

» Ruft Fili und Ihr friert nie! «

# FRANK BEULEN

Gundringhausen 19  
59969 Hallenberg  
Tel. 02984 610  
frankbeulen@gmx.de




Heizöl • Diesel • Pellets

# HEIMAT NACHRICHTEN

FRANKENBERG

# WM Küchen + Ideen

Heckwaldstraße 3  
35066 Frankenberg  
Tel.: 0 64 55 / 75 90-108  
www.wm-kuechen.de



# Gegen verbale Belästigung

## Kampagne im Landkreis will auf Catcalling aufmerksam machen

**Waldeck-Frankenberg** – Seit dem Jahr 2023 ist der Landkreis Waldeck-Frankenberg mit seinem Fachdienst Frauen und Chancengleichheit Teil der bundesweiten Kampagne „#KeinKompliment“. In der Kampagne werden Catcalling-Erlebnisse gesammelt und am Nationalen Aktionstag, dem zweiten Freitag im Juni, anonym mit Kreide auf die Straße gebracht. Ziel der Kampagne ist es, Catcalling, also verbale sexuelle Belästigung, sichtbar zu machen und dafür zu sensibilisieren.

Unter dem Motto „Catcalling

ist kein Kompliment. Wegsehen aber auch nicht“ wird in Waldeck-Frankenberg auch in Bahnen und Bussen auf das Thema aufmerksam gemacht und mit der diesjährigen Kampagne zu mehr Zivilcourage bei verbaler sexueller Belästigung aufgerufen. Kooperationspartner sind in diesem Jahr die Energie Waldeck-Frankenberg (EWF) als Organisation des ÖPNV, der Nordhessische Verkehrsverbund (NVV) und die Kurhessenbahn.

Im öffentlichen Nahverkehr mache die Sensibilisierung besonders Sinn, betonen Erster Kreisbeigeordneter Karl-Friedrich Frese und EWF-Geschäftsführer Frank Benz. Denn verbale sexuelle Belästigungen finden überwiegend im öffentlichen Raum statt. Dazu gehören auch Bushaltestellen und Bahnhöfe. Es sei wichtig, in genau diesem öffentlichen Raum auf Unterstützungsangebote aufmerksam zu machen – insbesondere für diejenigen, die Catcalling beobachten und Betroffenen helfen können, ergänzen Kurhessenbahn-Geschäftsleiter Jens Wrabeltz und NVV-Geschäftsführer Marian Vollmer in der Pressemitteilung.

Die Unterstützungsangebote zeigen Möglichkeiten auf, Betroffene zu unterstützen. Denn: Sexuelle Belästigung betreffe nicht nur die direkt Betroffenen, sondern könne das Sicherheitsgefühl aller Frauen und Mädchen im öffentlichen Raum beeinträchtigen. Es gehe dabei nicht darum, im öffentlichen Raum für Sicherheit zu sorgen, sondern Menschen dazu zu befähigen, sich gegenseitig zu unterstützen, wenn sie das Gefühl haben, dass da gerade Grenzen überschritten werden. In bedrohlichen Situationen oder im Zweifel sollte immer die Polizei hinzugezogen werden.

„Der ÖPNV hat sich mit der Kampagne im letzten Jahr als wichtiger Raum erwiesen, um möglichst viele Menschen mit



**Landkreis, EWF, NVV und Kurhessenbahn beteiligen sich an der Kampagne #KeinKompliment:** (von links) Tanja Schreiber (Fachdienst Frauen und Chancengleichheit), Erster Kreisbeigeordneter Karl-Friedrich Frese, NVV-Pressesprecherin Judith Féaux de Lacroix, EWF-Geschäftsführer Frank Benz; Miriam Drüppel (Fachdienst Frauen und Chancengleichheit) und Kurhessenbahn-Geschäftsleiter Jens Wrabeltz.

FOTO: LANDKREIS

unserer Botschaft zu erreichen“, berichtet stellvertretende Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Miriam Drüppel. In kürzester Zeit seien dem Frauenbüro im Rahmen der Kampagne in 2025 mehr Erfahrungen mit verbaler sexueller Belästigung gemeldet worden, als in den Vorjahren insgesamt. Das hebe die

Bedeutung sichtbarer Sensibilisierung im öffentlichen Raum hervor und zeige auch: Es besteht weiterer Handlungsbedarf! Durch die Debatte um das, was Collien Fernandes angetan worden sei, habe das Thema eine hochaktuelle neue Bedeutung gewonnen, heißt es in der Pressemitteilung aus der Kreisverwaltung. „Nicht nur Frauen

fordern nun vermehrt, dass es nicht alleine die Aufgabe von Betroffenen sein kann, jegliche Form der Gewalt gegen Frauen zu benennen und sich solidarisch zu zeigen. Das ist eine Aufgabe, die wir als Gesamtgesellschaft tragen. Gewalt beginnt nicht erst mit einem Schlag oder der (verbalen) sexuellen Belästigung im öffentlichen Raum. Sie beginnt da, wo man sich nicht gegen sexistisches Verhalten positioniert, wo lieber weggesehen wird – anstatt Betroffene zu unterstützen.“

„Mit dieser Kampagne möchten wir allen Mitbürgerinnen und Mitbürgern Handlungsmöglichkeiten an die Hand geben, um nicht Teil derjenigen zu sein, die Frauenfeindlichkeit tolerieren“, sagt Miriam Drüppel.

### Was ist Catcalling?

Catcalling sind verbale und nonverbale sexuelle Belästigungen wie unangemessene Kommentare, Rufe, Laute, aber auch Gesten wie zugeworfene Küsse, Pfiffe oder Zischen. Dies findet meist auf Straßen und Plätzen, in Einkaufszentren oder Verkehrsmitteln statt. Catcalling wird oft als Bagatelle oder Kompliment heruntergespielt. Für Betroffene ist es jedoch meist eine beschämende, herabwürdigende und beängstigende Erfahrung.

jpa

nh/jpa

# BETON 4 YOU



info@beton4you.de

Am Bahndamm 1  
35108 Allendorf (Eder) | +49 171 128 1755

# Sie wollen Ihre Immobilie verkaufen?

**Wir übernehmen alles:**

- ✓ Perfekte Aufbereitung
- ✓ digitale Reichweite
- ✓ starke Verhandlungen

... damit Ihr Verkauf ein Erfolg wird.

Jetzt kostenlosen  
Beratertermin sichern!

06451  
7462955



# HörPartner

DEIN HÖRGERÄT

HörPartner GmbH  
www.hoerpartner.de

KORBACH • 056 31 / 50 16 54

BATTENFELD • 064 53 / 211 98 47

GEMÜNDEN

# Hochzeitsmode für Männer

natürlich bei

# EUNOVA

Südwall 1a • Medebach  
0 29 82 / 736

www.eunova-medebach.de

# Liss Bett

TRAUMHAFT SCHLAFEN



# IHR BETTEN FACHGESCHÄFT

Röddenauer Straße 13a  
Frankenberg

- Große Auswahl an Bettgestellen
- Individuelle Matratzen
- Kissen und Bettdecken
- Geschenkartikel

www.liss-bett.de

# COCKTAIL & PARTYMODE

- FÜR ATEMBERAUBENDE AUFTRITTE!



BOSS WILVORST ROY ROBSON CINQUE BENVENUTO JOOP! ZUITABLE STRELLSON

Vera Mont LUXUAR FASHION FRANK LYMAN Joseph Kalhoff MASCARA SWING hekyja CHRISTIAN KOEHLERT

Zu unseren digitalen Prospekten



QR-Code scannen & riesige Auswahl entdecken!

# FROHE OSTERN

Die Familie Heinze und das Team vom Modehaus Heinze wünschen Ihnen und Ihren Liebsten ein frohes Osterfest!



Wir haben geöffnet!  
Ostersamstag  
09:30 - 17:00 Uhr

Heinze – Das Modehaus in Frankenberg  
Neustädter Str. 39-41, 35066 Frankenberg | 06451 230610



Besuchen Sie auch unseren Onlineshop!  
www.modehaus-heinze.de

MODEHAUS  
HEINZE

# Hebeler übergibt Zweiradsport-Geschäft

Raffael Reder ist neuer Inhaber in Rennertehausen



**Drei Generationen:** (von links) Firmengründer Peter Hallenberger (71), der neue Besitzer Raffael Reder (28) und sein Vorgänger Axel Hebeler (62).

FOTO: GERHARD MEISER

**Rennertehausen** – In Renner-tehausen hat für das Geschäft Zweiradsport Hebeler ein neues Kapitel begonnen. Dort fand bereits im vergangenen Herbst ein Generationswechsel statt. Nach drei Jahrzehnten übergab Axel Hebeler das Unternehmen am 1. September 2025 in die Hände von Raffael Reder. Der bekannte Name des Geschäfts bleibt erhalten. Die offizielle Übernahme soll nun auch öffentlich gefeiert werden: Am 11. und 12. April lädt das Team zu ei-

ner großen Frühjahrsausstellung auf das Firmengelände in der Hauptstraße 93 ein. Besucher dürfen sich neben Einblicken in aktuelle Modelle auf ein Rahmenprogramm mit Bratwurststand, Almhütte und Angeboten für Kinder freuen.

Bei der Feier werden auch die bisherigen Inhaber dabei sein. Peter Hallenberger, der das Geschäft 1976 unter dem Namen Zweirad Hallenberger gegründet hatte, übergab es 1996 an Axel Hebeler. Nach 30 Jahren

zieht sich nun auch der 62-jährige Hebeler zurück. Seinem Nachfolger bleibt er jedoch weiterhin verbunden: Künftig will er Raffael Reder beratend unterstützen.

