

08.02.-09.02.2026
Preis p. P. ab 260,- €

Der neue Katalog ist da!

2 Tage KÖLNER KARNEVAL – KOSTÜMSITZUNG IM MARITIM
1x U/HP im Maritim Hotel Köln****, Emporenkarte für die Kostümsitzung der KG Kölsche Gnielächer von 1927 e.V. EZ-Zuschlag 40,- € (*Schnellbucherrabatt nur noch bis 08.12.2025)

Online und per Post.

SÄLZER REISEN

Busreisen mit VerwöhnService!
BusReiseWelt SÄLZER, Hengsbecke 28, 59964 Medebach, Tel.: 0298241008

Weitere Leistungen und Infos unter www.busreisewelt.eu

HEIMAT NACHRICHTEN

FRANKENBERG

Schönes Schenken.
...das perfekte Geschenk finden.

TANDECO
Home & Lifestyle

35108 Allendorf Fon 06452-7298
Einkaufszentrum Battenfeld

Seit 2021 • Nr. 49

6. Dezember 2025

Jauchzen, Pauken und Trompeten

Kantorei an der Liebfrauenkirche führt Bachs Weihnachtsoratorium auf

Frankenberg – „Jauchzet, frohlocket! Auf, preiset die Tage!“ – mit Pauken, Trompeten und den jubelnden Stimmen der Kantorei an der Liebfrauenkirche wird dieser festliche Auftakt zu Johann Sebastian Bachs Weihnachtsoratorium am 3. Adventssonntag, 14. Dezember, um 17 Uhr erklingen. Wieder einmal nach langer Pause von zehn Jahren: Eigentlich hat Bachs großes Weihnachtswerk in der Frankenberger Kirchenmusik eine feste Tradition mit Aufführungen im Vierjahresrhythmus, doch die letzte, die noch von Kantor Daniel Gärd-



Seit Wochen wird intensiv geprobt: Für das Projekt Weihnachtsoratorium, konnte die Kantorei der Liebfrauenkirche mit ihrem Leiter Nils-Ole Krafft (links) auch neuen Sängerinnen und Sängern gewinnen. FOTO: KARL-HERMANN VÖLKER

onyi geleitet wurde, fand bereits im Dezember 2015 statt.

„Sicherlich sind daran auch die Coronajahre schuld, die einige Zeit ja keine großen Konzerte ermöglichten“, erklärt Bezirkskantor Nils-Ole Krafft, der seit Wochen mit den Sängerinnen und Sängern der Kantorei probt. „Jetzt, nach zehn Jahren, ist es aber mal wieder an der Zeit, das Stück bei uns zu machen!“

Aufgeführt wird in diesem Jahr der erste Teil des Weihnachtsoratoriums mit den Kantaten I bis III. Als Solisten konnten Anna Palupski (Sopran), Va-

nessa Katz (Alt), Daniel Sans (Tenor) und Andreas Drescher (Bass) gewonnen werden. Die Orchestermusiker werden, wie Krafft erläutert, überwiegend Musiker aus dem Raum Kassel kommen.

„Wir haben das Projekt Weihnachtsoratorium auch bewusst zusätzlich für Projektsänger beworben“, fügt er hinzu. „Natürlich in der Hoffnung, dass manche vielleicht einfach in der Kantorei bleiben wollen. Deswegen wird man vielleicht ein paar neue Gesichter im Chor sehen“, freut sich Nils-Ole Krafft. Das Weihnachtsoratorium,

das die Geschichte der Geburt Christi dramatisch und mit bekannten Chorälen erzählt, gehört zu den beliebtesten und am häufigsten gespielten Werken des Komponisten Johann Sebastian Bach (1685-1750). Es ist kein einheitliches, im Ganzen komponiertes Musikstück, sondern besteht aus sechs Kantaten, die Bach 1734 für jeden Feiertag rund um Weihnachten geschrieben hat. Dabei griff er auch auf bereits vorhandene Kompositionen aus anderen Werken zurück, so auch beim Eingangschor, in den er eine Gratulationskantate (BWV 214)

eingearbeitet hat, die er schon mal der sächsischen Fürstin gewidmet hatte. Statt „Jauchzet, frohlocket“ hieß es „Tönet, ihr Pauken, erschallet, Trompeten“. Im gotischen Raum der Liebfrauenkirche werden Jauchzen, Pauken und Trompeten in großer Besetzung hören sein.

Karten für das Weihnachtsoratorium am Sonntag, 14. Dezember, ab 17 Uhr gibt es an der Abendkasse und im Vorverkauf bei der Buchhandlung Jakobi in der Fußgängerzone zu Preisen von 20/15/7 Euro, ermäßigt: 18/13 und 5 Euro.

Edertalschule lädt zur Mint-Messe in Kulturhalle ein

Frankenberg – Unter dem Motto: „Entdecken, Staunen, Mitmachen“, lädt die Edertalschule Frankenberg zur diesjährigen Mint-Messe in die Kulturhalle Frankenberg.

Die Messe ist am Dienstag, 9. Dezember von 16 bis 18 Uhr. Für die Gäste hat der Veranstalter ein spannendes Programm

rund um Mathematik, Naturwissenschaften und Technik (Mint) vorbereitet. Der Eintritt ist frei.

Auf der Agenda stehen laut Ankündigung Vorträge, Aussteller präsentieren Experimente und Projekte aus dem Fachbereich. Besucher haben die Möglichkeit, Schülerarbei-

ten zu bestaunen, mit den jungen Forschenden ins Gespräch zu kommen, heißt es weiter.

Zudem können Schülerinnen und Schüler aus einer Depron-Platte (Modellbauschaum) bei einem Wettbewerb Flieger basteln, die aus der Hand gestartet möglichst weit fliegen müssen. Zusätzliche Hilfsmittel sind

verboten, laut den Veranstaltern sind technisches Verständnis und Geschick gefragt.

Die Teilnahme am Wettbewerb ist noch spontan vor Ort möglich, eine Depron-Platte kostet 0,50 Euro. Es gibt Preise.

Infos: edertalschule.de

nh/vpk

Ankauf Gold & Silber

LEXA

Uhren & Meister-Goldschmiede

Frankenberg
Neustädter Straße 1
Telefon 0 64 51 / 2 29 66

www.juwelier-lexa.de

airvital

Ausstellungsbetten
30% reduziert sowie
25% auf Zubehör

(Spannbettlaken, Wasserkissen)

Öffnungszeiten Di.-Fr. 10-16 Uhr,
Sa. nach telefonischer Vereinbarung
unter 0561 9985690.

Luftkernmatratzen und
Wassermatratzen von Ärzten
empfohlen.

Luft- und Wasserbettzentrum
Airvital e.K.

Lange Wender 4 · D-34246 Vellmar
info@gesundheitsbett.de
www.gesundheitsbett.de

HörPartner
DEIN HÖRGERÄT

HörPartner GmbH
www.hoerpartner.de

KORBACH · 056 31 / 50 16 54

BATTENFELD
064 53 / 211 98 47

GEMÜNDEN

werz

100+
★★★★★

WERZ IMMOBILIEN

www.immowertz.de · 0157 87 179 666

Ihr zuverlässiger Partner
zum Thema Bauen –
Sanieren – Modernisieren

**HOFFMANN
BAU**

Unser Leistungsspektrum:

- Maurer- und Betonarbeiten
- Bagger- und Pflasterarbeiten
- Trockenbau und Umbauarbeiten
- Fliesenlegearbeiten
- Abdichtungsarbeiten
- u. v. m.

Zisselstraße 10
35088 Battenberg-Dodenau
☎ 06452 932276
✉ hoffmannbau11@web.de

www.firma-hoffmann-bau.de

HERREN GESCHENK-IDEEN

Preisvorteile für Sie!

Winterjacken ab **79,99€**

Hemden & Strickpullover ab **39,99€**

Strick-troyer ab **59,99€**

Gutscheine
Perfekt als Weihnachtsgeschenk!

ÖFFNUNGSZEITEN
ADVENTS-SAMSTAGE
09:30 - 18:00 Uhr

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

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

**MODEHAUS
Heinze**

Lob für ganzheitlichen Ansatz

Finger-Haus ist einer der besten Ausbildungsbetriebe Deutschlands

Frankenberg – Beim renommierten Wettbewerb „AusbildungsAss“ hat das Frankfurter Unternehmen Finger-Haus den 3. Platz in der Kategorie Industrie, Handel und Dienstleistungen belegt und zählt damit zu den besten Ausbildungsbetrieben Deutschlands.

Der Preis würdigt Unternehmen, die sich auf besondere Weise für Ausbildungsqualität engagieren. Bewertet werden unter anderem Innovationsgrad, pädagogisches Konzept, Nachhaltigkeit, Praxisnähe, Gesellschaftsbezug und Vorbildcharakter.

Der Wettbewerb läuft seit 1997 und gehört zu den wichtigsten Preisen im Bereich der betrieblichen Ausbildung. Träger sind die Wirtschaftsunionen Deutschland, die Junioren des Handwerks, die Deutsche Industrie- und Handelskammer (DIHK) sowie der Bundesverband der Freien Berufe. Gefördert wird das Projekt vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

Die Jury würdigte insbesondere den außergewöhnlich ganzheitlichen Ansatz der Finger-Haus-Ausbildung und „war beeindruckt von dem klaren Konzept, das nicht nur die Zukunft der Auszubildenden, sondern auch die unserer Gesellschaft und unseres Planeten im Blick hat“, wie Markus Kiss, Referatsleiter Ausbildungs politik und -projekte der DIHK, bei der Preisverleihung in Berlin sagte.

Finger-Haus überzeuge mit einer Ausbildungsphilosophie, die fachliche Qualifikation, persönliche Entwicklung und ökologische Verantwortung miteinander im Ausbildungsalltag verbinde. Ein zentrales Element ist das Projekt „Finger-Forst“, bei dem Auszubildende



Auszeichnung: Finger-Haus wurde am Montag in Berlin als einer der besten Ausbildungsbetriebe Deutschland ausgezeichnet. Das Foto zeigt (von links) Jannik Gasse, Ausbildungsleiter Finger-Haus, Michaela Roth und Lysanne Willstumpf, Ausbildung und Personalentwicklung sowie Medin Jakupovic vom Marketing bei Finger-Haus.

FOTO: FINGER-HAUS/NH

jährlich klimaresiliente Bäume pflanzen und pflegen.

Das Projekt verknüpft Nachhaltigkeit, Forstökologie und praktisches Lernen und wurde als beispielgebend hervorgehoben. Daneben setzt das Unternehmen auf individuelle Förde-

rung, regelmäßige Entwicklungs- und Feedbackgespräche, ein eigenes Programm zur Stärkung von Schlüsselkompetenzen sowie transparente Elternarbeit.

Ausbildungsleiter Jannik Gasse äußerte sich stolz über die

Auszeichnung: „Dieser Preis bestätigt, dass Ausbildung für uns mehr ist als das Vermitteln von Fachwissen. Wir wollen junge Menschen fachlich, persönlich und gesellschaftlich stark machen. Nachhaltigkeit, Verantwortung und Teamgeist gehö-

ren bei uns genauso zur Ausbildung wie Holz, Werkbank oder CAD. Dass wir damit bundesweit überzeugen konnten, macht uns unglaublich stolz.“ Mit derzeit über 90 Auszubildenden in 14 Berufen zählt Finger-Haus zu den größten Aus-

bildungsbetrieben der Region. Der Fertighaushersteller ist klimaneutral zertifiziert, familiengeführt und verwurzelt in Frankenberg/Eder und macht nun auch als Arbeitgeber bundesweit auf sich aufmerksam.

nh/fff

Naturparkführer-Team Kellerwald sucht Verstärkung

Ausbildung im Frühjahr und Sommer 2026 geplant – Hauptaufgabe: Förderung des Umweltbewusstseins

Kellerwald – Zu den Aufgabenschwerpunkten eines Naturparks gehört die Förderung eines breiten Umweltbewusstseins durch Umweltbildung und Öffentlichkeitsarbeit. Diese Aufgabe nehmen derzeit 50 Naturparkführer- und -führerinnen im Naturpark Keller-

wald-Edersee wahr und informieren die Menschen bei festen Terminen und individuell buchbaren Gruppenführungen zum Beispiel über die naturkundlichen, geologischen und geschichtlichen Besonderheiten der Region.

