

GEMEINSAM. Für eine gute Gesundheitsversorgung.

SPD
WALDECK-FRANKENBERG

Politische Werbung - Auftraggeber: SPD WA-FKB - die Anzeige steht im Zusammenhang mit der Kommunalwahl am 15.03.2026 - weitere Infos: <https://tinyurl.com/dataspdwafb>

HEIMAT
NACHRICHTEN
FRANKENBERG

Trauringstudio Große Auswahl an Trauringen und Antragsringen!

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



Juwelier
LEXA
Uhren & Metaller-Goldschmiede

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

Seit 2021 • Nr. 8

21. Februar 2026

„Eine klangprächtige Familie“

100 Jahre Posaunenchor Frankenberg: Jubiläumsfeier am 22. Februar

Frankenberg – Im November 1925 gründeten in Frankenberg aus dem evangelischen „Jünglingsverein“ heraus, der von Pfarrer Rudolf Sandrock geleitet wurde, zwölf junge Männer einen Posaunenchor. Sie waren weitgehend mittellos, baten um Spenden für ihre Instrumente, und so wurde auch der damalige Kreismedizinalrat Dr. Vahle ihr erster Wohltäter. Die von ihm finanzierte Tuba gibt es tatsächlich heute noch – sie wird einen Ehrenplatz haben, wenn am Sonntag, 22. Februar, ab 17 Uhr der evangelische Posaunenchor aus Anlass seines 100. Geburtstag zu einem öffentlichen Jubiläumsnachmittag unter dem Motto „Geschichte des Posaunenchores in Wort, Bild und Musik“ in das neue Gemeindehaus auf der Burgeinlädt.

Pfingstmarkt-gottesdienst, Kreisposaunenfest und Mitwirkung beim Weihnachtskonzert von Da Capo waren im vergangenen Jahr 2025 immer schon einmal Veranstaltungen, bei denen der traditionsreiche Frankenger Bläserchor musikalisch auf sein Jubiläum hingewiesen hat. Doch nun rückt die 100jährige Vereinsgeschichte in den Mittelpunkt mit vielen Bildern auf der Großleinwand, mit Fotostellwänden, Zeitstrahl und einem Posaunen-ABC, Zeit zum gemeinsamen Essen und Trinken, zum Herumgehen und Anschauen, „und natürlich zum Unterhalten“, wie Kantorin Beate Kötter hofft. Dazwischen soll immer wieder Life-Musik aus verschiedenen Epochen erklingen.

Erinnert wird beim Bilderblick an den „Gründervater“, den Ernsthäuser Nikolaus Tripp (1868-1956), ein verdienter Posaunenpionier der Region, der schon Nachbarchöre geformt hatte und auch die Kirchenchöre von Birkenbringhausen, Bottendorf und Geismar gründete. Als er 1948 den Dirigentenstab niederlegte, übernahm nach schwierigen



Frankenger Posaunenpioniere 1926: Im Jahr nach der Gründung zeigt das Foto in der oberen Reihe von links Adam Zahn, Theo Stockbrücker, Wilhelm Schneider, Otto Giebel, Ernst Hartmann und Karl Pfingst. Sitzend: Wilhelm Stockbrücker, Werner Herguth, Chorleiter Nikolaus Tripp, Karl Krämer sen. und Otto Binzer mit der gespendeten Tuba. Nicht auf dem Bild ist Karl Langendorfer.

Kriegsjahren und einem Neubeginn Erich Tripp (1920-1989) beim Bläserchor an der Liebfrauenkirche die Arbeit seines Vaters und wirkte, auch als Kreisposaunenwart, mehr als 40 Jahre im Kirchenkreis Frankenberg.

Großes Vorbild aller Bläser in Deutschland war der „Posaunengeneral“ Johannes Kuhlo (1856-1941), den auch die Frankenger bei großen Posaunentreffen persönlich kennenlernen durften. Auch davon existieren Fotos.

Heute gehört der Posaunenchor Frankenberg zum Landesposaunenwerk mit 250 Chören und etwa 4200 Bläsern. „Wir sind eine große, herzliche und klangprächtige Familie“, wie Beate Kötter gegenüber unserer Zeitung lobt. Solch ein Posaunenchor existiere ja nicht wie jeder Verein oder die Feuerwehr so einfach und selbstverständlich, „sondern es müssen

immer wieder Menschen gefunden werden, die bereit sind, ein Blechblasinstrument zu lernen, sich in den Dienst der Verkündigung Gottes zu stellen, zu engagieren und die Sache weiterzutragen.“

Dass viele Leute gerne Posaunen hören, insbesondere in der Weihnachtszeit und gezielt in die Gottesdienste, wo geblasen wird, kommen, hat Beate Kötter, die an der Liebfrauenkirche für die Posaunenarbeit und Bläserausbildung zuständig ist, immer wieder beobachtet. „Sie erleben bei uns unterschiedlichste Glaubensäußerungen wie Freude, Dank, Trauer, Klage und Bitte, Lieder als Verbindung unseres inneren Erlebens mit den ewigen Dingen“, wie sie findet.

Nach ihrer Ansicht sind „Posaunenchor etwas speziell Evangelisches“. Die UNESCO habe zurecht den Wert des Posaunenchorwesens in Deutsch-

land erkannt und es 2016 auf die Liste des immateriellen Kulturerbes gesetzt. „Wir wollen bei unserem Jubiläumsrückblick am 22. Februar unseren aktiven

Anteil an diesem Erbe sichtbar und hörbar machen. Alle Freunde der Posaunenmusik sind willkommen.“

KARL-HERMANN VÖLKER



Kraftvolles Lob Gottes: So wie hier beim Pfingstmarkt 2025 hat der evangelische Posaunenchor Frankenberg seit seinem Bestehen an vielen hundert Gottesdiensten mitgewirkt.

AD
ACHIM DODENHÖFT
ENERGIE-EFFIZIENZBERATER
BERATUNG & SERVICE FÜR WOHNGEBÄUDE
Nachhaltig geplant, gefördert & gespart
ad-energieexperte@outlook.de | 0175 3250040
Hauptstraße 37a | 35066 Frankenberg
www.ad-energie-experte.de

Hochzeitsmode für Männer
natürlich bei **EUNOVA**
Südwall 1a • Medebach
☎ 0 29 82 / 736
www.eunova-medebach.de

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

NEU EINGETROFFEN!

