

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

Wir kaufen:

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

Juwelier & Trauringstudio  
**Rubin**

Prof.-Bier-Str. 1a  
 34497 Korbach  
 ☎ 05631 9862440

# HEIMAT NACHRICHTEN

FRANKENBERG

**Juwelier LEXA**  
 Uhren & Meister-Goldschmiede

**IHR JUWELIER VOR ORT!**

Neustädter Straße 1 · 35066 Frankenberg/Eder  
 Telefon: 06451/22966  
 info@juwelier-lexa.de · www.juwelier-lexa.de

Große Auswahl an Schmuck und Uhren  
 Trauring Studio  
 Goldschmiede (Anfertigungen und Reparaturen)  
 Altgold-Ankauf

Seit 2021 · Nr. 23

7. Juni 2025

## „Besonderer Gemeinschaftssinn“

Der TSV Altenlotheim feiert vom 13. bis 15. Juni sein 105-jähriges Bestehen

**Altenlotheim** – Zunächst ging es um Turnen und Leichtathletik, als 1920 im Gasthaus Stiehl der Turnverein Altenlotheim gegründet wurde. 1928 entstand dann mit dem SV Altenlotheim ein zweiter Verein, der sich dem Fußball widmete. Nach Unterbrechung durch den Zweiten Weltkrieg schlossen sich beide Vereine danach zusammen und nahmen unter dem Namen TSV 1920 Altenlotheim wieder den Sportbetrieb auf.

Die inzwischen 105 Jahre zurückliegende Vereinsgründung wollen die Sportler – wegen Corona fünf Jahre später als geplant – jetzt mit Discoabend, Jubiläumsparty und Frühschoppen groß feiern und laden dazu für Freitag, 13. Juni, bis Sonntag, 15. Juni, nach Altenlotheim ein.

Aktuell hat der 270 Mitglieder zählende Verein die Sparten Fußball, Wanderabteilung, Zumba/Gymnastik und Alte Herren. Vorsitzender ist Kai Bremmer, Spielertrainer der



**Die Vorfreude aufs Fest ist auch bei** (vorne von links) Liam, Noah und Len Wisemann groß. Hier mit (hinten von links) Kai Bremmer, Manuel Mitze mit Tochter Emma, Dennis Mattersberger, Sven Wisemann, Erich Müller, Jürgen Backhaus, Gerd Huthwelker, Maximilian Huthwelker, Vincent Nagel und Nico Backhaus.

FOTO: SUSANNA BATTEFELD

Fußballer ist Robin Wisemann. Seit 20 Jahren organisiert der Verein den Laufcup in Altenlotheim. Vereinslokal ist die Gaststätte Stiehl.

### Starkes Engagement

Ein Höhepunkt in der Vereinsgeschichte war 1961 die Einweihung der neuen Sportanlage im Oberbach, die über die Jahre hinweg mehrfach saniert und modernisiert wurde. Zuletzt wurde 2016 komplett in Eigenleistung eine neue Toilettenanlage gebaut und der Gastraum umgebaut. Ebenfalls in Eigenleistung erfolgte 2022 die

Dachsanieierung des Sporthauses. Seit 2023 verfügt der Sportplatz über eine neue LED-Flutlichtanlage.

Sportlicher Höhepunkt des Dorfvereins war der Aufstieg in die Landesliga in der Saison 2005/2006. „Trotz unserer bescheidenen Größe von nur 560 Einwohnern gelingt es uns als kleinem Dorf, zwei spielfähige Fußballmannschaften zu stellen. Eine davon behauptet sich sogar in der Gruppenliga. Dort trifft unsere Mannschaft auf Gegner, die aufgrund ihrer größeren Einzugsgebiete klar im Vorteil sind – personell wie

### Festprogramm

**Freitag, 13. Juni:** 20 Uhr, Hits der 90er und 2000er mit DJ Niki;  
**Samstag, 14. Juni:** 17 Uhr Festgottesdienst, 19 Uhr Festkommers, 21 Uhr Jubiläumsparty mit Donau Power; **Sonntag, 15. Juni:** ab 10 Uhr Frühschoppen mit Donau Power.

sub

finanziell“, sagt Vorstandsmitglied Maximilian Huthwelker. „Diese außergewöhnliche Leistung verdanken wir dem starken Engagement unserer Mitglieder, deren Hilfsbereitschaft bei Baumaßnahmen und Veranstaltungen keine Grenzen kennt. Dieser besondere Ge-

meinschaftssinn prägt auch unseren Vorstand, wo ehemalige und aktive Spieler generationsübergreifend Verantwortung übernehmen und unseren Verein mit am Laufen halten“, betont der Zweite Vorsitzende.

SUSANNA BATTEFELD

## Termine der Landfrauen Frankenau

**Frankenau** – Der Gottesdienst zum 50-jährigen Bestehen der Landfrauen Frankenau findet am Sonntag, 15. Juni, um 14 Uhr statt – die Uhrzeit wurde geändert. Im Anschluss laden die Landfrauen laut einer Mittei-

lung zu Kaffee und Kuchen ein. Alle Mitglieder werden zudem gebeten, Vereinsshirts, Schals oder Tücher aus den vergangenen Jahrzehnten zu tragen – insbesondere das „Bienen-shirt“.

Am Samstag, 12. Juli, steht ein Ausflug zur Freilichtbühne Korbach auf dem Programm, inklusive Pizza-Essen. Für die Veranstaltung „Herbstzauber – Frankenger Landfrauen-tag“ am Freitag, 24. Oktober,

sind ab sofort Karten erhältlich. Der Preis von 20 Euro beinhaltet das Abendprogramm und ein Fingerfood-Buffer. Anmeldungen bei Ute Wickert: Tel. 7445 oder per WhatsApp.

nh/vob

**Immobilien Werz**  
 www.immowerz.de  
 Ihr Immobilienmakler

S. Weiß 5,0 ★★★★★

Würde Herrn Werz jederzeit wieder einen Auftrag erteilen. Hat alles super geklappt und vor allem sehr zügig. Herrn Werz hat seine Aufgabe zu meiner vollen Zufriedenheit gelöst.

☎ 06461 8068855

**HörPartner**  
 DEIN HÖRGERÄT  
 HörPartner GmbH  
 www.hoerpartner.de

KORBACH · 056 31 / 50 16 54

BATTENFELD  
 064 53 / 211 98 47

GEMÜNDEN

**KRANNI'S**  
 FEIN · KOST · BIO

**Biowein-Probe**

Verkostung von Weißwein – Perlwein – Rotwein mit ausgefallenen regionalen und überregionalen Snacks

Wann: Sa., den 7.6.25 von 11–14 Uhr  
 Wo: im unserem Bioladen

Save the Date – Jeden 2. Samstag!

Untermarkt 1 · 35066 Frankenberg  
 Tel. 06451 23467  
 Mo.–Fr. 8–18 Uhr/Sa. 8–14 Uhr

**GOLD ANKAUF BÖRSE**  
 Ankauf und Verkauf beim Testsieger!

Altgold · Zahngold · Gold · Silber  
 Platin · Palladium · Münzen  
 Barren · Schmuck · Diamanten  
 D-Mark · Luxusuhren · Bernstein  
 Zinn · u. v. m.

Garantiert bis zu 10% mehr als das höchste Angebot eines Mitbewerbers.  
 Wir zahlen für Feingold bis zu 93,10 €/g.

www.goldankauf-boerse.de

Bevor Sie Ihr Gold verkaufen, vergleichen Sie uns!

Wilhelmstr. 25 a · 34117 Kassel  
 Mo. – Fr. 10.00 – 18.00 Uhr  
 Sa. 10.00 – 15.00 Uhr

☎ 0561 93711200

waldeck-frankenberger-bank.de

**Turbo für Ihr Vermögen.**  
 Morgen kann kommen.  
 Wir machen den Weg frei.

**UNSER NEUES TAGESGELD**  
 Jetzt bis zu **2,00 %** p.a. Zinsen sichern!

\* Konditionen Stand: 01.05.2025, freibleibend

**Waldeck-Frankenberger Bank**  
 Willkommen bei uns ☺

**4000 Euro für Grundschule in Münchhausen**

**Münchhausen/Marburg** – Bei ihrem Förderwettbewerb „Nachhaltigkeit? Wir sind dabei!“ hat die Volksbank Mittelhessen 118 gemeinnützige Vereine und Einrichtungen aus ihrem Verbreitungsgebiet finanziell unterstützt – mit insgesamt 100.000 Euro. Fünf Projekte wurden als Gewinner der Hauptpreise ausgelost. Wer von ihnen am Ende 5000, 4000, 3000 und 2500 Euro bekam, darüber entschieden die Follower der Volksbank Mittelhessen bei einer Abstimmung über die sozialen Netzwerke Instagram und Facebook. Dort lag die Rehkitzrettung Oberwetz vor dem Förderverein der Grundschule Münchhausen, der Schutzgemeinschaft Wasser und Wald Reinhardshain sowie dem Sportverein Grün-Weiß Gießen und der Turn- und Sportgemeinde Reiskirchen.

**Nachhaltig gestärkt**

Mit 744 Likes sicherte sich der Förderverein der Grundschule Münchhausen den zweiten Platz in der Online-Abstimmung und damit 4000 Euro für ein Sozialkompetenz-Training. Alle Kinder der Grundschule sollen dadurch nachhaltig gestärkt werden. Es sei sehr wichtig, die Kinder auf Konfliktsituationen vorzubereiten, damit sie lernen, mit Beleidigungen und Provokationen sicher und fair umgehen zu können, so der Förderverein in seiner Projektbeschreibung. Zudem fördere das Training auf spielerische Weise den Zusammenhalt und den Umgang miteinander in den Klassen. Außerdem erhält der TSV Münchhausen in dem Wettbewerb einen Zuschuss von 1000 Euro. Der TSV Ernsthäusen bekommt 500 Euro. nh/jpa

**Zufrieden mit dem Geschäftsjahr**

Waldeck-Frankenberger Bank legt Bilanz für 2024 vor

**Waldeck-Frankenberg** – „Mit dem abgelaufenen Geschäftsjahr sind wir insgesamt zufrieden.“ So resümiert Carsten Hohmann, Co-Vorstandsvorsitzender der Waldeck-Frankenberger Bank, die Bilanz für 2024. Die Fusion der Waldecker und der Frankenberger Bank im Jahr 2023 hat der Bank nicht nur neue Möglichkeiten eröffnet, sondern auch die Grundlage für innovative Dienstleistungen und Angebote geschaffen. „Mit unserer Generationenberatung und einer bankeigenen Energieberatung schaffen wir Mehrwerte für unsere Kunden“, ergänzt Mario Seitz, der zweite Co-Vorstandsvorsitzende.

Ein besonderes Highlight im vergangenen Jahr war die Einführung des Hausbankmodells, das Privatkunden die Möglichkeit bietet, ein kostenloses Girokonto und Bankdepot zu führen. „Das ist eine absolute Besonderheit für eine regionale Bank“, betont Seitz. Zudem erfreut sich das neue Tagesgeld-Angebot großer Beliebtheit, das eine dauerhaft attraktive Verzinsung für Bestands- und Neukunden bietet.

Die Bank hat auch im Bereich Immobilien Akzente gesetzt. Nach der Übernahme zweier Hausverwaltungsunternehmen in Bad Wildungen und Frankenberg hat sich das Geschäftsfeld gut entwickelt. Rund 1600 Einheiten werden nun durch „IMMO360.de“ verwaltet, was die umfassenden Dienstleistungen der Bank in der Haus-, Miet- und WEG-Verwaltung unterstreicht.

Mit 355 Mitarbeitern, darunter 31 Auszubildende und Praktikanten, und 84.000 Kunden, von denen 33.405 Mitglieder



**Der Vorstand der Waldeck-Frankenberg Bank:** (von links) Stephan Wilke, Mario Seitz, Carsten Hohmann und Dennis Patzwaldt. FOTO: PR

und damit Eigentümer der Bank sind, zeigt sich die Waldeck-Frankenberg Bank als ein stabiler Arbeitgeber in der Region. Die Geschäftsguthaben der Mitglieder sollen für 2024 – vorbehaltlich der Zu-

stimmung der Vertreterversammlung – mit 3,0 Prozent verzinst werden, erklärt Vorstandsvorsitz Stephan Wilke. Zudem wurden im vergangenen Jahr soziale und kulturelle Projekte mit rund 300.000 Euro

gefördert. Die ordentlichen Verwaltungsaufwendungen beliefen sich planmäßig auf 31,9 Millionen Euro. „In Bezug auf die Kostenpositionen bewegt sich die Bank im Durchschnitt“, erklärt

Vorstandsmitglied Dennis Patzwaldt. Um ihre Prozesse effizienter zu gestalten, setzt die Bank verstärkt auf Digitalisierung und Automatisierung und hat daher erheblich in technische Lösungen investiert. Dazu gehört auch die Modernisierung ihrer Filialen, wie etwa der Hauptstelle in Korbach sowie aktuell in Bad Arolsen.

Mit einem ganzheitlichen Produktangebot wird die Geldanlage neu gedacht. „Unsere neuen Sparprodukte sind so konzipiert, dass sie sich an den individuellen Bedürfnissen der Kunden orientieren – vom täglichen Finanzpuffer bis zur langfristigen Vermögensplanung“, so Seitz.

