

Trauringstudio Große Auswahl an Trauringen und Antragsringen!

Gold Seriöser An- und Verkauf
Ankauf von Gold, Silber, Zahngold, Goldbarren, Münzen u. v. m. sowie Verkauf von Goldbarren und Münzen als Wertanlage!

Juwelier LEXA
Uhren & Meister-Goldschmiede

Neustädter Straße 1
35066 Frankenberg
Tel.: 06451 22966
info@juwelier-lexa.de

HEIMAT NACHRICHTEN
FRANKENBERG

FACHZENTRUM
MALERWEISTERBETRIEB
alessandro SCHMIDT
EXKLUSIVE TABULE
MEHR ALS FARBE
SCANNEN
ONLINE TERMIN BUCHEN
05682 / 4999

Seit 2021 • Nr. 33

15. August 2026

Wacholderheide kehrt Schritt für Schritt zurück

Löhlbachs Einsatz für Landschaftspflege neben dem Sportplatz trägt weitere Früchte

Löhlbach – Auf den Flächen neben dem Sportplatz in Löhlbach hat sich in den vergangenen Jahren Erstaunliches getan. Wo noch vor einigen Jahren ein dichtes, undurchdringliches Dickicht aus Fichten, Kiefern, Faulbäumen, Pappeln und Brombeeren das Bild bestimmte, erstrahlt nun wieder eine historische Kulturlandschaft.

Dank des tatkräftigen Einsatzes lokaler Initiativen und des Landschaftspflegeverbandes Waldeck-Frankenberg (LPV) kehrt die wertvolle Wacholderheide schrittweise ans Licht zurück.

Was heute wie ein professionelles Großprojekt wirkt, begann ursprünglich in liebevoller Handarbeit. Wie sich viele Löhlbacher noch gut erinnern können, gab der örtliche Heimat- und Dorfverein den ersten Anstoß für die Rettung der zugewachsenen Fläche. Doch je sichtbarer die alte Heide wurde, desto klarer zeichnete sich

ab: Um den enormen Projektumfang dauerhaft zu bewältigen und den Gehölzen langfristig Herr zu werden, brauchte es professionelle Unterstützung und schweres Gerät.

Hier kam der Landschaftspflegeverband Waldeck-Frankenberg ins Spiel. Der LPV übernahm die strategische Planung, sicherte die notwendigen Ressourcen von der oberen Naturschutzbehörde und koordinier-

te den maschinellen Einsatz, um das historische Biotop schrittweise freizustellen. Doch mit dem reinen Abholzen war es nicht getan – die größte Herausforderung bestand darin, die Fläche dauerhaft offen zu halten.

Dafür organisierte der Landschaftspflegeverband in enger Zusammenarbeit mit lokalen Beweidern eine naturschutzorientierte Beweidung. „Dieser

Einsatz zahlt sich mittlerweile spürbar aus: Ein tierischer Mix aus Schafen und Ziegen – allesamt alte, robuste Haustierrassen – hält den neuen Bewuchs seither im Zaum“, erläutert die zuständige Projektmitarbeiterin Laura Lachenicht vom LPV. Weil die Vierbeiner junge Triebe unermüdlich abfressen, erübrigt sich der Einsatz schwerer Maschinen fast vollständig; es muss nur noch vereinzelt per

Hand nachgearbeitet werden.

Unter der Regie des LPV wurde das Projektareal sukzessive erweitert. Das Ergebnis ist eine halboffene Heidelandschaft, die nicht nur ökologisch von unschätzbarem Wert ist, sondern auch ein geradezu romantisches Landschaftsbild abgibt.

Dass die Natur die Bemühungen dankbar annimmt, zeigt der jüngste, lang ersehnte Erfolg wie der Geschäftsführer

des LPV, Carsten Müller erklärt: „Auf den freigestellten, nährstoffarmen Böden breitet sich das charakteristische Heidekraut wieder eigenständig aus. Ein deutliches Zeichen dafür, dass das Gemeinschaftsprojekt von Dorfverein, Beweidern und Landschaftspflegeverband die biologische Vielfalt erfolgreich nach Löhlbach zurückgebracht hat.“

nh/sub



Alte Haustierrassen fressen die jungen Triebe ab und halten den Bewuchs im Zaum.

FOTO: LPV

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

Werz
100+
★★★★★
WERZ IMMOBILIEN
www.immowertz.de 0157 87 179 666

Sie wollen Ihre Immobilie verkaufen?

Wir übernehmen alles:

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

... damit Ihr Verkauf ein Erfolg wird.

Jetzt kostenlosen Beratungstermin sichern!

06451 7462955

4Raum
IMMOBILIENSERVICE

SOMMERSCHLUSSVERKAUF

bis zu **50%**
auf Ausstellungsstücke:
GARTENMÖBEL + SONNENSCHIRME
Nur solange der Vorrat reicht

werk markt
EISEN-FINGER
Jahnstraße 22 · 35066 Frankenberg · Tel.: 06451 40805-0 · www.eisen-finger.de

Mal in die Luft gehen

Luftsportverein feiert sein 60-jähriges Bestehen mit Flugplatzfest



Sie laden ein zum Flugplatzfest: (von links) Samuel Roos, Stefan Schulte, Philip Müller sowie Mareike und Dieter Runte vom Planungsteam des Luftsportvereins Ederbergland mit dem Vereinsflugzeug vom Typ Cessna.

FOTO: THOMAS HOFFMEISTER

Allendorf/Eder – Einführungsflüge, Informationen zur Piloten-Ausbildung, Helikopter-Simulator sowie abends Inliner-, Rollschuh- und Fahrradfahren auf der beleuchteten Start-Landebahn: Das sind einige Höhepunkte aus dem Programm eines Flugplatzfestes, das der Luftsportverein Ederbergland für Samstag, 15. August, ab 12 Uhr auf die Beine gestellt hat. Der Verein, der auf dem Allen-

dorfer Viessmann-Flugplatz zu Hause ist, feiert in diesem Jahr sein 60-jähriges Bestehen.

246 Mitglieder hat der Luftsportverein Ederbergland aktuell, sucht jedoch Nachwuchs. Jugendliche dürfen bereits ab einem Alter von 14 Jahren mit einer Ausbildung für die Segelflug-Lizenz beginnen. Ab 15 Jahren darf man – nach bestandener Prüfung – allein ein Segelflugzeug fliegen. Auch für Ul-

traleicht- und Motorflugzeuge bietet der Luftsportverein den Erwerb entsprechender Pilotenlizenzen an. Der Verein besitzt zwei Motor- und zwei Ultraleichtflugzeuge sowie ein zweisitziges Segelflugzeug mit Hilfsmotor, das ohne fremde Hilfe starten kann. Bei Einführungsflügen kann man beim Flugplatzfest in eine Cessna oder Piper klettern und sich von erfahrenen Piloten des

Luftsportvereins gegen ein Entgelt von 40 Euro pro Person die Heimat aus der Vogelperspektive zeigen lassen. An Info-Ständen werden Mitglieder des Luftsportvereins über die fliegerische Ausbildung informieren. Mit einem Hubschrauber-Simulator wird ein Team des Fördervereins der Rettungsflyer des Hubschraubers „Christoph 7“ aus Kassel nach Allendorf kommen. Wenn das Wetter

mitspielt, werden am Nachmittag auch Fallschirmsprünge zu sehen sein. Ein Mehrzweckflugzeug vom Typ Antonov An-2 wird auf dem Flugplatz landen und zu bestaunen sein.

Für kleine Besucher gibt es Kinderschminken und eine Hüpfburg. Modellflug-Vorführungen sind geplant. Für Verpflegung wird gesorgt, unter anderem mit einem Pizza-Wagen. Ab etwa 21 Uhr kann man

auf der beleuchteten Start- und Landebahn des Allendorfer Flugplatzes Inliner, Skateboard oder Fahrrad fahren. Ein DJ sorgt für Musik. Über die Geschichte des Luftsportvereins, der früher große Flugtage mit vielen Besuchern veranstaltete und mit Simon Briel sogar einen Junioren-Weltmeister im Segelfliegen hervorbrachte, kann man sich auf Schautafeln informieren.

off

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:

- **Battenberg**
Dodenau
Frohnhausen
- **Frankenberg**
Viermünden

- **Hatzfeld**
Stadt

(Mindestalter 13 Jahre)

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

Verschiedenes

Feuerlöscher* liefert, prüft, füllt

Schäfer-Feuerschutz

Friedhelm Schäfer
Sandweg 5, 35119 Rosenthal
Mobil 0171 3348574
schaefer-feuerschutz@web.de
Fachbetrieb für Wartung und Instandsetzung von Feuerlöschern aller Fabrikate.
Neue Feuerlöscher mit Aufladetechnik (CO₂-Patrone) – Made in Germany
Wir liefern Ihnen frei Haus
z. B. einen mit 6 kg ABC-Pulver
15 LE für **99,00 €**

Mit Verachtung oder mit Menschen?

MISERIOR
IHR HILFSWERK

MIT MENSCHEN.

Foto: B. J. J. J.

Seniorennachmittag mit Handarbeitsbasar

Am 12. September für das Obere Edertal

Bromskirchen – In diesem Jahr bieten die DRK-Seniorenclubs im Oberen Edertal bereits zum 13. Mal gemeinsam einen unterhaltsamen Nachmittag mit Kaffee, Kuchen, herzhaften Speisen und einem Unterhaltungsprogramm für alle Interessierten an.

Die Veranstaltung findet am Samstag, 12. September, ab 14 Uhr, in der Festhalle Bromskirchen statt, die bestuhlt und beheizt sein wird, wie die Veranstalter ankündigen.

An dem Nachmittag wird auch der Basar des DRK-Kreisverbandes „Was alte Hände schaffen“ vor Ort angeboten.

Der Erlös des Basars kommt

älteren Menschen in der Region zugute, die bedürftig sind.

