

Alten Schmuck loswerden ?...
...es lohnt sich ! Sofortige Barauszahlung

Wir kaufen:

- Goldschmuck •
- Zahngold •
- Gold, und Silbermünzen •
- Silberbestecke •
- Silberschmuck •

Juwelier & Trauringstudio
Rubin

Bahnhofstr. 2
 34497 Korbach
 ☎ 05631/9862440

HEIMAT NACHRICHTEN

FRANKENBERG


Goldankauf Stefan
oberhalb der Fußgängerzone - direkt gegenüber vom Cafe Nostalgie

- » Gold und Silber
- » Münzen
- » Uhren
- » Edelsteine
- » Pelze + Leder
- » Zahngold

bis 70,- € pro Gramm

Neustädter Straße 53 • 35066 Frankenberg (Eder)
 Tel. 06451 7492694 • Mobil 0163 2332816


Frankenberg
 ABBA-Konzert im
 Philipp-Soldan-Forum.



Bottendorf
 Musikzug plant
 Jubiläumsfest in 2025.



Allendorf/Eder
 Spende: 1000 Euro für
 die Lebenshilfe.



4. Jhg. ■ Nr. 7

17. Februar 2024

Bäche werden renaturiert

Zur Vorbereitung werden im Frankenger Teichgelände Bäume gefällt



Im Teichgelände werden einige der Hybridpappeln zwischen dem Teich und dem Damm zur Kreisstraße für die Renaturierung von Nemphe und Kaltes Wasser gefällt.

FOTO: STADT/NH

Frankenberg – Entlang der Kreisstraße 117 am Frankenger Teichgelände werden bis Ende Februar erneut einige der dort stehenden Hybridpappeln entfernt. Darauf weist die Stadt Frankenberg hin.

Bereits 2023 hatte die Stadt begonnen, mehrere der groß-

gewachsenen Bäume zu fällen, weil sie den dahinter und dazwischen stehenden Erlen Licht und Platz nehmen, wie die Stadtverwaltung erläutert.

„Die Pappeln sind genetisch veränderte, schnell wachsende Bäume, die aus Sicht des Naturschutzes dort

nicht gewollt sind. Die im Unterholz aufkommenden Erlen und Weiden hingegen kommen an dieser Stelle natürlicherweise vor, ihr Wachstum soll gefördert werden“, heißt es in der aktuellen Pressemitteilung.

Alle Rodungs- und Gehölzschnittmaßnahmen seien

mit der Naturschutzbehörde abgestimmt und werden bis Ende Februar durchgeführt, bevor die Brut- und Setzzeit beginnt.

Die Arbeiten passieren im Vorgriff auf die Renaturierung der Bäche Nemphe und Kaltes Wasser in diesem Bereich. Ziel sei, das Gewässer

und die Uferbereiche ökologisch aufzuwerten. Der Bach Kaltes Wasser mündet im Teichgelände in die Nemphe, diese mündet im Ederuferpark in die Eder. Beide Bäche werden naturnah umgestaltet, die Nemphe im Landesprogramm „100 wilde Bäche“.

nh/jpa

Ihr Juwelier vor Ort!

LEXA
 Uhren & Meister-Goldschmiede
 Frankenberg · Neustädter Str. 1
 Telefon 06451 22966

www.juwelier-lexa.de

MKG® Der Dienstleister
Seit 1989

- Express- u. sonstige Transporte
- 24 Std.-Notdienst
- Möbeleinlagerung
- Möbel- & Umzug-Transporte
- Maler- & Renovierungsarbeiten
- Service-Dienstleistungen

Tel.: 0171 3833571
mkg-der-dienstleister@web.de

**-Bäckerei-
SCHATZ**
natürlich aus Röddenau!

**Jetzt sonntags geöffnet
von 7.00 bis 10.30 Uhr**




**Brötchen der Woche:
Western-Käse-Laugenbrötchen**



Muschelweg 6
 35066 Röddenau
 ☎ 06451 8262

Herzliche Einladung
 zur Markteinführung unserer neuen Volkswagen
 Modelle **Tiguan, T-Cross und Passat.**

Am 24.02. von 9 - 15 Uhr bei uns

Die neuen Volkswagen Modelle Tiguan, T-Cross und Passat feiern am 24. Februar Ihre große Markteinführung bei uns in den Volkswagen Autohäusern. Seien Sie dabei und lernen Sie die neuen Fahrzeuge in entspannter Atmosphäre, bei leckeren Snacks und Getränken kennen. **Wir freuen uns gemeinsam mit Ihnen, Ihren Freunden und Ihrer Familie, diesen besonderen Tag zu feiern.**

Verbrauchsangaben der neuen Modelle nach WLTP: Tiguan Kraftstoffverbrauch (kombiniert): 6,1 l/100 km; CO₂-Emissionen (kombiniert): 139 g/km. Passat Kraftstoffverbrauch (kombiniert): 5,4 l/100 km; CO₂-Emissionen (kombiniert): 122 g/km. T-Cross Kraftstoffverbrauch (kombiniert): 5,6 l/100 km; CO₂-Emissionen (kombiniert): 127 g/km. Für die Fahrzeuge liegen nur noch Verbrauchswerte nach WLTP und nicht nach NEFZ vor. Weitere Informationen unter www.vw.de/wltp

Attraktive Finanzierungs- und Leasingangebote zum Aktionstag warten auf Sie.

HOFFMANN
 Autohaus

Friedrich Hoffmann GmbH & Co. KG
 Am Gelben Berg · 59846 Sundern · Tel. 02933 9768-0
 Remmeswiese 24 · 59955 Winterberg · Tel. 02981 9207-0
 Warsteiner Str. 50 · 59872 Meschede · Tel. 0291 9966-0
 Wickersdorfer Ring 6 · 35099 Burgwald · Tel. 06451 23020-0
info@friedrich-hoffmann.de · www.friedrich-hoffmann.de

Heimatverein pflegt Grünfläche am Freibad

Arbeitseinsatz in Löhlbach



Damit Narzissen blühen können: Sandra Jakobi vom Heimatverein Löhlbach beim Laubrechen. FOTO: HEINZ BRÜCK

Löhlbach – Einen Arbeitseinsatz zur Pflege der Grünfläche am Grünstreifen am Schwimmbadparkplatz haben Mitglieder des Heimat- und Kulturvereins Löhlbach unter Anleitung von Sandra Jakobi absolviert.

Die Grünfläche wurde von Laub befreit, damit die ersten Frühlingsblüher wie Schneeglöckchen und Narzissen ihre Pracht entfalten können. Erste Triebe zeigen sich schon.

Im vorigen Herbst hatte der Heimatverein dort Blumenzwiebel gepflanzt.

Der Verein bittet alle Hundebesitzer, darauf zu achten, diese Grünfläche nicht als Hundeklo zu benutzen. hz

Frankenberg/Battenfeld – Der Kreisverband des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC) wurde im September gegründet und ist seit Ende 2023 ein gemeinnütziger eingetragener Verein. Nun organisiert er kostenlose Schrauberkurse.

Der ADFC hat bundesweit 230 000 Mitglieder, in Hessen über 20 000 und in Waldeck-Frankenberg 172 Mitglieder, teilt der Kreisverband mit.

Der Vorstand im Landkreis besteht aus vier gleichberechtigten Vorstandsmitgliedern: Peter Frese, Dorothea Gutekunst (beide Willingen), Wolfgang Kratzert (Frankenberg) und Gitta Röth (Frankenau). In den größeren Städten werden Regionalbeauftragte eingesetzt.

Zwei Mitglieder haben am Hessen-Forum, einer Fortbildungsveranstaltung für Radinteressierten und Aktive des ADFC, in Bad Homburg teilgenommen. Der Landkreis Waldeck-Frankenberg war einer der letzten Kreise in Hessen, die noch keinen örtlichen ADFC hatten. Der neue Club will sich für die Interessen der Radfahrer einsetzen. Der Kreisverband bietet „Schrauberkurse“ für Fahrradfahrer an, die unterwegs Kleinreparaturen am Rad



Beim Hessen-Forum nahmen (von links) Helga Hofmann und Ansgar Hegerfeld den ADFC-Kreisverband Waldeck-Frankenberg, vertreten durch Dorothea Gutekunst und Wolfgang Kratzert, in den Landesverband auf. FOTO: ADFC/NH

selbst erledigen wollen. Am Samstag, 17. Februar, und Samstag, 24. Februar, finden die kostenlosen Kurse in Frankenberg und Allendorf/Eder statt. Der erste Kurs am 17. Fe-

bruar für ungeübte Bastler findet von 13 bis 15 Uhr in der „Fahrradschmiede“ im Einkaufszentrum Battenfeld statt. Es werden einfache Reparaturen erklärt und Fragen beantwortet. Die Teilnehmer können ihr eigenes Rad mitbringen und das Erlernte gleich in die Praxis umsetzen.

Der zweite Kurs am 24. Februar für erfahrenere Bastler findet von 13.30 bis 15.30 Uhr bei „Zweirad-Fiedler – Alles ums Rad“ in Frankenberg statt. Es werden anspruchsvollere Reparaturen erklärt. Auch hier ist das Mitbringen des eigenen Fahrrades möglich, um Probleme gleich vor Ort abzuklären.

Der ADFC ist dankbar dafür, dass die beiden Fahrradläden die Aktion unterstützen. „Man sollte allerdings keine Fahrradmechaniker-Ausbildung in zwei Stunden erwarten“, teilt der Club vorsorglich mit. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Anmeldung per Mail an vorstand@adfc-wa-fkb.de. Infos unter Tel. 0 64 51/ 62 16.. nh/mab

Viel Spaß bei der Winterparty

Erfolgreiche Aktion des Vereins Frohsinn

Frankenberg – Der Verein Frohsinn hatte erstmals zur Winterparty eingeladen. Im Gasthaus Vöhl in Frankenberg verbrachten die Mitglieder einen unterhaltsamen Abend.

Hits der 50er- und 60er-Jahre

Die Veranstaltung wurde musikalisch von der Liveband Trio Schlagerlust begleitet, die mit Hits der 50er- und 60er-Jahre für eine ausgelassene Stimmung sorgte. Die

mitreißenden Klänge animierten die rund 70 Vereinsmitglieder sowie Freunde und Familienmitglieder zum Tanzen und Mitsingen.

Die Atmosphäre war geprägt von Freude und Fröhlichkeit, teilt der Verein mit. Zur Stärkung gab es ein Schnitzelbuffet.

Die Winterparty erwies sich als voller Erfolg und hinterließ bei den Teilnehmern bleibende positive Eindrücke. Mit Vorfreude blicken sie bereits auf weitere Erlebnisse im Kreise ihrer Vereinsfamilie. nh/mab

ABBA-Konzert im Philipp-Soldan-Forum

Tribute-Band tritt am 8. März in Frankenberg auf – Vorverkauf

Frankenberg – Ein ABBA-Tribute-Konzert mit dem Titel „Voulez Vous“ findet am Freitag, 8. März, ab 20 Uhr im Frankenger Philipp-Soldan-Forum statt. Das Konzert „Voulez Vous – The Abba Tribute Concert“ erinnert an die legendäre schwedische Band ABBA.

Diese vier Buchstaben stehen für die vier charismatischen Ausnahmekünstler Agnetha Fältskog, Björn Ulvæus, Benny Andersson und Anni-Frid Lyngstad, die sich 1972 in Stockholm zur Popgruppe „ABBA“ formierten. ABBA gehört mit rund 400 Millionen verkauften Tonträgern zu den erfolgreichsten Bands der Musikgeschichte.

Der Durchbruch gelang ABBA am 6. April 1974, als die Band mit „Waterloo“ den 19. Eurovision Song Contest im britischen Brighton gewann. Es folgten unzählige Hits wie



Abba-Tribute in Frankenberg: Das Konzert findet am 8. März im Philipp-Soldan-Forum statt. FOTO: CONCERT4YOU/NH

„Money, Money, Money“, „Mamma Mia“, „SOS“, „Super Trouper“, „Dancing Queen“, „Fernando“ oder „Thank you for the music“.

Extravagante Plateauschuhe und schillernde Kostüme waren das Markenzeichen

der begnadeten Musiker und Soundtüftler, die die Welt der Popmusik revolutionierten. Bis heute sind die Welthits des schwedischen Quartetts aus der Musikbranche nicht mehr wegzudenken. „Voulez Vous – The Abba

Tribute Concert“ lädt alle ABBA-Fans zum Mitsingen und Mittanzen ein. Die Bühne bebte, wenn die hochkarätige Truppe aus Profi-Musikern und bekannten Musicalstars die musikalischen Meilensteine einer beispiellosen Weltkarriere in Erinnerung rufen wird. nh/off

Karten für das Konzert gibt es zum Vorverkaufspreis von 44 Euro in der HNA-Geschäftsstelle sowie in der Frankenger Buchhandlung Inge Jakobi.

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 €**



nh-wochenzeitungen.de
IMPRESSUM

Herausgeber: NHW Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV: Frank Schmid
Leitung Geschäftskunden: Miriam Donnert (V.i.S.d.P.)
Anzeigenverkauf: Tel.: 0 64 51 / 72 33 13
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de
Layout und Gestaltung: DIGITALE KREATIV AGENTUR Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel
Druck: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1, 34123 Kassel
Zustellung: VTS Süd GmbH
Geschäftsadresse: Brückenstraße 6, 34212 Melsungen
Postanschrift: Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel, Tel.: 05 61 / 203-23 23
E-Mail: vertriebsleitung@hna.de
Anzeigenpreisliste: Nr. 3 vom 1.1.2024
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, mit Angabe Ihrer Anschrift, an vertriebsleitung@hna.de, damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

Partnerschaft mit Schule

Cornelia-Funke-Schule freut sich auf La Réunion-Schüler

Gemünden – Was vor Jahren wie eine Vision erschien, wird nun Wirklichkeit: Der Französischlehrerin Karolina Möbus von der Cornelia-Funke-Schule Gemünden ist es nach Auslandshospitationen gelungen, mit einer französischen Kollegin aus Saint Pierre auf La Réunion eine Schulpartnerschaft zu gründen. Es handelt sich um ein französisches Überseedepartement zwischen Madagaskar und Mauritius.

Damit haben die Schüler die Gelegenheit, ihre interkulturellen Kompetenzen zu erweitern und andere Kulturen kennenzulernen, schilderte Karolina Möbus. Ende Februar besuchen 13 Schüler aus La Réunion und zwei Lehrer die Cornelia-Funke-Schule. Es gibt in den darauffolgenden 14 Tagen ein abwechslungsreiches Programm, das von Karolina Möbus vorbereitet wurde.



Bei der Übergabe der Partnerschaftsurkunde des Landes Hessen an den Schulleiter des Collège Ravine des Cabris in Saint Pierre: (von links) Schulleiter M. Baldacchino, Französischlehrerin Karolina Möbus und Deutschlehrerin Alexandra Canut. FOTO: CORNELIA-FUNKE-SCHULE GEMÜNDEN/NH

Unternehmen haben dies durch ihre Spenden unterstützt: Natur-Design-Markt Gemünden, Spar- und Kreditbank Gemünden, Reisebüro Lauterbach Frankenberg, Ascenc, LVM-Versicherungen

Weber, Baumarkt Seibert Gemünden, Reifenhandel Kurek Gilserberg, Theatergruppe Gemünden.
Der Gegenbesuch soll vom 16. April bis 2. Mai 2024 stattfinden. jun

Liebe Kunden,
wir schließen unser Stoffgeschäft zum 31. März 2024 und möchten uns an dieser Stelle für Ihre langjährige Treue ganz herzlich bedanken.
ALLES MUSS RAUS daher erhalten Sie ab sofort 30% Rabatt auf das gesamte Sortiment!
Verkauf: Jeden Montag und Freitag von 9.00 bis 13.00 Uhr und Mittwoch von 14.00 bis 18.00 Uhr

Sachsenberger Straße 3 – 35066 Frankenberg-Schreufa
Industriegebiet Herrenwiese – Tel. 06451 4000-75

HNA | ZUSTELLER

Springerzusteller (m/w/d)

Werden Sie Teil unseres Teams!