Auch Führungen auf dem

Baumkronenpfad, erlebnispädagogische Module, Fahrradtouren, Wanderungen, kulinarische Führungen und Planwagenfahrten in der Arche-Region bietet der Naturpark unter fachkundiger Leitung an. Einen weiteren Schwerpunkt bildet der Aufbau von Naturpark-Kitas und Naturpark-Schulen und die dafür vorgesehenen Programme der Bildung für nachhaltige Entwicklung. Auch die Jugendherbergen in der Region sind Partner.

Um die hohe Nachfrage nach Naturerlebnisangeboten erfüllen zu können, soll das Naturparkführer-Team vergrößert werden. Daher ist eine Ausbildung zum Zertifizierten Natur- und Landschaftsführer (ZNL) geplant, die voraussichtlich von März bis August 2026 erfolgt. Der Lehrgang findet in Kooperation mit der Naturschutz-Akademie Hessen und deren Vertragspartnern in der Bildungsarbeit statt. Es liegt ein bundesweit abgestimmtes Kon-

zept der Naturschutz-Akademien (banu-akademien.de) zugrunde, das durch Aufbaumodule zur Region Kellerwald sowie Grundlagen nach dem Konzept „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ ergänzt wird.

Kontakt: Interessierte melden sich für die Infoveranstaltung zur Ausbildung, die am 28. Januar 2026 von 19 bis 21 Uhr im DGH Edertal-Giflitz stattfindet, mit Namen und E-Mailadresse bei der Geschäftsstelle des Na-

turparks per Mail (info@naturpark-kellerwald-edersee.de) oder telefonisch (05621 96946-0) an. Bewerbungen für den Lehrgang sind bis 8. Februar möglich (naturpark-kellerwald-edersee.de/znl).

nh/mab

Auf meiner Route bin ich CHEF

die-Zusteller

www.die-zusteller.de

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

- **Frankenberg**
Stadt
Viermünden
- **Frankenau**
Stadt
- **Bromskirchen**
Neuludwigsdorf

(Mindestalter 13 Jahre)

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

Weihnachtsmarkt in Gemünden am 7. Dezember

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€**

Gemünden – Weihnachtliche Stimmung in Gemünden: Rund um die Evangelische Stadtkirche gibt es am Sonntag, 7. Dezember, einen Weihnachtsmarkt, heißt es in einer Mitteilung. Beginn ist um 10.30 Uhr. Der Markt geht bis 19 Uhr.

Regionale Aussteller

Besucherinnen und Besucher erwarten über 20 regionale Aussteller und zahlreiche Musikbeiträge. Für Kinder wird der Nikolaus zu Gast sein und Ge-

schenke verteilen.

Programm in der Kirche:

10.30 Uhr Ökumenischer Gottesdienst,
 13 Uhr Männergesangverein Langendorf,
 14.30 Uhr Posaunenchor Gemünden,
 15.30 Uhr Kita Wolkenland.
Programm auf dem Markt:
 11.15 Uhr Posaunenchor Grünen/Mohnhausen,
 14.00 Uhr Musikzug Feuerwehr Gemünden,
 16.30 Uhr Nikolaus.

nh/jbe

HEIMAT NACHRICHTEN
FRANKENBERG

nh-wochenzeitungen.de
IMPRESSUM

Herausgeber:
NHV Verlag GmbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV: Frank Schmidt

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-Str. 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. 4b vom 15.10.2025

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.

„Staat muss reformiert werden“

Thomas de Maizière sprach vor Mitgliedern der Waldeck-Frankenger Bank

Korbach – „Herausforderungen, Chancen und Zukunft“: Unter diesem Motto stand ein Austausch, zu dem die Waldeck-Frankenger Bank mehr als 600 ihrer Mitglieder in der Korbacher Stadthalle begrüßte. Als besonderer Gast referierte Thomas de Maizière, Bundesminister a. D. und ehemaliger Chef des Bundeskanzleramtes. Der Dialog eröffnete den Gästen zugleich einen Blick auf neue Perspektiven.

Mit seiner langjährigen Erfahrung und klaren Analysen gab de Maizière den Teilnehmern wertvolle Einblicke in politische und gesellschaftliche Entwicklungen. „Der Staat ist nicht für alles verantwortlich und muss reformiert werden. Sicherheit im Sinne von alten Gewissheiten wird es nicht mehr geben“, sagte der 71-Jährige, der unter der damaligen Kanzlerin Angela Merkel auch noch Bundesverteidigungsminister und Bundesminister für besondere Aufgaben war.

Ebenso bereichernd war der Vortrag von Souad Benkredda, Vorständin der DZ BANK, dem Spitzeninstitut der Volksbanken Raiffeisenbanken. Sie beleuchtete die aktuellen wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Herausforderungen aus einer internationalen Perspektive und überzeugte durch ihre



Dialog mit viel Tiefe: Thomas de Maizière (2. von links) und Souad Benkredda waren Gastredner bei der Waldeck-Frankenger Bank. Zu sehen sind auf dem Bild außerdem Bank-Vorstand Dennis Patzwaldt (links) sowie die Vorstandsvorsitzenden Mario Seitz und Carsten Hohmann (rechts). FOTO: PR

nahbare und kompetente oder der privaten Altersversicherung. Man benötige eine andere Kapitalmarktkultur in Deutschland und der Gesellschaft“, sagte Souad Benkredda. Im Anschluss diskutierten die Gäste gemeinsam mit Mario Seitz und Carsten Hohmann, den beiden Co-Vorstandsvorsitzenden der Waldeck-Frankenger Bank, über die Auswirkungen dieser Entwicklungen auf die Region und die Rolle der Bank als Finanzinstitut und Gemeinschaft. red

Adventliche Musik und Poesie

Konzert am 14. Dezember in Sachsenberg

Sachsenberg – Das Nordhessen-Blech-Ensemble gestaltet mit „Vom Warten“ ein unkonventionelles Adventskonzert, das Musik und Texte rund um Zeit und Erwartung verbindet. Die evangelische Kirchengemeinde Sachsenberg lädt dazu

für Sonntag, 14. Dezember, ab 17 Uhr in die evangelische Kirche Sachsenberg ein.

Das Nordhessen-Blech-Ensemble ist das Blechbläsersextett des Posaunenwerks der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck und steht unter

der musikalischen Leitung von Landesposaunenwart Andreas Jahn.

Der Eintritt ist frei. Die Besucher werden jedoch um Spenden für die Sanierung der Sachsenberger Kirche gebeten. red



Das Nordhessen-Blech-Ensemble mit (von links) Andreas Jahn, Birgit Götz, Holger Masche, Kathrin Rappe, Andreas Walendy, Sarah Sapp und Jürgen Römer. FOTO: NH

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

Star-
THEATER
LITERATUR & MUSIK

Bad Wildungen

19.30 Uhr,
Wandelhalle Bad Wildungen

MONTAG, 29.12.2025

MR. ROD

THE NO.1 ROD STEWART SHOW

Eine mitreißende Tribute-Show voller Erinnerungen mit Live-Band und den unvergesslichen Songs von Rod Stewart.

80 YEARS OF ROD STEWART 2025

PROGRAMM 2026

16. MAI
BERTA,
DAS EI IST HART!

10. APRIL
DER VORNAME

17. OKTOBER
EINGESCHNEIT

29. DEZEMBER
CHRISTINA ROMMEL
SCHOKOLADE - DAS KONZERT

Tickets: Touristinfo BW
Infos & Abos:
05621-9656713

INFOS UND TICKETS ONLINE:
WWW.BAD-WILDUNGEN.DE

Altgold und -silber ist Geld wert!

Ankauf von:
Altgold - Brillantschmuck - Zahngold - Bruchgold - Goldbarren - Silber - Gold- und Silbermünzen - Silberbestecken (auch versilbert)

Sofort Bargeld!

Goldankauf Gabriel
Neustädter Straße 27 (Fußgängerzone)
35066 **Frankenberg**
Tel. 0 64 51 / 2 30 81 00
Mo.-Fr. 10.30-16.00 Uhr

Mit klassischen und poppigen Arrangements

Das Ensemble Kassel Brass lädt zum Weihnachtskonzert in die Kirche Ernsthausen

Ernsthausen – Mit einem vorweihnachtlichen Konzert ist das über Nordhessen hinaus bekannte Ensemble Kassel Brass am 2. Adventssonntag, 7. Dezember, ab 18 Uhr in der evangelischen Kirche von Ernsthausen zu Gast.

Zum Kreis der Bläser und Bläserinnen gehört auch der aus Ernsthausen stammende Bernd Trusheim (Trompete), ehemaliger Kreisposaunenwart im Kreis Frankenberg, der als Besonderheit bei dem Gastspiel des Ensembles das Konzert in der Mundart seines Heimatdorfes moderieren und damit den Einsatz des Heimat- und Kulturvereins Ernsthausen zur Pflege des historischen Dialekts unterstützen möchte.

Das Ensemble Kassel Brass gibt es seit 1984. Ursprünglich als „Kasseler Blechbläserensemble“ gegründet, lag der musikalische Schwerpunkt zunächst auf klassischen Werken, alten Spielmusiken und konzertanten Stücken. In den vergangenen 40 Jahren wurde das Repertoire um zeitgenössische Kompositionen bis hin zu Arrangements aus Jazz und Pop erweitert.

Auch das aktuelle Weihnachtsprogramm bietet Beispiele für dieses breite Spektrum. Dargeboten werden in Ernsthausen meist große zehnstimmige Arrangements, teils mit Schlagwerk. Erklungen soll eine bunte Mischung mit klassischen und modernen Kompositionen von Georg Friedrich Händel („Einzug der Königin von Saba“), europäischen Weihnachtsliedern (wie „Gloria in



Weihnachtsbotschaft mit blitzenden Blechinstrumenten: In der evangelischen Kirche Ernsthausen treten die Instrumentalisten des bekannten Ensembles Kassel Brass am Sonntag, 7. Dezember, auf. FOTO: REPRO ZVE

Excelsis Deo“ und „Hört der Engel helle Lieder“) sowie jazzig-poppigen Arrangements wie „Santa Baby“.

