



Aktionswoche rund um die Mobilität

Vom 16. bis 22. September geht es im Werra-Meißner-Kreis um Klimafreundlichkeit

Werra-Meißner – Landrätin Nicole Rathgeber und Bürgermeister Alexander Heppe laden zur Europäischen Mobilitätswoche (EMW) ein. Vom 16. September bis 22. September dreht sich alles rund um zukunftsfähige und klimafreundliche Mobilität.

Unter dem diesjährigen Motto „Mobilität für alle“ setzte Eschwege gemeinsam mit dem Werra-Meißner-Kreis, dem Nordhessischen Verkehrsbund (NVV) sowie Stadt und Landkreis Kassel ein Zeichen für nachhaltige Verkehrsangebote und Teilhabe im ländlichen Raum. Ziel der Aktionswoche

ist es, Bürger für umweltfreundliche Mobilitätsformen zu sensibilisieren und Ansätze vorzustellen, wie Mobilität für alle gestaltet werden kann. So sieht das Programm aus:

„**Augen auf**“ heißt es am Dienstag, 16. September, an Bahnhöfen und Haltestellen. An die Nutzer von Bahn und Bus verteilen Mitarbeiter des Nahverkehr Werra-Meißner sowie die Nahmobilitätskordinatorin Danke-Tüten mit einem kleinen Snack und Infomaterialien. Der Info-Nachmittag am Mittwoch, 17. September, trägt den Titel „**Bleiben Sie mobil**“. Los geht es ab 14.30

Uhr. Hierzu lädt der Seniorenbeirat Großalmerode in Kooperation mit dem NWN und NVV in das Stadthaus Marktplatz 16 in Großalmerode ein. Infos gibt es zur Nutzung von Bahn, Bus, Anrufsammeltaxi (AST), ferner zu Tickets und NVV-App.

Das Familienbüro Eschwege veranstaltet einen „**Aktionstag Mobilität und Kinderrechte**“ am Donnerstag, 18. September, von 14.30 bis 17.30 Uhr mit Mitmach- und Spielaktionen auf dem Obermarkt Eschwege vor dem Familienbüro.

„**Neue Energie für den Stadtverkehr**“: Unter diesem Motto können am Freitag, 19.

September, von 13 bis 16 Uhr die neuen E-Busse und der Betriebshof der Frölich-GmbH in Eschwege besichtigt werden. Mitarbeiter informieren außerdem über Ausbildungen und Berufe in dem Verkehrsunternehmen.

Eine **Fahrradtour** durch Eschwege und Umgebung findet am Samstag, 20. September, statt. Los geht es um 12 Uhr am Cube Store Eschwege (Vor dem Brückentor 11) mit einer Tour auf Rad- und Feldwegen. Anmeldung: michael@velomangold.de

Speziell an Senioren wendet sich ein **Ausflug** am Samstag,

20. September: Mit dem Linienbus geht es zur Erlebniswanderung auf den Hohen Meißner. Der NVV stellt hierfür zwölf Multi-Tickets für je zwei Personen zur Verfügung. Anmeldung: Beim NWM am Donnerstag, 4. September, von 9 bis 13 Uhr unter Telefon 0565174570.

Auch die **Schulen** sind dabei: An der Struthschule in Eschwege sowie an der Wiesenschule und Kita Wiesenwichtel in Sontra-Ulfen gibt es Aktionstage mit Unterstützung der Polizei, der Verkehrswacht und des Landkreises.

Eschwege lädt außerdem Groß und Klein zum **Mal- und**

Fotowettbewerb rund um das Thema nachhaltige Mobilität ein. Motto: „Zeigen Sie uns Ihre Mobilität der Zukunft“. Wie bewegen Sie sich umweltfreundlich durch die Stadt? Was bedeutet Mobilität für Sie? Teilnehmen können alle Altersgruppen. Die besten Beiträge werden während der EMW im Stadtraum ausgestellt, auf den Onlinekanälen der Stadt präsentiert und mit kleinen Preisen ausgezeichnet. Einsendeschluss: 5. September. **Kunstwerke an:** Anne Wangerow, Stadt Eschwege, Obermarkt 22 oder an anne.wangerow@eschwege-rathaus.de red/juh



Veranstaltung: Landrätin Nicole Rathgeber und Bürgermeister Alexander Heppe laden zur Europäischen Mobilitätswoche ein.

FOTO: STADT ESCHWEGE

20. UND 21. SEPTEMBER 2025
Flohmarkt Sontra
BREITWIESE
☎ 01 62/7 78 58 32
STANDGEBÜHR 6€/LFM.

MIETWAGEN WITZEL
⇒ Krankenfahrten
⇒ Rollstuhltransporte
⇒ Dialyse
⇒ Chemotherapie
⇒ Strahlenbehandlung
SONTRA
☎ 05653 1640
Zulassung zu allen Krankenkassen

STADTHALLE ESCHWEGE
Der Pfifferling ist wieder da, und schmecken tut er wunderbar.
Jetzt auf unserer Speisekarte.
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

ECKSTEIN
einfach besser
GUTSCHEIN
2 FÜR 1
SAMSTAG – SAMSTAG
13.09. – 20.09.2025
Angebot gilt nach Gutscheinvorlage vor der Bestellung. Bei Bestellung von 2 Hauptgerichten ist das günstigste/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

B
TRAURINGSTUDIO
Trauringe
Gemeinsam gestalten, für immer tragen
Hier Wunschtermin vereinbaren
Forstgasse 11
37269 Eschwege
☎ 05651 3353422

Stressless® Admiral zu Vorteilspreisen! bis zu **€ 590 sparen!**
Stressless® Admiral (M) mit Classic Untergestell inkl. Hocker in Leder „Batick“: **nur 1.999,- EUR*** statt 2.499,- EUR**
Stressless® Admiral (M) mit Cross Untergestell inkl. Hocker in Leder „Batick“: **nur € 2.359*** statt € 2.949**
Bis zum 30.09.2025 erhalten Sie alle Stressless® Admiral Modelle mit Hocker sowie die Stressless® Admiral Power® Modelle in vielen Farben, Bezugs- und Gestellvarianten zu attraktiven Vorteilspreisen. Stressless® Admiral ist ausschließlich in den Lederqualitäten „Batick“ und „Paloma“ sowie nur in den Größen M und L erhältlich; eine Ausführung als Home Office Version ist nicht möglich. *UVP des Herstellers. **Ehemalige UVP des Herstellers.
Besuchen Sie uns auch hier
HARTMANN
WOHNIDEEN
Kuhtrift 3 | 37269 Eschwege | 05651 9223-0 | Öffnungszeiten: Di.-Fr.: 9-18 Uhr | Sa.: 9-14 Uhr
www.hartmann-wohndeideen.de

Jetzt auch in Reichensachsen!
mittwochs von 10.00 bis 14.00 Uhr
zwischen Back Stop und Liese Automobile
Fey
Fleischerei & Partyservice

Baustart für neues Dialysezentrum

Stiftung Patienten-Heimversorgung investiert sechs Millionen

Eschwege – Mit dem offiziellen Spatenstich ist der Startschuss für den Bau eines neuen Dialysezentrums in der Albertstraße 2 hinter dem Klinikum Werra-Meißner gefallen. Die gemeinnützige Stiftung Patienten-Heimversorgung (PHV) investiert rund sechs Millionen Euro in das zweigeschossige Gebäude, das auf einer Fläche von 1200 Quadratmetern entsteht und künftig die wohnortnahe Versorgung von nierenkranken Menschen im Werra-Meißner-Kreis sichern soll.

Geplant sind 36 moderne Behandlungsplätze für dialysepflichtige Patienten – genau so viele, wie bislang in der Luisenstraße 23b zur Verfügung standen. Dort betrieb die PHV seit vielen Jahren ihre Einrichtung, die nun in den Neubau umzieht. Zusätzlich werden in Eschwege rund tausend weitere Menschen mit Nieren- und Hochdruckerkrankungen betreut, die keine regelmäßige Dialyse benötigen.

Bereits 2018 gab es konkrete Planungen für das Projekt. In der Folge kam es aufgrund notwendiger Vorbereitungen, unter anderem dem Abriss von zwei Gebäuden, gestiegenen Baukosten und der Pandemie zu Verzögerungen bei der Umsetzung. Umso größer war nun die Freude beim Spatenstich, an dem neben Vertretern der



Los geht's: Klinikum-Geschäftsführer Christoph R. Maier, Arzt Dr. Marik Gerech, Landrätin Nicole Rathgeber, Zentrumsleiter Horst Eckhardt, PHV-Stiftungsvorstand Henning Horst und Magistratsmitglied Theodor Sternal freuen sich über den Baubeginn. FOTO: MELANIE SALEWSKI

Stiftung auch Dialyseteam sowie Klinikleitung teilnahmen.

Henning Horst, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der PHV, betonte die Bedeutung des Neubaus: „Nach intensiven Planungen können wir

nun die Realisierung in Angriff nehmen. Gemeinsam mit dem Klinikum Werra-Meißner stellen wir sicher, dass die Patienten auch künftig wohnortnah versorgt werden.“ Klinikum-Geschäftsführer Christoph R.

Maier hob die Vorteile hervor: „Mit dem Neubau rückt das Zentrum noch näher an das Krankenhaus. Über den geplanten Verbindungsbau ist die gemeinsame Versorgung dauerhaft gesichert.“ Landrätin Ni-

cole Rathgeber sprach von einem wichtigen Baustein für die Gesundheitsversorgung: „Die Anbindung des neuen Dialysezentrums an das Klinikum stärkt den Standort Eschwege und bereichert die regionale Krankenhauslandschaft um ein modernes Zentrum.“

Die Fertigstellung des Neubaus ist für Herbst 2026 vorgesehen, spätestens bis Weihnachten sollen die ersten Patienten dort behandelt werden.

130 gehen regelmäßig zur Dialyse

Das neue Gebäude an der Albertstraße wird barrierefrei errichtet und über einen direkten Verbindungsbau mit dem Klinikum ausgestattet. Im Erdgeschoss sind Dialyseräume, Technikflächen, Aufenthaltsräume und Lager vorgesehen, im Obergeschoss Praxisräume sowie weitere medizinische Funktionsräume. Parkplätze für Patienten werden direkt vor dem Neubau zur Verfügung stehen.

Als ärztliche Leiter fungieren Alexander Wiedemann, Dr. Marik Julian Gerech und Dr. Janine Penning, Fachärzte für Innere Medizin und Nephrologie. Eine zentrale Rolle kommt dem Pflegeteam unter Leitung von Horst Eckhardt zu. Gemeinsam mit den Ärztinnen und Ärzten betreut es rund 130

dialysepflichtige Patientinnen und Patienten aus dem gesamten Werra-Meißner-Kreis. Ergänzt wird das Angebot durch den zweiten Standort der PHV in Witzzenhausen. **MS**

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

Fred's Inh. Fred Roth
Polsterwerkstatt
Aufarbeiten und Neubeziehen von Polstermöbeln
www.freds-polsterwerkstatt.de
Landstraße 65 • 37287 Wehratal-Reichensachsen
Tel.: 0 56 51 / 24 80

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

Einladung zum Weinfest

Im Bürgerhaus findet am 20. September ein stimmungsvolles Fest statt

Sontra – Zum zweiten Mal findet im Bürgerhaus in Sontra ein Weinfest statt. Los geht es am Samstag, 20. September, um 15 Uhr. Herzlich eingeladen sind Besucher aus der Stadt und der Region.

Nach dem Auftakt im vergangenen Jahr verspricht auch das zweite Weinfest ein stimmungsvolles Ereignis zu werden. „Das Leben mit Freunden oder der Familie genießen, Alltagsorgen vergessen und einen Moment abschalten können – all das wird geboten“, versprechen die Organisatoren.

Angeboten werden drei Weine aus deutschen Regionen. Für mitreißende Livemusik, die einer gemütlichen Atmo-



Im Bürgerhaus in Sontra findet wieder ein Weinfest statt. FOTO: PRIVAT

sphäre dienlich sein soll, ist ebenfalls gesorgt.

