

# BÜRGERZEITUNG

Wochenblatt  
mit amtlichen Bekanntmachungen  
der Gemeinde

# MALS FELD

*Hier steckt unsere Heimat drin!*

Jahrgang 34

Donnerstag, den 9. März 2000

Nummer 10

## Tips für die Nichtraucher-Karriere

GP. Die meisten Raucher rauchen gern. Rauchen gilt als Genuß, besonders nach einem schönen Essen oder als „Streßhilfe“. Viele Raucher meinen, wenn bei einem geselligen Abend geraucht wird, dann wird es erst richtig gemütlich.

Manchmal vertreibt eine Zigarette auch die Langeweile. Gleichzeitig ärgern sich dieselben Raucher über ihre abnehmende Fitneß, über Hautprobleme und nicht zuletzt über das in Rauch aufgegangene Geld.

Daß Nikotin ein suchtmachendes Gift ist, wissen alle Raucher.

Die Wahrscheinlichkeit, häufiger als Nichtraucher an Lungenkrebs zu erkranken oder einen Herzinfarkt zu erleiden, hält die meisten nicht vom Rauchen ab. Der Entschluß, jetzt mit dem Rauchen aufzuhören, hat ebenso viele Motive wie es Gründe gibt, warum jemand Raucher oder Raucherin ist.

Ob man es schafft, Nichtraucher zu werden, darüber entscheidet in erster Linie die eigene Überzeugung.

Aber auch die richtige Methode ist wichtig.

Es gibt zwei Wege, mit dem Rauchen aufzuhören: entweder den radikalen Schlußstrich ziehen oder Schritt für Schritt über mehrere Wochen den Zigarettenkonsum reduzieren. Die Betriebskrankenkassen (BKK Bundesverband) raten Entschlossenen auf dem Weg ins Nicht-Raucher-Leben, einige Grundregeln zu beachten.

- Wählen Sie eine günstige Zeit. So können ein Urlaub oder die Zeit nach einer Erkrankung, bei der Sie sowieso nicht geraucht haben, ideale Ausgangspunkte zum Abgewöhnen sein.



Auch wenn jeder die Gesundheitsrisiken kennt, fällt es den meisten Rauchern schwer, auf die „Zigarette danach“ zu verzichten.

Foto: BKK Bundesverband/GP

- Verdeutlichen Sie sich, warum es so wichtig für Sie ist, jetzt aufzuhören. Schreiben Sie die Gründe auf eine Liste. Das kann Ihnen helfen, wenn die Motivation einmal sinken sollte.

- Nehmen Sie sich in der Abgewöhnungsphase viel vor. Vor allem viel Bewegung regt Ihren Kreislauf an und beruhigt die Nerven. Sie beugen damit auch Entzugerscheinungen wie Kopfschmerzen oder Schwindel vor.

- Sie können schwimmen, radfahren oder einfach spazieren gehen.

Betreiben Sie Ihre Lieblingssportart intensiver oder probieren Sie etwas Neues - zum Beispiel können Sie mit dem gesparten Zigarettegeld ein Fitneß-Studio besuchen.

- Schlafen Sie viel. Wer schläft, kann nicht rauchen. Ein entspannendes Bad am Abend hilft gegen Unruhe und Nervosität.

- Suchen Sie sich Verbündete und erzählen Sie von Ihrer Absicht, mit dem Rauchen auf-

zuhören. Damit verpflichten Sie auch sich selbst.

- Auch bei Rückfällen sollte der Entschluß aufzuhören nicht revidiert werden. Analysieren Sie genau, wie es zu dem „Ausrutscher“ kam, damit Sie ihn künftig vermeiden.

- Überlegen Sie, ob ein Nichtraucher-Kurs für Sie sinnvoll ist. Vielleicht können Sie jemanden aus Ihrer Umgebung motivieren, mitzumachen.

Jeder Raucher und jede Raucherin muß einen individuellen Weg zum Aufhören finden. Verschaffen Sie sich Anfangserfolge, die Sie motivieren, Ihre Nichtraucher-Karriere erfolgreich fortzusetzen.

## Wichtige Rufnummern und Öffnungszeiten



**Gemeindeverwaltung** .....05661/500270  
**Sprechstunden der Gemeindeverwaltung**  
 Montag bis Freitag..... 8.00 bis 12.00 Uhr  
 und Donnerstag zusätzlich von .....13.00 bis 18.00 Uhr  
**Sprechstunden im OT Dagobertshausen**  
 Jeden Samstag von.....11.00 bis 12.00 Uhr  
 hält der Ortsvorsteher Lothar Kothe in seiner Wohnung Sprechstunden ab.  
**Sprechstunden im OT Elfershausen**  
 Jeden Dienstag von.....19.00 bis 20.00 Uhr  
 hält der Ortsvorsteher Karl Harbusch in seiner Wohnung, Am Sportplatz 6, Sprechstunden ab.  
**Sprechstunden im OT Ostheim**  
 Jeden Freitag von.....19.00 bis 20.00 Uhr  
 hält der Ortsvorsteher Reiner Lampe in seiner Wohnung Sprechstunden ab.  
**Sprechstunden im OT Mosheim**  
 nach telefonischer Vereinbarung - hält der Ortsvorsteher Rolf Bücken in seiner Wohnung Sprechstunden ab.  
 Tel.: 05662/1331  
**Sprechstunden im OT Beiseförth**  
 Nach telefonischer Vereinbarung - hält der Ortsvorsteher Ludger Pannbäcker, Mühlenstr. 24, Tel.: 05664/1893, Sprechstunden ab.  
**Sprechstunden im OT Sipperhausen**  
 Montag-Donnerstag von .....19.30 - 20.30 Uhr  
 nach telefonischer Vereinbarung hält der Ortsvorsteher Harald Ziebarth in seiner Wohnung Sprechstunden ab. Tel. 05685/646  
**Sprechstunden im OT Malsfeld**  
 Jeden Freitag von.....18.00 - 18.30 Uhr  
 hält die Ortsvorsteherin Erdmute Schirmer in ihrer Wohnung Sprechstunden ab.  
**Sprechstunden des Ortsgerichtsvorstehers**  
 Ortsgerichtsvorsteher Karl Harbusch hält jeden Mittwoch in der Zeit von 11.00-12.00 Uhr in den Räumen des Rathauses in Malsfeld, Lindenstr. 1, Sprechstunden ab. Zusätzliche Termine werden nach Vereinbarung vergeben. Tel. privat: 05661/4794  
 Anschrift: Am Sportplatz 6, Malsfeld-Elfershausen  
**Dienststunden der Gemeindekasse**  
 Montag bis Freitag von.....8.00 bis 12.00 Uhr  
**Gemeindebücherei**  
 Buchausgabe donnerstags von.....17.00 bis 19.00 Uhr  
**NOTRUF**  
**Polizei** .....110  
**Feuer, Unfall, Notfall**.....112  
**Krankentransport**.....05681/19222  
**ZENTRALE LEITSTELLE**  
 Alarm- u. Einsatzzentrale.....05681/19222  
 Krankenhaus Melsungen.....05661/770  
 Polizei Melsungen.....05661/70890  
 Überfall, Verkehrsunfall .....112  
 Ärztlicher Notfalldienst  
 der Landesärztekammer.....05681/19222  
 Tierärzte, OT Binsförth  
 B. u. R. Korthaus .....05664/6611 o. 05661/50506  
 Brandschutz, Rettungsdienst.....112  
**Störungsdienste:**  
 Gas .....1655 od. 0551/9091  
 Wasser.....0171/9759546  
 Kläranlage.....05661/2729  
 Strom .....05681/985400  
**Sozialpsychiatrischer Dienst am Gesundheitsamt des Schwalm-Eder-Kreises, Freiheiter Str. 29, 34576 Homberg/Efze**.....05681/775-469  
 Am Wochenende: .....0172/5615176  
**Kasseler Hilfe, Opfer- und Zeugenhilfe e.V.**  
 Wilhelmshöher Allee 101, 34121 Kassel .....0561/282070  
 Kostenlose und auf Wunsch anonyme Beratung und Hilfe für Menschen, die von einer Straftat oder durch seelische und körperliche Gewalt als Opfer, Zeuge oder Angehöriger betroffen sind.  
**Sprechzeiten:**  
 Montag-Freitag .....9.00 - 12.30 Uhr  
 Dienstag, Mittwoch und Donnerstag.....13.30 - 16.30 Uhr  
 und nach Vereinbarung  
**Weißer Ring** .....01803/343434  
 Kriminalitätsoffer finden Hilfe  
**Psychosoziales Zentrum Schwalm-Eder-Nord**  
**Kontakt- und Beratungsstelle, Burgstr. 21, 34212 Melsungen, Tel. 05661/2626**  
**Sprechzeiten:**  
 Mo. und Mi. ....9.00-10.00 Uhr  
 Di. und Fr. ....11.00-12.00 Uhr  
 Teestube Mi. ....15.00-18.00 Uhr  
 Wochenendcafé jeden 1. Samstag 14.00-17.00 Uhr