Sie unterstützen aktiv die **frühmorgendliche Zeitungszustellung** in wechselnden Einsatzgebieten von Montag bis Samstag in Ihrer Region.

Sie sind flexibel, mobil und im Besitz eines gültigen Führerscheins.

Die Tätigkeit erstreckt sich **von Montag bis Samstag**. Es handelt sich hierbei um eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, informieren Sie sich telefonisch oder per Mail.

Jetzt informieren und bewerben!

HNA Vertrieb | Karina Iffland
Tel. 0561 203-1506
WhatsApp 0151 61666277
vertriebsservice@hna.de | www.hna-zusteller.de

Familientradition seit 1949

75 Jahre Textilwaren Leib in der Bahnhofstraße in Frankenberg

Frankenberg – Ein Datum prägt auch heute noch die lange und traditionsreiche Geschichte der Otto Leib KG in der Frankenger Bahnhofstraße 24: Am 10. Februar 1949 erhielt der aus Wißmar bei Gießen stammende Kaufmann Otto Leib von der Stadt Frankenberg die schriftliche Genehmigung für einen Groß- und Kleinhandel von Textilwaren – das wertvolle Dokument wird von der Familie Leib auch heute noch gehütet wie ein Aupapfel.

Mehr als sieben Jahrzehnte sind seither vergangen: Inzwischen in dritter Generation und unter dem neuen Namen „An’nettes Lädchen“ feiert das kleine mittelständische Familienunternehmen ein stolzes Jubiläum: Seit 75 Jahren ist das Geschäft in Familienhand. Mit etlichen Rabattaktionen bis 17. Februar wird der Geburtstag gefeiert.

Am 6. Juli 2019 hatte Annette Oppenborn das Geschäft übernommen, das ihr Großvater Otto Leib wenige Jahre nach dem Krieg gegründet und ihr Vater Gerhard Leib später fortgeführt hatte. „Der Laden macht mich glücklich. Hier habe ich meine Berufung gefunden“, er-

Der Laden macht mich glücklich. Hier habe ich meine Berufung gefunden.

Inhaberin Annette Oppenborn

zählt die 51-Jährige, die in diesem Jahr selbst ihr Fünfjähriges feiern kann. Besonders stolz ist sie darauf, dass ihr die ganze Familie jederzeit mit Rat und Tat zur Seite steht: Vater Gerhard Leib beispielsweise wirft jeden Tag einen Blick ins Geschäft und gehört nach wie vor zum „festen Inventar“ des Ladens,



Das Leib-Team: (stehend von links) Annette Oppenborn, Leah Imhof, Thore Imhof, Beate Imhof, Sandra Wolf, Jutta Schneider und Karin Theis sowie (sitzend von links) Jürgen Schneider, Helga Leib und Gerhard Leib. FOTOS: GERHARD MEISER

Schwester Beate Imhof gehört zu ihren vier Mitarbeiterinnen.

Auf 250 Quadratmetern verkaufen Annette Oppenborn und ihr Team unter anderem hochwertige Textilien wie Handtücher, Socken, T-Shirts und Unterwäsche, aber auch ausgefallene Accessoires, besondere Geschenkartikel, feine Süßigkeiten und auch spezielle Nudeln und Teesorten.

„Ich bin praktisch als Quereinsteigerin in das Geschäft gekommen“, berichtet Annette Oppenborn. Vor ihrer zweiten Karriere im Textilhandel mit früheren eigenen Geschäften in Rethmar und Sehnde bei Hannover studierte sie Biomedical Engineering unter anderem in Spanien und war als Ingenieurin beispielsweise in Frankreich, in

den USA und bei Ford in Köln tätig. Beim Automobiltechnikunternehmen Benteler in Paderborn arbeitete sie beispielsweise mit Roger Schmidt zusammen – der setzte seine Karriere dann aber als Fußballtrainer unter anderem bei Bayer Leverkusen fort und trainiert heute mit großem Erfolg den portugiesischen Rekordmeister Benfica Lissabon.

„Was uns besonders ausmacht, sind unsere Stickarbeiten“, sagt Annette Oppenborn, für diese Arbeiten seien drei spezielle Stickmaschinen angeschafft worden. „Wir besticken alle möglichen Textilien, beispielsweise Kuscheldecken, Handtücher und T-Shirts ganz nach den Wünschen der Kunden. Die Motive können individuell gestaltet werden“, erklärt

die Lädchen-Chefin. Die Stickarbeiten könnten vor allem in Leerlaufzeiten gut im Laden produziert werden.

Die kleinen Anfänge der „Textilwaren Leib“ in Frankenberg reichen im Grunde

Textilhandel im Haus der Schwiegereltern

bis ans Ende der Dreißigerjahre zurück. Am 11. November 1939 heiratete Otto Leib in Frankenberg Christa Schneider. Im Haus der Schwiegereltern richtete Otto Leib dann zehn Jahre später seinen Textilhandel ein, anfangs vornehmlich als Textil-Großhandel.

Otto Leib starb 1979, den Laden führten anschließend seine Frau Christa als Kommanditistin und sein Sohn Gerhard, ein gelernter Textil-

kaufmann, als Komplementär weiter. Im Jahr 2000 wurde das Geschäft schließlich ausschließlich an Gerhard Leib überschrieben, Christa Leib starb 2003.

Im Laufe der Jahrzehnte wurde das Geschäft mehrfach umgebaut und modernisiert, zuletzt 2019, als der Laden an Gerhard Leibs Tochter Annette Oppenborn vermietet wurde.

„Wir sind sehr stolz darauf, in Frankenberg ein inhabergeführtes Einzelhandelsgeschäft zu haben“, sagt Annette Oppenborn. „Das Jubiläum bietet nun einen perfekten Anlass, sich bei unseren Kunden für ihre Treue zu bedanken.“ mjx

Mit Dampfzug nach Speyer und an den Mittelrhein

Frankenberg – Die Eisenbahnfreunde Treysa weisen auf folgende Fahrten mit dem Dampfzug hin:

Speyer am 2. März: Mit Vollampf geht es ins Technikmuseum nach Speyer – gezogen von der Lok 35 1097 und in dem nostalgischen Reisezugwagen der Eisenbahnfreunde Treysa. Der historische Speisewagen wird während der Fahrt die Gäste mit warmen und kalten Getränken sowie kleinen Speisen aus regionaler Produktion versorgen.

In Speyer haben die Mitreisenden sechs Stunden Zeit, das Technikmuseum zu besuchen. Der Eintritt ist im Fahrpreis inbegriffen. Die historische E-Lok 211 013-8 „Holzroller“ versorgt den schweren Sonderzug mit elektrischer Energie für die Heizung und unterstützt gegebenenfalls, wenn es mal bergauf geht.

Mittelrheintal am 27. April: Unter Dampf geht es im bewirtschafteten Dampfsonderzug nach Ehrenbreitstein. Dort erwartet die Reisenden ein Schiff, welches sie durch das romantische Mittelrheintal fährt.

Ein Mittagessen auf dem Schiff ist im Fahrpreis enthalten. Es geht nach Boppard. In dem Weinort haben die Reisende drei Stunden Zeit, bevor der Dampfsonderzug die Rückfahrt antritt.

Beide Züge machen Halt in Treysa - Neustadt - Stadtallendorf - Kirchhain - Marburg - Niederwalgern - Gießen - Butzbach - Friedberg - Frankfurt/Main West.

Ausblick 2024: Sonderzüge nach Aschaffenburg, Bamberg oder Bullay. nh/mab

Informationen sowie Fahrkarten gibt es unter Tel. 066 98/ 9110 441 oder im Internet. eftreysa.de

Matthias Fichtner Hof Lauterbach 8 • Vöhl
Orthopädieschuhtechnik Termine nach Vereinbarung
☎ 056 35 - 99 10 38

Noch in Form?
„Durch den Nebenjob als HEIMAT-NACHRICHTEN-Zusteller bleiben wir fit und verdienen uns etwas zur Rente dazu.“
© Foto: Bay - www.fotolia.com

Durch einen Nebenjob als Zeitungszusteller verdienen Sie Ihr Geld an der frischen Luft.
Gesucht werden **Zusteller/innen** vor Ort (wohnhaft in der direkten Umgebung des Verteilgebiets). Sie sind dafür verantwortlich, die HEIMAT-NACHRICHTEN **samstags** zuverlässig an die Haushalte zu verteilen.

- **Allendorf/Eder** Stadt
- **Battenberg** Dodenau Stadt
- **Bromskirchen** Neuludwigsdorf
- **Frankenberg** Röddenau Schreufa Stadt
- **Frankenau** Altenlotheim Stadt
- **Haina** Battenhausen
- **Hatzfeld** Holzhausen

Bewerben Sie sich jetzt:

☎ Tel. 0561 203-1506
☎ WhatsApp: 0151 61666277
🌐 www.hna-zusteller.de



Musikzug Battenberg plant Jubiläumsfest im August 2025

Die Vorbereitungen für die Feier des 75-jährigen Vereinsbestehens des Musikzugs Battenberg im nächsten Jahr sind bereits angelaufen. Mit Mara Weber, Theresa Heiner, Janina Mohr, Carsten Lange, Martin Schelberg, Julian Gorski, Felix Horsel, Torven Bienhaus, Frank Bienhaus und Rainer Balz (im Bild

von links) wurde der Festausschuss gebildet. „Wir als Festausschuss sind schon voller Vorfreude und Eifer in den Vorbereitungen für unser 75. Musikzug-Jubiläum im Jahr 2025“, sagt Felix Horsel. Das Jubiläumsfest soll vom 22. bis 25. August 2025 stattfinden. Im Programm-Entwurf stehen ein Zapfenstreich am

Freitagabend, ein Kinderfest in der Festhalle am Samstagnachmittag, ein Volksfest mit Tanz in der Festhalle am Samstagabend, ein Festzug durch Battenberg mit anschließender Unterhaltung in der Festhalle am Sonntag und der traditionelle Frühschoppen in der Festhalle am Montag. zpi FOTO: PETER BIENHAUS

Neue Sitzbänke für das Museum im Kloster

Kooperationsprojekt mit Firma Finger

Frankenberg – Es bewegt sich aktuell vieles rund um das ehemalige Zisterzienserkloster in Frankenberg. Doch auch im Inneren erfolgen Veränderungen – zuletzt im Museum im Kloster, das im Nordflügel des Klosters untergebracht ist.

Das Museum hat sich zur Aufgabe gesetzt, durch die Bewahrung und Zurschaustellung von „Gegenständen aus alter Zeit“ das Bewusstsein der Besucher für die Heimatgeschichte zu erwecken. Um die zahlreichen Ausstellungsobjekte in Ruhe betrachten zu können, gibt es nun neue Sitzbänke, die von dem 3. Ausbildungsjahr von Finger-Treppen, einem Schwesterunternehmen des

Fertighausherstellers Finger-Haus, hergestellt wurden.

Für die Sitzbänke und Hocker sammelten die Auszubildenden über Monate passenden Materialverschnitt, um diesen zu Platten zu verleimen und darauf die passgenauen Sitzbänke und Hocker zu fertigen.

Die vier angehenden Holzmechaniker Tim Lichte, Jonas Garthe, Marvin Boucsein und Pia Schulz haben die 14 Bänke und Hocker als Projektarbeit hergestellt und übergaben diese nun an Dr. Birgit Kümmel und Frau Baldu vom Museum, die sich für die „tolle Arbeit“ bedanken. Das Museum wird derzeit umgebaut und ist deshalb geschlossen. nh/mab



Sitzbänke und Hocker gestalteten diese vier Auszubildenden für das Museum im Kloster in Frankenberg. FOTO: FINGERHAUS/NH



Musikzug Bottendorf bereitet Auftritt am 24. Februar in Frankenberg vor

Der Musikzug Bottendorf lädt für Samstag, 24. Februar, zu seinem diesjährigen Konzert, das unter dem Motto „Fate Of The Gods“ (Schicksal der Götter) steht, in das Philipp-Soldan-Forum in Frankenberg ein. Einlass ist ab 19 Uhr, Beginn um 20 Uhr. Für den Feinschliff der anspruchsvollen Darbietun-

gen haben die Musiker ein Wochenende in der Jugendherberge in Biedenkopf geprobt (Foto). Nach dem Üben wurde bei einem unterhaltsamen Abend auch die Geselligkeit gepflegt. Am 24. Februar werden die Musiker neben den Kompositionen „Fate Of The Gods“ und „Virginia“ für symphonisches Blasorchester auch Titel aus Film,

Musical und Unterhaltungsmusik spielen – ebenso böhmische Blasmusik mit Titeln wie „Brauhauspolka“ und auch einige Märsche. Der Eintritt ist wieder frei. Für Getränke und einen Imbiss ist vor, während und nach dem Konzert gesorgt. nh/mab FOTO: MUSIKZUG BOTTENDORF/NH

Kinder werden Bauklötze staunen

Legostadt in der Kirche am Bahnhof

Frankenberg – Die Kirche am Bahnhof bietet von Freitag, 1. März, bis Sonntag, 3. März, die Aktion Lego-Tage an und lädt Kinder von sieben bis zwölf Jahren ein. „Sie werden Bauklötze staunen“, heißt es in der Ankündigung.

Die Kinder können aus über 100 000 Steinen eine zehn Meter lange Stadt samt Häusern, Flughafen, Bahnhöfen mit Zügen, Polizei- und Feuerwehrestationen, Hafen und Raumbahnhof sowie einer Ferienanlage und einem Rummelplatz entstehen las-

sen. Dazu gibt es ein Rahmenprogramm mit Liedern, Bibelgeschichten und Spielen.

Am Sonntag findet in einem Familiengottesdienst die festliche Einweihung der Lego-Stadt statt. Eingeladen sind Eltern, Kinder und alle, die die Metropole im Miniformat ansehen wollen.

Anmeldung und Infos: Ein Anmeldeformular und weitere Informationen findet man im Internet unter efg-frankenberg.de/lego-tage. Anmeldeschluss ist am 25. Februar. Kontakt: Anni Dippel, Tel. 01 76/ 47 10 52 63. nh/mab

1000 Euro für die Lebenshilfe

CDU Allendorf spendet nach Weihnachtsbaumverkauf

Allendorf/Eder – Der traditionelle Christbaumverkauf des CDU-Gemeindeverbandes fand im Dezember in neuer Form statt, war aber wiederum ein Erfolg. Bei der Aktion kam erneut ein stattlicher Erlös zustande, der noch etwas aus der Gemeindekasse aufgestockt wurde und wie in vielen Jahren zuvor der Lebenshilfe-Werkstatt in Allendorf gespendet wurde.

Nicht wie in den Vorjahren im Gemeinewald, sondern beim Weihnachtsmarkt von Matthias Kinkel bot die CDU mit Unterstützung eines privaten Anbieters die Bäume zum Kauf an. Es wurden wieder zahlreiche Bäume verkauft. Matthias Kinkel stellte spontan auch noch 25 Bäume zur Verfügung, die als Dekoration des Weihnachtsmarktes gedient hatten. Dadurch wurde der Erlös gesteigert.