„Aus einer breiten Palette an Aromen und Geschmacksrich-

tungen ist für jeden Weinliebhaber etwas dabei“, glauben die Organisatoren. Zum Wein gibt es „frisch zubereitete Köst-

lichkeiten“.

Der Eintritt zum Sontraer Weinfest ist frei.

red/esp

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 LUDOLPH



Ortho-Dialog: Informiert entscheiden, besser bewegen

Mittwoch, 17. September 2025, ab 18 Uhr

Altes E-Werk Eschwege, Mangelgasse 19, 37269 Eschwege

Unsere Spezialisten erklären in verständlichen Vorträgen moderne Behandlungsmöglichkeiten rund um Hüfte, Knie und Wirbelsäule. Nutzen Sie die Gelegenheit, während und nach den Vorträgen persönliche Fragen zu stellen. Unsere Experten stehen Ihnen für individuelle Beratung und Terminvergaben zur Verfügung. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Themen:

- 18:00 Uhr: Arthrose des Kniegelenks: Die Knieprothese
- 18:20 Uhr: Arthrose des Hüftgelenkes: Die Hüftprothese
- 18:40 Uhr: Spinalkanalstenose der Lenden- & Halswirbelsäule
- 19:00 Uhr: Bandscheibenvorfall der Lenden- & Halswirbelsäule

Sie entscheiden selbst, welche Vorträge Sie besuchen möchten.

Anmeldung:

- Telefon: 05602 83-1065 (montags)
- E-Mail: patientenforum@lichtenau-ev.de
- Online: www.klinik-lichtenau.de/veranstaltungen-news



Orthopädische Klinik Hessisch Lichtenau
Am Mühlberg, 37235 Hessisch Lichtenau
Telefon: 05602 83-0 | info@lichtenau-ev.de | www.klinik-lichtenau.de



... wir bringen Sie in Bewegung
ORTHOPÄDISCHE KLINIK
Stark im Verbund von LICHTENAU e.V.

Was gehört in die Gelbe Tonne?

„Abfall-ABCs“: Kreis hat neue Infomaterialien erstellt

Werra-Meißner – Mülltrennung ist sinnvoll, manchmal aber gar nicht so einfach. Der Werra-Meißner-Kreis, der u.a. die Müllentsorgung organisiert und den Wertstoffhof in Meißner-Weidenhausen betreibt, will aufklären. Dafür wurden neue Infomaterialien erstellt.

Warum geht der Werra-Meißner-Kreis jetzt in die Offensive?

„Fehlende Informationen führen schnell zu falscher Entsorgung“, sagt der Kreisbeigeordnete Dr. Philipp Kantzow, der für den WMK die Abfallentsorgung verantwortet. Das führe nicht nur zu einer steigenden Umweltbelastung, sondern auch zu steigenden Kosten. Außerdem sei die letzte Informationskampagne aus dem Jahr 2012, berichtet die Abfallberaterin des Kreises, Gabriele Maxisch.

Wo sind die größten Wissenslücken in der Bevölkerung?

„Bei der Gelben Tonne“, antwortet Gabriele Maxisch wie aus der Pistole geschossen. Sie diene nicht ausschließlich dem Plastikmüll. In der gelben Ton-

ne beziehungsweise dem gelben Sack werden sogenannte Leichtverpackungen gesammelt. Das sind Verpackungen aus Kunststoff, Metall, Verbundstoffen und Naturmaterialien. Dazu gehören unter anderem: Plastikbecher, Wurst- und Käseverpackungen, Eisverpackungen, Konservendosen, Alufolien, Getränkekartons, Plastiktüten, Kosmetikverpackungen aus Plastik, Styroporverpackungen. „Leider benutzen viele die Gelbe Tonne immer noch als Restmüllgefäß und geben alles mögliche hinein“, sagt Maxisch.

Und was gehört in die anderen Tonnen?

Ins **Altpapier** (blaue Tonne) gehören alle sauberen und reinen Papiererzeugnisse wie Zeitungen, Zeitschriften, Kataloge, Büropapiere, Schulhefte und Verpackungen aus Pappe und Karton. Wichtig ist, dass diese Materialien nicht stark verschmutzt oder mit Kunststoff, Folie oder Metall beschichtet sind, da diese Stoffe das Recycling stören. Ebenfalls entsorgt werden können beispielsweise Eierkartons, Brötchentüten und unbeschichtetes Geschenkpapier.

Im **Restmüll** (graue Tonne) entsorgt man Haushaltsabfälle, die nicht über andere Systeme wie Papier-, Bio- oder Verpackungsmüll entsorgt werden können, beispielsweise Hygienartikel, Windeln, Staubsaugerbeutel, abgekühlte Asche, Keramik, zerbrochene Gläser und nicht recycelbare Kunststoffe.

Zum **Bioabfall** (braune oder grüne Tonne) gehören pflanzliche Küchen- und Gartenabfälle wie Obst-, Gemüse- und Essensreste, Eierschalen, Kaffeesatz, Teebeutel, Brot und Backwaren



Hoffentlich nicht für die Tonne: Abfallberaterin Gabriele Maxisch und Kreisbeigeordneter Dr. Philipp Kantzow präsentieren die neuen Flyer und das Abfall-ABC. FOTO: TOBIAS STÜCK

sowie Gartenabfälle wie Laub, Grasschnitt, Blumen und Pflanzenreste. Auch Haare, Federn, kleine Mengen Kleintierstreu aus Stroh oder Heu sowie unbehandeltes Holz in Form von Spänen sind erlaubt. „Fremdar-

tikel sind hier besonders schädlich für die Reinheit des Abfalls, der zu Kompost verarbeitet werden soll.“

In den vergangenen Wochen wurde viel über Alt-

kleider diskutiert, weil die aufgestellten Container in manchen Kommunen vom Betreiber abgebaut werden. Wie ist hier die Regel?

Gut erhaltene Altkleider können in Sammelcontainern, bei

sozialen Einrichtungen wie Kleiderkammern oder in Wertstoffhöfen abgegeben werden, um sie wiederzuverwenden oder für wohltätige Zwecke zu spenden. Stark beschädigte oder verschmutzte Textilien („was man selbst nicht mehr tragen würde“) gehören hingegen in die Restmülltonne, da sie nicht wiederverwendet werden können.

Wo kann ich die ganzen Unterschiede einfach nachschauen?

Der Werra-Meißner-Kreis hat sein sogenanntes Abfall-ABC neu aufgelegt. Im Verwaltungszentrum und in den Gemeindeverwaltungen und Rathäusern soll es jetzt zu bekommen sein. Online kann man es unter zva-wmk.de/was-wohin einsehen.

Viele Muttersprachler haben ja schon Probleme, alle Informationen zu verarbeiten. Was wird für Anderssprachige getan?

Für sie sind alle wesentlichen Informationen auf einem Flyer mit vielen Bildern zusammengefasst. Es gibt die Flyer in Übersetzungen für die neun gängigsten Sprachen. Auch diesen Flyer kann man über den Werra-Meißner-Kreis beziehen.

Was ist noch geplant?

Schon ab dem Kindergartenalter sollen Heranwachsende mit dem Thema vertraut werden. Geplant ist ein Vorlesebuch für Kita und Grundschule sowie ein altersgerechter Film zum Thema Abfalltrennung. Produziert werden auch Kurzfilme. Die Clips sollen sich als Shorts oder Reels über Social-Media-Kanäle verbreiten.

ts

ANTIK- & TRÖDELMARKT
14.09.2025 9 bis 16 Uhr
Homburg (Efze)
Info's unter: 0174 620 87 80

SPIELPLAN

Oktober 2025

ROMEO UND JULIA
18., 31. 19.30 UHR
19. 15.00 UHR

MAUSTÜR-ÖFFNERTAG
03. 11.00 UHR

FUNNY MONEY
12. 15.00 UHR
23. 19.30 UHR

2. SINFONIE-KONZERT
10. 19.30 UHR

SOLO SUNNY
04. 19.30 UHR
05. 18.00 UHR

BAYERISCHES JUNIORBALLETT
11. 19.30 UHR

FAUST
24., 28. 19.30 UHR

AUF EINE CURRY-WURST MIT GREGOR GYSI
21. 19.30 UHR

FRAU HOLLE
25. 15.00 UHR

EISENACHT
17. 22.00 UHR

RIOS MAGISCHE REISEN
26. 15.00 UHR

Theaterkasse: 03691/256-219

LANDES THEATER EISENACH

Theaterplatz 4+7 | 99817 Eisenach
landestheater-eisenach.de

Spielmannszug sammelt 3199 Kronkorken

Eschweger Klosterbrauerei zeichnet Sieger des Gewinnspiels aus

Eschwege – Drei Monate lang wurden fleißig Kronkorken der Eschweger Klosterbrauerei gesammelt. Die 20 bestplatzierten Vereine versammelten sich nun in der Klosterkapelle, um bei einer zünftigen Brotzeit und frisch gezapften Getränken ihre Preise entgegenzunehmen.

Mit beachtlichen 3540 Kronkorken sicherte sich der Eintracht-Fanclub Eschwege deutlich den ersten Platz. „Unser Verein ist in den letzten Jahren so schnell gewachsen, aber mit dieser Unterstützung hätten wir nicht gerechnet“, sagt Hans-Jürgen Becker, Schriftführer des Vereins. Das Preisgeld von 1000 Euro soll dem Vereinszweck und sozialen Projekten zugutekommen. Für die 150-Liter-Freibier hat der Verein bereits Verwendung: Am heutigen Samstag, 6. September, findet das öffentliche Sommerfest des Vereins am Werrastrand statt.

Mit stolzen 3199 Kronkorken sicherte sich der Spielmannszug Werratal 750 Euro sowie 100 Liter: „Unser Handicap war, dass es bei Fassbier noch keine Kronkorken gibt“, schmunzeln die Rotjacken. Auf dem dritten Platz landete der Sportschau-Stammtisch Schwarz-Weiß Renda, der für 2997 Kronkorken 500 Euro sowie 50 Liter Bier ergattert hat. Auf Platz vier folgte der Erntedank- und Heimatfestausschuss mit 1253



Die Eschweger Brauerei ehrte die Gewinner in der Klosterkapelle.

FOTO: LORENZ SCHÖGGL

Kronkorken und der Andrea-Berg-Fanclub Kleinbach mit 1057 Kronkorken.

Laut Henrik Stelzner, der die Preisverleihung moderierte, stehen Vereine gerade im länd-

lichen Raum für Gemeinschaft und sind nicht nur ein Stück Tradition, sondern auch Heimat.

Doch nicht nur die Vereine, sondern auch die Teilnehmer,

die Codes hochgeladen haben, konnten gewinnen: Während Henrik Wetterau ein Jahr Freibier ergatterte, gewannen Lucas Stange einen Stehtisch und Sabrina Lenz einen Liegestuhl.

Insgesamt 50 Vereine haben Preise von der Klosterbrauerei erhalten, unter den 20 bestplatzierten wurden Geldpreise von 50 bis 100 Euro sowie Fassbier vergeben.

lsc

Relevant für die Beitragshöhe

Kfz-Haftpflicht: Neue Typklasse für rund 10 Millionen Autos

Die Halter von rund 10,4 Millionen Autos in Deutschland bekommen in der Kfz-Haftpflichtversicherung eine neue Typklasse. Rund 5,9 Millionen Autos erhalten dabei im Vergleich zum Vorjahr höhere Einstufungen, für rund 4,5 Millionen Autos gibt es niedrigere. Das teilt der Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) nach der jährlichen Neuberechnung mit.

Die Klassenänderung kann als einer von mehreren Faktoren zu veränderten Versicherungsbeiträgen führen. Für rund 32 Millionen Autos, das sind rund 75 Prozent, bleibt es bei der Haftpflicht-Typklasse des Vorjahres.

Der GDV hat die neue unverbindliche Typklassenstatistik für rund 33.000 Automodelle veröffentlicht, unter www.typklasse.de können Halter nach ihrem Modell suchen.