**Fritzlar:** Hardehäuser Hof, Raum 4: jeden 1. und 3. Dienstag  
 Sprechzeit:.....15.00-16.00 Uhr  
 Cafétreff:.....16.00-18.00 Uhr  
**Alarmplan Feuerwehr**  
 Ortsbrandmeister: Willi Scholl,  
 Malsfeld - OT Elfershausen, Hauptstr. 49.....05661/50126  
 Stellvertreter: Günter Röse,  
 Malsfeld - OT Ostheim, Steingasse 6 .....05661/6895  
**Malsfeld**  
 Wehrf. Armin Egerer, Malsfeld, Birkenweg 2.....05661/8792  
 Stellv. Friedel Paul, Kirchstr. 24.....05661/51048  
**Beiseförth**  
 Wehrf. Oliver Garde, Brunnenstr. 17 .....05664/8743  
 Wehrf. Jörg Hofmann, Am Stück 9 .....05664/8202  
**Dagobertshausen**  
 Wehrf. Waldemar Ellenberger, Malsfelder Str. 11 .....05661/6824  
 Stellv. Joachim Oesterling, Ostheimer Str. 6 .....05661/2793  
**Ostheim**  
 Wehrf. Oliver Witzel, Steingasse 16 .....05661/920329  
 Stellv. Sabine Paulus, Raiffeisenstr. 4 .....05661/51954  
**Mosheim**  
 Wehrf. Fritz Botte, Am Berg 16.....05662/1284  
 Stellv. Werner Marx, Falkenberger Weg 6.....05662/3475  
**Elfershausen**  
 Wehrf. Bernd Otto, Hauptstr. 42 .....05661/51314  
 Stellv. Manuel Ludwig, Neue Str. 11.....05661/3538  
**Sipperhausen**  
 Wehrf. Uwe Globes, Dickersh. Str. 4 .....05685/327  
 Stellv. Christian Hocke, Dickersh. Str. 3 .....05685/316  
**Gemeindekrankenschwester Susanne Bruelheide**  
 Büro: Am Knick 2, 34323 Malsfeld .....Tel.: 05661/6660  
**Zuständigkeit Erdgas innerhalb der Gemeinde Malsfeld**  
 egm-Betriebsstelle Melsungen,  
 Kasseler Str. 74, Melsungen .....Tel. 05661/7079-0  
**Postamt Malsfeld Schalterstunden**  
 Montag - Donnerstag.....8.30 bis 18.00 Uhr  
 Freitag .....8.30 bis 19.00 Uhr  
 Samstag .....8.00 bis 13.00 Uhr  
**Postamt Beiseförth**  
 Montag - Freitag von .....15.00 bis 16.45 Uhr  
 Samstag von .....10.15 bis 12.00 Uhr  
 Kastenleerung sonntags nur an der Poststelle.  
**Finanzamt Melsungen** .....05661/7060  
 Sprechzeit: Montag - Mittwoch - Freitag.....8.00 - 12.00 Uhr  
 oder nach Vereinbarung  
**Frauenhaus Notruf Tag und Nacht:** .....05681/6170  
 Frauenhaus Beratungsstelle, Holzhäuser Str. 7 in Homberg/Efze:  
 jeden Mittwoch 14.00 - 15.00 Uhr  
 oder nach Vereinbarung .....05681/930447  
**TÜH Melsungen**  
 Fahrzeugprüfung .....05661/92034/  
 Öffnungszeiten:  
 Mo. - Do. ....7.30 - 12.30 Uhr und 13.00 - 16.00 Uhr  
 Fr. ....7.30 - 14.00 Uhr



...damit fachliche Hilfe rechtzeitig eintrifft:

### Notrufnummern im Schwalm-Eder-Kreis

**110** Polizei

**112** Feuer, Unfall, Notarzt



#### Informationen für die Zentrale Leitstelle:

- Wo ist der Notfall?
- Was ist passiert?
- Wieviel Verletzte oder Erkrankte?
- Welche Art der Verletzungen bzw. Erkrankungen?
- Warten auf Rückfragen, nicht gleich auflegen!



**Gemeinde Malsfeld**  
**Telefonverzeichnis mit Durchwahlen**

<b>Gemeindeverwaltung</b>	
Zentrale	05661/500270
Fax	05661/500287
Funktion	
Name	Durchwahl - 5002
Bürgermeister Herr Vaupel	72
Büroleiter Herr Thierolf	77
Vorzimmer Frau Batte	73
Ordnungsamt Frau Schöpp	74
Einwohnermeldeamt Herr Köbberling	81
Gemeindekasse Frau Eckert	82
Steueramt Herr Potzkai	78
<b>Bauamt</b>	
Herr Schmidt	76
Herr Schnaudt	75
Frau Schmelz	85
Frau Schlee	80
<b>Standesamt</b>	
Herr Keudel	88
<b>Wasserangelegenheiten</b>	
Herr Keudel	79
Wasser-Notdienst	0171/9759546
Bauhof	95

**Wir gratulieren**



- zum 78. Geburtstag**  
Frau Marie Kopia, Malsfeld-Mosheim  
Auf der Trift 2 .....geb. am 10.3.1922
- zum 89. Geburtstag**  
Frau Anna Hofmann, Malsfeld-Dagobertshausen  
Homberger Weg 3.....geb. am 12.3.1911
- zum 76. Geburtstag**  
Frau Liesel Marx, Malsfeld-Mosheim  
Falkenberger Weg .....geb. am 12.3.1924
- zum 75. Geburtstag**  
Herrn Johann Preisel, Malsfeld  
Bilsenrain 8 .....geb. am 13.3.1925
- zum 87. Geburtstag**  
Frau Else Möller, Malsfeld-Beiseförth  
Mühlrain 6 .....geb. am 14.3.1913
- zum 79. Geburtstag**  
Herrn Kurt Clobes, Malsfeld-Sipperhausen  
Dickershäuser Str. 4 .....geb. am 14.3.1921
- zum 86. Geburtstag**  
Frau Wilhelmina Freudenstein, Malsfeld  
Guthardtstr. 5 .....geb. am 16.3.1914
- zum 79. Geburtstag**  
Frau Gertrud Trieschmann, Malsfeld-Mosheim  
Kohlenstr. 16.....geb. am 16.2.1921

**Bereitschaftsdienste**



**Ärztlicher Bereitschaftsdienst**

- Raum Melsungen**  
Der diensthabende Arzt ist über den Anrufbeantworter/Telefon des jeweiligen Hausarztes zu erfragen.
- Raum Felsberg -**  
Am Wochenende, 11./12.3. sowie am Mittwoch, 15.3.2000 ist Herr Dr. Ruhl, Felsberg.....Tel. 05662/888 dienstbereit.

**Zahnärztlicher Bereitschaftsdienst**

Am Wochenende, 11./12.3., sowie am Mittwoch, 15.3.2000, ist Herr Dr. Rauch, Melsungen, Am Bitzen 6 .....Tel. 05661/1050 dienstbereit.

**Ugenärztlicher Notfalldienst**

am 11./12.3.2000 zu erfragen bei:  
Herrn Valentin, Melsungen .....Tel. 05661/2485

**Tierärztlicher Bereitschaftsdienst**

Am Wochenende, 11./12.3.2000, ist Herr Dr. Piwatz, Felsberg-Gensungen Marienbader Str. 3 .....Tel. 05662/2281 dienstbereit.

