11 = 0,55 €

**Benediktiner Weissbier**  
naturtrüb, alkoholfrei,  
Pack = 6 x 0,5 l,  
zzgl. 0,48 € Pfand,  
11 = 1,76 €

**6,29** **5,29**

**Corona**  
Extra, Cero 0,0 %,  
Pack = 6 x 0,355 l,  
zzgl. 0,48 € Pfand,  
11 = 3,28 €

**6,99** **5,99**  
11 = 2,81 €

**top frisch Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
Pack = 6 x 1,5 l,  
zzgl. 1,50 € Pfand,  
11 = 0,20 €

**1,79**

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

**-24%**  
**6,49**

**Sinalco Kombikasten**  
teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 12 x 1 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,67 €

**7,99**

**Thomas Henry<sup>®</sup>**  
diverse Sorten,  
teilweise chininhaltig,  
0,75 l-Flasche,  
zzgl. 0,15 € Pfand,  
11 = 2,39 €

**-33%**  
**1,79**

**Durstlöcher**  
diverse Sorten,  
0,5 l-Pack,  
11 = 1,18 €

**0,59**

**BLITZbee**  
koffeinhaltig,  
0,25 l-Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
11 = 3,96 €

**0,99**

**Bad Brambacher Garten-Limonade**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,7 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,95 €

**7,99** **7,49**  
11 = 0,89 €

**Lipton ICE Tea**  
diverse Sorten,  
koffeinhaltig,  
1,25 l-Flasche,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
11 = 1,03 €

**1,29**

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

**3,49**

**Niersteiner Rheinhessen**  
diverse Sorten,  
11-Flasche,  
11 = 3,49 €

**-36%**  
**3,49**

**Käfer Wein**  
diverse Sorten,  
0,75 l-Flasche,  
11 = 3,99 €

**5,99**

**Mionetto Prosecco**  
diverse Sorten,  
0,75 l-Flasche,  
11 = 7,99 €

**-37%**  
**5,99**

**Berentzen Fruchtige**  
Saurer Apfel,  
0,7 l-Flasche,  
11 = 7,13 €

**-33%**  
**4,99**

**Freikarte FREIZEIT-LAND GEISELWIND**  
Ab einem Einkaufswert von 50 € erhalten Sie eine Freikarte für ein Kind bis 1,40 m  
Gutschein bis 06.01.2026 gültig. Nur solange der Vorrat reicht.

**Wodka Gorbatschow, Citron**  
0,7 l-Flasche,  
11 = 9,27 €

**6,49** **5,99**  
11 = 8,56 €

**Ramazotti**  
diverse Sorten,  
0,7 l-Flasche,  
11 = 14,27 €

**-29%**  
**9,99**

\*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®

über 40 weitere  
XXL Artikel in Ihrer  
Filiale erhältlich

**Domestos WC Stein Power 5**  
Ocean, Lime oder Magic Unicorn  
3x50-g-Packung  
(1 kg = 22,20)  
je Packung

**30% billiger**  
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 1,59  
**3er-Pack**  
**3,33\***

**Roy Snacks Fisch- & Hühnchen-**  
streifen oder Calcium-Knochen  
360-g-Beutel  
(1 kg = 13,86)  
je Beutel

**ca. 120 Stück**  
**360g**  
**4,99\***

**24 Auch online**

**Vobro Pralinen**  
Brownie oder  
Marzipan Passion  
800-g-Packung  
(1 kg = 8,74)  
je Packung

**800 g**  
**Großpackung**  
**6,99\***

**DREI STERN XXL Eintopf** Tomatensuppe,  
Chili con Carne, veganer Linsen-  
oder Erbsentopf  
1,2-kg-Dose (1 kg = 3,16)  
je Dose

**24% billiger**  
**1,2 kg**  
UVP 4,99  
**3,79\***

**Reola Prosciutto Crudo**  
original italienischer Rohschinken,  
am Stück, ca. 700-g - 900-g-Packung,  
Ware einzeln  
ausgepreist

**21% billiger**  
z. B. **700 g**  
UVP 1 kg = 17,90  
**9,79\***

(1 kg = 13,99)

**Sirup mit Wald-**  
beeren, Pfirsich  
Eistee oder  
Traube-Holunder-  
beer 700-ml-Flasche,  
ohne Pfand (1 l = 2,41)  
je Flasche

**0,7 Liter**  
**1,69\***

**VEGAN**

**AMARULA Creamlikör**  
17% vol, 1-l-Flasche  
(1 l = 9,99)

**40% gratis**  
**28% billiger**  
UVP 13,99  
**9,99\***

**Red Bull Energydrink**  
6x0,25-l-Dose,  
zzgl. 6x -,25 Pfand,  
(1 l = 3,33) je 6er-Pack

**6er-Pack**  
entspricht  
Einzeldose = 83  
**4,99\***

**40% billiger**  
zum Vergleich: UVP Einzeldose = 1,39

**Berlinki Würstchen**  
Classic XXL  
Polen 30 Stück, 1,5-kg-  
Packung (1 kg = 5,99)

**23% billiger**  
UVP 11,69  
**8,99\***

**1,5 kg**

**UNICUM Anno**  
1790 Kräuterlikör  
Eine ungarische Likörspezi-  
alität von Zwack - Classic  
40% vol oder Zwetschke  
34,5% vol, 0,7-l-Flasche  
(1 l = 18,56) je Flasche