Für den 28-jährigen neuen Inhaber ist die Arbeit mit Motoren und Maschinen mehr als nur ein Beruf. Aufgewachsen in Allendorf, verbrachte er bereits als Kind viel Zeit in der Werkstatt seines Großvaters und entwickelte dort seine Leidenschaft für Zweiräder. Von 2014

bis 2017 absolvierte Reder eine Ausbildung zum Zweiradmechaniker mit Schwerpunkt Motorradtechnik. Es folgte die Meisterprüfung, die er 2023 in Frankfurt erfolgreich abschloss. Im September 2024 stieg er schließlich bei Hebeler ein. Heute präsentiert Reder in seiner Ausstellung rund 60 Motorräder namhafter Hersteller von Aprilia über Honda und KTM bis zu Yamaha und Beta. Zum Angebot gehören neben den Neu- und Gebrauchtfahr-

zeugen auch Reparaturen, Motorradbekleidung, Hol- und Bring-Service, Tuning, TÜV-Abnahme und Zulassungsdienst. Auch Quads und Allrad-Fahrzeuge zählen zum Sortiment. Rund 50 Neu- und ebenso viele Gebrauchtfahrzeuge möchte Reder jährlich verkaufen. „Ich habe auch Einstiegsfahrzeuge für 15- bis 16-Jährige im Programm“, sagt er. Für die Zukunft sucht der junge Unternehmer zudem Verstärkung – insbesondere einen ausgebilde-

ten Motorradmechaniker oder motivierte Quereinsteiger aus der Kfz-Branche.

„Ich bin froh, dass das Geschäft weitergeführt wird und damit erhalten bleibt. Das ist ein echter Glücksfall“, freut sich Axel Hebeler über die Übergabe. Ohne Nachfolger hätte er noch drei Jahre weitergemacht und das Geschäft dann geschlossen. Für Raffael Reder sieht er beste Zukunftsaussichten: „Hier hat er kaum Konkurrenz.“

mjx

## Deutscher Baupreis: Finger-Haus auf Platz 3

Kategorie „Bauunternehmen mit mehr als 500 Mitarbeitenden“

**Frankenberg** – Finger-Haus ist beim Deutschen Baupreis 2026 mit dem 3. Platz ausgezeichnet worden. In der Kategorie „Bauunternehmen mit mehr als 500 Mitarbeitenden“ erreichte das

Frankenberger Unternehmen als einziger Fertighaushersteller einen Podiumsplatz, teilte Finger-Haus in einer Pressemitteilung mit. Die Auszeichnung wurde bei der Fachmesse digi-

talBAU in Köln verliehen. Dort kamen Vertreter aus Bauwirtschaft, Architektur, Industrie und Politik zusammen, um herausragende Leistungen der Branche zu würdigen.

Der deutsche Baupreis wird alle zwei Jahre verliehen. Aus den zahlreichen Anmeldungen nominierte die Fachjury 210 Unternehmen für verschiedene Kategorien. In der Größenklasse von Finger-Haus waren am Ende acht Unternehmen nominiert. „Dass Finger-Haus hier den 3. Platz belegte, unterstreicht die starke Position des Unternehmens im Wettbewerbsumfeld“, heißt es in der Mitteilung. Bewertet wurde in einem mehrstufigen Verfahren, das Unternehmen sei ganzheitlich betrachtet worden. Berücksichtigt wurden unter anderem Strategie, Prozesse, Markt- und Kundenorientierung, Personalmanagement, Nachhaltigkeit und Digitalisierung. Für Finger-Haus nahmen Geschäftsführer Dr. Mathias Schäfer und Marketingleiter

Lukas Tauschwitz die Auszeichnung entgegen. Univ.-Prof. Dr.-Ing. Manfred Helmus habe in seiner Laudatio das starke Personalmanagement sowie die konsequenten Anstrengungen im Bereich Nachhaltigkeit hervorgehoben. Zudem habe er die besondere Signalwirkung betont, dass sich mit Finger-Haus ein Unternehmen aus dem seriellen Bauen in dieser Kategorie einen Platz auf dem Podium sichern konnte. „Diese Auszeichnung hat für uns einen hohen Stellenwert, weil sie die Entwicklung von Finger-Haus in vielen zentralen Bereichen sichtbar macht“, sagt Geschäftsführer Dr. Mathias Schäfer. „Sie zeigt, dass wir innerhalb der Bauwirtschaft als Impulsgeber wahrgenommen werden, der für hohe Innovationskraft und Verlässlichkeit steht. Besonders freut mich, dass diese Auszeichnung das Engagement unserer Mitarbeitenden würdigt, die diesen Erfolg jeden Tag möglich machen.“

nh/jpa

## Seminrarreihe für Berufsanfänger

**Waldeck-Frankenberg** – Der Hessencampus Waldeck-Frankenberg bietet eine Veranstaltungsreihe für Berufsanfänger an, die den Übergang von der Ausbildung in den Berufsalltag erfolgreich gestalten möchten. Die Reihe mit dem Titel „Kompetent! Von Anfang an“ umfasst neben fachlichem Input auch Raum für Reflexion und persönliche Weiterentwicklung. Zu den kostenlosen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich.

Die vier praxisnahen Tagesseminare, die am 21. April, 28. Mai, 11. Juni und 16. September stattfinden, vermitteln konkrete Werkzeuge und Strategien, um Unsicherheiten abzubauen, Handlungskompetenz zu stärken und langfristig motiviert sowie leistungsfähig im Berufsalltag zu bleiben.

**Informationen und Anmeldung:** landkreis-waldeck-frankenberg.de/hessencampus, Tel. 05631/9542134 oder per E-Mail melanie.sander@lkwaufkb.de.

red

**Auf meiner Route bin ich CHEF**

die-Zusteller

www.die-zusteller.de

Samstags noch nichts vor?  
Jetzt als **Zusteller (m/w/d)** deiner Wochenzeitung vor Ort bewerben und Chef:in werden in:

- **Hatzfeld** Stadt (Mindestalter 13 Jahre)

Heimat Nachrichten-Vertrieb:  
☎ 0561 203-1175    📱 WhatsApp 0151 61666277

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
FRANKENBERG

nh-wochenzeitungen.de  
IMPRESSUM

Verlag: NHW Verlag GmbH,  
Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

Geschäftsführer: Frank Schmid

Redaktion: Frank Schmid (V.i.S.d.P.)  
E-Mail: redaktion@dka.de

Anzeigenverkauf:  
Miriam Donnerert (Leitung)  
Tel.: 0561/723313  
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Vertrieb / Zustellung: VTS Süd GmbH  
Geschäftsadresse: Rotenburger Straße 15,  
34212 Melsungen  
Postanschrift: Frankfurter Straße 168,  
34121 Kassel, Tel.: 0561/203-2323  
E-Mail: vertriebsleitung@hna.de

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

AGB / Copyright / Widerruf:  
Zurzeit ist die Preisliste Nr. 5 ab 01.01.2026 gültig

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis per Mail, unter Angabe Ihrer Anschrift, an zusteller@mms-team.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

# Jugendherberge wird Pilotprojekt

Kooperation mit Grimm-Heimat, Angebote für Familien ausbauen, „All inclusive“ geplant

**Korbach** – Wer in der Jugendherberge Korbach übernachtet, bekommt seit März die „MeineCard Plus“ kostenlos dazu – gültig vom Anreisetag bis zur Abreise. Korbach ist zunächst Pilotstandort; das Deutsche Jugendherbergswerk (DJH) in Hessen plant, das Modell auf weitere nordhessische Jugendherbergen auszuweiten. Leiter Maik Schäfer denkt bereits weiter: Im Sommer will er die erste „Jugendherberge all inclusive“ Hessens eröffnen.

13.000 Übernachtungen zählt die Jugendherberge pro Jahr. Den Großteil machen immer noch Schul- und Vereinsgruppen aus. In den Sommerferien hat die Herberge also noch Luft nach oben. Dazu beobachtet Schäfer, dass immer mehr Familien genau ins Portemonnaie schauen, wenn der große Urlaub ansteht.

## Planbarkeit und Einfachheit als Ziel

Seitdem er die Jugendherberge übernommen hat, beschäftigt ihn eine Frage: Für wen kann Korbach als Ausflugsziel attraktiver werden? Seine Antwort: Familien brauchen Planbarkeit und Einfachheit. „Solche Karten sind in Ballungsge-



**Pläne für Korbach und Familien:** Maik Schäfer, Leiter der Korbacher Jugendherberge, will Stadt und Einrichtung attraktiver für Familienurlaube machen. FOTO: DENNIS SCHMIDT

bieten vollkommen normal“, sagt Maik Schäfer. „Nun gibt es sie auch in und für Korbach.“

Die „MeineCard Plus“ öffnet mehr als 160 Freizeiteinrichtungen zwischen Kassel und Frankenberg sowie Willingen und

dem Edersee und gilt zugleich als Ticket für alle Busse und Bahnen im NVV-Gebiet. In Korbach sind die Bäder und das Bonhage-Museum dabei. Grundlage ist ein Kooperationsvertrag zwischen dem DJH-Lan-

desverband und dem Regionalmanagement der Grimm-Heimat Nordhessen. Als „Destination Marketing“ bezeichnet Schäfer die Aktion – und schaut dabei mit einem Hauch Respekt nach Willingen, wo diese

Art der Vermarktung längst gang und gäbe ist.

Doch dabei lässt er es nicht bewenden. Für diesen Sommer plant Schäfer ein Rundum-sorglos-Paket: Frühstück, Mittag, Nachmittagssnack, Abendessen – alles inklusive, ebenso Getränke und das Eis für die Kleinen beim Stadtbummel. Flüsterleise Minikühlschränke für die Familienzimmer sind bereits bestellt, der Lagerkeller wird demnächst umgebaut, in den Spielecken stehen Dutzende neue Gesellschaftsspiele bereit.

Im Mai soll es losgehen. „Das kann groß werden“, sagt Schäfer. Größter Knackpunkt: das Personal. Aktuell beschäftigt er elf Mitarbeiter, fünf müssen noch dazukommen. Er sucht über alle Kanäle – die Erfahrungen sind bisher durchwachsen.

DENNIS SCHMIDT

Arbeits-Sicherheitsschuhe und Wanderschuhe  
**Schuhhaus Vach**  
Lichtenfels-Goddelsheim · Tel. 05636/273

Matthias Fichtner Orthopädienschuhtechnik Hof Lauterbach 8 • Vöhl Termine nach Vereinbarung ☎ 0 56 35 - 99 10 38

Forstpflanzen im Container  
Obstbäume 1,70 - 2,50m  
im 20 l - Container = 28,- € pro Stück + MwSt.  
**www.forstbaumschule-gilsbach.de**  
Anfahrt, Öffnungszeiten, Abholung s. Internet

## „Möchte Wege aufzeigen und stärken“

Katharina Battefeld bietet Resilienz- und Selbstwertkurse in Frankenau an



**Katharina Battefeld** bietet ab April „Ich bin stark“-Kurse in Frankenau in der Alten Schule an. Hier mit Frankenaus Bürgermeister Manuel Steiner. FOTO: SUSANNA BATTEFELD

**Frankenau** – Resilienz- und Selbststärkungskurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene bietet Katharina Battefeld ab Mitte April in Frankenau an. Unter dem Motto „Stark auftreten. Grenzen setzen. Ich sein“ möchte die Trainerin für Persönlichkeits- und Lebenskompetenz anderen helfen, „sich selbst zu stärken, Abstand von Problemen zu gewinnen und in schwierigen Situationen sicher zu handeln“.