**Apothekendienst**

An den nachfolgend genannten Terminen sind folgende Apotheken dienstbereit:

**11.3.2000**  
Rosen-Apotheke, Am Markt 4  
Melsungen .....Tel. 05661/2934

**12.3.2000**  
Linden-Apotheke, Steinweg 1  
Malsfeld.....Tel. 05661/2567

**15.3.2000**  
Aesculap-Apotheke, Bahnhofstr. 17  
Melsungen .....Tel. 05661/6028

**Kirchliche Nachrichten**



**Ev. Kirchengemeinden**

**Malsfeld**

- 12.3.2000**  
10.30 Uhr Familiengottesdienst
- 13.3.2000**  
15.00 Uhr Kinderstunde  
15.00 Uhr Jungenjungschar  
19.00 Uhr Posaunenchor
- 14.3.2000**  
18.30 Uhr Ten-Sing
- 15.3.2000**  
19.30 Uhr Kirchenchor
- 16.3.2000**  
16.00 Uhr Mädchenjungschar
- 17.3.2000**  
20.00 Uhr Slinky

**Beiseförth**

- 12.3.2000**  
9.15 Uhr Familiengottesdienst
- 14.3.2000**  
14.30 Uhr Kinderstunde  
20.00 Uhr Bericht über die Indienreise von M. und G. Reichelt
- 17.3.2000**  
14.30 Uhr Jungenjungschar  
16.30 Uhr Mädchenjungschar

**Mosheim**

- 12.3.2000**  
8.45 Uhr Gottesdienst

**Ostheim**

- 12.3.2000**  
11.15 Uhr Gottesdienst

**Sipperhausen**

- 12.3.2000**  
10.00 Uhr Gottesdienst

## Katholischer Gottesdienst Melsungen

<b>12.3.2000</b>	
10.00 Uhr	Sonntagsmesse und Kindergottesdienst
<b>14.3.2000</b>	
14.30 Uhr	Seniorenachmittag
<b>15.3.2000</b>	
8.30 Uhr	Frauenmesse
<b>16.3.2000</b>	
15.30 Uhr	Erstkommunionvorbereitung
<b>17.3.2000</b>	
18.30 Uhr	Wort- und Gebetsgottesdienst

## Kath. Kirchengemeinde Christus Epheta Homberg

### Donnerstag, 9.3.2000 - hl. Bruno von Querfurt

9.00 Uhr	Meßfeier/Pfarrkirche
16.00 Uhr	Meßdienergruppe II
16.45 Uhr	Kreuzwegandacht/Altenheim
20.00 Uhr	Nachgespräch und Austausch über den Weltgebetstag im Pfarrheim, Kasseler Straße

### Freitag, 10.3.2000

16.45 Uhr	Meßfeier/Altenheim
-----------	--------------------

### 1. Fastensonntag

Kollekte: Gottesdienstfahrten in der Diaspora

### Samstag, 11.3.2000

18.00 Uhr	Vorabendmesse (f. ++ Kazimierz Zdulski) (f. ++ Heinrich Firlej u. Angeh. u. ++ Fam. Fox)
-----------	--

### Sonntag, 12.3.2000

8.30 Uhr	Meßfeiern in <b>Remsfeld</b> (f. ++ Josef u. Albine Rimpl, Albin u. Julie Illinger u. Bruder Leopold)
9.30 Uhr	Rosenkranzgebet um geistliche Berufe
10.00 Uhr	Meßfeier (f. die Gemeinde) (n. Meinung Fam. Walter)

### Montag, 13.3.2000

15.00 Uhr	Musikgruppe „Epheta“
19.00 Uhr	Kreuzwegandacht/Pfarrkirche
19.30 Uhr	Treffen der Kolpingfrauen

### Dienstag, 14.3.2000 - hl. Mathilde

19.00 Uhr	Meßfeier/Pfarrkirche (f. ++ d. Fam. Dick u. Beutl)
19.45 Uhr	Bibelkreis

### Mittwoch, 15.3.2000 - hl. Klemens Maria Hofbauer

7.30 Uhr	Meßfeier/Altenheim
----------	--------------------

## Schule/Weiterbildung



### vhs aktuell

#### Homberg

##### „Frühlingsgenüsse vegetarisch edel“

In diesem Kurs geht es um die Zubereitung von verschiedenen, festlichen Menüs und die Gestaltung eines frühlingshaften Buffets. Die leichten Menüs können auf Wunsch mit köstlichen Fischvariationen angereichert werden. Beginn: 14. März, Starthilfe (Bindeweg). Kursleiterin: Gabriele Blank. Eine schriftliche Anmeldung an die vhs ist erforderlich.

##### Fußreflexzonenmassage

Durch gezielte Massage der Fußsohlen wird die Durchblutung der dort konzentrierten Nervenpunkte sowie der mit ihnen verbundenen inneren Organe verbessert. Eine Einführung in diese natürliche, auf Erkenntnissen praktischer Ärzte basierende Behandlung bietet der vhs-Kurs. Info am 16. März um 19.30 Uhr in der Reichspräsident-Friedrich-Ebert-Schule. KL: Danuse Gorzel.

##### Homöopathische Hausapotheke

Hilfe bei alltäglichen Beschwerden ist das Ziel dieses Einführungskurses unter der Leitung von Danuse Gorzel. Info am 16. März um 20.00 Uhr in der Reichspräsident-Friedrich-Ebert-Schule.

##### WORD '97

##### Grundkurs für Senioren

504015A0. Mo., 27.03. - Fr., 31.03., 10.00-13.00 Uhr, 20 UStd., 165,— DM, KL: Anja Braune  
EDV-Raum, Parkstr. 6  
Schriftliche Anmeldung an die vhs, Parkstr. 6, 34576 Homberg.

##### WORD 97 Special

##### Vereinfachung und Automatisierung der Textverarbeitung mit der Funktion „Formularerstellung“

504005A0 Tageskurs, Fr., 24.03., 17.00-21.45 Uhr, 5 UStd., 70,— DM  
KL: Sonia Komnick, EDV-Raum, Parkstr. 6  
Schriftliche Anmeldung an die vhs, Parkstr. 6, 34576 Homberg.

### Vortrag: Bloß keinen Streit vermeiden!

#### Konstruktiver Umgang mit Konflikten

500004A0. Fr., 14.03., 19.30 Uhr, 3 UStd., 13,— DM, Reichspräsident-Friedrich-Ebert-Schule,  
Hans-Staden-Allee, KL: Ariane Brena  
Schriftliche Anmeldung an die vhs, Parkstr. 6, 34576 Homberg.

### Melsungen

#### Fußreflexzonenmassage

Durch gezielte Massage der Fußsohlen wird die Durchblutung der dort konzentrierten Nervenpunkte sowie der mit ihnen verbundenen inneren Organe verbessert. Eine Einführung in diese natürliche, auf Erkenntnissen praktischer Ärzte basierende Behandlung bietet der vhs-Kurs. Info am 13. März um 19.30 in der vhs, Rotenburger Str. 11. KL: Danuse Gorzel.

#### Englisch, Grundstufe II/Grundkenntnisse

Der Kurs läuft dienstags, 19.15 - 20.45 Uhr, Radko-Stöckl-Schule, KL: Sybille Johst. Neue Teilnehmer(innen) sind willkommen. Beratung: vhs Homberg, Tel. (05681) 775-247.

#### Mobbing - Konflikte am Arbeitsplatz

Germerode/Meißner. In einem Wochenendseminar für Frauen werden Fragen zum Thema Mobbing behandelt, neueste Forschungsergebnisse vorgestellt und Strategien zur Konfliktbewältigung erprobt. Im Alten Forsthaus Germerode am Hohen Meißner leitet Angela Schmidt diesen Kurs von Freitag, 5., bis Sonntag, 7. Mai. Die Kosten betragen incl. Übernachtung im DZ und Verpflegung 160,— DM. Schriftliche Anmeldung bis 23. März. Tel. Auskunft (05681) 775-247.

#### Erfolgreich mit Kreditinstituten verhandeln

Homberg. Existenzgründerinnen trainieren in diesem Tageslehrgang eine gute inhaltliche Vorbereitung des Bankgesprächs sowie das dazugehörige sichere Auftreten und die Rhetorik. Am Samstag, 1. April, leitet Britta Trompeter das Seminar von 10.00 - 17.00 Uhr im Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32. Schriftliche Anmeldung bis zum 17. März an die vhs Homberg.

#### Ausdrucksmalen

Melsungen. Lustvoll ausprobieren, gestalten, entstehen lassen, mit bunten Farben auf großen Papierbögen die Freude am Malen entdecken und den eigenen einmaligen Ausdruck gewinnen. Am Samstag, 1. April, findet der Kurs von 10.00 - 17.30 Uhr in der Radko-Stöckl-Schule zum Preis von 50,— DM plus Materialkosten statt. Die Leitung hat Ulrike Majewski. Schriftliche Anmeldung bis zum 22. März an die vhs in Homberg.