■ Große Veränderungen bleiben weiterhin die Ausnahme

Große Sprünge bleiben dabei – wie in den Vorjahren auch – eher die Ausnahme: Nur für wenige Modelle geht es in der Kfz-Haftpflicht um mehr als eine Klasse nach oben oder nach unten. Demnach verbessern sich zum Beispiel der Renault Clio 1.3, der Ford Focus ST 2.3, der BMW iX1 xDrive 30 und der VW ID.4 Pure 125 – jeweils gleich um zwei Klassen werden sie gegenüber dem Vorjahr heruntgestuft. Der Renault Aus-



Neue Typklassen für Millionen Autos: Rund 5,9 Millionen Halter müssen mit höheren Einstufungen rechnen.

FOTO: KARL-JOSEF HILDENBRAND/DPA

tral 1.3 hingegen etwa verschlechtert sich – gleich um drei Klassen gegenüber dem Vorjahr. Um zwei Klassen nach oben ging es etwa für den Ford Focus 1.0, den Mercedes-Benz GLA 250 e und den VW Touareg 3.0 TDI.

■ Auch in den Kaskoversicherungen gibt es Änderungen

In der Teilkaskoversicherung bleibt es für rund zwei Drittel (72 Prozent) der zugelassenen Autos bei der gleichen Klasse. Rund 4 Prozent (rund 520.000 Autos) kommen in höhere Klasse. Die gute Nachricht: Die Halter von rund einem Viertel (rund 24 Prozent), also rund 3,2 Millionen Autos, erhalten niedrigere Klassen in der Teilkaskoversicherung.

So verbessert sich etwa der Mercedes-Benz SLK 200 Roadster gegenüber dem Vorjahr um zwei Klassen. Unter anderem der Audi A4 Avant / Allroad 3.0 TDI Quattro und der Fiat 500 Abarth 1.4 T Jet verbessern sich je um eine. Höhergestuft dagegen wurden unter anderem der Renault Austral 1.3 oder der Toyota Yaris Cross Hybrid 1.5 je um zwei Klassen.

■ Was tut sich in der Vollkaskoversicherung?

In der Vollkaskoversicherung bleiben rund zwei Drittel (65 Prozent) der Autos in der gleichen Klasse. Rund 31 Prozent, also rund 7,7 Millionen Autos, finden sich in niedrigeren Stufen wieder. Rund 0,9 Millionen Autos rollen in höhere.

Zwei Klassen höher geht es hier zum Beispiel für den Toyota Yaris Cross Hybrid 1.5. Eine Klasse höher gestuft werden etwa der Audi Q3 45 TFSI e, der Skoda Karoq 1.6 TDI und der Mercedes-Benz GLA 250 e. Zwei Klassen runter ging es hier für den BMW iX1 xDrive 30. Um eine Klasse verbesserten sich etwa jeweils der Audi A4 Avant / Allroad 3.0 TDI Quattro und der VW ID.4 Pure 125.

■ Typklasse allein entscheidet nicht über Beitragshöhe

Die Änderung der unverbindlichen Typklasse führt nicht automatisch zu höheren oder niedrigeren Versicherungsbeiträgen. Sie ist nur eines von vielen Merkmalen, aus denen sich ein Beitrag zusammensetzt. Auch der Wohnsitz des Fahrzeughalters ist relevant: Die Schadensbilanz des Zulassungsbezirks spiegelt sich in den Regionalklassen wider.

Für bestehende Verträge bedeuten die neuen Typklassen Veränderungen meist zum 1. Januar 2026. Für neue Verträge können sie sofort genutzt werden.

■ Wie die Berechnung erfolgt

Die einzelnen Typklassen berechnen sich nach den Schäden und Reparaturkosten, die ein Automodell verursacht. Fallen diese gering aus, kommt es in eine niedrige Klasse. Hohe oder häufige Schäden und Leistungen der Versicherungen führen dagegen zu einer Hochstufung.

In der Kfz-Haftpflicht sind die Schäden des Unfallgegners maßgeblich. Für Kaskoversicherungen ist laut GDV unter anderem der Wert des versicherten Autos relevant. Modelle mit einer hohen Einstufung sind daher oft PS-starke Autos aus der Oberklasse, Sportwagen oder SUV. Kleinwagen oder ältere Autos finden sich dagegen eher in den niedrigeren Klassen.

dpa

APFEL-ANNAHME

Gute Äpfel gegen frischen Saft!

Start: 12.09.2025

AGU Feldmeier + Schmidt

Kasseler Str. 5, 37213 Witzenhausen

Annahmezeiten: Dienstag & Freitag

15.00–17.30 Uhr

Creydt

Fruchtsaft GmbH

37586 Dassel

Am Burgberg 14

Telefon 05564 96160

Annahmezeiten: Mo. – Fr. 8–12 u. 13–16 Uhr

Medizin

ANZEIGE

Arthrose-Schmerzen sind ein Hilfeschrei der Gelenke!

Spezieller Wirkstoff bekämpft alle Formen

Arthrose ist die am häufigsten auftretende Gelenkerkrankung, die vor allem ältere Menschen betrifft. Etwa die Hälfte der Frauen und ein Drittel der Männer über 60 Jahren leiden unter dieser Erkrankung.¹ Sie entsteht durch den schrittweisen Abbau des Gelenkknorpels, der normalerweise als stoßdämpfende Schicht zwischen den Knochen wirkt und so Reibung verhindert. Schäden am Knorpel führen zu Schmerzen, anfangs möglicherweise nur bei Bewegung, später jedoch auch im Ruhezustand.

Formen und Arten von Arthrose

Knorpelschäden können an jedem Gelenk entstehen, sodass es sehr viele unterschiedliche Formen der Arthrose gibt. Die am stärksten beanspruchten Gelenke sind jedoch



am häufigsten betroffen. Mit mehr als dem dreifachen Körpergewicht werden beispielsweise die Kniegelenke beim Treppensteigen belastet.

Knienarthrose

Zunächst fällt es schwer, das Knie ganz durchzudrücken. Knack- und Reibegeräusche werden hörbar. Treppensteigen verursacht Schmerzen, die sich unter Belastung langsam steigern, aber auch plötzlich einschleien können. Im fortgeschrittenen Stadium treten schließlich starke Schmerzen beim Gehen auf.

Hüftarthrose

Erste Anzeichen sind eingeschränkte Beweglichkeit und Schmerzen in der Leiste und im Gesäß. Mit fortschreitender Erkan-

kung beginnen die Betroffenen zu hinken, um das schmerzende Gelenk zu entlasten. Die Schmerzen können bis ins Bein ausstrahlen und machen einfache Handlungen wie das Binden von Schuhen zu einer Herausforderung.

Arthrose in Hand- und Fingergelenken

Arthrose in den Fingern befällt in der Regel die beiden Endgelenke der Finger sowie das Grundgelenk des Daumens. Diese Arthrosen treten typischerweise bei Frauen in den Wechseljahren auf. Die Handarthrose ist eine weitere Form von Arthrose, die sich auf die Gelenke der Hand auswirkt. So können selbst einfachste Handgriffe zu einer echten Herausforderung werden.

Schulterarthrose

Die Symptome der Schulterarthrose entwickeln sich schleichend. Typisch sind zunächst unspezifische Schulterschmerzen, vor allem bei Belastung der Schulter. Zu-

nehmend stellen sich allerdings auch Ruheschmerzen und eine morgendliche Steifheit des Gelenks ein. Im weiteren Verlauf kommt es zu einer Bewegungseinschränkung bei Dreh- und Überkopfbewegungen.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Trotz der enormen Belastung gibt es Hoffnung für Betroffene, denn Forscher fanden heraus, dass der natürliche Wirkstoff Viscum album bei Arthrose helfen kann! Dieser findet auch in anderen Therapiegebieten Anwendung und hat sich unabhängig davon auch in der Krebstherapie als erfolgreich erwiesen. Der Wirkstoff überzeugt laut Experten bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.² Mehr

noch: Dieser kann laut In-vitro-Studien sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.³ Somit wird der Knorpel geschützt. In Deutschland ist das rezeptfreie Arzneimittel Rubaxx Arthro erhältlich, das den Wirkstoff Viscum album hoch



konzentriert enthält. Das Arzneimittel zeichnet sich vor allem durch seine gute Verträglichkeit aus, da keinerlei Neben- oder Wechselwirkungen bekannt sind.



★★★★★

„Nach einer Woche hatte ich keine Schmerzen mehr und konnte wieder normal laufen. Auch meine Schmerzen in den Händen haben sich gebessert.“

Dagmar K.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Arthro

(PZN 15617516)

www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!

RubaXX[®] Arthro

Homöopathisches Arzneimittel bei

Verschleißkrankheiten der Gelenke

Mischung | Für Erwachsene

Wirkstoff: Viscum album Ø

50 ml

RubaXX[®]

¹Deutsche Arthrose-Hilfe: e.V.: <https://www.arthrose.de/arthrose/haeufigkeit> (Stand 2023) • ²Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • ³Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Angebote gültig vom 15.09. – 20.09.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

Feiern Sie mit uns

35 JAHRE

Aktion!

+ 2 Flaschen VIO BIO LIMO 11 GRATIS! Im Wert von 1,58 €

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,80 € Pfand,
1 l = 0,92 €

ANGEBOT
10,99

Großes Rubbellos Gewinnspiel

1 Los je 35 € Einkaufswert - App-Teilnahme ohne Mindestumsatz!

Logo App

Logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

Spaten Oktoberfestbier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,70 €

19,99
16,99

Augustiner Oktoberfest Bier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 2,10 €

22,99
20,99

Hacker Pschorr Oktoberfest Bier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1 l = 1,80 €

21,99
17,99

Paulaner Oktoberfest Bier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1 l = 1,70 €

Aktion!
+ 2 Flaschen GRATIS!

-21%
16,99

Entspricht einem Kastenpreis von 15,45 €

Hofbräu Oktoberfestbier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,50 €

ANGEBOT
14,99

20-fach Punkte

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

Aktion!
+ 1 Koffer, raumbox GRATIS!

-29%
11,99

Eschweiger Klosterbräu, Jacobinus Bier*
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,30 €

ANGEBOT
12,99

11,99

Paulaner Weißbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,40 €

ANGEBOT
13,99

Mixery Biermix
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
0,5 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1 l = 1,98 €

1,49
0,99

0,89

Perfect Draft
diverse Sorten, außer Spaten Oktoberfestbier,
Fass = 1 x 6 l,
zzgl. 6,50 € Pfand,
1 l = 2,67 €

18,99
15,99

14,99

Veltins Pilsener
"Steinie",
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,36 €

8,99

Gerolsteiner Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,72 €

7,79
6,49

Volvic
natürliches Mineralwasser,
Kasten = 6 x 1,5 l,
zzgl. 3,50 € Pfand,
1 l = 0,78 €

Aktion!
+ 2 Flaschen GRATIS!

ANGEBOT
6,99

Entspricht einem Kastenpreis von 5,24 €

Förstina Schorle, Vital
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1 l = 0,89 €

ANGEBOT
7,99

Weltenburger Kloster Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,50 €

-36%
8,99

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

-25%
8,99

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

ANGEBOT
4,29

3,99

Heil Apfelsaft, Apfelwein*
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,55 € Pfand,
1 l = 1,50 €

Aktion!
+ 1 Flasche GRATIS!

ANGEBOT
8,99

8,49

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

-38%
0,99

Weltenburger Kloster
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1 l = 1,50 €

-21%
14,99

13,99

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

-33%
1,99

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

-21%
5,49

4,99

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

-20%
15,99

*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.

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



www.logo-getraenke.de

IHR WOCHENHOROSKOP



WIDDER 21.3.-20.4. Sie haben sich kritisch zu einem Kollegen geäußert und sollen sich rechtfertigen. Stehen Sie zu Ihrer Meinung, aber achten Sie auf Ihre Wortwahl.