Info: Das Weihnachtskonzert von „Kassel Brass“ beginnt in der evangelischen Kirche von Ernsthausen um 18 Uhr. Der

Eintritt ist frei, um eine Spende zur Deckung der Kosten wird gebeten.

zve

Vorträge rund um Psyche und Seele

Vitos-Experten stehen in Korbach, Bad Wildungen und Frankenberg Rede und Antwort

Waldeck-Frankenberg – Mit einer Vortragsreihe informiert Vitos Haina über psychische Erkrankungen und ihre Behandlung. Fast jeder dritte Erwachsene leidet jährlich unter einer psychischen Erkrankung – mal weniger, mal mehr schwerwiegend. Angststörungen, Depressionen und Störungen durch Alkohol- oder Medikamentengebrauch zählen zu den häufigsten Krankheitsbildern, heißt es dazu in der Ankündigung. „Doch fast alle psychischen Erkrankungen sind gut zu behandeln. Mit der richtigen Therapie verbessert sich auch das Befinden erheblich“, betont Vitos. „Als großer Gesundheitsanbieter in der Region sind wir mit unseren Kliniken, Tagesklimiken und Ambulanzen sowie den Therapiemöglichkeiten in den eigenen vier Wänden nahe an den Menschen“, sagt Geschäftsführer Dr. Philipp Kirchner. Aber noch immer koste vielen Patienten der Gang zum Arzt oder Psychologen Überwindung.“

Die Vortragsreihe „Psyche und Seele“ solle helfen, Menschen diesen Gang zu erleichtern oder sich erst einmal ganz allgemein zu informieren. „Unsere Experten richten den Fokus auf Themen, zu denen es nach unserer Erfahrung einen großen Redebedarf in der Bevölkerung gibt“, sagt Prof. Dr. Florian Metzger, Ärztlicher Direktor der Vitos Klinik für

Psychiatrie und Psychotherapie Haina (KPP).

Im Anschluss an die etwa 45-minütigen Vorträge besteht die Möglichkeit, mit den Referentinnen und Referenten ins Gespräch zu kommen. Das Programm im Überblick:

Montag, 8. Dezember, 19 Uhr: Demenz und Alzheimer: Was wir heute wissen – und was wir tun können – Frankenberg, Gemeindehaus an der Liebfrauenkirche. Referent: Prof. Dr. Florian Metzger, Ärztlicher Direktor der KPP. Demenz gehört zu den häufigsten altersbedingten Erkrankungen und stellt Betroffene wie Angehörige vor große Herausforderungen. Im Vortrag wird erklärt, was unter Demenz und Alzheimer genau zu verstehen ist und wie die Diagnose gestellt wird. Ursachen und Risikofaktoren werden genauer beleuchtet, außerdem aktuelle Behandlungsmöglichkeiten und Unterstützungsangebote vorgestellt.

Montag, 19. Januar 2026, 19 Uhr: Zwangsstörungen – wenn der Wunsch nach Kontrolle das Leben bestimmt - Bad Wildungen, Martin-Luther-Haus. Referentin: Dr. Svenja Kräling, Leitende Psychologin der KPP. Ist der Herd aus? Habe ich die Tür abgeschlossen? Der Wunsch nach Kontrolle und Sicherheit ist ein ur-menschliches Bedürfnis. Doch was passiert, wenn vermeintliche Schutzstrategien

en selbst außer Kontrolle geraten? Wenn sorgenvolle Gedanken nicht mehr stillstehen und Ängste unseren Alltag bestimmen? In diesem Vortrag geht es um den schmalen Grat zwischen gesundem Kontrollbedürfnis und einer ausgeprägten Zwangserkrankung. Die Expertin erläutert, wie sich eine Zwangsstörung entwickelt, welche Faktoren diese beeinflussen und was man dagegen tun kann.

Montag, 2. Februar 2026, 19 Uhr: Familienwohnen – ein Zuhause in Begleitung - Bad Wildungen, Martin-Luther-Haus. Referentin: Claudia Dondalski, Teamleitung Familienwohnen/Betreutes Wohnen der Vitos Begleitende psychiatrische Dienste. Das begleitete Wohnen in Familien als Betreuungsform richtet sich an Menschen, die aufgrund einer psychischen Erkrankung individuelle Hilfen benötigen und sich vorstellen können, in einer Familie zu leben. Hier werden sie in den Bereichen Wohnen, Haushalt und

Teilnahme am gesellschaftlichen Leben unterstützt. Der familiäre Rahmen ermöglicht Anschluss, vermittelt Zugehörigkeit und stärkt Fähigkeiten bei der Alltagsbewältigung und im sozialen Miteinander. Gastfamilien erhalten eine Aufwandsentschädigung.

Montag, 2. März 2026, 19 Uhr: Trauer und Depression – Ähnliche Symptome, verschiedene Krankheitsbilder - Frankenberg, Gemeindehaus an der Liebfrauenkirche. Referent: Dr. Tobias Krusche, Stellvertreter der Ärztlichen Direktor der KPP. Bei Trauernden und bei Depressiven ist die gedrückte Stimmungslage symptomatisch. Trauer ist jedoch eine normale Reaktion auf einen schwerwiegenden Verlust. Dies kann ein geliebter Mensch sein, der Verlust von Gesundheit, Arbeitsplatz, Beziehung oder Hoffnungensträumen. Im Gegensatz

Hintergrund

In der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Haina behandeln multiprofessionelle Teams alle psychischen Erkrankungen bei Erwachsenen in allen zugelassenen Sektoren. Vollstationär erfolgt die Behandlung am Standort Haina auf sieben Schwerpunktstationen, teilstationär in Tagesklimiken in Korbach und Bad Wildungen und integriert teilstationär in Haina. Mit den stationsäquivalenten Behandlungsangeboten (StäB) werden Menschen mit einer akuten psychischen Erkrankung nicht in der Klinik, sondern in ihren eigenen vier Wänden therapiert. Die drei StäB-Teams, Vitos Behandlung Zuhause Korbach, Frankenberg und Bad Wildungen, versorgen das Einzugsgebiet flächendeckend. Die psychiatrischen Ambulanzen in Haina, Korbach, Frankenberg und Bad Wildungen ergänzen das Behandlungsangebot im ambulanten Bereich und sind auch aufsuchend tätig.

zur Trauer ist Depression eine Erkrankung, die viele Menschen trifft und oft erst spät erkannt wird. Dr. Tobias Krusche erklärt Therapiemöglichkeiten, den Ablauf der Behandlung mit Psychotherapie und Medikamenten und wie Betroffene mit einfachen Möglichkeiten sie abschwächen können.

Montag, 9. März 2026, 19 Uhr: Angst und Zwang aus medizinischer Sicht – Korbach, Bürgerhaus. Referent: Hanno De Convent, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Vitos Psychiatrische Ambulanz Korbach. Angst gehört zum Leben – doch was passiert, wenn sie überhandnimmt oder sich in Zwangsgedanken und -handlungen äußert? In diesem Vortrag erfahren Interessierte, wie Angst- und Zwangsstörungen entstehen, wie sie sich äußern und welche Behandlungsmög-

lichkeiten es gibt. Ärztliche Fachkenntnisse werden verständlich erklärt und mit praktischen Beispielen ergänzt.

Donnerstag, 19. März 2026, 19 Uhr: Trauma erkennen, verstehen, behandeln – Korbach, Bürgerhaus. Referentin: Christiane Unger, Ärztliche Leiterin der Tagesklinik und Behandlung Zuhause Korbach. Eine traumatisierende Kindheit hinterlässt ihre Spuren im heutigen Leben. Schwierigkeiten im Umgang mit Gefühlen und in der Beziehungsgestaltung erschweren den Alltag bis hin zur Erschöpfung. Dabei ist doch jetzt alles gut! Wie kann man das verstehen? Es wird in dem Vortrag nicht um traumatische Inhalte gehen, vielmehr um deren Auswirkungen, die Reaktionen im Gehirn und die daraus resultierende Beeinflussbarkeit.

nh/mab

Wettermuseum: Vortrag über das Nördlinger Ries

Schreufa – Das Wettermuseum in Schreufa, Kirchbergweg 9, ist am Sonntag, 7. Dezember, von

14 bis 17 Uhr geöffnet. Gezeigt wird ein Beitrag mit dem Thema: Das Nördlinger

Ries. In der Schwäbisch-Fränkischen Alb erkennt man aus großer Höhe eine kreisrunde circa

25 Kilometer große Vertiefung. Wie ist sie vor circa 15 Millionen Jahren entstanden? Ein Vulkan-

ausbruch oder ein Asteroideneinschlag? Das werden die Gäste in einem Vortrag erfahren.

Im Anschluss gibt es Kaffee und selbst gebackenen Kuchen.

nh/off

Zwischen Fürsorgepflicht und Arbeitsvertrag

Kind krank: Was berufstätige Eltern wissen müssen

Wenn Kita oder Schule anrufen, das Kind die ganze Nacht gefiebert hat oder über Bauchweh klagt, bekommen es Väter und Mütter oft mit der Angst zu tun. Wer soll jetzt das Kind versorgen? Ist die Familie nicht zur Stelle bleibt oft nur einer oder eine übrig: man selbst. Welche Rechte habe ich jetzt in diesem Fall als Arbeitnehmer? Fragen und Antworten.

Habe ich Anspruch auf Freistellung von der Arbeit, wenn mein Kind krank ist?

Berufstätige Eltern haben Anspruch darauf, sich von der Arbeit freistellen zu lassen, wenn ihr Kind erkrankt ist und Betreuung benötigt. Das ergibt sich aus dem Sozialgesetzbuch (SGB; Fünftes Buch, Paragraph 45). Der Arbeitgeber zahlt im Falle der Erkrankung eines Kindes das Arbeitsentgelt weiter, sofern dies nicht im Arbeits- oder Tarifvertrag ausgeschlossen ist. Die Dauer der Fortzahlung richtet sich nach den Umständen des Einzelfalls. „Sie beträgt in der Regel maximal fünf Arbeitstage“, sagt die Kölner Fachanwältin für Arbeitsrecht, Nathalie Oberthür.

Und wann gibt es Kinderkrankengeld?

Stellt der Arbeitgeber Beschäftigte wegen der Erkrankung des Kindes von der Arbeit frei, aber zahlt aufgrund vertraglicher Vereinbarungen das Entgelt nicht weiter, zahlt die gesetzliche Krankenkasse dem jeweiligen Mitglied Kinderkrankengeld. Endet die Entgeltfortzahlung des Arbeitgebers, zahlt die Krankenkasse ab dem Folgetag, sofern die gesetzliche Höchstanspruchsdauer nicht erreicht ist.

Voraussetzungen für das Zahlen von Kinderkrankengeld ist laut einer Sprecherin des GKV-Spitzenverbandes, dass das erkrankte Kind jünger als zwölf Jahre oder behindert und auf Hilfe angewiesen ist und keine andere im Haushalt lebende Person die Pflege übernehmen kann. Zudem muss nach Angaben einer Sprecherin des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) eine ärztliche Bescheinigung die Krankheit

beim Kind und die notwendige Beaufsichtigung, Betreuung oder Pflege des Sprosslings bezeugen.

Wie hoch ist das Kinderkrankengeld?

Das Kinderkrankengeld beträgt laut Bundesministerium für Gesundheit in der Regel 90 Prozent des ausgefallenen Nettoarbeitsentgelts.

Was gilt für Berufstätige, die privat krankenversichert sind?

Privatversicherte, die im Fall ihres erkrankten Kindes unter zwölf Jahren von der Arbeit freigestellt werden, haben dann einen Anspruch auf Entgeltfortzahlung seitens des Arbeitgebers, wenn dies im individuellen Arbeits- oder im geltenden Tarifvertrag auch so vorgesehen ist.

Zahlt der Arbeitgeber das Entgelt nicht weiter, kommen Mitglieder der privaten Krankenversicherung (PKV) nicht automatisch in den Genuss von Kinderkrankengeld. Einige PKV-Tarife sehen jedoch eine vergleichbare Leistung vor, wie ein Sprecher des Verbands der Privaten Krankenversicherung sagt. Es kommt also darauf an, für welchen Tarif sich Privatversicherte entschieden haben.

Wie lange darf ich zu Hause bleiben?