#### Die deutsche Stromwirtschaft im Wettbewerb

Schwalm-Eder. Die Liberalisierung der Strommärkte hat die Verbraucher erreicht: Noch nie war der Privatverbraucher von Strom so umworben wie zur Zeit. Welche Auswirkungen sich durch den liberalisierten Strommarkt für den Privatkunden ergeben, welche Vor- und Nachteile ein offener europäischer Strommarkt mit sich bringt, diese und andere aktuelle Fragen werden im Rahmen einer Vortragsveranstaltung der vhs mit Wolf Hatje, Referent für Unternehmensentwicklung und Grundsatzfragen bei der Preussen-Elektra, Hannover, erörtert. Die Veranstaltung findet am 23. März, 19.00 Uhr, im Netzbetrieb der Preussen-Elektra, Borken, statt. Die Veranstaltung ist kostenlos. Interessenten melden sich bitte telefonisch bei der vhs (05681) 775401 an.

### Wabern

#### Beckenbodengymnastik

Ein neuer Kurs für Frauen, die ihre Rückbildungsgymnastik vertiefen und die Körperwahrnehmung im Beckenbodenbereich verbessern wollen. Die im Kurs vermittelten Übungen wirken vorbeugend gegen Gebärmutter-senkung und Inkontinenz. Info am Dienstag, 14. März, um 18.00 Uhr in der Schule am Reiherwald. Anmeldungen bei Kursleiterin Petra Pinhammer.



### Bürgerzeitung

Wochenblatt mit öffentlichen Bekanntmachungen der Kommunalverwaltung.

Die Bürgerzeitung erscheint wöchentlich.

Herausgeber, Druck und Verlag: Verlag + Druck Linus

Wittich KG, Waberner Str. 18, 34560 Fritzlär, Telefon-

Sammel-Nr. 05622/8006-0, Telefax 8006-18. Geschäftsführer Peter Imbsweiler. Verantwortlich für den amtlichen Teil der Bürgermeister. Verantwortlich für den außeramtlichen Teil Marliese Meiers. Verantwortlich für den Anzeigenteil Werner Stracke. Vierteljährlicher Bezugspreis: DM 10,50 - nur im Abonnement zu beziehen. Im Bedarfsfall Einzelstücke durch den Verlag zum Preis von DM 0,80 + Versandkosten. Für Anzeigenveröffentlichungen und Fremdbeilagen gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen und unsere z.T. gültige Anzeigenpreisliste. Für nicht gelieferte Zeitungen infolge höherer Gewalt oder anderer Ereignisse kann nur Ersatz des Betrages für ein Exemplar gefordert werden. Weitergehende Ansprüche, insbesondere auf Schadenersatz, sind ausdrücklich ausgeschlossen.



## Aus Vereinen und Verbänden

### Imkerverein Homberg und Umgebung

#### Einladung zur Monatsversammlung am 24.03.2000

Der „Imkerverein Homberg und Umgebung“ lädt alle Mitglieder, Freunde und Bekannte zu einer Vortragsveranstaltung am Freitag, 23. März 2000, 19.30 Uhr, 34576 Homberg, Gaststätte „Jütte“, recht herzlich ein.

Herr Dr. Erwin Soose, Fritzlar, Ehrenvorsitzender des Landesverbandes Hess. Imker e. V., wird zu dem Thema referieren:

„Das Bienenvolk in den verschiedenen Jahreszeiten“

Der Referent ist Garant für einen hochinteressanten Fachvortrag. Wir empfehlen allen Imkern und Imkerinnen, an dieser Veranstaltung teilzunehmen.

### Naturzentrum & Wildpark Knüll

Auch jetzt im März hat der Wildpark einiges zu bieten. Zur Zeit kann mit etwas Glück die Ranz der Fuchse, Luchse und Waschbären beobachtet werden. Ab Ende Februar werfen dann die Rothirsche ihr mächtiges Geweih ab, wobei die „Platzhirsche“ damit beginnen. Das Geweih wächst dann bis Juli wieder nach. Im März wird es im Park wieder Frischlinge bei den Wildschweinen geben. Auch bei den Ziegen und eventuell bei den Rotfüchsen erwarten wir Nachwuchs.

Neben der Ausstellung „Natur- und Kulturlandschaft Knüll“ ist im Naturzentrum Knüll eine Fotoausstellung des bekannten Homberger Naturfotografen Günther Schumann zu sehen.

Inzwischen liegt eine Broschüre mit den Schulungsangeboten des Naturzentrums vor. Neben allgemeinen Erläuterungen zum Naturzentrum & Wildpark Knüll enthält sie das komplette Angebot an Schulungs- und Lernmöglichkeiten. So können Wildpark-Themenführungen, Tierbeobachtungen, Spurensuche oder Vogelstimmen-Wanderungen durchgeführt werden. Besonderen Reiz bieten die abendlichen Führungen durch den Park. Weitere Angebote umfassen die Themenbereiche Wald, Fließ- und Stillgewässer bzw. Tiere und Pflanzen im Knüll.

Darüber hinaus können auch Ferienspiele, Projektwochen und ganztägige Veranstaltungen im Naturzentrum & Wildpark Knüll organisiert werden.

Die Broschüre und weitere Informationen zum Naturzentrum & Wildpark Knüll können beim Leiter des Zentrums, Dr. Wolfgang Fröhlich, angefordert werden.

Anschrift: Naturzentrum & Wildpark Knüll Postfach 1262, 34568 Homberg (Efze) Tel.: 05681/2815 Fax: 05681/921092

Das Naturzentrum & der Wildpark Knüll sind z.Z. täglich von 10.00 - 16.00 Uhr geöffnet.



### KURHESSISCHER BESUCHERRING

im Verein Besucherring Dr. Otto Kasten

Der Kurhessische Besucherring, 1951 gegründete Zweigstelle des bundesweit tätigen Besucherrings Dr. Otto Kasten, ist die Organisation für die auswärtigen Besucher des Staatstheaters Kassel.

Unter anderem bietet der Kurhessische Besucherring allen Theaterinteressenten, die nicht in Kassel, sondern in der Umgebung wohnen:

- Betreuung und Beratung von Gruppen (z. B. Firmen, Organisationen etc.), Schulen und Jugendgruppen
- Ermäßigte Preise für Gruppen ab 10 Personen

Über die weiteren Angebote für Fahrten ins Staatstheater Kassel informieren wir Sie gerne.

Sie erreichen uns:  
Staatstheater Kassel, Zimmer 134, Tel.: 0561/14204,  
Telefax: 0561/771592, Mo. - Fr. 9.00 - 16.00 Uhr

Die Bürgerzeitung -  
einfach lesenswert!



## Redaktionsschluß

(Annahmeschluß für Beiträge von Kirchen, Vereinen, Verbänden usw.) für die nächste Ausgabe ist am

Freitag, 11.00 Uhr

# Licht am Ende des Tunnels

**Zaire, Afghanistan, Sudan:** Menschen, die durch Kriege oder Naturkatastrophen in Not geraten, brauchen unsere Unterstützung. Ärzte ohne Grenzen hilft – schnell, unbürokratisch und unabhängig von politischen Machtspielen. Wir bleiben auch dann, wenn andere gehen. Ein Lichtblick, der die Menschen hoffen läßt.



**ÄRZTE OHNE GRENZEN**  
Für Menschen in Not. Weltweit. Seit 25 Jahren.

Ärzte ohne Grenzen e.V.  
Adenauerallee 50  
53113 Bonn  
Spendenkonto 97097  
Sparkasse Bonn  
BLZ 380 500 00

Bitte schicken Sie mir

- allgemeine Informationen über Ärzte ohne Grenzen
- das Falblatt „Interessiert an einer Arbeit ohne Grenzen“

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

## So weit die Schwingen tragen ...

Kraniche und andere Zugvögel sind Wunderwerke der Natur. Unterstützen Sie unsere internationale Arbeit für den Schutz der Zugvogel-lebensräume!

- Bitte schicken Sie mir die Info-Mappe zum Zugvogel-schutz (DM 7,- liegen bei).



EURONATUR  
Konstanzer Str. 22  
78315 Radolfzell



## Flutkatastrophe in Mosambik

Wieder einmal geht ein Land durch die Schlagzeilen, Mosambik wird derzeit von der schlimmsten Überschwemmungskatastrophe seit 50 Jahren heimgesucht. Etwa 1.000.000 Menschen sind bereits obdachlos, über 100.000 Hektar landwirtschaftlich genutzter Fläche stehen unter Wasser.

Die Bilder der Katastrophe sind erschütternd: Menschen retten sich auf Hausdächer oder Bäume, in der vagen Hoffnung, von einem der wenigen Hubschrauber gerettet zu werden. Eine Frau bringt ihr Baby auf einem Baum zur Welt. Nur mühsam kommt die Evakuierung der Bewohner voran. Die Toten können in dem 16 Millionen Einwohner zählenden Land wohl kaum noch ermittelt werden.