**UVP 15,49**  
**16% billiger**  
**12,99\***

**DOVGAN Sprotten in Rapsöl**  
Lettland - geräuchert, mit  
transparentem Deckel  
160-g-Dose  
(1 kg = 11,19)

**10% billiger**  
UVP 1,99  
**1,79\***

**Balcerzak Original**  
polnische Grillwurst  
Krakauer Polen - extra  
fleischig, extra würzig 8 Stück,  
800-g-Packung (1 kg = 8,74)

**+++ Im Aktionskühlregal +++**  
UVP 8,79  
**20% billiger**  
**6,99\***

**800 g**

**LA ZAGARA Tafel-**  
trauben  
Italien  
Kl. I, Sorte: Victoria,  
1,5-kg-Packung  
(1 kg = 2,66)

**große Früchte!**  
**1,5 kg!**  
**3,99\***

(Abbildung ähnlich)

**LA ZAGARA Kultur-Heidelbeeren**  
Deutschland, Märkische Höfe  
Beelitz/Brandenburg  
Kl. I, 500-g-Schale  
(1 kg = 7,98)  
je Eimer

**500 g!**  
**3,99\***

(Abbildung ähnlich)

**SPAREN! SPAREN! SPAREN!**

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

Jetzt herunterladen und  
sparen, sparen, sparen!

**NORMA Plus**

**XXL-Oval-Sonnenschirm ca. 4,6x2,7 m**  
• Ovale Form - ideal für große rechteckige Garten-  
tische • Wetterfeste, strapazierfähige Bespannung • Einfache Bedienung  
durch Handkurbel • Robustes, pulverbeschichtetes Gestänge  
• Haubenbelüftung für angenehmes Klima  
3 Jahre Garantie  
je Ausführung

**Stabile Doppel-**  
schirm-  
konstruktion

**XXL-Größe**  
241042, 241043  
**99,-\***

**24 Auch online**

**Shorty-Set für Damen oder Herren**  
• 100% Baumwolle • Angenehm weiche Single-  
Jersey-Qualität • Damen-Größen S (36/38) -  
XL (48/50) • Herren-Größen M (48/50) - XL (56/58)

**47% billiger**  
UVP 24,95  
je Shorty-Set  
**12,99\***

Rosa/Anthrazit, Eisblau/Blau, Dunkelrot/Schwarz, Rauchblau/Marine, Marine/Camouflage

**Capri-Leggings 2er-Pack**  
für Damen • 95% Baumwolle, 5% Elasthan  
• Single-Jersey-Qualität  
• Größen S (36/38) - XXL (52/54)

**7,99\* 2er-Pack**  
2x Schwarz

**25% billiger**  
Nur gültig mit  
NORMA Plus App  
von 14.07.2025 bis 20.07.2025

**J-Line Komfort-BH 5er-Set**  
für Damen • 92% Polyamid, 8% Elasthan • Mit  
extra breiten und bequemen Komfortträgern  
• Größen M - XXL je 5er-Pack

Set 1  
je 1x Weiß,  
Beige, Anthra-  
zit, Schwarz,  
Marine

Set 2  
je 1x Blau,  
Türkis, Beere,  
Flieder,  
Denim

**UVP 34,95**  
**15,99\***

**54% billiger**

**24 Auch online**

**Baumwoll-Seersucker-**  
Bettwäsche  
1 Bezug ca. 135 x 200 cm  
und je 1 Kissenbezug ca.  
80 x 80 cm und ca. 40 x 80 cm  
• Besonders weiche und  
angenehme Qualität  
• 100% Baumwolle  
• Mit YKK-Mark-  
reißverschluss  
je Bettwäschen-Set

**1 Kissenbezug ca.**  
**40 x 80 cm gratis**

**12,99\***

**24 Auch online**

Floral Rot, Netz Streifen Lila, Check Rosé-Beere

**Sneaker-Socken 10 Paar**  
für Damen und Herren • Hoher  
Baumwollanteil • Größen  
35/38 - 43/46  
Große Farbaus-  
wahl erhältlich

**6,99\* 10 Paar**

**Relax-Cross-Slipper**  
für Damen oder Herren • Atmungsaktives Innenfutter  
leitet Feuchtigkeit ab • Robuste Antirutsch-Gummisohle  
• Verstellbarer Klettverschluss  
• Größen 37/38 - 43/44  
je Paar