Für die Fahrt zu dem Seniorennachmittag werden Busse eingesetzt. Um weiter planen zu können, sind dafür Anmeldungen bereits jetzt bei der jeweiligen Clubleitung oder im DRK-Kreisverband möglich.

Im Bus wird ein Eigenanteil von 14 Euro pro Person kassiert. Die Stadt Battenberg, die Stadt Hatzfeld und die Gemeinde Allendorf/Eder fördern den Nachmittag auf verschiedene Art und Weise.

Weitere Infos bei Regine Frese und unter der Nummer: 06451/722749.

nh/jpa



nh-wochenzeitungen.de
IMPRESSUM

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

Geschäftsführer: Frank Schmid

Redaktion: Frank Schmid (V.i.S.d.P.)
Tel.: 06451/723313
E-Mail: redaktion@dka-kassel.de

Anzeigenverkauf:
Miriam Donert (Leitung)
Tel.: 06451/723313
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Vertrieb / Zustellung: VTS Süd GmbH
Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel,
Tel.: 05 61 / 203 - 23 23
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.

Mit Mopeds durch das Ederbergland

2. Dodenauer Ederbergland Mopedmarathon am 11. und 12. September



Sie laden zum Mopedmarathon ein: Die Zündappfreunde Dodenau mit (von links) Nils Pasler, Dietmar Müller, Stefan Marburger, Manuel Müller, Kevin Vaupel (1. Vorsitzender), Ingo Bergener, Nico Vaupel (2. Vorsitzender) und Vereinsgastwirt Axel Sassor.

FOTO: WILLI ARNOLD

Dodenau – Es ist wieder so weit: Nach der erfolgreichen Premiere im vergangenen Jahr laden die Zündappfreunde Dodenau zum „2. Ederbergländer Mopedmarathon“ ein. Die Veranstaltung findet am Freitag, 11. September, und Samstag, 12. September, im Battenberger Stadtteil Dodenau statt.

„Uns ist es wichtig, alle Menschen einzuladen, das Wochenende mit uns zu verbringen“, betont der Vereinsvorsitzende Kevin Vaupel und verweist auf das zweitägige Rahmenpro-

gramm. Der Eintritt auf dem Veranstaltungsgelände an der Mehrzweckhalle sowie zum Rock- und Oldieabend mit Live-Musik am Samstag ist frei. Auch für die Verpflegung der Besucher wird gesorgt – unter anderem mit einer Cocktailbar und einem Weinstand.

Moped- und Mofa-Enthusiasten, die am Marathon teilnehmen möchten, können sich vorab über Eventim oder am Samstagmorgen direkt an der Tageskasse anmelden. Der Startschuss für die Rundfahrt

durch das Ederbergland fällt am Samstag ab 9.30 Uhr. Die Streckenlänge beträgt rund 60 Kilometer für Mofas und etwa 175 Kilometer für Mopeds.

Bereits ab 12 Uhr lädt ein offenes Moped- und Motorradtreffen zum Verweilen ein, bevor um 16 Uhr ein Rock- und Oldieabend beginnt. Die Gemeinschaft der Moped- und Mofafreunde ist deutschlandweit vernetzt und freundschaftlich verbunden.

Das Event startet bereits am Freitagnachmittag ab 15 Uhr

unter dem Motto „Gemeinsam starten und Freundschaft feiern“. Dann stehen lockere „Benzingespräche“ im Mittelpunkt.

Zudem können die Teilnehmer auf einem 50-ccm-Leistungsprüfstand zeigen, was ihre Motoren leisten.

WILLI ARNOLD

Schuhe für lose Einlagen, Überweiten, Übergrößen und Untergrößen
Schuhhaus Vach
Lichtenfels-Goddelshaus • Tel. 05636/273

Mit 403 Kursen in den Herbst

Waldeck-Frankenberg: Neues VHS-Programmheft ist auf dem Markt

Waldeck-Frankenberg – Das neue Programm der Volkshochschule (VHS) Waldeck-Frankenberg steht: Ab kommenden Montag, 10. August, können die Kurse für das Herbst- und Wintersemester 2026/2027 gebucht werden. Die VHS geht mit 403 Kursen in den Herbst.

Das neue Programmheft ist ab sofort im gesamten Landkreis verfügbar. Treue VHS-Kundinnen und -Kunden erhalten es direkt per Post nach Hause. Zudem liegen die Programmhefte an zahlreichen öffentlichen Orten aus – darunter in den Filialen der Sparkasse Waldeck-Frankenberg, den meisten weiteren Banken sowie in den Stadt- und Gemeindeverwaltungen. Das vollständige Veranstaltungsangebot ist bereits online unter vhs-waldeck-frankenberg.de verfügbar. Die meisten Kurse können auch bequem über die Webseite gebucht werden.

Wie gewohnt ist das Programm nach verschiedenen Themenbereichen übersichtlich gegliedert, sodass alle Bildungsinteressierten schnell das passende Angebot finden,

erklärt VHS-Direktor Manuel Wolf.

Unter den 405 sind insgesamt 88 Online-Kurse zur Auswahl – damit erhöht die VHS Waldeck-Frankenberg diese Form der Teilnahme erneut.

Dabei ist das Angebot nicht nur sehr breit gefächert, sondern richtet sich auch an jedes Alter. So widmet sich der Kurs „Lernen lernen“ an Schülerinnen und Schüler ab der Klasse 5 mit Blick auf die Frage, wie es sich in einer zunehmend digitalen Welt erfolgreich lernen lässt. „Durch eine Kombination aus praxisnahen Übungen und hilfreichen Methoden werden die Teilnehmenden dabei unterstützt, ihren individuellen Lernweg zu finden und selbstständig zu gestalten“, erklärt Manuel Wolf. Zugleich bietet sie auch älteren Interessierten neue Perspektiven: In dem neuen Kurs „Abenteuer Ruhestand“ wird aufgezeigt, wie sich gezielt auf den Übergang vom aktiven Berufsleben in die neue Lebensphase Ruhestand vorbereiten lässt. Der Kurs verbindet Impulse, praktische Übungen und Reflexion mit dem wertvol-

len Austausch unter Gleichgesinnten.

Die Themenfelder reichen von Literatur, Theater, Tanz und Malen bis zum kreativen Gestalten. Pädagogik, Psychologie und Kommunikation spielen ebenso eine Rolle wie Religion, Philosophie und Geschichte. Computer, Sprachen, Bewegungs- und Entspannungslehren sowie gesundes Essen wird ebenfalls Aufmerksamkeit geschenkt.

In 88 Onlinekursen können Interessierte Live-Vorträgen renommierter Wissenschaftler folgen. Die Themenreihe „Entdeckergeist Online: KinderUni & mehr“ greift so spannende Fragen auf wie „Mut tut gut. Warum wir unseren Kindern mehr zutrauen können“ oder „Unabhängig von Erdöl und Erdgas?“. Weitere Vorträge beleuchten Themen wie „Einsamkeit als Gesundheitsrisiko“ und „Argumentieren ohne Druck“. Viele Angebote sind kostenlos. Der Semesterauftakt findet am 28. August von 16 bis 19 mit kostenlosen Schnupperkursen in Frankenberg statt.

red/md



FINGER HAUS
BAUEN WIR UNS WAS AUF. GEMEINSAM.



Handwerker-Treff

Fr. 21.08.2026 ab 16 Uhr

Interessiert an Fertigung, Montage oder Kundendienst?

Komm vorbei und finde deinen Platz bei uns.

- Lockerer Austausch ohne Bewerbungsmappe
- Direkter Einblick in Fertigung und Montagebusse
- Erlebe FingerHaus als Arbeitgeber mit all seinen Vorteilen
- Wir stellen ein: Handwerker aus Leidenschaft (z. B. Zimmerer, Schreiner, Dachdecker, Elektriker, Maler, Anlagenmechaniker...)

(alle w/m/d)

Jetzt anmelden über unsere Website, telefonisch oder per E-Mail bis zum 17. August 2026 an.
Sarah Hennrich, Telefon: 06451 504-267,
E-Mail: sarah.hennrich@fingerhaus.de



www.fingerhaus-karriere.de/handwerkertreff



Einschulung von Linkshändern

Schräges Blatt, weicher Buntstift: So geht Schule mit links

Denken Rechtshänder daran, was Linkshändern beim Start in die Schule das Leben erleichtern könnte, ist es die berühmte Linkshänderschere. „Doch erst mit dem Schulbeginn den Umgang mit der Schere zu üben, ist viel zu spät“, sagt Linkshänder-Beraterin Johanna Barbara Sattler. Die Psychologin berät Linkshänder, wie ihr Leben leichter mit links funktioniert. Die Gründerin der Ersten deutschen Beratungs- und Informationsstelle für Linkshänder und umgeschulte Linkshänder in München weiß aber auch, was Eltern mit kleinen Linkshändern üben sollten und wie sie überhaupt erkennen, welche Händigkeit ein Kind hat.

Frau Sattler, wann sollte denn bereits der Umgang mit der Linkshänderschere geübt werden?

Johanna Barbara Sattler: Das linkshändige Kind braucht ab drei bis vier Jahre eine ordentliche Linkshänderschere. Die Einschulung wäre viel zu spät dafür. Dann haben sich die Kinder meist irgendwie mit der Rechtshänderschere arrangiert. Sie schauen sich dann bei den anderen ab, wie die es machen und nehmen die Schere auch in die rechte Hand - weil ihnen niemand zeigt, wie es mit einer ordentlichen Linkshänderschere in der linken Hand gehen würde.

Ist in dem Alter schon klar, dass ein Kind die linke Hand bevorzugt?