Bei der Übergabe eines symbolischen Schecks über 1000 Euro an den Leiter der Werkstatt, Andreas Schneider, wurde der langjährige Organisator Kurt Kramer begleitet vom neuen Ortsver-



In der Lebenshilfe-Werkstatt fand die symbolische Scheckübergabe statt: (stehend von links) Torsten Hirt, Matthias Kinkel, Andreas Schneider, Holger Senkel, Karl-Friedrich Frese, Kurt Kramer, Stephan Noll und Bürgermeister Carsten Schäfer sowie (davor) die Lebenshilfe-Mitarbeiterin Silke Diele und Ralf Mütze. FOTO: ERWIN STRIEDER

bands-Vorsitzenden Karl-Friedrich Frese, dem neuen Bürgermeister Carsten Schäfer, Fraktionschef Stephan Noll, Schatzmeister Torsten Hirt, Holger Senkel als Vertreter der privaten Anbieter

und Matthias Kinkel als Organisator des Weihnachtsmarktes. Laut Schneider hat die Lebenshilfe den Betrag von 2023 für einen Ausflug der behinderten Mitarbeiter an den Edersee verwendet. Für

2024 ist die Beschaffung einer vielseitig verwendbaren digitalen Tafel vorgesehen. Kramer schlug der Lebenshilfe vor, sich bei Kinkels Weihnachtsmarkt 2024 mit einem Stand zu beteiligen. ed

**Flohmarkt
Hann. Münden
25.02.2024**

HNA | ZUSTELLER

Pressezusteller (m/w/d)

Werden Sie Teil unseres Teams!



Aktuell suchen wir in

- **Battenberg**
(Teilbezirk zur Festeinstellung)
- **Burgwald-Birkenbrinhausen**
(Teilbezirk zur Festeinstellung)

Mindestalter 18 Jahre.

Informieren Sie sich unverbindlich:

VTS Süd GmbH – Vertrieb für Frankenberg

Tel. 06451 723319 | Tel. 06451 723326

WhatsApp 0151 61666277

pz-frankenberg@hna.de



www.hna-zusteller.de

Volkshochschulen suchen neue Kursleiter

Mit Werbekampagne sollen neue Fachkräfte gewonnen werden

Korbach – Der Fachkräftemangel im Bildungswesen macht auch vor den hessischen Volkshochschulen nicht Halt. In der Coronazeit haben etwa ein Drittel der 12 000 Kursleiter ihren Dienst beendet. Mit einer gemeinsamen Werbekampagne wollen die 32 Volkshochschulen in Hessen neue Köpfe für die VHS-Community gewinnen.

„Bedarf an Experten gibt es in fast allen Bereichen: Spra-

chen, Kultur, politische Bildung, Gesundheitsbildung und auch in der Beruflichen Bildung fehlt es an Personal, heißt es in der Pressemitteilung. Das Programm zeichne sich durch eine große Vielfalt aus und die Volkshochschulen möchten ihre Rolle als Trendsetter für aktuelle gesellschaftliche Themen behaupten, wird betont. Benötigt werden auch Fachkräfte in den klassischen Angebots-

feldern wie Englisch oder Fitness und Bewegung.

Was die Neuen mitbringen sollen? „Für uns ist es wichtig, dass es die Ambition gibt, das eigene Spezialwissen mit anderen Menschen zu teilen und es gemeinsam weiterzuentwickeln“, sagt Dr. Christoph Köck, Direktor des Hessischen Volkshochschulverbandes. „Und wenn die didaktischen Fähigkeiten noch nicht perfekt sind, helfen wir

als Verband oder die Volkshochschulen vor Ort natürlich weiter.“

Die Video- und Printkampagne wird in den kommenden Wochen über Social-Media-Kanäle, Plakat- und Printwerbung sowie über die Kinolanciert. red

Kontakt: Hessischer Volkshochschulverband, Annika Wicher wicher@vhs-in-hessen.de, Tel. 0176/34332980 oder 069/56000834.

Zu viel Lärm?

So wird's leiser in der Wohnung

Sie hätten es gerne ruhiger zu Hause? Dann ist es womöglich Zeit für mehr Kissen, Teppiche und Vorhänge - oder für ein Bücherregal.

Endlich Feierabend, endlich Ruhe? Von wegen! Laute Schritte aus der Wohnung über einem, Hundegebell, Türklopfen oder sogar der Ton vom Fernseher der Mieter nebenan: Vor allem Bewohnerinnen und Bewohner von Mehrfamilienhäusern können oft ein Lied von unliebsamen Geräuschen der Nachbarn singen. Und dazu kommt manchmal noch der Hall in den eigenen Räumen. Was also tun?

Wer sich durch Lärm in seiner Wohnung gestört fühlt, sollte zunächst den Quellen der störenden Geräusche auf den Grund gehen. Das hilft einzuschätzen, was man selbst dagegen unternehmen kann.

Dafür gut zu wissen: Bei den Geräuschen wird grundsätzlich zwischen Luftschall und Körperschall unterschieden. Luftschall breitet sich in Form von Schallwellen über die Luft aus und wird von den Ohren wahrgenommen.

Körperschall breitet sich dagegen in festen Körpern wie Stahl, Beton oder Holz aus. Typische Beispiele sind der Trittschall oder die Wand, die bei lauter Musik förmlich vibriert. Zu hören ist Körperschall selbst zwar nicht. Er geht aber an der Oberfläche dieser festen Körper in Luftschall über, wo er dann hörbar wird.

Glatte Flächen wie Fliesen, Betonwände, Glas, Laminat oder Terrazzoboden verstärken die Geräusche in der Wohnung, denn die Schallwellen werden von diesen



Gerade im Mehrfamilienhaus hört man oft mehr von den Nachbarn als einem lieb ist.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMND/PA

Materialien nicht aufgenommen, sondern reflektiert.

Polstermöbel schlucken Lärm

„Vielen Bewohnern fällt zunächst gar nicht auf, dass es in ihrer Wohnung hallt“, sagt Florian Becker, Geschäftsführer des Bauherren-Schutzbundes in Berlin. „Aber besonders in modernen Wohnungen mit vielen glatten Oberflächen und großen Fensterfronten zeigt sich ein Halleffekt, der irgendwann unangenehm wird.“ Die Geräusche in der Wohnung, Gespräche, Musik, das Brummen des Geschirrspülers summieren sich, man habe das Gefühl, dass es immer

lauter werde. Doch Bewohner können einiges tun, um die Raumakustik in ihrer Wohnung zu verbessern. „Vor allem Textilien wie Vorhänge oder Gardinen vor dem Fenster, Kissen, dicke Teppiche oder Polstermöbel schlucken Lärm“, sagt Ines Wrusch, Innenarchitektin in Hamburg.

An glatten Wänden und Decken leisten ihr zufolge sogenannte Absorber gute Dienste. Sie sind auch als Akustikelemente bekannt und haben offene porige Oberflächen, die den Schall schlucken. Es gibt sie in verschiedenen Ausführungen, zum Beispiel von der Decke abgehängt als Deckensegel oder als Wandelement mit Stoff bezogen, auch mit einem in-

dividuellen Bild bedruckt. Und: „Sie müssen nicht auf die gesamte Fläche gebracht werden, auch einzelne abgedeckte Bereiche zeigen Wirkung“, sagt Wrusch.

Hat der Lärm allerdings bauliche Gründe, sind die Einflussmöglichkeiten für Mieterinnen und Mieter begrenzt. Gegenseitige Rücksichtnahme und dicke Teppiche können zwar helfen, wenn es um laute Schritte in der Wohnung über einem oder im Treppenhaus geht - nicht selten ein Streitpunkt unter Bewohnern. Grundsätzlich lösen sie das Problem aber nicht.

„Trittschall ist oft eine Folge von unzulänglichem baulichen Lärmschutz“, sagt Ines

Wrusch. Gerade in Altbauten ist er häufig ein Problem. Die hohen Anforderungen der aktuellen Lärmschutzvorschriften traten erst nach ihrer Bauzeit in Kraft. Haben Vermieter und Mieter nichts anderes vereinbart, muss die Mietwohnung grundsätzlich nur den technischen Normen entsprechen, die bei Errichtung des Gebäudes gültig waren. Sobald das Haus umfassend saniert und modernisiert wird, müssten die aktuellen technischen Normen aber erfüllt werden, so Ines Wrusch.

Bücherregale gegen Lärm

Doch selbst in neuen oder frisch renovierten Häusern

mit aktuellen Lärmschutzvorschriften sind die Bewohner nicht automatisch vor Lärm gefeit.

Unliebsame Geräusche entstehen durch Baumängel, etwa wenn Estrich oder Fußbodenbeläge falsch verlegt wurden und die Wände dadurch berühren. „Dann breitet sich der Schall über die angrenzenden Wände aus und die Nachbarn haben ein Lärmproblem.“

Selbst moderate Geräusche dringen durch die angrenzende Wand, wenn diese nicht genügend schalldämmend ist oder Baufehler vorliegen. Ein Tipp von Ines Wrusch, den Mieterinnen und Mieter leicht umsetzen können: Bei Geräuschen aus der Nachbarwohnung ein gut gefülltes raumhohes Bücherregal vor die Wand stellen.

Etwas aufwendiger: eine Vorwand aus Gipskarton entkoppelt davor montieren. „Die nimmt einen Teil der Schallwellen aus der Wand auf“, so Wrusch. Mieterinnen und Mieter besprechen diese Maßnahme allerdings am besten vorher mit ihrem Vermieter.

Gelangt der Lärm durch die Decke von der oberen Wohnung, kann eine sogenannte Abhangdecke Linderung verschaffen. „Sie wird frei schwebend auf Federbügeln unter der eigenen Zimmerdecke befestigt“, erklärt Florian Becker.

Übrigens: Wer seinen Nachbarn mehr Ruhe gönnen möchte, sollte seine Musikanlage, Lautsprecherboxen und das Fernsehgerät nicht direkt auf den Boden oder an eine angrenzende Wand stellen. Eine lärmminimierende Option: die Boxen auf halbierten Tennisbällen platzieren.

tmn



Make-up Flecken auf dem T-Shirt? Dieses Hausmittel soll helfen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMND/PA

Beauty-Hack

Make-up-Flecken entfernen mit Rasierschaum

Wer Make-up trägt, findet es manchmal auch dort, wo es eigentlich nicht hingehört: auf den Klamotten etwa - als braunen Rand am Kragen.

TikTok, Instagram und Co. sind voll von Lifehacks, für fast jedes Problem gibt es eine simple Lösung, die nur wenige Handgriffe erfordert und nicht teuer sein soll. So auch für diesen Fleckenfall. Geht beim Auftragen von Mascara, Lippenstift, Foundation und Co. etwas daneben, soll sich - so sieht man häufig

- Rasierschaum zum Fleckenentferner umfunktionieren lassen.

Doch wir wissen, dass das Internet nicht immer die Wahrheit sagt. Deshalb haben wir den Rasierschaum-Tipp in unserem Hack-Check getestet. Hält der Lifehack gegen Make-up-Flecken, was er verspricht - oder ist er ein Flop?

Los geht's: Den Schaum auf den Fleck auftragen, leicht einmassieren und für etwa zehn Minuten einwirken las-

sen. Dann den Fleck vorsichtig mit einem sauberen Tuch oder einer Bürste bearbeiten und das Kleidungsstück anschließend mit kaltem Wasser auswaschen. Das Ganze bei Bedarf wiederholen - bis der Make-up-Fleck vollständig entfernt ist.

Und das klappt: Der Fleck geht super weg, sagt unser Check! Besonders gut eignet sich dieser Lifehack übrigens für Kleidungsstücke aus Baumwolle oder Polyester.

tmn

Wasser und Staub

Was das Smartphone abkann

Ist ein Smartphone, ein Tablet oder ein E-Reader gegen eindringendes Wasser und Staub geschützt? Und wenn ja: wie sehr? Das verrät ein Code in den technischen Daten.

Viele Hersteller lassen ihre Produkte laut Stiftung Warentest nach einer bestimmten Norm prüfen und zertifizieren, die so genannte Schutzarten definiert. Neben mobilen Geräten betrifft das etwa auch Überwachungskameras oder Lampen, die auch im Außenbereich eingesetzt werden können.

Der Code der hat vier Ziffern

Besagter Code besteht aus vier Ziffern. Er beginnt immer mit den Buchstaben IP, was für International Protection (internationaler Schutz) steht. Hinter den beiden Buchstaben stehen zwei weitere Ziffern, die Folgendes besagen:

- Erste Ziffer: Sie gibt den Schutz gegen das Eindringen von Fremdkörpern an. Ab der Ziffer 5 beispielsweise darf Staub dem Gerät nichts ausmachen. Und ab Ziffer 6 darf kein Staub in das Gehäuse eindringen.

- Zweite Ziffer: Sie gibt den Schutz gegen das Eindringen von Wasser an. Eine 3 bedeu-



Auch gegen eindringendes Wasser geschützte Smartphones überstehen ein solches Pfützenbad nicht automatisch ohne Schäden.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMND/PA

tet Schutz vor Regen. Ab Ziffer 5 ist das Gerät etwa vor dem Strahl aus einem Wasserhahn geschützt. Und ab der Ziffer 8 ist dauerhaftes Untertauchen ohne Schaden möglich. IP 68 zum Beispiel heißt: staubfest und ziemlich wasserbeständig. IP 50 hingegen heißt: Staubschutz ja, Wasserschutz nein.

IP-Schutzart ist oft eher versteckt

Besteht kein Schutz gegen Fremdkörper oder Wasser, steht im Code an der entsprechenden Stelle entweder die Ziffer 0 oder ein X, erklären die Experten. Die IP-Schutzart ist eher selten prominent auf der Verpackung eines Gerätes zu finden.

Eher steht der Code in der Bedienungsanleitung bezie-

hungsweise im Netz auf der Produktwebseite - und dort oft als Fußnote oder in den Spezifikationen.

Einmal dicht heißt nicht für immer dicht

Die angegebene Schutzart gilt den Warentestern zufolge nur für Geräte im Neuzustand. Mit der Zeit könne die Dichtigkeit nachlassen. Die Norm beziehe sich zudem auf Leitungswasser: Salzwasser oder gechlortes Wasser im Schwimmbad kann Dichtungen und andere Teile angreifen.

Tipp: Wer vom 10-Meter-Turm springt, sollte die Smartwatch vorher ablegen: Denn durch die hohe Geschwindigkeit wirkt unter Umständen ein höherer Druck.

tmn

Deutsch für den Beruf

Wo Arbeitssuchende die Sprache lernen

In vielen Jobs sind gewisse Deutschkenntnisse erforderlich. Wer aus dem Ausland kommt und eine Anstellung sucht, muss dafür unter Umständen einen Kurs belegen. Welche Angebote gibt es?

Aus dem Ausland nach Deutschland: Viele kommen, um hierzulande zu arbeiten. Dafür sind häufig bestimmte Sprachkenntnisse nötig. Wer erst nach der Einreise Deutsch lernen oder seine Sprachkenntnisse weiter fördern möchte, hat dazu mehrere Möglichkeiten.

Die Plattform „Make-it-in-Germany“ verweist etwa auf Deutschkurse der Volkshochschulen, der Carl Duisberg Centren sowie auf das Angebot des Goethe-Instituts online oder an dessen Standorten in Deutschland.

Für Geflüchtete, Menschen mit Arbeitserlaubnis sowie EU-Bürgerinnen und -Bürger gibt es zudem das sogenannte „Gesamtprogramm Sprache“ der Bundesregierung. Das Programm umfasst Integrations- und Berufssprachkurse, so Guadalupe Sanchez von der Zentrale der Bundesagentur für Arbeit in Nürnberg. Umgesetzt wird das Programm vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

■ So läuft die Kurswahl

Grundsätzlich gilt: Wer bei der Einreise Deutschkenntnisse unterhalb des Niveaus

B1 GER (Gemeinsamer europäischer Referenzrahmen für Sprachen) hat, muss in einem ersten Schritt an einem sogenannten Integrationskurs des BAMF teilnehmen. Den individuell passenden Kurs ermitteln die Kursträger anhand eines vom BAMF zur Verfügung gestellten Einstufungstests.