STIER 21.4.-21.5. Wenn Ihnen eine wichtige Entscheidung Bauchschmerzen verursacht, dann ist es völlig legitim, den endgültigen Entschluss erneut zu vertragen.



ZWILLING 22.5.-21.6. Freuen Sie sich auf erlebnisreiche Tage, denn unter dem Einfluss der aktuellen Planetenkonstellation werden Ihnen die Herzen nur so zufliegen.



KREBS 22.6.-22.7. Neue Streitigkeiten müssen zwar nicht zwingend auf der Tagesordnung stehen, sind aber möglich. Signalisieren Sie Kompromissbereitschaft.



LÖWE 23.7.-23.8. Überlegen Sie alle Schritte Ihres geplanten Vorhabens und achten Sie auf jedes Detail: Wenn Sie sich diese Mühe nicht machen, werden Sie scheitern.



JUNGFRAU 24.8.-23.9. Ihre Flatterhaftigkeit ist ungewohnt. Sie sollten sich jetzt ein festes Ziel setzen und mit aller Energie versuchen, es rasch zu erreichen.

Spannende Reise in die Vergangenheit

(djd-k). Sulzbach-Rosenberg ist eine idyllische Stadt im Herzen der Oberpfalz. Die reiche Geschichte und eine bunte Kultur laden zum Entdecken und Erleben ein. Erkunden kann man die Stadt am besten bei einer Führung. Für Gruppen werden spezielle Führungen angeboten, alle Infos gibt es unter www.tourismus.suro.city/fuehrungen und Telefon 09661-5101170. Hier sind vier der angebotenen Führungen:

- Historischer Stadtpaziergang: die über 1200-jährige Stadtgeschichte wird lebendig.
- „Auf den Spuren der Pfalzgräfinnen“: Pfalzgräfin Franziska Dorothea etwa war die Urgroßmutter von Kaiserin Sisi.
- Sulzbach - eine wahrlich wehrhafte Stadt.
- Was zum Henker: die hohe Gerichtsbarkeit im Mittelalter.



WAAGE 24.9.-23.10. Machen Sie sich wegen Ihres Gesundheitszustandes keine Sorgen: Ihre kleinen Wehwehchen werden schon bald wie weggeblasen sein.



SKORPION 24.10.-22.11. Im Grunde ist die ganze Situation nicht so schwierig: Benutzen Sie Ihren gesunden Menschenverstand, dann lässt sich das Problem locker bewältigen.



SCHÜTZE 23.11.-21.12. Mit einem kleinen Geschenk an Ihren Partner können Sie Ihre Dankbarkeit zum Ausdruck bringen, dass er Ihnen den Rücken freigehalten hat.



STEINBOCK 22.12.-20.1. Im Job kann es hektisch werden. Mehr Gelassenheit bei genauer Detailplanung hilft Ihnen, die durchaus schwierigen Hürden zu überwinden.



WASSERMANN 21.1.-19.2. Ihre organisatorischen Fähigkeiten sind derzeit bestens. Nutzen Sie das, um ein paar Dinge zu planen, die dringend erledigt werden müssen.



FISCHE 20.2.-20.3. Eine lästige Aufgabe ist dank eines Freundes schnell erledigt. Danach können Sie sich Dingen zuwenden, die Ihnen einfach nur Spaß machen.

Tipps gegen Trockenheit

Herbsthaut braucht mehr Pflege

Wenn es draußen kälter wird, leiden viele Menschen unter trockener Haut. Heizungsluft, Wind und niedrigere Temperaturen entziehen ihr Feuchtigkeit. Deshalb kann es sinnvoll sein, die Pflege im Herbst anzupassen. Das Portal „hautsache.de“ gibt Tipps:

Reichhaltiger cremen: Statt leichter Lotionen sind Cremes mit Lipiden, Ceramiden, Sheabutter oder natürlichen Ölen sinnvoll. Sie stärken die Hautbarriere und helfen, Feuchtigkeit zu speichern.

Feuchtigkeit spenden: Inhaltsstoffe wie Hyaluronsäure oder Squalan versorgen die Haut intensiv mit Wasser und beugen Juckreiz vor.

Sanft reinigen: Milde Balsam-

oder Öl-Cleanser schonen die Haut und verhindern zusätzliche Reizungen.

Dranbleiben: Die Haut ist im Herbst besonders aufnahmefähig, so die Hautexperten. Daher ist es der ideale Zeitpunkt, um sie regelmäßig mit intensiver Pflege zu versorgen.

Flüssigkeit geben: Viel trinken unterstützt die Haut zusätzlich von innen.

UV-Schutz nicht vergessen: Auch bei Herbstsonne gilt: Sonnenschutz auftragen, vor allem bei längeren Aufenthalten im Freien.

Raumklima beachten: Ein Luftbefeuchter kann helfen – er muss jedoch regelmäßig gereinigt werden, sonst droht er zur Keimverschleuder zu werden. dpa



Auch im Herbst an UV-Schutz denken: Sonnenschutz bleibt bei Aufenthalten im Freien wichtig. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

Mit diesem Wissen kann jeder Leben retten

Herzstillstand: Jetzt kann eine Herzdruckmassage Leben retten

Wüssten Sie, was genau zu tun ist, wenn auf einmal eine Person bewusstlos vor Ihnen zusammensackt, nicht mehr ansprechbar ist und nicht mehr atmet? Klar, dann sollte man über den Notruf 112 Hilfe anfordern.

Doch das ist längst nicht alles. Prof. Bernd Böttiger, Bundesarzt des Deutschen Roten Kreuzes (DRK), erklärt im Interview, wie eine Herzdruckmassage funktioniert und welche drei Fehler man in Notfällen vermeiden sollte.

Wie wichtig sind Ersthelfende bzw. Laien, wenn es zu einem Kreislaufstillstand kommt?

Bernd Böttiger: Ihr schneller Einsatz ist im wahrsten Sinne des Wortes lebensrettend. Viele Menschen wissen nicht, dass man beim Kreislaufstillstand nicht abwarten darf, bis der Rettungsdienst eintrifft. Das wäre das Todesurteil für die betroffene Person.

Wenn das Herz nicht mehr schlägt, gelangt nämlich kein Blut und damit kein Sauerstoff mehr ins Gehirn. Dabei verbraucht das Gehirn mit seinen hoch entwickelten Nervenzellen rund 20 Prozent des Sauerstoffs, obwohl es nur ein bis zwei Prozent des Körpergewichts ausmacht. Schlägt das Herz nicht mehr, stirbt das Gehirn nach drei bis fünf Minuten. Der Rettungsdienst ist hierzulande im Median nach neun Minuten vor Ort.

Hier kommen Ersthelferinnen und Ersthelfer ins Spiel: Ihre Aufgabe ist, die Zeit zu überbrücken. Und zwar, indem sie die Pumpfunktion des Herzens von außen übernehmen – mit einer Herzdruckmassage.

Wie erkenne ich als Ersthelfer oder Ersthelferin einen Herzstillstand – und wie gehe ich dann vor?

Böttiger: Viele haben noch das Bild des dänischen Fußballspielers Christian Eriksen im Kopf, der 2021 während eines EM-Spiels kollabiert ist. Er hatte Glück, dass das in einem Um-



Bitte beherzt zudrücken: Einer Herzdruckmassage sollte man nicht zu zögerlich angehen.

FOTO: ARMIN WEIGEL/DPA

feld passiert ist, in dem viele wussten, wie die Herzdruckmassage geht. Und deshalb ist er auch heute noch Profifußballer.

Die meisten solcher Notfälle – schätzungsweise 70 Prozent – passieren zu Hause. Jemand kippt um oder fällt einfach vom Stuhl. Das Vorgehen ist immer gleich: Prüfen, Rufen, Drücken.

Erstens: Prüfen – das sollte nicht länger als zehn Sekunden dauern. Reagiert die Person, wenn ich sie laut anspreche oder vorsichtig an den Schultern rüttle? Atmet er oder sie noch normal? Wichtig zu wissen: Wenn ein Gehirn stirbt, atmen Menschen manchmal noch. Das ist aber eher eine Schnappatmung, also definitiv keine normale Atmung. Wer sich unsicher ist, sollte jetzt



Prof. Bernd Böttiger
Bundesarzt des Deutschen Roten Kreuzes

schon den Notruf 112 wählen. Die Leitstelle hilft einem dann bei dem Check.

Zweitens: Rufen. Wenn die Person nicht ansprechbar ist und keine normale Atmung zeigt, soll man den Notruf wählen. Die Leitstelle hilft Ihnen dann gegebenenfalls bei der Herzdruckmassage, Sie stellen das Telefonat einfach auf laut. Drittens: Drücken, also die Herzdruckmassage. Eine Hand

kommt dafür auf die Mitte des Brustkorbs, die Zweite oben drauf. Dann drücken sie mit ausgestreckten Armen, die Schultern direkt über dem Druckpunkt, etwa fünf bis sechs Zentimeter tief.

Nun heißt es: drücken, entlasten, drücken, entlasten – ohne Unterbrechung, bis der Rettungsdienst eintrifft. Wenn man nicht alleine ist, wechselt man sich spätestens nach rund zwei Minuten ab.

Die Frequenz beim Drücken ist übrigens etwa zweimal pro Sekunde. Ich empfehle jeder und jedem, sich ein Lied zu merken, das man sich im Notfall vor Augen führen kann. Der Klassiker ist „Stayin' Alive“ von den Bee Gees – aber der Radetzky-Marsch von Strauss oder „Atemlos“ von Helene Fischer gehen auch.

Kann man bei der Reanimation etwas falsch machen?

Böttiger: Man kann drei Dinge falsch machen. Erstens: Gar nichts tun – das ist das Allerschlimmste. Der zweite Fehler ist, einen Herzkreislaufstillstand nicht zu erkennen und die Person erst einmal in die stabile Seitenlage zu legen. Das ist ungefähr so effektiv wie gar nichts zu tun. Leider ist die stabile Seitenlage in vielen Köpfen fest verankert, sodass sie häufig fälschlicherweise auch bei einem Herzstillstand zum Einsatz kommt.

Der dritte Fehler ist, bei der Herzdruckmassage nicht fest genug zu drücken oder im Anschluss nicht genug zu entlasten. Viele Leute haben Sorge, dass sie der Person die Rippen brechen und sind zu zurück-

haltend. Selbst in Lehrfilmen sehe ich immer wieder, dass nicht fest genug gedrückt wird.

Fünf bis sechs Zentimeter tief drücken, das ist schon sehr viel. Da brechen oft auch Rippen. Doch diese Brüche heilen wieder – es geht erst einmal darum, dass die Person überlebt. Wenn es Rippenbrüche gibt, weiß ich als Notfallmediziner in der Regel: Da ist jemand gut reanimiert worden.

Zur Person: Prof. Bernd Böttiger ist Bundesarzt des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) und Vorstandsvorsitzender des Deutschen Rates für Wiederbelebung. Er fordert, dass Erste Hilfe im Schulunterricht deutschlandweit verpflichtend etabliert wird.

tmn

Bekanntschaften

Werner, 79 J., Kaufmann im Ruhestand, habe Herz, Humor u. ein Plätzchen auf dem Sofa frei. Bin aktiv, neugierig, kein Opa-Typ, sondern ein echter Kumpel fürs Leben. Ich suche eine humorvolle Frau, die auch lieber Händchen hält als Daumchen dreht. Bin gespannt auf Sie! Kostenl. Anruf, Pd-Seniorenglück **Tel. 0800-7774050**

Frieda, 78 J., gute Köchin, mit schöner weibl. Figur, jünger wirkend, bin sehr ordnungsliebend, fleißig, häuslich u. mobil. Habe keine großen Ansprüche, wir müssen uns mögen. Welcher einsame Mann wünscht sich eine liebe, fürsorgliche Witwe wie mich? Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück **Tel. 0800-7774050**

Elke, 63 J., fraulich, hübsch, auf Anhieb sympathisch. Bin mobil mit eig. Auto, eine zärtl. Frau, die mit viel Liebe kocht, backt u. verwöhnt, auch einem Umzug zu Dir stünde nichts im Wege. Frau mich schon auf Deinen Anruf üb. PV u. unser Kennenlernen. **Tel. 0152-24910120**

Veranstaltungen

Haus-Flohmarkt Möbel, Geschirr, elektr. Geräte am **13.9.25** von 12-17 Uhr, am **14.9.25** von 10-16 Uhr, **20.9.25** von 12-17 Uhr u. **21.9.25** von 10-16 Uhr in **Waldkappel**, **Hindenburgstr. 15** meigasa@web.de

Suchen Sie ein Zimmer, eine Wohnung, ein Haus?