Sattler: Bei manchen Kindern ist das schon mit einem Jahr klar, bei den meisten aber rund mit zwei bis vier Jahren. Es gibt aber auch die Gruppe von Kindern, die noch unsicher im Handgebrauch ist, weil sie genau beobachten und ihre Umwelt nachahmen oder sich an



Ob ein Kind die linke Hand bevorzugt, ist nicht erst bei Schulbeginn klar, sondern bereits im Alter zwischen zwei und vier Jahren. FOTO: JENS BÜTTNER/DPA

Eltern oder Erziehern orientieren.

Dann gibt es noch Kinder, die zum Beispiel feinmotorisch-koordinative Schwierigkeiten haben, Einschränkungen im Handgebrauch oder Blockaden im Schulterbereich. Dann ist es sinnvoll, dass sich mit Fragen zur Linkshändigkeit vertraute Ergotherapeuten das genauer anschauen.

Gibt es Zeichen, an denen ich erkenne, zu welcher Händigkeit mein Kind tendiert?

Sattler: Sobald das Kind mit der Hand in die Mitte kommt, kann man beobachten, mit welcher es spielt, nach Sachen greift oder isst. Aber gerade beim Essen muss man aufpassen, dass man das Kind nicht auf die rechte Hand schult. Dabei sollten Eltern nicht intuitiv



Johanna Barbara Sattler ist Gründerin und Leiterin der ersten deutschen Beratungs- und Informationsstelle für Linkshänder und umgeschulte Linkshänder. FOTO: CHRISTINA SABROWSKY/DPA

nach ihrer eigenen Händigkeit den Löffel hinlegen, das Glas oder den Becher hinstellen. Ich empfehle, das Besteck möglichst mittig zu platzieren - etwa auf dem Teller oder in einem Becher, aus dem sich das Kind selbst Besteck rausholt.

Wenn Kinder anfangen zu malen, wird die Sache ziemlich eindeutig. Falls man einen wechselnden Handgebrauch beobachtet, rate ich, nicht einzugreifen. Stattdessen sollte man bei dem Kind für viel Bewegung sorgen und Sachen anbieten, die mit den Händen zu tun haben, etwa mit Ton arbei-

ten, im Sand spielen oder mit Wachs formen, so dass sich die Finger gut bewegen können und die Hände üben. Ist es weiterhin unklar, helfen Kinderärzte oder Linkshänder-Berater wie ich weiter. Über unsere Internetseite findet man jemanden in der Nähe.

Spätestens in der Vorschule sollte die Händigkeit klar sein. Echte Linkshänder können in Schreibvorbereitungsgruppen vor der Einschulung üben, wie man den Stift hält, wie man Schwung und Formen hinbekommt und das Blatt idealerweise liegt. Darum kümmern

sich in der Schule Lehrkräfte meist selten. Solche Kurse mit fünf bis sechs Terminen bietet unser gemeinnütziger Verein seit der Pandemie auch online.

Eine kleine Studie im Rahmen einer Bachelorarbeit hat die positiven Erfahrungen solcher Gruppen bestätigt. Die Kinder bekommen nicht nur erklärt, warum Blattlage und Schreibhaltung wichtig sind, sondern sie sehen, wie auch andere linkshändige Kinder das genauso machen und das ganz normal ist. Das nimmt ihnen das Empfinden, dass etwas mit ihnen nicht stimmt.

Warum müssen Blätter bei Linkshändern anders liegen und Stifte anders gehalten werden?

Sattler: Liegt das Blatt oder Heft gerade, verwischt bei Linkshändern die Schrift beziehungsweise die Tinte - alles wird schnell blau, einschließlich der Finger. Weiterer Nachteil: Ich sehe nicht, was ich geschrieben habe. Aber je älter ich werde und je mehr ich schreibe, ist ein Überblick über das wichtig, was ich gerade aufs Papier gebracht habe.

Deshalb muss das Blatt schräg liegen. Darauf wird in der Schu-

le viel zu wenig geachtet. Dieses Nichtsehen von dem, was ich schreibe, befördert die sogenannte Hakenhaltung. Beim Versuch, trotzdem zu sehen, was ich zu Papier bringe, verkrampft die Hand. Wenn dann später der Füller kommt, dann ist es ganz aus mit der ergonomischen Haltung.

Dabei wäre ein früher Einsatz eines Anfängerfüllers für Linkshänder sogar die Chance auf eine gute Schreibhaltung. Denn wenn ich die Kinder erst mit Bleistift oder Tintenroller schreiben lasse, hat das Kind den Eindruck, es macht nichts, über das Geschriebene zu wischen. Damit verlagert man das Problem auf später. Benutzen linkshändige Kinder gleich einen Füller, würden Sie viel weniger Druck aufbauen. Aber in vielen Bundesländern wird erst in der 2. oder 3. Klasse der Füller eingeführt.

Welche Links-Extras sind neben Schere und Füller noch hilfreich?

Sattler: Ich halte einen Linkshänder-Spitzer für wichtig. Dabei muss man nur aufpassen, dass er auch alle Stifte spitzt. Manche sind schön, aber oben zu schmal und spitzen nur bestimmte Fabrikate. Das ist frustrierend. Einen Linkshänder-Spitzer sollten Kinder eigentlich spätestens im Alter von fünf Jahren haben. Denn das übt auch die Feinmotorik und Koordination.

Buntstifte für linkshändige Kinder sollten unbedingt weich sein. Wenn sie zu hart sind, nützt auch das beste Sonderangebot mit 20 Stück nichts. Denn dann hält sie das Kind zu gerade, wischt wieder drüber und baut einen zu starken Druck auf. Weil sich bei Buntstiften mit Mulde deren Position nach jedem Anspitzen ändert, rate ich zu Buntstiften mit Grip oder Stifthalter. Sie helfen, in den Dreipunktgriff zu kommen, also Schreiben mit Daumen, Zeige- und Mittelfinger.

Hilfreich ist auch ein Elefantenrüssel. Das ist ein Wortabstandhalter, den das Kind hinter das Wort hält. Der Rüssel schafft Platz und hält den Abstand zum nächsten Wort. Rechtshändige Kinder sollen da dann ihren Finger von der anderen Hand zwischen die Worte legen, aber bei Linkshändern geht es nicht so einfach. Deswegen brauchen sie einen Wortabstandhalter. Eine Versandliste für Läden mit Linkshandprodukten gibt es auf unserer Webseite und viele Produkte sind auch da abgebildet und beschrieben.

Noch bis zur 2., 3. Klasse warten würde ich mit einem Lineal für Linkshänder. Die zählen in die andere Richtung, weil die Linkshänder gerne von rechts nach links unterstreichen. Diese Lineale sind sehr erklärungsbedürftig. In der Schule sind die meisten Lineal-Aufgaben mit Zahlenstrahl von links nach rechts aufgebaut - da kann man schnell durcheinander kommen.

Bei Schreiblernheften sollte man darauf achten, dass Buchstaben und Worte nicht nur auf der linken Seite, sondern auch rechts stehen, damit das linkshändige Kind sie beim Kopieren nicht verdeckt.

tmm



Um herauszufinden, welche die stärkere Hand ist, hilft es, Besteck immer in die Mitte zu legen und zu schauen, mit welcher Hand das Kind nach dem Besteck greift. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

Anzeigensondervöffentlichung 2026

Azubigo!

DEIN AUSBILDUNGSMAGAZIN

HNA „AZUBIGO! DAS AUSBILDUNGSMAGAZIN“

Kostenlos erhältlich an allen HNA Geschäftsstellen.

Außerdem unter Tel.: 0561 – 203 1249 oder Bestellungen per mail an: anzeigen@hna.de

☎ Telefonische Bestellungen sind von Montag – Freitag von 9 – 15 Uhr möglich.

JETZT KOSTENLOS ERHÄLTlich!

NOCH KEINEN PLAN NACH DER SCHULE? ENTDECKEN – BEWERBEN – DUCHSTARTEN

WLZ HNA

Geldanlage für Ältere

Ich bin 70: In welche Produkte investiere ich jetzt noch?

„Je früher, desto besser.“ Zeit gilt bei der Geldanlage wegen des Zinseszinsseffekts sowie wegen des Ausgleichs möglicher Kursschwankungen bei Aktien als einer der wichtigsten Faktoren für Erfolg. Was aber, wenn davon aufgrund eines höheren Lebensalters nicht mehr so viel bleibt?

„Dann habe ich trotzdem noch verschiedene Anlagemöglichkeiten“, sagt Honorar-Finanzanlageberater Kevin Kronauer. „Ich muss aber auf die Gewichtung schauen und Risiken reduzieren.“ Wie man dabei am besten vorgeht? Die folgenden Fragen und Antworten bieten Orientierung.

Wie finde ich heraus, ob mein Geld für den Ruhestand richtig angelegt ist?

„Dafür muss ich mir zunächst einen Überblick verschaffen, was überhaupt da ist“, sagt Finanzexperte Niels Nauhauser von der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg. Um auch gleich die verschiedenen Risiken abzubilden, empfiehlt er, den Vermögensbestand grob vier Anlageklassen zuzuordnen.

Auf Stapel eins kommen die eher sicherheitsorientierten Anlagen mit bescheidenen Zinsen wie Tagesgeld, Bausparguthaben, klassische Lebens- und Rentenversicherungen, Bundeswertpapiere, Anleihen-ETFs sowie Rentenfonds.

Auf den zweiten Stapel packt man Verträge, mit denen man direkt oder indirekt am Aktienmarkt anlegt - wie Einzelaktien, Aktienfonds, ETFs sowie fondsgebundene Rentenversicherungen.

Den dritten Stapel bildet das Immobilienvermögen. Neben dem Eigentum gehören hierzu auch vermietete Immobilien sowie Immobilienfonds.

Auf Stapel vier kommen Geldanlagen in Rohstoffe wie etwa Gold.

