

Ausgabe 7
02/2020



Lunze Marktzeitung



*Wie eine große Familie:
Das Kassenteam im E-Center-Lunze*

100 Jahre EDEKA:
Tolle Aktionen!



Seite 2

Das war 2019
im E-Center Lunze



Seiten 4 + 5

Pfandspenden
für Max!



Seite 6

Im Porträt:
Beate Thamm



Seiten 10 + 11

Genussvolle Käse-/
Wein-Kombinationen



Seite 12 + 13

Die EDEKA Minden feiert ihren 100. Geburtstag! Wir feiern mit!



Freuen sich auf tolle Jubiläumsaktionen: (v. l. u. r.) Ronny Lunze, „Pappkauerad“ Otto Waalkes, Julian Must und Pascal Knackstedt

Liebe Kundinnen, liebe Kunden, das Jahr 2020 steht im Zeichen wahrhaft großer Ereignisse: In zwölf Städten Europas und Asiens wird im Sommer die Fußball-Europameisterschaft der Herren ausgetragen und in Tokio wird alles im Zeichen der olympischen Ringe stehen, wenn vor grandioser Kulisse die Wettkämpfe der Sommerspiele ausgefochten werden. Und auch wir hier in Bad Harzburg haben allen Grund zum Feiern: Die EDEKA Minden begeht ihren 100. Geburtstag und das E-Center Lunze wird das ganze Jahr über mit vielen tollen Aktionen kräftig mitfeiern. Monat für Monat wird es besondere Aktionen geben, zu denen wir Sie, liebe Kundinnen und Kunden, recht herzlich

einladen möchten. Lassen Sie uns gemeinsam feiern und noch intensiver ins Gespräch kommen: Was überzeugt Sie bereits, wo können wir in den nächsten Jahren noch besser werden? Denn nicht nur Kult-Ostfrieße Otto Waalkes, der unseren 100. Geburtstag begleitet, soll „Grund zum Feiern“ haben; für Sie soll jeder Einkauf bei uns ein Fest sein! Daran haben wir stets gearbeitet und werden das auch in Zukunft mit großem Engagement tun – nicht nur im Jubiläumsjahr.

Ich freue mich auf Sie und spannende Geburtstagsgespräche bei uns im Markt.

Ihr Ronny Lunze

Ein Jahr lang spannende Aktionen rund ums EDEKA-Jubiläum:

- Eine Valentinsaktion im Februar
- Der „Jahr100Einkauf“ und der Start der Liebesbotschaften-Roadshow im März
- Das Jahrhundert-Bingo und Ottifanten-Frühstücksbrettchen zum Sammeln im April
- Etui- und Kühltaschen gratis im Mai
- Die EDEKA-Jahrhundert-Mannschaft im Juni
- Stickeralben für Feuerwehren im August
- Schleichtier-Sammelaktion im September
- Kleberabatte im Oktober
- Das große Jubiläums-Quiz im November
- Danke-Aktion im Dezember



Motivierte Mitarbeiter (m/w/d) gesucht – werde Teil unseres Teams!

Das suchen wir:

- Fachverkäufer/-in Fleisch/Wurst, Käse, Fisch

Das bieten wir:

- Arbeiten in einem offenen und netten Team
- Einarbeitung ganz nach persönlichen Bedürfnissen
- Abwechslung durch vielfältige Arbeitsbereiche
- Urlaubs- und Weihnachtsgeld
- übertarifliche Bezahlung
- ausbildungsbegleitende Zusatz-Schulungen
- Kostenübernahme von Weiterbildung

Das solltest du mitbringen:

- Spaß am Umgang mit Kunden
- Flexibilität und Belastbarkeit
- Lust auf Verantwortung und Weiterentwicklung
- Teamgeist, Motivation und Zuverlässigkeit

Wenn du Lust hast, unser dynamisches Team zu verstärken, bewirb dich jetzt! Deine Bewerbung oder Fragen richte bitte an:

E-Center Lunze
z. Hd. Ronny Lunze
Am Güterbahnhof 1
38667 Bad Harzburg
ronny.lunze@minden.edeka.de

Wir ♥ Lebensmittel.



Viel erlebt, viel bewegt: Das war 2019 im E-Center Lunze!