**50% billiger**  
UVP 29,99  
**14,99\***

Extra dickes  
Memory-  
Foam Fußbett

Atmungsaktives  
Mesh-Cross-Band

**Komfort-**  
Ronley Slipper  
für Herren  
• Komfortables Obermaterial mit  
textiler Innenausstattung  
• Flexible Phylon-Laufsohle  
• Größen 42 - 45  
je Paar

**14,99\***

Bequemer Einstieg durch  
Slipper Konstruktion

**Cloud Sneaker für Damen und Herren**  
• Nahtloses Obermaterial mit Applikationen aus  
Rubber-Print • Memory-Foam-Decksohle  
• Waschbar bei 30°C  
• Größen 38 - 45 je Paar

**51% billiger**  
UVP 44,95  
**21,99\***

Schockabsor-  
bierende  
ReBounce  
Phylon-Rubber  
Laufsohle

**Sneaker für Damen oder Herren** • Luftdurchlässiges  
Mesh-Obermaterial • Decksohle aus Memory-Foam •  
Ultraleichte Phylon-Laufsohle • Waschbar bei 30°C  
• Größen 38 - 45 je Paar

**55% billiger**  
UVP 44,95  
**19,99\***

**Washhand-  
schuh 6er-Set**  
je ca. 16 x 21 cm

**Gästetuch**  
6er-Set je ca.  
30 x 50 cm

**Handtuch**  
2er-Set je ca.  
50 x  
100 cm

**28% billiger**  
Nur gültig mit  
NORMA Plus App  
von 14.07.2025 bis 20.07.2025

**4,99\*\***

je Ausführung  
**6,99\***

Duschtuch  
ca. 70 x  
140 cm

**Hochwertiger WC-Sitz aus Duroplast, mit geräuschloser**  
Absenkautomatik • Passend für alle handelsüblichen WCs • Kratz-  
beständig und reinigungsfreundlich • Inkl. Befestigungsmaterial und Metall-  
schrauben 3 Jahre Garantie

**12,99\***

**WC-Sitz mit Motiv**  
**15,99\***

Abendrot, Himmelsfalter, Zen Garten Weiß

Muschel, Kirschblüte, Steinsteig

**Frottier-  
waren**

**„Adria“**  
Walkfrottier  
vom Feinsten  
• 100% Baumwolle  
• Mit praktischer  
Aufhängekordel  
• Hohe Saugfähigkeit,  
schnelltrocknend  
• Angenehm weich  
und voluminös

**28% billiger**  
Nur gültig mit  
NORMA Plus App  
von 14.07.2025 bis 20.07.2025

**4,99\*\***

je Ausführung  
**6,99\***

Duschtuch  
ca. 70 x  
140 cm

**Dach- und Fugen-**  
dicht 300 ml • Zum Abdichten  
von Kamin- und Maueran-  
schlüssen  
• Dispersionsmodifizierter  
Bitumenmischstoff  
• Für Außen  
(1 l = 13,30)

**3,99\***

Sehr gute Haftung  
auf vielen Unter-  
gründen

**Dachschindel-**  
Kleber 445 g  
• Dispersionsmodifiziert  
• Hohe Anfangsklebkraft  
• Verschiebbar nach  
Klebstoffauftrag  
(1 kg = 8,97)

**8,99\***

**Reparatur-Band**  
ca. 10 m x 7,5 cm • Selbstklebendes  
Bitumenband zur universellen  
Abdichtung • Für Innen und Außen  
(1 m = -,90)

**8,99\***

Schwarz, Alu

**Klebebänder**

Gewebeband  
• ca. 50 mm x 50 m  
• In Schwarz, Silber oder  
Camouflage  
(1 m = -,06)

**2,99\***

Auch erhältlich:  
Verpackungs-  
Klebeband

**Aluminium Klebeband 2er-Set**  
• Je ca. 50 mm x 15 m (1 m = -,13)

**3,99\***

Auch erhältlich:  
Doppelseitiges  
Klebeband 2er-Set,  
Maler-Flachkrepp-  
band 3er-Set, All-  
wetter-Klebeband

\*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 Kaufvorgang 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 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 Druckfehler keine Haftung. \*\*Gültig für Nutzer der NORMA Plus App. Nur in der Filiale erhältlich. Es gelten die Bedingungen in der NORMA Plus App.

**ÖKO-TEST** Daunasoft Beauty Wattestäbchen 300 Stück **gut**

**ÖKO-TEST GUT!** **AUSGABE 07/2025**

**DAUNASOFT** Wattestäbchen 300-Stück-Packung

**ÖKO-TEST** Daunasoft Beauty Wattestäbchen 300 Stück **gut**

Ständig im Sortiment  
**-70**

**NORMA** [www.norma-online.de](http://www.norma-online.de)

NORMA Lebensmittelfilialbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg



# Traditioneller Gottesdienst

Kirchengemeinden Hoheneiche, Mitterode und Wichmannshausen

**Wichmannshausen** – Wie in vielen Jahren zuvor feierten die Kirchengemeinden Hoheneiche, Mitterode und Wichmannshausen aus dem noch bestehenden Kirchspiel den traditionellen Gottesdienst an der Lauseeiche am ersten Wochenende im Juli unter dem vier Meter hohen Holzkreuz, das einst von Pfarrer Reinhard Weidner am Weitfeld an einer Weggabelung initiiert wurde.