Die Kurse starten am Dienstag, 14. April, in den zuletzt leerstehenden Räumen der Alten Schule in Frankenau. Den Kontakt zur Lebenshilfe als Vermie-

terin, die dort bis 2023 eine Tagespflege betrieben hat, hat Frankenaus Bürgermeister Manuel Steiner hergestellt.

„Ich bin keine Therapeutin, ich möchte nur Wege aufzeigen und stärken“, stellt die 36-Jährige klar, die aus der Pflege kommt. Die Mutter zweier Kinder arbeitet auch bereits als Trainingspartnerin in der Frankenberger Ortenbergschule, wo es unter anderem um Mobbingprävention geht. „Ich bin selbst als Kind Mobbing-Opfer gewesen und möchte nie wieder in die Opfer-Rolle geraten.“

„Mir ist wichtig, dass Prävention früh beginnt, damit Kinder

nicht erst reagieren müssen, sondern schon vorher wissen, wie sie sich selbst unterstützen können. Sicherheit, Orientierung und das Wissen um die eigenen Fähigkeiten sind dabei das Fundament.“ Da viele Erwachsene gar nicht wüssten, was bei Kindern passiert, will sie auch Kurse für Erwachsene anbieten.

„Für Frankenau ist das ein super tolles Angebot, was geschaffen wird. Es passt super zum naheliegenden Gesundheitszentrum“, freut sich Bürgermeister Steiner.

Folgende Kurse sind ab 14. April geplant: Resilienz- und

Selbstwertkurs für Mädchen (Vorschule bis 4. Klasse), 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr, zehn Einheiten (125 Euro); für Kinder (2. und 3. Klasse), 16 Uhr bis 17 Uhr, zehn Einheiten, 125 Euro; für Erwachsene (ab 20 Jahre), 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr, vier Einheiten, 50 Euro. Ein Kennenlernkurs findet bereits am Samstag, 11. April, ab 14 Uhr statt. Dabei geht es um unverbindliches Kennenlernen mit kleinen Übungen und Raum für Fragen.

**Infos und Anmeldung:** info@herzenshafen.de, Tel. 0152/02903419 und bei Instagram unter „herzenshafen“.

FOTO: SUSANNA BATTEFELD

**Zweiradspport Hebeler**  
Inhaber Raffael Reder  
Ihr Partner für Roller, Motorrad, ATV und Quad!

**Mehrmarken-Werkstatt**

- Neu- und Gebrauchtfahrzeuge
- Motorradbekleidung
- Hol- und Bringservice
- Fahrwerksanpassung
- TÜV-Abnahme
- Zulassungsdienst
- Zubehör

**AM 11. & 12. APRIL 2026 FRÜHJAHRSAUSSTELLUNG**  
nach 30 Jahren feierliche Übergabe an Raffael Reder

35108 Allendorf/Eder · Ortsteil Rennertehausen  
☎ 06452 1830  
www.hebeler-zweirad.de

**TRÜMMNER REISEN**  
...wir zeigen Ihnen Europa

**Reisen 2026**  
Dresden & Elbsandsteingebirge 21.04.-23.04.2026 2x Ü/HP ... 335,- €  
Lago Maggiore und Piemont 26.04.-30.04.2026 4x Ü/HP ... 839,- €  
Brüssel, Brügge, Gent - Flandern 14.05.-17.05.2026 3x Ü/HP ... 659,- €  
Weltstadt Paris mit Versailles 14.05.-17.05.2026 3x Ü/HP ... 495,- €  
Kärnten - schöne Tage am Wörthersee 25.05.-30.05.2026 5x Ü/HP ... 849,- €  
Schöne Tage in Südtirol 02.06.-08.06.2026 6x Ü/HP ... 959,- €  
Insel Rügen & Insel Hiddensee 04.06.-10.06.2026 6x Ü/HP ... 1.079,- €  
Berchtesgaden: Königsee & Chiemsee 14.06.-18.06.2026 4x Ü/HP ... 739,- €  
Minikreuzfahrt nach Oslo 05.07.-07.07.2026 2x Ü/F ... 499,- €  
Urlaub in der Wildschönau 27.07.-01.08.2026 7x Ü/HP ... 1.112,- €  
Sommerfrische auf Insel Usedom 08.08.-15.08.2026 7x Ü/HP ... 1.135,- €  
... und viele mehr

**Reisehighlights 2026**  
Toskana & Insel Elba & Cinque Terre 02.05.-09.05.2026 6x Ü/HP ... 1.159,- €  
Bernina- & Glacier Express 13.06.-16.06.2026 3x Ü/HP ... 699,- €  
Südenland - Cornwall 19.06.-24.06.2026 5x Ü/HP ... 1.449,- €  
Schlösser der Loire 24.06.-30.06.2026 6x Ü/HP ... 1.229,- €  
Ostseeperlen: Bornholm Öland Gotland 26.06.-02.07.2026 6x Ü/HP ... 1.699,- €  
Skandinavienrundreise bis Nordkap 20.07.-27.07.2026 13x Ü/HP ... 2.889,- €  
Provence - Südfrankreich 14.07.-21.07.2026 7x Ü/HP ... 1.539,- €  
Masurische Seenplatte, mit Danzig 20.07.-27.07.2026 7x Ü/HP ... 1.129,- €  
Ungarn: Budapest und Plattensee 24.08.-31.08.2026 8x Ü/HP ... 1.273,- €  
Große Balkanrundreise 24.10.-04.11.2026 11x Ü/HP ... 2.389,- €

**Katalog kostenlos anfordern**  
**Ihr Reisepartner aus der Region**

**Informationen und Anmeldung**  
Trümmner Reisen Marburger Straße 7  
35285 Gemünden an der Werra  
Tel.: 0 64 53 - 71 66  
www.truemmer-reisen.de

# „Für viele Menschen ein wichtiger Halt“

## Ambulanter Hospizdienst unterstützt Krebspatienten mit psycho-onkologischer Beratung

**Korbach** – Der ökumenische ambulante Hospizdienst in Korbach erweitert sein Unterstützungsangebot für schwer erkrankte Menschen und deren Angehörige. Gemeinsam mit der Praxis für Onkologie (Krebsheilkunde) Tammoscheit wurde Miriam Osterhold für eine enge Zusammenarbeit im Rahmen ihrer Weiterbildung zur Psycho-Onkologin gewonnen. Sie absolviert ihre praktischen Ausbildungsanteile in den Räumen des Hospizdienstes und wird dort ein neues Beratungsangebot etablieren.

Miriam Osterhold hat Sozialpädagogik studiert und einen Master-Abschluss in gesundheitsfördernder Sozialer Arbeit. Ergänzend dazu ist sie als systemische Beraterin qualifiziert. Mit dieser Kombination will sie sowohl fachlich fundiertes Wissen als auch umfangreiche Beratungskompetenz in die Begleitung einbringen.

Durch ihre Weiterbildung zur Psycho-Onkologin vertieft sie derzeit ihr Wissen über die psychische, soziale und emotionale Belastung von Menschen, die mit einer Krebserkrankung konfrontiert sind. Ihre Ausbildung ermöglicht es ihr, Betroffene in Situationen großer Un-



**Beratungs-Angebot für Krebspatienten erweitert:** (von links) Miriam Osterhold, Kai Tammoscheit und Sandra Voß. FOTO: PR

sicherheit, Angst oder Neuorientierung gezielt zu unterstützen. Dass sie ihre praktischen Anteile im Hospizdienst absolviert, stärkt die regionale Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Einrichtungen der Gesundheits- und Hospizversorgung.

Die offene psycho-onkologische Sprechstunde findet jeden Montag von 15 bis 17 Uhr im Büro des Hospizdienstes im Krankenhaus Korbach statt. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig. Die Sprechstunde richtet sich an Menschen, die sich in einer neuen gesundheit-

lichen oder persönlichen Lebenssituation orientieren müssen, Unterstützung im Umgang mit Ängsten, Sorgen oder depressiven Verstimmungen suchen, sich durch eine Diagnose oder Therapie belastet fühlen, oder persönliche Ressourcen für den Alltag stärken wollen.

Auch Angehörige sind ausdrücklich eingeladen, das Angebot wahrzunehmen.

Der Hospizdienst und Facharzt Kai Tammoscheit sehen die enge Zusammenarbeit mit Miriam Osterhold als große Bereicherung. Ihre fachliche Expertise und ihre zugewandte, sensi-

ble Arbeitsweise sollen die regionalen

Unterstützungsstrukturen stärken und es ermöglichen, Menschen in Krisenzeiten umfassender zu begleiten. „Medizin kann Tumore behandeln, aber Psychoonkologie hilft Menschen, mit der Erkrankung zu leben. Ohne die seelische Stabilisierung verlieren viele Patientinnen und Patienten die Kraft, die sie für die Therapie brauchen“, so Kai Tammoscheit.

Der Hospizdienst hofft sehr, dass über die Ausbildungszeit hinaus Möglichkeiten entstehen, Miriam Osterhold langfristig in der Region zu halten. Eine dauerhafte psychoonkologische Anlaufstelle würde die Versorgungslandschaft im Landkreis nachhaltig weiterentwickeln und die Zusammenarbeit zwischen medizinischen, pflegerischen und psychosozialen Einrichtungen stärken. Der Hospizdienst selbst hat keine Möglichkeit, eine entsprechende Stelle zu schaffen und zu finanzieren. „Für viele Menschen ist eine verlässliche, offene und niedrigschwellige Beratung ein wichtiger Halt“, so Sandra Voß, Koordinatorin des Hospizdienstes.

red

## Keinen grünen Daumen?

### So gedeihen Balkonblumen trotzdem – Gärtnerin gibt Tipps

Die ersten warmen Tage laden dazu ein, wieder mehr Zeit draußen zu verbringen – am liebsten auf dem eigenen Balkon. Mit bunten Blumen wird er im Handumdrehen noch einladender und lebendiger. Doch viele zögern, weil sie glauben, ohne grünen Daumen hätten die Pflanzen ohnehin keine Chance. Dabei gibt es zahlreiche robuste Arten, die auch kleine Pflegefehler durchaus verzeihen.