In einem zweiten Schritt ist es möglich, an Berufssprachkursen des BAMF teilzunehmen. Wer bei der Einreise Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1 GER vorweisen kann, etwa in einem Anerkennungsverfahren zu akademischen Heilberufen und Gesundheitsfachberufen, kann auch direkt an einem Berufssprachkurs teilnehmen.

■ Das sind Integrationskurse

Ziel eines Integrationskurses ist es, allgemeinsprachliche Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1 GER zu vermitteln, so Guadalupe Sanchez. Gleichzeitig dient ein solcher Kurs der Orientierung: Teilnehmerinnen und Teilnehmer bekommen Kenntnisse der Rechtsordnung, der Kultur und der Geschichte in Deutschland vermittelt. Ein Integrationskurs umfasst 700 Unterrichtsstunden à 45 Minuten und dauert somit ungefähr sechs bis acht Monate.

Infos zu den Kursen gibt es auf der Website des BAMF. Wer allgemeine Fragen zu den Integrationskursen hat, kann sich an den Bürgerser-



Ein Integrationskurs kann erster Anlaufpunkt sein, um Deutschkenntnisse für den Beruf zu erlangen.

FOTO: ANGELIKA WARMUTH/DPA

vice des BAMF unter der Telefonnummer +49 911 9430 wenden. Bei Interesse an einer Teilnahme steht auch das zuständige Jobcenter oder die zuständige Agentur für Arbeit als Ansprechpartner zur Verfügung.

Anträge für Integrationskurse gibt es beim BAMF, dem zuständigen Jobcenter oder der zuständigen Agentur für Arbeit.

Kosten: Wer Bürgergeld, Arbeitslosengeld oder Sozialhilfe bezieht, muss nichts be-

zahlen. Beschäftigte können sich vom Kursbeitrag befreien lassen, wenn ihr Bruttomonatsentgelt einen bestimmten Betrag nicht übersteigt. Die Beträge liegen aktuell bei 2409 Euro ohne Kind, mit einem Kind bei 3139 Euro und ab zwei Kindern bei 3869 Euro.

Die übrigen Teilnehmenden beteiligen sich in der Regel mit 50 Prozent an dem Kostenbeitragssatz, der zum Zeitpunkt der Anmeldung zum Integrationskurs

gilt. Aktuell sind das 2,29 Euro pro Unterrichtsstunde.

■ Das sind Berufssprachkurse

Berufssprachkurse sollen Teilnehmende sprachlich in die Lage versetzen, eine Ausbildung oder eine Arbeit aufzunehmen oder an einer Qualifizierung teilzunehmen. Das Ziel ist eine nachhaltige Integration der Lernenden in den Arbeitsmarkt.

Es gibt verschiedene Kurstypen. In Basiskursen bekom-

men Teilnehmende Deutschkenntnisse vermittelt, die sie generell im Arbeitsalltag benötigen. Spezialkurse richten sich etwa an Personen, die sich im Anerkennungsverfahren für akademische Heilberufe und Gesundheitsfachberufe befinden. Auch gibt es Spezialkurse für die Bereiche Einzelhandel und Gewerbe/Technik. Dort lernen Teilnehmende jeweils Fachbegriffe oder bestimmte Ausdrücke. Weitere Kurse richten sich an Auszubildende oder Beschäftigte und bereiten jeweils auf die Anforderungen der Ausbildung oder einzelner Berufe vor.

Kosten: Wer vom Jobcenter zur Teilnahme an einem Berufssprachkurs berechtigt oder verpflichtet wird, muss nichts zahlen. Ansonsten gilt: Teilnehmende müssen sich nur an den Kosten beteiligen, wenn ihr zu versteuerndes Jahreseinkommen über 20 000 Euro beziehungsweise bei gemeinsam Veranlagten über 40 000 Euro liegt. Der Kostenbeitrag liegt bei 50 Prozent des Kostenbeitragssatzes. Aktuell sind das 2,56 Euro pro Unterrichtsstunde. Arbeitgeber können den Kostenbeitrag übernehmen.

Wer einen Berufssprachkurs abbricht, muss den Kostenbeitrag laut Guadalupe Sanchez voll leisten - „außer, die Person hat den Abbruch nicht zu vertreten“. Bei erfolgreichem Prüfungsabschluss können Teilnehmende beantragen, dass ihnen 50 Prozent des Kostenbeitrags zurückerstattet wird. tmn

Jetzt um die Vorsorge kümmern!

Anzeige

Auf Unfall, Krankheit oder Tod vorbereitet – mit dem praktischen Ordner Ihrer Heimatzeitung.

Es kann schnell gehen: Ein unachtsamer Moment und das Leben ist nicht mehr, wie es war. Ein Unfall, eine schwere Krankheit, ja selbst das fortschreitende Alter verändert alles. Ob Krankenhausaufenthalt, Pflegefall oder Tod – Angehörige müssen nicht nur mit der Situation und ihren Gefühlen klarkommen. Sie stehen auch vor einer Vielzahl an Fragen: Welche Bankkonten und Versicherungen gibt es? Wurde eine Vorsorgevollmacht erteilt? Existieren Patientenverfügung oder Testament?

Wer sich frühzeitig Gedanken über seine Wünsche macht und die wichtigsten Informationen entsprechend vorbereitet, erspart sich und seinen Liebsten im Fall der Fälle eine Menge Zeit, Stress und Nerven. Doch wo anfangen? Und was gilt es zu beachten? Hier hilft der praktische Vorsorgeordner unserer Zeitung weiter. Übersichtlich zusammengefasst und verständlich erklärt finden Sie darin die wichtigsten Kategorien.

In jedem Kapitel können wichtige Fakten notiert und Dokumente aufbewahrt werden. Vordrucke, Erläuterungen und Tipps helfen bei Unklarheiten oder Unsicherheit weiter. So ist am Ende alles Notwendige strukturiert auf A4-Blättern zusammengefasst und kann gesammelt im Ringordner aufbe-



Sie möchten vorsorgen?

Dann bekommen Sie hier Ihr persönliches Exemplar:

Vor Ort: in allen HNA-Geschäftsstellen
Per Telefon: 0561 203 2030
Online: shop.hna.de
Der Preis: 19,99 Euro für HNA-Abonnenten (Normalpreis: 24,99 €)

wahrt werden. Zudem bietet der Ratgeber Ihnen Entscheidungshilfen, rechtliche Informationen und Unterstützung sowie Adressen, bei denen Sie – oder Ihre Angehörigen – Hilfe finden.

Ein kleiner Einblick in die Kapitel des Vorsorgeordners:

1. Persönliches

Hier tragen Sie persönliche Daten zu Ihrer Person ein. Wie sieht Ihre Wohnsituation aus? Welche Verträge, Mitgliedschaften und Abonnements sind aktuell? Welche Onlineac-

counts nutzen Sie? Auch Versicherungen und Wissenswertes zur Rente finden Sie hier.

2. Finanzen

Welche Konten haben Sie bei welcher Bank? Welche Zu- und Abgänge werden verbucht? Bestehen weitere Anlagen wie Immobilien, Bausparverträge oder Fonds? Hinterlegen Sie auf den Seiten auch Angaben zur Kontovollmacht für andere Personen.

3. Vollmachten

Dieser Punkt bezieht sich auf die Vorsorgevollmacht und die Betreuungsverfügung. Sie fin-

den ausführliche Erklärungen, die Sie beim Ausfüllen der Seiten unterstützen.

4. Krankenhauseinweisung

In diesem Kapitel können Sie eine persönliche Checkliste hinterlassen, an der sich Ihre Angehörigen orientieren können, falls Sie in ein Krankenhaus eingeliefert werden müssen. Außerdem finden Sie hier Informationen und Vordrucke zur Patientenverfügung sowie einen Organspendeausweis.

5. Testament

Die nächste Kategorie dient der Zusammenstellung sämtlicher Informationen zur Erbfolge. Außerdem finden Sie und Ihre Nachkommen Wissenswerte und wichtige Hinweise zur Erbschaftsteuer.

6. Todesfall

Nutzen Sie diesen Raum für persönliche Notizen, Adressen und nützliche Hinweise.

Der Vorsorge-Ordner ist erhältlich in allen HNA-Geschäftsstellen sowie unter shop.hna.de für 19,99 € bzw. 24,99 € ohne Abonnement (weitere Informationen entnehmen Sie der Infobox unten). Doch der Wert für Ihre Liebsten ist im Ernstfall unbezahlbar. Mit dem praktischen Inhaltsverzeichnis bewahrt man Ordnung und hat alle essenziellen Unterlagen auf einen Blick griffbereit.

Auch ist Platz für persönliche Notizen und Hinweise. Schließlich ist es wichtig, dass der persönliche Wille auch in schwierigen Zeiten gewahrt wird – und das erfordert vor allem eines: Wissen.

Viele Menschen haben Angst, später mal ein Pflegefall zu werden – durch einen Unfall, eine schwere Krankheit oder einfach durch das fortschreitende Alter. Mit dem praktischen Vorsorgeordner kann

man gelassener in die Zukunft blicken, schwierige Themen einfach vermitteln und sich für einen Ernstfall wappnen. Weil sich mit der Zeit auch Lebensumstände und Bedürfnisse ändern, erlaubt es der Ringordner jederzeit, die Sammlung zu erweitern oder einzelne Dokumente wieder zu entfernen. So bleibt er stets aktuell.

Sich mit Themen wie dem Ernstfall auseinandersetzen, ist natürlich nicht immer leicht. Allerdings betrifft Vorsorge jedes Alter. Es hilft, sich frühzeitig damit auseinanderzusetzen – und so die Liebsten in schwierigen Zeiten zu entlasten. Warten Sie damit nicht, bis es zu spät ist!



Dank des Inhaltsverzeichnisses behält man den Überblick, welche Dokumente wo zu finden sind.



Neben zahlreichen Erklärungen sind auch Dokumente wie ein Organspendeausweis im Vorsorgeordner enthalten.



Um den eigenen Willen festzuhalten, gibt es Checklisten – zum Beispiel für den Todesfall.

Offen über die Finanzen reden

So lernen Jugendliche den Umgang mit Geld

Ohne Finanzwissen besteht das Risiko, dass Jugendliche auf kurz oder lang in eine Schulden Spirale geraten. Das lässt sich aber abwenden. Eine entscheidende Rolle spielt hierbei das Elternhaus.

Das neueste Smartphone, die coolste (Marken-)Jeans: Schon Jugendliche laufen Gefahr, in eine Schuldenfalle zu tappen. Schließlich ist Einkaufen für viele hip. Doch weil manche den Umgang mit Geld nicht gelernt haben, schätzen sie ihre finanziellen Möglichkeiten mitunter falsch ein. Wie sich das verhindern lässt? Wirtschafts-Professor Michael Heuser sieht hier vor allem das Elternhaus in der Pflicht. „Wichtig ist, dass in Familien über Geld Dinge offen gesprochen wird“, sagt er.

So dürfe es beispielsweise kein Tabuthema sein, wie hoch das Einkommen von Mutter und Vater ist und was sich die Familie deswegen finanziell leisten kann und was nicht. Ein Problem ist aus Sicht von Heuser auch, dass Eltern oftmals alleine finanzielle Dinge für Jugendliche regeln. „Besser wäre es, wenn Eltern das mit ihren Kindern zusammen machen würden“, sagt Heuser, der wissenschaftlicher Direktor des Deutschen Instituts für Vermögensbildung und Alterssicherung (DIVA) in Frankfurt/Main ist.

Lernen mit Alltagsbezug

Eltern und Jugendliche sollten sich besser gemeinsam an einen Tisch setzen und mögliche Sparziele besprechen - sei es für ein Studium, für einen längeren Auslandsaufenthalt oder für die erste eigene Wohnung des Nachwuchses. Dabei sollten Eltern offen kommunizieren, wel-



Früh übt sich: Wenn Eltern ihre Kinder beim Umgang mit Geld an die Hand nehmen, haben sie bessere Startvoraussetzungen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMND/PA

che Sparraten für sie machbar sind und welche nicht.

Eine Möglichkeit, Kinder und Jugendliche an Geld heranzuführen, können auch gemeinsame Spar-Challenges innerhalb der Familie sein. Beispielsweise legen die Teilnehmenden fest, dass jedes Zwei-Euro-Stück oder jeder Fünf-Euro-Schein, das oder der im Portemonnaie landet, in ein Sparschwein kommt.

Nach einem bestimmten Turnus, zum Beispiel alle vier Wochen, leeren alle zusammen das Sparschwein und zahlen das Geld entweder in einen Sparplan ein oder verwenden es für einen anderen zuvor festgelegten Zweck. „Auf diese Weise kann das Sparen richtig viel Spaß machen“, sagt Verena von Hugo,

Vorstandsvorsitzende des Bündnisses Ökonomische Bildung Deutschland e.V.

Spielerisch Wissen aneignen

Den Umgang mit Geld kann man Jugendlichen aber auch anderweitig nahebringen. „Im Idealfall sind ganz konkrete Alltagsbezüge gegeben“, sagt von Hugo. Zum Beispiel, wenn Jugendliche ihr erstes Smartphone bekommen und die Erfahrungen vorhaben, um über Finanzen zu sprechen. Deshalb müsse ökonomische Bildung verbindlich im Unterricht erfolgen. „Da ist noch viel Luft nach oben“, sagt von Hugo. „Immer häufiger wird inzwischen im Unterricht über Sinn und Nutzen von Aktien gesprochen“, erklärt Heuser. Das ist aus seiner Sicht ein

wesentlicher Beitrag, um die Wertpapierkultur in Deutschland zu fördern. Schließlich ist es letztendlich nur über Wertpapiere möglich, eine nennenswerte Rendite zu erzielen. Das ist wichtig für alle mittel- und langfristigen Sparziele. Daneben können Jugendliche ihre finanzielle Bildung auch selbst in die Hand nehmen. „Das lässt sich oft gut realisieren, wenn das Lernen eher spielerisch erfolgt“, so Heuser. Sie können ein kleines Experiment machen und schauen, was passiert, wenn sie - in kleinen Mengen - beispielsweise Bitcoins kaufen.

Für solche und andere finanzielle Experimente sollten sich Jugendliche einen erfahrenen Coach suchen und sich

ihn oder sie zum Vorbild nehmen. „Ein solcher Coach können Mutter oder Vater oder vielleicht etwa die Patentante sein“, erklärt Heuser.

Zahlreiche Bildungsangebote

Mögliche Lernorte außerhalb von Elternhaus und Schule können Angebote von Banken, Verbänden, Volkshochschulen oder auch Schülerfinanztage sein. Bildungsangebote - nicht nur für Jugendliche - in Sachen Finanzbildung bietet etwa auch die Bundesregierung im Internet, und zwar auf der Webseite www.mitgeldundverstand.de. Umfangreiches Börsenwissen vermittelt zum Beispiel die Börse Frankfurt.

Jugendliche können auch auf Apps setzen, um an Finanzwissen zu gelangen und sich vor Verschuldung zu wappnen. Eine der Apps ist etwa Budget+plus von der Deutschen Stiftung Verbraucherschutz. Dort gibt es neben Tipps zum Umgang mit Geld unter anderem ein Budgettagebuch und ein Finanzlexikon. Online-Trainings für Jugendliche für den besseren Umgang mit Geld gibt es auch beim „Finanzführerschein“ - hierbei handelt es sich um ein Präventionsprojekt der Schuldnerhilfe Essen.