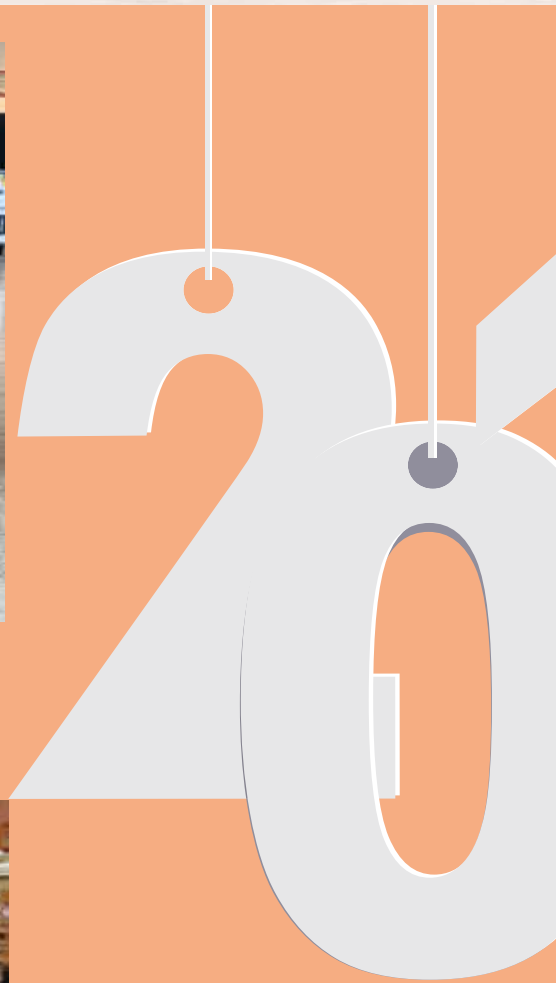
Laudete beim 11. Stapelburger Kürbisfest 2019 des Kleingartenvereins „Harzblick“ ganz oben auf dem Siegertreppchen: Der Siegerkürbis von Landwirt Ingolf Teich aus Stapelburg mit stolzen 360 Kilo „Lebendgewicht“.



1000,- Euro-Pfandspende an die Hospizinitiative in der Ev.-luth. Propstei Bad Harzburg e.V.



1111,- Euro-Pfandspende an das Tierheim Eckertal



19



Ein ganzer Mannschaftssatz brandneuer Aufwärmtrikots wurde an die Damenmannschaft des SV Göttingerode gespendet.



Besuch des Eickenhofer Spargelreichs im April.



Sponsoring des Walking Acts



Auf 1000,- Euro aufgerundet: Der Förderverein des Gymnasiums freut sich über die Pfandspende von Rouvy Lunze.



Schülerinnen und Schüler der Klimaschutz-AG des Werner-von-Siemens-Gymnasiums drehten bei uns im E-Center für das Kinderfernsehen Kika.



Impressionen vom Salz- und Lichterfest 2019

Max Dorka ist ein Kämpfer!



Weitere Infos unter:
www.max-hugo-dorka.de

Der aktuelle Spendenaufruf ist wahrlich ein ganz besonderer: Durch Ihre Pfandspende (im Zeitraum vom 1. Januar bis 31. März) unterstützen Sie Max Hugo Dorka dabei, „wieder auf die Beine“ zu kommen. Beim Toben mit seinem Cousin fiel Max Hugo im April 2016 unglücklich von der Schlafcouch auf den Rücken: Ein stechender, gürtelförmiger Schmerz ließ augenblicklich nichts Gutes vermuten. Seit diesem Unfall kämpft Max auf bewundernswerte Weise dafür, wieder auf die Beine zu kommen und eigenständig laufen zu können. Und das mit mutmachendem Erfolg: Vor eini-

ger Zeit gelang es ihm, ohne Hilfsmittel durch den Pool zu schwimmen; eine Muskelfunktion bis hinunter ins Knie konnte festgestellt werden. Das ist nach den vielen Jahren des unermüdlichen Kämpfens und Nicht-Aufgebens ein enormer Fortschritt. „Solange wir diesen Fortschritt sehen“, berichtet Max' Vater, „müssen wir dranbleiben und Max jede Möglichkeit eröffnen, die ihm hilft, wieder eigenständig laufen zu können.“ Mit Ihrer Spende unterstützen Sie Projekte, die Max nicht nur viel Freude bringen, sondern ihm effektive Hilfe angedeihen lassen können: Gerade das Training im weltweit führenden Zentrum für delphingestützte Therapie CDTC ist sehr effektiv und motiviert Max auf ganz besondere Weise. Durch das Engagement von Ihnen und Ronny Lunze kann die Finanzierung weiterer elementarer Therapiebausteine vorangetrieben werden, die Max eine Perspektive bieten: Das Rehabilitationsprogramm speziell für Kinder des Adeli Medical Centers in der Slowakei gehört ebenso dazu wie die therapeutische Begleitung der Neuro Rehab Clinic im belgischen Antwerpen. Im Namen von Max und seinen Eltern schon einmal ein ganz großes Dankeschön für Ihre Pfandspende.



1111 Euro für die Feuerluchse Bad Harzburg!

Die Kinderfeuerwehr Bad Harzburg, vielen auch als die „Feuerluchse“ bekannt, freut sich zusammen mit Stadtjugendfeuerwehrwart Dennis Kronjäger über die 1111-Euro-Spende, die im vierten Quartal des vergangenen Jahres im Rahmen der Pfandspendenaktion des E-Centers Lunze zusammengelassen ist und von Ronny Lunze einmal mehr großzügig auf den stolzen Betrag aufgestockt wurde. In der nächsten Ausgabe unserer Zeitung werden wir ausführlich von der Übergabe und den glücklichen Gesichtern berichten.