Diese Lösungen greifen logisch ineinander und ermöglichen eine optimale Geldanlage: flexibel für kurzfristige Verfügbarkeit, attraktiv verzinst für finanzielle Reserven und individuell gestaltet für langfristige Sicherheit.

Diese Lösungen greifen logisch ineinander und ermöglichen eine optimale Geldanlage: flexibel für kurzfristige Verfügbarkeit, attraktiv verzinst für finanzielle Reserven und individuell gestaltet für langfristige Sicherheit.

Die Waldeck-Frankenberg Bank bleibt ihrem Grundsatz treu, den persönlichen Kontakt zu ihren Kunden zu pflegen, während sie gleichzeitig moderne technische Lösungen wie den Video-SofortService und den eBriefkasten testet, um den Bedürfnissen der Kunden gerecht zu werden. Mit einem stabilen Fundament und einem klaren Blick in die Zukunft ist die Bank gut aufgestellt, um auch in den kommenden Jahren erfolgreich zu agieren. red

**Die Amigos kommen 2026 nach Korbach**

Konzert am 13. Juni in der Stadthalle

**Korbach** – Als erfolgreiches Schlager-Duo begeistern die Amigos generationenübergreifend – ihre Konzerte sind meist ausverkauft. Im nächsten Jahr kommen die Amigos zusammen mit Daniela Alfinito nach Korbach. Am Samstag, 13. Juni

2026, treten sie um 15 Uhr in der Stadthalle auf.

Seit mehr als 55 Jahren stehen die Brüder Bernd und Karl-Heinz Ulrich als die Amigos auf der Bühne. Ihre Alben landeten 16 Mal auf Platz 1 der deutschen Charts. Im August 2025 er-



**Am 13. Juni 2026 in Korbach:** Die Amigos mit Daniela Alfinito. FOTO: PR

scheint das 27. Studioalbum mit dem Titel: „Lebe jetzt“. Daniela Alfinito, Tochter von Bernd Ulrich, hat sich längst einen eigenen Platz an der Spitze der Schlagerszene erobert. Sie unterstützt das Duo mit ihren Hits und gefühlvollen Balladen und komplettiert so das Programm. Mit Alben wie „Liebes-Tattoo“, „Splitter aus Glück“ und „Löwenmut“ sicherte sie sich Spitzenplätze in den deutschen, österreichischen und Schweizer Charts.

Bei den Live-Konzerten erwartet das Publikum eine Mischung aus den größten Amigos-Hits, neuen Songs des kommenden Albums und den beliebtesten Discofox-Hitmixen.

**Karten** für das Konzert am 13. Juni 2026 in Korbach gibt bei allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie online [mmkonzerte.de](http://mmkonzerte.de) und [eventim.de](http://eventim.de) zum Preis von 63,05/68,55/74,05 Euro. red/clau

**Verschiedenes**

**Ihre Hausarztpraxis in Bottendorf**

Frankenberger Str. 4  
☎ 06451 4083210



**Dr. med. Frank Uffelmann**

Facharzt für Allgemeinmedizin | Naturheilverfahren | Neuraltherapie

**Jochen Stenner**

Facharzt für Allgemeinmedizin

**Daniel Berg**

Facharzt für Allgemeinmedizin

**Katharina Koch**

Fachärztin für Allgemein- und Innere Medizin

**Dr. med. Cornelia Gierth**

Fachärztin für Allgemeinmedizin | Anästhesiologie

Unser Angebot an alle Patienten, die aufgrund der Praxisschließungen in Frankenberg einen neuen Hausarzt suchen: Wir bieten die gesamte Hausarztmedizin aus einer Hand, neue Räume mit bester Ausstattung, telefonische Erreichbarkeit, zeitnahe Wunschtermine, professionelles und konstantes Ärzteteam. Sie werden betreut von Dr. Uffelmann und Frau Dr. Gierth.

**Achtung:** Ab dem 1. Juli 2025 sind wir auch am Standort Haina für Sie da.

Sprechzeiten: Mo.–Fr. 8–12 Uhr | Mo. + Do. 14–18 Uhr

[www.arztpraxis-uffelmann-stenner.de](http://www.arztpraxis-uffelmann-stenner.de)

**Bio-Erdbeeren zum Selbstpflücken**

Unser Feld liegt nahe der Abfahrt Wabern an der A 49.

**Spargel & Erdbeeren aus Zennern**

**Jörg Stiehl · Tel. 05683 930067**  
Gippes 1 · 34590 Wabern-Zennern  
[www.spargel-erdbeeren-zennern.de](http://www.spargel-erdbeeren-zennern.de)

**die-Zusteller**

**Auf meiner Route bin ich CHEF**

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

- **Battenberg**  
Dodenau Stadt
- **Burgwald**  
Bottendorf
- **Frankenberg**  
Stadt Viermünden
- **Frankenau**  
Louisendorf
- **Gemünden**  
Schiffelbach
- **Hatzfeld**  
Stadt

(Mindestalter 13 Jahre)

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

**HEIMAT NACHRICHTEN**  
FRANKENBERG

[nh-wochenzeitungen.de](http://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](mailto: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](mailto:vertriebsleitung@hna.de)

**Anzeigenpreisliste:** Nr. 4 vom 1.1.2025

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeflecker 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](mailto:vertriebsleitung@hna.de), damit wir unsere Zusteller davon in Kenntnis setzen können.

# Volle Ideen, voller Magen

## Event im Steinbruch brachte Firmen und Förderer zusammen

**Waldeck-Frankenberg** – Mit einer ungewöhnlichen Mischung aus Bratwurst und Bier, Fachwissen und Netzwerkarbeit hat die Wirtschaftsförderung Waldeck-Frankenberg mit der Kreishandwerkerschaft Waldeck-Frankenberg und dem Bauunternehmen Mütze ein Zeichen gegen den Fachkräftemangel gesetzt. Unter dem Motto „Brötchen – Bratwurst – Bier – Bitte nicht verpassen!“ versammelten sich mehr als 80 Unternehmer und Führungskräfte im Steinbruch Hunold in Dainrode, berichtete die Wirtschaftsförderung in einer Pressemitteilung.

Wo sonst Felsbrocken bewegt werden, wurden dieses Mal Ideen gewälzt: „Wie gewinnen ich Auszubildende?“, war die zentrale Frage des Abends – und auf die gab es Antworten. Mit dem Konzept der Praktikumswochen wurde den Gästen ein innovatives und gleichzeitig alltagstaugliches Instrument vorgestellt, das auch in anderen Regionen erfolgreich laufe: Schüler lernen innerhalb kurzer Zeit verschiedene Betriebe kennen – und Handwerksunternehmen können sich direkt als Ausbildungsstellen präsentieren.

Darüber hinaus gab die Wirtschaftsförderung Einblicke in ihre Unterstützungsangebote für Betriebe – von der strategischen Beratung bis zur Umsetzung von Projekten. Regionalmanagerin Louisa Bischoff von



Im Steinbruch Hunold bei Dainrode trafen sich Unternehmer und Führungskräfte mit Wirtschaftsförderern zum Austausch.

FOTO: NH

der Region Burgwald-Ederbergland zeigte Beispiele für Leader-Förderungen und wie Fördergelder in vielfältiger Art und Weise etwas bewegen können.

Dass Fachkräftesicherung nicht trocken sein muss, bewies der weitere Verlauf des

Abends: Bei Bratwurst, Bier und Blasmusik des Musikzugs Sachsenhausen wurde genetzt, diskutiert und gelacht, berichtete die Wirtschaftsförderung. Das gesellige Ambiente im Steinbruch unter freiem Himmel sorgte für eine lockere Atmosphäre, in der neue Ko-

operationen ebenso entstanden wie neue Perspektiven. „Wir wollten eine Veranstaltung schaffen, die im Gedächtnis bleibt – und bei der man mit vollem Magen und vollen Ideen nach Hause geht. Das ist uns gelungen“, resümierte der Geschäftsführer der Wirtschafts-

förderung, Dimitrij Schmalz. Mit dieser Veranstaltung sei eindrucksvoll gezeigt worden, dass sich die heimische Wirtschaft dem Nachwuchsmangel nicht tatenlos stelle, sondern mit kreativen Formaten und regionalem Schulterschluss neue Wege gehe.

nhv/jpa

### Synagoge zeigt Film über Margot Friedländer

**Vöhl** – Der Förderkreis der Synagoge in Vöhl zeigt am Dienstag, 10. Juni, in seiner Reihe „Dienstagskino in der Synagoge“ einen Film über das Leben der am 9. Mai 2025 verstorbenen Holocaust-Überlebenden Margot Friedländer. „Damit möchten wir an eine herausragende Persönlichkeit erinnern, die sich in besonderer Weise für die Aufklärungs- und Erinnerungsarbeit verdient gemacht hat“, teilt der Förderkreis mit.



Margot Friedländer  
Holocaust-Überlebende

Das Dokudrama schildert die bewegende Lebensgeschichte von Margot Friedländer, die am 5. November 1921 in Berlin geboren wurde. Das Autorenteam Hannah und Raymond Ley hat sie in vielen Stunden zu ihrem Überlebenskampf befragt und unwiederbringliche Aussagen gesammelt, die im Film die Inszenierung umrahmen.

Beginn des Films ist um 19 Uhr in der alten Synagoge Vöhl (Mittelgasse 9). Der Eintritt ist frei, Spenden werden gern entgegengenommen.

nhv/jpa

ARCHIVFOTO: DPA

## DAS VOLKSFEST-EREIGNIS DER REGION! • DER EVENT-TIPP!





# Frankenberger Pfingstmarkt

- **FREITAG:** Feuerwerk
- **SAMSTAG:** Tierschau | „Culcha Candela LIVE“  
Abends: BALLONGLÜHEN
- **SONNTAG:** Mega-Disco
- **MONTAG:** SUPERHELDEN & PRINZESSINEN
- **DIENSTAG:** Familientag  
Mit ermäßigten Fahrpreisen & Sonderangeboten

06.06. – 10.06.

WEHRWEIDE

Mit Riesen-Krammarkt!

Unser Volksfest!

Scan den Code...



**Highlights:**

- Hangover Tower, Devil Geisterbahn, Crazy Island, Rio-Rapidos Rafting, Salto Mortale, Frankenberger Riesenrad, Devil-Rock, Flying Swing, Scooter, Break Dancer, Musik Express

ES LÄDT EIN: DER MAGISTRAT DER STADT FRANKENBERG

www.pfingstmarkt.info





# Besondere Wohnform bei Vitos beeindruckt

## Daniela Sommer und Staatssekretärin Strube besichtigen begleitende psychiatrische Dienste

**Haina/Kloster** – „Von solchen Wohnangeboten braucht es mehr“, lautete das Fazit der SPD-Landtagsabgeordneten Dr. Daniela Sommer (Frankenberg) und der Staatssekretärin Manuela Strube (SPD), die gemeinsam die Vitos begleitenden psychiatrischen Dienste Haina (BPD) besucht hatten.

Das Treffen fand mit dem Hainauer Vitos-Geschäftsführer Dr. Philipp Kirchner, dem BPD-Regionalleiter Erwin Gruber und dem Team in der Apartmentanlage der Vitos Besonderen Wohnform Haina statt, in der 62 Menschen leben – Menschen mit seelischer Behinderung und individuellen Betreuungsbedürfnissen (zum Beispiel körperliche Erkrankung/Behinderung). In der Einrichtung werden auch Menschen mit Unterbringungsbeschluss des Betreuungsgerichtes im geschützten Rahmen versorgt.

### Wünsche werden berücksichtigt

Verschiedene Berufsgruppen, darunter Pflegefachpersonen, Sozialarbeiter und Assis-



**Besuch bei Vitos Haina:** (von links) Erwin Gruber, Dr. Philipp Kirchner, Pflegerische Leitung Stephanie Sprenger, Manuela Strube, Dr. Daniela Sommer und Bürgermeister Alexander Köhler. FOTO: SPD

tenzkräfte, unterstützen die Klienten bei Bedarf rund um die Uhr. Bedürfnisse und Wün-

sche der Klienten zur individuellen Lebensgestaltung würden dabei so weit wie möglich

berücksichtigt. Das Ziel dieser personenzentrierten integrierten Teilhabeplanung sei, die

Klienten in ihren Aktivitäten zu unterstützen und vorhandene Fähigkeiten zu erhalten und

zu fördern.

Die Hilfe werde flexibel organisiert, sodass Art und Umfang dem Bedarf entsprechend verändert und die Person in ihrem Lebensumfeld integriert bleiben kann, da sich bei den Betroffenen oftmals im Krankheitsverlauf der Hilfebedarf verändert. Erwin Gruber: „Von entscheidender Bedeutung für den Erfolg von Eingliederung, Rehabilitation und Behandlung ist die Berücksichtigung der menschlichen Grundbedürfnisse nach sozialer Verwurzelung und die Gestaltung des eigenen Lebensumfeldes.“

Sommer und Strube lobten das Angebot, das Inklusion und Teilhabe fördere: „So wird einerseits die individuell erforderliche Unterstützung erbracht und andererseits haben die Klienten Freiräume, ihr Leben nach eigenen Vorstellungen zu gestalten. Viele von ihnen wären in einem normalen Heim fehluntergebracht, deshalb braucht es solche Alternativen der betreuten Wohnformen. Es gibt aber noch immer Versorgungslücken.“ nh/mab

## Auftakt mit Händel, Bach und Dvorak

### Trompete, Cello und Orgel eröffnen die Hainauer Klosterkonzerte

**Haina/Kloster** – Trompete, Violoncello und Orgel, eine eher ungewöhnliche und innovative Kombination, stimmen am Pfingstsonntag, 8. Juni, ab 17 Uhr auf die Saison der Hainauer Klosterkonzerte ein. Neben den in Haina bestens bekannten Musikern Florian Balzer (Trompete) und Jens Amend (Orgel) wird der renommierte Cellist Stephan Rieckhoff mitwirken.