Riesige Auswahl an Konfirmations- & Anlassmode



21. FEBRUAR

FEIERT MIT UNS DIE NEUE KOLLEKTION VON

GUIDO MARIA KRETSCHMER FOR BRIDGERTON

shondaland | NETFLIX

MIT SEKTBAR, GEBÄCK, TEA-TIME UND BRIDGERTON-FEELING



EITZENHÖFER

Bahnhofstraße 17-19 | 35066 Frankenberg
Über 180 eigene Parkplätze direkt am Haus



Öffnungszeiten:
MO-FR: 09.30-18.30 Uhr | SA: 09.30-17.00 UHR

Drei Chöre – eine Chorleiterin

Happiness, Intermezzo und Feelgood laden zu Konzert am 28. Februar

Burgwald – Drei Chöre, eine Chorleiterin, jahrzehntelange Begeisterung für das Singen, ausgedrückt auch in Chornamen „Happiness“ oder „Feelgood“ – das soll zum ersten Mal gefeiert werden bei einem großen, gemeinsamen Konzert aller drei Ensembles am Samstag, 28. Februar, ab 17 Uhr in der katholischen Kirche St. Elisabeth in Burgwald. Andrea Ayora Escandell hat den Gastgeberchor „Happiness“ 1995 mitgegründet und seitdem mit ihrer großen Musikalität geprägt. Beim Konzert kommen ihre beiden anderen „Andrea-Chöre“, der Frauenchor „Intermezzo“ (seit 2005) aus Willersdorf und der gemischte Chor „Feelgood“ (seit 2022) aus Schreufa hinzu, am Anfang und am Ende werden sie ihre Stimmen sogar als große gemeinsame Chorgemeinschaft erklingen lassen.

Dafür haben sie mit ihrer Dirigentin Andrea Ayora Escandell seit Wochen ein anspruchsvolles Programm einstudiert. Neben beliebten Repertoireliedern gibt es viel Neues zu entdecken: Happiness wird sein aktuelles Stück „Marschbefehl“ von Oliver Gies zum Besten geben, voller guter Laune und doch auch mit kritischen, ironischen Zwischentönen („Viele schon sind mit Begeisterung stolz ins Verderben marschiert, also prüft unbedingt, eh' ihr ihm folgt, wer ihn dirigiert!“).

Mancher Chor aus der Region zählt „Gabiellas Song“ aus dem schwedischen Film „Wie im Himmel“ bereits zu seinen Favoriten. Andrea Ayora Escandells Wunsch war es seit langem, sagt sie, das berührende Stück mit Happiness endlich



Happiness als Gastgeber: Andrea Ayora Escandell hat diesen Chor seit 1995 als Dirigentin geprägt. Zum ersten Mal will sie mit ihm vereint auch ihre beiden Chöre Intermezzo und Feelgood bei einem gemeinsamen Konzert in der katholischen Kirche St. Elisabeth in Burgwald auftreten lassen.

FOTO: KARL-HERMANN VÖLKER

einmal mit Klavierbegleitung aufzuführen, was ihr nun Julia Bauer erfüllen wird. Außerdem erzählt der Chor mit „In deiner Tür“ von dem Vater, der auf sein schlafendes Kind schaut und

sich Gedanken über ihre gemeinsame Zeit und auch die Zukunft macht. Aber dann soll es auch mal so richtig rockig werden mit „It's My Life“ von Bon Jovi. Der Schreufaer „Andrea-

Chor“ FeelGood wird unter anderem „Hold My Hand“ von Lady Gaga singen, ein bekanntes Stück aus dem Nachfolger-Film von Top Gun „Maverick“. Intermezzo aus Willersdorf ärgert

sich schon längst nicht mehr über „Ein graues Haar“, bekannt von der Gruppe „Pur“, und hat als neuestes Stück „A Million Dreams“ aus dem Musical-Film „The Greatest Show-

man“ im Programm. Das Konzert in der Kirche Burgwald beginnt am 28. Februar um 17 Uhr, Einlass ist ab 16.15 Uhr. Eintritt ist frei, Spenden erwünscht.

KARL-HERMANN VÖLKER

Trubelei in der Bücherei

Theatergruppe Haine spielt neues Stück – Kartenvorbestellung ab sofort

Haine – Freunde des Dorftheaters dürfen sich freuen: Auch in diesem Jahr lädt die Theatergruppe Haine wieder zu ihren Aufführungen ein. Die Laienschauspieler bringen mit dem Stück „Trubelei in der Büche-

rei“ eine absurde Komödie auf die Bühne, die mit viel Wortwitz, überraschenden Wendungen und skurrilen Figuren überzeugt.

Die Handlung spielt an einem Ort, an dem normalerweise ge-

flüstert und getuschelt wird – einer Bücherei. Doch hier geschieht weit mehr, als man zwischen zwei Buchdeckeln vermuten würde. Als plötzlich die Schließung der Bücherei droht, soll frischer Wind Einzug halten. Doch nicht jeder Neuan-

kömmling hat Bücher im Sinn, und nicht jeder, der harmlos

wirkt, ist es auch. Hinter freundlichen Fassaden, Praktikantenlächeln und strengen Dienstanweisungen entwickeln sich Pläne, die mit Literatur nur noch am Rande zu tun haben.

Was sich schließlich auf der Bühne im Dorfgemeinschafts-

haus abspielt, beschreibt Arno Becker, Leiter der Theatergruppe, augenzwinkernd als „ein bibliothekarisches Katastrophenfest, bei dem gelacht, gestöhnt und gezweifelt werden darf – und garantiert kein Buch an seinem Platz bleibt“.

Die Komödie von Thomas Haug wird in drei Akten an insgesamt vier Abenden aufge-

führt: am 28. Februar und 1. März sowie am 7. und 8. März, jeweils samstags und sonntags um 19.30 Uhr im DGH Haine. Der Einlass beginnt um 18.30 Uhr.

Karten gibt es bei Carola Geisert, Tel. 06451/1618, E-Mail thomas.geisert@web.de.

WILLI ARNOLD

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

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:

- **Allendorf (Eder) Stadt**
- **Hatzfeld Stadt**
- **Frankenberg Stadt Viernünden**

(Mindestalter 13 Jahre)

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



Die Theatergruppe: (vorne von links): Claudia Clemens, Carola Geisert, Elke Handlbauer, Laura Wolf, Irene Döls. 2. Reihe: Arno Becker, Thomas Geisert, Andreas Naumann, Norbert Truß, Jörg Reese.

FOTO: WILLI ARNOLD

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.: 06451/72 33 13
E-Mail: anzeigen@nh-wochenzeitungen.de

Layout und Gestaltung:
DIGITALE KREATIV AGENTUR
Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

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

Zustellung: VTS Süd GmbH
Geschäftsadresse: Brückenstraße 6, 34212 Melsungen
Postanschrift: Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel, Tel.: 05 61 / 203 - 23 23
E-Mail: vertriebsleitung@hna.de

Anzeigenpreisliste: Nr. 5 vom 01.01.2026

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.

„Erfahrungen und Fähigkeiten eingebracht“

Edeka Schwebel ehrt Mitarbeiterinnen



Die geehrten Schwebel-Mitarbeiterinnen: (von links) Helga Hallenberger, Inhaber Dr. Jannik Schwebel, Petra Tripp, Jutta Wirwahn, Marktleiter Sandro Mannweiler, Christiane Battefeld-Züfle und Claudia Koch. FOTO: NH

Frankenberg – Der Edeka-Markt Schwebel in Frankenberg hat mehrere Mitarbeiterinnen für ihre langjährige Betriebszugehörigkeit ausgezeichnet. „Die Jubilarinnen haben in ganz unterschiedlichen Bereichen maßgeblich zum Erfolg des Marktes beigetragen“,

heißt es in einer Pressemitteilung. Ob im Auspack-Team, an den Bedientheken, an der Kasse, der Warenpflege und Bestellung oder in der Molkereiprodukt-Abteilung – überall prä-

ten Erfahrung, Genauigkeit und Engagement die tägliche Arbeit.