Eine Anzeige in Ihrer Zeitung hilft immer!

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

Frau Winter sucht Nähmaschinen, Schreibmaschinen, jegliche Art von Handarbeiten, Modeschmuck, Zinn, uvm. ☎ **0176 6094 0068**

Landwirtschaft & Forsten

Buche Brennholz
Telefon 05684 931670

Brennholz Buche und Eiche 67€ srm
25/30 cm, mit Lief. **0176 62681914**

Auto-Ankäufe

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

Stellenanzeigen

Stellenangebote



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:

- Altefeld
- Eschwege
- Waldkappel
- Völkershäusen
- Herleshausen
- Albugen
- Kirchhosbach
- Frankershausen

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



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





Jugendfeuerwehr Ulfen in Lorsch dabei

Landesentscheid der Hessischen Jugendfeuerwehr

Ulfen – Jugendfeuerwehren vermitteln Jugendlichen nicht nur feuerwehrtechnisches Wissen, sondern auch soziale Kompetenzen wie Teamarbeit, Verantwortungsbewusstsein und Gemeinschaftssinn. Dabei steht der Spaß im Vordergrund – etwa bei Übungen, Freizeitaktionen und Wettbewerben. Durch gemeinsame Übungsstunden und Aktivitäten konnte die Jugendfeuerwehr Ulfen viele Fähigkeiten erlernen und ist zu einem tollen Team zusammengewachsen, das nun beim Landesentscheid der Hessischen Jugendfeuerwehren sein Können unter Beweis stellen konnte.

Landesentscheid der Hessischen Jugendfeuerwehr

Der Landesentscheid ist eine zentrale Etappe im System der Jugendfeuerwehr-Wettbewerbe in Hessen, die von Stadt-, Kreis- und Bezirksentscheid bis hin zur Landes- und schließlich

Bundesebene reicht. Hier werden Präzision, Schnelligkeit und Zusammenspiel der Jugendlichen verlangt, indem sie Löschübung, Knoten/Stiche, technische Vorgaben (A-Teil) und einen 400-m Hindernislauf mit feuerwehrtechnischen Elementen (B-Teil) absolvieren müssen.

Schon allein die Qualifikation für den Landesentscheid war ein bedeutender Erfolg für die Jugendwehr Ulfen und stellte zweifelsfrei den Höhepunkt im Jahr für die Ulfener Jugendlichen und die Betreuer*innen da. So fuhr die Jugendfeuerwehr Ulfen, hochmotiviert mit Gruppe und Staffel, nach Lorsch. Beeindruckende 61 Mannschaften traten beim diesjährigen Landesentscheid an und Ulfen belegte den erfolgreichen 11. Platz mit 1391 Punkten in der Staffel und Platz 19. mit 1382 Punkten in der Gruppe.

„Ich bin sehr stolz über das erfolgreiche Abschneiden der Jugendfeuerwehr Ulfen und



Siegerehrung der teilnehmenden 61 Wettkampf-Mannschaften
FOTO: JUGENDFEUERWEHR ULFEN

zugleich dankbar, dass die Jugendlichen die Berg- und Händelstadt Sontra in Südhessen würdig präsentiert haben. Gleichzeitig gilt der Dank den Jugendwarten Jannik Jäger und Kilian Meywirth sowie allen Verantwortlichen als auch dem Feuerwehrverein Ulfen, die die Mannschaft so gut auf den

Wettbewerb vorbereitet und bei einer Fahrstrecke von über 200 km es ermöglicht haben, am Landesentscheid teilzunehmen, denn jeder weiß, dass ehrenamtliches Engagement auch viel Freizeit in Anspruch nimmt“, so Bürgermeister Thomas Eckhardt, in Dankbarkeit und Wertschätzung. red

Schulradeln in Sontra gestartet

„Ran an die Pedale“ geht noch bis zum 21. September

Sontra – „Ran an die Pedale!“ heißt es ab dem 1. September wieder für drei Wochen an der Adam-von-Trott-Schule in Sontra. Schulleiter Oliver Methe und Bürgermeister Thomas Eckhardt starteten gemeinsam mit den Schülern und Schülerinnen der Wahlpflichtkurse Fahrrad und Nawi die Aktion „Schulradeln“ (<https://www.schulradeln.de>). Bis zum 21. September wollen nun alle Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte und Eltern der Adam-von-Trott-Schule möglichst viele Fahrradkilometer sammeln.

Unter dem Motto „Ran an die Pedale!“ radelt für Euer Team, Eure Schule und Eure Stadt“ nimmt die Adam-von-Trott-Schule nun bereits zum dritten Mal am landesweiten Wettbewerb Schulradeln teil.

Das Schulradeln eignet sich besonders, um den sportlichen Gemeinschaftssinn in den Klassen zu fördern und einen Anreiz zum Radfahren zu schaffen. Schülerinnen und Schüler werden dazu motiviert, ihren



Die Adam-von-Trott-Schule beteiligt sich zum dritten Mal beim Schulradeln.

FOTO: ADAM-VON-TROTT-SCHULE

Schulweg und ihre Wege in der Freizeit mit dem Fahrrad zurückzulegen. Die selbstaktive Mobilität von Kindern und Jugendlichen wird damit gefördert. Der Wettbewerb Schulradeln findet im Rahmen der Aktion STADTRADELN in Sontra

(<https://www.stadtradeln.de/sontra>) statt.

Eine Auszeichnung erhält die Schule -, die insgesamt die meisten Kilometer gesammelt hat. -, Schule mit den radelaktivsten Teilnehmenden: Die Schule,

deren Teilnehmende im Durchschnitt die meisten Kilometer pro Kopf zurückgelegt haben. Die Schule, die mit dem größten Team prozentual zur Gesamtzahl der Schülerinnen und Schüler angetreten ist. red

Pumptrack- und Trailparty in Sontra

28. September: Action und Spaß auf zwei Rädern

Sontra – Am Sonntag, 28.09.2025 sind von 13:00 bis 18:00 Uhr alle Bike-Fans, Familien und Outdoor-Begeisterten zur großen Pumptrack- und Trail-Party auf Hessens größter Pumptrack-Anlage und dem angrenzenden MTB-Trail in die Berg- und Händelstadt Sontra eingeladen. Es erwartet euch ein Tag voller Action, sportlicher Herausforderungen und guter Stimmung – für Anfänger genauso wie für Fortgeschrittene.

„Unsere Pumptrack- und Trail-Party soll nicht nur die Bike-Community zusammenbringen, sondern auch Familien und Neugierige für den Radsport begeistern. Also kommt mit euren Bikes vorbei und erlebt gemeinsam mit uns einen unvergesslichen Tag“, so Bürgermeister Thomas Eckhardt. „Egal ob du zum ersten Mal auf dem Bike sitzt oder schon lange Trails fährst – hier ist für jeden



Der Pumptrack und MTB-Trail in Sontra bieten Spaß und Action für alle Altersklassen.

FOTO: STADT SONTRA

etwas dabei.“

Nach den erfolgreichen beiden Veranstaltungen im vergangenen Jahr, möchten die Verantwortlichen auch in diesem Jahr wieder viele Radbegeisterte anlocken und haben sich einiges einfallen lassen.

Die Fahrrad-AG der Adam-von-Trott-Schule wird eine Bikes-Ausleihe und einen Rad-

Parcours sowie einen Fahrrad-Flohmarkt anbieten. Beim Fahrrad-Flohmarkt kann jeder gebrauchte Bikes und Zubehör auf einer ausgewiesenen Fläche verkaufen und es kann natürlich auch gekauft werden. Bei der Fahrrad-Ausstellung werden top aktuelle Modelle vom Unternehmen Velo Man gold aus Eschwege vorgestellt.

Ebenfalls wird ein Pumptrack-Training durch die Bikeschule ROCK MY TRAIL angeboten – kostenlose Anmeldungen sind vor Ort möglich. Auch die Firma RADQUARTIER, die sowohl die Pumptrack-Anlage und den MTB-Trail gebaut haben, werden mit einem Informationsstand vor Ort sein.

Für das leibliche Wohl wird ebenfalls gesorgt. Schülerinnen und Schüler der AvT-Schule, mit Unterstützung des Basar-Teams „Kleine Strolche“, werden Kaffee & Kuchen anbieten und der ASH-Feiertrick hat kühle Getränke und Bockwürste an Bord. Die Veranstaltung wird von der Adam-von-Trott Schule, Basar-Team „Kleine Strolche“, Aktionsgemeinschaft des Sontraer Handels, Trail-Revier Sontra und der Stadt Sontra gemeinsam organisiert. Alle Interessierten sind herzlich zur Pumptrack- und Trail-Party eingeladen. red

AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN

Stadtteil Sontra-Stadthosbach Der Ortsvorsteher

Ortsbeiratssitzung Stadthosbach
Am Montag, 22. September 2025, 20 Uhr, findet im **Dorfgemeinschaftshaus Thurnhosbach** eine öffentliche Sitzung des Ortsbeirates Stadthosbach statt. Es wird hierzu eingeladen.

Tagesordnung Teil I

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

Tagesordnung Teil II

1. Bericht
2. Bericht der Verwaltung
3. Erhöhter Schwerlastverkehr
4. Ersatzbatterie Defibrillator
5. Freiwilligentag 27.09.2025
6. Berufung von Wildschadenschätzern für den Zeitraum 01.01.2026 bis 31.12.2029
7. Anfragen und Anregungen

Sontra-Stadthosbach, 09.09.2025

gez. Helmar Lindenau
Ortsvorsteher



AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN

Stadtteil Sontra-Heyerode

Der Ortsvorsteher

Ortsbeiratssitzung Heyerode
Am Donnerstag, 25. September 2025, 19.30 Uhr, findet im Stadtteil Sontra-Heyerode, Dorfgemeinschaftshaus, eine öffentliche Sitzung des Ortsbeirates statt. Es wird hierzu eingeladen.

Tagesordnung Teil I

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

Tagesordnung Teil II

1. Bericht
2. Bericht der Verwaltung
3. Wahl

a) des Ortsvorstehers

b) gegebenenfalls des stellvertretenden Ortsvorstehers sowie weiterer Funktionären

4. Sachstand Dorferneuerungsmaßnahme „Lindenplatz“
5. Sachstand Dorferneuerungsmaßnahme „Spritzenhaus“
6. Sachstand Dorferneuerungsmaßnahme „DGH“
7. Berufung von Wildschadenschätzern für den Zeitraum 01.01.2026 bis 31.12.2029
8. Anfragen und Anregungen

Sontra-Heyerode, 09.09.2025

gez. Torsten Rüll
stellv. Ortsvorsteher

Digitale Ausweisfotos im Bürgerbüro

Sontra – Seit 1. Mai 2025 ist ein digitales zertifiziertes Passbild nötig, um einen Personalausweis und Reisepass zu beantragen. Im Bürgerbüro der Stadt Sontra stehen dafür geeignete Geräte zur Verfügung, mit denen die Fotos direkt vor Ort für 6 Euro gemacht werden.

Lichtbilder für Babys und Kleinkinder

Die ersten Erfahrungen haben gezeigt, dass die Anfertigung geeigneter Lichtbilder von Babys und Kleinkindern an den Geräten im Bürgerbüro mitunter sehr schwerfällt, weil die Kinder für die Aufnahmen

einen längeren Zeitraum stillsitzen und den Anweisungen des Gerätes folgen müssen.