Looses Milch-Tankstelle: frische Vollmilch auf Knopfdruck



Annette Loose und ihr Sohn Tim Loose arbeiten Hand in Hand auf dem Hof zusammen.

Seit fast einem Jahr bietet Ihnen die Milchtankstelle im E-Center Lunze frische Vollmilch der Familie Loose an. Dementsprechend begeistert und überzeugt zeigt sich Kaufmann Ronny Lunze dann auch in seiner Bilanz: „Hier zeigt sich, dass die Themen Regionalität und Nachhaltigkeit Hand in Hand funktionieren können. Kurze Transportwege und dadurch Frische für das Produkt, Vermeidung von Verpackungsmüll durch recycelbare Glasgefäße. Das ist ein absolutes Win-win-Konzept!“ Ein weiterer Pluspunkt: Falls Sie kein geeignetes Gefäß dabei haben, erhalten Sie die Milchflaschen im Automaten nebenan. Das System funktioniert nahezu intuitiv: Flasche in die Tankstelle stellen, Geld einwerfen, Knopf drücken – und schon fließt die Milch. Die einzelnen Schritte werden Ihnen auch anschaulich auf dem Display erläutert.

Familie Loose aus der Bauernhofsiedlung Kißleberfeld/Warberg geht mit ihrer

Milchtankstelle neue Wege der Vermarktung. Hand in Hand führt Landwirt Christian Loose den Hof mit seiner Frau Annette und Sohn Tim. „Unsere Milch hat einen natürlichen Fettgehalt von mindestens 3,7 Prozent“, erläutert Annette Loose.

Ob ganz pur getrunken, zum Anrühren von Müslis verwendet oder zum Kochen und Backen eingesetzt: Milch mit einem hohen Fettgehalt schmeckt mild-vollmundig. Je niedriger der Fettgehalt, desto wässriger und „dünn“ ist ihr Geschmack. Die traditionelle Frischmilch wird auf herkömmliche Weise pasteurisiert, um Keime abzutöten. Dazu wird die Milch für 30 Sekunden auf 75,5 °C erhitzt.

Milch liefert wertvolles Eiweiß und enthält zudem wichtige Vitalstoffe wie Kalzium und Vitamin B12. Kalzium ist an der Aufrechterhaltung normaler Knochen und Zähne beteiligt und Vitamin B12 ist für die Erhaltung

eines normalen Energiestoffwechsels zuständig. Außerdem zählen zu ihren wichtigen Bestandteilen auch Magnesium sowie die Vitamine A, B1, B2, B6 und Folsäure. Schluck für Schluck ein wahrer Genuss!



Den Automaten für die Milchflaschen zeigt Ihnen Ronny Lunze.

Adieu Plastikdeckel! Hallo Mehrwegdeckel!



Wir vom E-Center Lunze verzichten ab sofort bei 500-g-Bechern unserer Eigenmarken-Milchprodukte auf die Plastikdeckel. Damit Sie aber auch weiterhin Ihren Joghurt sicher und hygienisch verschließen können, bieten wir ab sofort unsere Mehrwegfrische-Deckel an. Dadurch sparen wir gemeinsam mehr als 300 Tonnen Plastik im Jahr. Und das ist nicht der einzige Vorteil: Einmal erworben, kann der Mehrweg-Deckel aus Silikon zu Hause vielfach wiederverwendet werden und punktet damit in der

Ökobilanz deutlich gegenüber der bisher üblichen Einweglösung. So bleiben Ihre Frischeprodukte im heimischen Kühlschrank mehrere Tage einwandfrei frisch. Unterstützen Sie uns in unserem Engagement zur systematischen Reduktion von Verpackungen aus Plastik – die Mehrwegdeckel finden Sie u. a. direkt in der Abteilung der Molkereiprodukte zwischen Joghurt und Co.



DER UMWELT ZULIEBE

UNSER JOGHURT ZEIGT SICH OBEN OHNE!



207 T
PLASTIKERSPARNIS
PRO JAHR*

*Verzicht der Kunststoffdeckel auf allen EDEKA-Joghurts, EDEKA Bio Joghurts, GUT & GÜNSTIG Joghurts und GUT & GÜNSTIG Skyr.

Weniger Plastik, mehr Umweltliebe!

Mit dem Verzicht der Kunststoffdeckel auf allen Eigenmarken-Milchprodukten* im 500g-Becher sparen wir große Mengen Plastik. Damit Sie weiterhin Ihren Joghurt sicher verschließen können, bieten wir ab sofort Mehrweg Frischedeckel an. Weitere Infos finden Sie unter edeka.de/mehrweg-frischedeckel.



Yes, ve gan!

Mit leckeren Produkten von Veganz!



Wer vegan lebt,

- ernährt sich auf Basis von Gemüse, Obst und Getreide
- verwendet Sojaprodukte wie z. B. Sojamilch und Tofu
- verzehrt Fleisch-, Wurst- und Käse-Ersatzprodukte
- besitzt keine Leder-, Woll- und Seidenprodukte
- benutzt Reinigungs- und Kosmetikprodukte ohne tierische Substanzen

Was bedeutet es, vegan zu leben?