„Nun notiere ich noch die jährlichen Kosten aller Produkte sowie die jeweiligen Laufzeiten von Verträgen“, sagt Niels Nauhauser. Gut sei es, wenn die Risiken auf verschiedene Vermögensklassen, also die vier Stapel, gestreut seien. Von Produkten, die hohe Kosten verursachen und schlechte Rendite bringen, könne es sinnvoll sein, sich zeitnah - oder spätestens zum Ende einer etwaigen Laufzeit - zu trennen.

Wie viel Geld brauche ich noch wofür?

Lebenshaltungskosten, geplante Reisen, der anstehende seniorengerechte Umbau des Badezimmers, eine Rücklage für Autoreparaturen, Gesundheitskosten: „Ich muss mir klar werden, mit welchen Ausgaben ich für mich in den nächsten fünf Jahren rechne“, sagt Kevin Kronauer.

Diese Summe sollte im Liquiditätstopf vorgehalten werden, denn hierauf sollten Sparerinnen und Sparer jederzeit Zugriff haben. Trotzdem sollte diese Summe nicht einfach auf dem Girokonto geparkt werden. Denn weil es dort in der Regel keine oder nur geringfügige Zinsen gibt, kann damit noch nicht einmal die Inflation aus-



Wie viel braucht's noch? Auch im Alter kann man überschüssiges Geld noch guten Gewissens anlegen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

geglichen werden - das Geld wird so immer weniger wert.

„Hier raten wir zu einem Tages- oder Festgeldkonto“, sagt Markus Latta, Finanzexperte vom Verbraucherservice Bayern. Vergleiche zeigen immer wieder, dass Direktbanken hier deutlich bessere Zinsen bieten als die Hausbank vor Ort. Gute Übersichten von seriösen Anbietern finden sich beispielsweise bei der Stiftung Waren-test. „Wer es sich nicht selbst zutraut, online ein solches Konto zu eröffnen, kann vielleicht in der Familie oder bei einer anderen Vertrauensperson nachfragen“, sagt Markus Latta.

Kevin Kronauer hält auch sogenannte Geldmarkt-ETFs für eine gute Möglichkeit, um das Geld aus dem Liquiditätstopf anzulegen. Geldmarkt-ETFs sind börsengehandelte Indexfonds, die das Vermögen ihrer Anleger in sichere, kurzfristige Anlageformen wie Bankeinlagen oder Staatsanleihen mit geringer Restlaufzeit investieren. „Hier bin ich weder auf die Einlagensicherung der Banken angewiesen noch bin ich abhängig von den oft schwankenden Zinsen beim Tagesgeld“, so Kronauer. Geldmarkt-ETFs lassen sich täglich kaufen und verkaufen - ohne feste Laufzeiten oder Kündigungsfristen.

Und was mache ich mit dem Geld, das ich vorerst nicht brauche?

„Da sollte man berücksichtigen, ob man einen Teil dieses Geldes vielleicht vererben möchte“, sagt Markus Latta. Wenn das der Fall ist, verlängert sich der Anlagehorizont über die eigene Lebensdauer hinaus, was auch die Anlage in Aktien-ETFs attraktiver macht. „Allerdings sollte man unbe-

dingt vorab das Gespräch mit den Erben suchen und sich ein Bild über die Wertschwankungsrisiken machen“, empfiehlt Niels Nauhauser. Andernfalls könne es passieren, dass etwa die Kinder das Geld nach dem Tod beispielsweise direkt brauchen, um eine Immobilie zu finanzieren - und eine eventuelle schlechte Börsenphase nicht aussitzen können.

Als weitere Möglichkeit bringt Markus Latta eine Schenkung ins Spiel: „So kann ich einen Teil des Geldes schon mal an den Nachwuchs weitergeben und die steuerlichen Freigrenzen ausschöpfen.“

Bleibt der Teil des Vermögens, den man für sich selbst anlegt. Dieser sollte in den sogenannten Wachstumstopf wandern, wie ihn Kevin Kronauer nennt - unseren Stapel zwei. „Hier eignet sich ein breit aufgestelltes ETF-Depot. Je nach meinem finanziellen Spielraum stelle ich mich hier mehr oder weniger offensiv auf.“ Ist der Liquiditätstopf vom ersten Stapel nach fünf Jahren leer, wird aus dem Wachstumstopf wieder Geld umgeschichtet. „Das ist ein sehr einfaches Vorgehen, das mir trotzdem Möglichkeiten zur Geldanlage lässt“, findet Kronauer.

In seinen Beratungen erlebt es Markus Latta häufig, dass Senioren einen Teil ihres Geldes in von der Bank gemanagte Fonds angelegt haben. „Oft haben diese eine mäßige Entwicklung bei recht hohen Kosten.“ Dann könne es ratsam sein, dieses Geld eher in einen passenden ETF umzuschichten.

Auch Niels Nauhauser hat immer wieder Ruheständler in der Beratung, die sich über ETFs informieren möchten. Ihnen zeigt er auf, dass die potenziell höheren Renditen immer mit

einem steigenden Risiko einhergehen. In der Vergangenheit sei es bislang zwar immer so gewesen, dass breite Aktieninvestments nach einer Anlage-dauer von zwölf Jahren nominal im Plus gewesen seien.

Doch niemand kann vorher-sagen, ob einem noch zwölf Lebensjahre bleiben und ob diese Faustregel sich auch künftig weiter bewahrheiten wird. Daher „bleibt immer ein Restrisiko, dass ich tragen können muss und will“, so Nauhauser.

Gibt es Anlageprodukte, von denen man im Alter besser die Finger lässt?

Da fallen Niels Nauhauser gleich mehrere ein - allen voran Bausparverträge. „Hier sind die Abschlussgebühren höher als die möglichen Guthabens-Zinsen bis zur Zuteilung.“ Infrage kämen solche Verträge allenfalls noch als Renovierungsrücklage für Eigenheimbesitzer.

Ebenfalls hohe Kosten und eine schlechte Rendite brächten Garantie-Zertifikate sowie Mischfonds aus maximal 30 bis 40 Prozent Aktien und dem Rest Anleihen. Auch von Rentenversicherungsverträgen raten die Experten ab. „Diese werden gern im Alter noch zur Geldanlage verkauft, haben aber hohe Abschlusskosten“, sagt Markus Latta.

Kevin Kronauer erlebt auch immer wieder Menschen in der Beratung, die ihr Vermögen ihr Leben lang nicht investiert und nur auf dem Girokonto geparkt haben. „Wenn sie dann im Alter anfangen, sich mit dem Thema Geldanlage zu beschäftigen, merken sie, wie viel Rendite ihnen all die Jahre entgangen ist.“ Dann kämen manche von ihnen auf die Idee, jetzt noch in

sehr risikoreiche Anlagen wie Einzelaktien oder in Kryptowährung zu investieren. „Davon sollte man aber lieber die Finger lassen“, so Kronauer weiter.

tmn

Ulrich Hallenberger
HAUSHALTSAUFLÖSUNG & ENTRÜMPELUNG
 Siegener Str. 10 • 35066 Frankenberg • ☎ 0172 2490888

Räumungen aller Art (auch Teilräumungen)

Schnell, zuverlässig, sauber & preiswert!

Kostenlos & unverbindlichen Vororttermin vereinbaren und direkten Festpreis erhalten!

Wertanrechnung wiederverwendbarer Gegenstände!

Weißer Elfen
 gemeinnützige UG (haftungsbeschränkt)

Mit Herz für Menschen im Alltag.

Alltagsbegleitung & Haushaltshilfe
 Gemeinden, Frankenberg und Umgebung

Wir sind für Sie da – zuverlässig, herzlich und kompetent!

- Alltagshilfe und Betreuung**
Unterstützung im Alltag mit Herz und Zeit
- Haushaltshilfe**
Für ein sauberes und angenehmes Zuhause
- Begleitung**
zu Arzt- und Einkaufsterminen oder bei Freizeitaktivitäten
- Entlastung**
pflegenden Angehöriger
Wir sind an Ihrer Seite
- Unterstützung über den Entlastungsbetrag**
 (§ 45b SGB XI) möglich

Persönlich. Vertrauensvoll. Individuell.

Rufen Sie uns an – wir beraten Sie gerne!

06453 – 6480362
 oder
0170 – 6804180

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Angebote gültig vom 17.08. – 22.08.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!

Veldensteiner Bier

Vollbier Hell, Kräusen Helles,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

-22%

13,99 12,99**

1l = 1,30 €

Erdinger Brauhaus Weißbier

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

ANGEBOT

14,99 13,99**

1l = 1,40 €

St. Bonifatius Bier

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

ANGEBOT

10,99

Krombacher Bier

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

ANGEBOT

14,99 12,99**

1l = 1,30 €

Theresien Quelle Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,61 €

ANGEBOT

5,49

Anheuser-Busch Bud

Premium Lager,
Kasten = 24 x 0,3 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
1l = 2,08 €

ANGEBOT

14,99

Weißenoher Bier

diverse Sorten,
außer Bonator,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,60 €

ANGEBOT

15,99 13,99**

1l = 1,40 €

Beck's Bier

diverse Sorten,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,42 €

ANGEBOT

5,79 4,79

Heineken Lager

Original, 0,0%,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,52 €

ANGEBOT

-21% 4,99

Förstina Schorle, Vital, Limonade

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 0,5 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,17 €

ANGEBOT

20,99 16,99 15,99**

1l = 1,60 €

Störtebeker Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 1,80 €

ANGEBOT

17,99 16,99**

1l = 1,20 €

Paulaner Spezi, Limo

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,30 €

ANGEBOT

15,99 12,99 11,99**

1l = 1,20 €

Gerolsteiner Limo, Schorle

diverse Sorten,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,52 €

ANGEBOT

4,99

Active O²

diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,32 €

ANGEBOT

0,99

Red Bull Energy

diverse Sorten,
koffeinhaltig,
0,25 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 4,44 €

ANGEBOT

1,11 0,99**

1l = 3,96 €

Needle

Blackforest Gin & Tonic,
0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 6,03 €

ANGEBOT

1,99 1,88**

1l = 5,70 €

Ritter Zahony

diverse Sorten,
1l - Flasche,
1l = 3,49 €

ANGEBOT

-22% 3,49

top frisch Wasser + Zitrone

Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,55 €

ANGEBOT

4,99 3,99**

1l = 0,44 €

Sinalco Kombikasten

teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,71 €

ANGEBOT

8,49 7,99**

1l = 0,67 €

Premium Dunstone

Finest Blended Whisky,
0,7 l - Flasche,
1l = 9,99 €

ANGEBOT

-22% 6,99

Botucal Reserva Exclusiva

Rum,
0,7 l - Flasche,
1l = 39,99 €

ANGEBOT

27,99 25,99**

1l = 37,5 €

Wir haben den Award!