Der aus Marburg stammende Cellist Stephan Rieckhoff war bereits im Alter von 25 Jahren Mitglied des Symphonieorchesters des Bayerischen Rund-

funks. Seit 1984 ist Stephan Rieckhoff Erster Solocellist des Orchestre de la Suisse Romande. Bedeutende Dirigenten wie Charles Dutoit und Fabio Luisi engagierten ihn in China, Japan und Europa, um sein cellistisches Können an junge Musiker weitergeben zu können.

Kritiken bescheinigen Stephan Rieckhoff immer wieder eine berührende Innigkeit seines Spiels auf seinem Cello von Carlo Giuseppe Testore aus dem Jahre 1690.

Der Trompeter Florian Balzer hat bei David Tasa an der Hochschule für Musik und Darstel-

lende Kunst in Frankfurt/Main studiert. Seit 2008 ist er Hochschullehrer für Trompete und Kammermusik an Dr. Hoch's Konservatorium, Musikakademie Frankfurt/Main. Seit 2009

ist Balzer Mitglied der Bochumer Sinfoniker. Solistische Auführungen mit unterschiedlichen kammermusikalischen Besetzungen runden seine musikalische Tätigkeit ab.

Der Organist Jens Amand leitet seit 2012 die Hainauer Klosterkonzerte. Der namhafte Organist hat Solokonzerte im In- und Ausland gegeben und in renommierten Orchestern mitgewirkt.

Auf dem Programm am Pfingstsonntag in Haina stehen neben festlichen und virtuoseren Werken unter anderem eine Suite aus Händels Wassermusik, leise und sehr innige Werke. Dazu zählen das berühmte Air von Johann Sebastian Bach und der bekannte langsame Satz aus Dvoraks Sinfonie „Aus der neuen Welt“. Ein Hö-

hepunkt dürfte die Suite in D-Dur für Violoncello solo von Johann Sebastian Bach werden. Abgerundet wird das Programm mit Orgelwerken von Bach und Mendelssohn und einer „Musique du soir“ für Cello und Orgel, einer Originalkomposition des zeitgenössischen lettischen Komponisten Petris Vasks. Das teilt die Evangelischen Kirchengemeinde Hohes Lohr als Veranstalterin mit.

**Eintrittskarten** für 20 Euro (15 Euro ermäßigt) gibt es am Konzerttag ab 16 Uhr an der Abendkasse. nh/mab

FOTO: PRIVAT/NH



**Florian Balzer**  
Trompete



**Stephan Rieckhoff**  
Cello

## Strom erzeugen auf dem Balkon

### Firma informiert über Balkonkraftwerke

**Frankenberg/Eder** – Wie man auf dem eigenen Balkon Strom erzeugen und dabei bares Geld sparen kann, erfuhren rund 30 interessierte Bürgerinnen und Bürger bei einem Infoabend im Philipp-Soldan-Forum in Frankenberg. Die Veranstaltung widmete sich dem Thema Balkonkraftwerke – einer einfachen Möglichkeit, zur Energiegewende beizutragen.

Organisiert wurde der Workshop in Zusammenarbeit mit der Firma Balkolaris BalkonSolar, deren Experten technische Hintergründe, Installationsmöglichkeiten und praktische Hinweise erläuterten. Im Anschluss standen die Fachleute für Einzelgespräche zur Verfügung und präsentierten ein voll ausgestattetes Balkonkraftwerk-Modul zum Anfassen.

Franziska Bender vom Projekt Klimabonus informierte über Fördermöglichkeiten für

Balkonkraftwerke. Jede Anschaffung eines Balkonkraftwerks wird aktuell mit 100 Klimaboni (entspricht 100 Euro) belohnt. Wer sich für ein Produkt der Firma Balkolaris entscheidet, erhält zusätzlich weitere 20 Klimaboni pro Modul. Die Förderung steht allen Einwohnern der Region Burgwald-Ederbergland offen und kann über die Website klimabonus.info/rbe beantragt werden.

Seit dem Inkrafttreten des Solarpakets 1 am 16. Mai 2024 gelten vereinfachte Regelungen für Balkonkraftwerke, darunter die Erhöhung der zulässigen Wechselrichterleistung

auf 800 Watt und der Modulleistung auf bis zu 1.600 Watt. Auch wenn der vorhandene Stromzähler noch rückwärts läuft, ist der Betrieb solcher Anlagen ausdrücklich erlaubt. Die Pflicht zum Austausch des Zählers liegt beim jeweiligen Stromanbieter.

Dank der reduzierten Anschaffungskosten, lokaler Förderungen und spürbarer Stromkosteneinsparungen können sich Balkonkraftwerke bereits nach vier bis sechs Jahren amortisieren.

Weitere Informationen gibt es im Internet unter klimabonus.info/pv. nh/off



**Referierten über Balkonkraftwerke** in Frankenberg: (von links) Franziska Bender (Klimabonus), Kevin Schneider, Moritz Quast und Kolja Bickert (Balkolaris) FOTO: PRIVAT



## T(H)erzprung und Cantabile singen Lieblingslieder

Die Birkenbringhäuser Chöre – der Gemischte Chor T(H)erzprung und der Frauenchor Cantabile (Foto) – laden zum Chorkonzert unter dem Motto „Lieblingslieder“ am Pfingstmontag, 9. Juni, ab 16 Uhr in die katholische Kirche Frankenberg ein. Geplant sind Stücke wie Bohemian Rhapsody, Indodana, Halleluja, Gabrielas

Song, Sound of Silence, Alles das kann nur Musik... und vieles mehr. Zum Ausklang treffen sich die Mitwirkenden sowie die Besucher im Gemeindehaus der katholischen Kirche zu einem Imbiss und kühlen Getränken. Der Eintritt zum Konzert ist frei. nh/mab

FOTO: MGV BIRKENBRINGHAUSEN/NH

## Infos über Masterstudiengänge

**Marburg** – Die Marburger Philipps-Universität lädt für Freitag, 13. Juni, von 10 bis 17.30 Uhr dazu ein, mehr als 50 Masterstudiengänge während eines virtuellen Infotages kennenzulernen. Die Fächer reichen von Politikwissenschaft, Geschichte und Archäologie über naturwissenschaftlich-technische Programme wie Chemie, Data

Science und Physik bis zu interdisziplinären Studiengängen wie Friedens- und Konfliktforschung und Biodiversität und Naturschutz.

Während des Infotages geben Lehrende, Studierende und Studienberater in kurzen Online-Vorträgen Einblicke in Inhalte, Anforderungen und Perspektiven der Fächer. Sie informieren zudem über The-

men rund ums Studium – etwa über Bewerbungs- und Zulassungsverfahren, Auslandsaufenthalte und Stipendien. Individuelle Fragen können jeweils direkt im Anschluss an die Präsentationen gestellt werden. Das vollständige Programm sowie weitere Informationen finden Interessierte im Internet auf uni-marburg.de/master-infotag. zgc

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

ANTIK- & TRÖDELMARKT  
08.06.2025 9 bis 16 Uhr  
**Homburg (Efze)**  
Info's unter: 0174 620 87 80

# Blase getanzt?

## Sieben Festival-Wehwehchen – und was dagegen hilft

Es ist wieder die Zeit, in der Festival-Fans auf die Äcker und Wiesen strömen – mit XXL-Rucksack, Campingstuhl unter dem Arm und viel Vorfreude auf ausgelassene Feierei im Herzen.

Genau die wird im Laufe eines Festivals gerne mal getrübt, weil kleinere oder größere Wehwehchen auf die Stimmung schlagen. Sieben typische Fälle – und was dann hilft:

### 1. Nach Stunden in der Sonne macht der Kreislauf schlapp

Wer stundenlang in der prallen Sonne tanzt, chillt und vor allem: schwitzt, muss damit rechnen, dass der Kreislauf schlappmacht.

Rettungssanitäterin Tamara Sperber ist ehrenamtlich für die Malteser bei Festivals im Dienst. „Viele haben Kopfschmerzen oder Schwindel, wenn sie zu viel in der Sonne waren. Teilweise kommt es auch zu Übelkeit und Erbrechen, Fieber“, berichtet sie. Mitunter entsteht auch ein Ohrensausen. All das zeigt, dass der Kreislauf auf dem Weg zum Kollaps ist – und Handlungsbedarf besteht.

Dann gilt: ab in den Schatten und viel trinken. Besteht der Verdacht auf einen Hitzschlag oder Sonnenstich, ist das ein Anlass für einen Besuch im Sanitätszelt. Ohnehin gilt: „Immer wenn man sich unsicher ist oder das Gefühl hat, man braucht Hilfe, sollte man sich trauen, zu uns zu kommen“, sagt Tamara Sperber. „Dafür sind wir da.“

Am besten kommt es gar nicht erst so weit. Die Sanitäterin rät, genug zu trinken und zu essen – und das Festival-Outlet mit einer Cap und einen Hut zu ergänzen, um den Kopf vor der Sonne zu schützen. „Und immer mal wieder hinsetzen, nicht die ganze Zeit stehen. Es ist natürlich für den Körper viel anstrengender, wenn er immerzu das Blut aus den Füßen hochpumpen muss.“

### 2. Etwas zu tief in die Bierdose geschaut und nun ein fieser Kater

Kein Bier vor vier? Eine „Regel“, die viele Festival-Fans brechen. Was so mancher am nächsten Morgen durchaus bereut, wenn er mit dröhnendem Kopfaufwacht.

Wer jetzt keinen halben Festivaltag an den Kater verlieren will, kann versuchen, ihn in den Griff zu bekommen. Vorsorglich packen Fans am besten jeweils Mittel gegen Kopf-



Gemeinsam die liebsten Bands feiern – so machen Festivals Spaß. Bei kleineren Gesundheitsproblemen hilft eine gut ausgestattete Festival-Apotheke.

FOTO: AXEL HEIMKEN/DPA

schmerzen und Übelkeit in ihre Festival-Apotheke.

Alkohol entzieht dem Körper nicht nur Wasser, sondern auch wichtige Mineralstoffe. Beides sollte man nachlegen. Helfen können nun Elektrolytpulver aus der Apotheke. Doch auch eine Banane oder eine Laugenbrezel, begleitet von Mineralwasser, ist ein gutes Katerfrühstück, so die Landesapothekerkammer Hessen.

Um einen Kater von Vorneherein zu vermeiden, gibt es nur einen Weg: Maß halten beim Alkoholkonsum. Und: „Schon morgens viel Wasser trinken und auch zwischendurch immer wieder“, rät Sanitäterin Tamara Sperber.

### 3. Autsch! Fiese Verspannungen nach der Nacht auf der Luftmatratze

Wer sich am Morgen von der Luftmatratze erhebt, hat womöglich das Bedürfnis, erstmal seine Knochen zu sortieren, während auf dem Gaskocher der erste Kaffee des Tages brüht.

Ein guter Zeitpunkt, den fiesen Verspannungen im Rücken mit leichten Dehnübungen etwas entgegenzusetzen. „Man kann sich im Stehen nach vorn beugen und versuchen, die Zehen mit den Händen zu erreichen“, sagt der Neurochirurg

Munther Sabarini von der Avicenna Klinik in Berlin. Das kann man mehrmals wiederholen und dabei mit dem hängenden Oberkörper auch mal nach links oder rechts pendeln.

Dem verspannten Rücken können Festival-Fans übrigens auch schon Aufmerksamkeit schenken, während sie noch auf der Luftmatratze liegen. „Man kann die Knie zum Bauch ziehen oder die Beine aufstellen und den Po anheben zu einer Brücke“, liefert Sabarini Vorschläge.

Doch wie wird die Festival-Nachtruhe rückenfreundlicher? Die dünne Isomatte ist laut dem Rücken-Experten keine gute Wahl, sie stützt die Wirbelsäule kaum, was Fehlhaltungen und Verspannungen begünstigt. Besser: eine aufblasbare Schlafunterlage, gern auch mit einem festen Kern. „Wenn möglich, sollte man in Rücken- oder Seitenlage schlafen“, rät Sabarini. Auch in der Bauchlage drohen nämlich Verspannungen.

Übrigens kann auch die nächtliche Kälte die Muskeln verhärten lassen, wenn man sich nicht gut genug warmhält. „Eine Luftmatratze verliert die Wärme relativ schnell. Daher ist es nicht verkehrt, eine leichte Decke daraufzulegen, damit sie die Wärme länger hält“, sagt Sabarini.

### 4. So wild getanzt, dass am Fuß eine fiese Blase nervt

Stundenlanges Tanzen mit verschwitzten Socken in den Sneakern: Dabei entsteht viel Reibung – und auf Dauer eine Blase. Spätestens, wenn die sich öffnet, entstehen Schmerzen, gegen die selbst die Euphorie über die Lieblingsband wenig ausrichten kann.