Darüber hinaus gibt es im Internet eine Reihe von Angeboten, die auf den ersten Blick kostenlos erscheinen. Dabei gilt: „Niemals blauäugig sein, sondern immer den Anbieter genau prüfen und checken, ob das Angebot tatsächlich gratis ist“, sagt von Hugo. Ihr Rat: Gerade wenn Jugendliche sich selbst Finanzwissen aneignen, etwa im Netz, ist es wichtig, dass sie die gemachten Erfahrungen im Gespräch reflektieren - im Idealfall mit den Eltern oder auch mit Lehrerinnen und Lehrern.

tmn

Deftig und doch frisch

Bulgur-Hackbällchen in Tomatensoße

Food-Bloggerin Julia Uehren dreht an der Fleischschraube. Ihre Hackbällchen sind nicht nur aus Fleisch, sondern mit Bulgur gemischt. Das reduziert den Fleischanteil. Für Aroma sorgen kräftige Gewürze.

Hackfleischbällchen gekocht in einer würzigen Soße: Solch ein Rezept kennt wohl fast jede Landesküche in irgendeiner Form. In einigen Ländern, zum Beispiel in der Türkei, dem Libanon oder in Syrien, wird dem Hackfleisch Bulgur beigemischt. Das ist praktisch, wenn man etwas weniger Fleisch essen möchte.

Ihr intensives Aroma erhalten die Hackfleischbällchen durch Gewürze wie Kreuzkümmel, Kurkuma und Zimt. Der Granatapfelsirup bringt etwas Säure und eine leichte Süße ins Gericht. Anders als die meisten Rezepte verwenden ich groben Bulgur. Der ah-

nelt in seiner fast fleischigen Textur dem Hackfleisch und macht es noch einfacher, die Menge an Fleisch zu reduzieren.

Die stückige Tomatensoße und die frische Minze, die am Ende über das Gericht kommt, bringen eine schön frische Note in das sonst eher deftige Gericht.

Zutaten für 8 Portionen, ergibt ca. 50 Bällchen:

1 Zwiebel (groß) 4 Zehen Knoblauch (klein) 2 EL Olivenöl 1 Ei 1,5 TL Paprikapulver (geräuchert) 1 TL Kreuzkümmelpulver 1 TL Korianderpulver 1,5 TL Oregano (getrocknet) 0,5 TL Kurkuma (gemahlen) 1 TL Zimt (gemahlen) 1 EL Granatapfelsirup (Alternativ 0,5 EL Ahornsirup und 0,5 EL Himbeeressig) Salz Pfeffer 3 EL Paniermehl 200 g Bulgur (grob) 500 g Hackfleisch (Rind oder Rind/Lamm) 3 Dosen stückige Tomaten (à 400 g) 500 ml Gemüsebrühe 10 g Minze (frisch) 500 g Basmati-Reis (als Beilage)

Zubereitung:

1. Zwiebel und Knoblauch schälen.

2. Die Hälfte von Zwiebel und Knoblauch in einem großen Topf in ca. 2 EL Olivenöl bei kleiner Temperatur andünsten, bis sie weich sind.

3. Das Ei in einer großen Rührschüssel aufschlagen und mit Paprikapulver, Kreuzkümmelpulver, Korianderpulver, Oregano, Kurkuma, knapp 1 TL Zimt, Granatapfelsirup, reichlich Salz und Pfeffer würzen. Paniermehl, Bulgur (roh) und das Hackfleisch dazugeben, alles gut vermengen und mit sauberen Händen kräftig durchkneten. Daraus ca. 50 kleine, runde Bällchen formen.

4. Die stückigen Tomaten zusammen mit den Bällchen in den Topf geben und bei kleiner bis mittlerer Hitze mit geschlossenem Deckel ca. 1 Stunde köcheln lassen. Nach der Hälfte der Zeit den Deckel wegnehmen, damit die Soße ein wenig eindickt.

5. Das Gericht ggf. noch mal mit Salz und Pfeffer ab-



Minzblätter und stückige Tomatensoße sorgen für eine frische Note zu den Bulgur-Hackbällchen.

FOTO: JULIA UEHREN/LOEFFELGENUSS.DE/DPA

schmecken.

6. Minze waschen und trocken schütteln. Die Blätter

grob hacken und in oder auf die Tomatensoße streuen.

Mehr Rezepte unter <https://loeffelgenuss.de/>

tmn

Für nur 10 € die HNA

bis zum 20. März 2024 lesen!

Der Frühling naht in großen Schritten!

Deshalb bieten wir Ihnen die HNA zum Sonderpreis von nur 10 € bis zum Frühlingsbeginn an und versüßen Ihnen die Wartezeit mit spannender Lektüre!

**Je früher Sie bestellen,
umso länger lesen Sie die HNA
für nur 10 €.**

- ✓ Bis 20. März 2024 lesen.
- ✓ Sie haben die Wahl – gedruckt oder digital.
- ✓ Die Lieferung endet automatisch.
- ✓ Alles für einmalig nur 10 €.



HNA

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

Bestellen Sie jetzt:



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

Ich bestelle die HNA und lese bis 20. März 2024 für nur 10 € (inkl. USt. und Zustellung)

Unsere Garantie: Die Belieferung endet automatisch.

Ich wähle: das digitale ePaper die gedruckte Zeitung
Das Abonnement soll beginnen: sofort ab: _____

6K24W11S

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

IBAN _____

Datum, Unterschrift (Kontoinhaber) _____

Hinweise zum Umgang mit personenbezogenen Daten finden Sie unter www.hna.de/ueber-uns/datenschutz
Unsere geltenden allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie unter hna.de/agb

Ich bin damit einverstanden, dass mir die Verlag Dierichs GmbH & Co. KG

per Telefon per elektronischer Post (E-Mail, SMS) weitere interessante Medienangebote unterbreitet.

Hinweis: Der Nutzung meiner Daten für Werbezwecke kann ich jederzeit beim Verlag (kundenservice@hna.de) widersprechen.

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. Meine Mandatsreferenz erhalte ich mit dem Begrüßungsschreiben/SEPA-Mandat. Amtsgericht Kassel: HRA 6739

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

- Ja**, ich möchte im Anschluss die HNA für mindestens 24 Monate weiterlesen:
- gedruckt und digital** – für derzeit 44,90 Euro/Monat inkl. gesetzlicher USt. (Postzustellung 47,10 Euro/Monat).
- digital** – für derzeit 27,00 Euro/Monat inkl. gesetzlicher USt.

Name, Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

E-Mail (Wichtig für ePaper-Nutzung) _____

Geburtsdatum _____

Mehr als nur Verzicht

Wie wir die Fastenzeit für mehr Lebensfreude nutzen können

Was bringt wirklich Genuss in mein Leben - und was ist nur eine blöde Gewohnheit, die weg kann? In der Fastenzeit können wir das für uns herausfinden.

Von Aschermittwoch (14. Februar) bis Ostern keine Schokolade, kein Social Media: Denken Sie beim Wort „Fastenzeit“ auch in erster Linie an Verzicht? Wir verbieten uns selbst Dinge, die doch eigentlich Spaß machen. Wofür? Das Leben ist doch anstrengend genug.

Bastian Willenborg hat auf diese Frage gleich mehrere Antworten. „Wir nehmen uns beim Fasten natürlich schon etwas weg“, räumt der Facharzt für Psychosomatische Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie ein. „Aber wir schaffen dadurch Bewusstsein für alltägliche Gewohnheiten. Und wir können herausfinden, welche davon wir ganz automatisiert machen.“

Verzichten wir eine Weile auf den Griff in die Süßigkeiten-Schublade oder darauf, in der Kneipe ein Bier zu bestellen, können wir uns selbst beobachten: Was macht der Verzicht mit uns, wie sehr vermissen wir etwas?

So können wir überprüfen, was uns tatsächlich Genuss und Freude bringt. Und was vielleicht nur eine schlechte, auf Dauer ungesunde Gewohnheit ist, von der wir uns trennen können.

Trifft Letzteres zu, kann die Fastenzeit der Startpunkt

sein, Dinge langfristig umzukrempeln. Also zum Beispiel in der Bar mit Freundinnen und Freunden künftig nicht reflexartig das Glas Wein zu bestellen, sondern vorab bewusst zu entscheiden: Will ich heute überhaupt Alkohol trinken - oder tut mir eher eine Apfelschorle gut?

■ Wir gewinnen ein gutes Gefühl - und noch viel mehr

Es geht aber nicht nur um das Danach: Schon während wir unseren Fasten-Vorsatz durchhalten, werden wir mit einem richtig guten Gefühl belohnt: Selbstwirksamkeit - so nennt sich das gute Gefühl, unser Leben selbst in der Hand zu haben. „Wir merken also: Nicht mein Verhalten hat Kontrolle über mich, sondern ich habe Kontrolle über mein Verhalten“, sagt Bastian Willenborg. Das steigert unser Selbstwertgefühl und damit auch unsere psychische Stabilität.

Und auch wenn wir verzichten, gewinnen wir etwas: Das kann Zeit für Aufgaben sein, die wir schon immer mal erledigen wollten - und die plötzlich da ist, weil wir weniger am Smartphone scrollen. Oder wir machen die Erfahrung: Wenn wir am Samstag ganz ohne Prozedere feiern gehen, haben wir mehr vom Sonntag.

■ Wie geht man das Fasten-Projekt am besten an?

Fasten ist nicht gleich fasten. Es gibt Menschen, die



Ein bewusster Verzicht auf Social Media verleiht nicht nur ein zufriedenes Gesicht, sondern stärkt auch das Gefühl, das eigene Leben selbst in der Hand zu haben.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN/DPA

aus einer religiösen Tradition heraus fasten. So wie es auch beim muslimischen Fastenmonat Ramadan der Fall ist, der in diesem Jahr am 10. März beginnt.

Es gibt Menschen, die eine Ernährungsumstellung anpacken wollen - und zum Beispiel in der Fastenzeit vegetarisch essen oder Intervallfasten ausprobieren. Fasten kann aber auch abseits der Ernährung passieren: kein Instagram, keine Snooze-Funktion des Weckers, keine Klamottenkäufe etwa.

Den Grundgedanken des

Fastens können wir auf unser Leben anpassen. Unter einer Bedingung: „Es sollte ein realistisches Ziel sein“, sagt Bastian Willenborg, der an den Oberberg Kliniken Bonn und Essen tätig ist.

Und ein bisschen Leichtigkeit sollte immer bleiben. Wenn wir nicht nur uns selbst den Crêpe mit Schokocreme verkneifen, sondern die Leckerei voller Zucker und Palmfett auch unserem Umfeld ausreden wollen, „dann fängt das Fasten an, persönliche Beziehungen zu belasten“, so Willenborg.

Und auch wenn im Leben gerade viel los ist und der Gedanke an die Fastenzeit einfach nur Stress auslöst, ist das Grund genug, damit auszuweichen. Wer Willenborg zufolge ebenfalls lieber aufs Fasten verzichten sollte - zumindest auf Formen, die Verzicht auf Essen bedeuten: Menschen mit einer Essstörung.

■ Wenn die Fastenzeit endet: Wie geht es weiter?

Und wie geht es weiter, wenn die Fastenzeit vorbei ist? Bastian Willenborg rät,

sich vorher zu überlegen, womit genau man wieder einsteigen möchte. Was viele nach der Fastenzeit erleben: Sie können bestimmte Produkte wieder zelebrieren und genießen.

Und so lohnt es sich, sich mit dem Ende der Fastenzeit etwas Besonderes zu gönnen. „Wer auf Fleisch verzichtet hat, kann sich vornehmen, sich ein gutes Stück Fleisch in Bio-Qualität zu kaufen. Oder wer auf Alkohol verzichtet hat, lässt sich in der Weinhandlung beraten und kauft sich eine tolle Flasche Rotwein“, schlägt Willenborg vor. Vielleicht regt sich aber auch die Sorge, die Kontrolle zu verlieren, wenn man sich auf einmal wieder alles erlaubt, sich etwa schon mit einem Eimer Popcorn und drei Tafeln Schokolade auf dem Sofa liegen sieht? Willenborg kann da beruhigen.

Die Fastenzeit dauert schließlich etwa sechseinhalb Wochen. Das ist ein Zeitfenster, in dem sich neue Gewohnheiten durchaus etablieren können - und alte damit verdrängen. Gut möglich, dass man in dieser Zeit ein besseres Gefühl für den eigenen Körper und dessen Signale bekommen hat - und der gar nicht mehr so viel Schokolade und Gummibärchen verlangt wie früher. „Ich kenne Menschen, die Intervallfasten probiert haben und durch diese bewusstere Ernährung auf einmal viel mehr Lust auf gesündere Dinge, Gemüse oder Salat, hatten.“

tmn

Was Ihr Smartphone alles kann!

Online-Kurse mit Andreas Dautermann und Kristoffer Braun

Müssen Sie ständig Ihre Kinder, Enkel oder andere Helfer fragen, wenn es um Ihr Handy geht? Nicht mehr lange! Die Computer- und Handy-Spezialisten von Levato erklären in ihren Vorträgen, wie die modernen Handys heutzutage funktionieren, egal ob Android-Gerät oder iPhone von Apple. Mit ausgezeichneten Anleitungen und Tricks vermitteln die zwei Erklär-Experten in verständlicher Sprache alles Wichtige rund ums Smartphone.

Lernen Sie jetzt stressfrei von Zuhause und nutzen Sie den neuen Online-Intensiv-Kurs von Levato, Beginn jeweils zum 1. eines Monats. Über zwei Wochen hinweg erhalten Sie per E-Mail täglich leicht verständliche Lern-Häppchen mit ausgezeichneten Anleitungen und Tricks. Sie können die Lerneinheiten nach eigener Zeiteinteilung starten und auch nach Kursende weiterhin nutzen.

In diesem Online-Kurs lernen Sie:

- wie die grundlegende Bedienung funktioniert
- wie Sie ein Corona-Impfzertifikat auf das Smartphone übertragen
- wie Sie neue Apps installieren
- wie Sie das Smartphone sinnvoll im Alltag nutzen
- wie Sie Fotos auf Ihren Computer übertragen
- wie Sie eine WLAN-Verbindung herstellen

Weitere Informationen und Anmeldung unter: levato.de/hna

oder Tel. 06131 9204746
akademie@levato.de

Unser Online-Kurs beginnt immer am 1. des Monats.

HNA
AKADEMIE
&
Levato

Preis:
39 €

Angebote gültig vom 19.02. – 24.02.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!

logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

NEU

Alle Angebote auch für die im QR-Code angegebenen

GetränkeOuelle
...Richtig mehr davon

Adressen gültig.

Veltins Pilsener
„Steinle“, Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,51 €

9.99 ~~12.99~~ **8.99** ~~11.36~~

-29%



Ende einer Reihe: „Teilweise verschwinden.“

GRAFIK: PR

Neuer Krimi schließt Willingen-Reihe ab

Maggie Jay: „Teilweise verschwinden“

Willingen / Diemelsee – Autorin Maggie Jay versetzt im Buch „Teilweise verschwinden“ das Upland erneut in Aufregung. Im ausgetrockneten Diemelsee wird eine abgetrennte Hand entdeckt und in Willingen ist ein jugendlicher verschwunden.

Für den Ermittler Michael Hoffmann ist es der vierte Fall. Nach den Morden des Psychokillers in „Das Monster aus Willingen“, der aufgedeckten Zwangsprostitution in „Puppenhaus“ und dem für ihn frustrierendem Fall in „Restblut im Alkohol“ hatte er eigentlich den Dienst quittiert.

Die Willingerin, die unter Pseudonym schreibt, schneidet an, was diese Verbrechensrate mit dem Polizisten macht, lässt ihn aber in einem Buch, das mehr Krimi als Thriller ist, zu seiner Arbeit zurückfinden. „Das ist bislang mein Lieblingsbuch. Ich habe noch nie so viel Spaß beim Schreiben gehabt“, erklärt sie.

Die Autorin konnte nicht nur Eindrücke aus dem Upland einbauen, sondern auch aus Honduras. Sie war mehr-

fach in dem zentralamerikanischen Land, das in ihren Büchern eine Rolle spielt.