Eltern werden deshalb gebeten, von Kindern unter sechs Jahren vor dem Termin im Bürgerbüro ein biometrisches Foto in einem zertifizierten Fotostudio oder Drogeriemarkt aufnehmen zu lassen. Das Bürgerbüro kann die Bilder dann über einen QR-Code aus der Cloud abrufen und verwenden. Für die Beantragung von Ausweisdokumenten im Bürgerbüro wird um vorherige Terminvereinbarung gebeten, um Wartezeiten zu vermeiden – online unter www.sontra.de red

Stadtradeln in Frankreich

Städtepartnerschafts-Radfahren

Vimoutiers/Sontra – Traditionell treffen sich Radfahrerinnen und Radfahrer aus den Partnerstädten Vimoutiers und Sontra und der englischen Partnerstadt von Vimoutiers zum gemeinsamen Radfahren - dabei wird immer abwechselnd in Frankreich und Deutschland gefahren. In diesem Jahr hat sich wieder eine 11-köpfige Gruppe Sontraer Radfahrer auf den Weg nach Frankreich gemacht, um dort gemeinsam

mit den französischen und englischen Freunden die Gegend von Armeau – im Département Yonne in der Region Bourgogne-Franche-Comté gelegen – mit dem Fahrrad zu erkunden. Von den 21 angereisten Personen sammeln insgesamt 16 Radfahrerinnen und Radfahrer fleißig Kilometer für die Aktion STADTRADELN. Sei auch du dabei und tritt für Sontra in die Pedale www.stadtradeln.de/sontra. red



Radfahrer aus Vimoutiers, Fordingbridge und Sontra treten fleißig beim STADTRADELN in die Pedale.

FOTO: MARTIN HOLLSTEIN



Challenge erfolgreich

Stadt Sontra macht mit bei Baumpflanz-Challenge 2025



Stellten sich der Baumpflanz-Challenge: (v. li.) Thomas Dornstrey, Bürgermeister Thomas Eckhardt und Bianca Schmidt pflanzten eine Linde.

FOTO: STADT SONTRA/NIH

Sontra – Die Baumpflanz-Challenge ist weit mehr als ein Social-Media-Trend: Sie ist ein Zei-

chen für gelebten Klimaschutz, Verantwortung und Gemeinschaft. Auch 2025 motiviert die

Challenge in ganz Deutschland wieder zahlreiche Gruppen und Organisationen aktiv zu

werden – so auch die Stadt Sontra. Was mit kleineren Umweltinitiativen begann, wurde durch die Feuerwehren in Deutschland zur echten Bewegung. Mit dem Ziel, Bäume zu pflanzen und gleichzeitig ein Gemeinschaftsprojekt zu schaffen, entwickelte sich die Baumpflanz-Challenge zum grünen Symbol für nachhaltiges Engagement. Nun weitet sich die Challenge auf Kommunen und Firmen aus und so wurde auch die Stadt Sontra Teil dieser Baumpflanz-Challenge, in dem sie von der Gemeinde Nentershausen zur Teilnahme nominiert wurde. „Eine solche Herausforderung lasse ich mir nicht nehmen – bei sowas sind wir immer dabei. Jetzt schauen wir mal, ob die drei von uns nominierten Kommunen ebenfalls so spontan bei der Pflanzaktion sind oder wir in Kürze gemeinsam ein Bierchen trinken dürfen“, so Bürgermeister Thomas Eckhardt, der mithilfe des städtischen Bauhofs die Aktion ganz kurzfristig umsetzte. Im Naherholungsgebiet Breitwiese wurde eine Linde gepflanzt und somit die Gemeinden Wehretal, Herleshausen und Ringgau für die Challenge nominiert

Geh-Fußball getestet

Workshop bei der SG Sontra lockt viele Interessenten an



16 Teilnehmer testeten jüngst in Sontra Gehfußball.

FOTO: MATTHIAS HÜBNER

Sontra – Fußball ohne Sprint, Grätsche und Vollgas – geht das überhaupt? Die SG Sontra hat es vor wenigen Tagen gezeigt: Beim ersten Geh-Fußball-Workshop stand nicht Geschwindigkeit, sondern Ge-

meinschaft, Gesundheit und jede Menge Spaß im Mittelpunkt. Und die Begeisterung war groß – sowohl bei den Spielern als auch bei den Gästen.

Werner Abraham vom Hessischen Fußball-Verband reiste

extra aus Südhessen an, um die 16 Teilnehmer – darunter erfreulicherweise auch vier Frauen – anzuleiten. Nach einem lockeren Aufwärmprogramm (natürlich alles im Gehen) und einer Einführung in die besonderen Regeln des Geh-Fußballs, folgte ein spannendes Spiel im Modus Sechs-gegen-Sechs über viermal 15 Minuten. Eine Besonderheit: Rennen ist nicht erlaubt, ebenso wie Zweikämpfe mit intensivem Körperkontakt. So bleibt das Spiel fair, gelenkschonend und für alle sicher. Schnell wurde deutlich: Auch im Gehen kommt man ordentlich ins Schwitzen – knapp drei Kilometer legte jeder Spieler während der Partie zurück. Im Anschluss ließen die Teilnehmenden den Tag bei kühlen Getränken und Bratwurst am Sporthaus gemütlich ausklingen. Der Kreisfußballausschuss mit dem stellvertretenden Kreisfußballwart Harry Niebeling sowie Tobias Bindbeutel, Referent für Freizeit- und Breitensport, waren vor Ort und zeigten sich begeistert. Niebeling betonte: „Es ist wichtig, wirklich jeden für den Sport – und natürlich für den Fußball – zu erreichen und zu begeistern, auch im Alter oder mit Gehproblemen.“

Auch die Spieler selbst waren voll des Lobes. Teilnehmer Alwin Hartmann restimierte: „Ich freue mich schon jetzt auf die nächste Trainingseinheit.“ Für die Zukunft ist klar: Geh-Fußball soll dauerhaft ein fester Bestandteil bei der SG Son-

tra werden. Geplant ist, das Format regelmäßig in das Training der Alten Herren zu integrieren – zunächst mit einer Einheit Geh-Fußball, danach darf, wer möchte, auch wieder ins Laufen übergehen. Besonders hervorzuheben ist, dass Geh-Fußball das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ trägt. Damit wird deutlich: Es handelt sich nicht um eine Spielerei, sondern um eine ernstzunehmende, anerkannte und gesundheitsfördernde Sportart, die Ausdauer, Koordination und Gemeinschaft gleichermaßen stärkt.

mhü

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

EVANGELISCHE KIRCHEN

14. September

Sontra: 10 Uhr im Gemeindehaus

14. September

Hornel: 12 Uhr Gottesdienst mit Taufe

KIRCHSPIEL BERNEBURG

14. September

Diemerode: 9.30 Uhr Gottesdienst

Berneburg: 11 Uhr Gottesdienst

KIRCHSPIEL ULFEN

14. September

Wölflterode: 9 Uhr Gottesdienst

Krauthausen: 10.15 Uhr Gottesdienst

KIRCHSPIEL

DATTERODE/RÖHRDA

14. September

Datterode: 10 Uhr Gottesdienst

Röhrda: 11 Uhr Gottesdienst

KATHOLISCHE KIRCHEN

PASTORALVERBUND GABRIEL WERRA-MEISSNER

13. September

Herleshausen: 17 Uhr Vorabendmesse

14. September

Sontra: 10.45 Uhr Sonntagsmesse

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

13. September

Adler Apotheke, Eschwege, Obermarkt 23, 0 56 51/33 54 30

Löwen Apotheke, Witzenhausen, Walburger Straße 6, 0 55 42/9 34 10

14. September

Bahnhof Apotheke, Eschwege, Stresemannstraße 1, 0 56 51/2 10 40

Landgrafen Apotheke, Hessisch Lichtenau, Landgrafenstraße 42, 0 56 02/9 35 50

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

PROGRAMMVORSCHAU

SONNTAG, 14. SEPTEMBER

Städtepartnerschaftswanderung in Tambach-Dietharz, Busabfahrt: 8.30 Uhr, Breitwiese Sontra

MONTAG, 15. SEPTEMBER

10 bis 12 Uhr: Aktionswoche „Älter werden im Werra-Meißner-Kreis“ - Kreativität – Geistige Fitness, Bürgerhilfe Sontraer Land e. V., Niederstr. 41

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

DIENSTAG, 16. SEPTEMBER

14.30 bis 17 Uhr: Aktionswoche „Älter werden im Werra-Meißner-Kreis“ und Spielenachmittag, Bürgerhilfe Sontraer Land und Awo-Ortsverein Sontra, Niederstadt 41

MITTWOCH, 17. SEPTEMBER

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

13 Uhr: Werratalverein Sontra, Wand-

erung „Reichenbergschacht“, Breitwiese (Fahrgemeinschaft)

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, 18. SEPTEMBER

11 bis 14 Uhr: Bürgerhilfe Sontraer Land, Mittagsstich für Senioren im Blickpunkt, Niederstadt 41

15 bis 16 Uhr: Aktionswoche „Älter werden im Werra-Meißner-Kreis“ - Bewegung - Stuhlgymnastik, Bürgerhilfe Sontraer Land e. V., Niederstadt 41

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

FREITAG, 19. SEPTEMBER

10 bis 12 Uhr: Handyfit-Sprechstunde, Bürgerhilfe, Niederstadt 41

13 bis 16 Uhr: Awo-Quartier Sontra, Eltern-Treff in Sontra, Spielplatz Breitwiese (Niedertor)

Blutspendetermin in Sontra war erfolgreich

Am Freitag, 5. September, führte der DRK-Ortsverein Sontra einen Blutspendetermin in der Adam-von-Trott-Schule in Sontra durch. Insgesamt 76 Bürgerinnen und Bürger erschienen an diesem Tag zur Blutspende. Für den Ablauf der Veranstaltung sorgten 10 freiwillige Helferinnen und Helfer in Zusammenarbeit mit einem Team des Blutspendedienstes Hessen des DRK aus Kassel. Bei diesem Blutspendetermin konnten wir erfreulicherweise 5 erstmalige Blutspenderinnen und Blutspender begrüßen. Allen Spenderinnen und Spendern sowie den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern danken wir herzlich! Bitte nehmen Sie die angebotenen Blutspendetermine wahr. Bei Krankheit und Unfällen kann unverhofft ein jeder von uns schon morgen auf die Blutspende anderer angewiesen sein! Weitere Informationen zur Blutspende sind unter der gebührenfreien Hotline 0800-1194911 und im Internet unter www.blutspende.de erhältlich.

red

AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN

Bekanntmachung: Sitzung Stadtverordnetenversammlung

Die Mitglieder der Stadtverordnetenversammlung werden zu der am Dienstag, 16. September 2025, 19 Uhr im Bürgerhaus Sontra, Thingstätte 2, 36205 Sontra stattfindenden öffentlichen Sitzung der Stadtverordnetenversammlung eingeladen.

Tagesordnung

Teil I

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

Teil II

1. Wahl zur Stadtverordnetenversammlung der Stadt Sontra am 14. März 2021 hier: Feststellung zum Ausscheiden und Nachrücken von Stadtverordneten
2. Haushaltssatzung mit Haushaltsplan für das Haushaltsjahr 2025 hier: Vorlage der aufsichtsbehördlichen

Genehmigung

3. Bericht zur Haushaltsausführung

2. Bericht zum 30.06.2025

4. Überplanmäßige Aufwendungen und Auszahlungen für das Haushaltsjahr 2025 Beratung und Beschlussfassung

5. Integriertes kommunales Entwicklungskonzept zur Dorfentwicklung (IKEK)

Aktuelle Kostenübersicht aller Maßnahmen

6. Bedarfs- und Entwicklungsplan, Vorgehensweise zur Überprüfung der Löschwasserversorgung

7. KOMPASS hier: Einrichtung eines Freiwilligen Polizeidienstes in der Stadt Sontra

8. Magistratsbericht

9. Anfragen

10. Anregungen

Sontra, 09.09.2025

gez. Gerhard Mutter

Stadtverordnetenvorsteher

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.