Mosambik im Südosten Afrikas gehört zu den ärmsten Ländern der Welt. Die Lebenserwartung liegt bei nur 44 Jahren, die Kindersterblichkeit ist hoch. Eigentlich hatte das Land nach dem 16jährigen Bürgerkrieg eine hoffnungsvolle Zukunft vor sich, aber nun versinkt die aufkeimende Hoffnung in den Fluten. Nach dem Ende des Krieges 1992 war das Land von Minen übersät, die jetzt durch die Wassermassen freigespült wurden und als tickende Zeitbomben auf den Fluten schwimmen.

Das Land im Indischen Ozean mit einer Fläche von 807.751 km<sup>2</sup> besteht überwiegend aus einer Trockensavanne. Mosambik gilt als Tafelland, dem zahlreiche Inselberge aufsitzen, die höchste Erhebung ist der Monte Binga mit 436 m. Bedingt durch diese Landsituation konnten weite Teile geflutet werden.

Die Lage hat sich im Februar weiter verschärft, besonders betroffen sind die Regionen Gaza, Inhambane und Sofala, nachdem Stauseen in Mosambik, Südafrika und Simbabwe an ihre Kapazitätsgrenzen gestoßen sind und Wasser in den Fluss Limpopo ablassen mußten. Der Limpopo entspringt in der Republik Südafrika und mündet nach 1.600 km Länge, südwestlich von Xai-Xai in den Indischen Ozean.

Das **Kinderhilfswerk Bergen** mit Sitz in Fritzlär leistet Hilfe in 15 Entwicklungsländern, dazu gehören auch die betroffenen Regionen im südlichen Afrika. Der Missionar und Projektleiter des Hilfswerkes Stan Hoffmann schreibt aus Afrika: „Es ist herzzerreißend zu sehen, wie in Mosambik und Simbabwe die Flut Häuser und Felder weggespült hat.“

Viele Menschen sind bereits getötet worden und wir stehen noch nicht am Ende der Katastrophe, eine weitere Flutwelle wurde bereits angekündigt.

Wir haben unzählige Kontakte in den betroffenen Regionen zu christlichen Gemeinden und unseren Projekten. Aber es gibt noch keinen Überblick über die Schäden der Flut. Als Sofortmaßnahme fehlen Nahrungsmittel und Medizin. Nach Ablauf der Wassermassen werden die Menschen Hilfe beim Aufbau ihrer Häuser benötigen und die Felder, die Lebensgrundlage für die meisten Menschen, müssen neu angelegt werden.“

**Bitte schenken Sie uns Ihr Vertrauen, damit wir mit Ihrer Spende den notleidenden Menschen in den betroffenen Regionen helfen können.**

Konto: Kinderhilfswerk Bergen  
Kto. Nr. 21 21 21 bei der  
VR Bank Schwalm Eder (BLZ 520 626 01)

**Stichwort: Mosambik**

Kinderhilfswerk Bergen, Pastor Reinhard Berle  
34560 Fritzlär, Tel. 05622/5132, Fax: 915816

## Aufgelesen und nachgeschlagen

### Die Vögel zwitschern

*Die Vögel zwitschern  
tschiep, tschiep, tschiep  
der Frühling hat bald  
den Winter besiegt.*

*Die Blumen  
sind davon erwacht,  
sie streben ans Licht  
mit aller Macht.*

*Von Tag zu Tag  
wird die Erde bunter,  
wenn auch der Winter  
Schneeflocken tanzen  
läßt mitunter.*

*Das kann den Frühling  
nicht erschrecken,  
er breitet sich aus  
an allen Ecken.*

*Die Vogel zwitschern  
tschiep, tschiep, tschiep  
der Frühling hat bald  
den Winter besiegt.*

Eva Mittelstädt



### Die Petrus Connection - Wissenswertes rund ums Wetter

#### Was versteht man unter Litho- und Hydrometeoriten?

Mit Lithometeoriten (griech. lithos = Stein) bezeichnet man die Gesamtheit der in der Luft schwebenden oder durch den Wind vom Erdboden hochgewirbelten festen Teilchen, zum Beispiel Ascheteilchen, Staub, Sand, Pollen, Salzpartikeln.

Mit Hydrometeoriten werden die Gesamtheit der Ausscheidungen atmosphärischen Wasserdampfes bezeichnet, sowohl in flüssiger als auch in fester Form.

Sie schweben als Dunst, Nebel oder Wolken in der Luft und fallen als flüssige oder feste Niederschläge zur Erde.

#### Was ist Schnee?

Schnee ist fester Niederschlag, der aus kleinen Eiskristallen besteht. Diese haben die in Form sechseckiger Plättchen oder sechsstrahliger Sternchen in vielfältigen Variationen. Die Kristallform hängt hauptsächlich von der Temperatur und dem Feuchtigkeitsgehalt der Luft ab. Bei Temperaturen um Null Grad fällt der Schnee in Form großer, lockerer Schneeflocken (mit Durchmesser bis zu mehreren Zentimetern), die aus zusammengeketteten Kristallen bestehen. Bei größerer Kälte fällt er in Form von Eispättchen, Eisnadeln oder Schneesternchen.

### Alte Bauernregeln für März

Läßt der März sich trocken an, bringt er Brot für jedermann  
Soviel der März an Nebel macht, sooft im Juni Donner kracht.  
Willst du Gerste, Erbsen, Zwiebeln dick, so säe an St. Benedikt (21.3.).

### Das Wetter nach dem 100-jährigen Kalender...

Vom 1. bis 5. ist es rau, windig und ziemlich kalt.

Am 6. nachmittags wird es dann warm wie im Sommer, und dieses Wetter hält bis zum 9. und 10 an, wo kalter Regen fällt. Der 11. bis 16. sind schöne Tage mit etwas Wind.

Vom 17. bis 24. ist es morgens immer gefroren, dabei ist es rau und klar.



## Aus dem Schwalm-Eder-Kreis



### Ankündigungen der nächsten DGB Senioren-Veranstaltungen

Am Dienstag, 16.5.2000, wollen wir die Stadt Fritzlar besichtigen. Wir werden uns unter der sachkundigen Führung eines Stadtführers die Sehenswürdigkeiten der Stadt erklären lassen und auch den Fritzlarer Dom besichtigen.

Nach der Besichtigung werden wir in der Kaiserpfalz gemeinsam Kaffee trinken. Es wird, wenn genügend Anmeldungen vorliegen, von Melsungen aus ein Bus über Homberg, Borken nach Fritzlar fahren. Wer mit dabei sein möchte, sollte sich umgehend bei Heinrich Kaiser anmelden. Die Gesamtkosten für den Nachmittag betragen 20,00 DM pro Person.

Bei der Theaterfahrt hat es eine Verschiebung um 14 Tagen gegeben. Der neue Termin ist der Donnerstag, 27.4.2000. Für diese Fahrt sind noch 6 Plätze frei. Die Gesamtkosten betragen pro Person 50,00 DM. Ein Hinweis noch auf unsere Informationsveranstaltung am Dienstag, 14.3.2000, um 14.00 Uhr im Gombether-Gemeinschaftshaus. Herr Erich Richter vom Sozialamt Kassel wird uns über das Schwerbehindertenrecht bestens informieren.

Alle Anmeldungen unter der Tel-Nr. 05682/9943 beim Vorsitzenden Kaiser.

### vhs aktuell

#### Loslassen durch Meditation

##### Fritzlar: 107013H0 Kompaktkurs;

Wer sehnt sich im Alltag nicht nach Entspannung und danach, Gedanken und Gefühle zur Ruhe kommen zu lassen. Einmal nichts tun, nichts leisten müssen. Eben: Loslassen. Verschiedene Meditationstechniken, u.a. Bewegungs-, Stille-, Lach- und Schreibmeditationen laden Sie ein, auf den Geschmack zu kommen. In der Meditation liegt eine offene Einfachheit und Alltäglichkeit, sie ist klar, wach, gesund, voller Humor und Weisheit. - Bequeme Kleidung und eine Wolldecke sollten mitgebracht werden. Beginn: 15. März, 19.30 Uhr, Hardehäuser Hof, KL: Ulrike Schipprack, Anmeldungen schriftlich umgehend an die vhs.

#### Gemüse als vollwertige Mahlzeit

##### Gudensberg:

Gemüse ist gesund und lecker und trägt zur schlanken Linie bei. Gerichte, wie eine chinesische Gemüsepfanne oder überbackener Chicoree, können zu einem Lieblingsgericht werden. Beginn: Montag, 13. März, 19.00 bis 22.00 Uhr, Dr.-Georg-August-Zinn-Schule. KL: Carla Romahn-Burbach. Eine schriftliche Anmeldung an die vhs ist umgehend erforderlich.