Pro Jahr gibt es der GKV-Sprecherin zufolge eine Höchstgrenze für Kinderkrankentage. Für 2025 gilt: Jedes in der gesetzlichen Krankenversicherung versicherte Elternteil hat pro Jahr und versichertem Kind jeweils 15 Arbeitstage Anspruch auf Kinderkrankengeld. Mütter oder Väter, die alleinerziehend sind, stehen pro Jahr und Kind 30 Arbeitstage zu. Bei mehreren Kindern steigt die Anspruchsdauer entsprechend.

Insgesamt können Mütter und Väter im Jahr jeweils maximal 35 Arbeitstage als Kinderkrankentage in Anspruch nehmen, Alleinerziehende höchstens 70 Arbeitstage. Die Kinderkrankengeldtage-Regelung für 2025 soll im gleichen Umfang auch für 2026 gelten.

Kann mein Partner mir offene Tage übertragen, wenn ich mein Kontingent überschritten habe?

Eine solche Übertragung ist laut der GKV-Sprecherin grundsätzlich möglich, wenn der eigene Anspruch bereits ausgeschöpft ist und dem anderen gesetzlich Versicherten eine Freistellung von der Arbeit nicht möglich ist. Das muss man allerdings mit dem Arbeitgeber abstimmen, da er zu einer erneuten Freistellung von der Arbeit Ja sagen muss.

Gibt es auch halbe Kinderkrankentage? Und was gilt, wenn ich in Teilzeit arbeite?

„Eine teilweise Freistellung aufgrund der Erkrankung eines Kindes ist gesetzlich nicht vorgesehen“, so die Sprecherin des GKV-Spitzenverbandes. Auch wenn jemand Teilzeit arbeitet, besteht dadurch nicht mehr und nicht weniger Tage Anspruch auf Kinderkrankengeld.

Was tun ohne ärztliches Attest oder wenn kein Kinderarzt verfügbar ist? Kann ich mit meinem Kind auch zur Allgemeinärztin?

Um den Anspruch auf Kinderkrankengeld geltend zu machen, ist eine ärztliche Bescheinigung ein Muss, wie die Sprecherin des GKV-Spitzenverbandes sagt. Demnach ist die Notwendigkeit der Beaufsichtigung, Betreuung oder Pflege wegen der Erkrankung des Kindes ärztlich zu bescheinigen. „Es ist nicht erforderlich, dass das ärztliche Attest von einem Kinderarzt oder einer Kinderärztin ausgestellt wird“, so die Sprecherin.

Was passiert, wenn mein Kind krank ist und ich mich einfach selbst krankmelde?

Ein Arzt darf nach Angaben der BMG-Sprecherin eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung nur ausstellen, wenn der oder die Versicherte selbst krankheitsbedingt nicht arbeiten kann. Eine Arbeitsunfähigkeit liegt nicht im Fall einer Beaufsichtigung oder Pflege eines erkrankten Kindes vor. tmm



Wenn das Kind krank ist, ist der Wunsch nach Nähe von Mama und Papa oft besonders groß. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA



ASKLEPIOS
KLINIKEN BAD WILDUNGEN

informiert

Medizin trifft Innovation

Neuro Pflege Campus: Asklepios Fachklinik Fürstenhof sucht Pflegefachkräfte für neues Projekt

Bad Wildungen. Mit dem Neuro Pflege Campus entsteht in der Asklepios Fachklinik Fürstenhof gerade etwas Einzigartiges: Neurologische Spitzenpflege mit internationaler Zusammenarbeit. Das Ziel dabei ist es, Menschen auf ihrem Weg zurück ins Leben zu begleiten und gleichzeitig Pflegefachkräfte aus der ganzen Welt beim Einstieg in das deutsche Pflegesystem zu unterstützen. Für dieses wegweisende Projekt werden Pflegefachkräfte gesucht, die den Aufbau begleiten und mitgestalten sowie ihr Wissen, ihre Ideen und viel Herz einbringen wollen.

Die Asklepios Fachklinik Fürstenhof ist eine spezialisierte Klinik für Neurologie und medizinische Psychosomatik mit 186 Betten. Hier laufen Früh- und Anschlussrehabilitationen, Heilverfahren und integrierte Versorgungsmodelle auf einem sehr hohen medizinischen Niveau. Moderne Diagnose- und Therapieverfahren treffen dabei auf ein erfahrenes Team, das für Qualität und Verlässlichkeit steht.

Damit die Klinik auch in Zukunft gut aufgestellt bleibt, setzt sie zusätzlich auf internationale Pflegekräfte. Da deren Ausbildung in Deutschland anerkannt werden muss, kommt der Neuro Pflege Campus ins Spiel. Er verbindet praktische Einsätze in der neurologischen Pflege mit gezielten Theorieeinheiten, die in den Dienstalltag integriert werden. Sobald das Sprachlevel B2 erreicht ist, starten drei kompakte Schulungsblöcke zur Prüfungsvorbereitung. Am Ende steht ein vollwertiges dreijähriges Examen.



Kompetenz und Empathie: Am Neuro Pflege Campus werden internationale Pflegekräfte auf ihrem Weg unterstützt. Fotos: Asklepios

Wissen weitergeben und Kollegen unterstützen

Für den Aufbau des Neuro Pflege Campus werden Pflegefachkräfte gesucht, die über fachliche Kompetenz verfügen und idealerweise erste Erfahrungen in der neurologischen Pflege oder Frührehabilitation mitbringen. Ebenso wichtig ist eine wertschätzende und empathische Haltung gegenüber Menschen aus unterschiedlichen Kulturkreisen sowie Interesse an der Begleitung neuer Kollegen. Der Aufgabenbereich umfasst die aktivierende Pflege und fachgerechte Versorgung der Patienten sowie die Förderung ihrer Wahrnehmung, Mobilität und Selbstständigkeit in der neurologischen Frührehabilitation. Zusätzlich beinhaltet die Tätigkeit die Anleitung und Unterstützung internationaler Pflegekräfte während ihrer Anerkennungsphase. Dazu zählen die Planung, Durchführung und Reflexion praktischer Lerneinheiten in enger Zusammenarbeit mit dem Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen. Auch die Weiterentwicklung pflegerischer Konzepte und Schulungsinhalte im Neuro Pflege Campus spielt eine wichtige Rolle und trägt dazu bei, die hohe Pflegequalität der Klinik zu sichern. „Das neue Projekt

eröffnet Pflegefachkräften die Möglichkeit, aktiv am Aufbau eines innovativen Konzepts mitzuwirken, internationale Kollegen zu begleiten und ihr eigenes fachliches Wissen weiterzugeben. Dabei entstehen wertvolle Erfahrungen, enge Teamarbeit und die Chance, die neurologische Pflege in Deutschland zukunftsweisend mitzugestalten“, so Maria Mierswa, Integrationsbeauftragte und Praxisanleiterin. Sie ergänzt: „Ich freue mich auf viele Bewerberinnen und Bewerber!“

Zahlreiche Perspektiven und viele Benefits

Insgesamt bietet die Fachklinik Fürstenhof ein umfangreiches Leistungsangebot und viele Benefits: Dazu gehören ein unbefristetes Arbeitsverhältnis, eine leistungsgerechte Vergütung inklusive attraktiver Zulagen und umfassender Sozialleistungen, eine betriebliche Zusatzversorgung sowie eine vom Arbeitgeber geförderte Klinik-Rente. Für die persönliche Weiterentwicklung stehen zahlreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten mit weitgehender Kostenübernahme durch die Klinik zur Verfügung. Weiterhin bietet Asklepios attraktive Vergünstigungen, etwa im Fitness-Studio, beim Job-Rad sowie Mitarbeiter-Rabatte in vielen Onlineshops.

Rückfragen und Bewerbungen
Maria Mierswa
Integrationsbeauftragte und
Praxisanleiterin
Telefon: 0160-91441728
m.mierswa@asklepios.com



Um Kinderkrankengeld zu erhalten braucht es eine ärztliche Bescheinigung.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA



Hat immer ein offenes Ohr: Integrationsbeauftragte und Praxisanleiterin Maria Mierswa (links) im Gespräch mit Somsab Poolomkhao aus Thailand.

Energiepreise sinken

Wann sich ein Wechsel lohnt

Wissen Sie, was Sie aktuell für Strom und Gas bezahlen? Falls nicht, lohnt sich womöglich ein Blick in die letzte Abschlagsrechnung oder in die Vertragsmodalitäten. Denn zum Jahreswechsel purzeln dem Vergleichsportale Verivox zufolge bei vielen Anbietern die Preise. Darum sollte, wer im kommenden Jahr noch immer mehr als 40 Cent je Kilowattstunde für Strom oder mehr als 11 Cent je Kilowattstunde für Gas (alle Zahlen inklusive Grundpreis) bezahlt, über einen Wechsel nachdenken.

Verivox zufolge bieten regionale Stromanbieter derzeit Laufzeittarife zu einem Preis

von durchschnittlich rund 33,95 Cent je Kilowattstunde an. Wer sich nach einem überregionalen Versorger umschaut, kann derzeit im bundesweiten Schnitt sogar nur mit rund 23,73 Cent je Kilowattstunde rechnen.

Für die Kilowattstunde Gas verlangen regionale Gasversorger der Verivox-Auswertung zufolge derzeit etwas mehr als 11,20 Cent. Die günstigsten Angebote der überregionalen Gasversorger dagegen liegen im Bundesdurchschnitt bei nur rund 8,64 Cent je Kilowattstunde.

Kundinnen und Kunden, die sich in der Grundversorgung ei-



Viele Energieanbieter senken zum Jahreswechsel die Preise: Ein Tarifvergleich kann bares Geld sparen. FOTO: UWE ZUCCHI/DPA

nes Strom- oder Gasanbieters befinden, können mit einer Kündigungsfrist von zwei Wochen zu einem anderen Anbieter wechseln. Einen Sondertarif können Verbraucherinnen und Verbraucher nach Ablauf der Mindestvertragslaufzeit – die in der Regel bei 12 oder 24 Monaten liegt – mit einer Frist von einem Monat kündigen.

Erhöht der aktuelle Anbieter die Preise, können Kundinnen und Kunden zudem von ihrem Sonderkündigungsrecht Gebrauch machen, über das der Versorger informieren muss. Darauf weist die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz hin.

dpa

Anzeigensondervöffentlichung | 6. Dezember 2025

ANBAU EDEKA BATTENBERG - Baureportage



- Geländer
- Balkonanlagen
- Treppenbau

35088 Battenberg
Biedenkopf Straße 35
Telefon 06452 9397010

www.metallbau-ammenwerth.de

Weit mehr als ein Einkaufsort

Edeka in Battenberg präsentiert neuen Anbau mit Getränkemarkt

Wenn Gregor Welker durch seinen neuen Getränkemarkt geht, klingt in jedem seiner Sätze Stolz mit. „Das ist ein Traum, den ich mir hier geschaffen habe“, sagt der 48-Jährige und blickt auf das, was in den vergangenen Monaten entstanden ist: Ein moderner, großzügiger Anbau, der den Edeka-Markt in

Battenberg nun auf eine Gesamtfläche von rund 2000 Quadratmetern wachsen lässt.

Der Weg dorthin begann vor den ich mir hier geschaffen habe“, sagt der 48-Jährige und blickt auf das, was in den vergangenen Monaten entstanden ist: Ein moderner, großzügiger Anbau, der den Edeka-Markt in Battenberg nun auf eine Gesamtfläche von rund 2000 Quadratmetern wachsen lässt. Der Weg dorthin begann vor Jahrzehnten. Damals, als der Edeka-Markt noch in der Hauptstraße lag und gerade einmal 400 Quadratmeter Verkaufsfläche hatte, absolvierte Welker dort mit 16 Jahren seine Ausbildung. „Seit 32 Jahren bin ich bei Edeka in Battenberg. Ich habe nie etwas anderes gemacht“, erzählt er – und man merkt, dass für ihn der Markt weit mehr ist als nur ein Arbeitsplatz. 2018 wagte Welker den großen Schritt und eröffnete am Stadtrand einen komplett neuen Edeka-Supermarkt mit 1400 Quadratmetern. Doch damit war seine Vision noch nicht abgeschlossen. Im April dieses Jahres folgte der nächste Meilenstein: Der Spatenstich für einen weiteren Anbau – einen eigenen Getränkemarkt mit 510 Quadratmetern. Kurz vor Weihnachten ist das Projekt nun so gut wie abgeschlossen.