Wer gut vorbereitet ist, kann zwei Minuten später unbesorgt weiterfeiern. Und zwar dank Blasenpflastern. Sie polstern die wunde Stelle und schirmen sie vor Schmutz und Keimen ab. Tamara Sperber rät, die klebenden Helfer selbst mitzubringen.

Und wie kann man vorbeugen? Wer sein bequemstes Schuhwerk trägt, macht viel richtig. Am besten mit Sportschuhen, die Feuchtigkeit aufnehmen – und damit Reibung verhindern. Wer bereits eine wunde Stelle an Ferse oder Zeh spürt, kann auch präventiv ein Blasenpflaster aufkleben.

### 5. Barfuß auf der Zeltwiese unterwegs und in eine Scherbe getreten

Einen Moment nicht aufgepasst – schon steckt eine Scherbe im Fuß. Und nun? „Ich würde immer ein kleines Wund-

desinfektionsmittel mitnehmen, um die Wunde sauber zu machen – gerade bei all dem Staub auf dem Festivalgelände“, sagt Tamara Sperber.

Ist die Wunde gereinigt, schützt ein Pflaster die Stelle. Wer vorher barfuß unterwegs war, zieht jetzt lieber wieder Schuhe an. „Man sollte unbedingt aufpassen, dass man mit dieser Wunde dann nicht direkt wieder durch den Dreck läuft.“

Gerade bei Schnitten ist auf den ersten Blick aber nicht immer erkennbar, wie tief sie sind. Wer unsicher ist, holt sich am besten Hilfe von den Profis an der Sani-Station. „Wir haben ganz andere Möglichkeiten, Wunden sauberzumachen und zu verbinden“, sagt Tamara Sperber.

### 6. Über einen Zelt-Hering gestolpert und umgeknickt

Wer nachts nach dem letzten Konzert den Rückweg zum Zelt antritt, kennt ihn: den anspruchsvollen Slalom über die gespannten Zeltschnüre. Nicht jeder meistert ihn.

Wer umgeknickt ist, „kann gucken, ob es eine Möglichkeit gibt, das Gelenk zu kühlen – aber das ist natürlich schwer“, sagt Tamara Sperber. Die Kühltasche gibt nur noch lauwarme Bierdosen her? Dann ist eine

Schmerzsalbe eine Option. Schwillt das Gelenk stark an oder fällt Laufen schwer, ist das ein Anlass für den Besuch bei den Sanis.

### 7. Unschöne Begegnungen mit Wespen oder Zecken

Zecken, Wespen und anderes Getier: Tamara Sperber rät, sich zwischendurch immer mal wieder nach den kleinen Tieren abzusuchen. In die Festival-Apotheke gehören auch unbedingt eine Pinzette und Zeckenkarte, um die Plagegeister rasch zu entfernen.

Bienen- oder Wespenstiche sollte man – wenn möglich – kühlen und ein Antihistaminikum in Gelform auftragen. In seltenen Fällen kann ein Wespen- oder Bienenstich eine gefährliche allergische Reaktion auslösen. „Es kommt immer mal wieder vor, dass Leute bei uns landen, bei denen die Atemwege zugeschwollen sind. Das ist ganz klar ein lebensbedrohlicher Zustand“, sagt Sperber.

Wer auf einen Insektenstich unverhältnismäßig stark reagiert – mit Schwindel, Atemnot oder Kreislaufproblemen, sollte sich auf jeden Fall Hilfe holen. Das gilt auch bei Bienen- oder Wespenstichen im Bereich von Mund und Rachen.

tmm



Kreislaufprobleme, Kater, Schnittverletzungen am Fuß – alles keine Seltenheit auf Musikfestivals. FOTO: HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH/DPA



Stundenlang in der prallen Sonne: Wer sich nicht mit hohem Lichtschutzfaktor eincremt, riskiert einen Sonnenbrand. FOTO: HAUKE-CHRISTIAN DITTRICH/DPA

# Wolfgang Wilhelm mit Dank verabschiedet

Tabaktas übernimmt Geschäftsführung der Bäderbetriebsgesellschaft

**Korbach** – Nach einem erfolgreichen Jahrzehnt an der Spitze der Bäderbetriebsgesellschaft Korbach wurde Geschäftsführer Wolfgang Wilhelm im Rahmen einer Feierstunde offiziell verabschiedet.

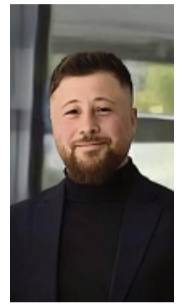
Wolfgang Wilhelm, der seine Tätigkeit am 1. Mai 2015 aufnahm, blickt auf eine ebenso bewegte wie erfolgreiche Zeit in Korbach zurück. Zuvor in leitender Funktion bei der Soltau Therme tätig, trat Wilhelm seinen Dienst in Korbach mit umfassender Branchenerfahrung und viel Tatkraft an. Schnell galt er als „der Macher“ – ein Mann der klaren Worte, der konsequent anpackt und Projekte zielgerichtet zum Abschluss bringt.

### Persönlicher Rückblick

Der erfahrene Bäderprofi ließ es sich nicht nehmen, bei seiner Verabschiedung einen persönlichen Rückblick auf sein Wirken in Korbach zu geben. Er bedankte sich bei den erschienenen Gästen für die vertrauensvolle Zusammenarbeit und die konstruktive Unterstützung auf seinem Weg.

Bürgermeister Stefan Kieweg würdigte das Wirken Wilhelms mit anerkennenden Worten: „Wolfgang Wilhelm hat in den vergangenen zehn Jahren die Korbacher Bäderlandschaft nicht nur modernisiert, sondern entscheidend weiterentwickelt. Sein Engagement war geprägt von Weiblick, Beharrlichkeit und einem ausgeprägten Gestaltungswillen.“

Als herausragende Meilensteine nannte Kieweg die umfassende Sanierung und Neuausrichtung des Korbacher



**Oguzhan Tabaktas**  
Neuer Geschäftsführer

Hallenbades, das heute unter dem Namen „Goldbad Korbach“ weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt sei. Ebenso erwähnte er die Initiierung der Freibadsanierung und die Errichtung des „Wohnmobilhafens“ – ein Angebot, das inzwischen fest zur touristischen Infrastruktur Korbachs gehört. „Mit seiner lösungsorientierten Art und seinem unermüdlchen Einsatz hat Wilhelm nachhaltige Impulse gesetzt und die Zukunft der Korbacher Bäder gesichert“, so Kieweg weiter.

### Augenzwinkernde Hommage

Für einen heiteren Moment bei der Verabschiedung sorgte Büroleiter Ralf Buchloh, der mit viel Humor die prägenden Stationen und charakteristischen Eigenschaften Wilhelms zum Besten gab. Seine augenzwinkernde Hommage sorgte für herzhaftes Lachen und unterstrich die Wertschätzung.

Ab 1. Juni übernimmt Oguzhan Tabaktas die Geschäftsführung. Der gelernte Fachangestellte für Bäderbetriebe ist seit Dezember 2015 bei der Bäderbetriebsgesellschaft Korbach tätig. red



**Urkunde und Geschenk:** Wolfgang Wilhelm (links) und der Korbacher Bürgermeister Stefan Kieweg. FOTOS: STADT KORBACH /PR

**Angebote gültig vom 10.06. – 14.06.2025**

Jede Woche erfrischende Angebote!

GETRÄNKE • FACHMARKT

**St. Bonifatius Bier**  
diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10/4,50 € Pfand,  
11 = 1,00 €

**Neu im Sortiment!**  
Natur Radler 0,0% alkoholfrei

11,99  
**9,99**

**RUNDSCHAU**  
FÜR DEN LEBENSMITTELHANDEL

DEUTSCHLANDS  
**BESTE**  
GETRÄNKE  
HÄNDLER  
2025

In Kooperation mit:  
**WEINMARKT**

<p><b>Binding Bier*</b> Römer Pils, Export, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,10 €</p> <p><b>-24%</b> <b>10,99</b></p>	<p><b>Würzburger Hofbräu Pilsner</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,20 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>11,99</b></p>	<p><b>Estrella Galicia</b> Helles spanisches Lagerbier, Kasten = 30 x 0,2 l, zzgl. 3,90 € Pfand, 11 = 2,33 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>13,99</b> <b>12,99</b>**</p>	<p><b>Veltins Pilsener</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,20 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>11,99</b> <b>10,99</b>**</p>
<p><b>top frisch Mineralwasser</b> diverse Sorten, Kasten = 12 x 1 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,37 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>4,49</b> <b>3,99</b>**</p>	<p><b>Weltenburger Kloster Bier</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>14,99</b></p>	<p><b>Paulaner Münchner Hell</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>15,99</b> <b>14,99</b>**</p>	<p><b>Astra Bier</b> diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, Pack = 6 x 0,33 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 2,27 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>4,49</b> <b>3,99</b>**</p>
<p><b>König Ludwig Bier</b> diverse Sorten, Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>14,99</b> <b>13,99</b>**</p>	<p><b>Hopf Helle Weiße</b> Kasten = 20 x 0,5 l, zzgl. 3,10 € Pfand, 11 = 1,60 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>15,99</b></p>	<p><b>top frisch Wasser + Zitrone</b> Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,55 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>4,99</b></p>	<p><b>Bad Brückener Schorle</b> diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 1,11 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>9,99</b></p>
<p><b>Oberbräu Hell</b> Pack = 6 x 0,5 l, zzgl. 0,48 € Pfand, 11 = 1,66 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>4,99</b></p>	<p><b>Therisen Quelle Mineralwasser</b> diverse Sorten, Kasten = 12 x 0,75 l, zzgl. 3,30 € Pfand, 11 = 0,61 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>5,49</b></p>	<p><b>Red Bull Energy</b> diverse Sorten, koffeinhaltig, 0,25 l-Dose, zzgl. 0,25 € Pfand, 11 = 3,96 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>0,99</b></p>	<p><b>Heil Apfelsaft, Apfelwein*</b> diverse Sorten, außer alkoholfrei, Kasten = 6 x 1 l, zzgl. 2,40 € Pfand, 11 = 1,50 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>8,99</b> <b>7,99</b>**</p>
<p><b>pepsi Kombikasten</b> teilweise koffeinhaltig, Kasten = 24 x 0,33 l, zzgl. 5,10 € Pfand, 11 = 1,64 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>12,99</b></p>	<p><b>Pfanner IceTea</b> diverse Sorten, teilweise koffeinhaltig, 2 l-Tetrapak, 11 = 0,65 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>1,29</b></p>	<p><b>Rotkäppchen Fruchtsecco</b> schwarze Johannisbeere, Granatapfel, 0,75 l-Flasche, 11 = 3,99 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>7,49</b> <b>6,99</b>**</p>	<p><b>Grasovka*</b> Vodka, 0,5 l-Flasche, 11 = 14,98 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>15,99</b> <b>14,99</b>**</p>
<p><b>Schlitzter*</b> Whisky Liqueur, Milde Marille, 0,5 l-Flasche, 11 = 31,98 €</p> <p><b>ANGEBOT</b> <b>15,99</b> <b>14,99</b>**</p>	<p><b>Mit der logo Getränke App sparen &amp; gewinnen.</b> Jetzt downloaden!</p> <p>Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen &amp; mit Glück gewinnen!</p> <p><b>GrillFurst</b> 1 x Grillfurst Independence P530G Smart Grill</p>		

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

# Erprobte Strategien

## Urlaubszeit: So vermeiden Teams Frust, Streit und Stress

Auf in den Urlaub! Was für diejenigen, die dem Arbeitsplatz fernbleiben, zumeist mit Erholung verbunden ist, bedeutet für die zurückgebliebenen Kolleginnen und Kollegen im Betrieb oder Unternehmen oft Stress pur.

Häufig müssen sie zusätzlich zu ihrer eigentlichen Tätigkeit die Urlaubsvertretung übernehmen. Das kann Überlastung und Frust nach sich ziehen – vor allem, wenn sich Abwesenheiten im Team ballen. Was hilft gegen Frust?

### 1. Klare Absprachen treffen und Aufgaben priorisieren

Urlaub wird in der Regel etwas länger im Voraus geplant. „In Zeiten von dünner Besetzung hilft es daher, im Vorfeld Projekte und Arbeiten zu priorisieren“, sagt Teresa Stockmeyer, Beraterin für Teamentwicklung in Hamburg.

Konkret heißt das: Welche Arbeiten müssen prioritär erfolgen, etwa wegen bestimmter Deadlines? Was kann gegebenenfalls auch ein paar Tage liegen bleiben? Welche Arbeiten lassen sich aufteilen? Zudem sollten Teams feste Vertretungsregeln etablieren, die Verantwortlichkeiten klar zuordnen und gegenseitige Unterstützung betonen.

Stockmeyer rät außerdem, jeden Tag „am besten gleich morgens“ einen kleinen Check-in zu machen. Jeder er-

zählt, wie es ihm oder ihr gerade geht, wie die Arbeitslast aussieht und ob man gegebenenfalls Unterstützung benötigt. „Man kann auch kurz Priorisierungen besprechen, wenn man unsicher ist, was zuerst erledigt werden soll“, so Stockmeyer.