Haben Sie die App?

DEUTSCHER APP-AWARD 2026

Gesamtsieger Getränkemärkte-Apps

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

IHR WOCHENHOROSKOP

WIDDER 21.3.-20.4. Sagen Sie ruhig, wenn Sie etwas verärgert sind. Vielleicht ist es dem anderen gar nicht bewusst, wie sehr er Sie durch sein Verhalten verletzt hat.

STIER 21.4.-21.5. Sie reagieren derzeit vorschnell oder lassen sich unnötig provozieren, was dann in Stress am Arbeitsplatz ausartet. Werden Sie unbedingt etwas gelassener!

ZWILLING 22.5.-21.6. Jemand muss auf den Boden der Tatsachen zurückgeholt werden. Nur so kann er davor bewahrt werden, einen folgenschweren Fehler zu machen!

KREBS 22.6.-22.7. Sie sind voller Tatendrang und möchten loslegen. Dennoch sollten Sie sich etwas zügeln: Nehmen Sie insbesondere auf Familienmitglieder Rücksicht.

LÖWE 23.7.-23.8. Nachdem Sie eine Hürde erfolgreich genommen haben, dürfen Sie sich der trauten Zweisamkeit widmen und das Leben einfach nur genießen.

JUNGFRAU 24.8.-23.9. Auch wenn nicht alles zu Ihrer Zufriedenheit verläuft, dürfen Sie den Kopf nicht hängen lassen. Die Basis für kommende Erfolge ist bereits gelegt!

Viel Licht, null Mücken

(djd-k). Große Glasfronten zur Terrasse oder Balkon verschönern jedes Haus, laden allerdings meist auch ungebetene Gäste wie Mücken und Spinnen ein. Abhilfe ohne Chemie bieten maßgeschneiderte Insektenschutz-Lösungen etwa von Neher. Da eine hohe Passgenauigkeit entscheidend ist, messen Fachpartner direkt vor Ort aus. Die Systeme bieten viel Bedienkomfort, beispielsweise durch eine optionale Fußbedienung oder integrierte Katzenklappen. Dank des innovativen Transpatec-Gewebes bleibt der Schutz beinahe unsichtbar: Die nur 0,15 Millimeter dünnen Fäden erhalten den vollen Lichteinfall und sorgen durch eine spezielle Webstruktur für viel Luftdurchlässigkeit. So bleibt das Raumklima gesund und die Insekten bleiben draußen. Unter www.neher.de lassen sich kompetente Ansprechpartner im Fachhandel vor Ort finden.

Foto: djd-k/Neher

WAAGE 24.9.-23.10. Neue Umstände erfordern nun ein besonnenes Vorgehen. Sie müssen eine zuerst Sache grundlegend durchdenken, bevor Sie aktiv werden können.

SKORPION 24.10.-22.11. Eine wirklich gute Phase beginnt für Sie. Außerdem werden Sie ein neues Hobby für sich entdecken, das Sie verstärkt in Anspruch nehmen wird.

SCHÜTZE 23.11.-21.12. Die Ergebnisse der letzten Woche lassen keine andere Deutung zu, als dass Sie jemandem aufgefressen sind, der Sie schamlos ausnutzen will.

STEINBOCK 22.12.-20.1. Das aktuelle Wechselbad der Gefühle lässt Sie ein wenig ungerecht werden. Bitten Sie um Entschuldigung, wenn Sie jemanden ungewollt verletzt haben.

WASSERMANN 21.1.-19.2. Sie sollten keine Umwege machen, dann wird alles seinen geordneten Gang nehmen. Für das Wochenende plant jemand eine Überraschung für Sie!

FISCHE 20.2.-20.3. Nehmen Sie einige unangenehme Dinge jetzt in Angriff ohne weiter zu zögern. Es kann sonst sein, dass eine drohende Eskalation nicht mehr zu verhindern ist.

Vom Vorteil profitieren

Aktivrente: Neuen Bescheid beantragen

Die Aktivrente macht es möglich und wird laut dem Bundesverband Lohnsteuerhilfevereine (BVL) gut genutzt: Wer nach Erreichen der Regelaltersgrenze weiterarbeitet, kann seit Jahresbeginn bis zu 2.000 Euro monatlich steuerfrei verdienen.

Nun kann es sein, dass jemand schon vorher bei gleichzeitigem Rentenbezug weitergearbeitet und vom Finanzamt Einkommensteuervorauszahlungen festgesetzt bekommen hat. Dann sollte er oder sie einen neuen Einkommensteuervorauszahlungsbescheid beantragen, rät der BVL.

Denn die Finanzämter ändern den Bescheid nicht automatisch, wenn jetzt jemand unter die Aktivrentenregelung fällt. Sondern er gilt so lange, bis ein neuer Bescheid erlassen wird, das ist in der Regel beim nächsten Steuerbescheid der Fall. Oder aber, wenn der oder die Steuerpflichtige das gesondert beantragt.

Ist die seit Jahresbeginn geltende Aktivrente bei den Vorauszahlungen noch nicht berücksichtigt, zahlen Rentner oder Rentnerin womöglich zu viel ans Finanzamt. Zwar gehen solche Beträge nicht verloren, sie werden den Steuerpflichti-

Arbeiten trotz Rente – mit Vorteil: Bis 2.000 Euro monatlich steuerfrei sind drin. Damit das auch bei den Vorauszahlungen ankommt, hilft ein kurzer Antrag ans Finanzamt.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA

gen mit der abschließenden Bearbeitung der Einkommensteuererklärung 2026 erstattet. Das passiert aber erst 2027.

Wer dagegen direkt einen neuen Einkommensteuervorauszahlungsbescheid beantragt, zahlt jetzt schon bei den quartalsweisen Vorauszahlungen weniger. Das Geld steht also schon früher zur Verfügung.

dpa

*Nicht in allen Filialen verfügbar. Lieblingsmarkt in der logo App wählen und Aktionsteilnahme der Filiale einsehen. Für Druckfehler keine Haftung!
** Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App.
Alle Artikel und Zugaben solange der Vorrat reicht.

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

www.logo-getraenke.de

Hammer, Zange, Betonmischer?

Im Haushalt: Welches Werkzeug lohnt sich wirklich?

Hammer und Schraubenzieher – oder Elektrohubel, Schwing-schleifer und Winkelsäge? Wie viel Werkzeug sich in den Kellern und Werkzeugkästen hierzulande findet, das dürfte sehr unterschiedlich ausfallen. Doch was brauchen Menschen, die weder ambitionierte Heimwerker sind noch jeden Nagel von Nachbarn oder Freunden in die Wand schlagen lassen wollen, eigentlich wirklich?

Die kurze Antwort darauf: „Das kann man pauschal nicht sagen. Es ist abhängig von der persönlichen Situation“, sagt Ralf Liehmann. Er ist Trainer bei der DIY Academy in Köln. „In einem Einfamilienhaus mit Garten brauche ich andere und mehr Werkzeuge als in einer Zwei-Zimmer-Stadtwohnung.“

Umzug als Orientierungshilfe

Eine Grundausrüstung ist aber auch in letzterer notwendig, um im Alltag zurechtzukommen. „Als Orientierung könnte man vielleicht einen Umzug nehmen, den eigentlich jeder Mensch mindestens einmal im Leben absolviert“, sagt Gereon Bründt, Redakteur bei der Zeitschrift „selbst ist der Mann“. Wer die Wohnung wechselt, der muss schließlich in vielen Fällen Löcher bohren, Nägel einschlagen, Möbel zusammenbauen, Wände strei-



Man muss nicht alles kaufen. Viele Gerätschaften und Werkzeuge lassen sich ausleihen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

chen oder tapezieren und Flächen ausmessen.

Fürs Messen, Montieren, Bohren, Renovieren empfiehlt der Fachredakteur dann auch einen Schraubendreher mit Kreuz- und Schlitzprofil in mehreren Größen, ein Satz Innensechskantschlüssel, einen Maulschlüsselsatz, eine Kombizange, eine Wasserpumpenzange und einen Hammer. Da-

zu kommen noch Cuttermesser, Maßband bzw. Zollstock, Wasserwaage, Taschenlampe oder Arbeitsleuchte und Akku-Bohrschrauber mit Bitsatz. Außerdem verschiedene Nägel, Dübel und Schrauben als Vorrat.