Geehrt wurden: 10 Jahre: Jutta Wirwahn, Christiane Battefeld-Züfle; 20 Jahre: Claudia Koch, Helga Hallenberger; 25 Jahre: Petra Tripp; 35 Jahre: Sabine Hessenmüller.

„Langjährige Mitarbeitende sind das Fundament unseres Unternehmens. Jede und jeder bringt unterschiedliche Erfahrungen und Fähigkeiten zum Wohle unserer Firma ein“, betont Geschäftsführerin Marlene Schwebel-Schmitt. „Für diesen Einsatz sind wir unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sehr dankbar und hoffen auf viele weitere gemeinsame Jahre“, so Inhaber Dr. Jannik Schwebel.

nh/jpa

Türkischer Gold Basar
GOLD-ANKAUF
 Goldpreis auf Rekordhöhe!
 Bei uns zu vergleichen, lohnt sich immer!
Sofort Bargeld!
 Rufen Sie gleich an!
 Telefon 0561 16175
 Werner-Hilpert-Str. 9 (nahe Kultur-Bahnhof), KS
 Mo. + Di. geschlossen, Mi.-Fr. von 10-17 Uhr und Samstag von 10-15 Uhr

Klimabonus: Projekt in der Region zu Ende

Projekt Klimabonus ist zu Ende - Abschlussveranstaltung auf Hof Fleckenbühl

Frankenberg/Cölbe – Das Projekt Klimabonus der Region Burgwald-Ederbergland ist nach sechs Jahren offiziell beendet worden. Nach der Einstellung der regionalen Klimawährung und des Klimafonds Ende Dezember wurde bei einer Abschlussveranstaltung auf Hof Fleckenbühl nun Bilanz gezogen. Seit 2019 war das Modellprojekt in der Region Burgwald-Ederbergland sowie in der Universitätsstadt Marburg aktiv. Rund 50 Gäste aus Kommunen, Landkreisen und Partnerorganisationen informierten sich über die Ergebnisse. Das Projektteam bewertete den Klimabonus insgesamt positiv: Tausende Bürger seien für Klimaschutzmaßnahmen sensibilisiert worden, Veranstaltungen wie das Klimadinner hätten Bewusstsein und Vernetzung gestärkt, und die regionale Klimawährung förderte nachhaltige Investitionen. Insgesamt wurden rund 85.000 Klimabonusscheine im Wert von je einem Euro ausgegeben. Durch geförderte Maßnahmen und Projekte – darunter die Renaturierung eines Moores – konnten über 12.000 Tonnen CO₂ eingespart werden.

Vereinsvorsitzender Rüdiger Heß (Frankenberg) betonte die innovative Verbindung von Klimaschutz und regionaler Wertschöpfung, kritisierte jedoch den Bedeutungsverlust des Themas in der Politik und fehlende Fördermittel. Auch Bürgermeister Dr. Jens Ried (Cölbe) lobte das Engagement und hätte eine Fortführung begrüßt.

Das Projektteam sieht das Ende als verfrüht an, da der Klima-

fonds zuletzt durch Beiträge lokaler Unternehmen ausreichend gefüllt gewesen sei und weiterhin großes Interesse bestanden habe. Geschäftsführerin Luisa Bischof verwies jedoch auf alternative Fördermöglichkeiten, etwa über das Leader-Programm, und bekräftigte die weitere Unterstützung nachhaltiger Projekte in der Region. mjx



Letzter Freitag im Monat? Kinder FREI!

Pro Erwachsener hat 1 Kind bis 12 Jahren gratis Eintritt ins Aqua Mundo.

Nur gültig bei Online Buchung.

Weitere Informationen, Bedingungen & Termine
 Center Parcs Park Hochsauerland - 59964 Medebach
www.tagesausflugcenterparcs.de



Hola, Mallorca

**Frühjahrs
 Ausstellung
 28.02. – 08.03.**

www.fruehjahrs-ausstellung.de

Messe Kassel GmbH | Damaschkestr. 55 | 34121 Kassel
 0561-95986 0 | www.messe-kassel.de | Instagram: messekassel



So kaufen Sie den richtigen Fahrradhelm

Der TÜV-Verband gibt Tipps zu Modellen, Passform und Pflege.

Er ist zwar nicht vorgeschrieben, aber ein Fahrradhelm kann bei Unfällen vor Verletzungen schützen oder diese abmildern. Worauf ist beim Kauf zu achten? Der TÜV-Verband hat ein paar Tipps zusammengefasst.

Optimal wirken kann ein Helm freilich nur, wenn er auch richtig auf den Kopf passt. Da heißt es ausprobieren. Beim Onlinekauf hilft es, vorher genau Maß zu nehmen und die Größe dann entsprechend zu bestellen, so der TÜV-Verband.

Aber auch hier: das Wunschmodell anprobieren und zurücksenden, wenn der Helm nicht passt. Wer im Winter fährt, sollte den Helm außerdem mit einer dünnen Mütze anprobieren.

Aber auch bei der Vorauswahl im Geschäft ist es sinnvoll, die eigene Grundgröße zu kennen. Oft wird diese ausgehend vom Kopfumfang in Größeneinheiten wie S (52 bis 56 Zentimeter), M (56 bis 58) oder L (58 bis 62) verkauft. Individuell einstellbare Drehrädchen und weiche Polster sorgen für einen perfekten Sitz.

So wird der Kopfumfang gemessen: Man misst einem Maßband über Stirn und Hinterkopf - etwa einen Zentimeter über den Ohren. Der Helm muss stets waagrecht auf dem Kopf sitzen. Die seitlichen Riemen sollten dabei ein Dreieck unter dem Ohr bilden, raten die Prüferexperten.

Und der Kinnriemen sollte zwar eng anliegen, aber nicht einschneiden. Dabei möglichst auch Helme verschiedener Hersteller ausprobieren - diese können trotz identischer Größenangaben durchaus unterschiedlich auf dem eigenen Kopf sitzen.

Als Nachweis für einen verlässlichen Helm nennt der Verband neben der verpflichtenden CE-Kennzeichnung vor allem weitere Prüfzeichen, etwa das GS-Zeichen sowie das TÜV-Prüfzeichen, die erweiterte Sturztests abdecken. Details für mehr Sichtbarkeit auf der Straße können reflektierende Streifen oder eingebaute Rücklichter sein.

Welcher Helm wofür oder für wen?

Wer vorwiegend in der Stadt unterwegs ist oder auf entspannte Touren geht, kann zu City- und Trekkinghelmen greifen. Deren Gestaltung ist meist schlicht. Preislich sind gute Modelle ab etwa 40 Euro zu haben.