Gärtnerin Svenja Schwedtke erklärt im Interview, worauf es dabei ankommt, damit selbst Einsteiger lange Freude an blühenden Farbtupfern auf dem Balkon haben.

#### Frau Schwedtke, welche Balkonblumen sind besonders pflegeleicht?

Svenja Schwedtke: Zunächst ist es wichtig, dass man weiß, was man für einen Standort hat. Wenn der Balkon nach Süden ausgerichtet ist, wird man etwas anderes pflanzen, als wenn er nach Norden zeigt. Wir unterscheiden da zwischen sonnig, halbschattig und schattig.



**Frühlingsstart auf dem Balkon:** Mit pflegeleichten Blumen wird es schnell bunt und einladend. FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA

Wer den Balkon jetzt zum Frühling schön machen will, kann mit Hornveilchen und kleinen Narzissen nicht viel falsch ma-

chen. Die sind nicht so schnell beleidigt, wenn es mal zu dunkel ist. Man kann auch Efeu dazwischen setzen, der ist relativ

unkompliziert. Das würde auf einem schattigen Balkon gehen. In der Sonne wächst ohnehin alles andere, was man jetzt so kaufen kann. Tulpen oder Traubenhyazinthen zum Beispiel, die kann man fast nicht vertrocknen lassen, weil das Zwiebelblüher sind, die ihre Reserven aus der Zwiebel nehmen.

Ab Mitte Mai, nach den Eisheiligen, wenn es also keinen Nachtfrost mehr gibt, kann man die Frühling Blumen herausnehmen und Sommerblumen einpflanzen. Im Schatten wachsen gut Fuchsien, Schneeflocken und Glockenblumen. Auch hier würde ich wieder Efeu dazwischen setzen. In der Sonne ist vieles möglich. Da würde ich danach gehen, welche Farben mir gefallen. Bornholm-Margeriten, Mini-Petunien und Vanilleblu-

men passen in ein Farbkonzept mit Rosa, Lila und Weiß. Wer Gelb, Orange und Rot mag, kann Bidens, Husarenknöpfchen und knallrote Geranien nehmen.

Am besten überlegt man sich vorher, was man mag, damit man in der Gärtnerei nicht überfordert ist, sondern zum Beispiel sagen kann: „Ich habe einen sonnigen Standort, mag gerne Rosa und Lila und möchte etwas Stehendes und etwas Hängendes“.

#### Mit welchen Pflegetipps überleben die Blumen möglichst lange?

Schwedtke: Die genannten Arten sind alle dankbar dafür, wenn man sie gelegentlich düngt und gießt und nehmen einem Fehler nicht so schnell übel. Jetzt im Frühling würde ich jeden dritten Tag gießen, im Sommer jeden Morgen. An sehr heißen Tagen auch mal zweimal täglich. Es ist aber auch davon abhängig, wie windig und sonnig es ist, weshalb man es so pauschal nicht sagen kann. Es empfiehlt sich, einfach den Finger in die Erde zu stecken: Kommt der sauber wieder raus, dann ist es zu trocken und Zeit zu gießen.

Düngen hilft ungemein, damit die Pflanze lange blüht. Da würde ich mir einen guten flüssigen Balkonpflanzendünger kaufen, von dem ein Deckel voll mit ins Gießwasser kann. Auf der Packung steht, wie viel genau man braucht. Zur Pflege gehört auch das Ausputzen. Das bedeutet, dass man die verblühten Teile abknipst. Dann sieht es zum einen schöner aus, wenn da nur frische Blüten sind. Zum anderen kostet Verblühtes die Pflanze Kraft, die man ihr durch das Ausputzen erspart.

Und noch zwei Tipps zum Balkonkasten: Es ist wichtig, dass das Wasser ablaufen kann, das Gefäß also ein Loch oder anderweitigen Ablauf hat. Denn Blumen können ja nicht nur vertrocknen, sondern auch ertrinken. Und man sollte oben einen Gießrand lassen: von der Oberfläche der Erde bis zur Kante des Kastens sollten mindestens anderthalb Zentimeter Platz sein. Dann kann das Wasser da stehen und in Ruhe einsickern und läuft nicht an der Seite runter.

#### Wie erkennt man, dass es den Blumen doch nicht gut geht – und was hilft dann?

Schwedtke: Ein Anzeichen ist, wenn die Blätter eine etwas andere Farbe bekommen – die werden dann so milchig, gräulich-grün. Und wenn die Blätter und Blüten hängen. Dann muss man erst einmal herausfinden, ob sie zu trocken oder zu nass sind, denn sie sehen in beiden Fällen so aus. Sind die Blumen zu trocken, hilft natürlich gießen. Wenn sie zu nass sind, sollte man sie eine Weile nicht gießen.

Wenn man das Gefühl hat, „Oh Gott, das sieht richtig schlimm aus, die sind richtig vertrocknet“, dann kann man die Pflanze auch obenrum großzügig zurückschneiden. Oft treibt die dann untenrum wieder aus. Wenn Sie etwa eine 30 Zentimeter hohe Pflanze haben, schneiden sie die oberen 20 Zentimeter ab, düngen und gießen, wenn die Erde trocken ist. Natürlich spielt Übung eine große Rolle. Das Geheimnis ist: Sobald man erst einmal anfängt, sich mit Pflanzen zu beschäftigen und es einem Spaß macht, wächst mit der Zeit auch das Wissen.

tmn



**Hundsdorfer Holzbau**  
Holz • Kunststoff • Aluminium • Stahl

**Alles aus einer Hand:**

- biohort Gerätehaus
- Fundamentarbeiten
- Aufmaß und Montage

Löhlbacher Straße 34 • 34537 B.W. - Hundsdorf • Telefon & WhatsApp: 05621 80 68 0 • www.Hundsdorfer-Holzbau.de

# Fliesentisch und Streifen

Das sind Trends für Gartenmöbel

Cremeweiß oder Ivory: Solche Farben sind in diesem Jahr im modern bestückten Garten zu sehen, wenn es nach dem Verband der Deutschen Möbelindustrie geht. Der sieht solche hellen Töne bei Polsterbezügen für Gartenmöbel im Trend – ebenso wie eine markante Blockstreifen-Optik in maritimen Blau-Weiß.

### Streifen für den Garten

Überhaupt: Streifen. Auch laut dem Magazin „Schöner Wohnen“ sind die jetzt absolut angesagt im heimischen Garten und kommen als breite, vertikale Cabana-Streifen auf Sonnenschirmen, Poolliegen,

Handtüchern und Sitzkissen nach draußen.

Außerdem farblich im Trend: erdiges Braun und Terrakotta-Orange. „Der Retrotrend sprießt 2026 in allen nur möglichen Seventies-Farben auf unseren Terrassen und Balkonen und in unseren Gärten“, schreibt das Magazin.

### Fliesen für den Tisch

Aus früheren Jahrzehnten dürfte auch der Fliesentisch bekannt sein, wie er vielleicht im Wohnzimmer der Großeltern stand. Jetzt ziehen Beistelltische oder Konsolen mit gefliester Oberfläche in die Gärten. „Sie wirken reduziert, fast

skulptural, und bringen eine subtile Strenge mit sich“, schreibt „Schöner Wohnen“. Das sei „ein toller Kontrast vor allem für wilde Gärten und Balkone“.

Wer keine Fliesen mag, aber dennoch etwas Neues sucht: Laut dem Verband der Deutschen Möbelindustrie liegen runde Gartentische mit „einem eleganten Säulenfuß aus beschichtetem Aluminium“ im Trend. Angesagt sind demnach auch gepolsterte Stühlen auf zierlichen Gestellen. Luftige Seilgeflechte aus wetterfesten Fasern für die Arm- und Rückenlehnen sorgen für „ein angenehmes Urlaubsflair“.



Elegantes Cremeweiß und Ivory: Helle Polsterfarben setzen 2026 moderne Akzente im Garten. FOTO: DEDON/DPA

# Frohe Ostern

**WM**  
Küchen  
+ Ideen

*wünscht frahe Ostern!*

Hackwaldstraße 3  
35066 Frankenberg  
06455-7590108

[www.wm-kuechen.de](http://www.wm-kuechen.de)

**ÖLMÜHLE HAUBERN**  
Wir machen Speiseöle für Genießer

*Wir wünschen frohe Ostern!*

Wannweg 8 · 35066 Frankenberg-Haubern  
[www.oelmuehle-haubern.de](http://www.oelmuehle-haubern.de)

*Wir wünschen allen frohe Ostern*

**werk markt**  
**EISEN-FINGER**

35066 Frankenberg · Jahnstraße 22  
Tel. 06451 408050 · Fax 40800511  
[www.eisen-finger.de](http://www.eisen-finger.de)

**BERNHARDT'S**  
Regionaler Fleisch- und Wurstwarenhersteller

*Qualität vom Lande*

Regionale Fleisch und Wurstwaren! Überzeugen Sie sich von unserer großen Auswahl in unseren Filialen Hatzfeld, Allendorf und Bad Laasphe.