„Hilfreich ist zusätzlich eine Kartuschenpresse, um Silikon oder Montagekleber aus der Kartusche zu bekommen“, sagt

Ralf Liehmann. „Das braucht man, weil häufig nicht mehr mit Dübeln gearbeitet, sondern Montagekleber zum Befestigen von Gegenständen verwendet wird.“

Gerade Laien brauchen Qualität

Und noch ein Tipp: Nur weil man wenig werkelt, sollte man

beim Kauf von Werkzeug nicht auf Qualität pfeifen. Im Gegenteil. „Profis könnten Qualitätsmängel oft noch mit ihrer Erfahrung ausgleichen“, sagt Liehmann. Bei Heimwerkern ist das meistens nicht der Fall. Vor allem Bohrer, Meißel, Sägeblätter sollten ihm zufolge „von höchster Güte sein“. Es gilt: „Lieber eine etwas schlechtere Bohrmaschine mit einem guten Bohrer als umgekehrt.“

Als Grundstock für den Haushalt sind Werkzeugkoffer eine gute Sache, die es in verschiedenen Größen und Bestückungen gibt, so Susanne Woelk, Geschäftsführerin der Aktion „Das sichere Haus“ (DSH). „Hier sollten Käufer auf gute Materialien Wert legen, aus denen die Werkzeuge gefertigt wurden, zum Beispiel Chrom-Vanadium, das sehr robust und verschleißfest ist.“

Ein Vorteil: Werkzeugkoffer sind oft günstiger als die Teile im Einzelverkauf. Aber: Kunden sollten eher auf Klasse als auf Masse achten, so Gereon Bründt. 50 bis 100 Teile seien oft sinnvoller als 300 Teile oder mehr, die man dann doch nicht alle benutzt. Und: „Universalwerkzeuge mit vielen Funktionen und Vorsätzen sind nur selten zu empfehlen“, denn „sie können oft vieles, aber nur wenig davon gut.“

Eher verzichten kann man auch auf Spezialwerkzeuge, die

nur im Einzelfall gebraucht werden. Parkett- oder Flächenschleifer, Betonmischer, Kernbohrgeräte, Abbruchhammer und vieles mehr kann man im Fall der Fälle mieten.

Leihen statt kaufen

„Viele Baumärkte, aber vor allem spezialisierte Werkzeugverleihfirmen, die es in jeder größeren Stadt gibt, bieten vom Gerüst bis zum Bagger fast jedes Werkzeug und zahlreiche Baumaschinen an“, sagt Gereon Bründt. „Allerdings kann es günstiger sein, bestimmte Werkzeuge günstig gebraucht bei Nachbarschafts- oder Kleinanzeigenportalen zu kaufen und anschließend, oft sogar verlustfrei, wieder zu verkaufen, vor allem, wenn man sie über einen längeren Zeitraum benötigt.“

Ob Profi oder Anfänger, eines gilt für alle: Sämtliche Werkzeuge sollten ausschließlich für den Zweck verwendet werden, für den sie vorgesehen sind. „Wer seinen Schlitzschrauber als Meißel verwendet und mit dem Hammer oben draufhaut, muss sich nicht wundern, wenn das Werkzeug kaputtgeht“, so Ralf Liehmann. Auch die Verletzungsgefahr ist groß. Und: „Bei unsachgemäßem Umgang hat auch das beste Werkzeug nur eine kurze Lebensdauer.“

tmm

Auf meiner
Route bin
ich **CHEFIN**

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



www.die-zusteller.de

die-Zusteller 

Dein Bezirk.
Deine Route.
Deine Entscheidung.



Mehr als ein Brötchen mit Loch

Trendy (Protein-)Bagels: Mit oder ohne Eiweiß-Extra?

Eigentlich ist der Bagel ein simples Hefegebäck. Sein interessantes Aussehen, ringförmig mit Loch in der Mitte, lässt jedoch erahnen, dass mehr in ihm steckt. Wer schon mal einen Bagel gegessen hat, weiß, was ihn geschmacklich besonders macht. Außen eine leicht glänzende, knusprige Kruste, innen eine weiche und kompakte Krume. Kaum ein anderes Gebäck fühlt sich so an.

In New York gehört der Bagel zum Sonntagmorgen wie bei uns das Brötchen. Svenja Ostwald, deutsche Bestseller-Autorin und Gesundheits-Coachin, lebt seit Jahren in der Metropole. „Bei uns gibt es jeden Sonntag Bagels“, sagt sie. „Mein Mann und ich bevorzugen mit Mohn bestreute Bagels, immer getoastet.“

Ihre Kinder mögen lieber die Varianten Plain oder Cinnamon Raisin. „Plain“ lässt sich mit „normal“ übersetzen. Ein Bagel ganz ohne extra Gewürze, Kräuter oder Körner. Cinnamon Raisin ist ein Bagel mit Zimt und Rosinen im Teig. Meist werden die Bagels in der Familie geteilt, so Ostwald: „Die richtigen Bagels sind so riesig, da schafft man keinen ganzen.“

Über Social Media ist der Bagel nach Deutschland geschwappt. Jetzt surft er auf der Welle des Protein-Hypes. Er findet sich in Insta-Feeds und in Auslagen von Bäckereien. Neuerdings sogar als proteinangereichertes Fertigprodukt im Supermarkt. Doch was macht den Bagel so besonders, und hält der Hype, was er verspricht?

Was den Bagel so besonders macht

Dass der Bagel anders schmeckt als ein gewöhnliches Brötchen, liegt am Herstellungsprozess. Bevor der ringförmige Teigling in den Ofen kommt, wird er kurz in Wasser gekocht. „Dabei verändert sich die Stärke an der Oberfläche, sodass sich beim Backen die typisch feste, glänzende Kruste bildet“, erklärt Anja Schwengel-Exner, Ernährungsexpertin bei der Verbraucherzentrale Bayern. Zusätze wie Honig, Malz oder Natron im Kochwasser tragen zum typischen Geschmack und zur dunkleren Farbe bei.

Das Loch in der Mitte ist kein Zufall. Es sorgt dafür, dass der Teig beim Kochen schneller durchgart und die Hitze sich beim Backen gleichmäßig verteilt. Als wünschenswerten Nebeneffekt vergrößert das Loch die Oberfläche, so entstehen mehr Kruste und Aroma.

Bagels trocknen allerdings



Bagels mit der Extraportion Eiweiß: Sie sind mit Lachs, Avocado und Frischkäse gefüllt.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

schnell aus und werden hart, da sie vergleichsweise wenig Feuchtigkeit enthalten. Am besten genießt man den Bagel frisch oder friert ihn ein. „Nach dem Auftauen kurz im Toaster aufbacken, so schmecken sie fast wie neu“, sagt Schwengel-Exner.

Der Protein-Trend: sinnvoll oder überflüssig?

Auf TikTok und Instagram macht gerade der Protein-Bagel die Runde. Versprochen werden viel Eiweiß und gesunder Genuss. Antje Gahl, Leiterin Referat Öffentlichkeitsarbeit bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, bremst die Erwartungen etwas. „Grundsätzlich haben wir in Deutschland keine Probleme mit der Proteinversorgung“, sagt sie. Spezielle mit Protein angereicherte Lebensmittel sind meist überflüssig.

Fertige Protein-Bagels aus dem Supermarkt beurteilt sie aus diesem Grund kritisch. Zudem gilt die angegebene Proteinmenge häufig für die gesamte Packung und nicht für einen einzelnen Bagel.

Ganz anders beurteilt sie selbst gebackene Bagels. „Wer selbst backt, kann nach Geschmack den Proteingehalt ganz unkompliziert erhöhen“, sagt Gahl und schlägt Vollkornmehl statt Weißmehl oder die Zugabe von Magerquark in den Teig vor. Oder man peppt normale Bagels mit proteinreichem Belag wie Quark, Hütten-

käse, Lachs oder Hühnchen auf. „Alles, was man selbst zubereitet, ist meistens etwas wert“, so Gahl.

In 20 Minuten selbst gemacht

Durch die sozialen Netzwerke geistern viele Rezepte, die sich im wesentlichen so zusammenfassen lassen: Bagels aus der Heißluftfritteuse, wenige Zutaten, zwanzig Minuten, ohne Hefe, Warten und Kochen. Ostwald schwört im fernen New York auf ihr eigenes Rezept. „Unglaublich einfach, unglaublich lecker“, sagt sie.

Typisch amerikanisch werden in Ostwalds Rezept Volumen- und keine Gramm-Angaben gemacht, manchmal auch Angaben in Cups, die es mittlerweile auch hierzulande gibt. Für vier Bagels 120 ml Mehl (1/2 Cup) mit 240 ml griechischem Joghurt (1 Cup), 2 TL Backpulver und einer Prise Salz vermengen und zu Ringen formen. Ein Eiweiß mit einem Teelöffel Wasser verquirlen, die Bagels damit bestreichen und nach Belieben mit Everything Bagel Seasoning bestreuen. Bei 150 Grad zehn Minuten im vorgeheizten Air Fryer backen und einmal wenden.

Tipp zum Nachbacken: Wenn man den Teig mit der Knetmaschine anrührt, muss zusätzlich Mehl nachgegeben werden, damit man ihn formen kann. Sonst wird er zu flüssig. Es lohnt sich wirklich, hier von Hand zu kneten.

Everything Bagel Seasoning? Das Gewürz, das alles kann

Wer in New York einen herzhaften Bagel isst, der würzt ihn meist mit Everything Bagel Seasoning. Eine Mischung aus weißem und schwarzem Sesam, Mohn, getrockneten Röstzwiebeln, Knoblauchflocken und grobem Meersalz. In den USA hat die Gewürzmischung längst Kultstatus. Inzwischen bieten auch deutsche Gewürzhersteller eigene Varianten an. Svenja Ostwald schwört drauf. „Ich streue es auf Avocado-Toast, Rührei, Bowls, geröstetes Gemüse, Lachs, eigentlich auf fast alles.“

Sie hat zwei Tipps fürs Selbermachen parat. Zuerst je zwei Esslöffel weißen und schwar-

zen Sesam und einen Esslöffel Mohn kurz in einer trockenen Pfanne rösten, bis die Aromen aufsteigen. Abkühlen lassen. Dann circa einen Esslöffel voll getrocknete Röstzwiebeln zerkleinern, bis sie die Größe des Sesams haben. Alle Zutaten zusammen mit einem Esslöffel Knoblauchflocken und einem Teelöffel grobem Meersalz in ein Schraubglas füllen. Die Mischung hält sich wochenlang.

Womit Bagels belegen?