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

Blütenmeer im Garten

Staudenmischungen: Blütenvielfalt ohne starren Pflanzplan

Pflegeleichte, mehrjährige und dauerblühende Blumenbeete: Wer sich diesen Traum im Garten erfüllen will, muss den Standort gründlich analysieren und entsprechend die Bepflanzung planen. Mit Hilfe von Staudenmischungen lässt sich zumindest die Pflanzplanung abkürzen und der Traum leichter umsetzen.

Die Namen der Mischungen lassen bereits erahnen, was sich dahinter verbirgt. Der „Silbersommer“ wird dominiert von blauen, weißen und gelben Blüten, die zwischen silbrig belebten Arten tanzen. Das „Pink Paradise“ kombiniert zarte und kräftige Rosatöne mit dem Kontrast von roten Blättern. Im „Schattenglanz“ haben glänzende Blattoberflächen ihren Auftritt begleitet von blauvioletten, hellgrünen und weißen Blühaspekten.

Laut dem Arbeitskreis Pflanzenverwendung im Bund deutscher Staudengärtner sind Mischpflanzungen die einfachste Möglichkeit, eine vielfältige und dynamische Staudengemeinschaft im Garten anzusiedeln. In den Mischungen sind Stauden und Zwiebelblumen enthalten, die ökologisch und ästhetisch miteinander harmonisieren.

Die Pflanzenpakete sind für unterschiedliche Standorte entwickelt und optimiert. Die verwendeten Arten sowie die benötigte Menge pro Quadratmeter sind festgelegt. So lässt sich leicht errechnen, wie viele Pflanzen man braucht. Der gezeichnete Entwurf entfällt und so spart es einen großen Teil des Aufwandes, um seinem Traum näherzukommen.

Pflegeleichte Kompositionen ohne Pflanzplan

Für die verschiedenen Konzepte gibt es mittlerweile weit über zwei Dutzend verschiedene Mischungen. Dabei sind Kriterien wie Jahreszeit, Farbe, Struktur und Textur bewusst aufeinander abgestimmt, damit die Pflanzung in jeder Saison hübsch anzusehen ist. Über die Jahre hinweg gibt es eine Dynamik: Stauden, die etwas Zeit brauchen, bis sie sich etabliert haben, überwachsen die Lücken von kurzlebigen Arten.

Mischungen aus Staudengärtnereien bestehen in der Regel aus 15 bis 30 verschiedenen Arten. Laut dem Arbeitskreis Pflanzenverwendung ergibt sich folgende Zusammensetzung:



Staudenmischungen bringen Vielfalt und Dynamik in jeden Garten.

FOTO: BETTINA BANSE/DPA

5 bis 15 Prozent der Pflanzen sind hohe Stauden, die als sogenannte Gerüstbildner die Struktur vorgeben. 30 bis 40 Prozent sind halbhohle Begleitstauden. Mindestens 50 Prozent sind niedrige Bodendeckstauden, die sich dazwischen ausbreiten. Ergänzt wird alles von kurzlebigen Füllpflanzen sowie Blumenzwiebeln und Knollen.

„So entsteht ein gut gegliedertes Höhenrelief in der Pflanzung“, sagt Philip Schönfeld, Berater für Pflanzenverwendung aus Veitshöchheim. Es besteht kein Grund zur Sorge, dass eine solche Staudenmischung wie eine Fertigsuppe, die immer gleich schmeckt, an verschiedenen Standorten identisch aussieht. Tatsächlich entwickelt sich jede Staudenmischung individuell.

Da es keinen Pflanzplan im herkömmlichen Sinn gibt, sondern nur die verschiedenen Kategorien von Gerüstbildner bis Füllpflanze, bleibt die Individualität gewahrt. Bevor man die

Mischung auswählt, sollte der Lebensbereich ebenso wie das Kleinklima, die Bodenart und Gegebenheiten wie Sonnenexposition, Temperatur, Niederschlag und Winterhärte bestimmt werden.

Die Bodenvorbereitung

Für eine gelungene Bepflanzung ist die Bodenvorbereitung wichtig. Grundsätzlich ist nach Angabe von Philipp Schönfeld ein mäßig nährstoffreicher, wasserdurchlässiger Boden für die meisten Mischungen optimal. Ein mäßig saures bis mäßig alkalisches Substrat tolerieren die Pflanzkonzepte der Staudengärtner. Wichtig ist, dass Wasser gut abfließt.

Die Fläche sollte frei von Bewuchs sein. Wurzelunkräuter wie Quecke oder Winde müssen sorgfältig entfernt werden. Hat man das Gefühl, dass der Boden verdichtet ist, lockert man ihn nicht nur oberflächlich, sondern bis in die tiefen

Schichten mechanisch mit Grabegabel beziehungsweise Spaten.

Fast zufällig verteilt

Bei Staudenmischungen wird der Zufall zum Gestalter. Philipp Schönfeld rät mit der Art zu beginnen, die die geringste Stückzahl hat. Das sind die Gerüststauden, die der Pflanzung einen Rhythmus geben. Von diesem Ausgangspunkt arbeitet man sich bis zu den Bodendeckern vor. „Alle Stauden werden in gleichem Abstand ausgelegt“, so Schönfeld. Man kann auch eine bewusste Gruppierung integrieren und so aus höheren Arten ein Band bilden.

Die ideale Pflanzzeit für eine Staudenmischung sind Herbst und Frühjahr. So wurzeln die Pflanzen gut ein. Für den Herbst spricht auch der Vorteil, dass die Zwiebelpflanzen direkt ergänzt werden. Ihnen kommt eine besondere Bedeutung zu, denn sie sorgen für Attraktivität nach dem Winter-

rückschnitt der Stauden und ihrem Wiederaustrieb. So kann man mit Tulpen und Narzissen als höher wachsende Vertreter oder kleinwüchsigen Traubenhyazinthen, Blausternchen und Krokus schon früh im Jahr Farbe ins Bild bringen.

Als Faustformel gibt Philipp Schönfeld für die niedrigen Arten eine Menge von 20 Zwiebeln einer Sorte pro Quadratmeter an. „Erst bei dieser Menge treten sie wirksam in Erscheinung“, so der Berater für Pflanzenverwendung. Bei Tulpen oder Narzissen ist der Effekt bereits mit fünf bis zehn Exemplaren pro Quadratmeter gewährleistet.

Zum Abschluss wird gemulcht, um den späteren Pflegeaufwand möglichst gering zu halten. In Nachbarschaft von Gehölzen und auf frischen bis feuchten Böden eignet sich ein Rindenkompost oder Rindenhumus. Wichtig ist, dass der Nährstoffgehalt gering ist. Bei den trockenen, sonnigen

Lebensbereichen eignen sich Kies, Splitt oder andere Mineralstoffe - hier muss man in der Ausbringung besonders sorgfältig sein.

Effektive Pflege

In der Anwachsphase - also während der ersten ein bis zwei Vegetationsperioden - sollte bei anhaltender Trockenheit durchdringend gewässert werden. Auch später kann extreme Trockenheit Wassergaben erfordern. Ansonsten ist der wichtigste Punkt das Jäten von Unkraut. Unkräuter sollten Philipp Schönfeld zufolge nur durch Ziehen oder Ausstechen entfernt werden.

Der Rückschnitt erfolgt für alle Arten nach dem Winter. Man kann die Stauden, die sich stark aussamen, schon früher schneiden, um die Entwicklung zu steuern. Aber die Mischungen sind so gestaltet, dass der Winteraspekt ästhetisch ist und allen Tieren im Garten einen sicheren Lebensraum und Winterplatz bietet.

tmn



Damit die Bepflanzungen mit Staudenmischungen gelingt, muss der Boden gut vorbereitet werden.

FOTO: JENS-ULRICH KOCH/DPA



In Staudengärtnereien ist das Angebot an Staudenmischungen groß.

FOTO: MAX PANITZ/DPA

Was hat es mit den Brandklassen auf sich?

Feuerlöscher für zu Hause: Was beim Kauf und Einsatz zählt

Ja, auch bei Ihnen daheim kann es brennen. Besonders in der Küche, wenn man mal einen Topf auf dem Herd vergisst. Aber auch elektrische Geräte wie Wäschetrockner, Fernseher oder Kühlschränke können einen Brand auslösen, wenn sie etwa defekt oder überlastet sind. Und noch eine mögliche Brandgefahr, die jeder daheim hat: Akkus. In Fahrrädern, Telefonen, Computern, Zahnbürsten und vielem mehr.

Wenn man sich die Risiken vor Augen führt, liegt der Kauf eines Feuerlöschers nahe. Den muss man im Ernstfall aber auch richtig anwenden können.

„Ein Feuerlöscher ist natürlich praktisch, um im Ernstfall ein Feuer schnell bekämpfen zu können“, sagt Hermann Dinkler vom Tüv-Verband. „Damit er wirksam eingesetzt werden kann, muss man sich aber im Vorfeld schon etwas mit dem Thema beschäftigen. Einfach Sicherungsriegel entfernen und loslegen, das wird nicht klappen“, sagt der Tüv-Experte für Brand- & Explosionsschutz. Was sollte man also vor Kauf und Einsatz über Feuerlöscher wissen? Hier eine Übersicht dazu.

Brandklassen unterscheiden

Entscheidend ist, für welche Art von Bränden man den Feuerlöscher im Haushalt einsetzen will. Denn: Nicht jeder Feuerlöscher ist für jeden Brand geeignet. Bestes Beispiel, brennendes Öl darf nicht mit Wasser gelöscht werden - sonst kann es zu einer explosionsartigen Verdampfung kommen.

Ob ein Feuerlöscher zum Löschen des jeweiligen Brandherdes geeignet ist, zeigt die jeweilige Brandklasse, so der Deutsche Feuerwehrverband. Jeder Feuerlöscher verfügt mindestens über ein Piktogramm, das die jeweilige Brandklasse angibt.

Hier eine Übersicht dazu:

Brandklasse A für feste Stoffe, die beim Verbrennen Glut bilden wie zum Beispiel Holz oder Textilien
Brandklasse B für alle flüssigen, brennbaren Stoffe wie Benzin, Öle, Fette, Farben, Lacke und Alkohol sowie Stoffe, die aufgrund der Wärmeeinwirkung flüssig werden wie Wachs, Teer, Harz, Kunststoffe wie PVC sowie zahlreiche andere Kunststoffe
Brandklasse C für alle brennbaren Gase wie Propan, Methan, Stadtgas, Erdgas, Butan, Ethin (Acetylen) sowie Wasserstoff
Brandklasse D für brennende Metalle
Brandklasse F für brennende Speisefette und Speiseöle, also die brennende Bratpfanne oder Fritteuse

Die meisten Brände im Haushalt fallen also in die Brandklassen A und B. Die Brandklasse F kann zum Einsatz kommen, wenn ein Topf mit Öl in der Küche brennt. Während die Brandklasse D in privaten Haushalten kaum benötigt wird.

Wer sich fragt, warum die Brandklasse E fehlt. Sie wurde im Jahr 1978 abgeschafft. Früher war diese Kennzeichnung noch nötig, da ältere Feuerlöscher nicht immer für Elektrobrände ausgelegt waren.

Auf das Löschmittel achten

Bevor man überlegt, was für einen Feuerlöscher man sich

Brandklassen bei Feuerlöschern

Die Piktogramme zeigen, für welche Brandklassen der Feuerlöscher geeignet ist.