Veganismus ist eine aus dem Vegetarismus hervorgegangene Einstellung sowie Lebens- und Ernährungsweise, bei der keinerlei tierische Produkte konsumiert werden. Veganer verzichten auf Fleisch und Fisch und auf alle weiteren tierischen Produkte wie Milch, Eier oder Honig.

Gründe für ein veganes Leben:

Vegan lebende Menschen nennen als mögliche Motive für ihre Lebensweise Argumente aus den Bereichen:

- Tierschutz und Gesundheit
- ökologische und soziale Gründe
- ethische und religiöse Gründe



Im Sortiment des EDEKA Centers Lunze finden Sie hochwertige vegane Produkte der Marke Veganz, die es Ihnen ermöglichen, genussvoll und ohne Kompromisse Ihre vegane Ernährung kreativ zu gestalten. Genießen Sie alle Vorteile der Veganz-Produkte und sprechen Sie uns an. Gerne beraten wir Sie und freuen uns über ein Feedback.



Das Veganz-Qualitätsversprechen:

Wo Veganz draufsteht, ist auch vegan drin. Die Marke Veganz wurde gegründet, um mehr Vielfalt im Rahmen einer alternativen Ernährung anzubieten. Alle Veganz-Produkte entstehen in Respekt und Verantwortung gegenüber allen Menschen, Tieren und der Umwelt! Wir garantieren eine kompetente Auswahl an pflanzlichen Produkten, ein hochwertiges, vielfältiges Sortiment und immer wieder spannende Produkt-Überraschungen! „Vegan ist hip, politically correct, jung, gesund und das Beste: Es schmeckt richtig gut!

Vieles erlebt, viele geprägt: Beate Thamm ist fest verankert in der Marktfamilie!



Beate Thamm im Kreise einiger ihrer Kolleginnen der „ersten Stunde“. Von links nach rechts: Sigrid Schulze (stellvertretende Kassenleitung), Petra Hróutsch, Beate Thamm und Bettina Bartels

Wenn sich im Laufe des Gesprächs herausstellt, dass man als Kassenleitung im E-Center Lunze „hochwassererprobt“ sein muss, dann wird schnell deutlich, dass man es mit jemandem zu tun hat, der schon viel erlebt hat in seinem Berufsleben. Oder besser in ihrem Berufsleben: Die Rede ist nämlich von Beate Thamm, die seit nunmehr 18 Jahren sämtliche Entwicklungen des Marktes am Güterbahnhof miterlebt und mit geprägt hat. So eben auch die beiden Hochwasser: Während im Jahre 2002 „nur“ die Tiefgarage voll lief, ereignete sich unlängst, wir sprechen vom Jahr 2017, ein Unglück wesentlich größeren Ausmaßes. „Sogar mit Booten sollten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter abgeholt werden“, erinnert sich Beate Thamm an das Hochwasser von vor

knapp drei Jahren und lacht, wengleich sie sofort hinterher schiebt, dass damals wirklich wenigen zum Lachen zumute war. Da das Wasser sogar im Markt selbst stand, musste dieser für eine gewisse Zeit geschlossen werden, was unter Versorgungsaspekten durchaus Unruhe bei den Kunden verursachte.

Anhand solcher Geschichten wird schnell deutlich, wie sehr Beate Thamm mit „ihrem“ Markt verhaftet ist. Als Kassenleitung ist sie verantwortlich für die Koordination sämtlicher Abläufe im Kassenbereich; außerdem schreibt sie die Einsatzpläne und kümmert sich um die Abrechnungen. Sie fungiert als Ansprechpartnerin, wenn es zu Reklamationen kommt, kreiert phantasie-

volle Präsentkörbe und selbstverständlich kassiert Beate Thamm auch. „Und das zusammen mit einem hervorragenden Team“, gerät sie ins Schwärmen, „wir arbeiten hier wirklich Hand in Hand!“ Da sie auch privat Kontakt zu einigen Kolleginnen hält, ist es tatsächlich so „wie in einer großen Familie“. „Wir ziehen alle an einem Strang. Und teilweise kennen wir uns schon von Anfang an; das verbindet und schweißt zusammen“, erzählt sie mit sichtlicher Begeisterung. Neben den Kolleginnen „der ersten Stunde“ zeichnet Beate Thamm verantwortlich für ein Team, das mittlerweile aus 25 Personen besteht. Tag für Tag müssen bis zu sechs Kassen zwischen 7 und 21 Uhr einsatzbereit sein, wenn der Kundenandrang danach verlangt.