Alle Abteilungen haben profitiert

„Von dem Anbau haben auch alle anderen Abteilungen profitiert“, berichtet Welker. Neue Kassen kamen hinzu, die Tiefkühlabteilung wurde erweitert – alles wirkt offener, moderner, kundenfreundlicher. Im neuen Getränkemarkt finden Kundinnen und Kunden alles, was das Herz begehrt: Mineralwasser, Säfte, Schorlen, Limonaden, Weine und Spirituosen. Beson-



Vielfalt an Biersorten: Marktleiter Gregor Welker in seinem neuen Getränkeladen in Battenberg mit verschiedenen Biersorten in der Hand. FOTO: MJX



Bestens sortiert: Der neue Getränkeladen von Gregor Welker ist bestens sortiert. Es gibt Bier und Säfte, Mineralwasser, Eistee, Schorle, Limonade sowie Weine und Spirituosen. FOTO: MJX

ders stolz ist Welker auf die enorme Auswahl an Bieren: „Wir haben 300 Biersorten im Angebot“, sagt er – von regiona-

lem Bosch-Bier bis hin zu bayerischen Klassikern wie Tegernseer oder Chiemseer Helles. Bald soll es sogar Fassbier geben. Bereits jetzt gibt es eine Kühlzelle mit vorgekühlten Ge-

tränken. Auch Liebhaber hochwertiger Spirituosen kommen auf ihre Kosten. Rund 60 Whiskysorten stehen im Regal, darunter der vielfach ausgezeichnete Glenfiddich Single Malt Scotch Whisky. Drei Leergutautomaten sorgen zudem für schnellen Service.

1,8 Millionen Euro flossen durch einen Investor allein in den Anbau des Getränkemarktes. Weitere 1,1 Millionen Euro investierte Welker selbst – unter anderem in moderne Kühl- und Bedienungstechniken, eine neue Kassenanlage und ein überarbeitetes Ladenkonzept. Mit dem Ausbau wuchs auch das Sortiment kräftig: Statt 21.000 Artikeln bietet der Markt nun rund 25.000 Produkte an. Rund 70 Mitarbeitende beschäftigt Welker mittlerweile an der Marburger Straße. Für ihn ein starkes Team, mit dem er gerne in die kommenden Jahre geht. „Damit sind wir erstmal gut gerüstet“, sagt er. Wenn sich die positive Entwicklung fortsetzt, könne er sich gut vorstellen, das Team weiter zu vergrößern.

Ein Stück Stadtgeschichte

Der Edeka-Markt in Battenberg ist heute weit mehr als ein Einkaufsort – er ist ein Stück Stadtgeschichte. Und Gregor Welker ist einer, der sie seit über drei Jahrzehnten mitschreibt. Mit dem neuen Getränkemarkt setzt er ein weiteres Kapitel obendrauf – modern, großzügig, zukunftsorientiert. Ein Traum, der der Wirklichkeit geworden ist.

mjx

Wir ♥ Lebensmittel.

Herzlich Willkommen

in Ihrem "neuen"
EDEKA-Markt Welker
in Battenberg

EDEKA-Markt Welker - Hopfenacker 1 - 35088 Battenberg

www.berge-bau.de

Mehrwert für EDEKA
in moderner
Architektur

Dafür haben wir Berge versetzt. Wir bedanken uns bei unserem Auftraggeber, allen Partnern, Handwerkern und Mitarbeitern für die gute Zusammenarbeit im Rahmen des Erweiterungsprojekts für EDEKA in Battenberg. Herzlichen Dank an den Bauherren für das uns entgegen gebrachte Vertrauen.



Wir führten die Dachdeckerarbeiten aus.

Jhr Partner fürs Dach! ...seit 1878
WEIGEL
Dach-, Wand-, Abdichtungstechnik
& Kranverleih

Auf dem Krummacker 8 · 35216 Biedenkopf-Wallau
☎ 06461 8103 · www.weigel-bedachungen.de

Herzlichen Glückwunsch zur Neueröffnung!

STAHL- UND METALLBAU
SCHÖNHUT

34576 Homberg (Efze) · Ostpreußenweg 2
Telefon 05681 2312 · Telefax: 05681 6656

UNSERE LEISTUNGEN:

- Fassaden
- Fenster und Türen
- Brandschutzelemente
- Automatiktüranlagen
- Garagentore
- Geländer

Wir beraten Sie gerne. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.
info@schoenhut.de - www.schoenhut.de

Schwere Lider und Tunnelblick

Müde am Steuer: Warnzeichen erkennen, Unfälle vermeiden

Gerade frühmorgens im Dunkeln auf dem Weg zur Arbeit, nach einer sehr unruhigen Nacht oder auf langen monotonen Fahrten sind Autofahrer nicht selten von Müdigkeit geplagt. In der Winterreisesaison kommt beides zusammen: An trüben Dezembertagen wird es vermeintlich gar nicht richtig hell. Die Risiken einer Übermüdung oder gar eines Sekundenschlafes sollte man dabei nicht unterschätzen.

Denn wer müde am Steuer sitzt, kann sich schlechter konzentrieren, reagiert langsamer und überschätzt sich häufig selbst – wodurch die Unfallgefahr steigt. Darüber informiert der ADAC Hessen-Thüringen. Die Unfallforscher vom ADAC stellen fest: bei Unfällen wegen plötzlicher Müdigkeit und Sekundenschlaf kommen Fahrer oft bei hohem Tempo von der Straße ab oder geraten in die Gegenfahrbahn, weshalb es bei diesen Unfällen überproportional oft Tote und Schwerverletzte gibt.

Diese Warnzeichen sollten Fahrer ernst nehmen

Dass Fahrer Müdigkeitsanzeichen ernst nehmen sollten, zeigt auch dieser Vergleich: Wer seit 17 Stunden wach ist, ist in seiner Fahrtauglichkeit bereits in etwa so eingeschränkt wie bei einer Blutalkoholkon-



Wer Warnzeichen eines Sekundenschlafs bemerkt, legt besser eine Pause ein.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

zentration von 0,5 Promille. 24 Stunden ohne Schlaf entsprechen sogar knapp ein Promille, so der ADAC.

„Grundsätzlich sollte man eine Fahrt nur dann antreten, wenn man als Autofahrer fit und ausgeschlafen ist“, so ADAC-Verkehrsexperte Wolfgang Herda. In der Praxis lässt es sich

nur schwer vermeiden, auch mal zu fahren, wenn man nicht perfekt ausgeruht ist. Bei akuten Warnzeichen, die auf eine Übermüdung hindeuten, sollte man aber besser eine Pause einlegen. Dazu gehören:

häufiges Gähnenplötzliches Fröstelnstarkes Bewegungsbedürfnisunscharfes Sehen-

schwere Augenliderschwierigkeiten, die Spur zu haltend das Gefühl, die Straße würde sich verengen

Fallen die Augen häufig zu, erschrickt man plötzlich oder bewegt ruckartig und unwillkürlich den Kopf, ist man wahrscheinlich bereits in einen Sekundenschlaf gefallen. Dieser

Zustand ist laut ADAC besonders gefährlich: Wer mit 100 km/h unterwegs ist und für zwei Sekunden wegnickt, hat immerhin fast 56 Meter unkontrolliert zurückgelegt.

Wer die Warnzeichen bemerkt, legt besser eine Pause ein. Der ADAC rät zu körperlicher Bewegung, um die Müdig-

keit zu vertreiben und die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern. Das können Lockerungsübungen oder ein kurzer Spaziergang sein. Im Zweifelsfall schläft man sich aber kurz aus. Schon ein Powernap von 15 bis 20 Minuten Länge mache wieder für eine Weile fit.

Energy Drink und laute Musik? Besser echte Pause einlegen

Bei Langstrecken sollte man von vornherein regelmäßige Pausen einlegen – etwa alle zwei bis drei Stunden –, um einer Übermüdung vorzubeugen. Wer zu zweit unterwegs ist, wechselt sich am besten mit dem Fahren ab. Die Verkehrswacht Kreis Gütersloh empfiehlt leichte Speisen und Obst. Fettige Speisen machten nämlich träge.

Allein auf beliebte Wachmacher wie Kaffee, Energy Drinks, laute Musik oder offene Fenster sollten Autofahrer sich derweil nicht verlassen. Laut ADAC putzen diese Mittel nur kurzzeitig auf, bekämpfen aber eine Übermüdung selbst nicht. Ratsam sind sie nur in der Kombination mit einem Kurzschlaf: Effektiv ist es etwa, erst einen Kaffee zu trinken und dann kurz zu schlafen. Denn das Koffein wirkt erst nach ungefähr 30 Minuten und verstärkt dann den wachmachenden Effekt.

dpa

Anzeigensondervöffentlichung | 6. Dezember 2025

REGIONAL EINKAUFEN ZU DEN FESTTAGEN

Die schöne Macht der Gewohnheit an Heiligabend

Umfrage: Kartoffelsalat mit Würstchen und Geflügel bleiben die Lieblingsspeisen

Weihnachten ist ein Fest voller Traditionen und familiärer Gewohnheiten. Schon in der Adventszeit genießen die meisten Menschen die besondere Stimmung – geprägt durch Kerzenschein, Plätzchenduft und den Bummel über den stimmungsvollen Weihnachtsmarkt. Auch das gemeinsame Essen an Heiligabend ist in vielen Familien ein regelrechtes Ritual – und meist wird in jedem Jahr dasselbe Lieblingsgericht serviert.

Laut einer Statista-Umfrage bleibt der Kartoffelsalat mit Würstchen das Lieblingsessen an Heiligabend, in 36 Prozent der Haushalte wird es kredenzt. Dahinter folgen Ente mit 25 Prozent und Gans mit 24 Prozent fast gleichauf. Ebenfalls populär ist Raclette mit einem Anteil von 23 Prozent. In der Altersgruppe unter 30 Jahren „schlägt“ dieses Gericht sogar den Kartoffelsalat mit Würst-



Die Weihnachtsgans mit Rotkohl und Klößen gehört für viele Menschen in Deutschland zum Fest dazu – ob zu Hause oder bei einem Besuch in der Gastronomie.