Wer viel abseits befestigter Wege unterwegs ist und dort gern auch sportlich fährt, greift besser zu einem speziellen Helm für Mountainbike-Fahrer. Diese verfügen über eine tiefere Nackenpartie, ein integriertes Visier und eine starke Belüftung. Sie starten den Angaben zufolge bei etwa 60 Euro. Für den BMX-Sport gibt es Helme mit robusten Hartschalen.

Bei typischen Rennradhelmen geht es oft um ein möglichst geringes Gewicht sowie eine gute Aerodynamik. Sie liegen oft preislich zwischen 70 und 250 Euro. Es gibt auch sogenannte Hybrid-Helme. Diese kombinieren hohe Stabilität



Sitzt, passt, schützt: Der richtige Fahrradhelm macht den Unterschied. FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

und geringes Gewicht.

Für Kinder und Jugendliche sind Helme mit zusätzlichen Einstellmöglichkeiten für den Kopfumfang die richtige Wahl - oft zu Preisen ab 20 Euro, so der Verband.

Preiswerter muss nicht immer schlechter heißen

Generell können auch günstigere Helme etwa bei Discountern oder anderen Anbietern

im Angebot sein. Dabei ist ein günstigerer Preis dem TÜV-Verband zufolge nicht immer ein Zeichen von Minderwertigkeit.

Er rät aber speziell bei günstigen Angeboten, noch aufmerksamer auf die Verarbeitung zu achten, zum Beispiel:

Lösen sich die Innenpolster? Dreht sich das Verstellrädchen zuverlässigst der Verschluss unter dem Kinn stabil?

Auch bei günstigen Modellen auf die Einhaltung und Angabe der geltenden Normen achten,

bzw. auf Prüfsiegel schauen. Insgesamt auch immer empfehlenswert: Testberichte über Helme zurate ziehen.

Ist der Helm noch okay?

Am besten behandelt man den Helm wie ein Profi: Die kontrollieren ihre Ausrüstung auch vor jedem Gebrauch. Daher vor dem Losfahren immer checken: „Sitzt der Helm fest? Gibt es sichtbare Risse?“. Wer stürzt, sollte den Helm ersetzen - auch wenn von außen keine Auffälligkeiten ersichtlich sind. Denn die innere Struktur des Kopfschutzes könnte Schaden genommen haben.

Aber auch ohne einen Sturz sollte der Helm regelmäßig erneuert werden. Wie oft genau hängt auch von den individuellen Nutzungs- und Lagerungsbedingungen ab. Anzeichen für einen fälligen Austausch sind etwa ein ausgeleiertes Innenfutter, brüchige Riemen oder eine spröde Schale.

Schonend auf das Material wirkt es sich den Angaben zufolge aus, wenn der Helm beim Nichtgebrauch keiner intensiven UV-Strahlung ausgesetzt wird. Außerdem ratsam: das Innenpolster regelmäßig zu reinigen. Als Faustregel rät der Verband, den Helm nach spätestens fünf Jahren oder entsprechend der Herstellerangabe zu ersetzen. dpa

Arbeits-Sicherheitsschuhe und Wanderschuhe
Schuhhaus Vach
Lichtenfels-Goddelshaus • Tel. 05636/273

WERZ IMMOBILIEN
www.immowertz.de 0157 87 179 866

Matthias Fichtner
Orthopädienschuhtechnik

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

Frühling im Haus!

Lesen Sie die HNA bis zum 20. März 2026.

Frischer Wind für Ihren Tag – je früher Sie bestellen, umso länger lesen Sie die HNA.

- ✓ Lesen Sie die HNA bis zum 20. März 2026.
- ✓ Alles für einmalig nur 10 €.
- ✓ Die Lieferung endet automatisch.

Für nur **10 €!**



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

Ich bestelle die HNA und lese bis zum 20. März 2026 für nur 10 €. (Inklusive gesetzl. USt.)

Ich bestelle:
 das ePaper Print inkl. ePaper
 Das Abonnement soll beginnen:
 sofort ab: _____

Unsere Garantie: Die Belieferung endet automatisch.

Name, Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____ Geburtsdatum _____

E-Mail (wichtig für ePaper-Nutzung) _____

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

IBAN _____

Datum, Unterschrift (Kontoinhaber) _____

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

Datum, Unterschrift _____

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

WEITERLESEN? JA – UND 125 EURO AUF MEIN KONTO!

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



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



Wie man heiligen Jakobus in die Pfanne haut

Jakobsmuscheln sind maritime Delikatessen. Die Gaumenschmeichler erfordern in der Küche viel Feingefühl.

Möwen kreischen. Boote tuckern zu den Kais. In der Fischauktionshalle stapeln sich Kisten. Früh am Morgen herrscht ein Riesengewimmel. „Willkommen im Königreich der Jakobsmuschel, im dafür wichtigsten Hafen in Frankreich“, begrüßt Dominique Lamort in Port-en-Bessin, einem Ort am Ärmelkanal. Lamort, 62, ist Qualitätsbeauftragter bei „Normandie Fraîcheur Mer“, einem Zusammenschluss von Fischern und Händlern.

Wenn es um die Kostbarkeiten des Meeres geht, ist Lamort eine sprudelnde Wikipedia-Quelle – und Freizeitkoch, der alle Feinheiten zur Jakobsmuschel kennt und Rezept-Tipps zum Nachmachen daheim gibt.

Gratiniert oder als Carpaccio

Jakobsmuscheln sind hochwertig, haben ein nussig-süßliches Aroma und zergehen butterweich im Mund. In Europa gehandelte Scallops, wie sie auf Englisch genannt werden, stammen aus kühlen Gewässern, darunter auch aus Schottland und dem Nordwesten Spaniens, und veredeln jedes gastronomische Beisammensein. „Hier bei uns stammt nichts aus der Aquakultur. Die Boote sind mit Schleppnetzen unterwegs und die Fangquoten strikt reguliert“, erklärt Lamort. Die Saison in der Normandie läuft von Oktober bis Mai, in der Seine-Bucht sogar nur von Anfang November bis Ende März; die übrigen Monate dienen der Erholung der Ressourcen.

Das Wichtigste in der handtellergroßen Schale ist das weiße Muskelfleisch, die Nuss. Qualitativ zweite Wahl ist der orangefarbene, aromatisch intensivere Roggen. „Schon die Römer aßen die Muscheln, aber wir wissen nicht wie“, so Lamort.

Die älteste ihm bekannte Art der Zubereitung habe in Frankreich der Naturforscher Guillaume Rondelet im 16. Jahrhun-



Besonders edel schmeckt ein Carpaccio aus Jakobsmuscheln als Vorspeise. Dafür werden pro Esser drei Nüsse kalkuliert. Jede davon wird horizontal in vier dünne Scheiben geschnitten. Alle zusammen werden auf dem Teller rund um weitere Zutaten zu einer Rosette drapiert.

der dokumentiert: „Die geöffnete Schalenhälfte der Jakobsmuschel, mit der Nuss und dem Roggen darin und etwas beigegebenem Fett wie Butter, garte man einfach in der Glut des Feuers.“ Ein archaisches Rezept. Weit verbreitet sind heute die in der Schale gratinierten Muscheln.