Die gebürtige Goslarerin lebt seit ihrem siebten Lebensjahr in Bad Harzburg. Bevor sie vor 18 Jahren in den damaligen „Marktkauf“ (das heutige E-Center Lunze) kam, hatte sie bereits in vielen Betrieben der Umgebung gearbeitet. Und natürlich dort auch schon Menschen getroffen, die heute Kunden im E-Center sind. „Mit sehr vielen bin ich per Du“, freut sich Beate Thamm, „das bleibt nicht aus, wenn man sich in all den Jahren beinahe tagtäglich sieht. Das ist wunderbar!“ „Vieles erlebt, viele ge-

prägt“ – so steht es im Titel und tatsächlich hat Beate Thamm viele Entwicklungen und Prägungen beim täglichen Tun im Markt durchlaufen und miterlebt. Da wäre zum Beispiel das durch die längeren Öffnungszeiten veränderte Einkaufsverhalten der Kunden: War früher beispielsweise am Samstag um 16 Uhr Schluss, haben mittlerweile alle die Möglichkeit, auch an diesem Tage bis 21 Uhr einzukaufen. „Und tatsächlich ist der Markt auch voll um diese Zeit“, weiß Thamm zu berichten. Ganz grund-

sätzlich beobachtet sie bei den Kunden ein anspruchsvolleres Einkaufsverhalten. „Der Trend zu mehr Nachhaltigkeit, sprich: weniger Plastik, ist eindeutig. Außerdem kaufen die Menschen mehr frisches Obst und Gemüse.“ Frische ist also voll im Trend und passt nicht nur deshalb wunderbar an das Ende dieses Porträts. Voller Energie wirbelt Beate Thamm durch die Kassenreihen und motiviert ihr Team. Hier arbeitet wirklich ein ausgesprochen „frisches“ und engagiertes Team „Hand in Hand“.

Kreativ! Stolz präsentiert Beate Thamm einen selbst kreierten Präsentkorb



Käse und Wein – spielend einfach himmlisch genießen!



Genusskombi 1

Die Harmonie von Speise und Wein ist ein oft strapaziertes Thema, im Zusammenhang mit Käse überdies häufig ein mit vielen Legenden und mythischen Wahrheiten überzogenes Informationsdickicht. Wer die vielfältigen Variationen der Harmonie zwischen Käse und Wein erleben möchte, findet hier ein paar grundlegende Tipps, um sich jenseits aller „Regeln“ einiger weniger Wechselwirkungen bewusst zu werden, die unkomplizierten Genuss garantieren.

Zu den am weitest verbreiteten Vorurteilen im Genussalltag gehört, dass zum Käse bevorzugt Rotwein getrunken werden sollte. Aus der Praxis heraus lässt sich sagen, dass zu rund 40 % der allgemein bekannten und verbreiteten Käsesorten ein Weißwein

sehr gut, wenn nicht sogar besser als ein Rotwein passt. Besonders weißweintauglich sind dabei fast alle Sorten von Ziegenkäse, säurereiche Frischkäse sowie würzige Hartkäse. Eher zu Rotwein sollten Sie bei allen cremigen Weichkäsen wie Camembert oder Brie neigen, da sich das Eiweiß dieser Käsesorten gut mit der Gerbsäure der Weine verträgt.

Da frei nach Goethe aber alle Theorie grau ist, folgen nun ein paar handfeste Praxistipps, die Ihnen eine zielsichere Genusskombination aus Käse und Wein erlauben. Wir laden Sie herzlich ein, in unserer Käse- und Weinabteilung auf Entdeckungstour zu gehen. N. Brauer von der Käsetheke und unser Team im Markt beraten Sie gerne und kompetent.

Frischer Weißwein zu frischem, cremigem Käse oder auch Quark

Wählen Sie entweder einen leichten und lebhaften Silvaner oder einen eleganten Weißburgunder. Wenn es ein Rotwein sein soll, dann passt ein junger württembergischer oder badischer Spätburgunder aus unserem Sortiment. Wie Sie sich auch entscheiden mögen, zu unseren fantastischen Frischkäsekreationen ist jeder der vorgeschlagenen Tropfen ein Volltreffer!



Genusskoubi 2

Harmonie oder Kontrast zu salzig-säuerlichem Käse
Zu Schafskäse oder Feta aus der Salzlake empfiehlt sich ein Wein, der frisch ist, mit relativ viel Säure und einer möglicherweise salzigen Komponente im Geschmack. In Frage kommt hier beispielsweise ein trockener Riesling oder auch ein rassiger Sauvignon blanc oder Chardonnay; ein Geheimtipp ist immer aber auch ein feiner Crémant oder Champagner. Wollen Sie einen Kontrast zelebrieren, dann stünde ein Süßwein mit wenig Säure im Fokus.



Genusskoubi 3

Gereifter Käse von Schaf und Ziege fordert einen fruchtigen Gegenpart

Typische französische gereifte Ziegen- oder Schafskäse weisen in der Regel einen säuerlichen Charakter auf. Ist der Käse jung, darf auch der Wein jung sein. Ein Klassiker ist hier ein Sancerre; ist der Käse älter und würziger, empfiehlt sich auch ein breiter und kräftiger Weißwein wie zum Beispiel ein monumentaler Grauburgunder. Als Rotweine flankieren grundsätzlich französische Tropfen, beispielsweise ein Merlot, ganz hervorragend.