Oberau 16 · 35116 Hatzfeld-Eder  
Tel. 06467 201  
[info@bernhards-wurst.de](mailto:info@bernhards-wurst.de)  
[www.bernhards-wurst.de](http://www.bernhards-wurst.de)

Partyservice - eigene Herstellung  
Wurstwaren hausmacher Art

*Ein schönes Osterfest wünscht...*

**Das Beste aus dem Holzbachtal!**

**Metzgerei Fackiner**

Frankenberg  
Tel. 06451 408225

*Wir wünschen allen ein schönes Osterfest!*

**ÖSTERFEST!**

Forellen u. Lachsforellen aus der Region

[www.fischzucht-auetal.de](http://www.fischzucht-auetal.de)  
Bromskirchen  
Telefon 02984 1841

*Griechisches Restaurant*

**ATHOS**

*Wir wünschen allen ein schönes Osterfest!*

35066 Frankenberg  
Neustädter Str. 34-36 (Fußgängerzone)  
Tel. 06451 716709

**Öffnungszeiten:**  
Di - Fr: 17-22 Uhr  
Sa. 11.30-14 Uhr, 17-23 Uhr  
So. + Feiertage 11.30-14.30 Uhr, 17-21 Uhr  
[info@athos-restaurant-frankenberg.de](mailto:info@athos-restaurant-frankenberg.de)

**BOSCH Service**  
Car Service

**SCHLEITER**

**Autohaus Schleiter GmbH**  
35119 Rosenthal  
Telefon 06458 252  
[info@autohaus-schleiter.de](mailto:info@autohaus-schleiter.de)  
Tankstelle - Waschanlage  
Ladesäulen für E-Autos & E-Bikes

*Ein fröhliches Osterfest!*

**JAKOBI on Tour**

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen bei unseren schönen Reisen!

Zur Auliburg 15 · 35114 Löhnbach  
Tel. 06455 8476 · Fax 311977  
[www.jakobi-reisen.de](http://www.jakobi-reisen.de)

**EISCAFÉ MARTINI**  
FRANKENBERG

*Frühstücken*

*täglich frisches Eis aus eigener Herstellung*

Ihr Eiscafé Martini-Team freut sich auf Ihren Besuch!

Neustädter Straße 17  
Bahnhofstraße 27  
Frankenberg/Eder  
Tel. 06451 1655

Foto: PantherMedia / Elena Schweitzer

# Vom Osternest ab in die Tonne

Wohin mit gefärbten Ostereierschalen und kaputten Körbchen?

Wer für Ostern wiederverwendbare Deko kauft, Eier und Hasen liebevoll in haltbare Körbchen dekoriert und Geschenke fürs Osterfest in Tüchern oder Gläsern verpackt überreicht, handelt nachhaltig. So kann man Einwegmaterialien ersetzen und bereits beim Einkaufen Abfall einsparen. Dazu rät der Verband kommunaler Unternehmen (VKU).

Und wenn das Osterfest vorbei ist? Wohin kommen dann die übrigen Verpackungen, die Alufolie der Osterhäuschen, der verwelkte Osterstrauß und die alten Eierschalen? Wird der Abfall richtig getrennt entsorgt, können daraus neue Produkte entstehen. Recycling hilft wertvolle Ressourcen zu sparen sowie das Klima zu schützen, so die Initiative „Mülltrennung wirkt“. Tipps zur Mülltrennung rund ums Osterfest.



**Richtig entsorgen:** Glitzernde Alufolie von Schokohasen und Kunststoffverpackungen gehören in die Gelbe Tonne, während Papierverpackungen ins Altpapier wandern.

FOTO: ANNETTE RIEDL/DPA

man vorher dekorative Drähte, Kunststoffbänder oder Filzhasen entfernen.

## Wohin mit der Verpackung von Schoko-Osterhase und Co.?

Alle Verpackungen sollten leer in der richtigen Tonne landen. Denn Essens- und Produktreste können die Sortierung erschweren und das Recycling verhindern. In die Altpapier- tonne entsorgt man richtig unbeschichtetes Papier sowie Pappverpackungen, so „Mülltrennung wirkt“. Auch Eierkartons aus Papier sollten im Altpapier landen. Sind sie jedoch aus Kunststoff gehören sie in die Gelbe Tonne.

Bestehen Verpackungen aus verschiedenen Schichten, sollte man diese mit wenigen Handgriffen voneinander trennen und sortenrein entsorgen. Die einfache Vorbereitung hilft den Sortieranlagen bei ihrer Arbeit - und das steigert laut VKU die Recyclingqualität deutlich.

Befindet sich also ein Sichtfenster an der Pappverpackung, sollte man den Kunststoff vom Karton abtrennen und diesen in die Gelbe Tonne oder den Gelben Sack werfen. Dorthin gehören auch glitzernde Aluminiumfolien von Osterhasen und Ostereiern, Folienverpackungen von Pralinenei-

ern sowie Kunststoff-Verpackungen und -Tütchen von Bonbons oder Fruchtgummis.

Genauso sollte man leere Verpackungen aus Kunststoff der Farbesets in die Gelbe Tonne oder in den Gelben Sack werfen. Während beschichtete Farbbecher für einzelne Farben in den Restmüll landen sollten.

## Und was gehört noch in den Restmüll?

Wer ein Osterlamm oder Zopf im Ofen zubereitet, sollte dafür verwendetes Backpapier im Restmüll entsorgen - da es beschichtet ist, kann das Backpapier nicht recycelt werden. Auch gebrauchte, verschmierte Papierservietten und Papiertischtücher gehören in den Restmüll. Das gilt auch für beschichtetes oder stark glänzendes Geschenkpapier.

Übrigens: An Ostern kann mehr Abfall als sonst entstehen. Damit die Tonnen nicht überfüllt sind, lohnt es sich auf Hinweise der örtlichen Entsorger zu achten. Die Abfuhrtermine können sich rund um die Feiertage nämlich verschieben - oft werden Touren vorgezogen oder nachgeholt.

Oder man fährt selbst zum Wertstoffhof. Ein Blick auf die Internetseite des kommunalen Entsorgers lohnt sich. Rund um die Ostertage bieten viele erweiterte Öffnungszeiten an. dpa

## Wohin mit den Schalen gefärbter Ostereier?

Sind die Eierschalen leer, dürfen gefärbte Ostereier in die Biotonne. Aber nur, wenn sie nicht mit Glitzer, Folie oder anderer Deko geschmückt sind. Denn dann müssen sie in den Restmüll.

Verdorbene oder gekochte Eier gehören - egal, ob gefärbt oder nicht - entweder in den Restmüll oder in die Biotonne. Das ist laut VKU abhängig von

den Vorgaben der örtlichen Entsorger.

## Was passiert mit ausgedienten Osterkörbchen?

Bei Osternestern lohnt sich ein genauerer Blick. Kann man das Körbchen und das Ostergras für das nächste Osterfest noch aufheben? Wenn nicht, findet man auf der Verpackung meist Hinweise, woraus etwa

das Ostergras und das Körbchen besteht. Hier gilt laut „Mülltrennung wirkt“:

- Ostergras aus Papier gehört in die Altpapier- tonne
- Natürliches Ostergras aus Holzwolle kann in die Biotonne, genauso wie kaputte Körbchen aus unbehandeltem Weidenholz
- Ostergras aus Kunststoff kommt in den Restmüll, genauso wie ausgediente Häuschen aus Keramik oder Kunststoff

## Und was ist, wenn die Blumen die Köpfe hängen lassen?

Verwelkte Ostersträuße und abgeschnittene Zweige kommen in die Biotonne. Gibt es eine kommunale Grünschnittsammmlung oder einen Wertstoffhof, kann man die verblühten Blumen und Zweige laut VKU auch dort entsorgen. Damit das Grünzeug sauber kompostiert werden kann, muss

# ACH du dickes Ei!



**Lesen Sie 6 Wochen die HNA für nur 29,90 €.**

**Gutschein geschenkt.**



Coupon bitte per Post senden an: HNA Hessische/Niedersächsische Allgemeine Kundenservice · Frankfurter Straße 168 · 34121 Kassel

Ich bestelle die HNA 6 Wochen für nur 29,90 €.  
(inkl. gesetzl. USt.)

Ich bestelle:  das ePaper  Print inkl. ePaper

Ich wähle einen 5-€-Gutschein von:  ARAL  dm

Das Abonnement soll beginnen:  sofort  ab \_\_\_\_\_

**WEITERLESEN? JA – UND 125 EURO AUF MEIN KONTO!**

- Ja, ich möchte im Anschluss die HNA für mindestens 24 Monate weiterlesen:
- Print inkl. ePaper** – für derzeit 52,90 €/Monat.  
(Inklusive gesetzl. USt./Postzustellung 56,10 €/Monat)
- ePaper** – für derzeit 32,40 €/Monat. (Inklusive gesetzl. USt.)

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

E-Mail (wichtig für ePaper-Nutzung) \_\_\_\_\_

Ich erteile der Verlag Dierichs GmbH & Co. KG ein SEPA-Lastschriftmandat.

IBAN \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift (Kontoinhaber) \_\_\_\_\_

Ich bin damit einverstanden, dass mich die Verlag Dierichs GmbH & Co. KG und das Ippen Media Redaktionsnetzwerk über weitere interessante Angebote per E-Mail und Telefon informieren. Die Zustimmung kann ich jederzeit per E-Mail an kundenservice@hna.de mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Weitere Informationen erhalten Sie in unserer Datenschutzerklärung.

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

Ein vergünstigtes Angebot der HNA kann nur alle 6 Monate in Anspruch genommen werden und wird an Haushalte innerhalb unseres Verbreitungsgebietes zugestellt, in denen es noch kein Abonnement gibt. Es besteht keine Möglichkeit, mein befristetes Zeitungsabonnement zu unterbrechen. Meine Mandatsreferenz erhalte ich mit dem Begrüßungsschreiben/SEPA-Mandat. Amtsgericht Kassel: HRA 6739 Unsere geltenden allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie unter hna.de/agb



**hna.de/osternest** ☎ **0800 203-4567** (gebührenfrei)

**Jetzt bestellen:**



# TSV Odershausen mit stabilem Mitgliederbestand

Verein blickt anlässlich seiner Jahreshauptversammlung zuversichtlich in die Zukunft

Odershausen – Der TSV Odershausen hält ein breites Angebot bereit, berichtete Erster Vorsitzender Axel Finger auf der Jahreshauptversammlung. Es reicht von den verschiedenen Fußballmannschaften von den Bambini bis zu den Altherren über Kinderturnen und Entspannungseinheiten bis hin zu Fitness-Kursen in drei verschiedenen Altersklassen.

Sandra Viehmeier wurde einstimmig zur neuen Kassiererin des TSV gewählt. Der Vorsitzende dankte ihrem Vorgänger Hendrik Waid. Tanja Pfeil und Sascha Hartmann wurden als Beisitzer für die Vorstandstätigkeiten (ebenfalls jeweils einstimmig) gewählt.