Hilfreich kann sein, gegenüber Kunden und Geschäftspartnerinnen transparent zu agieren und bereits im Vorfeld auf etwaige urlaubsbedingte Verzögerungen hinzuweisen. „Das nimmt Druck von den Schultern der Daheimgebliebenen und stößt in der Regel auf großes Verständnis“, sagt Fabian Krapf, Managing Partner bei IFBG (vormals: Institut für Betriebliche Gesundheitsberatung).

### 2. Anerkennung und Humor pflegen

„Offene Anerkennung für den Einsatz der Daheimgebliebenen motiviert und reduziert Frust“, sagt Krapf. Flexible Arbeitszeiten, Homeoffice-Möglichkeiten oder ein gemeinsames Dankeschön nach stressigen Phasen wirken präventiv gegen Überlastung. „Ein wertschätzendes Miteinander und ein gutes Teamklima stärken zusätzlich die Resilienz in belastenden Zeiten.“

Was sonst in der personalarmen Zeit hilft: „Gelassenheit und Humor“, sagt Teresa Stockmeyer. Auch gemeinsame Mittagspausen können ein gutes Gefühl vermitteln. Gleiches gilt für kleine Aufmerksamkei-

ten, etwa dass jemand Kuchen oder ein paar Kekse mitbringt.

Wichtig sind zudem Transparenz und gegenseitiges Verständnis. „Wenn Vertretungen nicht als Zusatzbelastung, sondern als Teil gemeinsamer Verantwortung verstanden werden, stärkt das den Teamgeist und reduziert Spannungen“, sagt Fabian Krapf.

### 3. Selbstfürsorge im Auge behalten

Wer stressige Phasen im Job durchstehen will, sollte auch auf Selbstfürsorge achten. Das heißt: „Sich eigene Grenzen bewusst machen und immer wieder Erholungsphasen aktiv in den Arbeitsalltag einbauen“, sagt Krapf. Das können etwa Mikro-Pausen mit Achtsamkeitsübungen oder ein Spaziergang in der Mittagspause sein.

Zur Selbstfürsorge gehört außerdem, ausreichend und gesund zu essen sowie für erholsamen Schlaf zu sorgen. „Das alles klingt so banal, wird aber häufig vernachlässigt, wenn die Personaldecke dünn ist“, sagt Teresa Stockmeyer.

### 4. Richtig mit der Führungskraft kommunizieren

Kommt es doch dazu, dass man sich in der Zeit, in der man zusätzlich zum eigentlichen Job eine Urlaubsvertretung hat, überlastet fühlt, ist es wichtig, dies der Führungskraft mitzuteilen. „Entschei-



In vielen Unternehmen fangen Teammitglieder die Abwesenheiten anderer in der Urlaubszeit auf – das ist oft stressig.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

dend ist hierbei eine offene, klare, respektvolle und lösungsorientierte Kommunikation“, sagt Fabian Krapf.

Beschäftigte sollten ihre Anliegen konkret formulieren und mit Lösungsvorschlägen verbinden. „Wer seine Bedürfnisse positiv ausdrückt, schafft eine gute Gesprächsbasis.“ Ziel sei ein konstruktiver Dialog, der sowohl individuelle Entlas-

tung als auch Teamstabilität fördert.

### 5. Ansprüche an sich selbst überprüfen

In Phasen, in denen sich die Abwesenheiten im Team ballen, sollten sich die, die nicht im Urlaub sind, immer wieder die Frage stellen: Was ist jetzt wirklich wichtig? Welche Sache will ich heute schaffen?

„Und auch Not-To-do-Listen können helfen – also aufschreiben, was man heute oder die nächsten Tage nicht macht“, sagt Teresa Stockmeyer. Oder erst, wenn Sache A oder B erledigt ist. Sie rät unter Umständen auch „Mut zum Scheitern“ zu zeigen und den Anspruch loszulassen, „dass alles exakt so läuft wie mit voller Besetzung“. Das sei nicht realistisch. tmn

Anzeigensonderveröffentlichung | 7. Juni 2025

## SPARKASSEN BEACH-CUP

# Sportlicher Höhepunkt Frankенbergs

Zum 25. Mal findet der Sparkassen-Beach-Cup in der historischen Altstadt statt

Jubiläum auf dem Frankenger Obermarkt: Bereits zum 25. Mal findet vom 13. bis 15. Juni im Herzen der Altstadt der Sparkassen-Beach-Cup statt. Dabei wird vor historischer Kulisse Volleyball der Spitzenklasse geboten - und selbstverständlich gibt es auch ein Jubiläumsprogramm. Das Turnier gehört seit Jahren zu den sportlichen Höhepunkten im Frankenger Veranstaltungskalender. Die besondere Atmosphäre auf dem Obermarkt ist nicht nur für die Zuschauer dieser spektakulären Sportart einzigartig, auch die Sportler sind immer wieder begeistert von der Kulisse, der Stimmung und der familiären Atmosphäre des Turniers. Für den Centre-Court werden jedes Jahr über 200 Tonnen Sand abgeladen, um hochklassigen Beach-Volleyballsport vor der malerischen Kulisse zwischen dem berühmten zehntürmigen Rathaus und dem historischen Steinhäus zu präsentieren.

Eröffnet wird der Beach-Cup am Freitag, 13. Juni, gegen 17.30 Uhr von Frankenger Bürgermeisterin Barbara Eckes, sie ist auch die Schirmherrin des Turniers. Los geht's mit dem Sponsorenturnier: In Vierer-Teams ermitteln die unterstützenden Unternehmen traditionell, welches die besten Volleyballer in seinen Reihen hat. Nach der Siegerehrung ab etwa 21 Uhr geht es dann zum gemütlichen Teil des Abends über. Mit Live-

Musik sorgt die Frankenger Band „Backstrickers“ um Frontmann Matthe Maurer mit ge-coverten Klassikern für Stimmung auf dem Rathausvorplatz. Dazu sind nicht nur die Teilnehmenden, sondern alle Livemusikfans eingeladen – der Eintritt ist wie immer frei.

Am Samstag, 14. Juni, beginnen bereits um 10 Uhr die ersten Spiele auf dem Obermarkt und in der Sparkassen-Beach-Arena auf dem Frankenger Sportplatz. Bis in den frühen Abend hinein wird Beach-Volleyball auf höchstem Niveau in Vor- und Zwischenrunden gespielt. Der Frankenger Beach-Cup ist das höchstrangigste Turnier in Hessen und bietet den Teams die Möglichkeit, wertvolle Punkte für die DVV-Rangliste zu sammeln, die zur Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften am Saisonende in Timmendorf zählen. Am Abend steht ein Dämmerchoppen mit dem bekannten heimischen Sänger und Songwriter Magnus Ernst auf dem Programm. Die 25. Auflage des Beach-Cups soll gebührend gefeiert werden.

Am Sonntag, 15. Juni, beginnen um etwa 11 Uhr die Finalrunden des Beach-Cups. Dabei wird wieder Beach-Volleyballsport der Extraklasse erwartet. Nachdem Lokalmatador Paul Becker seine aktive Profikarriere im vorletzten Jahr eigentlich beendet hat und mittlerweile als Bundestrainer der Juniorin-



Auf dem Frankenger Obermarkt: Dort gibt es vom 13. bis 15. Juni wieder Beachvolleyball der Spitzenklasse. Mit dabei ist auch wieder der Frankenger Lokalmatador Paul Becker (vorne rechts).

FOTO: GERHARD MEISER

nen arbeitet, lässt er es sich trotzdem nicht nehmen, wieder an seinem Heimturnier teilzunehmen. Nach dem Sieg im vergangenen Jahr mit Interimspartner Jonas Reinhardt

kommt es in diesem Jahr zum Comeback des erfolgreichen Beach-Duos Paul Becker/Jonas Schröder. Zwischen den Matches gibt es Tanzeinlagen. Nach dem letzten Matchball

finden dann gegen 16.30 Uhr die Siegerehrungen für die Sieger des Wochenendes statt. Die Medaillen werden von Bürgermeisterin Eckes überreicht. Vom Moderatorturm wird in diesem Jahr wieder die bekannte Stimme von Kristian Clement erklingen, er hat schon zahlreiche Beach-Cups in Frankenger moderiert.

Selbstverständlich ist bei dem Turnier auch für Speisen und Getränke gesorgt. Veran-

staltet wird der „Sparkassen-Beach-Cup“ wieder vom Förderverein des Volleyballsports in Frankenger und der Volleyballabteilung des TSV Hessen 1848 Frankenger. Die Veranstaltung ist nicht kommerziell, der Eintritt zu allen Programmpunkten ist frei. Die Erlöse durch Sponsoren und Einnahmen der Bewirtung gehen in die Nachwuchsförderung des Frankenger Volleyballsports. mjx

**MÜTZE**

GUTE FAHRT.  
WIR SORGEN DAFÜR!

#wirsindmütze

Siegerer Straße 21 · 35066 Frankenger  
Telefon 06451 72710 · Telefax 06451 727170

Internet: www.muetze-bau.de

SEIT 1963  
**DANNLER**  
Farbe & Fahrzeug  
Karosserie- und Lacktechnik Richtbank Unfallkomplett-Service

www.dannler.com



„Näher dran, mehr drin.“ Für echte Profis!

werk markt

**EISEN-FINGER**

35066 Frankenger · Jahnstraße 22

Tel. 06451 40805-0  
info@eisen-finger.de



Stellenangebote

## UNSERE STADT DEINE ZUKUNFT



*Mach Korbach zu Deiner #Story!*



**Komm in unser Team!**

**Ausbildungsstart: 01.08.2026**

Verwaltungsfachangestellte/r (m/w/d)  
 Fachinformatiker/in für Systemintegration (m/w/d)  
 Erzieher/in im Anerkennungsjahr (m/w/d)  
 Praxisintegrierte verg. Ausbildung zum/zur Erzieher/in (m/w/d)  
 Staatlich geprüfte/r Sozialassistent/in (m/w/d)  
 Gärtner/in – Fachrichtung Garten- und Landschaftsbau (Bauhof) (m/w/d)  
 Duales Studium Bachelor of Arts – Public Administration

Weitere Infos findest du unter [www.korbach.de/jobs](http://www.korbach.de/jobs) und auf  

Magistrat der Kreis- und Hansestadt Korbach  
 Stechbahn 1 | 34497 Korbach

**Bewirb dich jetzt!**

#ausbildung26





Wir bringen Projekte in Bewegung!  
 Perfektion in Technologie - 30 Jahre erfolgreiche Projekte



**Unsere aktuellen Ausbildungsberufe:**

- Elektroniker/-in für Betriebstechnik
- Industriemechaniker/-in
- Konstruktionsmechaniker/-in
- Maschinen- und Anlagenführer/-in
- Technische/r Produktdesigner/-in
- Zerspanungsmechaniker/-in

**Nacht der Ausbildung am 12.06.2025**

Weitere Informationen zu unserem Unternehmen und zu den Stellenangeboten findest Du unter [www.siepe.de](http://www.siepe.de).  



Die Schön Klinik Bad Arolsen in Nordhessen, gut dreißig Autominuten von Kassel entfernt, ist eines der größten und renommiertesten psychosomatischen Krankenhäuser Deutschlands, regelmäßig in der Focus-Klinikliste als TOP-Klinik empfohlen, als einer der besten Arbeitgeber Deutschlands ausgezeichnet und mit sehr hohen Weiterempfehlungsraten durch Patientinnen und Patienten.

**Möchten Sie in einem multiprofessionellen Team Ihre Erfahrungen einbringen? Dann kommen Sie zu uns!**

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir einen

**Ergotherapeuten (m/w/d) für unsere Jugendpsychosomatik in Teil- oder Vollzeit**

**Haben wir Ihr Interesse geweckt?**  
 Weitere Informationen zu diesem Stellenangebot und die Möglichkeit zur Onlinebewerbung finden Sie unter: [www.schoen-klinik.de/bad-arolsen/karriere](http://www.schoen-klinik.de/bad-arolsen/karriere)

Für Rückfragen steht Ihnen Frau Dr. Martina Wendel, Chefarztin Jugendpsychosomatik, gerne zur Verfügung:  
 Tel. 05691 6238-3099 (Sekretariat).



DRK-Kreisverband Frankenberg e.V.



**Mitarbeit**



**Pädagogische Fachkraft**  
 (m/w/d) im DRK Mutter-Kind-Haus in Bromskirchen

Begleiten Sie junge Mütter und ihre Kinder auf dem Weg in ein selbstständiges Leben und vermitteln Sie Sicherheit und Orientierung für einen gelingenden Familienalltag. **Teilzeit oder Vollzeit.**

- Faire Vergütung nach Qualifikation und Erfahrung, ab 3.600 € (brutto, bei Vollzeit/38,50 Std.)
- 30 Tage Urlaub, betriebliche Altersvorsorge, Sonderzahlungen, Funktionszulagen, großzügige Zeitzuschläge
- Engagiertes Team, Raum für Mitgestaltung und eine sinnstiftende Aufgabe

**Bewerbung & Kontakt:**  
 Linda Metzner, Einrichtungsleitung  
 Tel. 02984 / 9296888  
 l.metzner@drk-frankenberg.de

[www.drk-frankenberg.de/jobs/muki](http://www.drk-frankenberg.de/jobs/muki)



**Die Stadt Bad Arolsen sucht**



Bei der Stadt Bad Arolsen sind folgende Stellen zu besetzen:  
 Im Fachbereich Stadtentwicklung, Bauen und Immobilien:

- **2 Raumpflegerkräfte (w/m/d)**

Unbefristete Einstellungen mit 1x 20 und 1x 25 Wochenstunden.