Pfarrer Karsten Leischow ging in seiner Predigt auf die Schöpfungsgeschichte ein, die einen realen Bezug zu der die Gottesdienstbesucher umgebenden Natur spiegelte. Besonders betont wurde die Verantwortung, die den Menschen mit der Wahrung der Schöpfung übertragen wurde und die man sich tagtäglich bewusst machen sollte. Mehr noch wies er auch auf den freien Sonntag (7. Tag) hin, an dem eigentlich die Arbeit und auch der Einzelne zur Ruhe kommen sollte.

Musikalisch unterstrichen wurde die Predigt durch das zum Kirchenlied avancierte ehemalige Volkslied „Geh aus mein Herz“ von Paul Gerhard, das 1653 kurz nach dem 30-jährigen Krieg geschrieben wurde und das der Verfasser ursprünglich auch nach einem



Die Kirchengemeinden Hoheneiche, Mitterode und Wichmannshausen feierten traditioneller Gottesdienst an der Lauseeiche. FOTO: HERBERT CEBULLA

plötzlichen Kindstod seiner niedergeschlagenen Ehefrau gewidmet hat. Der beliebte Kirchenmusiker Rene Sennhenn umrahmte musikalisch den ansprechenden und zum Nachdenken anregenden Gottesdienst mit seiner klangvollen

Anlage und kräftigen Stimme. Versorgt wurden die circa 65 Gottesdienstbesucher vom Kirchenvorstand aus Hoheneiche, der leckeren Kuchen von der Bäckerei Stange und Stracke von der Metzgerei Göttig organisiert hatte. Nach dem Gottes-

dienst wurde vielfach der Wunsch ausgesprochen, dass man auch zukünftig an dem Waldgottesdienst an der Lauseeiche festhalten solle, trotz der Strukturreform, die demnächst ansteht.

## Stadt Sontra fördert Geschäftsneueröffnungen

Förderprogramm „SONTRA 12-Plus“



**Geschäftsneueröffnung:** Bürgermeister Thomas Eckhardt (rechts) übergibt Stefan Hoßbach den Förderbescheid „SONTRA 12-Plus“. FOTO: STADT SONTRA

**Sontra** – Die Berg- und Hänselestadt unterstützt seit 2019 über das kommunale Förderprogramm „SONTRA 12-Plus“ die Neuansiedlung von Einzelhandel, Gastronomie und verbraucher-nahen Dienstleistungen, um Leerstände zu reduzieren.

Bereits im März, nachdem die Räumlichkeiten zwei Jahre

leer standen, hat Stefan Hoßbach die Gesundheitswelt in der Herrenstraße 5–7 in Sontra eröffnet und bietet dort Rehasport für Erwachsene und Kinder, verschiedene Sport- und Fitnesskurse und einen Milonzirkel für Kraft und Kraftausdauer sowie Massagen und gesundheitliche Anwendungen

an. „Ich bin gut in Sontra aufgenommen worden und die Bevölkerung nimmt das vielfältige Angebot der Gesundheitswelt sehr gut an“, so Stefan Hoßbach, der sich darüber gefreut hat, nun auch eine städtische Unterstützung in Form eines finanziellen Mietzuschusses zu erhalten.

Ziel des kommunalen Förderprogramms „SONTRA 12-Plus“ ist es, im Rahmen der städtischen Wirtschafts- und Verkehrsförderung einen finanziellen Mietzuschuss an die

Antragssteller über einen Zeitraum von zwölf Monaten zur Reduzierung leerstehender Gewerbeimmobilien zu leisten. „SONTRA 12-Plus“ bietet dabei Anreize zur Neueröffnung von inhabergeführten Geschäften. Die Belebung innerstädtischer Lagen mithilfe der Ansiedlung von Einzelhandel, Gastronomie und verbraucher-nahen Dienstleistungsunternehmen ist das Kernelement der Förderrichtlinie, die auf der Webseite der Stadt Sontra unter [www.sontra.de](http://www.sontra.de) veröffentlicht wird.

## Einladung zur JHV

**Krauthausen** – Am Samstag, den 26.7.2025, um 18 Uhr, findet im Dorfgemeinschaftshaus Krauthausen die Jahreshauptversammlung für das Geschäftsjahr 2024 des Feuerwehrvereins statt. Alle Mitglieder und die es werden möchten, sind hierzu recht herzlich eingeladen.