Einige Übungsleiter gaben der Versammlung einen Einblick in das aktive sportliche Angebot, die Gruppenzusammensetzung und die weiteren Pflichten, die manchmal auch mit Schwierigkeiten verbunden sind. Grußworte des Orts-

vorsteher überbrachte vertretungsweise Ortsbeiratsmitglied Reiner Lock.

Ein besonderer Höhepunkt des Abends waren die Ehrungen langjähriger Mitglieder. Für 70 Jahre Vereinszugehörigkeit wurde Osswald Kohlepp, für 60-jährige Vereinszugehörigkeit wurden Heinrich Debes, Karl-Georg Frese, Klaus Koch und Jürgen Kohlepp und für 50-jährige Treue Wilbert Dehnert, Reiner Haufe, Friedhelm Helmetag, Uwe Helmetag, Michael Huneck, Dirk Kohlepp, Ralf Lock, Erich Syring, Herbert Viehmeier, Rüdiger Viehmeier und Gerd Wollmert mit Urkunden und Präsenten ausgezeichnet. Abschließend blickte der Verein optimistisch in die Zukunft. Mit einem stabilen Mitgliederstand, engagierten Ehrenamtlichen und geplanten Aktivitäten sieht sich der Sportverein gut aufgestellt für die kommenden Jahre.



Der TSV ehrte auf der Jahreshauptversammlung verdiente Mitglieder.

FOTO: TSV/PR

## Wir stärken die Schwächsten.

Bitte helfen Sie uns zu helfen – unterstützen Sie uns mit Ihrer Spende

[www.caritas-international.de](http://www.caritas-international.de)

Konto: DE88 6602 0500 0202 0202 02



### Auto-Ankäufe

**Suche für Export Pkw – Lkw – Busse**  
Unfallwagen, Motorschaden – alles anbieten!  
Siegener Str. 32, Frankenberg  
Telefon: 06451 7180360  
Mobil: 0151 14807332

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

### Landwirtschaft&Forsten

**Brennholz Buche und Eiche 60 €**  
25–30 cm, Tel. 0176 62681914

**Suchen Sie ein Zimmer, eine Wohnung, ein Haus?**

Eine Anzeige in Ihrer Zeitung hilft immer!

### Immowelt

Suche EFH in Burgwald und Umgebung, vorzugsweise unterkellert  
Telefon: 0178 4486474



### Verkauf

Waschmaschinen, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE  
Fa. TM-Store, Zur Timtenmühle 3,  
34466 Wolfhagen-Ippinghausen, 05692 9939472  
Mo.-Fr.: 10–18 Uhr, Sa.: 9–14 Uhr, [www.tm-store.de](http://www.tm-store.de)

### Ankauf

**Hr. Strauß sucht** Vorwerkstaubsauger, Porzellan, Gobelin, Bleikristall, Näh-/Schreibmaschinen, Zinn, Militärisch, Bestecke, Münzen, u. v. m. Tel. 0172 6774027

**Kaufe** Möbel, Lederwaren, Modeschmuck & Schmuck, Münzen, Besteck, Manschetten uvm.  
☎ 0176 1642 7416

### Stellenangebote



Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt zur Unterstützung unseres Teams in Korbach eine\*n

#### Mitarbeiter\*in in der Verwaltung (m/w/d)

Wir bieten Ihnen, befristet bis zum 31.05.2027, eine interessantes und abwechslungsreiches Aufgabengebiet im Umfang von 20 Std./Woche

#### Sozialarbeiter\*in, Sozialpädagogen\*in (m/w/d)

– in der Beratungsstelle für Schwangere und Schwangerschaftskonflikte  
befristet bis 31.07.2027 im Umfang von 27 Stunden/Woche  
am Hauptsitz in Korbach sowie in den Außenstellen Bad Arolsen, Frankenberg und Bad Wildungen

#### – in der Wohnungsnotfallhilfe

befristet bis 30.09.2027 im Umfang von bis zu 25 Stunden/Woche  
in der Außenstelle Frankenberg sowie in den Außenstellen Bad Arolsen, Bad Wildungen und dem Hauptsitz Korbach.

Die vollständigen Stellenausschreibungen finden Sie unter <https://www.dwwf.de/stellenangebote/>

[www.dwwf.de](http://www.dwwf.de)

# gesund leben

Besuchen Sie die Messe für ein gesundes und aktives Leben!

**18.04. und 19.04.2026**  
Kongress Palais Kassel

Mit Vorträgen, Fitnesskursen und Infoständen u.a. zu:

☘ ein starker Rücken ☘ mentale Gesundheit

☘ ausgewogene Ernährung

Tickets unter:

[gesundleben-messe.de](http://gesundleben-messe.de)



TICKETS & INFOS

Präsentiert von:



Medienpartner:



Angebote gültig vom 07.04. – 11.04.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!

**Logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

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

**-29%**  
**11,99** **10,99** \*\*  
11 = 1,10 €

Logo App

## Adorfer Schützen laden zum Schnadenzug



**Bereit für den nächsten Schnadenzug in Adorf:** (von links) Vorsitzender Christian Pohlmann (Pöhltsche), Oberst und Schnadenzugführer Wilhelm Pohlmann (Pöhltsche), 2. Vorsitzender Christian Pohlmann und Schützenkönig Rudi Jäger.

FOTO: SCHÜTZENGESELLSCHAFT ADORF/PR

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

**-20%**  
**15,99** **14,99** \*\*  
11 = 1,50 €

**Logo App**

**GRATIS COUPON!**  
für 2 Flaschen  
**Weißerhoher Bier**  
diverse Sorten,  
außer Bonator,  
2 x 0,5 l-Flasche,  
zzgl. 0,16 € Pfand

1) Ab einem Einkaufswert von 10 € gültig. Coupon ausschneiden und bis zum 11.04.2026 in einer logo Filiale einlösen. Pro Person kann nur ein Gutschein eingelöst werden.

**Lübzer Pils**  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
11 = 1,30 €

**-32%**  
**12,99**

**Maisel's Weisse**  
diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
11 = 1,50 €

**-25%**  
**14,99** **13,99** \*\*  
11 = 1,40 €

**Logo App**

**Würzburger Hofbräu Pilsner**  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
11 = 1,30 €

**-15%**  
**12,99**

**AKTIEN Bier**  
Zwick'l, Landbier,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
11 = 1,50 €

**-25%**  
**14,99** **13,99** \*\*  
11 = 1,40 €

**Logo App**

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

**-25%**  
**14,99** **13,99** \*\*  
11 = 1,40 €

**Logo App**

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

**-17%**  
**17,99** **14,99** \*\*  
11 = 1,50 €

**Carlsberg Lager Beer**  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
11 = 1,60 €

**-20%**  
**15,99** **14,99** \*\*  
11 = 1,50 €

**Logo App**

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

**-16%**  
**16,99** **14,99** \*\*  
11 = 1,50 €

**Logo App**

**Förstina Schorle, Vital**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,98 €

**ANGEBOT**  
**8,79** **7,99** \*\*  
11 = 0,89 €

**Logo App**

**Coca-Cola Kombikasten**  
teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
11 = 1,50 €

**-16%**  
**16,99** **14,99** \*\*  
11 = 1,33 €

**Logo App**

**Heil Apfelsaft, Apfelwein\***  
diverse Sorten,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,55 € Pfand,  
11 = 1,50 €

**ANGEBOT**  
**8,99**

**+ 1 Flasche GRATIS!**  
Entspricht einem Kastenpreis von 7,71 €.

**Leikeim Cola-Mix**  
koffeinhaltig,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
11 = 1,00 €

**-23%**  
**9,99**

**Havana Club & Cola**  
koffeinhaltig,  
0,33 l-Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
11 = 6,03 €

**-33%**  
**1,99**

**MM Extra Sekt**  
trocken,  
0,75 l-Flasche,  
11 = 4,65 €

**-27%**  
**3,49**

**Grand Sud**  
diverse Sorten,  
1 l-Flasche,  
11 = 3,49 €

**-30%**  
**3,49**

**Rüdesheimer Burgweg**  
Riesling trocken,  
**Hochheimer Daubhaus**  
Riesling halbtrocken,  
0,75 l-Flasche,  
11 = 5,32 €

**-27%**  
**3,99**

**Residenz Quelle Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
11 = 0,61 €

**-21%**  
**5,49**

**Logo App**

**Gerolsteiner Mineralwasser**  
diverse Sorten,  
2 Kasten à 12 x 1 l,  
zzgl. 6,60 € Pfand,  
11 = 0,54 €

**Aktion!**  
**DOPPEL-KASTEN!**

**-24%**  
**12,98** **10,98** \*\*  
11 = 0,46 €

**Logo App**

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

**-21%**  
**5,49** **4,99** \*\*  
11 = 6,65 €

**Logo App**

**Finlandia Vodka**  
0,7 l-Flasche,  
11 = 14,27 €

**-23%**  
**9,99**

**+ 1 TWENTYFOUR 7 Energy oder Zero 0,25 l-Dose GRATIS!**  
zzgl. 0,25 € Pfand

**Wir haben den Award!**  
Haben Sie die App?

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

**Logo App**

**Logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**ntv**  
**DEUTSCHER APP-AWARD 2026**  
Gesamtbester Getränke-Mark-Apps  
Kundenwahl zu 4 Anbiotern: otto.de  
DEUTSCHES INSTITUT FÜR SERVICE-QUALITÄT  
www.difq.de

**Logo App**

**1x Teufel Soundbar**

**Diemelsee-Adorf** – Die Schützengesellschaft 1514 Adorf lädt am Sonntag, 12. April, zum traditionellen Schnadenzug ein. In diesem Jahr führt der Weg durch die Adorfer Gemarkung vom Treffpunkt Detmecke bis zum Maibusch.

Los geht es um 8.45 Uhr in der Detmecke, wo zunächst die Rheneberger Abordnung empfangen wird und eine kurze Andacht stattfindet. Um 9.15 Uhr beginnt der Marsch Richtung Werbel, wo gegen 12 Uhr eine Rast eingelegt und Gäste aus Padberg begrüßt werden. Weiter geht es entlang der Padberger Grenze zum Watersberg – dort stoßen gegen 13.30 Uhr Teilnehmer aus Giershagen dazu. Gegen 14.45 Uhr wird der Maibusch erreicht, wo der Tag mit Gegrilltem und Kaltgetränken ausklingt. Bei Regen findet der Abschluss im Schützenhaus statt.