Die klassische NYC-Kombination bleibt unschlagbar: Cream Cheese mit Räucherlachs. Es gibt jedoch unzählige Frischkäse-Varianten: herzhaft mit Frühlingszwiebeln und gebratenem Speck, pikant mit Cheddar und gewürfelten Jalapeños oder mediterran inspiriert mit

Oliven und Piment-Paprika. Süße Frischkäse-Variationen passen perfekt auf Zimt-Rosinen-, French-Toast- oder Blaubeer-Bagels.

Es gibt Cream Cheese mit bunten Streuseln, mit Keksteigstückchen, mit Espresso oder, wieder typisch amerikanisch, mit Erdnussbutter. Für Veganer werden viele dieser Sorten mit Tofu-Aufstrich als Basis angeboten.

Wer es leichter mag, greift zu körnigem Frischkäse mit Avocado und Chiliflocken.

Und wer nach dem Sport satt werden will, belegt den Bagel mit Hüttenkäse, einem Stück Lachs oder Hühnchen. Rund wird das Ganze mit einer Prise Everything Bagel Seasoning.

tmm



Es muss nicht immer herzhaft sein: Wer Bagels süß mag, kommt mit Rosinen und Zimt auf seine Kosten.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

Verkauf

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

Ankauf

Kaufe Modelleisenbahnen und Zubehör aller Hersteller, komplette Sammlungen in jeder Größenordnung zum fairen Preis.
Rufe zurück. 0177 3147538

Landwirtschaft&Forsten

Brennholz Buche Eiche 10 Srm
720 € m Lief. Tel. 0176 62681914

Immowelt

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



Immobilien-Sofortkauf.de
Wir suchen Häuser von privat!
-bundesweit- 06625-1820

Anzeigen ...

... informieren gründlich!

Autoanzeigen

Auto-Ankäufe

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

Suchen Sie ein Zimmer, eine Wohnung, ein Haus?

Eine Anzeige in Ihrer Zeitung hilft immer!



Auch auf belegten Bagels darf das Everything Bagel Seasoning nicht fehlen. Wer mag, streut auch noch ein paar Chiliflocken drüber.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

Mindesthaltbarkeitsdatum im Check

Ernährungsexperten erklären, was wirklich hinter den Angaben auf Verpackungen steckt

„Mindestens haltbar bis“ – das klingt nach einer klaren Grenze. Doch was passiert eigentlich, wenn dieses Datum überschritten ist? Ist der Joghurt dann schlecht, weil das vorgestern war? Und worin liegt der Unterschied, wenn auf der Verpackung mit dem Räucherlachs „zu verbrauchen bis“ steht? Ist das nur ein Richtwert und ich kann den drei Tage danach auch noch essen?

Rund um solche Angaben auf Verpackungen kursieren viele Missverständnisse. Zeit, mit einigen hartnäckigen Mythen aufzuräumen. Die Ernährungsexperten der Verbraucherzentrale NRW haben genauer hingeschaut und klären auf.

■ Mythos Nr. 1: Das MHD gibt an, wann ein Lebensmittel verderbt

Das stimmt nicht. Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) ist eine eher technische Definition. Bis zu diesem Datum garantieren Hersteller, dass ein ungeöffnetes Lebensmittel bei durchgehend richtiger Lagerung seine spezifischen Eigenschaften wie Geruch, Geschmack und Nährwert behält.

Bei kühlpflichtigen Lebensmitteln gilt diese Garantie nur, wenn sie auch durchgehend gekühlt gelagert werden. Daher ist oft auch eine Temperatur aufgedruckt. Wie lange das Produkt tatsächlich bedenkenlos genießbar ist, begrenzt diese Angabe also erst einmal nicht.

Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) ist eben kein Verfallsdatum. „Nach Ablauf kann man mit den eigenen Sinnen sehen, riechen, schmecken und damit prüfen, ob ein Lebensmittel noch essbar ist. Ist Schimmel zu erkennen, riecht es unangenehm, schmeckt es ungewöhnlich säuerlich, oder prickelt auf der Zunge? Dann lieber Finger weg!“, sagt June Dilger, Ernährungswissenschaftlerin bei der Verbraucherzentrale.

Um nichts wegschmeißen zu müssen, lohnt es sich bereits beim Einkauf auf passende Mengen zu achten, so Dilger. Sie rät, nur das auf Vorrat zu kaufen, was auch richtig gelagert werden kann, etwa gekühlt im Kühlschrank. Man sollte realistisch einschätzen, was vor Ablauf des MHD oder Verbrauchsdatums verbraucht wird.

Dabei sei es hilfreich, Lebensmittel so zu lagern, dass Produkte mit dem kürzeren MHD vorn stehen. So behält man den

Überblick und verbraucht zu erst, was als Nächstes abläuft.

■ Mythos Nr. 2: MHD, Verbrauchsdatum, Ablaufdatum, Verfallsdatum – alle meinen doch das Gleiche

Falsch! Während Produkte mit einem Mindesthaltbarkeitsdatum oft auch noch nach Ablauf dessen bedenkenlos verzehrt werden können, dürfen Produkte mit Verbrauchsdatum nur bis zu diesem Zeitpunkt verzehrt werden. Das ist bei schnell verderblichen und empfindlichen Lebensmitteln der Fall, etwa bei frischem Fisch oder frischem Fleisch, vorgeschnittenen Salaten oder gestückeltem Obst. Hier kann nach Ablauf des Verbrauchsdatums eine Gesundheitsgefahr durch Keime entstehen.

Begriffe wie „Ablaufdatum“ oder „Verfallsdatum“ sind keine offiziellen Bezeichnungen, sondern umgangssprachlich, stellen die Verbraucherschützer klar.

■ Mythos Nr. 3: Das MHD gilt ohne Wenn und Aber, also, auch wenn eine Packung schon angebrochen ist

Das stimmt so nicht. Die Mindesthaltbarkeit gilt nur für ungeöffnete Lebensmittel. „Ist ein Joghurt zum Beispiel laut MHD noch zwei Wochen haltbar, aber bereits seit einigen Tagen geöffnet, greift diese Angabe nicht mehr“, sagt June Dilger.

Und das hat Gründe: Nach dem Öffnen könnten Luft, Feuchtigkeit und Keime den Verderb beschleunigen. „Das geht besonders schnell, wenn sich im Kühlschrank bereits verschimmelte oder verdorbene Lebensmittel befinden“, so Dilger.

Einmal geöffnet, hat das MHD also generell keine Aussagekraft mehr. Hier sei das Prüfen mit den eigenen Sinnen besonders sinnig. Dilger gibt Tipps, wie Produkte auch nach dem Öffnen länger halten:

■ Lebensmittel wie Marmelade, Butter oder Joghurt immer mit sauberem, frischem Besteck entnehmen. Denn sonst können Keime, Krümel oder andere Verunreinigungen ins Produkt gelangen und das Lebensmittel kann deutlich schneller verderben.

■ Am Stück halten sich geöffnete Lebensmittel oft länger als

geschnitten oder zerkleinert, denn Schnittflächen bieten Keimen größere Angriffsfläche. Ein Laib Brot bleibt zum Beispiel länger frisch als einzelne Scheiben. Ähnlich ist es bei Käse, denn geriebener Käse verdirbt deutlich schneller als in Scheiben, wobei er am Stück am längsten frisch bleibt.

■ Entscheidend während der Lagerung und auch nach dem Öffnen sind auch die Lagerhinweise auf der Packung wie „kühl lagern“, „zügig verbrauchen“ oder „vor Wärme und Feuchtigkeit schützen“. Konkrete Angaben zur Lagertemperatur sollten unbedingt eingehalten werden – auch beim Transport vom Supermarkt bis nach Hause.

„Und ganz wichtig ist eben auch die eigene Prüfung: Riecht, schmeckt oder sieht das Lebensmittel unauffällig aus?“, erinnert Dilger.

■ Mythos Nr. 4: Jedes Lebensmittel hat ein MHD

Das stimmt nicht. Eine Reihe von Lebensmitteln ist von einer Kennzeichnung ausgenommen, etwa Obst, Gemüse oder Brot vom Bäcker. Das liegt daran, dass sie ohnehin meist schnell verbraucht werden und leicht erkennbar ist, ob sie noch frisch sind.

■ Mythos Nr. 5: Produkte mit einem überschrittenen MHD dürfen nicht mehr verkauft werden

Das stimmt so auch nicht. Auch nach Ablauf des MHD dürfen Produkte weiter verkauft werden, wenn darauf hingewiesen wird. Die Sorgfaltspflicht liegt dann allerdings nicht mehr beim Hersteller, sondern beim Händler. Daher werden solche Produkte leider oft vorsorglich weggeworfen. Lebensmittel kurz vor Ablauf ihres MHD, werden in vielen Geschäften aber oft zu einem günstigeren Preis angeboten – eine echte Möglichkeit, um Geld zu sparen und gleichzeitig Lebensmittel zu retten.

Ein Weiterverkauf von Produkten mit einem abgelaufenen Verbrauchsdatum hingegen ist verboten. Dilger: „Das Verbrauchsdatum ist eine Sicherheitsgrenze: Ist es überschritten, kann das Lebensmittel eine Gesundheitsgefahr darstellen und gehört weder in den Verkauf noch auf den Teller.“

tmn



MHD ist überschritten? Dennoch kann der Joghurt noch in Ordnung sein.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA



ASKLEPIOS
KLINIKEN BAD WILDUNGEN

informiert

Neuer Chefarzt und ein eingespieltes Team

Stadtklinik fördert den Fachbereich Lungenheilkunde

Bad Wildungen. Die Asklepios Stadtklinik Bad Wildungen stellt die Weichen für die weitere Entwicklung ihrer Pneumologie: Zum 1. Juli hat Walid Kteiche die Leitung der Abteilung als neuer Chefarzt übernommen. Gemeinsam mit seinem Kollegen Mohamed Zoeir, der Mitte Juli als Leitender Oberarzt begonnen hat, sowie der Chefarztsekretärin Nora Scheibner verstärkt ein bereits eingespieltes Team die Stadtklinik.