Das neue Buch gibt dem Leser mehr Gelegenheit zum miträtseln; der Ermittler und sein Gegenpart gewinnen an Tiefe. Maggie Jays literarisches Willingen bleibt eine Parade aus Unsympathen, deren Ableben den Leser nicht unbedingt betrübt. Die fiktiven Charaktere sollen nichts über etwaige Gegenstücke im echten Leben aussagen. Die Figuren versinken weiterhin in recht ausschweifenden Erinnerungen und inneren Monologen.

Mit „Teilweise verschwinden“ ist die Willingen-Reihe von Maggie Jay abgeschlossen. Derzeit arbeitet sie an zwei Horrorgeschichten. Zudem hat sie begonnen, englische Versionen ihrer Bücher zu vertreiben. Das „Puppenhaus“ sei in den USA gut angekommen. Und sie hat Ideen für alleinstehende Geschichten in der Region.

Das Buch ist für 12,99 Euro erhältlich, als E-Book günstiger. Signierte Ausgaben gibt es im „AmbienTee“ in Willingen. wf

Flensburger Pilsener
Kasten = 20 x 0,33 l, zzgl. 4,50 € Pfand, 11 = 1,97 €

12.99 ~~16.99~~ **11.99** ~~15.99~~

-24%

König Ludwig Bier
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,50 € Pfand, 11 = 1,50 €

14.99

ANGEBOT

Benediktiner Heli, Weissbier
diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €

15.99 ~~19.99~~ **14.99** ~~18.99~~

-20%

Hopf Helle Weiße
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €

15.99 ~~19.99~~ **15.45** ~~19.45~~

-20%

Artisan! + 1 Jubiläumsglas GRATIS!

Corona Extra
Kasten = 20 x 0,355 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 2,39 €

16.99 ~~22.99~~

-26%

CREW Republic
Local Hero, Drunken Sailor, Pack = 4 x 0,33 l, zzgl. 0,32 € Pfand, 11 = 2,27 €

2.99

PROBIERPREIS!

Förstina Sprudel Mineralwasser
diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,80 €

5.99 ~~8.99~~ **5.49** ~~8.49~~

ANGEBOT

Maisel & Friends Craft-Bier
diverse Sorten, Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 2,52 €

4.99

ANGEBOT

Black Forest Mineralwasser
still, Kasten = 12 x 0,7 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,71 €

5.99

-25%

Weißenhofer Bonator
Doppelbock, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 1,60 €

15.99 ~~18.99~~

Exklusiv bei logo!

top frisch Apfel-Schorle
Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,72 €

6.49 ~~9.99~~ **5.99** ~~9.49~~

ANGEBOT

Maxtrainer Jubilator*
Pack = 6 x 0,5 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 1,83 €

5.49 ~~8.99~~

-30%

Nur für kurze Zeit

Hofbräu Maibock
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €

15.99 ~~19.99~~ **14.99** ~~18.99~~

Förstina Limonade
diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,72 €

7.99 ~~10.99~~ **6.49** ~~9.49~~

ANGEBOT

TWENTYFOUR 7 Energy
koffeinhaltig, 0,25 l - Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 2,36 €

0.59

ANGEBOT

Maxtrainer Jubilator*
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 1,80 €

17.99 ~~20.99~~

Exklusiv bei logo!

Nur für kurze Zeit

Andechs Bergbock, Doppelbock*
Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,90 €

18.99 ~~20.99~~ **17.99** ~~19.99~~

Neu im Sortiment! Andechs Bergbock nur für kurze Zeit

top frisch Apfelsaft
diverse Sorten, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 11 = 1,17 €

6.99 ~~7.49~~

ANGEBOT

Lauffener Katzenbeisser
Q&A, diverse Sorten, 0,75 l - Flasche, 11 = 5,99 €

4.49 ~~5.99~~ **3.99** ~~5.49~~

ANGEBOT

Mönchshof Maibock*
Pack = 4 x 0,5 l, zzgl. 0,60 € Pfand, 11 = 2,00 €

3.99 ~~4.49~~

ANGEBOT

Kuemmerling
Krauter Likör, 0,5 l - Flasche, 11 = 1,98 €

5.99 ~~7.99~~

-25%

Die neue logo Getränke App
Jetzt downloaden, sparen & gewinnen!

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

1 x 2 Konzertkarten Peter Fox Domplatz Fulda

...und weitere attraktive Gewinne



Das Orquesta Barroca de Sevilla wird beim Eröffnungskonzert der Barock-Festspiele Bad Arolsen südländisches Flair auf die Bühne zaubern. FOTO: PR

Ausblick auf die Barockfestspiele

Orquesta Barroca gibt Eröffnungskonzert

Bad Arolsen – Die Barock-Festspiele finden vom 8. bis 12. Mai rund um das Arolser Schloss statt. Zu den Höhepunkten gehört das Eröffnungskonzert mit dem Ensemble Orquesta Barroca de Sevilla am Mittwoch, 8. Mai, um 20 Uhr in der Fürstlichen Reitbahn.

Das Konzert steht unter dem Titel „Musica Napoletana“ und wird von den Solisten Dorothee Oberlinger (Blockflöte) und dem Countertenor Gabriel Diaz' mitgestaltet.

Eintrittskarten gibt es im Kartenbüro im Bürgerhaus, Tel. 05691/801-233, oder per Mail an barockfestspiele@bad-arolsen.de. red

sich der Aufführung alter Musik nach historistischen Kriterien widmet. Während der Konzertsaison tritt das Ensemble in Sevilla auf, außerdem ist es auf den wichtigsten spanischen und europäischen Bühnen und Festivals zu hören, so auch in der Alten Oper Frankfurt, bei den Thüringer Bachwochen und Brühler Haydn-Festspielen, im Salle Gaveau in Paris und beim Festival Baroque de Pontoise in Frankreich.

*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.

Neues Wetterradar

Besucherplattform soll Kellerwaldturm ersetzen

Jesberg/Diemelsee – Der Deutsche Wetterdienst (DWD) baut in diesem Jahr einen Wasserturm auf den Wüstegarten im Kellerwald. Die Kosten für die 55 Meter hohe Stahlbetonkonstruktion werden mit 4,3 Millionen Euro veranschlagt, teilt der DWD auf Anfrage mit.

Ganz und gar ungewöhnlich für ein solches Projekt ist die Tatsache, dass die Konstruktion unterhalb des Radoms eine Aussichtsplattform für Besucher erhalten soll. Der DWD betritt dafür Neuland, zusammen mit dem Zweckverband Naturpark Kellerwald-Edersee und der Gemeinde Jesberg. Es wird als erster der 17 Radartürme des DWD eine solche Plattform bieten.

Der Neubau auf dem 673 Meter hohen Wüstegarten wird erforderlich, weil in der Nähe des bisherigen Standorts in Diemelsee-Flehtdorf ein Windpark errichtet wird, der die Qualität der Radardaten stören oder beeinträchtigen könnte: „Ein Radarsystem muss aber so platziert werden, dass die Horizontfreiheit gewährleistet ist“, teilt Gertrud Nöth, Pressesprecherin des DWD in



Heiko Manz
Bürgermeister

Frankfurt mit. „Es darf in unmittelbarer Nähe keine Hindernisse wie Berge oder hohe Gebäude geben.“

Diese Voraussetzung ist im Kellerwald gegeben. Genau wie der Fakt, dass die Standort-Fläche die erforderliche Größe von 625 Quadratmetern hat und die Pachtdauer mindestens 30 Jahre beträgt – das ist die Zeit, die der Wasserturm genutzt werden soll.

„Der Standort Kellerwald sichert eine bessere Abdeckung des Rhein-Main-Gebietes, insbesondere des Flughafens Frankfurt, bei gleichzeitig noch ausreichender Abdeckung von Hannover“, teilt der DWD mit.

Jesbergs Bürgermeister Heiko Manz ist gespannt auf den „ortsbildprägenden Anblick“, der mit dem Bau des Radars entstehen wird: Das Radom, die Kuppel des

Turms, werde nach Fertigstellung im kommenden Jahr weithin sichtbar sein. Der Standort soll rund 100 Meter vom jetzigen Turm in Richtung Bad Zwesten liegen.

Heiko Manz blickt mit einem lachenden und einem weinenden Auge aufs Projekt. Positiv sei, dass die Gemeinde einen kostenlosen Wasserturm erhalte, der zugleich Touristenmagnet sei. Der Wermutstropfen sei, dass der alte, 28 Meter hohe, Kellerwaldturm abgerissen wird, sobald das neue Radar steht.

Der DWD übernimmt die Rückbaukosten, sie sind mit 140 000 Euro veranschlagt. Die Besucherplattform am Wetterradar im Kellerwald stärke natürlich die touristische Attraktivität, was auch eine Forderung von Gemeinde und Zweckverband gewesen sei, sagt Manz.

Der DWD sieht noch einen anderen Vorteil: Die Plattform könne mit Infos darüber gestaltet werden, wie das Radar funktioniert und somit „das Wissen der Besucher über ein solches System zu erhöhen.“ Denn sämtliche visualisierten Niederschlagsradare in Wetter-Apps und

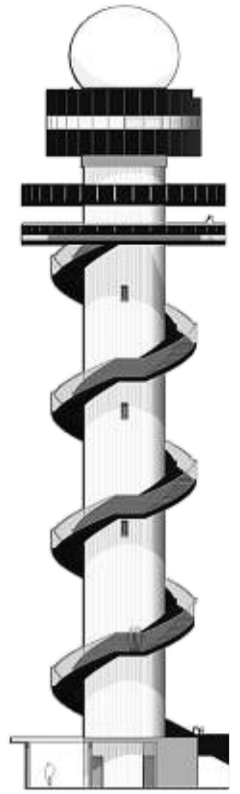
auch die Medien erhalten ihre Daten vom Deutschen Wetterdienst. Die Frage, wer die Kosten für Betrieb, Unterhalt und Verkehrssicherungspflicht zahlt, werde zurzeit mit dem Zweckverband Naturpark Kellerwald-Edersee geklärt, teilt der DWD mit.

Die Fans des Kellerwaldturms aber werden wohl alle noch einmal die Chance ergreifen und ihn erklimmen wollen. Vor allem in jenem kurzen Zeitfenster, in dem dann auf dem Wüstegarten ein alter hölzerner Turm und ein neuer in Stahlbetonoptik zugleich stehen. Denn der alte Turm wird nicht vor 2025 abgerissen. Dann ist auch seine veranschlagte Nutzungs-

dauer am Ende. Sein Zustand war nicht der beste, aus Sicherheitsgründe dürfen ihn nur 15 Besucher gleichzeitig erklimmen. Naturpark und Gemeinde hätten also ohnehin handeln müssen sagt Manz.

Das übernimmt nun der DWD. Und baut noch dazu eine echte Touristenattraktion. Auch den Bund der Steuerzahler, der Jesberg 2019 Verschwendung vorgeworfen hatte, weil die Gemeinde Gutachten zu den aufgetretenen Rissen hatte erstellen lassen, dürfte die Lösung freuen. Die Gemeinde jedenfalls, und das ist kein Wunder, ist froh über die Entwicklung.

bra / Fotos: bs-photo.de, DWD



ASKLEPIOS
KLINIKEN BAD WILDUNGEN

informiert

Schlaganfallstation wurde neu organisiert

Ab sofort ist die Stroke Unit der Asklepios Stadtklinik an die Zentrale Notaufnahme angegliedert

Bad Wildungen. Die Spezialstation für die Versorgung von Schlaganfallpatienten in der Asklepios Stadtklinik ist umgezogen und neu strukturiert worden. Ab sofort ist sie an angrenzende Räumlichkeiten der Zentralen Notaufnahme angeschlossen, was zahlreiche Vorteile im Rahmen der Versorgung von Schlaganfallpatienten mitbringt.

Der Standort im Bereich der Notaufnahme gewährleistet somit alle erforderlichen medizinischen und pflegerischen Leistungen für eine schnelle und effektive Erstversorgung von neurologischen Patienten.

Die Schlaganfallversorgung in der neuen Raumstruktur erfolgt in enger Zusammenarbeit mit Patrick Müller-Nolte, Ärztliche Leitung der Zentralen Notaufnahme, Mathias Noll, Oberarzt der Inneren Medizin sowie Dr. Matthias auf dem Brinke, Chefarzt der Neurologie im Fürstenhof. „Für die umfassende Diagnostik und Behandlung von Schlaganfällen ist es wichtig, dass die Aufnahme und Erstversorgung Betroffener nun sowohl räumlich als auch organisatorisch in der Zentralen Notaufnahme unter Leitung von Herrn Müller-Nolte erfolgt“, erläutert Dr. auf dem Brinke und ergänzt: „Dies ermöglicht sehr zeitkomprimierte Abläufe, analog zu denen anderer hochakuter Krankheitsbilder.“

Die Abläufe zur Durchführung verschiedener bildgebender Verfahren werden auch zukünftig gemeinsam mit dem ärztlichen Leiter der Radiologie Nordhessen, Dr. Jan Mariß, leitliniengerecht sichergestellt. „Insbesondere profitieren die Patienten jetzt von der unmittelbaren Nähe zu der initial immer notwendigen Bildgebung, also zur cerebralen Computertomographie oder Kernspintomographie“, so auf dem Brinke.

Für eine ganzheitliche Betreuung ist ein multiprofessionelles Behandlungsteam,



Freuen sich über die Neustrukturierung: (v.l.) Mathias Noll, Oberarzt der Inneren Medizin, Patrick Müller-Nolte, Ärztliche Leitung der Zentralen Notaufnahme sowie Dr. Matthias auf dem Brinke, Chefarzt der Neurologie im Fürstenhof. FOTO: ASKLEPIOS

bestehend aus Ärzten, speziell geschulten Pflegekräften, Logopäden sowie Ergo- und Physiotherapeuten rund um die Uhr im Einsatz. Patienten mit einem akuten Schlaganfall werden unterstützt durch die Fachärzte der Neurologie aus der Fachklinik Fürstenhof behandelt, die auch die Visite übernehmen. Darüber hinaus besteht eine Anknüpfung an das neurovaskuläre Netzwerk Nordhessen.

„Als Mitglied im Netzwerk Nordhessen arbeiten wir eng mit anderen medizinischen Einrichtungen zusammen, um eine bestmögliche Versorgung von Schlaganfallpatienten sicherzustellen“, erklärt Müller-Nolte. „Bei Bedarf einer Thrombektomie, der Entfernung eines Blutgerinnsels aus einem Blutgefäß mithilfe eines Katheters, wird der Patient zu einem Maximalversorger verlegt und die Behandlung dort übernommen.“

Auch Mathias Noll freut sich über die neuen Strukturen: „Im Rahmen der räumlichen Änderungen können Betroffene die ersten 24 Stunden nach der Aufnahme auf der Beobachtungsstation der ZNA (Intermediate Care Station) behandelt werden,

das heißt die Patienten müssen zwar intensiv pflegerisch betreut und überwacht werden, bedürfen jedoch keiner intensivmedizinischen Behandlung. Dies ermöglicht eine engmaschige Überwachung und eine schnelle Reaktion auf Veränderungen des Zustands vom Patienten.“ Anschließend werden die Patienten zu weiteren Behandlung auf die Normalstation verlegt. „Die oft notwendige Rehabilitation ist im Anschluss für alle Schweregrade in der Neurologie der Asklepios Fachklinik Fürstenhof gewährleistet, auch diese Kooperation ermöglicht eine unmittelbare Weiterversorgung aus einer Hand und ohne Informationsverlust“, ergänzt Dr. auf dem Brinke.