Die Geschützgruppe St. Johannis begleitet den Zug. Wer den Watersberg nicht zu Fuß bewältigen kann, kann einen Shuttle-Service nutzen. Familien sind ausdrücklich willkommen.

Nach alter Tradition begeht die Schützengesellschaft ein Jahr vor ihrem großen Freischießen einen Schnadengang, bei dem ein Teilabschnitt der Adorfer Gemarkung abgeschnitten wird. Die Planungen für das große Heimatfest vom 3. bis 5. Juli 2027 laufen bereits auf Hochtouren.

lb



Schnadenzug in Adorf

PR

## Workshop über den Weltraum

**Waldeck-Frankenberg** – Kinder haben großes Interesse daran, die Welt zu erforschen. Dabei kommen sie ständig mit naturwissenschaftlichen Phänomenen und technischen Fragen in Berührung. Das Fortbildungsprogramm der IHK-Forscherkids unterstützt pädagogisches Fachpersonal dabei, naturwissenschaftliche und technische Zusammenhänge des Alltags begreifbar zu machen und den Forschergeist der Kinder zu fördern. Das teilte die IHK mit.

Für den Kreis Waldeck-Frankenberg bietet das Netzwerk am Dienstag, 5. Mai, von 14.30 bis 18.30 Uhr, den Workshop „Abenteuer Weltraum“ an. Veranstaltungsort ist der Forscherkids-Forscher- und Entdeckerraum, Korbacher Straße 13a, in Vöhl-Dorffter.

Die Industrie- und Handelskammer (IHK) Kassel-Marburg engagiert sich mit dem Netz-

werk IHK-Forscherkids im Rahmen der bundesweiten Initiative, die Welt zu erforschen. „Stiftung Kinderforscher“ für die Bildung von Mädchen und Jungen im Kita- und Grundschulalter in Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik.

„Das frühzeitige Entwickeln von Interessen und Talenten in den MINT-Fächern fördert eine positive Grundeinstellung der Kinder gegenüber naturwissenschaftlichen und technischen Fragestellungen“, betont Eduard Faber, Leiter des Servicezentrums Waldeck-Frankenberg der IHK Kassel-Marburg. „Langfristig ist dies ein wichtiger Baustein der Fachkräftesicherung in der Natur- und Ingenieurwissenschaften“, sagt er.

**Anmeldung** und Informationen zu dem Workshop bei Anja Jesinghausen, IHK-Servicezentrum Waldeck-Frankenberg, Tel. 05631/9503-12, oder E-Mail: jesinghausen@kassel.ihk.de

# Alltag mit Allergie

So verstehen Sie Ihren Heuschnupfen besser

Hatschi! Jetzt im Frühling müssen Sie wieder niesen - und zwar so oft hintereinander, dass es Sie durchschüttelt? Willkommen in der Pollensaison!

Heuschnupfen ist hierzulande die häufigste Allergie: Schätzungsweise 15 von 100 Erwachsenen sind laut dem Portal „gesund.bund.de“ davon betroffen, Frauen etwas häufiger als Männer. Immerhin: Ein paar Dinge können Betroffene tun, um besser mit ihrer Pollenallergie zu leben. Sieben Fragen und Antworten.

## Warum raten Experten davon ab, Heuschnupfen zu ignorieren?

Aus gleich mehreren Gründen ist es keine gute Idee, bei einer Pollenallergie gar nicht aktiv zu werden. Der Allergologe Prof. Torsten Zuberbier von der Berliner Charité zählt auf:

■ Aus einer unbehandelten Pollenallergie kann sich mit der Zeit ein allergisches Asthma mit Atemnot, starkem Husten und Engegefühl in der Brust entwickeln.

■ Die Leistungsfähigkeit in Job oder Schule kann einen Knick erleiden. Das liegt auch daran, dass der Schlaf oft schlechter ausfällt.

■ Es drohen gefährliche Situationen, etwa im Straßenverkehr. „Wenn Sie plötzlich niesen, schließen Sie die Augen. Das ist ein Reflex. Wenn das auf einer Landstraße in der Kurve passiert, kann es das letzte Mal gewesen sein“, sagt Torsten Zuberbier.

## Was passiert überhaupt bei einer Pollenallergie im Körper?

Unser Immunsystem meint es einfach nur gut mit uns, schießt dabei aber über das Ziel hinaus. Konkret deutet es Blütenstaub bzw. die darin enthaltenen Eiweiße fälschlicherweise als Gefahr, wenn sie auf unseren Schleimhäuten landen – und wehrt sich dagegen. Dabei kommt es zur Ausschüttung des Botenstoffs Histamin, das die klassischen Allergiesymptome auslöst.

## Was sind typische Symptome?

„Wenn ich gerötete, juckende Augen, Niesreiz und eine laufende Nase habe, vielleicht auch ein Kratzen im Hals, spricht das für eine Pollenallergie“, sagt Torsten Zuberbier, der Vorsitzende der Europäischen Stiftung für Allergieforschung Ecarf ist.

Der Verdacht erhärtet sich umso mehr, wenn die Symptome nicht nach wenigen Tagen wieder verschwinden und vor allem, wenn sie stets in einem bestimmten Zeitraum im Jahr und vor allem draußen auftreten.

Wer auf Frühblüher wie Hasel und Erle reagiert, kann – abhängig von der Witterung – schon ab Februar Symptome erleiden, im März kommt dann die Birke hinzu. Die Hauptsaison für eine Allergie gegen Gräserpollen setzt im Mai ein und dauert etwa bis Ende Juli, so der Deutsche Allergie- und Asthmabund (DAAB).



Der Rachen kribbelt, die Nase läuft, die Augen jucken: Wer Heuschnupfen hat, kann den Frühling nicht so gut genießen.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA

## Wo und wie kann ich abklären lassen, ob es Heuschnupfen ist?

Hier ist ein Facharzt oder eine Fachärztin mit der Zusatzbezeichnung Allergologie die richtige Adresse. Typischerweise sind das Haus-, Haut-, HNO- oder Lungenärzte.

Wer dort gut vorbereitet aufkreuzen möchte, kann vorab eine Zeit lang ein Allergie-Tagebuch führen, also festhalten: Wann genau hatte ich welche Beschwerden? Nutzen kann man dafür eine Vorlage des Allergieinformationsdienstes.

Bei der Diagnostik führt Arzt oder Ärztin in der Regel einen sogenannten Prick-Test durch – bringt also Lösungen mit verschiedenen Allergenen in die Haut ein. Liefert diese Untersuchung kein klares Ergebnis, schließt sich eine Blutuntersuchung an. Dabei wird geprüft, ob darin bestimmte Antikörper nachweisbar sind.

## Wie können Medikamente helfen?

Medikamente können eine Pollenallergie an sich nicht wegzaubern, aber sie können die Symptome lindern. So wird Durchatmen möglich – oder ein Spaziergang durchs Grün, ohne dass die Augen wie wild jucken. Zwei Medikamentengruppen sind für Pollenallergiker relevant, wobei es auch eine Kombination beider gibt.

■ Antihistaminika Antihistaminika gibt es als Tabletten, Nasenspray oder Augentropfen. Der jeweilige Wirkstoff unterbindet die allergischen Reaktionen, indem er dafür sorgt, dass der Botenstoff Histamin nicht andocken kann. Das lindert Beschwerden wie juckende Augen, Niesanfalle oder kribbelnde Schleimhäute.

■ Kortisonhaltige Nasensprays Bei einer verstopften Nase hingegen sind Nasensprays mit dem Wirkstoff Kortison meist hilfreicher als Antihistaminika. „Es wirkt auf alle Entzündungsreaktionen in der Nasenschleimhaut ein, führt also dazu, dass die Abwehrzellen insgesamt weniger aktiv sind“, sagt Torsten Zuberbier.

Viele greifen nur bei Bedarf zu Allergiemedikamenten – so wie man es von der Kopfschmerztablette kennt. Das bringt Allergologe Zuberbier zufolge einen Nachteil mit sich: „So laufen Sie dem Geschehen hinterher. Denn: Die Histamin-Rezeptoren werden immer empfindlicher und damit werden die Beschwerden stärker im Laufe der Zeit.“ Besser: In der Allergiesaison jeden Tag zu Tablette oder Spray greifen.

Übrigens: Bei leichteren Beschwerden am Auge reichen womöglich schon Tränenersatzmittel aus. Sie befeuchten die Augen und helfen dabei, Pollen auszuspülen. „Wichtig ist aber, möglichst konservierungsmittelfreie Präparate zu verwenden“, rät Seaman Bedar, ärztlicher Leiter des OSG Augenzentrums Siegburg. Konservierungsmittel können das Auge nämlich reizen und die Beschwerden noch verschlimmern.

■ Welche Verhaltenstipps kann ich im Alltag ausprobieren? Die schlechte Nachricht: Pollen finden immer irgendwie den Weg ins Zuhause. Allergiker können daher die Anschaffung eines Luftreinigers erwägen, der die Pollenkonzentration im Raum reduziert. Zusätzlich wird das Zuhause mit folgenden Handgriffen, zu denen der DAAB rät, etwas pollenfreier:

## Welche Verhaltenstipps kann ich im Alltag ausprobieren?

■ Pollenschutzgitter an den Fenstern anbringen. Gut zu wissen: Für einen ausreichenden Luftaustausch muss man dann etwas länger lüften.

■ Bettwäsche und andere Textilien in der Wohnung häufiger waschen als sonst. Vorsicht: Bei starkem Pollenflug hängt man sie aber besser nicht auf die Wäscheleine draußen.



Endlich wieder durchatmen! Ist die Nase aufgrund der Pollenallergie ständig verstopft, können kortisonhaltige Nasensprays Linderung bringen.

FOTO: BERND DIEKJOBST/DPA

■ Weil sich Pollen auf Möbeln und dem Boden ansammeln, macht hier häufigeres Wischen Sinn.

■ Damit möglichst wenig Pollen den Weg ins Bett finden, sollte man sich außerhalb des Schlafzimmers umziehen und am Abend die Haare waschen.