Die Stellen sind zum nächstmöglichen Zeitpunkt zu besetzen.  
 Die Bewerbungsfrist endet am 22. Juni 2025.  
 Die vollständige Ausschreibung erhalten Sie telefonisch unter 05691 801-181, auf unserer Internetseite [www.bad-arolsen.de](http://www.bad-arolsen.de) oder Sie scannen einfach den QR-Code.




Stadt Bad Arolsen  
 Große Allee 24  
 34454 Bad Arolsen

Wir suchen Verstärkung für unsere Zahnarztpraxis in Bad Wildungen und bieten ab 1. August 2025

**einen Ausbildungsplatz zum/zur Zahnmedizinische/n Fachangestellte/n (m/w/d)**

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung – gerne auch per Mail

**Praxis für Oralchirurgie & Zahnmedizin Dr. Obermeyer**  
 Straße der Jugend 1, 34537 Bad Wildungen,  
 Tel.: 05621 2400, [www.oralchirurgie-bad-wildungen.de](http://www.oralchirurgie-bad-wildungen.de),  
 info@oralchirurgie-bad-wildungen.de





Die Nationalparkgemeinde Vöhl, Lk. Waldeck-Fkb. sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

- **Standesbeamten/Sachbearbeiter im Standesamt (m/w/d)**
- **Fachkraft für Abwasser (m/w/d)**

Die Vergütung erfolgt nach TVöD VKA.  
 Vollständige Stellenausschreibung: [www.voehl.de](http://www.voehl.de)

**Besonders preiswert!**

**Kleine Anzeigen mit großem Echo!**

Private Kleinanzeigen sind für viele unserer Leser die Lieblingslektüre.

Nutzen Sie dieses Interesse, wenn Sie etwas kaufen oder verkaufen wollen, wenn Sie eine Stelle oder eine Wohnung suchen oder auch, wenn der dritte Mann zum Skat fehlt.

Immobilienankauf

**Top-Preise für private Immobilienverkäufer!**  
 -bundesweit-  
**06625-1820**  
**Immobilien-Sofortkauf.de**

**Suche EFH in Frankenberg (Eder) und Umgebung, vorzugsweise unterkellert**  
 Telefon: 0178 4486474



**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](http://www.tm-store.de)

**Auto-Ankäufe**

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen  
 Tel. 03 94 4 - 36 16 0 - [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de). Fa.



**Suche für Export Pkw – Lkw – Busse**  
**Unfallwagen, Motorschaden – alles anbieten!**

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

**Ankauf**

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

**Landwirtschaft & Forsten**

**Brennholz Buche und Eiche 69 € 30 cm, inkl. Lief. Tel. 0176 62681914**

Zeitung lesen – und mitreden können!

markt.de

**DEIN MARKTPLATZ „TO GO“**



**WAS DU AUCH SUCHST, JETZT FINDEST DU ES NOCH SCHNELLER!**

**MIT DER KLEINANZEIGEN-APP VON MARKT.DE**

KOSTENLOS  
DOWNLOADEN

Laden im



JETZT BEI





# Aktiv trotz Hitze

## Sport an heißen Sommertagen: Was ist beim Training wichtig?

30 Grad und mehr: Bei diesen Temperaturen läuft der Schweiß – selbst wenn wir gar nicht aktiv sind.

Was also tun, wenn man auch in den heißen Wochen des Jahres für sportliche Ziele trainieren will? Oder das Auspowern als Ausgleich zum Alltag einfach braucht? Die wichtigsten Fragen und Antworten dazu.

### Sport und Hitze: Wie kritisch ist diese Kombination?

Der Sportwissenschaftler Andreas Barz hat eine gute Nachricht: „Grundsätzlich ist unser Körper gut dafür gemacht, sich auch bei höheren Temperaturen zu belasten.“ Ein zugegebenermaßen extremes Beispiel dafür ist der jährlich stattfindende „Marathon des Sables“. Die 250 Kilometer lange Strecke führt Läuferinnen und Läufer durch die marokkanische Sahara - Temperaturen bis 40 Grad inklusive.

An Hitze kann sich der Körper bis zu einem gewissen Grad gewöhnen, das zeigt die Forschung: „Die Kühlung verbessert sich, der Körper verliert weniger Elektrolyte, also Mineralstoffe, über den Schweiß“, so Andreas Barz, der im Fachbereich Trainingswissenschaft der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG) forscht. Effekte, auf die Sportlerinnen und Sportler schon bauen können, wenn die Sommerhitze über zwei Wochen bleibt.

Das Training bei Hitze und praller Sonne birgt dennoch Gefahren. Gerade Sportarten mit hoher Kraftausdauerbelastung über längere Zeiträume wie Triathlon, Tennis oder auch Fußball - können dann kritisch werden, warnt Prof. Hans-Georg Predel von der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS).

Treiben wir bei Hitze Sport, schwitzen wir umso stärker. Wer dann nicht genug trinkt, kann über den Schweiß zu viel Flüssigkeit und Elektrolyte verlieren. Zudem droht eine gefährliche Erhöhung der Körperkerntemperatur. „Der Körper muss seine eigene Klimaanlage anwerfen, das ist sehr belastend für das Herz-Kreislauf-System“, erklärt Sportmediziner Predel. „Das Herz muss nämlich deutlich intensiver arbeiten, um die Durchblutung zum Beispiel der Haut zu gewährleisten.“

Bei der Frage, wie gefährlich die Kombination aus Sport und Hitze ist, kommt es also auch immer auf das Alter und Vorerkrankungen an: Wer jung und gesund ist, darf seinem Körper mehr zumuten.

### Wie gilt für das Training an heißen Tagen?

Ab Temperaturen von 25 Grad rät Andreas Barz, die Trainingsbelastung etwas herunterzuschrauben: „Wer normalerweise eine Stunde lang joggt, nimmt sich dann lieber nur 40 Minuten vor und geht vielleicht sogar zwischendurch ein wenig.“

Hatte der Körper die Gelegenheit, sich über ein paar Wochen hinweg an die Sommerhitze anzupassen, können Sportlerinnen und Sportler die Dauer wieder etwas hochschrauben.

Und wenn die Wetter-App



**Wichtig vor und nach dem Training:** genug trinken. Bei längeren Einheiten sollten Sportlerinnen und Sportler auch währenddessen Flüssigkeit nachlegen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA



**Indoorcycling statt Rennradrunde draußen:** Bei Sommerhitze ist es sinnvoll, das Training ins gut klimatisierte Fitnessstudio zu verlegen.

FOTO: TOBIAS HASE/DPA



**Kopfwahl, Schwindel, Übelkeit?** Dann sollten Sportlerinnen und Sportler ihr Training unbedingt unterbrechen.

FOTO: TOBIAS HASE/DPA

Temperaturen von 30 Grad und mehr ankündigt oder sogar eine Hitzewarnung aufplopp? „Dann empfehlen wir kein intensives Training mehr“, sagt Prof. Hans-Georg Predel, der an der DSHS das Institut für Kreislauforschung und Sportmedizin leitet.

Dann die Sport-Einheit lieber in die kühleren Morgen- oder Abendstunden verschieben. Oder man verlegt es an einen Ort, an dem es sich besser aushalten lässt – etwa auf das Laufband oder den Fahrradergometer im gut klimatisierten Fitnessstudio.

### Sport bei sommerlichen Temperaturen: Ist währenddessen Trinken sinnvoll?

Es kommt darauf an. „Wenn wir Belastungen von bis zu einer Stunde absolvieren, müssen wir währenddessen nicht unbedingt Flüssigkeit zu uns nehmen“, sagt Andreas Barz. „Man kann es trotzdem machen, erforderlich ist es aber nicht.“

Wer allerdings bei sommerlichen Temperaturen länger sportelt, muss unbedingt zwischendurch trinken. Andreas Barz nennt zur Orientierung als Menge einen halben bis ganzen Liter pro Stunde. Natürlich ist auch wichtig, dass man nicht schon dehydriert ins Training startet, sondern bereits vorher am Tag genug getrunken hat.

Übrigens: An heißen Tagen lohnt es sich laut Andreas Barz, die Farbe des eigenen Urins in der Toilette zu checken. Die hilft bei einer Einschätzung, ob der Körper ausreichend mit Flüssigkeit versorgt ist. Ist der Urin dunkelgelb, sollten Sportlerinnen und Sportler unbedingt mehr trinken. Ein farbloser bis blassgelber Urin zeigt, dass alles gut ist.

### Welches Sportoutfit eignet sich am besten für heiße Tage?

Ob ein locker geschnittenes oder sehr knappes Sportoutfit: Wenn Luft an die Haut gelangt, ist das an heißen Tagen gut. So kann sich der Körper leichter

abkühlen. „Am besten in hellen Farben, weil sie sich durch die Sonneneinstrahlung nicht so sehr erwärmen“, sagt Andreas Barz.

Unbedeckte Haut sollten Sportlerinnen und Sportler großzügig mit Sonnenmilch eincremen. Ebenso wichtig ist es, eine Kopfbedeckung zu tragen, um sich vor einem Sonnenstich zu schützen.

### Körper überlastet: Was sind Warnzeichen dafür?

Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit bis hin zum Erbrechen, Kreislaufprobleme, Verwirrtheit: Tritt eines oder gleich mehrere dieser Beschwerden auf, sollten Sportlerinnen und Sportler das Training sofort abbrechen.

Das sind nämlich Warnzeichen dafür, dass sich die Körpertemperatur stark erhöht hat, was im schlimmsten Falle zu einem lebensgefährlichen Hitzschlag führen kann.

„Spätestens wenn die Symptome trotz Trainingsabbruch und Kühlung bestehen blei-

ben, sollte medizinische Unterstützung geholt werden“, rät Andreas Barz. Gut zu wissen: Ein Verdacht auf einen Hitzschlag ist ein Fall für den Notruf 112.

### Nach dem Training: Wie den aufgewärmten Körper am besten herunterkühlen?

Den verschwitzten Körper mit einem kühlen, nassen Handtuch abtupfen – das empfinden viele Sportlerinnen und Sportler im Sommer als Wohltat. Wer jung und gesund ist, kann sich auch unter die eiskalte Dusche stellen.

Wer allerdings eine Herz-Kreislauf-Erkrankung hat, sollte beim Abkühlen lieber behutsam vorgehen. Sich also „nicht nach dem Training in die Eistonne legen, wie die Fußballprofi es machen“, so Hans-Georg Predel. Starke Temperaturunterschiede können dann gefährlich werden - es drohen Herzrhythmusstörungen.

Eine bessere Strategie zum Runterkühlen: sich in den

Schatten oder in einen kühlen Raum begeben, etwas trinken und dem Körper nun Ruhe gönnen.

### Beim Training viel geschwitzt: Also besser Elektrolyte nachlegen?

Insbesondere Magnesium, Kalium und Chlorid gehen dem Körper durch das starke Schwitzen verloren – und müssten nachgelegt werden, rät Sportmediziner Hans-Georg Predel. Leitungswasser reicht nicht aus, sofern man nicht eine Elektrolytlösung oder etwas Salz hinzugibt.

Wer es sich einfach machen will, greift zum isotonischen Sportgetränk. Auch eine Apfelsaftschorle ist eine Option. „Softdrinks wie Cola allerdings nicht“, sagt Hans-Georg Predel.

Übrigens: Muskelkrämpfe nach dem Training sind Andreas Barz zufolge ein Anzeichen dafür, dass dem Körper wichtige Mineralstoffe fehlen. Wer davon betroffen ist, sollte sich umso mehr um seinen Elektrolyt-Haushalt kümmern. tmn

# Hagel tritt oft plötzlich auf

## Was schützt vor Hagel am Auto und wer zahlt den Schaden?

Sommerwetter – was sehen Sie vor Ihrem geistigen Auge? Blauer Himmel Sonnenschein und trockene Straßen. Klar, gibt's auch – doch auch ein Wetterumschwung mit dunkelschwarzen Wolken, Starkregen und eben Hagel ist typisch sommerlich.

Manchmal ist ein Hagelschaden nicht zu vermeiden, nicht alles lässt sich exakt vorhersagen und man kann sich nicht immer vor allem schützen und das Blech sieht aus wie die Oberfläche eines Golfballs. Ein paar Tipps und Tricks vom ADAC aber können helfen, bestmöglich vorzubeugen – und die Abwicklung zu vereinfachen, wenn er eben doch was passiert ist.

### Was grundsätzlich hilft, Hagelschäden zu verhindern?

Wichtig ist, aufmerksam den Wetterbericht zu verfolgen, dazu etwa auch Warn-Apps für Unwetter nutzen. Die heißen zum Beispiel DWD WarnWetter, NINA (vom Bundesamt für Bevölkerungs- und Katastrophenschutz BBK) oder KatWarn. Bei angekündigtem Hagel das Auto rechtzeitig unterstellen. Wer eine eigene Garage oder Carport hat, ist logischerweise im Vorteil.

Laternenparker können überlegen, für den betroffenen Zeitraum in einer öffentlichen Parkgarage unterzustellen -



Vorsicht unterwegs: Bei Hagel Tempo drosseln und Warnblinker nutzen.

FOTO: FEDERICO GAMBARINI/DPA

falls noch Zeit dafür ist. Die Kosten dürften den etwaigen Schaden und den damit verbundenen Stress aufwiegen.