- Bericht des Kassenwartes
  - Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des Vorstandes
  - Wahl der Kassenprüfer für das 2025
  - Ehrungen
  - Grußworte der Gäste
  - Verschiedenes und Termine 2025
- Anträge zur Änderung der Tagesordnung, müssen eine Woche vor der Versammlung in schriftlicher Form beim Vorstand vorliegen!  
Mit kameradschaftlichen Grüßen  
Andreas Thiel, 1.Vorsitzende  
Dirk Linhose 2. Vorsitzender

## Berichte und Haushaltsplan

**Ulfen** – Der Vorstand der SG HNU lädt alle Mitglieder des TSV Herleshausen, des TSV Brandenfels Nesselröden und des TSV Ulfgrund am Freitag, 25. Juli, Beginn 20.30 Uhr, ins Dorfgemeinschaftshaus Ulfen, zur Jahreshauptversammlung ein.  
An diesem Abend sollen nach den Berichten des 1. Vor-

sitzenden Friedhelm Rimbach und der Abteilungsleiter zur Serie 2024/25 vorgetragen und der Haushaltsplan Serie 2025/2026 vorgestellt werden. Des Weiteren soll über den Übungs- und Spielbetrieb informiert und beraten werden.  
Georg Göpfarth  
Pressewart SG HNU

### 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**  
**12. Juli**  
Bonifatius Apotheke, Wanfried, Ringstraße 37, 0 56 55/8066  
**13. Juli**  
Meissner-Apotheke, Abterode, Steinweg 59, 0 56 57/232

**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

**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

### PROGRAMMVORSCHAU

**11. BIS 14. JULI**  
Kirmes in Breitau

**DIENSTAG, 15. JULI**  
**14.30 bis 17 Uhr:** Seniorennachmittag mit Kaffeestunde und Spielernachmittag, Bürgerhilfe Sontraer Land und Awo-Ortsverein Sontra, Niederstadt 41

**MITTWOCH, 16. JULI**  
**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

**DONNERSTAG, 17. JULI**  
**11 bis 14 Uhr:** Bürgerhilfe Sontraer Land, Mittagsstich für Senioren im Blickpunkt, Niederstadt 41  
**16 bis 19 Uhr:** Stadt- und Schulbibliothek geöffnet, Adam-von-Trott-Schule, Jahnstraße

**FREITAG, 18. JULI**  
**10 bis 11 Uhr:** Handyfit-Sprechstunde, Bürgerhilfe, Niederstadt 41

**19. UND 20. JULI**  
Dorffest mit Grill- und Spielplatz-Einweihung Diemerode, FFW und Landfrauen Diemerode

**SONNTAG, 20. JULI**  
**6 bis 15 Uhr:** Flohmarkt, Veranstalter Uwe Günther, Breitwiese, Sontra

### KIRCHLICHE NACHRICHTEN

**EVANGELISCHE KIRCHEN**  
**13. Juli**  
**Sontra:** 10 Uhr Gottesdienst, 18 Uhr in der Stadtkirche Sontra mit Snacks und Getränken - Liebesfreud und Liebesleid / Gesang und Piano mit Steffi Lindenau und René Sennhenn  
**Thurnhosbach:** 11.15 Uhr Gottesdienst

**Krauthausen:** 11 Uhr Gottesdienst  
**KIRCHSPIEL**  
**DATTERODE/RÖHRDA**  
Keine Gottesdienste

**KIRCHSPIEL BERNEBURG**  
Keine Gottesdienste

**KIRCHSPIEL ULFEN**  
**13. Juli**  
**Ulfen:** 10 Uhr Gottesdienst

**KATHOLISCHE KIRCHEN**  
**PASTORALVERBUND GABRIEL WERRA-MEISSNER**  
**12. Juli**  
**Nentershausen:** 17 Uhr Vorabendmesse  
**14. Juli**  
**Sontra:** 10.45 Uhr Hochamt

### BEKANNTMACHUNG

**Stadt- und Schulbibliothek Sontra ist während der Sommerferien nur donnerstags geöffnet**  
Die Stadt- und Schulbibliothek Sontra im Gebäude der Adam-von-Trott-Schule ist während der Sommerferien in Hessen (07.07.2025 – 15.08.2025) nur an den Donnerstagen in der Zeit von jeweils 16:00 Uhr bis 19:00 Uhr für Sie geöffnet.

### ZEUGEN JEHOVAS

Jeden Mittwoch um 19 Uhr und jeden Samstag um 18 Uhr im Kirchengebäude der Gemeinde Sontra: Schlesienstraße 1, Eschwege.  
Die Gottesdienste finden sowohl als Präsenzveranstaltung und auch per Videokonferenz statt. Weitere Infos unter 0 56 53/6 33 98 28.

### STADTVERWALTUNG

**MITTEILUNGEN UND BERICHTE** für den Sontraer Stadtkurier müssen der Verwaltung montags bis 11 Uhr vorliegen. Später eingehende Meldungen können nicht berücksichtigt werden.

**06627/8686**  
Brillenhaus-Blankenbach Gardziella

**Gardziella**  
Brillenhaus-Blankenbach 06627 8686

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



## Liebesfreud und Liebesleid

Sommerserenaden der evangelischen Kirche

**Sontra** – Sommerzeit ist in Sontra auch immer Serenadenzeit. Die diesjährigen Sommerserenaden der ev. Kirche in Sontra werden von Steffi Lindenau (Gesang) und René Sennhenn eröffnet. Am Sonntag, 13. Juli, werden sie um 18 Uhr Konzert in der ev. Stadtkirche in Sontra geben.