FOTO: DJD/BRAUEREI C. & A. VELTINS

chen. „Zum Lieblingsgericht Kartoffelsalat mit Bockwurst passt gut ein klassisches Pils, das ist leicht und spritzig“, rät Biersommelière Julia Klose. Für

einen Kartoffelsalat eignen sich am besten festkochende Kartoffeln. Bei ihnen platzt die Schale beim Kochen nicht auf und sie zerfallen beim Mischen nicht

so leicht. Die Kartoffeln sollte man ruhig schon am Vortag kochen, so haben sie noch mehr Festigkeit, wenn sie in den Salat gegeben werden. Beim Geflügel hat Klose ein Lieblingsgericht: die knusprige Biergans mit Klößen und Rotkohl: „Das zum Einpinseln der Gans nötige Bier eignet sich auch zum Durstlöschen.“

Rezeptidee:

Knusprige Biergans mit Kartoffelklößen und Apfelrotkohl sowie einem frischen Bier

Zutaten für 5 Personen:

1 Gans (4,4 bis 5 kg, 1 große Zwiebel, 1 säuerlicher Apfel, Salz, Pfeffer, Thymian, Beifuß, 100 g Zucker, 0,33 Liter Pils)

Zubereitung:

Innereien der Gans entfernen. Danach die Gans gründlich auswaschen und salzen. Außen

mit Salz, Pfeffer und Thymian gut einreiben. Mit einigen Apfel- und Zwiebelstücken sowie einem Zweig Beifuß füllen. In einem Bräter den Zucker karamellisieren und die restlichen Apfel und Zwiebeln zugeben, ca. 1/4 Liter Wasser angießen und die Gans zunächst mit der Brust nach unten 25 Minuten bei 170 Grad Celsius im Ofen anbraten. Danach die Gans umdrehen und weitere 40 Minu-

ten garen. Dabei mehrmals mit Bier und dem Bratensud übergießen, damit sich eine gleichmäßig glänzende, knusprige Haut bildet. Am Ende der Garzeit die Gans bei 80 Grad noch etwas ruhen lassen, bis sie am Tisch tranchiert werden kann. Aus dem passierten Bratensatz lässt sich eine schmackhafte Gänsesoße zubereiten, wenn man das flüssige Gänsefett entfernt.

djd



Metz
Bäckerei

Qualität, die man schmeckt

Gemündener Str. 16 | 35285 Gemünden | Tel. 06453 - 91320

Partyservice - eigene Herstellung Wurstwaren hausmacher Art

Das Beste aus dem Holzbachtal!

Metzgerei Fackiner

Wir beliefern Sie mobil in:
Röddenau - Rosenthal - Sehlen - Grösen - Haina

Filiale: EKZ Bottendorfer Str. • Frankenberg • Tel. 06451 408225

Qualität vom Lande

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



Oberau 16 • 35116 Hatzfeld-Eder
06467 201
info@bernhards-wurst.de
www.bernhards-wurst.de

Fleisch- und Wurstspezialitäten aus eigener Schlachtung



Aus der Arche Region Frankenu!

FLEISCHEREI Werner

Rieschstr. 8
35110 Frankenu • Tel. 06455 260
Filiale Löhbach • Tel. 06455 8651
E-Mail: Fleischerei.Werner@t-online.de

Landauer Weihnachtszauber

Vom 12. bis 14. Dezember



Stimmungsvoll: Der Winterzauber am Landauer Schloss.

FOTO: RALPH BUSCH

Die Landauer Vereine veranstalten am dritten Adventswochenende, 12. bis 14. Dezember, wieder einen stimmungsvollen Weihnachtsmarkt auf dem Gelände zwischen Schloss und Festscheune. Mit Licht und duftenden Leckereien wird daraus der „Landauer Weihnachtszauber“.

Der Weihnachtsmarkt startet am Freitagabend, 12. Dezember, um 18 Uhr. Über das gesamte Wochenende sorgen der Posauenchor, die Tanzgruppe „Gaudium Saltandi“, die Arolser Jagdhornbläser sowie die Valentin-Grundschule für ein abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm. Am Samstagabend sorgt die Band Mike Gerhold and Friends für gute Laune auf der Bühne.

Eine Attraktion für Familien ist der Auftritt des Zauberkünstlers Jörg Jendritza, der am Samstag, 13. Dezember, ab 14 Uhr auf dem Schlossareal Groß und Klein verblüfft. Auch Wildtierfütterungen im Wildgehege Schloss Landau und tierische Begegnungen sorgen erneut für strahlende Kinderaugen. Und das Beste: Der Nikolaus hat seinen Besuch für den Sonntag nachmittag angekündigt. Herzstück des Marktes bleibt der vielseitige Kunsthandwerkermarkt in der Zehntscheune, wo regionale Kunsthandwerker ihre liebevoll gefertigten Werke präsentieren - von Schmuck und Holzarbeiten bis hin zu besonderen Geschenkideen. Auf dem gesamten Gelände erwarten die Besucher weitere handgefertigte Produkte sowie regionale Köstlichkeiten. Neu in diesem Jahr: Ein Weihnachtsbaumverkauf am Samstag und Sonntag, bei dem Besucher ihren Baum direkt vor Ort aussuchen und mitnehmen können. Das Hotel Brunnenhaus Schloss Landau verwöhnt die Gäste mit kulinarischen Leckereien. Und für eine entspannte Anreise steht der Shuttle-Service vom Festplatz Landau zum Schlossareal und zurück am Samstag und Sonntag zur Verfügung.

HNA-Adventskalender

Eine Überraschung hinter jedem Türchen



Überall steckt ein Gewinn hinter: der digitale HNA-Adventskalender 2025.

Mit dem Dezember beginnt nicht nur die Zeit der Besinnlichkeit und des Advents, sondern auch die Zeit der täglichen Überraschungen. So auch bei der HNA: Mit unserem digitalen Adventskalender wollen wir Sie täglich mit einem exklusiven Gewinn überraschen, um so die Wartezeit bis zum Weihnachtsfest zu verschönern. Zu finden ist der Adventskalender auf der HNA-Internetseite. Hinter jedem Türchen warten tolle Preise auf die teilnehmenden Leser und Leserinnen. Bereitgestellt werden diese von regionalen Unternehmen aus Nordhessen und Südniedersachsen. Von Technikprodukten über Einkaufsgutscheine und Erlebnispreise bis hin zu Reisegutscheinen ist alles da.

Die Teilnahme ist schnell und unkompliziert. Ganz einfach im Internet auf zu.hna.de/kalender2025 gehen und das jeweilige Türchen des entsprechenden Tages auswählen, den Gewinn anschauen und bei Interesse die Felder Vorname, Nachname, E-Mail-Adresse und Anschrift ausfüllen - schon sind Sie im Lostopf.

Ihre Teilnahme ist keine Grenze gesetzt und Sie können sich für jedes der 24 Türchen neu bewerben. Die Gewinner werden direkt am nächsten Werktag benachrichtigt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg.

Angebote gültig vom 08.12. - 13.12.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

Coca-Cola Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1l,
zzgl. 3,60 € Pfand,
1l = 0,92 €

Aktion!
+ 2 Flaschen GRATIS!

ANGEBOT

10,99

Entspricht einem Kastenpreis von 9,42 €.

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

ANGEBOT

10,99

Lammsbräu Bio Bier*
diverse Sorten,
Kasten = 10 x 0,5 l,
zzgl. 2,46 € Pfand,
1l = 2,20 €

Aktion!
+ 2 Flaschen naturüb alkoholfrei GRATIS!

ANGEBOT

10,99 **9,99**

Veltins Pilsener
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,20 €

ANGEBOT

11,99 **10,99**

RhönSprudel Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 0,75 €

ANGEBOT

4,49 **3,99**

Duckstein*
Rotblond Original,
Kasten = 8 x 0,5 l,
zzgl. 2,14 € Pfand,
1l = 3,25 €

ANGEBOT

14,99 **12,99**

Weißenoher Bier
diverse Sorten,
außer Bonator,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 2,25 € Pfand,
1l = 1,40 €

Aktion!
+ 2 Flaschen Bonifatius Dunkel GRATIS!

ANGEBOT

13,99

Flensburger Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 2,12 €

ANGEBOT

16,99 **13,99**

Paulaner Münchner Hell
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

ANGEBOT

13,99

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

ANGEBOT

14,99 **13,99**

Ayinger Jahrhundert Bier
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,50 €

ANGEBOT

14,99 **13,99**

Erdinger Brauhaus, Weißbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1l = 1,60 €

Aktion!
+ 2 Flaschen Brauhaus Helles alkoholfrei GRATIS!

ANGEBOT

15,99

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

ANGEBOT

15,99

RhönSprudel Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,50 €

ANGEBOT

5,99 **5,49**

top frisch Orangensaft
Kasten = 6 x 1l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,50 €

ANGEBOT

8,99

Wetterauer Gold
Apfelsaft, Apfelwein,
Kasten = 6 x 1l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,67 €

ANGEBOT

9,99

RhönSprudel Glück
ApfelGlück, BeerenGlück,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,19 €

ANGEBOT

11,99 **8,99**

Monster Energy
diverse Sorten, koffeinhaltig,
0,5 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,98 €

ANGEBOT

0,99

Adelhöfener Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,67 €

ANGEBOT

5,99 **5,49**

Asbach Uralt, Absolut Vodka
0,7 l-Flasche,
1l = 14,27 €

ANGEBOT

9,99

Aha Excelsior
Kräuter-Liqueur,
0,7 l-Flasche,
1l = 15,70 €

ANGEBOT

13,49 **10,99** **9,99**

Johnnie Walker Black Label
Blended Scotch Whisky,
Aged 12 Years,
0,7 l-Flasche,
1l = 27,13 €

ANGEBOT

27% **18,99**

Doppio Passo Primitivo
diverse Sorten,
0,75 l-Flasche,
1l = 7,32 €

ANGEBOT

21% **5,49** **4,99**

Bombay Sapphire
Dry Gin,
0,7 l-Flasche,
1l = 22,84 €

ANGEBOT

27% **15,99**

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

Mit der **logo Getränke App** sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!

*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.

Fleisch, Fisch, Veggie?

Was an Festtagen auf den Tisch kommt

Mit Beginn der Adventszeit stellt sich für viele ja meist die Frage nach der kulinarischen Planung der Feiertage – oder auch nicht. Denn 45 Prozent lehnen Experimente ab und wollen einfach nur so schlemmen wie immer.

Nur knapp ein Viertel zeigt definitiv Lust, auch mal etwas Neues auszuprobieren. Das ergab eine aktuelle Umfrage des Meinungsforschungsinstituts Appinio unter insgesamt 1000 Befragten ab 18 Jahren in Deutschland. Auftraggeber der Studie war die gemeinnützige Organisation MSC, die das Siegel für nachhaltig gefangenen Fisch vergibt.

Die Top 3: Geflügel, Fleisch, Fisch

Laut der abgefragten Weihnachts-Planung steht ganz oben auf dem festlichen Menüplan vor allem Fleischiges: Rund 77 Prozent setzen bezogen auf alle Feiertage auf Fleisch. Wurde da genauer gefragt, zeigt sich: Geflügel führt die Hitliste mit 42 Prozent an, wobei die Ente von den meisten bevorzugt wird. Es folgen Rind- und Kalbsgerichte (41 Prozent) sowie Würstchen (40 Prozent).

Während rund jeder Zehnte (9,7 Prozent) vegetarisch unterwegs ist und weitere 4,4 Prozent vegane Menüs auflegen, werden bei rund jedem Vierten (23 Prozent) Fisch und Meeresfrüchte serviert.

Dass sich hinter der Zahl an Fischessern lauter Karpfen-Esser verbergen, ist allerdings eine Fehlannahme. Aufgeschlüsselt, zeigt sich: Mit 66 Prozent überstrahlt der Lachs alle anderen Meerestiere, gefolgt von Garnelen- und anderen Krustentier-Variationen (37 Prozent), Forellen (30 Prozent) und Thunfisch (22 Prozent). Erst dann kommt mit 20 Prozent der nachhaltige und heimische Karpfen. Und bei 17 Prozent dürfen Muscheln, Austern und Jakobsmuscheln nicht fehlen.

Dezember ist der Fischmonat schlechthin

„Unsere Verbrauchsdaten zeigen, dass der Dezember über alle Fischkategorien hinweg der stärkste Monat des Jahres ist – mit Ausschlägen, die weit über dem normalen Jahresniveau liegen“, erklärt Julia Steinberg-Böthig, Ernährungswissenschaftlerin beim Fisch-Informationszentrum (FIZ). Besonders auffällig dabei sei der Räucherfisch, der im Vergleich zum Monatsdurchschnitt von Januar bis November regelrechte Höhenflüge erlebt: In den vergangenen zwei Jahren stieg der Verbrauch bei ihm im Weihnachtsmonat zwischen 66 und 70 Prozent. Auch Frischfisch erlebe Festtagsspitzen: zwischen 33 und 39 Prozent rauf.