Fabian Mäser, Geschäftsführer der Asklepios Kliniken Bad Wildungen hat den Prozess von Anfang an begleitet. „Mit der Neuorganisation der Stroke Unit haben wir unser bestehendes und umfassendes Notfallmedizinisches Leistungsangebot noch einmal deutlich verbessert. Damit können wir den Bürgern aus der Region am Gesundheitsstandort Bad Wildungen eine hochqualitative und sehr effektive Notfallversorgung bieten.“

Selbstständig als Betreuer arbeiten

Infoveranstaltung vom Landkreis am 22. Februar in Korbach

Waldeck-Frankenberg – Selbstständige Berufsbetreuerpersonen, die mit ihrer Tätigkeit Menschen unterstützen, die aufgrund verschiedener Beeinträchtigungen ihre eigenen Angelegenheiten nicht selbstständig regeln können, werden vom Fachdienst Gesundheit des Landkreises Waldeck-Frankenberg gesucht.

In einer Infoveranstaltung erklärt der Fachdienst Gesundheit was genau hinter dieser Aufgabe steckt und welche Voraussetzungen dafür erfüllt werden müssen. Diese findet am Donnerstag, 22. Februar, von 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr im Bürgerhaus in Korbach statt.

Manchmal benötigen Menschen mit einer psychischen Erkrankung oder aufgrund einer geistigen oder körperlichen Beeinträchtigung Unterstützung bei der Erledigung ihrer alltäglichen Aufgaben, das kann die Erledigung von Schriftverkehr, Be-



Sei es bei der Erledigung von Schriftverkehr oder Behördengängen: Berufsbetreuer unterstützen Menschen mit Beeinträchtigungen im Alltag.

FOTO: FRANK RUMPENHORST/DPA

hördengänge oder die Verwaltung und Regelung von Finanzen betreffen. An diesem Punkt kommen die selbstständigen Berufsbetreuerpersonen zum Einsatz. Sie werden vom Gericht bestellt

und helfen den betroffenen Menschen ihren Alltag zu bewältigen.

Die Berufsbetreuerperson kann ihre Arbeitszeit frei gestalten und die Tätigkeit auch neben einem weiteren Beruf und im Einklang mit dem Familienleben ausüben. Denn der Umfang wird durch die Betreuungsperson selbst bestimmt. Gleichzeitig gibt es eine Vergütung für die geleistete Arbeit vom Gericht. Welche Grundvoraussetzungen erfüllt sein müssen, um Berufsbetreuerperson zu werden, erläutert der Fachdienst Gesundheit in seiner Infoveranstaltung am 22. Februar in Korbach. Alle Interessierten sind zum unverbindlichen Austausch eingeladen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Weitere Informationen zur Tätigkeit als rechtliche Berufsbetreuerperson gibt es auf www.landkreis-waldeck-frankenberg.de.

red

Winterberg feiert WM

Spannende Bob- und Skeletonrennen und mehr

Die Bob und Skeleton Weltmeisterschaft kehrt ins Sauerland zurück. IBSF-Präsident Ivo Ferriani hatte Winterberg 2015 eine „verbale Goldmedaille“ für die Organisation und Atmosphäre verliehen. Das soll beim kommenden Event vom 19. Februar bis 3. März 2024 wieder der Fall sein. Die Eröffnungsfeier steigt am Mittwoch (21. Februar) mitten



FOTO: VIESTURS

Siegerehrungen. Sieben Renntage sind vorgesehen. Los geht es bereits am Donnerstag, 22. Februar, mit Skeleton-Rennen der Herren und Damen. Anschließend folgen die Wettbewerbe im Monobob und Zweierbob bevor die Rennen der Herren-Vierer das finale Weltmeisterschaft in der „Königsdisziplin“ bestreiten. www.bob-skeleton-wm.de

in Winterberg. Das gilt auch für ein buntes, WM-reifes Rahmenprogramm samt den

ANZEIGE

STELLENANGEBOTE

KUSCH+CO

Erfinden Sie sich immer wieder neu. Bei uns. Sind Sie präzise in dem was Sie tun, haben den Mut sich an Neues heranzuwagen und hören genau zu? Dann bewerben Sie sich! Wir sind ein führendes international tätiges Unternehmen im Bereich Objekteinrichtung und fertigen hochwertige Sitzmöbel, Tische und Tischanlagen in Premiumqualität.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort

Mitarbeiter IT-Support m/w/d

Die ausführlichen Stellenbeschreibungen finden Sie unter kusch.com

Interessiert? Dann senden Sie bitte Ihre aussagefähigen Bewerbungsunterlagen an die Personalabteilung, Frau Ramona Weller – personal@kusch.com

Kusch+Co GmbH Postfach 1151 59965 Hallenberg T 02984 300-0 kusch.com

präzise
mutig
aufmerksam



Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir m/w/d:

✓ **Kfz-Mechatroniker**
ab sofort

✓ **Ausbildung Kfz-Mechatroniker**
ab sofort/ab August

Wir bieten

- 30 Tage Urlaub
- Fortbildungen
- Faire Vergütung
- Motiviertes Team
- Arbeitskleidung
- u. v. m.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!
m.arnold@abv-automobile.de

ABV AUTOMOBILE GMBH

Berleburger Straße 10 · 35066 Frankenberg
Tel. 06451 714040 · Fax 06451 714042

Wir sind ein erfolgreiches Unternehmen in der europäischen Holzindustrie und seit mehr als 90 Jahren in Familienbesitz. „Wir“ – das sind mehr als **1.400 Kolleginnen und Kollegen** an **sieben Standorten**.



Wir suchen eine/n **verantwortungsvolle und aufmerksame Reinigungskraft (m/w/d)** für unsere Geschäftsräume in Winterberg-Züschchen mit **Perspektive auf eine langfristige Zusammenarbeit**.

Reinigungskraft (m/w/d)

Ihre Arbeitszeit:

- Arbeitszeit kann nach Absprache flexibel gestaltet werden

Ihr Profil:

- Sie sind umsichtig, gewissenhaft und sorgfältig
- Sie haben Gespür für Ordnung und Sauberkeit
- Sie zeichnen sich durch Zuverlässigkeit aus und sind vertrauenswürdig
- Sie haben Freude am eigenverantwortlichen Arbeiten
- Sie haben ein freundliches und gepflegtes Erscheinungsbild

Das bieten wir Ihnen:

- Eine leistungsgerechte Bezahlung
- Sehr gute Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben
- Ein angenehmes Arbeitsumfeld auf Basis einer langfristigen Zusammenarbeit

Jetzt bewerben:

karriere.ante-holz.de

+49 151 571 578 37

ante-Gruppe • www.ante-holz.de

Nuhetalstraße 122 • 59955 Winterberg - Züschchen

Gestalten Sie mit uns die Zukunft im wachsenden Markt der Holzindustrie!

- > **Tischler (m/w/d)**
- > **Zimmerer (m/w/d)**
- > **Maschinenführer (m/w/d)**
- > **Staplerfahrer (m/w/d)**
- > **Facharbeiter für unser Biomasseheizkraftwerk (m/w/d)**
- > **Maurer/Betonbauer (m/w/d)**

Das bieten wir Ihnen:

- Es erwartet Sie ein eigenständiges Aufgabengebiet sowie ein angenehmes Arbeitsklima mit langfristiger Perspektive in einer erfolgreichen Unternehmensgruppe im Familienbesitz.
- Herausfordernde, spannende Projekte und ein motiviertes, kollegiales Team.
- Sie erhalten einen unbefristeten und zukunftssicheren Arbeitsplatz, ein attraktives Gehaltspaket sowie individuelle Fort- und Weiterbildungsangebote.

Die ante-Gruppe:

- 1.400 Mitarbeiter an allen Standorten
- 7 Standorte
- Über 90 Jahre Erfahrung in der Holzbranche

- Nachhaltige Zero Waste Politik - 100 Prozent Rohstoffverwertung
- Fortlaufende Expansion
- **>Wir wachsen weiter!**



Jetzt bewerben:

karriere.ante-holz.de

+49 151 571 578 37

ante-Gruppe • Im Inkerfeld 1 • 35108 Allendorf (Eder) - Somplar • www.ante-holz.de

MOBILER PFLEGEDIENST SALIMI

Wir suchen ab sofort

Pflegehelfer m/w/d
Pflegefachkraft m/w/d

Birkenweg 59, 34497 Korbach
Tel. 05631 63995
www.mobiler-pflegedienst-salimi.de

Auto-Verkäufe

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

Auto-Ankäufe

EKB
Autohandel & Service

Suche für Export Pkw - Lkw - Busse

Unfallwagen, Motorschaden - alles anbieten!

Siegener Str. 32, Frankenberg
Telefon: 06451 7180360
Mobil: 0151 14807332

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 69 € SRM
30 cm ofen, Abschnitt vom Sägewerk,
10 SRM, inkl. Lief., Tel. 0176 62681914

Bekanntschaften

Michael, 59 J., Geschäftsführer, jugendl., gepflegt, zuvorkommend, großzügig u. familiär. Mag Ausflüge, Reisen, Rad fahren, schön Essen gehen u.v.m.. Wenn Du einen lustigen, lieben Kerl suchst, der Dich auf Händen trägt u. absolut treu ist, dann melde Dich üb. PV, **Vermittlung garantiert kostenlos.** Tel/SMS 0162-7928872

Ursula, 75 J., mit weibl.-schmeichelnder Figur, gesund u. gepflegt. Bin eine einfühlsame Partnerin, gute Hausfrau, koche am liebsten gutbürgerlich. Es ist nicht schön im Alter allein zu sein, so suche ich üb. PV einen lieben Mann (Alter Nebensache), aber unbedingt hier aus der Umgebung. Tel. 01520-8293309

Doris, 60 J., hübsch, jünger wirkend, mit Top-Figur, bin großer Naturfan, ganz unkompliziert u. humorvoll. Habe ein treues Herz, fleißige Hände u. viel Fürsorge zu geben. Mich quält das Alleinsein u. ich suche einen netten Mann für ein schönes Leben zu zweit. Trau Dich u. ruf üb. PV an. Tel. 0176-57606003

Was tun bei ARTHROSE?

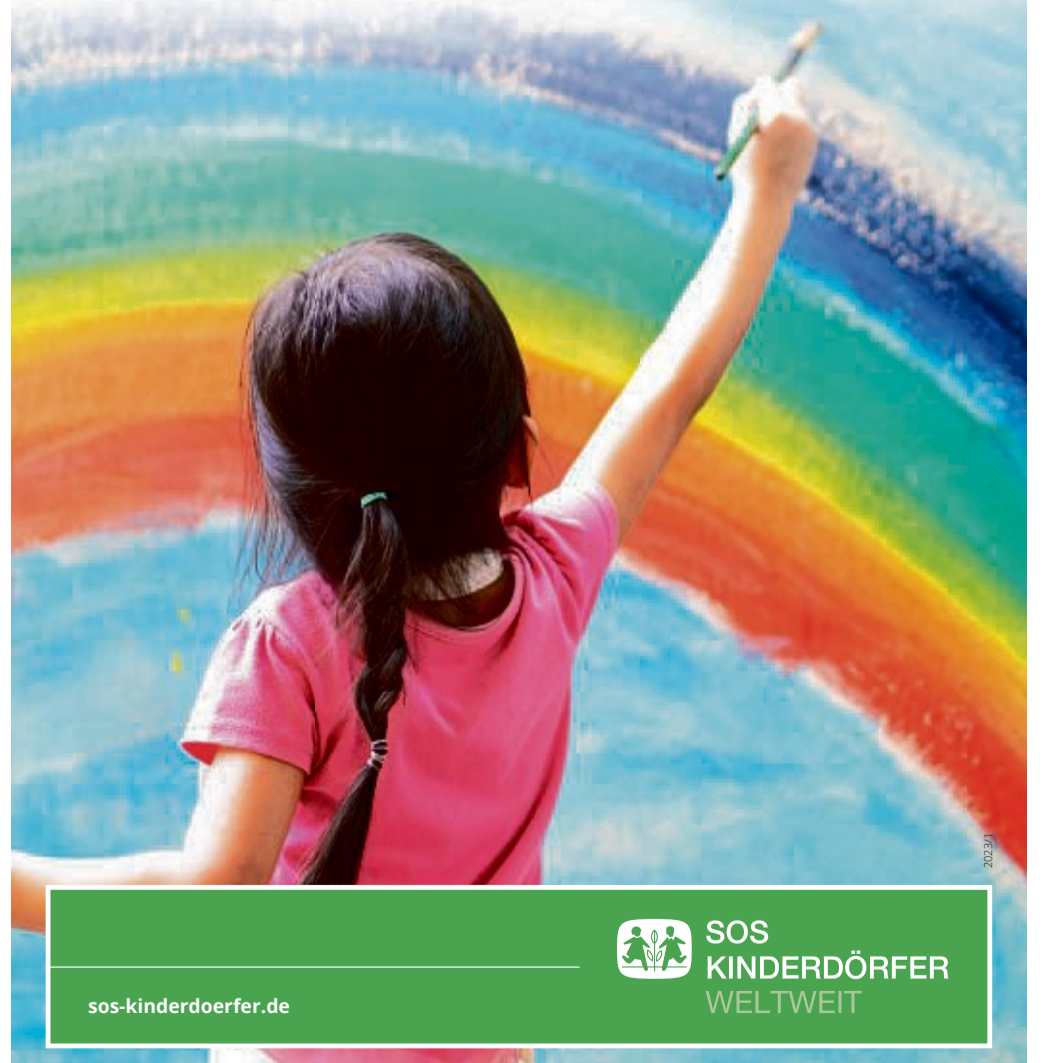
Wenn die Sprunggelenke an Arthrose erkranken, wird oft jeder Schritt zur Qual. Die Füße, aber auch die Knie, die Hüften und der Rücken schmerzen immer öfter und immer mehr. Viele Tätigkeiten in Beruf, Familie oder Freizeit werden dann zunehmend beschwerlich. Was aber kann man selbst bei dieser Arthrose tun? Wie kann man die Schmerzen und Einschränkungen lindern? Auf diese wichtigen Fragen und auch zu allen anderen Anliegen bei



Arthrose gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe praktische Empfehlungen, die jeder kennen sollte. Zudem fördert sie die

Arthrosenforschung bundesweit mit bisher über 400 Forschungsprojekten und einer Stiftungsprofessur. Eine Sonderausgabe ihres Ratgebers „Arthrose-Info“ kann kostenlos angefordert werden bei: Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 110551, 60040 Frankfurt (bitte gerne eine 0,85-€-Briefmarke für Rückporto beifügen) oder per E-Mail an: service@arthrose.de (bitte auch dann gerne mit vollständiger Adresse für die Zusendung des Ratgebers).

VIELFALT SCHAFFT CHANCEN



SOS KINDERDÖRFER
WELTWEIT

sos-kinderdoerfer.de



Im Schwalm-Eder-Kreis – hier Fahrzeuge auf dem Marktplatz in Homberg/Efze – wird das pulsierende Carsharing“ bereits erfolgreich umgesetzt. FOTO: VON LENGERKEN/PR

Firmen für Testphase gesucht

Zweckverband will Carsharing für Berufspendler testen

Waldeck-Frankenberg – Der Zweckverband Naturpark Kellerwald-Edersee will den Aufbau eines Carsharing-Netzwerks in der Region Kellerwald-Edersee prüfen. Dafür werden jetzt noch Unternehmen gesucht, die sich beteiligen.

Die Projektidee sieht den Einsatz von Carsharing-Fahrzeugen im pulsierenden Prinzip so vor, dass damit Beschäftigte den Arbeitsweg – alleine oder in Fahrgemeinschaften – zurücklegen und die Autos dazwischen sowohl dienstlich als auch privat von Bürgern genutzt werden können. Ein Beratungsauftrag wurde an die „EcoLibro GmbH“, Troisdorf, vergeben.