René Sennhenn als ausgebildeter A-Kantor für die Orgel ist ein wahres Multitalent an den Tasten und ist auch sehr gefragt bei Sängern und Instrumentalisten als versierter Klavier- oder Orgelbegleiter. Steffi Lindenau ist eine gern gehörte Sängerin, deren Gesang geprägt ist von einer außerordentlichen Stimme, mit der sie



Evangelische Kirche Sontra  
Sommerserenade mit René Sennhenn und Steffi Lindenau  
ARCHIVFOTO: PRIVAT

den Stücken noch eine zusätzli-

che Portion Emotionen verleiht.

In diesem Jahr werden sie Lieder zum Thema „Liebesleid und Liebesfreud“ vortragen und all die verschiedenen Aspekte, die zur Liebe und ihren Nebeneffekten gehören, mit unterschiedlichsten Gesangsstücken beleuchten.

Steffi Lindenau und René Sennhenn haben dafür ein musikalisch vielfältiges und vielschichtiges Programm vorbereitet, das auch den unterschiedlichsten Zuhörern ein wunderbares Erlebnis garantiert. Es reicht von der Barockzeit, wo werden auch Stücke von Händel zu hören sein, bis zu Popsongs zum Thema Liebe

und dem dazu gehörenden Schmerz von ABBA, Billy Joel und anderen bekannten Gruppen. Dazu gibt es Auszüge aus dem romantischen Liederkreis „Frauen, Liebe und Leben“ von Schumann und Lieder von Anna Depenbusch, die für ihren Crossover aus Pop und Chanson bekannt ist.

In der Pause und nach der Serenade stehen dann Knabberien und Getränke aller Art bereit, um den Abend nicht nur musikalisch zu genießen, sondern auch den Gaumen zu verwöhnen und vielleicht auch mit den Künstlern ins Gespräch zu kommen.

Der Eintritt ist frei, eine Spende wird erbeten.

## Programmabschluss mit Grillnachmittag

Männertreff Ulfen

**Ulfen** – Zum Abschluss des Frühjahr/ Sommerprogramms lud der Männertreff Ulfen zu einem Grillnachmittag ein. Aufgrund der Hitze wurde der vorgesehene Treffpunkt von der Burgberghütte vom Orga-Team kurzfristig an eine Teichanlage an der Blinden Mühle verlegt, wo man in Schatten der Bäume die von Heinrich Gümpel gebrillten Würstchen und Steaks genießen konnte. Auch für gekühlte Getränke war bestens gesorgt.

15 Männer aus Ulfen, Breitau

und Grandenborn fanden sich zu dem Treffen ein und nutzen die Gelegenheit über viele Themen der Zeit sich zu unterhalten bzw. auszutauschen.

In den Monaten August und September finden keine Veranstaltungen statt. Das Winterprogramm startet am 7. Oktober um 19 Uhr im Pfarrhaus mit einem Vortrag des DRK mit dem Thema „Herzinfarkt/Schlaganfall – was tun?“

Das ORGA-Team Heinrich Gümpel Willi Eckhardt

## Vollsperrung der Weldaer Straße

Ihre Stadtverwaltung informiert: Sperrung vom 14. Juli bis 8. August

**Sontra** – Der Ausbau des Glasfasernetzes in Sontra-Mitte und den umliegenden Stadtteilen macht weiterhin große Fortschritte. Um die schnelle und zuverlässige Internetversorgung für alle Bürgerinnen und Bürger weiter auszubauen, werden in den kommenden Wochen weitere Bauarbeiten

durchgeführt. Im Rahmen dieser Maßnahmen wird die Weldaer Straße an das Glasfasernetz angeschlossen. Aus Sicherheitsgründen ist die Straße während der Arbeiten vollständig für den Fahrzeugverkehr gesperrt. **Die Sperrung gilt vom 14. Juli bis 8. August.** Während dieses Zeitraums ist

nur Anliegerverkehr zugelassen. Zur Gewährleistung eines reibungslosen Ablaufs werden im Vorfeld für jeden Bauabschnitt Parkverbote eingerichtet und entsprechend ausgeschildert. Die bauausführende Firma MK-Infra aus Alheim wird die Anwohner rechtzeitig per Einwurf/Zettel informie-

ren. Die Stadt Sontra bittet alle Verkehrsteilnehmerinnen und -teilnehmer, sich unbedingt an die geänderte Verkehrsführung sowie die bestehenden Parkverbote zu halten, um die Sicherheit aller Beteiligten zu gewährleisten und die Bauarbeiten zügig durchführen zu können.