Was die Umfrage zum Festtagsessen aber auch ans Licht brachte: Trotz wachsender ökologischer Sensibilität spielt Nachhaltigkeit beim Weihnachtsessen für 58 Prozent der Befragten eine geringere Rolle als im restlichen Jahr. An Weihnachten überwiege der Genuss. Bei den Fischessern achtet nur rund ein Drittel (30 Prozent) beim Festtagsfisch besonders auf Nachhaltigkeit.



Tradition bleibt Trumpf: Geflügel steht an Weihnachten ganz oben auf dem Speiseplan.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA



Jakobsmuscheln und Shiitake-Pilze vereinen sich zu einem feinen und aromatischen Gericht.

FOTO: DAVID LOFTUS/DPA

Die „Guter Fisch“-Liste – pünktlich vor Weihnachten aktualisiert

Wem der Nachhaltigkeitsfaktor dennoch wichtig ist, kann einen Blick auf die Liste „Guter Fisch“ werfen, die von den Verbraucherzentralen in Zusammenarbeit mit Nabu, Umwelthilfe und WWF geführt wird und gerade aktualisiert wurde. Mit zwölf klaren Empfehlungen wieder länger geworden. Wieder empfohlen werden:

Ketalachs und Rotlachs aus Alaska, da sich die Bestände unter einem guten Management erholen können. Auch einige Thunfischbestände werden nachhaltiger bewirtschaftet, sodass nun Echter Bonito und Weißer Thun aus fast allen Fanggebieten empfohlen werden können, wenn sie mit umweltverträglichen Fangmethoden wie Handlinien oder Pole and Line gefischt werden.

Neu auf der Liste stehen:

Sardellen (Anchovis) aus der

Biskayachilenische Schildmakrele.

Auf der Liste geblieben sind:

Flunder aus der Ostsee
Kliesche aus der Ostsee
Miesmuschel aus Leinenkultur
Scholle aus der Ostsee
Seelachs aus der Barentsee
Iberischer Stöcker
Schellfisch
Hering - allerdings nur aus dem Golf von Riga

Auch Jakobsmuscheln aus dem Nordatlantik (Norwegen, Irland, Großbritannien, Frankreich) gelten als nachhaltig, wenn sie per Hand eingesammelt werden. Tabu sollten sie sein, wenn sie mit Schleppnetzen befischt werden, was laut Fischratgeber hauptsächlich im Mittelmeer und Japan geschieht.

Warum Wildfisch und Muscheln als besonders nachhaltig gelten

Wildfisch wächst natürlich nach, hat weder Landflächen- noch Süßwasserverbrauch und

kommt ohne Dünger, Pestizide oder zusätzliches Futter aus, nennt der MSC die Vorzüge. Den Vorteil haben demnach auch Muscheln. „Sie gelten als besonders nachhaltige Proteinquelle, sofern sie auch nachhaltig gewonnen werden. Sie sind nährstoffreich, stehen am unteren Ende der Nahrungskette und filtern bei ihrer Nahrungsaufnahme sogar noch das Meerwasser“, sagt MSC-Sprecherin Gerlinde Geltinger.

Was noch für zertifizierte Miesmuscheln spricht: „Sie werden von den immer gleichen Stellen geerntet, sodass die Auswirkungen auf die Meeresumwelt minimal sind.“ Wenn die Fangmethode stimmt, vergibt auch das MSC Siegel für Jakobs- und Miesmuscheln und regt zwei Rezepte an, die sich daraus zubereiten lassen:

Rezept für Jakobsmuscheln und Shiitake-Pilze

Zutaten für 2 Personen:

120 g Jakobsmuscheln
150 g Shiitake-Pilze (alternativ braune Champignons)
10 g Frischer Ingwer
1 Karotte
1 Bund Frühlingszwiebeln
15 ml Reiswein (Sake)
15 ml Mirin (süßer Reiswein). Falls nicht verfügbar, durch 15 ml Sake und 3 g Zucker oder 5 g Honig ersetzen
15 ml Sojasauce
10 g Zucker
1 Tasse Jasminreis

Zubereitung:

1 Jakobsmuscheln und Gemüse vorbereiten: Die Jakobsmuscheln auftauen und mit Papiertüchern trocken tupfen. Die Stiele der Shiitake entfernen und die Kappen in dünne Scheiben schneiden. Den Ingwer und die Karotte in Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden.

2 Jakobsmuscheln braten: Einen Schuss Pflanzenöl in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze den Ingwer unter Rühren anbraten. Da-

nach die Jakobsmuscheln hinzugeben und etwa 2 Minuten lang kochen, dabei gelegentlich wenden.

3 Shiitake und Soße: Die Jakobsmuscheln herausnehmen und die Shiitake etwa eine Minute lang unter Rühren anbraten, damit sie weich werden. Reiswein, Mirin, Sojasauce und Zucker hinzufügen und bei mittlerer bis niedriger Hitze etwa eine Minute köcheln lassen.

4 Jakobsmuscheln fertigstellen: Die Jakobsmuscheln wieder in die Pfanne geben und köcheln lassen, bis der größte Teil der Flüssigkeit verdunstet ist. Passen Sie die Hitze beim Köcheln der Zutaten an. Ohne genügend Flüssigkeit könnte das Essen anbrennen!

5 Anrichten: Auf einem Teller anrichten und mit Frühlingszwiebeln und den Karottenraspeln bestreuen. Nach Belieben mit einer Schüssel weißem Reis servieren.

Rezept für nordische Miesmuscheln in Meerrettich-Sahnesoße

Zutaten für 2 Personen:

1 kg Miesmuscheln
3 EL Butter
2 Schalotten, gewürfelt
200 ml Weißwein
300 ml Schlaghahne
3 EL geriebener Meerrettich
2 EL Dill oder Petersilie, fein gehackt, plus etwas extra zum Garnieren
1 EL Zucker
Salz und weißer Pfeffer zum Abschmecken

Zubereitung:

1 Muscheln vorbereiten: Die Miesmuscheln unter fließend kaltem Wasser gründlich waschen. Eventuelle „Bärte“ entfernen. Offene Muscheln kräftig an das Sieb oder die Schüssel klopfen – schließen sie sich nicht, müssen sie entsorgt werden. Ebenso Muscheln mit beschädigter Schale wegwerfen.

2 Zwiebeln anschwitzen: Butter in einem großen Topf bei niedriger Hitze schmelzen lassen. Die gewürfelten Schalotten hinzufügen und 2–4 Minuten glasig anschwitzen, ohne sie bräunen zu lassen.

3 Muscheln garen: Wein und Miesmuscheln in den Topf geben, Deckel auflegen und die Hitze erhöhen. Bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten kochen, bis sich die Muscheln vollständig geöffnet haben. Anschließend die Muscheln aus dem Topf nehmen. Muscheln, die geschlossen bleiben, entsorgen.

4 Soße zubereiten: Die Hitze reduzieren und Sahne, Meerrettich und Dill oder Petersilie zur Flüssigkeit im Topf geben. Einige Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren Salz, weißen Pfeffer und eine Prise Zucker hinzufügen. Wichtig: Den Pfeffer nicht mitkochen, da er die Soße bitter machen kann.

5 Servieren: Die Soße über die Muscheln gießen und mit etwas frischem Dill oder Petersilie garnieren. Dazu passen neue Kartoffeln oder frische Pasta.

tmm

Es gibt viele Optionen

Tipps für den Kauf: Welcher Weihnachtsbaum passt zu mir?

Spätestens wenn die Wohnung nach Plätzchen duftet und Last Christmas aus dem Radio dudelt, wissen wir: Die Weihnachtszeit hat begonnen. Für viele Menschen ist nun der Moment gekommen, das Wohnzimmer festlich zu schmücken und einen Weihnachtsbaum zu besorgen.

Aber was für einen? Nordmanntanne, Kiefer, DIY-Version oder doch ein Kunstbaum? Die Auswahl ist groß - worauf man beim Kauf achten sollte und wie man herausfindet, was wirklich zu einem passt.

Nordmanntanne

Bis zu 25 Millionen Weihnachtsbäume - in allen Varianten - ziehen laut Angaben der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald jedes Jahr zur Weihnachtszeit in deutsche Wohnzimmer ein. Fast 80 Prozent davon seien Nordmanntannen.

Das hat seine Gründe: Nordmanntannen gelten als besonders formschön, sie piksen nicht und sind lange haltbar. Das gilt zumindest, wenn der Baum beim Kauf möglichst frisch ist. „Das erkennt man an der Schnittstelle. Ist sie nicht trocken oder verharzt, ist das ein Zeichen dafür, dass der Baum erst vor Kurzem gesägt wurde“, sagt Saskia Blümel vom Verband natürlicher Weihnachtsbaum.

Bevor man den Baum aufstellt, sollte er an einer kühlen, windgeschützten Stelle in einem Eimer mit frischem Wasser lagern. Und dann nicht direkt von draußen in die warme Stube stellen - der Tanne also Zeit zum Akklimatisieren geben.

Um den Baum besonders lange frisch zu halten, empfiehlt Saskia Blümel, ihn vor dem Aufstellen nochmals anzuschneiden, damit „der Baum wieder frisches Wasser ziehen kann“. Damit das gelingt, am besten einen Baumständer mit Wasserbehälter nutzen und diesen täglich nachfüllen. „Pro laufenden Meter braucht die Nordmanntanne ungefähr einen Liter Wasser am Tag“, so Blümel.

Wer Wert auf ökologischen Anbau seiner Nordmanntanne legt, sollte auf FSC-, Naturland- oder Bioland-Siegel achten, rät der Naturschutzbund Deutschland (NABU) in Berlin. Bio-Tannenbäume werden seltener verkauft und sind oft teurer als konventionelle Bäume.

Tipps: Eine Liste mit Verkaufsstellen wird jährlich auf der Webseite der Aktionsgemeinschaft Robin Wood veröffentlicht.

Fichten, Kiefern und Tannen

Auch Fichten, Kiefern und Tannen eignen sich als Weihnachtsbäume. Ihr großer Vorteil: der typische Duft. „Kiefern duften deutlich stärker als Nordmanntannen. Allerdings halten sie nicht so lange“, sagt Saskia Blümel. Zudem piksen sie deutlich stärker. Das kann ein Nachteil beim Schmücken sein, entpuppt sich aber zum Vorteil, wenn etwa Katzen vom Baum ferngehalten werden sollen.

Am besten kauft man heimische Bäume wie Fichten, Kiefern und Tannen, die auf soge-



Zuerst die passende Höhe ausmessen, dann das Bäumchen auswählen und absägen - denn im Freien wirkt die Blaufichte kleiner als im Wohnzimmer.

FOTO: BODO SCHACKOW/DPA



Wer einen Weihnachtsbaum kauft, sollte darauf achten, dass der Anschnitt frisch aussieht.

FOTO: MASCHA BRICHTA/DPA

nannten Sonderflächen wachsen - also unter Strom- oder Leitungstrassen, empfiehlt NABU-Sprecherin Silvia Teich. „Diese Weihnachtsbäume sind eine gute Alternative zu gespritzten und gedüngten Weihnachtsbaumplantagen. Auch der kurze Transportweg wirkt sich positiv auf die Ökobilanz der Bäume aus“, sagt Teich. Die Flächen seien oft Teil der regionalen Forstbetriebe - nachfragen lohnt sich.