Genusskoubi 4

Charmanter Camembert oder Brie sehen gerne Rot!

Ein frischer Spätburgunder, ein junger Chianti oder auch ein tanninärmer Valpolicella: Diese Klassiker sekundieren cremige Weichkäse mit weißem Schimmelüberzug außerordentlich gut. Sowohl die Säure im Wein als auch die Gerbstoffe werden durch die cremige, fettreiche Art des Käses gekonnt abgemildert.



Genusskoubi 5

Appenzeller, Gouda und Co mit gereiften Burgundern: köstlich!
Der Salzgehalt dieser festen Käse verstärkt die Frucht im Wein und mildert gleichzeitig die Gerbstoffe. Egal, ob rot oder weiß: Wir empfehlen Ihnen gereifte Weine wie einen halbtrockenen Riesling, aber vor allem Burgunderbomben wie mächtige Grauburgunder oder einen Bordeaux. Wer es speziell mag, darf gerne auch zu einem Gewürztraminer greifen.

Genusskoubi 6

Blauschimmel und Süßwein schaffen eine Genussexplosion!

Es ist die hedonistische Kombination par excellence: Roquefort, Gorgonzola oder Stilton lieben fruchtig-süßen Wein. Achten Sie bei der Auswahl Ihrer Weine auf die Prädikate „Auslese“ oder besser noch „Beerenauslese“. Grundsätzlich gilt: Je gereifter, salziger und fettiger Ihr Blauschimmelkäse ist, desto stärker muss der Wein sein. Als besondere Empfehlung möchten wir Ihnen unseren Grand Noir von Cambozola ans Herz legen, der als besondere Delikatesse auch mit einem Glas Champagner ganz hervorragend mundet. Dank dem besonderen Kaltreifeverfahren im versiegelten schwarzen Wachsmantel und speziellen blauen Edelkulturen entwickelt der Grand Noir seinen würzigen Geschmack und seine unverwechselbar geschmeidige Konsistenz.



Bunte Faschingsschminke selber machen



Material

1. Für jede Farbe braucht ihr etwa einen Teelöffel Creme. Die Creme sollte weiß und fest sein, wie zum Beispiel Babycreme. Tipp: Eine zu weiche Creme könnt ihr mit etwas Babypuder andicken.
2. Für bunte Farben braucht ihr Lebensmittelfarben, für Schwarz und Weiß dagegen Speisestärke und Kohletabletten.
3. Kleine Schüssel oder Eierbecher (mikrowellengeeignet)
4. Holzstäbchen, zum Beispiel Zahnstocher

Es ist wie Zauberei, mit dem richtigen Kostüm verwandelt ihr euch zu Fasching blitzschnell in einen furchteinflößenden Piraten oder bunten Schmetterling. Aber zu jedem gelungenen Faschingskostüm gehört natürlich auch die passende Schminke. Damit auch für die ausgefallensten Verkleidungen die richtigen Farben bereitstehen, zeigen wir euch, wie man die Schminke auch ganz leicht selbst machen kann.

Und so geht's:

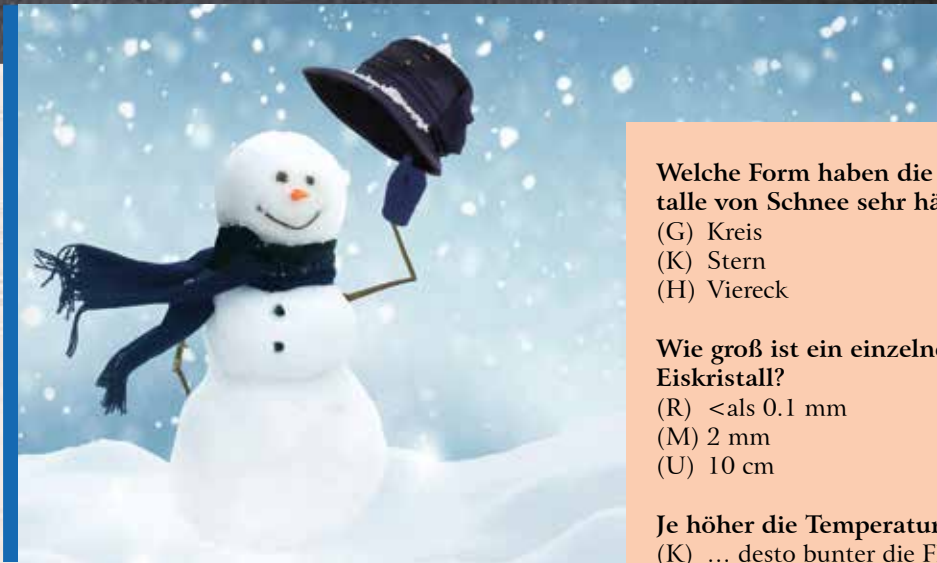
Gebt die Creme in die kleine Schüssel. Tropft langsam die Lebensmittelfarbe dazu und rührt zwischendurch mit dem Holzstäbchen um, bis euch die Farbstärke gefällt. Für Schwarz und Weiß gebt ihr stattdessen einen Teelöffel Speisestärke (weiß) oder zerstoßene Kohletabletten (schwarz) zur Creme. Stellt die Schüssel für fünf Minuten bei niedriger Stufe in die Mikrowelle und rührt sie anschließend nochmal kräftig durch. Die abgekühlte Schminke könnt ihr mit einem Pinsel oder Schwämmchen auftragen.