### Abdeckungen können auch für Schutz sorgen

Wer das nicht schafft, kann sein Auto mit Abdeckungen schützen. Dazu gibt es im Fach-

handel Hagelschutzmatten, die von rund 50 bis 300 Euro kosten. Der ADAC rät, darauf zu achten, dass sich solche Matten sicher und fest anbringen lassen.

Für einen provisorischen Hagelschutz können beispielsweise auch Decken oder Pappdeckeln dienen. Wichtig dabei: Diese müssen sturmsicher am Auto festgemacht werden, da sie

sich sonst lösen und Schaden anrichten könnten. Außerdem sollte man sich beim Versuch, das Auto zu schützen niemals selbst in Gefahr bringen, so der Autoclub.

### Wie sollte ich mich unterwegs verhalten

Manchmal geht es nicht anders – man ist unterwegs und wird vom Hagelschauer über-

rascht. Nun ist höchste Konzentration angesagt, beide Hände gehören ans Steuer – das Tempo wird gedrosselt und den Gegebenheiten angepasst. Das Licht anstellen. Jegliche Ablenkung – wie etwa ein intensives Gespräch – sollte vermieden werden. Falls nötig, mit Rücksicht auf den rückwärtigen Verkehr anhalten und die Warnblinkanlage anstellen.

### Welche Versicherung zahlt?

Eine Teilkaskoversicherung kann die Hagelschäden übernehmen. Diese ist auch Bestandteil in einer Vollkaskoversicherung. Wer nur die Kfz-Haftpflichtversicherung allein abgeschlossen hat, muss die Reparatur aus eigener Tasche finanzieren.

### Wie sollte ich mich nach dem Hagelschaden verhalten

Weiterer Schaden sollte verhindert werden – Stichwort: Schadensminderungspflicht. Achtung: Erst das Unwetter abwarten, in Gefahr muss sich niemand bringen, sondern nur zumutbare Maßnahmen ergreifen, rät auch der Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV). Das kann etwa eine Abdeckung sein, die über eine beschädigte Windschutzscheibe angebracht wird, damit etwa kein

Regen ins Innere gelangen kann.

Den Schaden unter anderem mit Fotos, Infos zu Tag und Uhrzeit des Unwetters, Standort des Autos dokumentieren. Die Meldung sollte möglichst zeitnah an die Versicherung werden, damit die nächsten Schritte besprochen werden können. Den Schaden nicht ohne Absprache mit der Versicherung reparieren lassen.

Tritt die Teilkasko ein, fällt lediglich eine etwaig vereinbarte Selbstbeteiligung an. Es gibt keine Schadenfreiheitsklassen wie in der Kfz-Haftpflichtversicherung und Vollkaskoversicherung. So kann man auch nicht höhergestuft werden. Damit findet auch keine Höherstufung nach einem Schadensfall statt.

### Wie teuer wird der Schaden?

Das kann nur im Einzelfall bewertet werden. Denn die Kosten können naturgemäß sehr unterschiedlich ausfallen, je nachdem wie stark die Schäden sind und welche Bauteile sie betreffen. Logisch aber: Je größer die Dellen und je mehr davon auftreten, desto teurer wird's. Zudem können auch Scheinwerferabdeckungen, Glasscheiben und andere Teile betroffen sein. Auch die Frage, ob sich eine Reparatur überhaupt noch lohnt, kann nur im Einzelfall beantwortet werden.

dpa

Anzeigensonderveröffentlichung | 7. Juni 2025

# TAG DER AUSBILDUNG

## Ewikon bildet aus

Unternehmen bietet abwechslungsreiche Ausbildung

Als einer der weltweit führenden Heißkanalhersteller entwickelt, produziert und vertreibt EWIKON Lösungen für die effiziente und abfallfreie Fertigung von Kunststoff-Spritzgießteilen. Die Grundvoraussetzung für den wirtschaftlichen Erfolg sind bestens ausgebildete, zuverlässige und engagierte Mitar-

beiter. Die Spezialisten von morgen werden bevorzugt im eigenen Hause ausgebildet.

Bei EWIKON wartet eine abwechslungsreiche Ausbildung, die optimal auf die vielfältigen Anforderungen von morgen vorbereitet. Nach erfolgreichem Abschluss der

Ausbildung werden sehr gute Übernahmechancen geboten. Talente und persönliche Entwicklung werden gezielt und individuell gefördert – auch nach Ende der Ausbildung.

Verschiedene Fortbildungsmaßnahmen und Schulungen stehen zur weiteren Qualifikation zur Verfügung. Aktuell beschäftigt das Unternehmen 21 Auszubildende und duale Studenten. Zum

Start bei EWIKON bekommen die Auszubildenden ein iPad geschenkt, um optimal auf die Ausbildung vorzubereiten. Vorab besteht die Möglichkeit, mit einem Schülerpraktikum in einen Beruf hineinzuschmecken.

Wer Teamgeist hat, nicht vor Verantwortung zurückschreckt, eigenständiges Handeln mag und ständig dazu lernen möchte, ist bei EWIKON richtig. nh

## Unternehmen stellen sich vor

Am 12. Juni im Philipp-Soldan-Forum



Freuen sich auf den Tag der Ausbildung: Die Aussteller und Veranstalter FOTO: MJX

Die Bandbreite reicht von A wie Ante-Holz über S wie Sparkasse bis V wie Vitos: Mit 60 Ausstellern öffnet am kommenden Donnerstag, 12. Juni, das Philipp-Soldan-Forum in Frankenberg von 10 bis 15 Uhr seine Türen für den 24. „Tag der Ausbildung“.

Dabei werden sich Unternehmen aus Handwerk, Dienstleistung, Handel und Industrie präsentieren, um Jugendlichen Hilfestellungen bei der Berufswahl und Informationen zu Ausbildung und dualem Studium zu bieten. Für Schüler, insbesondere für Schulabgänger 2025 und 2026, ist die Messe eine wertvolle Orientierungshilfe - und für Eltern eine gute Gelegenheit, ihre Kinder bei der Berufswahl aktiv begleiten zu können. Gemeinsam können sie Perspektiven entdecken, Fragen stellen und den Grundstein für eine erfolgreiche berufliche Zukunft zu legen.

Veranstaltet wird die Ausbildungsmesse von der Agentur für Arbeit Korbach, dem Arbeitgeberverband Hessenmetall Nordhessen, den Viessmann-Werken Allendorf, der Kreishandwerkerschaft Waldeck-Frankenberg, der Ortenbergschule Frankenberg sowie der IHK Kassel-Marburg. Ein Höhepunkt der Messe ist im Außenbereich der zweigeschossige A+E-Info-Truck der Metall- und Elektroindustrie. Dort können die Besucher hautnah erleben, wie sich Berufe durch Digitalisierung und Industrie 4.0 verändern. An interaktiven Stationen können junge Menschen selbst experimentieren und so einen praxisnahen Einblick in technische Ausbildungsberufe gewinnen.

Die Messe kann für viele der erste Schritt in eine erfolgreiche Karriere sein. Für Essen und Trinken ist gesorgt. mjx



EWIKON

### Werde Teil unseres Teams

Jetzt bewerben!

Als einer der international führenden Anbieter von Heißkanal-Systemlösungen für den Kunststoffspritzguss bilden wir unsere Spezialisten von morgen bevorzugt im eigenen Hause aus.

#### Ausbildung 2026

- Werkzeugmechaniker (m/w/d)
- Zerspanungsmechaniker (m/w/d)
- Industriekaufmann (m/w/d)

Interesse? Schick Deine Bewerbungsunterlagen an:

EWIKON Heißkanalsysteme GmbH  
Herrn Benedikt Belz • Siegener Straße 35 • 35066 Frankenberg  
Tel: 06451 / 501-109 • E-Mail: karriere@ewikon.com

Mehr Informationen zur Ausbildung:

ewikon.com/karriere



MACH DOCH.  
WAS DU WILLST!

Aber weißt Du schon wie?

Schule, Job und Zukunft?

Schau vorbei:

Wir unterstützen Dich bei Deinen Ideen!



JBA  
JUGENDBERUFSGENANTUR

Schwalm-Eder-Kreis  
Viola Nadge-König  
05681 775-5174  
viola.nadge-koenig@schwalm-eder-kreis.de

Jugendberufsagentur  
Schwalm-Eder und  
Waldeck-Frankenberg

Landkreis Waldeck-Frankenberg  
Kathrin Gröger  
05631 954-5823  
kathrin.groeger@lkwfakb.de

www.machdochwasduwillst.info

# TAG DER AUSBILDUNG

## Bildungsangebote der HVS

Hans-Viessmann-Schule bietet attraktives Bildungsangebot

Mit ihren 90 Lehrkräften und ca. 1500 Schülerinnen und Schülern sowie Auszubildenden und Studierenden stellt die Hans-Viessmann-Schule an ihren beiden Standorten in Frankenberg/Eder und Bad Wildungen der Region über den Landkreis Waldeck-Frankenberg hinaus ein umfangreiches Bildungsangebot zur Verfügung.

Regional, Digital, Vielfältig – das sind die Leitbegriffe an unserer Schule. Die Angebote reichen von den Schulformen in Vollzeit, wie den Fachoberschulen und der Berufsfachschule für den Übergang in Ausbildung (BÜA) über die Berufsausbildung, die Weiterbildung zum Bachelor Professional in den verschiedenen Fachschulen bis hin zu beruflichen Fortbildungen und Vermittlung von beruflichen Zusatzqualifikationen.

Die BÜA ist eine ein- bis zweijährige Berufsfachschule, die einerseits mit einem hohen Praxisanteil und Praktika gezielt auf eine Berufsausbildungswahl vorbereitet, andererseits aber auch den Hauptschulabschluss oder den Mittleren Abschluss ermöglicht.

Im ersten Schuljahr der BÜA bieten wir eine intensive berufliche Orientierung durch das Kennenlernen von verschiedenen beruflichen Schwerpunkten und Betriebspraktika an.

Zur Erweiterung der persönlichen Kompetenzen findet hier eine umfassende sozialpädagogische Betreuung statt. Man erwirbt den Hauptschulabschluss oder bereitet sich auf das 2. BÜA-Jahr mit dem Ziel des Mittleren Abschlusses vor.

Das zweite Schuljahr der BÜA wendet sich an junge Menschen, die einen Beruf erlernen wollen, der den Mittleren Abschluss voraussetzt. Hier können berufliche Grundqualifikationen in verschiedenen Berufsfeldern, von Technik und Wirtschaft über Gastronomie bis hin zu Gesundheit & Krankenpflege, erworben werden. Man bereitet sich intensiv auf den Mittleren Abschluss vor, u. a. durch den Unterricht in Deutsch, Mathematik und Englisch.

Die Fachoberschulen in Hessen kann man in zwei Formen besuchen: Die A-Form setzt sich aus Jahrgangsstufe 11 (2 Tage Schule + 3 Tage Praktikum) und Jahrgangsstufe 12 (5 Tage Schule) zusammen. Die B-Form erfordert eine abgeschlossene Berufsausbildung und besteht nur aus Jahrgangsstufe 12 (5 Tage Schule).

Angebote bestehen am Standort Frankenberg in den Schwerpunkten „Wirtschaft und Verwaltung“ sowie in modularer Form als Kombination aus „Wirtschaft & Verwaltung“ mit „Bautechnik“ oder mit „In-



formationstechnik“. Am Standort Bad Wildungen werden die Bereiche „Wirtschaft und Verwaltung“ und sowie „Gesundheit“ angeboten.

Weiterbildung zur Staatlich geprüften Technikerin / zum Staatlich geprüften Techniker oder zur Staatlichen geprüften Betriebswirtin bzw. zum Staatlich geprüften Betriebswirt (Bachelor Professional)

Die Schwerpunkte Maschinenteknik/Produktions- und Qualitätsmanagement, Automatisierungs- und Prozesstechnik sowie Betriebswirtschaft/Controlling vermitteln

in einem drei- bzw. vierjährigen Teilzeitstudium (Abend- und Samstagstermine) das Rüstzeug für den Aufstieg in das mittlere Management der heimischen Wirtschaft.

Die Technische Hochschule Mittelhessen und die Private Hochschule Göttingen erkennen die Fachschulausbildung bei dortigen Studiengängen an.

Ausbildereignungsprüfungen und spezielle Sprachzertifikate (KMK-Sprachzertifikat) ergänzen die mit einer staatlichen Prüfung abschließende Weiterbildung.

**Auch in der Gastronomie** können berufliche Grundqualifikationen erworben werden. FOTO: GOODLUZ/PANTHERMEDIA

PHILIPP SOLDAN STADT  
**FRANKENBERG EDER**

Die Philipp-Soldan-Stadt Frankenberg (Eder) bietet zum 1. August 2026 folgende Ausbildungsstelle an:

**VERWALTUNGS-FACHANGESTELLTE/R**  
(M/W/D)

Nähere Informationen:  
[www.frankenberg.de](http://www.frankenberg.de)

**VISSMANN**  
Climate Solutions

**Lass was Gutes starten**

Komm ins Team - bewirb dich jetzt für eine Ausbildung oder ein Duales Studium.