■ Prüfen sollten Allergikerinnen und Allergiker auch, welche Blumen sie sich ins Haus holen – vor allem, wenn es Feldblumen sind. Wer auf Beifuß reagiert, hat oft auch mit verwandten Pflanzen wie Sonnenblumen oder Goldrute Probleme, erklärt das Portal „Klima Mensch Gesundheit“ des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit.

■ Es gibt zudem Torsten Zuberbier zufolge erste wissenschaftliche Erkenntnisse, dass eine ballaststoffreiche, ausgewogene Ernährung bei Allergien von Vorteil ist.

## Was muss ich über eine Hyposensibilisierung wissen?

Medikamente behandeln bloß die Symptome. Es gibt mit

der spezifischen Immuntherapie – auch Hyposensibilisierung genannt – aber eine Behandlung, die an der Ursache ansetzt.

Der Plan: Der Körper soll sich an das Allergen gewöhnen, indem er regelmäßig – per Spritze oder als Tropfen unter der Zunge – in Kontakt mit einer geringen Menge davon kommt. Dieser Prozess dauert rund drei Jahre. Mit der Zeit lernt das Immunsystem, beim Kontakt mit Pollen nicht direkt „Alarmstufe Rot“ zu signalisieren.

Bei anderen Allergien – etwa gegen Bienen- oder Wespengift – funktioniert eine spezifische Immuntherapie sehr gut, so Torsten Zuberbier. Auch bei Heuschnupfen kann die Therapie einen Unterschied machen, also die Symptome so sehr lindern, dass Betroffene weniger oder keine Medikamente mehr brauchen.

Es gibt allerdings ein „Aber“. „Der Erfolg hängt davon ab, wie gut die Therapie auf die individuelle Allergieausprägung abgestimmt ist“, sagt der Allergologe. „Es gibt zum Beispiel bei der Birke verschiedene Unter-

allergene, die sollten vorab geprüft werden. Nur dann ist die Hyposensibilisierung mit hoher Wahrscheinlichkeit auch erfolgreich.“ Eine Hyposensibilisierung kann also nur gelingen, wenn es vorher eine gute Diagnostik gab.

## Letztes Jahr ging es mit dem Heuschnupfen, dieses Jahr ist's schlimmer. Verändert sich meine Allergie?

Nicht unbedingt. Meist liegt die Erklärung, warum sich die Pollenallergie gefühlt verändert, eher im Außen. Jede Saison ist anders. „Es hängt von der Menge des Pollenflugs ab, vom Wind, aber auch von der Luftfeuchtigkeit, die wiederum eine Rolle dabei spielt, wie sehr die Pollen platzen und das Allergen freisetzen“, zählt Torsten Zuberbier auf.

Übrigens: Wird man auch zu Hause immer wieder von Niesanfällen oder einer verstopften Nase geplagt, gibt es womöglich noch eine weitere Allergie – etwa gegen Hausstaubmilben.

tmm

## „Für viele Menschen ein wichtiger Halt“

Korbach – Der ökumenische ambulante Hospizdienst in Korbach erweitert sein Unterstützungsangebot für schwer erkrankte Menschen und deren Angehörige. Gemeinsam mit der Praxis für Onkologie (Krebsheilkunde) Tammoscheit wurde Miriam Osterhold für eine enge Zusammenarbeit gewonnen. Im Rahmen ihrer Weiterbildung zur Psycho-Onkologin bietet sie in den Räumen des Hospizdienstes ein neues Beratungsangebot.

Die offene psychoonkologische Sprechstunde findet jeden Montag von 15 bis 17 Uhr im Büro des Hospizdienstes im Krankenhaus Korbach statt. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig. Die Sprechstunde richtet sich an Menschen, die sich in einer neuen gesundheitlichen oder persönlichen Lebenssituation orientieren müssen. Es geht um Unterstützung im Umgang mit Ängsten, Sorgen oder depressiven Verstimmungen sowie um die Stärkung der persönlichen Ressourcen für den Alltag. Auch Angehörige sind ausdrücklich eingeladen, das Angebot wahrzunehmen.

Der Hospizdienst und Facharzt Kai Tammoscheit sehen die Zusammenarbeit mit Miriam Osterhold als große Bereicherung. „Medizin kann Tumore behandeln, aber Psychoonkologie hilft Menschen, mit der Erkrankung zu leben. Ohne die seelische Stabilisierung verlieren viele Patienten die Kraft, die sie für die Therapie brauchen“, so Kai Tammoscheit.

# Sauerstoffdusche fürs Gehirn

Bernd Stelter gastiert am 24. April in Korbach



Lachen statt ärgern ist das Ziel von Kabarettist Bernd Stelter.

FOTO: A.S.S. CONCERTS

Korbach – Der Kabarettist Bernd Stelter präsentiert am Freitag, 24. April, um 20 Uhr in der Korbacher Stadthalle, sein neues Programm „Reg' dich nicht auf. Gibt nur Falten!“ Veranstalter ist die Kreis- und Hansestadt Korbach. „Es gibt eine Menge zu lachen. In zwei Stunden werden Falten geglättet, das Hautbild verbessert und die Mundwinkel nach oben gezogen. Es ist quasi eine Zwei-Stunden-Beautybehandlung ganz ohne Botox und lästige Schönheitschirurgie“, heißt es in der Ankündigung. In dem Programm geht es darum,

wortüber wir uns nicht alles aufregen. Über das Knöllchen an der Windschutzscheibe, die langsame Kassiererin an der Supermarktkasse, über die Bundesregierung und über das Wetter. Bei Ärger grabe sich die Glabellafalte zwischen den Augenbrauen tief in unsere Haut. Deswegen heiße sie Zornesfalte, wird erklärt. Mit einem Lächeln im Gesicht würden wir für unsere Mitmenschen attraktiver. Die Lunge werde trainiert, das Gehirn erhalte eine Sauerstoffdusche. Tickets für die Vorstellung kosten 37,20 Euro und sind im Vorverkauf bei der Korbach-Information, Prof-Bier-Straße 15, in Korbach, oder online unter [korbach.reservix.de](http://korbach.reservix.de) erhältlich.

## Landkreis sucht Denkmale für Aktionstag

Waldeck-Frankenberg – „Wir bauen auf Kultur“ lautet das Motto des diesjährigen „Tags des offenen Denkmals“, der am 13. September, stattfindet. Die Untere Denkmalschutzbehörde des Landkreises ruft Denkmaleigentümer, Vereine und Initiativen dazu auf, sich an der Aktion zu beteiligen. Anmeldungen sind bis einschließlich 30. Juni online über die Website [tag-des-offenen-denkmals.de](http://tag-des-offenen-denkmals.de)

möglich. Nach einer Registrierung können dort die Daten zum Denkmal eingegeben werden. Die Veranstaltung am „Tag des offenen Denkmals“ erscheint dann im bundesweiten Programm auf der Website der Deutschen Stiftung Denkmalschutz und in der entsprechenden App. Ziel ist es, Geschichte zu vermitteln und Orte der Öffentlichkeit zugänglich zu machen, die sonst vielleicht ver-

schlossen bleiben. Infrage kommen private Objekte ebenso wie Bahnhöfe, Brücken, Bunker, Schlösser, Museen, Ruinen oder archäologische Fundstellen. Bei Fragen steht die Deutsche Stiftung Denkmalschutz unter der Telefonhotline 0228 9091-442 montags bis donnerstags von 10 bis 13 Uhr oder unter der E-Mail [info@tag-des-offenen-denkmals.de](mailto:info@tag-des-offenen-denkmals.de) zur Verfügung.



Die Flugschau der Greifenwarte Edersee im WildtierPark ist einer der Publikumsmagneten. FOTO: ALINA HARTWIG / ARRHART

## Nationalpark startet in die Sommersaison

Eiersuche und Rabattaktion

Bad Wildungen – Für die Nationalpark-Einrichtungen hat die Sommersaison begonnen. Das NationalparkZentrum Kellerwald in Vöhl-Herzhausen und die KellerwaldUhr in Franckenau können fortan täglich von 10 bis 18 Uhr besucht werden. Das BuchenHaus und der WildtierPark Edersee in Hemfurth öffnen täglich von 9 bis 18 Uhr die Türen für die Gäste. Letzter Einlass in den WildtierPark ist um 17 Uhr. Die Greifvögel der Greifenwarte Edersee können dienstags bis sonntags sowie an allen Feiertagen um 11 Uhr und um 15 Uhr vor der Kullisse von Schloss Waldeck, dem Edersee sowie mit Blick auf den Nationalpark beobachtet werden. Fällt ein Feiertag auf einen Montag, findet am nächsten Werktag keine Flugschau statt.

An Ostersonntag und Ostermontag können sich kleine und große Besucher des WildtierParks auf Eiersuche begeben. Im gesamten Park sind Ostereier versteckt, die es zu

finden und zu zählen gilt. Unter allen Teilnehmenden, die die richtige Anzahl der gefundenen Ostereier im Kassenbereich notieren, werden drei Falknermomente mit der Greifenwarte Edersee verlost. Weitere Informationen zur Teilnahme gibt es im BuchenHaus. Ferner lädt die Greifenwarte an beiden Feiertagen zu einer kostenfreien Bastelaktion ein.

Das NationalparkZentrum Kellerwald ist zudem Teil der Rabattaktion in den regionalen Besuchereinrichtungen, an der sich bislang der WildtierPark Edersee, das Besucherzentrum Edersee sowie der Baumkronenweg Edersee beteiligen. Beim Kauf einer Einzelkarte in einer der teilnehmenden Einrichtungen erhalten Besucherinnen und Besucher einen Kassenbon, gegen dessen Vorlage ein Rabatt beim Besuch der jeweils anderen Einrichtungen gewährt wird. Der Rabatt ist für ein Jahr ab Ausstellung des Kassenbons gültig.

# Wenn Küche, dann richtig!

Jetzt Planungstermin mit unseren Küchen- und Einrichtungsberatern vereinbaren!



Möbelkreis Waldeck GmbH & Co. Ausstattungshaus KG  
Sachsenhäuser Str. 18 · 34497 KB-Meininghausen  
Di-Fr 9 - 18 Uhr, Sa 9 - 17 Uhr, Mo geschlossen



**MÜBELKREIS**® KÜCHE & EINRICHTEN

Korbach-Meininghausen · [www.moebelkreis.de](http://www.moebelkreis.de)