Mischtipps: Besonders kräftige Farben entstehen, wenn ihr sieben Tropfen Lebensmittelfarbe in den Teelöffel Creme rührt. Für zarte Farbtöne, etwa ein helles Grün, braucht ihr nur drei Tropfen. Wenn in eurer Palette Farben fehlen, könnt ihr sie aus Grundfarben mischen. Ein schönes Braun besteht zum Beispiel aus vier Tropfen roter und drei Tropfen grüner Farbe. Alternativ könnt ihr auch die fertigen Schminkefarben verrühren.



Gewinnen Sie 3 x 50-Euro-Einkaufsgutscheine!

Wenn man an Winter denkt, entstehen meist Bilder von verschneiten Landschaften vor dem geistigen Auge. Schnee hat nicht auf Groß und Klein, sondern auch auf die vierbeinigen Begleiter des Menschen seit jeher eine magische Anziehung. Wie gut kennen Sie sich rund um das weiße Wunder aus?



Welche Form haben die Eiskristalle von Schnee sehr häufig?

- (G) Kreis
- (K) Stern
- (H) Viereck

Wie groß ist ein einzelner Eiskristall?

- (R) < als 0.1 mm
- (M) 2 mm
- (U) 10 cm

Je höher die Temperatur ...

- (K) ... desto bunter die Flocken
- (S) ... desto kleiner die Flocken
- (I) ... desto größer die Flocken

Wie wird frisch gefallener Schnee genannt?

- (E) Frischschnee
- (S) Neuschnee
- (D) Feinschnee

Was versteht man unter Pulverschnee?

- (T) trockener Schnee, der nicht backt
- (R) schweren, nassen Schnee
- (B) klebt unter Druck gut zusammen

Wodurch entsteht der rot gefärbte Blutschnee?

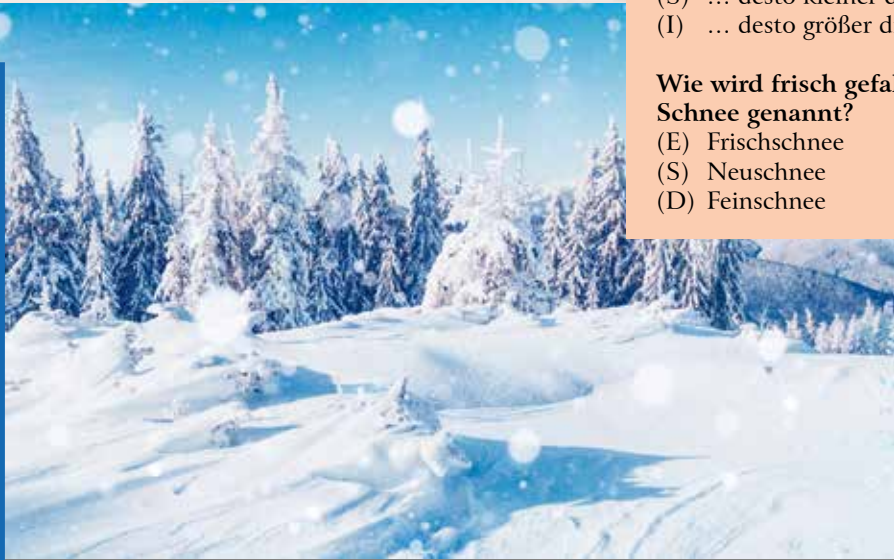
- (A) Schneecalgen
- (E) Blut von Tieren
- (I) Sonneneinstrahlung

Was zeichnet Permafrostboden aus?

- (K) ist immun gegen Temperatur
- (O) friert nur im Sommer zu
- (L) ist das ganze Jahr gefroren

„Schneeflöckchen, Weißbröckchen ...“

- (J) ... du wohnst in den Wolken
- (L) ... wann kommst du geschneit
- (H) ... dein Weg war so weit



Wir gratulieren

herzlich den Gewinnern des Rätsels in unserer Ausgabe 12/2019: Birgit Diehr, Anke Heise-Engelschalk und P.+M. Kluge.

Bitte direkt im Markt abgeben!

Machen Sie mit, lösen Sie das Quiz und geben Sie den Gewinncoupon bis zum 7. März 2020 im E-Center Lunze ab!