Dazu Lamort: „Man schneidet eine Nuss in kleine Stücke, gibt sie zurück in die gesäuberte Schale, dazu Crème fraîche, klein geschnittene Schalotten, etwas Weißwein, darüber Semmelbrösel und für 15 bis 20 Minuten ab in den Ofen.“

Der Experte räumt ein: „Ich finde es lecker, aber der wahre Geschmack der Muscheln tritt zurück.“ Voll zur Geltung kommt das Aroma für den Kenner bei einem Carpaccio, das sich als Vorspeise eignet. Pro Esser kalkuliert Lamort drei Nüsse und erläutert: „Jede rohe Nuss horizontal in vier dünne

Scheiben schneiden und auf dem Teller zu einer Rosette drapieren. Darüber etwas Olivenöl, Zitronensaft, Meeressalz, Pfeffer, als Dekors Salatblätter. Dann brät man in sehr heißer Butter den Roggen auf jeder Seite anderthalb bis zwei Minuten und legt ihn dazu – fertig.“ Das Zusammenspiel aus Kalt und Heiß hält er für exquisit.

Jakobsmuscheln auf Pilze-Schalotten-Bett

Besonders stolz ist Lamort auf eine weitere Eigenkreation: Jakobsmuscheln mit Pilzen und Schalotten. Für vier Portionen gelingt das ganz simpel: sechs kleingeschnittene Schalotten anbraten, dann dazu 400 Gramm Pilze und alles fünf Minuten garen. Es können ganze Pfifferlinge oder Champignons in Schreibern sein. Zwischendurch immer wieder umrühren, salzen, pfeffern, auf dem Pilze-Schalotten-Bett jeweils drei in Butter angebratene Nüsse drapieren. Dazu passen warme Apfelspalten und als Beilage Reis.

Ein handfestes Pilgerdiplom

Küchenchef Aurélien Leclerc (39) haut den heiligen Jakobus gern in die Pfanne – in übertragenem Sinne natürlich. Warum trägt die Muschel überhaupt den Namen des Heiligen? Gemeint ist Apostel Jakobus der Ältere, laut Bibel einer der wichtigsten Begleiter Jesu. Nun gilt es, das Rad der Geschichte ins Mittelalter zurückzudrehen:

Die frühen Pilger, die auf dem Jakobsweg im spanischen Santiago de Compostela eintrafen und dort das Jakobusgrab besuchten, erhielten als Lohn ein handfestes Diplom: die Schale einer Muschel, die aus dem nahen Atlantik stammte. So nannte man sie Jakobsmuschel. Deren Schale ist als Anknüpfungspunkt längst von der Compostela-Urkunde abgelöst worden, aber das Symbol aller Jakobspilger geblieben und ein beliebtes Souvenir. In der Normandie sind die Schalen im Wesentlichen nichts weiter als bergeweise Abfallprodukte.

Exotische Noten

Die Faustregel für Küchenchef Alexis Tison (28), der die Gäste im Restaurant Le Riva Bella in Ouistreham verwöhnt, lautet: „Immer fünf Nüsse pro Person für einen Hauptgang und jeweils drei für eine Vorspeise oder ein Dessert.“ Da stutzt man: ein Dessert mit Jakobsmuscheln? „Sie passen einfach zu allem“, bekräftigt er und verrät eine erstaunliche Kombination: ein Carpaccio mit Stückchen von Zitrusfrüchten, also Pampelmuse, Orange, Blutorange. Etwas Sahne und Kokosmilch dazu, nebedran ein Zitronensorbet.

Ebenso überrascht als Entree ein Nüsse-Tatar mit Passionsfrucht und Granatapfelkernen. „Das gibt einen exotischen Touch“, so Tison. Pro Person kalkuliert er zehn Granatapfelkerne und eine halbe Passionsfrucht. Dazu Zitronensaft, etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer.

Das richtige Getränk

Für Kenner gibt es nur eines als ideales Begleitgetränk: einen trockenen Weißwein. Ein Bier hält Alleswisser Dominique Lamort für grenzwertig. Ein helles, wenn überhaupt, niemals ein dunkles. Der Gedanke an einen Rotwein oder einen zuckerhaltigen Drink lässt ihn erschauern, denn: „Jakobsmuscheln haben einen sehr feinen Geschmack, da darf sich kein stärkerer drüber legen.“

tmn



Aurélien Leclerc richtet die Jakobsmuscheln sehr dekorativ mit Lauchgemüse und Quinoa an, empfiehlt dazu einen trockenen Weißwein. FOTO: ANDREAS DROUVE/DPA-TMN



Jetzt mind.
20% Rabatt
auf Bremsen
sichern¹

Kosten bremsen, Freude steigern. Volkswagen Bremsenwochen

Wir kürzen Ihre Kosten, damit Sie den kürzesten Bremsweg haben. Jetzt Vorteil sichern bei unseren Bremsenwochen mit Rabatt auf Original Ersatzteile für Ihr Bremssystem.

¹ Angebot gültig für Privatkunden. Der Rabatt bezieht sich auf unsere Preise für ausgewählte Volkswagen Original und HORUM Bremscheiben, Bremsbeläge, Bremstrommeln und Bremsbacken, die in einen Volkswagen Pkw (ausgenommen FIN beginnend mit WV1, WV2, WV3, WV4 und WV5) verbaut werden. Ausgenommen sind Keramikbremsen. Eine Kombination mit anderen Aktionen ist ausgeschlossen. Angebot gültig bis zum 28.02.2026.



HOFFMANN
Autohaus

Ihr Volkswagen Partner

Friedrich Hoffmann GmbH & Co. KG
Wickersdorfer Ring 6, 35099 Burgwald-Bottendorf
Tel. +49 6451 2302030, www.friedrich-hoffmann.de

Angebote gültig vom 23.02. – 28.02.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!



Würzburger Hofbräu Pilsner
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
1l = 1,20 €

Aktion!

+ 4er Pack
GRATIS!

-25%

11,99

Entspricht einem
Kastenpreis von 9,99 €



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

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

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

Förstina Sprudel Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,46 €

-29%
11,99 **10,99****

-43%
11,99

Hofbräuhaus Maibock
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 2,12 €

Weißenoher Bonator
Doppelbock,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,60 €

5,49 **4,99****

14,99

16,99 **13,99****

18,99 **15,99****

Andechs Bock
Doppelbock dunkel, Bergbock hell,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 2,00 €

Kapuziner Weißbier
hell, alkoholfrei,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,50 €

Warsteiner NaturRadler
diverse Sorten,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,02 €

Mönchshof Maibock*
Pack = 4 x 0,5 l,
zzgl. 0,60 € Pfand,
1l = 2,25 €

19,99

14,99 **13,99****

-20%
3,99

4,49

Peroni Nastro Azzurro
Original, 0,0%,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,27 €

Germeta Quelle Mineralwasser*
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,53 €

Adelholzener Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,5 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,83 €

top frisch Mineralwasser
diverse Sorten,
Pack = 6 x 1,5 l,
zzgl. 1,60 € Pfand,
1l = 0,22 €

4,49 **3,99****

4,49 **3,99****

4,99

1,98

RhönSprudel
Holler Blüte, Schorie, Vita,
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,00 €

Bionade
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,33 l,
zzgl. 2,46 € Pfand,
1l = 2,52 €

Sturmius
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,00 €

Pepsi Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,83 €

8,99

11,49 **9,99****

9,99

9,99

Heil Saft, Nektar*
diverse Sorten,
außer Apfelsaft,
1l-Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
1l = 1,79 €

Bree
diverse Sorten,
0,75 l-Flasche,
1l = 4,65 €

Asbach Uralt
0,7 l-Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
1l = 15,70 €

10,99

1,79

3,49

10,99

9,99

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

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

www.logo-getraenke.de

www.logo-getraenke.de

IHR WOCHENHOROSKOP



WIDDER 21.3.-20.4. Bislang war Ihnen das Glück hold, das heißt aber nicht, dass Sie Ihren Einsatz erhöhen sollten: Das könnte fatale finanzielle Folgen haben.