#### Mit Yoga und Ayurveda in den Frühling

##### Homburg-Wernswig.

Dieses Wochenende richtet sich an Teilnehmende, die die ayurvedische Gesundheits- und Yogalehre einmal intensiv in ihrer praktischen Anwendung kennenlernen wollen. Yoga- und Energiearbeit, Atem- und Entspannungsübungen tragen zu mehr Erleben innerer Bewußtheit bei. Entsprechend der Jahreszeit werden die richtige Auswahl, Zusammenstellung und gemeinsame Zubereitung der Mahlzeiten nach den Prinzipien der ayurvedischen Ernährungslehre dieses Wochenende abrunden. Kurz: Ein Wochenende, um Gesundheit und Wohlbefinden zu stärken. Termin: Freitag, 17. bis Sonntag, 19. März, Altes Pfarrhaus in Wernswig. Anmeldungen schriftlich umgehende an die vhs.

#### Kochen mal ganz anders

##### Melsungen

Was im Rahmen einer gesunden, fleischarmen und vitalstoffreichen Ernährung alles möglich ist, zeigt dieser Kurs. Dabei geht es vor allem um alltagstaugliche Gerichte, die auch für Ungeübte mit wenig Zeit zum Kochen realisierbar sind und dabei sogar noch den Gaumen verwöhnen. Beginn: Do., 16. März, 18.00 bis 21.00 Uhr, Radko-Stöckl-Schule, KL: Maria Thedering. Eine schriftliche Anmeldung ist umgehend an die vhs erforderlich.

#### Kreatives Gestalten mit Papier und Buchstaben

##### Melsungen.

Im theoretischen Teil werden viele Ideen und Gestaltungsmöglichkeiten für ein Leporello, ein Heft mit Fadenheftung, Briefpapier, Karten, Stempel, Schablonen, eine Prägung und vieles mehr vermittelt. Im praktischen Teil können beispielsweise auch eigene Einladungskarten für einen konkreten Anlaß entworfen und gestaltet werden. Das Seminar beginnt am Freitag, 10. März, um 18 Uhr und wird am Samstag, 18. und Sonntag, 19. März, in der vhs, Rotenburger Str. 11, fortgesetzt. Kursleiterin ist Andrea Trumpik. Es ist eine schriftliche Anmeldung umgehend erforderlich. Tel. Auskunft 05681/775 247.

#### Outlook, das zentrale Instrumentarium für den PC Schwalm-Eder.

Für jeden PC-Anwender stellen sich schon nach kurzer Zeit die Fragen: „Wie koordiniert und organisiert man die Arbeit am Computer?“

„Wie kann man die zur Verfügung stehenden Ressourcen effektiv nutzen?“ „Wie kann die Informationsflut bewältigt und verwaltet werden?“ All diesen Fragen wird unter Nutzung der Anwendung Microsoft Outlook nachgegangen und Lösungen erarbeitet. Der Kurs beginnt am Samstag, 18. März, um Uhr 8.30 in der vhs, Rotenburger Str 11, Melsungen. Anmeldung schriftlich an die vhs, Parkstraße 6, 34576 Homberg oder per Fax 0 56 81/77 52 83. Tel. Auskunft unter 0 5681/77 5404.

#### Autogenes Training

##### Fritzlar-Werkel

Ein neuer Kurs für alle, die eine wirksame Entspannungsmethode stressfrei erlernen möchten, beginnt mit einer Info am 20. März um 19.00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus. KL: Petra Pinhammer.

#### Aqua-Healing

##### Schwalmstadt-Treysa

Gymnastik, Spiel und Tiefenentspannung im 34° warmen Wasser. Aqua-Healing gibt Linderung bei Wirbelsäulenleiden, Gelenkschmerzen, Muskelverhärtungen und hilft bei psychischem Dauerstress ebenso wie bei psychosomatischen Beschwerden. Ein erster Informationsabend ist am 16. März um 17.30 Uhr in der Bäderabteilung der Hephataklinik. KL: Ute Roos.

#### Beckenbodengymnastik

##### Wabern

Ein neuer Kurs für Frauen, die ihre Rückbildungsgymnastik vertiefen und die Körperwahrnehmung im Beckenbodenbereich verbessern wollen. Die im Kurs vermittelten Übungen wirken vorbeugend gegen Gebärmutterensenkung und Inkontinenz. Info am Dienstag, 14. März um 18.00 Uhr in der Schule am Reiherwald. Anmeldungen bei Kursleiterin Petra Pinhammer.

#### Mobbing - Konflikte am Arbeitsplatz

##### Germerode/Meißen

In einem Wochenendseminar für Frauen werden Fragen zum Thema Mobbing behandelt, neueste Forschungsergebnisse vorgestellt und Strategien zur Konfliktbewältigung erprobt. Im Alten Forsthaus Germerode am Hohen Meißen leitet Angela Schmidt diesen Kurs von Freitag, 5., bis Sonntag, 7. Mai. Die Kosten betragen incl. Übernachtung im DZ und Verpflegung 160 DM. Schriftliche Anmeldung bis 23. März. Tel. Auskunft 05681/775-247.

#### Erfolgreich mit Kreditinstituten verhandeln

##### Homburg

Existenzgründerinnen trainieren in diesem Tageslehrgang eine gute inhaltliche Vorbereitung des Bankgesprächs sowie das dazugehörige sichere Auftreten und die Rhetorik. Am Samstag, 1. April, leitet Britta Trompeter das Seminar von 10.00 - 17.00 Uhr im Starthilfe-Ausbildungsverband, Bindeweg 32. Schriftliche Anmeldung bis zum 17. März an die vhs Homburg.

#### Ausdrucksmalen

##### Melsungen

Lustvoll ausprobieren, gestalten, entstehen lassen, mit bunten Farben auf großen Papierbögen die Freude am Malen entdecken und den eigenen einmaligen Ausdruck gewinnen. Am Samstag, 1. April, findet der Kurs von 10.00 - 17.30 Uhr in der Radko-Stöckl-Schule zum Preis von 50 DM plus Materialkosten statt. Die Leitung hat Ulrike Majewski. Schriftliche Anmeldung bis zum 22. März an die vhs in Homburg.

#### Die deutsche Stromwirtschaft im Wettbewerb

##### Schwalm-Eder

Die Liberalisierung der Strommärkte hat die Verbraucher erreicht: Noch nie war der Privatverbraucher von Strom so umworben wie zur Zeit. Welche Auswirkungen sich durch den liberalisierten Strommarkt für den Privatkunden ergeben, welche Vor- und Nachteile ein offener europäischer Strommarkt mit sich bringt, diese und andere aktuelle Fragen werden im Rahmen einer Vortragsveranstaltung der vhs mit Wolf Hatje, Referent für Unternehmensentwicklung und Grundsatzfragen bei der Preussen Elektra Hannover erörtert. Die Veranstaltung findet am 23. März, 19.00 Uhr, im Netzbetrieb der Preussen Elektra, Borken, statt. Die Veranstaltung ist kostenlos. Interessenten melden sich bitte telefonisch bei der vhs 0 56 81/77 5401 an.

## Was tun bei Arthrose der Knie?

Für viele Menschen mit fortgeschrittener Knie-Arthrose sind künstliche Gelenke inzwischen ein unschätzbare Segen. Hunderttausende erfahren jedes Jahr neu, wie ihre Schmerzen damit beinahe von einem auf den anderen Tag beseitigt werden. Gibt es aber auch andere Möglichkeiten der Behandlung? In ihrer neuen Informationszeitschrift „Arthrose-Info“ gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe e.V. diesmal zahlreiche Hinweise zur sogenannten „Umstellungs-Osteotomie“, einem Verfahren,

das in vielen Fällen helfen kann, das Einsetzen eines künstlichen Gelenkes um viele Jahre hinauszuschieben. In anschaulichen und interessanten Darstellungen werden darüber hinaus weitere nützliche Empfehlungen zur Arthrose gegeben, die jeder kennen sollte. Ein kostenloses Musterheft des „Arthrose-Infos“ kann angefordert werden bei: Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 1105 51, 60040 Frankfurt/M. (Bitte eine 1,10-DM-Briefmarke für Rückporto beifügen.)

Helfen ist unsere Aufgabe



Allen Menschen, die Hilfe brauchen. Auch im Ausland:

- Soforthilfe für Katastrophen-Opfer.
- Hilfe zur Selbsthilfe.
- Know how, Berater und Güter zum Aufbau von Hilfs- und Wohlfahrtseinrichtungen.