## Einladung zum Aqua-Fitness

Freizeit- und Erlebnisbad in Sontra

**Sontra** – Wir starten wieder durch mit unserer Aqua-Fitness im Freizeit- und Erlebnisbad Sontra, ab Donnerstag, 24. Juli, bis Donnerstag, 11. September. Der Kurs umfasst acht Einheiten.

Wir trainieren wieder mit viel Spaß und motivierender Musik unsere Ausdauer, Koordination und unsere komplette Muskulatur. Damit es im Aqua-Fitness abwechslungsreich bleibt und verschiedene Übungen noch effektiver wirken, kommen wieder verschiedene Trainingsgeräte zum Einsatz.

Dieser Kurs ist für alle Ein-

steiger/innen sowie Fortgeschrittene geeignet und findet im Tiefwasser statt.

Wann: jeweils donnerstags von 17.30 bis 18.15 Uhr

Kosten: Die Kursgebühr beträgt 80 Euro und wird auf ein Konto der Stadtkasse überwiesen (Geldeingang spätestens bis zum 24. Juli).

Verbindliche Anmeldung bis zum 18. Juli bei der Stadtverwaltung Sontra, Frau Ebel, unter E-Mail: gudrun.ebel@sontra.de.

Ich freue mich auf Eure Anmeldung!

Sportliche Grüße  
Carola Hartung, Kursleiterin

## Arbeiten im Bereich des Bahnviadukts

Hessen Mobil informiert: K 26 Mitterode

**Mitterode** – Die Bauarbeiten an der Kreisstraße 26 nach Mitterode, die Hessen Mobil im Auftrag des Werra-Meißner-Kreises ausführt, schreiten gut voran. Ein Bauabschnitt wurde bereits Ende 2024 fertiggestellt und seit April erfolgen die Arbeiten am zweiten Streckenstück. Zusätzlich werden ab Montag, 7. Juli, die Ausbaur-

arbeiten im Bereich des Bahnviadukts beginnen. Diese werden voraussichtlich bis zum Ende der Sommerferien, Mitte August, umgesetzt. Aufgrund der geringen Fahrbahnbreite können die Bauarbeiten in diesem Bereich nur unter Vollsperrung durchgeführt werden. Die Sperrung ist immer montags bis freitags von 8.30 Uhr bis

15.30 Uhr erforderlich. Außerhalb dieses Zeitfensters ist die Durchfahrt über die Baustelle möglich. Die Erreichbarkeit von Rettungs- und Einsatzkräften wird jederzeit gewährleis-

tet. Hessen Mobil bittet alle Verkehrsteilnehmerinnen, insbesondere die Anwohner um Verständnis für die Bauarbeiten und die damit einhergehenden Einschränkungen.

## Neuwahl des gesamten Vorstandes

Heimat- und Förderverein Ulfen

**Ulfen** – Am Freitag, 25. Juli, findet im Heimathof Ulfen um 19.30 Uhr unsere ordentliche Mitgliederversammlung statt, zu der wir Euch recht herzlich einladen.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der form- und fristgerechten Einladung
2. Bericht des Vorstandes
- a. Rückblick auf das Jahr 2024
- b. Kassenbericht
3. Entlastung des Vorstandes
4. Neuwahl des gesamten Vorstands

5. Wahl eines neuen Kassenprüfers gem. § 10 der Vereinssatzung

6. Anträge gem. § 11 Abs. 2 der Vereinssatzung zur Ergänzung der Tagesordnung

7. Betrieb des Dreschschuppens

8. Festlegung von Projekten und Aktivitäten für das Jahr 2025/2026

9. Verschiedenes  
Über eine zahlreiche Beteiligung würden wir uns sehr freuen; außerdem ist für einen kleinen Imbiss gesorgt.

## Fahrt in den Wildpark Knüll

Vereinsgemeinschaft Hornel

**Hornel** – Die Vereinsgemeinschaft Hornel lädt herzlich zur Fahrt in den Wildpark Knüll mit gemeinsamem Frühstück am Samstag, 30. August, ein. Geplant ist der Besuch des Knüllköpfchen (634 m) mit Aussichtsturm und Festung Ziegenhain mit Stadtführung oder Besuch des Museums der Schwalm.

Busabfahrt ist um 8 Uhr am ehemaligen Dorfgemeinschaftshaus Hornel. Kosten werden bei Beginn der Fahrt einkassiert. Vereinsmitglieder 10 Euro/Person, Gäste 20 Euro/Person. Kosten für die Stadtfüh-

rung und Eintritt Museum sind im Fahrpreis enthalten.

Kinderprogramm: kostenlose Kinderrallye (Informationspfad zur Konfirmationsstadt Ziegenhain).

Abendessen (auf eigene Kosten) im Gasthaus „Zum Adler“ in Niedergrenzebach. Essenswunsch (Menü-Nr.) bei Anmeldung mitteilen.

Gäste werden nach Meldeeingang und Verfügbarkeit der Plätze berücksichtigt.