STIER 21.4.-21.5. Erhoffen Sie sich nicht zu viel: Die Erwartungen sind sehr unterschiedlich und können nicht so einfach deckungsgleich gemacht werden.



ZWILLING 22.5.-21.6. Nehmen Sie das Ruder fest in die Hand und bleiben Sie auf Kurs. Konzentration und Ausdauer sind momentan wichtig. Gutes Timing übrigens auch!



KREBS 22.6.-22.7. Über das Geschwätz der anderen Leute können Sie hinweghören. Dies gilt aber nicht für die Gerüchte, die über einen engen Freund im Umlauf sind.



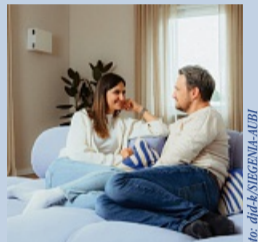
LÖWE 23.7.-23.8. Aufmerksamkeit ist das Gebot der Stunde: Sie sollten zügig auf ein Angebot reagieren, die Konkurrenz ist auch an dem Projekt interessiert.



JUNGFRAU 24.8.-23.9. Ihre Ratlosigkeit ist ein deutliches Indiz dafür, dass Sie etwas abgeschlossen haben und sich nun in einer Phase der Neuorientierung befinden.

Frischlucht mit Spareffekt

(djd-k). Winterzeit ist Heizungszeit, doch die wohlige Wärme ist nicht nur angenehm, sondern geht auch ziemlich ins Geld. Grund genug, über Sparmaßnahmen nachzudenken, auf das bedarfsgerechte Lüften sollte man jedoch keinesfalls verzichten. Denn frische Luft sorgt für Gesundheit und Wohlbefinden und schont zudem die Bausubstanz. Wer frische Luft nach drinnen holen möchte, ohne mit der Heizwärme das Geld zum Fenster hinauszubefördern, kann Wohngesundheit und Energieeffizienz clever verbinden: Moderne Lüftungstechnik mit Wärmerückgewinnung etwa sorgt für einen kontrollierten Luftwechsel ohne Energieverluste. Die Wandlüfter AeroPlus WRG und Aerotube WRG von Siegenia etwa wärmen die einströmende Außenluft auf dem Weg nach drinnen auf und reduzieren so die Heizkosten. Mehr Infos: www.siegenia.com.



WAAGE 24.9.-23.10. Reagieren Sie schnell und folgerichtig! Ein finanzielles Angebot sollten Sie sehr genau prüfen, sonst könnte sich ein Fiasko anbahnen!



SKORPION 24.10.-22.11. Hören Sie zu, aber mischen Sie sich nicht ein, wenn zwei sich streiten. Die Rolle des Schiedsrichters steht Ihnen in diesem Fall nicht zu.



SCHÜTZE 23.11.-21.12. Vorsicht ist bei einem Angebot sicher angebracht, aber Sie sollten die schöne Gelegenheit nicht einfach ungenutzt verstreichen lassen.



STEINBOCK 22.12.-20.1. Sie können zufrieden sein: Finanziell stehen die Sterne extrem gut für Sie – die eine oder andere Sonderausgabe ist durchaus erlaubt.



WASSERMANN 21.1.-19.2. In Ihrem Betrieb scheint vorübergehender Leerlauf zu herrschen. Nutzen Sie die Gelegenheit, um für sich einen Vorsprung herauszuholen.



FISCHE 20.2.-20.3. Bleiben Sie gelassen: Mit ungeduldigem Vorpreschen wird nämlich eine Angelegenheit eher in Verzögerung geraten als in Gang gesetzt.

Sicher sauber

Gefahrloser Frühjahrsputz

Das oberste Brett des Bücherregals abstauben, die Küchenlampe abwischen, Fenster putzen: Beim Frühjahrsputz geht es für viele besonders hoch hinauf – auf der Trittleiter.

Doch gerade ältere Menschen können sich bei Stürzen von Leitern schwer verletzen, häufig mit Oberschenkelhalsbrüchen oder Hüftfrakturen als Folgen. Darauf weist die Aktion „Das sichere Haus“ (DSH) hin.

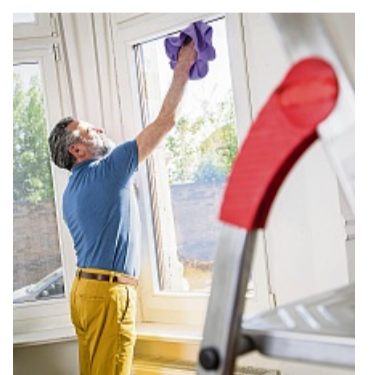
Im Zweifel Angehörige um Hilfe bitten

Um solche Stürze und Brüche beim Frühjahrsputz zu vermeiden, rät DSH, das Putzvorhaben bei Unwohlsein, Schwäche oder unter starker Medikation zu verschieben - oder Angehörige um Hilfe zu bitten.

Außerdem sollte man beim Frühjahrsputz für eine gute Beleuchtung sorgen - und nur geeignete Klapptritte oder Leitern mit Haltebügeln verwenden, um an höher gelegene Fenster und Co heranzukommen.

Stolperfallen wegräumen

Beim Putzen gilt es auch darauf zu achten, rutschfeste Schu-



Die meisten Unfälle passieren zu Hause: Wer den Frühjahrsputz entspannt angeht und Stolperfallen wie Eimer, Kabel oder andere Hindernisse aus dem Weg räumt, kann das Unfallrisiko deutlich minimieren.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

he zu tragen. Stolperfallen wie Eimer oder Kabel räumt man am besten direkt aus dem Weg. Auf nassen, rutschigen Böden sollte man natürlich besonders vorsichtig arbeiten.

Weitere Tipps im Überblick:
- beim Putzen viel trinken
- regelmäßig Pausen einlegen
- für die einzelnen Putzvorhaben ausreichend Zeit einplanen
- Hektik und Ablenkung während des Putzens minimieren

dpa

Wie können Tiere der Seele helfen?