Zuletzt waren Walid Kteiche, Mohamed Zoeir und Nora Scheibner gemeinsam am Kreiskrankenhaus Rotenburg an der Fulda tätig, wo Herr Kteiche bereits als Chefarzt Verantwortung trug. Dort etablierte sich eine enge und verlässliche Zusammenarbeit, durch die die pneumologische Versorgung in der Region ausgebaut werden konnte. Diese bewährte Zusammenarbeit wird nun an der Asklepios Stadtklinik fortgeführt und kommt damit der Weiterentwicklung des Fachbereichs zugute. Walid Kteiche bringt eine breite klinische Erfahrung aus verschiedenen stationären und universitären Einrichtungen mit. Vor seiner Zeit am Kreiskrankenhaus Rotenburg an der Fulda arbeitete er bis zu seiner Facharztausbildung im Bereich Innere Medizin und Pneumologie an der Ruhrlandklinik, Universitätsmedizin Essen. Anschließend absolvierte er am Universitätsklinikum Essen die Zusatzbezeichnung Infektiologie und konnte währenddessen wichtige fachliche Schwerpunkte setzen. Danach war er als Oberarzt für Pneumologie an der Universitätsklinik Wuppertal tätig. Zum 1. August 2023 wechselte er als Leitender Oberarzt für Pneumologie an das Kreiskrankenhaus Rotenburg an der Fulda. Dort übernahm er später die Leitung der Abteilung als Chefarzt und führte die Pneumologie bis zu seinem Wechsel in



Die Asklepios Stadtklinik Bad Wildungen will ihren Patienten eine wohnortnahe medizinische Versorgung auf hohem fachlichem Niveau anbieten. Gemeinsam mit dem neuen Chefarzt Walid Kteiche (l.) und Oberarzt Mohamed Zoeir (r.) setzt Geschäftsführer Fabian Mäser (Bildmitte) dabei auf die Weiterentwicklung der Pneumologie.

FOTO: ASKLEPIOS

die Asklepios Stadtklinik Bad Wildungen. Mit seiner langjährigen Erfahrung wird Herr Kteiche die Pneumologie fachlich und strukturell – gemeinsam mit seinem Team – weiterentwickeln. Ein besonderes Anliegen ist ihm dabei die enge interdisziplinäre Zusammenarbeit sowie die Förderung des ärztlichen Nachwuchses. „Ich freue mich sehr auf die neue Aufgabe und darauf, gemeinsam mit meinem Team neue Impulse zu setzen. Besonders wichtig sind mir eine vertrauensvolle und hochwertige Patientenversorgung, ein funktionierendes Teamgefüge sowie die Aus- und Weiterbildung junger Ärztinnen und Ärzte“, sagt Kteiche.

Das Leistungsspektrum

Die Pneumologie der Stadtklinik bietet eine umfassende Diagnostik und Behandlung des gesamten Spektrums akuter und chronischer Erkrankungen der Lunge und Atemwege. Besondere Schwerpunkte liegen in der Diagnostik und Therapie von Lungenkarzinomen, COPD, Asthma bronchiale, Lungenentzündungen, Pleurerkrankungen, interstitiellen und infektiologischen Lungenerkrankungen sowie schlafbe-

zogenen Atmungsstörungen. Zum Leistungsspektrum gehören zudem moderne Verfahren der Lungenfunktionsdiagnostik, die starre und flexible Bronchoskopie sowie eine umfassende pneumologische Versorgung im stationären und ambulanten Bereich.

Fabian Mäser, Geschäftsführer der Asklepios Kliniken Bad Wildungen, begrüßt den neuen Chefarzt sowie seine beiden Kollegen herzlich: „Mit Herrn Kteiche gewinnen wir einen erfahrenen und fachlich hervorragenden ausgewiesenen Pneumologen, der die Weiterentwicklung unserer Abteilung mit großer Kompetenz vorantreiben wird. Gemeinsam mit seinem eingespielten Team bringt er beste Voraussetzungen mit, um die pneumologische Versorgung in unserer Region nachhaltig zu stärken. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und wünschen ihm und seinem Team für seine neue Aufgabe viel Erfolg.“

Mit der personellen Verstärkung setzt die Asklepios Stadtklinik Bad Wildungen ihren Weg fort, die pneumologische Versorgung kontinuierlich auszubauen und ihren Patienten eine wohnortnahe medizinische Versorgung auf hohem fachlichem Niveau anzubieten.



Das aufgedruckte Datum bei körnigem Frischkäse ist ein Mindesthaltbarkeitsdatum und kein Verbrauchsdatum. Er kann noch völlig in Ordnung sein – wenn er nicht bereits geöffnet war.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA

Genuss und viel Bewegung

Das Stadtparkfest hat gestern begonnen und morgen folgt ein großes Spielfest

Korbach – Der Stadtpark in Korbach steht an diesem Wochenende ganz im Zeichen von Begegnung, Unterhaltung und gemeinsamen Erlebnissen. Das Stadtparkfest, veranstaltet von der Münch Unternehmensgruppe GbR aus Pohlheim, findet auf der Wiese zwischen Skaterpark und Wasser statt. Für den musikalischen Auftakt sorgte der Korbacher DJ Jan Martin Zwick am Freitagabend.

Am heutigen Samstag, 15. August, geht es ab 12 Uhr im Stadtpark festlich weiter. Über den gesamten Tag erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches Musikprogramm. Die jüngeren Gäste können mehrere große Hüpfburgen den ganzen Tag kostenfrei nutzen. Am Abend gehört die Bühne dann den „Gogorillas“ aus Hannover. Die Showband sorgt mit ihrem 90er-Jahre-Party-Pop-Programm für einen musikalischen Höhepunkt. Auch am Samstag ist das Veranstaltungsgelände bis 1 Uhr geöffnet.

In einem Biergarten können die Besucher den Sommerabend bei Getränken genießen. Abwechslungsreich ist auch das Essensangebot.

Das große Spielfest der Stadt Korbach – organisiert von der Kreis- und Hansestadt – schließt sich am morgigen Sonntag, 16. August, an. Es soll wieder ein großer Tag für Kinder und Familien werden. An vielen Stationen sind Spiele und Spaß garantiert: Von 12 bis 18 Uhr bietet das große Spielfest, gemeinsam mit vielen anderen Akteuren,

ein buntes und vielfältiges Programm. In diesem Jahr findet die Veranstaltung wieder im Korbacher Stadtpark sowie in der neuen Anlage des Goldparks statt.

Das Angebot umfasst mehrere Hüpfburgen, unter anderem eine Piratenrutsche, sowie die beliebte Skisprungschanze des Skiclubs Willingen, Kreativ- und Bastelangebote, Kariestunnel, Löschhaus der Jugendfeuerwehr, Fußballdartscheibe und vieles mehr. Auch Workshops und Wettbewerbe sind auf dem Basketball- und Fußballfeld sowie an der Calisthenics-Anlage geplant.

In Zusammenarbeit mit Sebastian Gleim vom Programm „Miteinander bewegt“, dem Sportkreis sowie dem Landkreis wird das diesjährige Spielfest durch inklusive Angebote erweitert. Die Besucherinnen und Besucher können Aktionen wie Hobby Horsing, Floorball, eine Olympiade und mehr verfolgen.

In Kooperation mit dem Haus am Nordwall werden wieder für alle Interessierten in der Zeit von 14 bis 17 Uhr kostenfreie Rikscha-Fahrten angeboten. Dank spezieller Rollstuhl-Rikschas können auch Besucher mit eingeschränkter Mobilität das Angebot bequem und barrierefrei nutzen.

Ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm ist an diesem Tag ebenso geplant. Die Cheerleader Golden Sparks, die Turn- und Twirlingabteilung des TSV Korbach sowie die



Station im Stadtpark: Beim Korbacher Spielfest erlaubt die Kletterwand am kommenden Sonntag einen steilen Aufstieg.

FOTOS: STADT KORBACH/PR

Tanz-AG des Jugendhauses Korbach und die „Bust-a-move-Dance Academy“ sorgen für ein buntes Unterhaltungsprogramm. Ebenfalls stellen sich die Fechtabteilung und die Tae-

kwondoabteilung des TSV Korbach vor und bieten neben einem Bühnenauftritt auch Mitmachangebote an. Für alle Paw Patrol-Fans gibt es eine Tanz- und Animationsshow mit einer



Hüpfburgen werden für die kleinen Besucherinnen und Besucher aufgebaut.

Seifenblasen-Show sowie einem anschließenden Walk-Act.

Bei so viel Programm und Aktion dürfen Ruhepausen und eine Chill-out-Area natürlich nicht fehlen. Gelegenheiten dafür wird es reichlich geben. Zu

familienfreundlichen Preisen kann man sich mit Getränken, Kuchen und Waffeln sowie an verschiedenen Foodtrucks stärken. Der Eintritt zum Spielfest sowie alle Aktionen sind kostenfrei.

red

Wenn Küche, dann richtig!

Jetzt Planungstermin mit unseren Küchenberatern vereinbaren!



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



Jubiläums-Bonus!

€ 200,-

Gültig bei einem Einkaufswert ab € 2.000,-

€ 500,-

Gültig bei einem Einkaufswert ab € 5.000,-

€ 1.000,-

Gültig bei einem Einkaufswert ab € 10.000,-

Unser Geschäftsführer Fritz Klug feiert in diesem Jahr sein 50-jähriges Firmenjubiläum! Profitieren auch Sie davon mit einem Einkaufsbonus! Keine Barauszahlung möglich. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Gültig nur für Neuaufträge.

MÖBELKREIS® KÜCHE & EINRICHTEN

Korbach-Meininghausen · www.moebelkreis.de