Anmeldung bis 1. August bei Horst Müller, Telefon 0151/52 45 80 90 (auch per WhatsApp)

## Die AT stellt sich vor...

Adam-von-Trott-Schule

## „Musik mal anders“ – Musiktag der 6ten Klassen an der Adam-von-Trott-Schule

Am 03. Juni 2025 fand der Musiktag der 6ten Klassen an der Adam-von-Trott-Schule statt. Hier wurden an fünf Stationen den Schülerinnen und Schülern musikalische Besonderheiten erfahrbar und erlebbar gemacht.

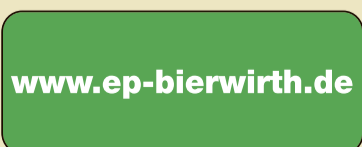
Alle Stationen waren Mitmachstationen; so bot Herr Strube an Station 1 einen Instrumentenbau an, bei dem kleine Handtrommeln hergestellt wurden. An Station 2, „Klangimprovisationen“, ging es mit Herrn Kulk's musikalisch ins „unentdeckte Land“. Mit Mitteln der Neuen Musik wurde eine Klangimprovisation auf Alltagsgegenständen aus Holz, Metall, Plastik und Glas einstudiert. An Station 3 begegneten die Lernenden „Musik aus aller Welt“. Frau Keßler und Frau Schaffstein übten mit den Sechsklässlern Lieder aus den Heimatländern der Schülerinnen und Schüler der DaZ 2-Klasse ein. Die Lernenden der Klasse stellten dabei Musik aus allen Sparten ihrer Heimatkulturen vor. An Station 4 wurde es noch einmal sportlich, denn dort wartete Frau Wagner mit einer Tanzchoreographie auf die Sechsklässler. Der Höhepunkt war wie immer die Karaoke-Station 5 von Herrn Urban, der dieses Mal von Herrn Dal vertreten wurde.

Am Ende traten alle fünf Karaoke-Gruppen in einem Songcontest gegeneinander an. Wer gewonnen hat, bleibt das Geheimnis der 6er-Klassen ...

Wolfgang Kulk's, Musiklehrer an der AVT



Eine Gemeinschaftsaktion der Sontraer Schulen, der untenstehenden Unternehmen und des





# Pelz & Goldankauf

Inh. Marko Franz

# Antiquitäten Franz



**Aktion nur 5 Tage gültig!**

Ankaufzeiten:  
Mo. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

MONTAG <b>14</b> Juli 2025	DIENSTAG <b>15</b> Juli 2025	MITTWOCH <b>16</b> Juli 2025	DONNERSTAG <b>17</b> Juli 2025	FREITAG <b>18</b> Juli 2025
-------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---	--------------------------------------

## Ankauf von:

- Ringe & Ketten
- Goldschmuck
- Altgold
- Bruchgold & Weissgold
- Zahngold (auch mit Zahn)
- Silber
- Silberbesteck
- Bernstein
- Antiquitäten aller Art
- Silberschmuck
- Bernstein
- Münzen
- Platin
- Zinn + Kupfer
- Uhren
- Diamanten
- Modeschmuck
- Alte Gemälde
- und vieles mehr

\*\* Pelz- & Lederwarenankauf nur in Verbindung mit Gold



**Ihre Vorteile:**

- ✓ kostenlose Beratung
- ✓ kostenlose Wertschätzung
- ✓ transparente Abwicklung
- ✓ Bargeld sofort



**Wir zahlen zur Zeit bis zu 97,- Euro pro Gramm Feingold**

**SOFORT BARGELD**



**LETZTE CHANCE!**

**für den Sonderankauf Ihrer Pelze!**  
Abtransport der Pelze und Lederwaren **am Freitag!**

## Ankauf von Pelzen aller Art!

**Wir zahlen bis zu 5.000,- € für Ihren Pelz!\*\***



\*für Marken- und Antikschmuck (z.B. Tiffany & Co, Bulgari, Cartier und vieles mehr)

**Jetzt auch: Ankauf von alten DM Münzen & Scheinen**



**LETZTE CHANCE!** für den Sonderankauf Ihrer Pelze!  
Abtransport der Pelze und Lederwaren **am Freitag!**

**Machen Sie Ihr Gold und Pelze zu BARGELD**

**Ankauf von Pelzen aller Art!**  
Wir zahlen bis zu 5.000,- € für Ihren Pelz!\*\*



**Bisam • Persianer • Fuchspelze aller Art • Zobel • Nerze • Nutria • Chincilla**



**Sonderaktion Zahngold-Ankauf 30% mehr** für Ihr Zahngold (auch mit Gebiss) in den Aktionstagen



**Kostenlose Begutachtung und Bewertung**  
Ihres Schmuckstücks (auch vor Ort bis 50 km)  
Geschäftszeiten: Mo. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr  
Sa. 10.00 - 15.00 Uhr und nach Terminvereinbarung

**St. Georgstraße 2 • 36199 Rotenburg ( am Marktplatz ) • Tel. 06623 - 4391380**

**Gerne übernehmen wir Ihre Spritkosten bis zu 20,- €\***  
\*bei Verkauf