Wissenswertes rund um die tierischen Therapiebegleiter

Der Kontakt mit Hunden, Pferden oder Alpakas kann in der Behandlung von Depressionen, Angststörungen oder Demenz positive Effekte erzielen. Welche Chancen tiergestützte Therapien bieten und wo die Grenzen sind – Antworten auf wichtige Fragen im Überblick:

Was ist tiergestützte Therapie?

Unter tiergestützter Therapie versteht man eine geplante und zielgerichtete therapeutische Maßnahme, bei der speziell ausgebildete Tiere fester Bestandteil der Behandlung sind. Sie wird von qualifizierten Fachkräften – etwa aus der Psychotherapie, Ergotherapie oder Physiotherapie – durchgeführt und verfolgt konkrete, dokumentierte Therapieziele.

Wann kann die Therapie mit Tieren helfen?

Viele Menschen empfinden den Kontakt mit Tieren in einer Therapie als unterstützend. Wissenschaftliche Studien liefern Hinweise darauf, dass sich im Rahmen tiergestützter Therapie zum Beispiel Verbesserungen bei Depressionen, Angststörungen oder Stresssymptomen beobachten lassen. Auch bei Autismus oder Demenz gibt es Studien, die darauf hindeuten, dass Tiere helfen können, mehr Ruhe zu finden, die Stimmung zu stabilisieren oder soziale Kontakte zu erleichtern.

Erklärt werden die positiven Effekte unter anderem mit der Wirkung von Hormonen. Studien zeigen, dass Menschen im Kontakt mit Tieren – etwa beim Streicheln – das Hormon Oxytocin ausschütten. Das Hormon steht mit Bindung, Vertrauen und Stressreduktion in Verbindung.

„Wenn wir derart entspannt sind, können wir schneller eine vertrauensvolle Beziehung aufbauen oder mehr Motivation aufbringen“, sagt Andrea Beetz. Sie ist Professorin für Heilpädagogik an der IU Internationale Hochschule und Präsidentin der International Society for Animal Assisted Therapy (ISAAT). Diese positive Grundstimmung kann zum Beispiel dazu beitragen, dass Patientinnen und Patienten neuen Erfahrungen aufgeschlossener oder mit weniger Ängsten begegnen.

Teils sollen mittels tierge-



Im Kontakt mit Tieren schüttet unser Körper Oxytocin aus. Dieser Effekt kommt tiergestützten Therapien zugute.

FOTO: MONIQUE WÜSTENHAGEN/DPA



Auch Begegnungen mit Pferden können zu einer Therapie von psychischen Krankheiten gehören.

FOTO: CHRISTIN KLOSE/DPA

stützter Therapie – etwa im Kontakt mit Pferden – auch Kommunikation, Sozial- und Lernverhalten, das Selbstwertgefühl oder soziale Kompetenzen gefördert werden.

Wie gut eine tiergestützte Therapie oder Intervention wirkt, hängt auch vom individuellen Charakter des Tieres und der Beziehung zwischen Therapeut und Klient ab. Stimmen die Grundvoraussetzungen, lasse sich manches schneller bewältigen als in reiner Therapie ohne Tier, so Diplom-Psychologin Beetz.

Welche Tiere eignen sich?

In tiergestützten Therapien kommen häufig Hunde und Pferde zum Einsatz. Aber auch Esel, Alpakas und Lamas können bei tiergestützten Interven-

tionen unterstützen. Es gibt nicht zuletzt Angebote mit Ziegen, Schafen oder Schweinen, zum Beispiel auf Bauernhöfen.

Grundvoraussetzung ist die Einhaltung von Tierschutzrichtlinien. Auch ethische Aspekte spielen beim Einsatz in Therapiesettings eine Rolle. Aus Sicht des Deutschen Tierschutzbunds sind etwa kleine Heimtiere wie Kaninchen und Meerschweinchen nicht für die Therapie geeignet. Zumindest, wenn es darum geht, sie anzufassen und nicht nur zu beobachten. Werden Kaninchen oder Meerschweinchen hochgehoben, ist das für die Tiere meist purer Stress.

Wo finde ich seriöse Angebote?

Beim Bundesverband Tierge-



Alpakas bringen vielen Menschen Freude: Im Rahmen von tiergestützten Interventionen werden die Tiere deshalb auch in Pflegeeinrichtungen eingesetzt.

FOTO: DANIEL VOGL/DPA

stützte Intervention oder den Dachverbänden ISAAT und ESAAT (European Society for Animal Assisted Therapy) sind Anbieter mit entsprechender Grund- und Zusatzausbildung aufgeführt.

„Achten Sie immer auf den Grundberuf, also etwa einen staatlich zugelassenen Ergotherapeuten, der eine Zusatzausbildung für seinen therapeutischen Tiereinsatz hat“, rät Andrea Beetz. Am besten habe der Therapeut oder die Therapeutin schon einige Jahre ohne Tier gearbeitet und sei routiniert genug, um sich auf das Tier konzentrieren zu können. Das ist wichtig, um auf Stresssignale des Tieres achten, ihm ausrei-

chend Pausen gönnen und Rückzugsorte bieten zu können.

Außerdem sollte es ein Hygiene- und Transportkonzept und Vorkehrungen für eventuelle Unfälle geben. Gewerbliche Anbieter müssen eine tierartspezifische Sachkunde nachweisen können.

Wie finde ich heraus, ob mir das Konzept helfen kann?

Besprechen Sie am besten mit dem Anbieter oder Therapeuten Ihrer Wahl, was möglich ist. „Viele sind mit Herzblut dabei und bereit zum Dialog“, sagt Beetz. Häufig muss eine erste Teststunde jedoch selbst bezahlt werden.

Was kostet diese Form der Therapie?

Die Kosten können je nach Angebot stark variieren. Bei tiergestützten Interventionen handelt es sich in der Regel nicht um anerkannte Therapieverfahren. In der Regel übernimmt die Krankenkasse Beetz zufolge nur die Kosten für eine reguläre Psycho- oder Physiotherapie. Die zusätzlichen Kosten für den Einsatz des Tieres werden häufig nicht erstattet.

Hinter größeren Instituten, die beispielsweise Hippotherapie anbieten, stehen häufiger Fördervereine, die Kosten teilweise mithilfe von Spenden übernehmen.

tmn

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

Bekanntschäften

Gabriele, 67 J., mit schlank-fraul. Figur, arbeite gerne im Haus u. Garten. Stelle keine hohen Ansprüche, nur ehrlich müssen Sie sein. Gibt es noch einmal e. anständigen Mann für mich? Rufen Sie üb. PV an, wir können getrennt od. am liebsten zusammen wohnen. Sie sind mein schönster Gedanke. Tel. 0176-34498341

Michaela, 61 J., hübsch, kochbegeistert u. naturinteressiert. Wenn Du Dich, auch wie ich, nach einem gemüt. Zuhause, nach Herzwärme u. nach einem Leben zu zweit sehnst, dann melde Dich üb. PV. Freu mich schon auf unser Kennenlernen. Tel. 0176-56841872

Gerda (67) privat! 0162 358 90 10

Immowelt

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



Landwirtschaft&Forsten

Brennholz Buche und Eiche 60 € srm 25/30 cm, mit Lief. Tel. 0176 62681914

Anzeigen lesen – in Ruhe auswählen.