2025 sind noch Ausbildungsplätze frei. Du willst mehr wissen? Dann scanne den QR-Code oder schreib uns eine E-Mail: [youngtalents@viessmann-climatesolutions.com](mailto:youngtalents@viessmann-climatesolutions.com)

## Neue Animationsvideos

FingerHaus bringt Ausbildungsberufe auf den Punkt



Die neuen Videos gibt es auf YouTube.

FOTO: PRIVAT

Ausbildungsberufe greifbar machen, Orientierung bieten und zeigen, was hinter einem Beruf steckt – mit diesem Ziel hat FingerHaus ein aufwendiges Videoprojekt umgesetzt. In animierten Kurzfilmen werden 13 Ausbildungsberufe bei FingerHaus, FingerTreppen und FingerHaustechnik authentisch und verständlich vorgestellt.

Besonderes Augenmerk wurde dabei auf die Ansprache der Zielgruppe gelegt: Im Mittelpunkt stehen gezeichnete Mädchen und Jungen, gesprochen von aktuellen Auszubildenden. Die Filme vermitteln nicht nur Aufgaben und Inhalte, sondern auch, welche Stärken in den Berufen gefragt sind.

Mit dem neuen Format investiert FingerHaus in modernes Auszubildendenmarketing und nachhaltige Nachwuchsgewinnung. „Unsere Videos helfen jungen Menschen, eine erste Orientierung zu bekommen – einfach, visuell und auf Augenhöhe“, so das Unternehmen.

Alle Filme sind auf dem YouTube-Kanal „FingerHaus als Arbeitgeber“ zu finden.

Als einer der führenden Fertighausanbieter mit über 950

Mitarbeitenden bildet FingerHaus aktuell mehr als 90 Auszubildende in 14 Berufen aus – vom Zimmerer bis zur Industriekaufrau. Das neue

## Gemeinsam was Gutes schaffen

Ob mit einer Ausbildung, einem dualen Studium oder einem Praktikum: Viessmann bietet vielfältige Einstiegsmöglichkeiten. Hier gestalten die Auszubildenden die Energiewende aktiv mit und profitieren von zahlreichen Vorteilen.

Das Unternehmen legt Wert auf eine starke Community und bietet eine persönliche Betreuung sowie umfassende Prüfungsvorbereitung. Nach der Ausbildung haben die Auszubildenden gute Übernahme- und Weiterbildungschancen. Eine hochwertige IT-Ausstattung und vielfältige Gesundheitsangebote gehören ebenso dazu!

Kennenlernen kann man das Unternehmen am Tag der Ausbildung und des dualen Studiums im Philipp-Soldan-Forum in Frankenberg oder unter: [viessmann-climatesolutions.de/youngtalents](http://viessmann-climatesolutions.de/youngtalents).

**HANS-VIESSMANN-SCHULE**  
Rechtlich Selbstständige Berufliche Schule in Frankenberg und Bad Wildungen

**Weiterbildung** (Bachelor Professional)

- Fachschulen für Technik und Betriebswirtschaft
- Meisterkurse

**Berufsausbildung** im

- gewerblich/technischen Bereich
- kaufmännischen Bereich
- Medizinisch-technischen Bereich

**Studienqualifizierung**

- Fachoberschule (FOS)

**Berufsvorbereitung**

- Berufsfachschule zum Übergang in Ausbildung (BÜA)

Unsere Schule - Deine Zukunft  
regional digital vielfältig

**WIR FREUEN UNS AUF EUCH!**

Tag der Ausbildung  
**PHILIPP SOLDAN FORUM**  
12. Juni 2025

[www.viessmann-schule.de](http://www.viessmann-schule.de)

Marburger Straße 23  
35066 Frankenberg  
Tel: 06451 23022 - 0  
Fax: 06451 23022 - 22  
[frankenberg@viessmann-schule.de](mailto:frankenberg@viessmann-schule.de)

Stresemannstraße 12  
34537 Bad Wildungen  
Tel: 05621 96588 - 0  
Fax: 05621 96588 - 22  
[bad-wildungen@viessmann-schule.de](mailto:bad-wildungen@viessmann-schule.de)

**Tischler** (W/M/D)  
AUSBILDUNG 2025

**ALS TEAM BAUEN WIR TRAUMHÄUSER. UND DU KANNST EIN TEIL DAVON WERDEN!**

**Jetzt bewerben:**

- > [www.fingerhaus-karriere.de/ausbildung](http://www.fingerhaus-karriere.de/ausbildung)
- > [personal@fingerhaus.de](mailto:personal@fingerhaus.de)

**FingerHaus GmbH**  
Personalabteilung · Jannik Gasse · Austraße 45  
35066 Frankenberg/Eder · Telefon 06451 504-232

**FINGERHAUS**  
BAUEN WIR UNS WAS AUF. GEMEINSAM.

**Elterncafé in der Stadtbücherei**

Korbach - Am Montag, 16. Juni, findet ab 16 Uhr wieder ein Elterncafé mit Vorlesen in der Stadtbücherei Korbach statt. Das Angebot richtet sich an Eltern mit Kleinkindern, von der Geburt an bis zum 3. Lebensjahr. Geschwisterkinder sind ebenfalls herzlich willkommen. Eine kindgerecht eingerichtete Umgebung und die Begleitung durch Mitarbeitende der Bücherei sowie eine ehrenamtliche Vorlese-Fachkraft schaffen beste Voraussetzungen, dass alle Gäste des Elterncafés angenehme Stunden in der Stadtbücherei verbringen. Da es beim Elterncafé nur eine begrenzte Teilnehmerzahl gibt, ist eine Anmeldung unter E-Mail stadtbuecherei@korbach.de bis zum 10. Juni 2025 erforderlich. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos. red

**SPD sucht Dialog mit den Bürgern**

Waldeck-Frankenberg - Die heimische SPD setzte ihre Dialogstandreihe unter dem Motto „Willkommen in der Runde“ fort, am 21. Juni in Korbach, „Am Berndorfer Tor“, 10.30 bis 12 Uhr und am 28. Juni in Frankenberg beim Wochenmarkt der Landfrauen von 9 bis 11 Uhr sowie am selbigen Tag von 12.30 bis 15 Uhr in Bad Wildungen am Kurschattenbrunnen sowie am 5. Juli auf dem Bunten Markt in Edertal-Bergheim von 10 bis 12 Uhr. red

**Armut sichtbar machen**

Caritas sensibilisiert mit „Kochkurs für schmale Geldbeutel“

Bad Wildungen - Was bedeutet Armut in Deutschland? Wie kann ich mich selbst mit kleinen Mitteln engagieren? Und wie lässt sich mit nur 33 Euro ein gesundes Menü für mehrere Personen zubereiten?

Mit diesen Fragen haben sich Jugendliche aus Bad Wildungen im Rahmen der diesjährigen Firmvorbereitung beschäftigt, und zwar in einem besonderen Kooperationsprojekt des Caritasverbandes Brilon, der katholischen Pfarrgemeinde St. Liborius und dem Mehrgenerationenhaus „Alte Schule“. Durchgeführt wurde die zweiteilige Veranstaltungsreihe von Caritas-Koordinatorin Nadine Gebauer und Pastor Richard Steilmann in enger Zusammenarbeit mit dem Team des Mehrgenerationenhauses Bad Wildungen.

„Im ersten Teil der Vorbereitung stand die theoretische Auseinandersetzung mit den Themen Armut und Ausgrenzung im Mittelpunkt“, sagt Caritas-Koordinatorin Nadine Gebauer.

Mithilfe der „Actionbox MitteloS“, einem interaktiven Lernangebot der Caritas, wurden die Firmlinge für die Realität sozialer Ungleichheit sensibilisiert.

Ziel war es, bestehende Vorurteile abzubauen, verschiedene Formen von Armut aufzuzeigen und das Bewusstsein für die Lebenswirklichkeit vieler Menschen in



**Mit kleinem Budget groß kochen:** Pastor Richard Steilmann hat mit den Firmlingen zusammen beim „Kochkurs für den kleinen Geldbeutel“ teilgenommen.

FOTO: NADINE GEBAUER/CARITAS BRILON/PR

Deutschland zu schärfen.

„Gerade junge Menschen wissen oft nicht, dass Armut auch direkt vor ihrer Haustür existiert“, erklärt Nadine Gebauer.

„Mit der Actionbox möchten wir dazu ermutigen, sich mit den eigenen Konsumgewohnheiten auseinanderzusetzen - und Perspektiven für

eigenes, niedrigschwelliges Engagement aufzeigen.“

**Mit kleinem Budget groß kochen**

Ganz praktisch wurde es im zweiten Termin beim „Kochkurs für den schmalen Geldbeutel“. Gemeinsam mit

der Ehrenamtlichen Ilka Kirschnick aus dem Mehrgenerationenhaus lernten die Jugendlichen, wie man mit begrenzten Mitteln ausgewogen und lecker kochen kann. Für insgesamt 33,05 Euro zauberten sie in der Küche des Mehrgenerationenhauses ein vollständiges Menü mit Hauptgang und Dessert.

„Dabei wurde nicht nur gekocht, sondern auch über Armut, gesunde Ernährung und gesellschaftliche Verantwortung gesprochen“, betont Ilka Kirschnick.

„Dass gutes Essen kein Luxus sein muss, war eine wertvolle Erfahrung für alle“, so Pastor Richard Steilmann. „Der gemeinsame Austausch und das Miteinander mit den Ehrenamtlichen haben zudem gezeigt, wie wichtig gelebte Solidarität ist. Ein herzliches Dankeschön gilt Manuela März vom Mehrgenerationenhaus für die Organisation vor Ort sowie die Bereitstellung der Räumlichkeiten. Ein besonderer Dank geht an Ilka Kirschnick, die mit ihrem Fachwissen und großem Engagement den Kochkurs begleitet hat.“

„Mit diesem Projekt leistet die Caritas gemeinsam mit der Kirchengemeinde einen wichtigen Beitrag zur Wertebildung junger Menschen - und zeigt, dass Glaube und gelebte Nächstenliebe im Alltag beginnen“, lautet das Resümee von Nadine Gebauer zur Veranstaltung. red

**Die 25 Jahre BAC Revue**

Bad Arolsen - Mit einer besonderen Eigenproduktion feiert das BAC-Theater sein 25-jähriges Bestehen. In einer Revue werden die besten Stücke aus 25 Jahren Spielgeschichte integriert. Diese finden sich im Ambiente eines kleinen Supermarkts wieder, wo sich die großen und kleinen Dramen des täglichen Lebens abspielen und in den Texten verschiedener Songs wiedergegeben werden. Ein gut gelauntes Ensemble und fantastische Musiker wollen für ein unterhaltsames Jubiläum sorgen. „Darf's ein bisschen mehr sein...?“ - so der Titel der Revue entstand, unter der musikalischen Leitung von Jan Knobbe und der Regie von Jens Guske und Susanne Koswig. Aufgeführt wird sie am 13. Juni, 14. Juni, 25. Juni, 26. Juni und 28. Juni jeweils um 19.30 Uhr. red

**Museum bietet Aktionstage**

Odershausen - Das „Lebendige Museum“, Wildunger Str. 3, ist in die neue Saison gestartet. Bis Oktober sind an den Aktionstagen, jeden dritten Sonntag im Monat von 11 bis 17 Uhr, eindrucksvolle Vorführungen in historischen Handwerkstechniken und landwirtschaftliche Arbeiten zu sehen. In der gemütlich eingerichteten Küche wird für das leibliche Wohl der Besucher gesorgt. „Schepperlinge“ kommen im Juni frisch auf den Tisch. red

**Jetzt Möbel/Küche kaufen & Urlaub sichern!**

**Möbelkreis – All inclusive.**

Doppelt profitieren: Bestpreis sichern und Göbel Hotels Gutschein erhalten!



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

- ✔ Bestpreisgarantie
- ✔ Kostenlose Lieferung & Montage

**+ Göbel Hotels Gutschein**

**€ 200,-**

\*Gültig bei einem Einkaufswert ab € 3.000,-  
Nur gültig vom 10.6.-28.6.2025. Keine Barauszahlung möglich.

**€ 500,-**

\*Gültig bei einem Einkaufswert ab € 10.000,-  
Nur gültig vom 10.6.-28.6.2025. Keine Barauszahlung möglich.



**HOTEL-ÜBERBLICK – WÄHLEN SIE IHR GÖBEL HOTEL**

- Willingen (Upland):**  
Göbel's Landhotel | Romantik Hotel Stryckhaus  
Göbel's Hotel am Park | WILLINO Privathotel | Gästehaus Dorf Alm
- Diemelsee (Heringhausen):**  
Göbel's Seehotel Diemelsee | Chaletpark Diemelsee
- Friedewald bei Bad Hersfeld**  
Göbel's Schlosshotel "Prinz von Hessen"  
Göbel's Hotel zum Löwen
- Bad Wildungen**  
Göbel's Hotel Quellenhof | Göbel's Hotel AquaVita
- Rotenburg an der Fulda**  
Göbel's Hotel Rodenberg | Posthotel Rotenburg
- Bad Sachsa (Harz)**  
Göbel's Vital Hotel
- Eisenach**  
Göbel's Sophien Hotel | Partnerhotel: Hotel Am Markt
- Mühlhausen (Thüringen)**  
Brauhaus zum Löwen
- Winterberg**  
Lodge Hotel Winterberg



**MÖBELKREIS® KÜCHE & EINRICHTEN**

Korbach-Meininghausen · www.moebelkreis.de