Für eine Testphase im zweiten Halbjahr 2024 werden zwei bis drei innovative Un-

ternehmen zur Erprobung in der Praxis gesucht. Den Firmen stehen die Fahrzeuge in dieser Zeit kostenlos zur Verfügung. In einem Video bei YouTube wird das Prinzip unter dem Titel „Was ist pulsierendes Carsharing in und um Homberg (Efze)?“ erklärt. Dort existiert dieses Car-Sharing bereits seit einiger Zeit.

Die Teilnahme am Projekt ist für Arbeitgeber sinnvoll:

- Wenn man mehrere Mitarbeiter aus einem Wohnort und mit ähnlichen Arbeitszeiten hat.

- Wenn man Menschen für eine Tätigkeit im eigenen Betrieb gewinnen will, die keinen Führerschein haben oder kein eigenes Fahrzeug nutzen wollen.

- Wenn man dazu beitragen will, die Kosten der Mitar-

beiter für die täglichen Arbeitswege zu senken.

- Wenn die eigenen Dienstfahrzeuge nicht voll ausgelastet sind.

- Wenn man Interesse hat, Dienstfahrzeuge und damit Kosten zu reduzieren.

- Wenn man CO₂ einsparen will.

Im März ist ein Workshop für die interessierten Firmen geplant. Vom beauftragten Beratungsunternehmen EcoLibro werden im Vorfeld außerdem kostenlos individuelle Beratungen angeboten. Eine Kontaktaufnahme ist unter der Mailadresse michael.schramek@ecolibro.de möglich. Für Rückfragen steht die Geschäftsstelle des Zweckverbands unter 05621/96946-20 gerne zur Verfügung. red

Prozess lässt auf sich warten

Wilke-Skandal: Verfahren bedarf erneuter Einarbeitung

Twistetal – Auch 2024 wird es noch keine Prozessöffnung zum hiesigen Gammelfleisch-Skandal geben. Juristisch ist der Fall um die seit Oktober 2019 geschlossenen Firma Wilke Wurstwaren in Berndorf noch nicht aufgearbeitet. Die zuständige Kammer beim Landgericht Kassel ist zum Jahreswechsel komplett neu besetzt worden. Dadurch haben sich weitere Verzögerungen ergeben.

Nach Auskunft des Vorsitzenden Richters Matthias Besson, der auch Sprecher des Landgerichts ist, ist im Laufe des Jahres 2024 nicht mehr mit einer Eröffnung des Hauptverfahrens zu rechnen: „Nach Rücksprache mit dem designierten neuen Vorsitzenden der zuständigen 2. Großen Strafkammer – Wirtschaftsstrafkammer – teile ich mit, dass nach aktuellem Planungsstand aufgrund hoher Verfahrensbelastung sowie Auswechslung des gesamten Kammerpersonals zum Jahreswechsel und des

damit zusammenhängenden Einarbeitungsbedarfs mit einer Verhandlung des sehr komplexen Verfahrens 2024 nicht zu rechnen ist.“ Wann vor diesem Hintergrund „mit einer Eröffnungsentscheidung zu rechnen ist, ist derzeit noch nicht absehbar“.

Der Wilke-Skandal führte damals zur Schließung der Wurstfabrik an der Ortsdurchfahrt von Berndorf. Jahrelang hat die Kasseler Staatsanwaltschaft ermittelt. Vor genau einem Jahr, im Februar 2023, hat sie Anklage beim Kasseler Landgericht erhoben.

Hinreichender Tatverdacht

Die Staatsanwaltschaft sehe einen hinreichenden Tatverdacht, sagte Andreas Thöne, Sprecher der Staatsanwaltschaft, vor einem Jahr.

Dem früheren Geschäftsführer, seiner Stellvertreterin sowie dem Produktionsleiter

Matthias Besson
Sprecher des Landgerichts



werden fahrlässige Tötung in elf Fällen, zudem fahrlässige Körperverletzung in sieben Fällen, Betrug in 17 Fällen und 101 Verstöße gegen das Lebensmittel- und Futtermittelgesetzbuch vorgeworfen. Außerdem gehe es bei dem Ex-Geschäftsführer und seiner Stellvertreterin um vierfache versuchte gefährliche Körperverletzung durch Unterlassen.

Die ersten Todesfälle, die in Verbindung mit der Wurst aus Berndorf stehen sollen, gab es im Januar 2017. Bis März 2019 habe es insgesamt elf Todesfälle in ganz Deutschland gegeben, die damit in Verbindung gebracht werden.

ES/FOTO: DAUM

DNA-Untersuchungen an Listerien-Stämmen

Im Oktober 2019 informierte der Landkreis Waldeck-Frankenberg über die Schließung von Wilke in Berndorf aufgrund von Listerien-Funden. Das Robert-Koch-Institut hatte schon 2018 bei Erkrankten einen spezifischen Listerien-Cluster entdeckt, so die Staatsanwaltschaft. Viele Betroffene hatten in Krankenhäusern oder Pflegeheimen Produkte von Wilke verzehrt. Bei der Herstellung sollen schlechte hygienische Bedingungen die Vermehrung von Listerien begünstigt haben. es

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

Suche baldmöglichst
Nachfolger
für kleines Blumenfachgeschäft in
Bad Wildungen-Reinhardshausen.
Nähere Informationen unter
Tel. 05621 969125

ANZEIGE

Sprechstunde: Reden wir über nächtlichen Harndrang!



Mag. Astrid Janovsky
Nährstoffexpertin

Probleme mit der Blase sind für viele Betroffene ein echtes Tabuthema. Wissenschaftliche Studien belegen jedoch: Eine Heilpflanze aus Österreich unterstützt bei nächtlichem Harndrang.

Häufiger Harndrang – besonders nachts – kann für Betroffene schnell zu einem großen Problem werden. Die nächtlichen Wanderungen stören den Schlaf, und am nächsten Morgen ist man erschöpft und schlecht gelaunt. Doch auch tagsüber wird eine sensible Blase oft zur Herausforderung. Man denke nur an lange Autofahrten. Darüber hinaus kann der plötzlich auftretende Harndrang auch zu Krämpfen führen, wenn man ihm nicht schnell genug nachgibt.

Frauen ab 45 besonders häufig betroffen

Zwar kämpfen auch viele Männer mit dem Thema nächtlicher Harndrang (aufgrund einer gutartigen Vergrößerung der Prostata), jedoch sind vor allem Frauen ab 45 betroffen. Die Ursache dafür findet sich meist in der hormonellen Umstellung während der Wechseljahre. Dadurch kann die Blasenwand gereizt werden, wodurch sich die Blase schon bei verhältnismäßig niedrigem Füllstand meldet.



Natürliche Unterstützung

Auch wenn die Blase häufig ein Tabuthema ist – nur wer aktiv nach Unterstützung sucht, kann diese auch finden. Oft reicht schon der Weg in die Apotheke. Immer häufiger wird dort ein hochdosierter Kürbiskern-Extrakt empfohlen. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen: Durch die längerfristige Anwendung eines solchen Extraktes kann der nächtliche Harndrang um fast die Hälfte gesenkt werden.* Auch die Inkontinenzepisoden konnten signifikant reduziert werden.**

Diese Erkenntnisse haben Pharmazeuten genutzt und ein hochwertiges pflanzliches Präparat entwickelt: die Kürbis für die Frau Tabletten von Dr. Böhm®. Sie enthalten den oben angesprochenen Kürbiskern-Extrakt in besonders hoher Dosierung (400 mg). Durch die rein pflanzliche Zusammensetzung sowie die Herstellung unter strengsten Qualitätsbestimmungen ist das Präparat ausgezeichnet verträglich und sicher für die Langzeitanwendung.

In Österreich, wo das Produkt seit über 30 Jahren am Markt ist, konnten sich schon hunderttausende Frauen von der Wirkung überzeugen. Auch in Deutschland berichten immer mehr Anwenderinnen von spürbaren Erfolgen.

Langfristige Anwendung führt zum Erfolg

Wichtig ist, dass die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (bestenfalls 2–3 Monate) eingenommen werden. Denn die Wirkstoffe der Kürbiskerne benötigen etwas Zeit, bis sie im Körper ihre volle Kraft entfalten.

* Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4):551-61
** Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46:727-737

STARKE BLASE



DR. BOHM® QUALITÄT

ÜBER 50 JAHRE ERFahrung

AUS DER APOTHEKE

DA VERTRAUE ICH GANZ AUF DR. BOHM!



Nahrungsergänzungsmittel **PZN: 15390969**

- ✔ Stärkt die Blasenmuskulatur
- ✔ Rein pflanzlich
- ✔ Kurmäßige Einnahme empfohlen

drboehm-info.de **Dr. Böhm®**



Dr. Böhm® Kürbis für die Frau
Für Ihren Apotheker:
PZN: 15390969

Bestehen Sie auf das Original! Falls nicht vorrätig, bestell Ihre Apotheke Dr. Böhm® Kürbis für die Frau gerne für Sie.

Wo Zeichen mehr können als Sprache

Gebärdensunterstützte Kommunikation an hiesigen Schulen

Waldeck-Frankenberg - Kinder und Jugendliche mit Hörschädigung können in Hessen entweder allgemeine Schulen oder Förderschulen für Hörgeschädigte besuchen.

„Welche Form die Beste ist, hängt von den Fähigkeiten des einzelnen Kindes ab“, so die Elternvereinigung hörgeschädigter Kinder in Hessen.

Vor sieben Jahren hat Hessen angefangen, die Unterrichtung der Deutschen Gebärdensprache (DGS) an allen hessischen Schulen zu fördern. Seitdem können sich Lehrer über eine Fortbildung für den Unterricht in der DGS qualifizieren. 112 Lehrerinnen und Lehrer haben dies an der Hessischen Lehrkräfteakademie bisher absolviert. Allerdings arbeiten auch nahezu alle in den vier überregionalen Förderzentren, die auf hörgeschädigte Schülerinnen und Schüler in Hessen spezialisiert sind. Von anderen Fortbildungseinrichtungen oder seitens der Schulen liegen dem Kultusministerium keine weiteren Zahlen zur DGS-Qualifizierung vor.

Seit vergangenen Herbst gibt es die neue Weiterbildung „Alltagssprache mit Schülern gebärden“. Für das Schuljahr 2023/24 macht in Hessen erstmals eine Schule Gebrauch von der Möglichkeit, eine solche AG anzubieten, so das Kultusministerium. Sehr speziell ist das Angebot, insbesondere wenn Schulen gar keine Berührungspunkte mit dem Thema haben, was für allgemeinbildende Schulen wie beispielsweise die Intergrierte Ge-



An hiesigen Förderschulen ist die Gebärdensunterstützte Kommunikation ein häufig eingesetztes Hilfsmittel in der Sprachförderung.

FOTOS: IMAGO/WESTEND61/IMAGEBROKER/PANTHERMEDIA

samtschule Edertal oder die Schlossbergschule in Rhoden gilt. „In Hessen gibt es etwa 2000 Schüler und Schülerinnen mit einer Hörbehinderung. Etwa ein Drittel dieser Kinder und Jugendlichen besuchen eines der vier hessischen Beratungs- und Förderzentren, zwei Drittel die Allgemeine Schule“, so der Landesverband der Gehörlosen.

Zum Vergleich stehen dem rund 1800 allgemeinbildende Schulen in Hessen gegenüber. Bei Bedarf können die Schulen in Waldeck-Frankenberg auf die Kompetenz der Herrmann-Schaff-Schule in Homberg zurückgreifen. Als zuständiges Förderzentrum für Nordhessen werden allein

dort rund 200 Schülerinnen und Schüler mit Hörschaden sowie Sehbehinderung besetzt.

Eine Anwendung der Deutschen Gebärdensprache an allgemeinbildenden Schulen bleibt bislang bedarfsabhängig. „Wir benötigen Gebärdendolmetscher beispielsweise für gehörlose Eltern von Schülern“, beschreibt Sabine Rossmeißl von der Gesamtschule Battenberg.

Im Unterricht werde eher die „Gebärdensunterstützte Kommunikation“ (GuK) angewendet. Sie ist eine Methode, die es Kindern einfacher machen soll, mit Hilfe einzelner Gebärden zum gesprochenen Wort zu kommen. Dabei soll

das Sprechen nicht ersetzt, sondern lediglich unterstützt werden. Gerade mit Hinblick auf die Sprachförderung bei Kindern mit Migrationshintergrund findet dies auch Anwendung in Grundschulen und Kindergärten.

Das weiß auch Nadine Paul, Konrektorin an der Mathias-Bauer-Schule in Bad Wildungen. An der Förderschule wird die Gebärdensunterstützte Kommunikation häufig im Unterricht angewendet und alle Schüler lernen die Zeichen. „Viele Gebärden lassen sich früher und leichter lernen als Lautsprache, da sie sichtbare Merkmale des Bezeichneten enthalten und langsamer kommuniziert

werden. Die Aufmerksamkeit und das genaue Hinsehen werden unterstützt und die visuelle Verdeutlichung der Schlüsselwörter erleichtert das Verstehen der Informationen sowie die Erinnerung daran.“ Darüber hinaus veröffentlicht die Mathias-Bauer-Schule über ihren Instagram-Account die Gebärden des Monats zu einem ausgewählten Thema. Die Kegelbergschule in Frankenberg setzt ebenfalls auf die GuK wie Konrektorin Dagmar Kopecky bestätigt. Nahezu in allen Klassen der Förderschule kommt sie zum Einsatz und ist häufiger Begleiter, weil sie die vorgenannten Vorteile bietet.

Kurs für pflegende Angehörige

Korbach – Einen Entspannungskurs für pflegende Angehörige bietet die neue Selbsthilfegruppe „Pflegende Angehörige von Lebensverkürzend Erkrankten und Palliativpatienten – Totgequatscht“ an. Dieser soll den Pflegenden eine kleine Auszeit vom (Pflege-)Alltag ermöglichen.

Der Kurs findet vom 8. Mai bis 19. Juni jeweils mittwochs um 18.30 Uhr im Schulungsraum des Stadtkrankenhauses in Korbach, Ecke Dr.-Hartwig-Straße/Enser Straße (ehemalige Hebammenpraxis) statt. Eine Einheit dauert rund 60 Minuten.

Auszeit vom Pflegealltag

In einer Pressemitteilung wird darauf hingewiesen, dass der Entspannungskurs für pflegende Angehörige kostenfrei ist. Die Kostendeckung übernehme die Krankenkasse DAK durch eine Anschubfinanzierung der Selbsthilfegruppe „Totgequatscht“. Dozentin ist Tina Hart, Tel. 0163-6782077, mindful-sauerland.de.

Anmeldungen beim ambulanten Hospiz

Anmeldungen sind beim Ökumenischen ambulanten Hospiz Korbach, Selbsthilfegruppe „Totgequatscht“, Leitung Sandra Voß, Enser Straße 19 (im Stadtkrankenhaus) in Korbach, per Telefon unter 05631/5061900 oder per E-Mail an mail@totgequatscht.de möglich.

Große Polster-Tausch-Aktion!

Wir zahlen Ihnen bis zu € 500,- für Ihre alten Polstermöbel.*

Mehr unter www.moebelkreis.de



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



➔ Kostenlose Lieferung!

Wir liefern Ihr neues Sofa oder Ihren neuen Sessel direkt zu Ihnen nach Hause – natürlich kostenlos.

🌿 Kostenlose Entsorgung!

Bei der Lieferung Ihrer neuen Polstermöbel werden Ihre alten Polstermöbel umweltgerecht entsorgt.

♥ Kostenlose Beratung!

Unsere Einrichtungsprofis nehmen sich gerne Zeit für Sie und Ihre persönliche Traumeinrichtung.

*Gültig nur bei Neuaufträgen bis zum 16.03.2024. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

MÖBELKREIS® KÜCHE & EINRICHTEN

Korbach-Meininghausen · www.moebelkreis.de