Auto-Ankäufe

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

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

Suchen Sie ein Zimmer, eine Wohnung, ein Haus?

Eine Anzeige in Ihrer Zeitung hilft immer!

Stellenangebote

WIR BRAUCHEN VERSTÄRKUNG!

Wir suchen für unseren Standort in Adorf einen engagierten

Verkäufer (m/w/d)

für Traktoren, Landtechnik und Hof-, Rad- und Teelader

Wenn du Interesse hast, in einem jungen und erfolgsorientierten Team mitzuarbeiten, dann melde dich bei Dirk Schmidt (0171 3366643) oder schicke eine E-Mail an: d.schmidt@janson-landtechnik.de

www.janson-landtechnik.de



LEMKEN WEIDEMANN SAPHIR KRONE DEUTZ-FAHR

Frühstück zum Weltfrauentag

Bad Arolsen-Landau – Anlässlich des Weltfrauentages lädt der Landfrauenverein Landau am Sonntag, 8. März, zu einem gemütlichen Frühstück mit anschließendem Vortrag ein. Beginn ist um 9 Uhr im Rathausaal in Landau. Landfrauen und Gäste sind willkommen.

In entspannter Atmosphäre erwartet die Teilnehmerinnen ein reichhaltiges Frühstück, Zeit für Gespräche und ein besonderer Programmpunkt: Ruth Piro-Klein vom Verein für hessische Geschichte und Landeskunde hält einen Vortrag zum Thema: „Weltfrauentag – Entstehung, Entwicklung und Bedeutung für die Gleichberechtigung“.

In ihrem Vortrag schildert sie, wie der Weltfrauentag entstand und wie er sich entwickelte. Dabei erinnert sie an prägende Frauen wie Clara Zetkin, die für die Einführung dieses Tages und für die Rechte der Frauen kämpfte, sowie Elisabeth Selbert, die dem Frauentag nach dem Zweiten Weltkrieg zu neuem Glanz verhalf. Heutzutage steht der Weltfrauentag für den Kampf gegen geschlechtsspezifische Diskriminierung, für gleiche Bezahlung und gegen Gewalt an Frauen.

Zur besseren Planung ist eine verbindliche Anmeldung bis zum 22. Februar per E-Mail an landfrauen-landau@web.de oder telefonisch bei Karin Menkel (Tel. 0174/6286178) oder Claudia Wagener (Tel. 0162/5872170) erforderlich. Beiträge zum Frühstücksbuffet sind erwünscht; kurze Rückmeldung an den Vorstand erbeten.

Bad Arolsen – Die Rockband „Mr. Brassident“, eine achtköpfige Formation aus Nordrhein-Westfalen, ist am Samstag, 14. März, ab 19.30 Uhr im BAC-Theater in Bad Arolsen zu Gast.

Musiker spannen abenteuerlichen Bogen

Die Musiker spannen mit Blasinstrumenten und Schlagzeug einen abenteuerlichen Bogen über die Hits aus Rock und Pop, Funk und Soul, Kino und Fernsehen.

Sie übersetzen ihr Repertoire aus chilligem Pop, souligen Grooves, pumpenden Funk- und hämmernden Metalrhythmen laut Ankündi-

Blechbläser mit Metalrhythmen

Achtköpfige Band „Mr. Brassident“ gastiert im März im BAC-Theater



Die achtköpfige Formation „Mr. Brassident“ ist im März mit Blasinstrumenten und Schlagzeug zu Gast im BAC-Theater. FOTO: PRIVAT/NH

gung humorvoll in die analoge Welt der Blasmusik und sorgen so für fröhliche Stimmung bei Jung und Alt.

Auf der Bühne stehen gemeinsam die Trompeter Jarek Schönfeld und Franz Hösing, die Posaunisten Jochen Niehaves und Michael Vorholt, am Saxofon Holger Höbing und Uli Meyerling sowie die Drummer Wilm Flinks und Jan Risthaus.

Karten zum Preis von 18 Euro gibt es über das Online-Portal Reservix.de und an der Abendkasse.

Theater dreht in Krimi-Komödie den Enkeltrick um

Neuaufgabe der „1. Lesung“ mit Angelika Hesse-Pieper, Peter Famulok und Jens Guske nach großem Erfolg

Bad Arolsen – Das BAC-Theater legt seine Reihe mit Lesungen neu auf. Nun hat sich der Bad Arolser Theater- und Kulturverein wieder etwas Neues überlegt: Statt eines Buches wird ein Theaterstück in einer sogenannten „1. Lesung“ gegeben.

Eine „Erste Lesung“ gilt im Theater wie im Film als die erste Probe mit dem Ensemble zu Beginn einer Probenzeit, bei der das gesamte Stück bzw. das

Drehbuch mit verteilten Rollen gelesen wird.

Aufgrund des großen Erfolges des „Enkeltricks“ im November bitten Angelika Hesse-Pieper, Peter Famulok und Jens Guske am Freitag, 21. März, um 19.30 Uhr erneut ins BAC-Theater, in den Siepen 6, in Bad Arolsen.

„Der Enkeltrick“ ist eine Krimi-Komödie, in der der Spielfilm umgedreht wird – vielschichtig, teilweise absurd und sehr

unterhaltsam. Es handelt sich um ein Zwei-Personenstück mit allerlei Überraschungen. Und wie es sich bei einer 1. Lesung gehört, hat die BAC eigens einen Regisseur auf der Bühne, der die beiden lesenden Schauspieler „casten“ muss...

Karten zum Preis von sechs Euro gibt es ab sofort auf dem Online-Portal reservix.de und beim Touristik-Service Bad Arolsen, Große Allee 24.



Vielschichtig, teilweise absurd und sehr unterhaltsam. Beim Enkeltrick lesen Angelika Hesse-Pieper, Peter Famulok und Jens Guske. FOTO: WOLFGANG HERGESELL

Große Polster-Tausch-Aktion!

Jetzt profitieren und Planungstermin mit unseren Küchen- und Einrichtungsprofis vereinbaren!



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

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

➔ **Kostenlose Lieferung!**

🍃 **Kostenlose Entsorgung!**

★ **0% Finanzierung bis zu 24 Monate!**

*Gültig nur bei Neuaufträgen vom 24.02. bis zum 14.03.2026. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

MÖBELKREIS® KÜCHE & EINRICHTEN

Korbach-Meininghausen · www.moebelkreis.de

Kostenlose Finanzierung. Bis 24 Monate und bis € 6.000,- ohne Gehaltsnachweis! Keine Zinsen. Keine Gebühren. Keine Anzahlung. Barzahlungspreis entspricht dem Nettodarlehensbetrag sowie dem Gesamtbetrag. Effektiver Jahreszins und gebundener Sollzins entsprechen 0,00 % p.a. Bonität vorausgesetzt. Partner ist die Creditplus Bank AG, Augustenstraße 7, 70178 Stuttgart.