Spendenkonto  
**1888**  
Postgiroamt Köln  
BLZ 370 100 50

Helfen Sie mit!

Wenn Sie mehr wissen wollen, schreiben Sie an den Arbeiter-Samariter-Bund Sülzburgstraße 140 · 50 937 Köln

## 15 Jahre Med. Fußpflegepraxis

ROSWITHA STÖCKER

Med. Fußpflege – Sonnenstudio – Tiefenwärme

36211 Alheim-Heinebach

Breslauer Straße 4 · Tel. (05664)7075

– auch Hausbesuche –

4/1361/908 00

## Werbung, die ankommt!



Gern berate ich Sie in allen Fragen rund um die Werbung in Ihrem Mitteilungsblatt.

Rufen Sie mich an!

Viola Krug

☎ 01 71-3 13 21 39

oder

☎ 0 56 22-80 06-0



## CONNY GNASS

fit ins Frühjahr 2000

## Tanzen

kurz - intensiv - preiswert:  
Hochzeitskurse  
Discofoxkurse

Tanzen  
Leben  
Lachen

Dancing  
Events  
Celebrations

beginnen jetzt in

- Homberg
- Melsungen
- Schwalmstadt

Information:

Büro ADTV Tanzschule Conny Gnass  
Tel.05664/930060 Fax 931517

## Trödelmarkt Fritzlar

11./12. März, Stadthalle

Jeder kann mitmachen!

Antiquitäten, Hausrat, Basteleien

Info Tel. 05 61 / 2 32 35 (Regina Emde, Kassel)

Knüllwald-  
Mietwagen



Mini Car  
Homberg

0 56 85 / 82 27

Petra Schmidt

0 56 81 / 608 307

Kranken-, Bestrahlungs- und Dialysefahrten  
Einkaufs-, Besorgungs- und Kurierfahrten

Homberger Stadtfahrten zu Festpreisen

Großes Auto – Kleiner Preis

Personenbeförderung

Zeitungsleser  
wissen mehr!



Hessisches  
LÖWENBIER

Der herzhaft-frische Biergenuß

Seit 1615 Nordhessische Brautradition  
aus Malsfeld



Institut für Lasermedizin

Edermünde

Ästhetisch dermatologische Behandlungen  
Entfernung von: Besenreiser-Venen am Körper und Gesicht  
Muttermalen, Blutschwämmchen, Altersflecken etc.  
Gesichtsfaltenglättung, Narbenglättung

Behandlung durch ausgebildeten Arzt

M. Beinroth, Beethovenstr. 6, 34295 Edermünde, Tel. 0 56 03 / 93 35 12

10 1364-20/99

iebelt



## KNALLER-ANGEBOT VON LINUS-WITTICH UND 1&1!

# Wer jetzt bei 1&1 Internet.profi einsteigt, bekommt ein 56k Modem fast geschenkt!

### Wahnsinn – jetzt zugreifen, solange der Vorrat reicht!

Das 56k Modem gibt's für sagenhaft günstige 39,- DM inklusive großem Software-Paket, wenn Sie sich für 6 Monate zu 1&1 Internet.profi special, dem günstigen Internetzugang mit tollen Features, anmelden.

Mit dem neuen 1&1 Internet-Zugang ist man immer brandaktuell in Sachen Veranstaltungen und aktuellen News in seiner Region informiert. Einfach bei [www.wittich.de](http://www.wittich.de) reinklicken.

## 1&1 Internet.profi

1&1 Internet.profi ist eine der besten Internet-Komplettlösungen. Supergünstig. Schnell. Zuverlässig. Mit innovativen technischen Features, für die Sie woanders extra zahlen müssen. Schon für 9,90 DM/Monat, bei 3,9 Pf/Minute rund um die Uhr – Telefongebühren selbstverständlich inklusive.

1&1 Internet.profi special-Tarif: 9,90 DM/Monat, 3,9 Pf/Minute inklusive Telefongebühren:

- 1 eigene .de-Domain\*\*
- 20 E-Mail-Adressen/10 E-Mail-Boxen
- 20 MB Homepage
- Homepage-Traffic 5 GByte
- E-Mail-Größe bis 10 MB
- Mailbox-Gesamtgröße 250 MB
- E-Mail-Abwesenheitsschaltung
- E-Mail-Weiterleitung
- Basic-CGIs, Statistik, Grafikarchiv
- 50 kostenlose SMS/Monat an Handys
- E-Mail to Fax, Fax to E-Mail
- E-Mail-Abwurf per Telefon
- Security Mail
- 20 MB Speicher für Online-Datensicherung
- tel. Helpline, kostenloser Web-Support
- Profi-Software-Paket inkl. NetObjects FUSION. Jetzt neu: Picture Publisher 8, StarOffice und 1&1 Internet Tuner

\*\*Zum Zeitpunkt der Domain-Registrierung beim DENIC fallen einmalig 39,- DM an.

**1 connect**  
Internet-Provider  
Platz des Jahres '99  
Leserwahl der Zeitschrift  
connect Ausgabe 05/99



56k Modem für nur **39,- DM\***



1&1 SpeedMaster 56k pro – das superschnelle Profi-Modem mit dem neuen ITU-Standard V.90, integriertem Flash-ROM. Highspeed Downloads mit bis zu 56.000 bit/s (V.90 oder K56flex). Fax-Funktion: Senden und Empfangen mit bis zu 14.400 bit/s. ELSA-COMMUNICATEE-Lite (Anrufbeantworter-, Fax- und Voice-Mail-Software). Mehrfrequenzwahlverfahren (MFV) Best.-Nr. 7016 (für Windows). 24 Monate Garantie!

\*Modem-Knallerpreis nur in Verbindung mit einer Anmeldung zu 1&1 Internet.profi special bei einer Mindestvertragslaufzeit von 6 Monaten.

- ✓ Das Markenmodem 1&1 SpeedMaster 56k pro zum absoluten Knallerpreis!
- ✓ Supergünstige Internet-Nutzung mit vielen Features inklusive!
- ✓ Hochwertiges Software-Paket inklusive NetObjects FUSION u.v.m. **NEU:**



**Bestell-Hotline 01 80-5 00 15 43** (24 Pf/Min.) Bitte unbedingt die Kennziffer angeben: 002 040 K  
1&1 Internet.profi Bestellcoupon – schnell per Fax 0 26 02/96-14 76 oder Post versenden!

**Ja, ich bestelle den 1&1 Internet.profi Zugang mit dem günstigen special-Tarif und das Highspeed-Modem 1&1 SpeedMaster 56k pro für supergünstige 39,- DM. Bitte richten Sie meinen Internet-Zugang ein, und senden Sie mir das kostenlose Startpaket mit der Profi-Software zu.** (Best.-Nr. 7016 für Windows die Mindestvertragslaufzeit des 1&1 Internet.profi special-Zugangs beträgt 6 Monate)

Ich habe bereits ein Modem und möchte nur den 1&1 Internet-Zugang mit dem special-Tarif nutzen (monatlich kündbar), Best.-Nr. 9955 für Windows

**Meine Adresse:**

Name: .....

Vorname(n): .....

Firma: .....

Straße/Nr.: .....

PLZ/Ort: .....

Telefon: ..... Geb.-Dat.: .....

**Meine Bankverbindung:** (Bitte unbedingt ausfüllen! Anträge ohne Einzugsmächtigung können aus Kostengründen leider nicht bearbeitet werden!)

Kontonummer: .....

Bankleitzahl: .....

Kreditinstitut: .....

Den Gesamtbetrag für die Hardware zzgl. 9,60 DM Versandkosten bezahle ich direkt von meinem obenstehenden Konto.

Ich bin bereits Kunde bei 1&1

**1&1**  
1&1 Internet AG  
Internetberatung  
Eigendorfer Straße 57  
56410 Montabaur  
<http://www.sofort-start.com>

Der Vertrag über die Nutzung von 1&1 Internet.profi kommt unter Einbeziehung der amtlich veröffentlichten Allgemeinen Geschäftsbedingungen für 1&1 Internet-Zugänge mit dem Erhalt und der Freischaltung meiner Zugangskennung zustande. Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen können auch bei 1&1, Eigendorfer Str. 57, 56410 Montabaur oder im Internet unter [www.sofort-start.com](http://www.sofort-start.com) eingesehen werden. Die anfallenden Entgelte werden von meinem Bankkonto eingezogen.