Bäume im Topf

Erst im Wohnzimmer und dann im Garten? Wer einen Baum im Topf wieder einpflanzen möchte, wird sehr wahrscheinlich enttäuscht werden. Bei sogenannten „Topf gedrückten Bäumen“, wurde die Hauptwurzel der Tanne gekappt. „Die Anwachswahrscheinlichkeit für so einen Baum liegt bei 5 bis 10 Prozent“, sagt Saskia Blümel.

Auch der Temperaturschock zwischen Feld und Wohnzimmer macht den meisten Bäumen sehr zu schaffen, erklärt Philip Held von der Verbraucherzentrale NRW. „Die Wahrscheinlichkeit, dass der Baum das überlebt, ist nicht sehr hoch“, so Heldt.

Bessere Chancen den Baum auch langfristig zu erhalten, habe man mit Tannen, die als „Topfgewachsen“ ausgewiesen

sind, sagt Saskia Blümel. Diese wachsen jedoch langsamer und seien sehr viel teurer als gedrückte Bäume. Man erhält sie etwa bei Baumschulen oder in Gartencentern.

Weihnachtsbäume zum Mieten

Miet-Weihnachtsbäume versprechen ein besonderes Maß an Bequemlichkeit, denn sie werden in der Regel bis vor die Haustür geliefert und von dort auch wieder abgeholt. Dabei „sollte man darauf achten, dass es sich wirtschaftlich lohnt“, sagt Philip Heldt.

Wer aus ökologischen Gesichtspunkten auf den Mietbaum setzt, sollte eventuelle Transportwege mitdenken. In der Regel handelt es sich um Bäume im Topf, die vom Transport und Temperaturschock stark belastet werden können. „Ob der Baum am Ende überlebt oder nicht, sieht man nicht“, sagt Heldt.

Plastikbäume

Für den langfristigen Einsatz können auch künstliche Weihnachtsbäume infrage kommen. Es gibt sie in unterschiedlichsten Formen, Farben und Ausführungen.

Die Auswahl im Onlinehandel ist besonders groß. Vom Kauf im Internet rät Philip



Wer über einen künstlichen Weihnachtsbaum nachdenkt, sollte ein Modell auswählen, das viele Jahre lang gefällt.

FOTO: ISABELLE MODLER/DPA

Heldt jedoch ab. „Nur im Geschäft hat man einen guten Eindruck, wie der Baum wirklich aussieht. Und man kann daran riechen“, so Heldt. Denn die Nase sei ein guter Indikator für eventuelle Schadstoffbelastungen. Riecht der Baum nach Chemiefabrik, sollte man lieber die Finger davon lassen.

Um Plastik die gewünschten Eigenschaften zu geben, werden nämlich oft Zusatzstoffe beigemischt, wie Weichmacher, Stabilisatoren, Flammschutzmittel, schreibt der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND). Das Problem: Einige dieser Stoffe sind nicht fest gebunden und können mit der Zeit in die Umwelt gelangen. Manche sind sogar gesundheitsschädlich.

Tipps: Der BUND gibt es eine Übersicht zu den Recyclingcodes der Kunststoffe.

Auch Schnäppchen sollte man Heldt zufolge hinterfragen. „In der Regel wird das durch Umweltverschmutzungen und Menschenrechtsverletzungen bezahlt. Da muss man sich gut überlegen, ob man dazu bereit ist“, so Heldt.

Zudem bestehen Kunstbäu-

me aus Plastik - „was nichts anderes als Erdöl ist“, sagt Silvia Teich. Sie gibt zu bedenken: „Oft werden sie in China produziert und haben einen langen Transportweg hinter sich. Ihre Produktion verbraucht viel Energie und sie werden meist mit schwer abbaubaren Chemikalien behandelt.“

Wer einen künstlichen Weihnachtsbaum kaufen will, sollte also auf Qualität achten und sich langfristig für ein Modell entscheiden. „Künstliche Weihnachtsbäume sind dann eine gute Variante, wenn man sie mehrere Jahre nutzt. Wer sie aber nur ein Jahr lang ausprobieren möchte, hat der Umwelt sicherlich keinen Gefallen getan“, so Heldt.

DIY-Bäume

Ob gesteckt oder gehängt, aus einzelnen Ästen oder als Gerüst, gekauft oder selbst gebastelt - Weihnachtsbäume aus Schnitt-Grün oder als Steckbaum gibt es in vielen verschiedenen Ausführungen. „Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Im Internet gibt es viele Anregungen dazu“, sagt Silvia

Teich, die zu dieser selbstgebastelten Variante rät. Der Vorteil ist vor allem die Nachhaltigkeit. „In kleinen Wohnungen ist es außerdem gut, weil man Platz sparen kann. Statt des großen Baumes stellt man sich vielleicht eine kleine Vase mit Tannenzweigen hin“, sagt Philip Heldt.

Eine Entscheidung treffen

Doch wie finde ich denn nun heraus, was für mich der richtige Baum ist? Dazu sollte man sich vor dem Kauf einige Fragen stellen, empfiehlt Philip Heldt. Zum Beispiel nach dem verfügbaren Platz und dem eigenen Budget. Und ob man bereit ist, etwa einen künstlichen Baum wegen seiner Langlebigkeit zu nutzen - und damit verbunden, ob sich an der Lebenssituation zeitnah etwas ändert.

Entscheidend ist auch, welche Rolle Umweltkriterien für einen persönlich spielen. Am besten spricht man als Familie oder Gemeinschaft darüber, was sich alle wünschen, rät Heldt - und trifft dann gemeinsam eine Entscheidung. tmm

Bekanntschaffen

Dorothea, 76 J., verwitwet, bin e. umgängliche Frau, gute Autofahrerin, mit schöner weibl. Figur, koche gerne u. Sorge für ein behagliches Zuhause. Ich wünsche mir e. aufrechten Mann, dem ich mit Herz u. Fürsorge zur Seite stehen kann. Bald ist Weihnachten, hoffentlich verbringen wir es schon miteinander? PV Tel. 0176-34488463

Lieselotte, 70 J., bin e. schlanke, gepflegte Frau, die gern kocht, Haus u. Garten in Ordnung hält. Streit ist mir fremd, ich mag das Miteinander, das Zuhören u. Lachen. Wenn auch Sie verwitwet sind, wissen Sie, wie wertvoll Nähe u. Verständnis sind. Melden Sie sich üb. PV, vielleicht feiern wir Weihnachten schon gemeinsam. Tel. 0152-24910120

Verkauf

Waschmaschinen, Herde, Trockner, Gefrierkombis usw., Neugeräte als B-Ware oder GEBRAUCHTE
Fa. TM-Store, Zur Tintenmühle 3,
34466 Wollhagen-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 und Eiche 69 € srm 25/30 cm, mit Lief. Tel. 0176 62681914

1A Buche ab 55,00 € ☎ 0152-28000388 www.brennholzhandel-vey.de

Immowelt

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



Auto-Ankäufe

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

STARK

sos-kinderdörfer.de

SOS KINDERDÖRFER WELTWEIT

SUCHEN SIE EIN ZIMMER, EINE WOHNUNG, EIN HAUS?

EINE ANZEIGE IN IHRER ZEITUNG HILFT IMMER!

Tausche 1 € gegen 1 m² Natur



Mit dem Kauf wertvoller Naturflächen schafft die Loki Schmidt Stiftung wichtige Überlebensinseln für bedrohte Pflanzen und Tiere.

Inzwischen konnten mit Ihrer Hilfe schon über 2.000.000 m² Natur gerettet werden.

Jeder Quadratmeter hilft. Machen Sie mit!

www.loki-schmidt-stiftung.de



Stellenangebote

Bathildisheim

Wir sind ein diakonisches Sozialunternehmen und ermöglichen Menschen mit Behinderungen eine ganzheitliche, umfassende Förderung und Begleitung.

Aktuell bieten wir folgende Stelle an:

Pädagogische Fachkraft im Tagwerk (m/w/d)

in Volkmarshausen, Teilzeit 35 Std., unbefristet, ab sofort

Interessiert? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Weitere Informationen zur Stelle auf karriere.bathildisheim.de

Mit Schwalli zum LKW-Führerschein

Berufskraftfahrer (m/w/d) im Nahverkehr

Deine Vorteile:

- ✓ Monatliche Leistungsprämie
- ✓ Tagestouren, Ende ca. 14:30 Uhr
- ✓ 30 Tage Urlaub
- ✓ Urlaubsgeld & Jahresgratifikation
- ✓ Tankgutschein/Deutschlandticket
- ✓ Betriebliche Altersvorsorge
- ✓ Bike-Leasing

Alle Informationen findest Du hier:

Schwali

Schwalenstöcker & Gantz GmbH
Lebensmittelgroßhandel & Gastrotechnik
Frankenberger Landstraße 20 | 34497 Korbach
bewerbung@schwalli.de

Bist Du bereit für einen Job ohne Langeweile?

Caritas Wohnen gGmbH *Stiepenweg 70 *34414 Warburg

→ Du bist motiviert, die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen mit besonderen Bedarfen zu begleiten?

→ Dann suchen wir Dich als pädagogische/pflegerische Fachkraft (w/m/d) für unsere Wohngruppen in Warburg.

Wir bieten:

- Vergütung nach Tarif (AVR des Deutschen Caritasverbandes inkl. der gültigen Zulagen)
- Dienstplangestaltung im Team
- Zusammenarbeit im multiprofessionellen Team
- betriebliches Gesundheitsmanagement mit attraktiven Veranstaltungen

Infos und Bewerbung hier:

WEISSER RING
Wir helfen Kriminalitätsoffern.

Damit Opfer nicht schutzlos bleiben.
Helfen auch Sie!

Jetzt spenden:
www.weisser-ring.de

Adele Neuhauser & Harald Krassnitzer

localjob.de
Deine Karriere. Deine Zukunft.

Wir bringen FEUER in deine KARRIERE

Weihnachtsmarkt beim Möbelkreis Waldeck!

Samstag, 13. Dezember von 9–17 Uhr

Möbelkreis Waldeck GmbH & Co. Ausstattungshaus KG
Sachsenhäuser Str. 18, 34497 KB-Meininghausen
www.moebelkreis.de

Plätzchen backen für Kinder!



♥ Ab 10 Uhr in unserem Küchenstudio.

Kinderpunsch & Glühwein!



☞ Kinderpunsch, Glühwein und frische Waffeln.

Tolle Geschenkideen!



🎁 Kaufen Sie 3 Weihnachts-Dekoartikel, zahlen Sie 2 – den günstigsten Artikel bekommen Sie geschenkt!

➕ Ausgabe der Nordmann-Tannen von der Gutscheine-Aktion

Außerdem:

- 🎵 Live-Musik mit den Jugendgruppen des MV Buchenberg und MV Rhena
- 🍴 Imbiss beim Geldi – Schaschliktopf und Grillspezialitäten



Inventurverkauf!

Bis zu 60% Nachlass auf hochwertige Ausstellungsmöbel und Musterküchen.

Jetzt Schnäppchen sichern!
Schnell sein lohnt sich.



-35%

-50%

-60%

➕ Topfset gratis!

Ab einem Küchenkauf von € 5.000,- erhalten Sie ein Topfset Senna S9 plus – AMCOOK Exklusiv im Wert von UVP € 729,- gratis.

Nur gültig vom 18.11. bis zum 23.12.2025. Keine Barauszahlung möglich.

Zusätzlich

-10%

auf alle Abverkaufsartikel

gültig ab 25.11.2025



MÖBELKREIS® KÜCHE & EINRICHTEN

Korbach-Meininghausen · www.moebelkreis.de