Lösungswort:

Name:

Adresse:

E-Mail: Telefonnummer:

Teilnehmen kann jeder ab 18 Jahre, ausgenommen sind Mitarbeiter des E-Centers Lunze und deren Angehörige. Den ausgefüllten Coupon in Ihrem E-Center-Lunze-Markt abgeben. Abgabeschluss ist der 7. März 2020. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung. Datenschutzhinweis: Wir weisen Sie darauf hin, dass Ihre Angaben ausschließlich zur Bearbeitung Ihrer Teilnahme an der Verlosung von uns gespeichert und genutzt werden. Wir gewährleisten den streng vertraulichen Umgang mit Ihren Daten und werden diese löschen, sobald sie nicht mehr zur Durchführung benötigt werden. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt nicht. Der Schutz Ihrer Daten hat bei uns oberste Priorität. Wir haben unsere Datenschutzhinweise für Sie aktualisiert und sind daran interessiert, auch weiterhin eine gute Beziehung zu Ihnen zu pflegen und Ihnen Informationen zu unseren Aktionen zukommen zu lassen. Deshalb verarbeiten wir auf Grundlage von Artikel 6 Abs. 1 Buchstabe f der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung Ihre Daten. Wenn Sie dies nicht wünschen, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer Daten widersprechen.



EDEKA Lunzes lokale Veranstaltungstipps

DESIMOS Spezial Club 29.0

Jedes Mal ist die Show einmalig und mischt vollkommen neu komische Kurzauftritte von anerkannten Lachgaranten. Alles ist möglich – denn das Konzept ist eindeutig: Hauptsache speziell!

Wann: Mittwoch, 26. Februar, 20 Uhr
Wo: Bündheimer Schloss
Preis: Vorverkauf: 20 Euro (Schüler: 18 Euro, Kulturklub-Mitglieder: 10 Euro), Abendkasse: 22 Euro



© Alan Ovaska

Martin Frank: „Es kommt, wie's kommt“

So frech wie direkt, so bodenständig wie musikalisch und extrem lustig. Oder kurz: martineske Comedy gespickt mit tollen Opernarien.

Wann: Samstag, 7. März, 20 Uhr
Wo: Bündheimer Schloss
Preis: Vorverkauf: 19 Euro (Schüler: 17 Euro, Kulturklub-Mitglieder: 9,50 Euro), Abendkasse: 21 Euro

Emmi & Willnowsky Tour 2020

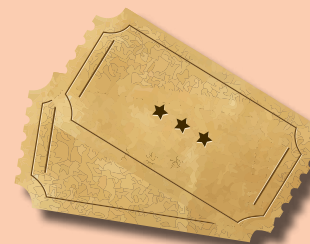
Deutschlands Comedy-Duo Nr. 1 zündet ein einzigartiges Feuerwerk der Lachsalven auf dem Schlachtfeld ihrer wahnwitzigen Ehe.

Wann: Samstag, 21. März, 20 Uhr
Wo: Bündheimer Schloss
Preis: Vorverkauf: 19 Euro (Schüler: 17 Euro, Kulturklub-Mitglieder: 9,50 Euro), Abendkasse: 21 Euro



Tickets gibt es hier:

Kulturklub Bad Harzburg
Herzog-Wilhelm-Straße 65
(Buchhandlung Hoffmann)
Telefon: (0 53 22) 18 88
www.kulturklub-bad-harzburg.de



Impressum

Auflage: 20 200 Exemplare
Kostenlose Zustellung an alle erreichbaren Haushalte in Bad Harzburg und Umgebung.

Herausgeber (v. i. S. d. P.):

E-Center Lunze
Ronny Lunze e. K.
Am Güterbahnhof 1
38667 Bad Harzburg
Tel.: (0 53 22) 7 84 60
E-Mail: e4086594@minden.edeka.de

Redaktionsleitung:

Kai Knoche
Tel.: (0 53 32) 96 86-40
Fax: (0 53 32) 96 86-51
E-Mail: marktzeitung@proexakt.de

Gestaltung und Anzeigensatz:

Karin Döbler
Tel.: (0 53 32) 96 86-55
Fax: (0 53 32) 96 86-51
E-Mail: info@proexakt.de

Objektleitung und Druck:

ProExakt GmbH
Mediengestaltung, Druck,
Verlag & Presseagentur
Bahnhofstraße 17
38170 Schöppenstedt
Tel.: (0 53 32) 96 86-54
E-Mail: info@proexakt.de

Das geistige Eigentum in Wort, Bild, Idee und Design liegt, soweit nicht anders angegeben, bei der Pro-

Exakt GmbH. Alle gestalteten Anzeigen sind ebenfalls urheberrechtlich geschützt. Nutzung und Nachdruck sind nur mit schriftlicher Genehmigung der ProExakt GmbH gestattet. Angaben zu Terminen etc. sind ohne Gewähr. Bei dem Projekt Marktzeitung mit einer Gesamtauflage von zurzeit über 6 000 000 Exemplaren handelt es sich um ein marktbezogenes individuelles Printprodukt für selbstständige EDEKA-Kaufleute.