Brandklasse					
Brandstoff	Feste Stoffe	Flüssige und schmelzende Stoffe	Gase	Metalle	Speisefette u. -öle in Frittier- und Fettbackgeräten
Beispiele	Holz, Papier, Textilien, nicht schmelzende Kunststoffe	Lösungsmittel, Öle, Wachse, schmelzende Kunststoffe	Propan, Butan, Acetylen, Erdgas	Aluminium, Magnesium, Natrium	Speisefett, Speiseöl
Feuerlöschertyp					
Pulverlöscher	✓	✓	✓	✗	✗
Glutbrandlöscher ABC	✓	✓	✓	✗	✗
Pulverlöscher mit Metallbrandpulver	✗	✗	✗	✓	✗
Pulverlöscher	✗	✓	✓	✗	✗
Kohlendioxidlöscher	✗	✓	✗	✗	✗
Wasserlöscher	✓	✗	✗	✗	✗
Schaumlöscher	✓	✓	✗	✗	✗
Fettbrandlöscher	✗	✗	✗	✗	✓

001656© dpa•themendienst

Quelle: Deutscher Feuerwehrverband

Wer einen Feuerlöscher kaufen oder benutzen will, sollte auf die Brandklassen achten. Die Piktogramme verraten, für welche in Brand geratenen Stoffe der Feuerlöscher geeignet ist.

DPA-INFOGRAFIK/DPA



Instandhaltungs- und Prüfnachweise: Der Feuerlöscher darf nicht zu alt sein – eine regelmäßige Wartung ist wichtig.

FOTO: NICO TAPIA/DPA



Den Umgang mit einem Feuerlöscher sollte man in Ruhe üben, damit im Ernstfall die Handhabung reibungslos klappt.

FOTO: ISABELLE MODLER/DPA

anschaffen will, sollte man neben der Brandklasse noch eine weitere Kategorie kennen: „Feuerlöscher werden nach dem Löschmittel unterschieden, das sie verwenden“, erklärt Hermann Dinkler. Wichtig: Nicht jedes Löschmittel ist für jede Brandklasse beziehungsweise nicht für jeden Brandherd geeignet.

„Am gängigsten sind Pulver- und Schaumlöscher“, so Dinkler. Sie unterscheiden sich folgendermaßen:

„Pulverlöscher decken die Brandklassen A, B und C ab.“ Sie werden immer dort eingesetzt, wo möglichst viele Brandklassen abgedeckt werden sollen. „Aber sie haben einen Nachteil: Das Pulver ver-

teilt sich beim Löschen im ganzen Raum, man bekommt es nicht vollständig wieder raus.“ Schaum-Feuerlöscher sind nach Angaben des Bundesverbandes Technischer Brandschutz (bvfa) besonders gut zum Löschen von brennenden festen Stoffen und brennenden Flüssigkeiten der Brandklassen A und B geeignet. Da man das Löschmittel mit der Löschspitze zielgerichtet auf das zu löschende Objekt aufbringen kann, halte sich die Verschmutzung nach der Brandbekämpfung im Rahmen.

Das zeigt, dass ein Feuerlöscher nicht unbedingt alle Szenarien abdeckt.

Auch die Handhabung eines Feuerlöschers ist nicht ganz

einfach und sollte geübt werden. „Gerade in der Aufregung bei einem Wohnungsbrand fällt es vielen Menschen schwer, das zehn Kilogramm schwere Gerät in Gang zu setzen und gezielt auf den Brandherd zu richten“, sagt Carsten-Michael Pix vom Deutschen Feuerwehrverband. „Der erste Stoß geht oft ins Leere, der zweite ins Gesicht und erst der dritte klappt vielleicht. Dann kann es aber schon zu spät sein und es droht eine Rauchvergiftung.“

Worauf es noch ankommt

Nicht nur im Notfall sollte man die Hilfsmittel in die Hand nehmen. „Wichtig ist, sowohl

bei Feuerlöschern als auch bei Löschsprays, das Ablaufdatum zu beachten“, rät Carsten-Michael Pix. Denn: „Sie können im Laufe der Jahre Druck verlieren und dann nicht mehr wirksam eingesetzt werden.“

Wie häufig ist so eine Kontrolle also nötig? „Grundsätzlich sollten Feuerlöscher alle zwei Jahre, möglichst aber jedes Jahr von einer Fachfirma auf ihre Funktionstüchtigkeit geprüft und gewartet werden“, rät Hermann Dinkler. „Geräte, die älter als 25 Jahre sind, müssen in der Regel ersetzt werden“, so der Tüv-Experte. Am besten achtet man auf die Herstellerangaben.

Tipp: Beim Kauf eines tragbaren Feuerlöschers am besten

auf die Aufschrift „DIN EN 3“ sowie das GS-Zeichen achten, rät die Aktion „Das Sichere Haus“. Beides sind Hinweise auf Qualität.

Fazit: Feuerlöscher im Haushalt sind also gut, wenn Bewohner damit umgehen können und die Geräte regelmäßig gewartet werden. „Wer sich zutraut, damit einen Brand zu löschen, kann sich so ein Gerät anschaffen“, so Carsten-Michael Pix. „Aber nicht in jeder Wohnung ist ein Feuerlöscher nötig.“ Viel wichtiger ist es, im Brandfall richtig zu reagieren: Also alle Fenster und Türen schließen, die anderen Hausbewohner informieren, die Feuerwehr rufen und sich in Sicherheit bringen.

tmm

NORMA®

Mehr fürs Geld.

HEITMANN® Reine Citronensäure
pure Pulver je 350 g

(1 kg = 7,11)
oder flüssig
je 500 ml
(1 l = 4,98)

23% billiger

UVP 3,25
2,49*



Calgon

Wasserenthärter

z.B. 4in1 Power Gel je 2,15 l für
43 VWL (pro Waschgang -18), oder
Hygiene+ Tabs je 481 g für 37 VWL,
37 Tabs (pro Waschgang -21)

39% billiger

zum Vergleich: UVP z.B.
Gel 15 VWL = 4,45

1,77*



Fol Epi Käsescheiben
Caractère je 130 g (1 kg = 13,77) oder
Classic je 150 g

(1 kg = 11,93) und
weitere Sorten

statt 2,79

1,79*

35% billiger

50% billiger

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 15.09.2025 bis 21.09.2025



Milka Tafelschokolade Lu je 87 g
(1 kg = 12,76), Alpenmilch oder
Noisette je 90 g (1 kg = 12,33) und
weitere Sorten

44% billiger

statt 1,99

1,11*

50% billiger

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 15.09.2025 bis 21.09.2025



multiTEC Profi-Abfallsäcke
extra stark
je 30x120 l

30x
120 Liter

5,99*

16% billiger

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 15.09.2025 bis 21.09.2025



Deli Pflanzliches Schmalz
Zwiebel mit Äpfeln verfeinert oder
nach Griebenart mit Kräutern
je 200 g (1 kg = 6,95)

33% billiger

UVP 2,09

1,39*

52% billiger

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 15.09.2025 bis 21.09.2025



OUZO of plomari

Ouzo Mehr als 120
Jahre Tradition

Die unvergleichbare
Spirituosen-Spezialität
aus Griechenland.
40 % vol. je 0,7 l
(1 l = 12,84)

UVP 11,99

8,99*

25% billiger

Beerenfrucht-
Geschmack
je 0,75 l, zzgl. -25 Pfand
(1 l = 1,05)
je Flasche

UVP -99

-79*

20% billiger

UVP 1 kg =
15,49

9,74*

16% billiger



BERTOLLI Olivenöl
Originale, Cucina

sehr sanft, Gentile sanft
oder Robusto kräftig
je 500 ml (1 l = 9,98)

37% billiger

UVP 7,99

4,99*

37% billiger

UVP 7,99

7,99*

800 g

XXL

Italienische Prali-
nen XXL verschiedene
Sorten in einer Packung

je 800 g (1 kg = 9,99)

UVP 7,99

7,99*

800 g

XXL

Prosciutto
Crudo original
italienischer

je 150 g
(1 kg = 19,93)

UVP 19,93

2,99*

150 g

XXL

Recla Roh-
schinken
je 150 g

(1 kg = 19,93)

UVP 19,93

2,99*

150 g

XXL

ab Montag, 15. September

Herbstäpfel
Deutschland, Altes Land

KL. I, Sorte: Santana, Ideal
für Schule und Büro,

je 2,2 kg
(1 kg = 1,27)

2,2 kg!

2,79*

neue
Ernte!

XXL

Tafeltrauben
kernlos, hell
Italien KL. I, Sorte: z.
B. Sugar Crisp • Große
schmackhafte Früchte

je 1,5 kg
(1 kg = 3,19)

UVP 4,79

4,79*

1,5 kg!

XXL

Mini Gurken
Spanien/Marokko

je 1,5 kg
(1 kg = 1,86)

UVP 2,79

2,79*

1,5 kg!

XXL

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

TOPTEX Arbeits-Strickfleece Jacke
für Damen und Herren • 100 % Polyester

• Oberstoff aus modischer Strickfleece-Qualität
• Wärmer durch angeraute Innenseite

• Damen-Größen M (40/42) – XL (48/50)
• Herren-Größen M (48/50) – XXL (60/62)

je Jacke

14,99*

2er-Set

3er-Set

4er-Set

5er-Set

6er-Set

7er-Set

8er-Set

9er-Set

10er-Set

11er-Set

12er-Set

13er-Set

14er-Set

15er-Set

16er-Set

17er-Set

18er-Set

19er-Set

20er-Set

21er-Set

22er-Set

23er-Set

24er-Set

25er-Set

26er-Set

27er-Set

28er-Set

29er-Set

TOPTEX Arbeits-Latzhose für Herren,

mit strapazierfähiger Knie-
verstärkung und vielen
funktionellen Details

• Obermaterial
65 % Polyester,
35 % Baumwolle

• Knieverstärkung
100 % Polyester

• Größen
M (48/50) –
XL (56)

je Hose

17,99*

2er-Set

3er-Set

4er-Set

5er-Set

6er-Set

7er-Set

8er-Set

9er-Set

10er-Set

11er-Set

12er-Set

13er-Set

14er-Set

15er-Set

16er-Set

17er-Set

18er-Set

19er-Set

20er-Set

21er-Set

22er-Set

23er-Set

24er-Set

25er-Set

26er-Set

27er-Set

Camouflage-Jacke
für Herren

• 60 % Baumwolle, 40 % Polyester
• Futter 100 % Polyester
• Hochwertige Canvas-Qualität

• Größen M (48/50) – XXL (60/62)

je Jacke

24,99*

2er-Set

3er-Set

4er-Set

5er-Set

6er-Set

7er-Set

8er-Set

9er-Set

10er-Set

11er-Set

12er-Set

13er-Set

14er-Set

15er-Set

16er-Set

17er-Set

18er-Set

19er-Set

20er-Set

21er-Set

22er-Set

23er-Set

24er-Set

25er-Set

26er-Set

27er-Set

28er-Set

29er-Set

Outdoor-Stiefel für Damen und
Herren • Strapazierfähige Cordura®-
Mesh-Einsätze und 3M-Scotchlite™-Reflektor

• Robuste und flexible TPR-Laufsohle
• Damen-Größen
38 – 41

• Herren-Größen
42 – 44

je Paar

19,99*

2er-Set

3er-Set

4er-Set

5er-Set

6er-Set

7er-Set

8er-Set

9er-Set

10er-Set

11er-Set

12er-Set

13er-Set

14er-Set

15er-Set

16er-Set

17er-Set

18er-Set

19er-Set

20er-Set

21er-Set

22er-Set

23er-Set

24er-Set

25er-Set

26er-Set

27er-Set

28er-Set

29er-Set

ÖKO-TEST Kalifornische
Pistazien
geröstet & gesalzen
sehr gut

250-g-Packung
(1 kg = 13,96)

3,49

ÖKO-TEST-Magazin 09/2025

ÖKO-TEST Fruch-
genuss
Erdbeere 75%
340-g-Glas
(1 kg = 5,15)

1,75

ÖKO-TEST-Magazin 09/2025

ÖKO-TEST WC-
Reiniger
Citrus
1-l-Flasche
(1 l = -95)

-95

ÖKO-TEST-Magazin 09/2025

ÖKO-TEST WC-
Reiniger
Citrus
1-l-Flasche
(1 l = -95)

-95

ÖKO-TEST-Magazin 09/2025

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