Kennziffer: 002 040 K

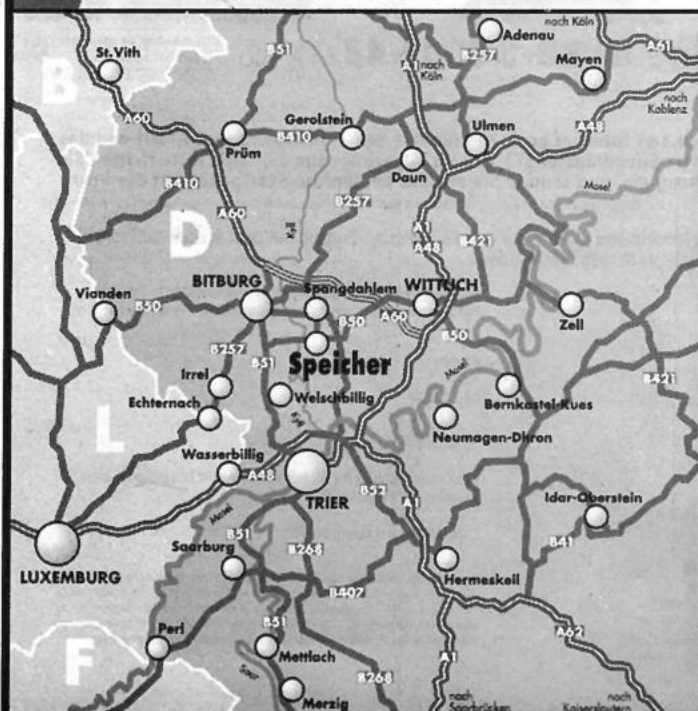
**X**  
Datum, Unterschrift

# Verkauf von Gewerbegrundstücken in der Verbandsgemeinde SPEICHER/Südeifel

In der  
Verbandsgemeinde  
Speicher stehen in  
verkehrsgünstiger  
Lage noch einige  
Gewerbegrundstücke  
zur Verfügung.

Die Grundstücke sind  
komplett erschlossen.  
Der Grundstücks-  
zuschnitt kann nach  
individuellen Bedürfnissen  
erfolgen.

**Ausführliche  
Informationen  
erteilt  
Ihnen:**



## Verbandsgemeinde- verwaltung Speicher

Bürgermeister Norbert Schröder  
Postfach 1030 · 54658 Speicher  
Tel.: 065 62-64 20 · Fax: 065 62-64 59  
E-mail: VG-Speicher@t-online.de



# Perfekte Paßform!

Anziehen -  
wohl fühlen



Beste  
Beratung  
und  
Bedienung  
in Ihrem  
Fachgeschäft

## Wilhelm Becker

Nachtwäsche • Dessous • Bademoden  
Brückenstraße 28 • Melsungen • Telefon (0 56 61) 35 68

**Anzeigenruf 0 56 22 / 80 06-0**



Aktionspreise  
günstig finanzieren  
4,9% effektiv auf 12, 24, 36 und  
47 Monate - ein Angebot der OKB

### Opel Vectra A Selection

Automatik, 4türlich, rot, 1.8i, 66 kW  
(90 PS), EZ 03.95, 37 Tkm, ABS,  
Servo, S-Dach, D-Airbag

DM 13.900,-

### Opel Vectra B Bel Air Caravan

blau, 1,8 - 16V, 85 kW (115 PS),  
EZ 12.98, 24 Tkm, ABS, Servo,  
Klima u. v. m.

DM 29.900,-

### Opel Omega B Voyage Caravan

weiß, 2,0i, 85 kW (115 PS), EZ  
07.97, 73 Tkm, Sportsitze vorn,  
ABS, Servo, Klima u. v. m.

DM 23.800,-

### Opel Omega B Voyage Caravan

weiß, 2,0i, 85 kW (115 PS), EZ  
07.97, 61 Tkm, Sportsitze vorn,  
ABS, Servo, Klima u. v. m.

DM 24.200,-

### Opel Omega B Voyage Caravan

weiß, 2,0i, 85 kW (115 PS), EZ  
07.97, 56 Tkm, Sportsitze vorn,  
ABS, Servo, Klima u. v. m.

DM 24.400,-

### Opel Astra F Vision

blau, 5türlich, 1.6i, 52 kW (71 PS),  
EZ 03.94, 39 Tkm, ABS, Servo,  
S-Dach, FH-Airbag

DM 11.800,-

### Opel Astra F Champion

schwarz, 5türlich, 1.6i, 55 kW (75  
PS), EZ 07.96, 44 Tkm, ABS, Ser-  
vo, D-Airbag, E-S-Dach u. v. m.

DM 14.900,-

### Opel Astra F Caravan Season

rot, 1.6i, 55 kW (75 PS), EZ 04.96,  
74 Tkm, D-Airbag, Servo, S-Dach  
u. v. m.

DM 13.800,-

### Opel Astra F Champion Caravan

blau, 1.6i, 55 kW (75 PS), EZ  
03.96, 40 Tkm, ABS, Servo, D-Air-  
bag, E-S-Dach u. v. m.

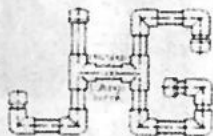
DM 15.800,-

Wir informieren und beraten Sie  
auch gerne über unsere Opel-  
Neuwagen-Edition 2000 mit  
großen Preis-Vorteilen ab Werk!



Der **Einkaufskompaß**  
für die Region...

...weil Nähe kein Zufall ist!



## GIPPER GmbH Heizungsbau Sanitärinstallation

Öl- und  
Gasfeuerungen  
Kundendienst

**JÜRGEN GIPPER**

Tel. 0 56 64/82 64 • Fax 0 56 64/71 85  
Elzstraße 58  
34326 Morschen-Altmorschen

**Ihr Partner im  
Heizungsbau**

- Zentralheizung mit Öl - Gas  
oder Holz- /Strohfeuerung
- V4A Schornsteine
- Fußbodenheizung
- Solarthermie (Zertifikat)
- Energieberatung (Zertifikat)
- Schwimmbadtechnik
- Wärmerückgewinnungsanlagen
- Temperierleitungen  
(historische Bauten)
- Lüftungs- und Klimaanlage
- Kundenservice 24 h
- Wärmeversorgungsanlagen  
für landwirtschaftliche Betriebe

**Ihr Partner mit der  
Sanitärkompetenz**

- Bad- und WC-Anlagen
- barrierefreies Planen und Bauen für  
Senioren und Behinderte (Zertifikat)
- Regenwassernutzungsanlagen
- Wärmepumpen
- Dachrinnenmontage mit  
Gerüststellung
- Wasserversorgungsanlagen
- Haus-/Rohrreinigungsservice

seit 22 Jahren Ihr Meisterbetrieb in Ihrer Nähe



# Werbung, die ankommt!



Gern berate ich Sie in  
allen Fragen rund um  
die Werbung in Ihrem  
Mitteilungsblatt.

**Rufen Sie mich an!**

**Viola Krug**

☎ 01 71-3 13 21 39  
oder  
☎ 0 56 22-80 06-0



WER HÄMEL KENNT, KENNT DIE ZUKUNFT DES WOHNENS

# DONNERSTAG, 9. MÄRZ ERÖFFNUNG

*Nach Umbau und großer Erweiterung*

**Sensationelle  
Eröffnungs-  
Angebote  
in allen  
Abteilungen!**



DIE WELT DES WOHNENS  
**HÄMEL**



**ROLF  
BENZ**

brühl



**hülsta**

interlübke

**TEAM7**

**COR**

dyrund

SieMatic

GAGGENAU

## SUPER-GEWINNSPIEL

**1. Preis:**

ein „SMART & PURE“  
in Hello-Yellow

und weitere  
tolle Preise!



**Feiern Sie mit - 3 Tage lang!**

**Donnerstag 9.3., Freitag 10.3.  
und Samstag 11.3.2000**

**Mit Super-Preisen!**

**Mit Super-Gewinnspiel!**

**Mit Super-Spaß für alle!**

*Wir laden Sie ein zu Sekt, Kaffee und Kuchen!*

Lernen Sie den neuen Hämel kennen. Sehen Sie Nordhessens größte Markenmöbel-Schau mit anderen Augen! Denn nur wer Neues sieht, kann schöner wohnen! Herzlich willkommen!

DIE WELT DES WOHNENS

# HÄMEL

KÜCHENFORUM

junges wohnen

*Frielendorf direkt an der B 254*  
Telefon (0 56 84) 9 99 40 • E-mail: info@haemel.de • www.haemel.de  
Wir freuen uns auf Sie: Mo - Fr. 9:30-19:00 Uhr, Samstag: 9:30-16:00 Uhr