

Info-Abend zur Organspende

SCHÖNWALDE A.B. Etwa 8500 Patienten stehen derzeit in Deutschland auf der Warteliste für ein Spenderorgan. Dem gegenüber stehen jährlich nur rund 2500 Transplantationen. Mit einem Info-Abend zur Organspende am 31. Januar um 19.30 Uhr in den Räumen des Museums will der Förderverein Dorfmuseum Schönwalde (Alte Schule, Am Ruhsal, 23744 Schönwalde) rund um die Organspende aufklären.

„Da in Deutschland die Bereitschaft zur Organspende ausdrücklich mittels Spendenausweis erklärt werden muss, möchte wir die Gelegenheit geben, sich einmal intensiv mit dem Thema auseinander zu setzen und Frage direkt beantwortet zu bekommen“, sagt Marc Dobko-

witz, Vorsitzender des Fördervereins zur Motivation für den Info-Abend.

An dem Abend werden nicht nur die rechtlichen und medizinischen Fragen erörtert. Die Organspende soll auch aus Sicht der Empfänger betrachtet werden. Dazu hat sich Anja Wiebe aus Schönwalde bereiterklärt über die Erkrankung ihres Sohnes und die Auswirkungen für die Familie zu berichten. Bei Felix wurde eine chronische Herzmuskelentzündung diagnostiziert. Im Januar 2022 erhielt der damals Dreijährige ein Kunstherz. Im Mai wurde er dann auf die Warteliste für ein Spenderherz gesetzt. „Es war ein Glück, dass schon im Juli, nach zur 72 Tagen, ein passendes Herz gefunden war“, erinnert sich Anja Wiebe.

Beratungswoche im Studienkreis

EUTIN. In diesen Tagen erhalten Schüler ihre Halbjahreszeugnisse — Grund zur Freude für die einen, für andere dagegen eine bittere Enttäuschung. Wie Familien gut mit einem schlechten Halbjahreszeugnis umgehen können, weiß der Studienkreis in Eutin. Vom 5. bis 9. Februar lädt das Nachhilfe-Institut Eltern und ihre Kinder zu einer Beratungswoche ein.

„Entspricht das Zeugnis nicht den Erwartungen, gilt es zunächst einmal, Ruhe zu bewahren“, rät Thomas Momotow vom Studienkreis. „Es ist verständlich, wenn Eltern über schlechte Noten ihres Kindes enttäuscht sind oder sich Sorgen machen.“ Von spontanen Reaktionen wie Schimpfen und Bestrafen rät er

jedoch ab. „Denn das Kind ist normalerweise ebenso unglücklich wie die Eltern und braucht in dieser Situation ihre besonnene Unterstützung.“ Wichtig sei deshalb, dass die Eltern gemeinsam mit ihrem Kind die Ursachen für die schlechten Noten herausfinden. Danach gehe es darum, einen Plan mit realistischen Zielen aufzustellen, damit das Kind das Schuljahresziel noch erreicht. Was beim Schuljahres-Endspurt immer nützt, seien Methoden, die das Lernen erleichtern.

■ **Studienkreis Eutin, Diana Hamann, Plöner Str. 27a, 23701 Eutin Tel. 0 45 21/7 35 36 (Mo.-So. 7-22 Uhr), eutin@studienkreis.de www.studienkreis.de/nachhilfe-eutin**

Sicherheit geht vor

Teilnahme am Seminar: Landrat und Fachbereichsleiter informieren sich über Bevölkerungsschutz auf der Führungsebene der Kreise

EUTIN. Bereits im Rahmen seines Amtsantritts hat Landrat Timo Gaarz sein Ziel kommuniziert, den Aufgabenbereich Katastrophenschutz eine hohe Priorität zukommen zu lassen und ihn beim Kreis Ostholstein inhaltlich sowie personell stärken zu wollen. Die Sturmflutsituation an der Ostseeküste im vergangenen Herbst hat einmal mehr gezeigt, wie wichtig ein gut aufgestellter Katastrophenschutz für die Zukunft ist.

In diesem Zuge hat er dem Kreistag einen Stellenplanentwurf vorgelegt, der einen Personalaufwuchs in diesem Bereich vorsieht und der vom Kreistag mehrheitlich beschlossen wurde.

Darüber hinaus hat Landrat Gaarz Mitte Dezember gemeinsam mit Dr. Uwe Jürgens, Fachbereichsleiter Sicherheit und Gesundheit des Kreises Ostholstein, an dem dreitägigen Seminar „Bevölkerungsschutz auf der Führungsebene der Kreise und kreisfreien Städte“ in der Bundesakademie für Bevölkerungsschutz und Zivile Verteidigung in Bad Neuenahr-Ahrweiler zusammen mit anderen Landräten aus ganz Deutschland teilgenommen. Die Seminarinhalte waren die Notfallplanung und Krisenmanagementstrukturen auf Kreisebene oder die Risikoanalyse unter Berücksichtigung kritischer Infrastrukturen.

„Ich freue mich sehr, dass unser Landrat als untere Katastrophenschutzbehörde mit mir



Landrat Timo Gaarz und Dr. Uwe Jürgens vor der Bundesakademie für Bevölkerungsschutz.

zusammen an diesem Seminar teilgenommen hat und damit auch seine persönliche Haltung für diesen wichtigen Bereich sehr deutlich macht“, sagte Dr. Uwe Jürgens nach dem Seminar.

Im Hinblick auf eine mittel- und langfristige Katastrophenbewältigung erarbeitet der Kreis Ostholstein zusammen mit dem Kreisfeuerwehrverband und den unterstützenden öffentlichen und privaten Katastrophenschutz- und Hilfsorganisationen derzeit einen Katastrophenschutzbedarfsplan, der die Grundlage für die künftige organisatorische, technische und ma-

terielle Ausrichtung des Katastrophenschutzes des Kreises Ostholstein bildet.

Im Rahmen einer Risikoanalyse werden zunächst anhand von lokalspezifischen Modellszenarien die Bedarfe und die erforderlichen Bewältigungskapazitäten bestimmt. Als mögliche Szenarien werden auch das Küstenhochwasser oder Starkregeneignisse, Hitzewellen und langanhaltende Stromausfälle detailliert analysiert und im Nachgang hierzu die wesentlichen Anforderungen an den Katastrophenschutz des Kreises Ostholstein abgeleitet.

Versammlung der Feuerwehr

QUISDORF. Die Feuerwehr Majenfelde-Quisdorf lädt am 2. Februar um 19.30 Uhr zur Jahreshauptversammlung ein. Treffpunkt ist das Feuerwehrgerätehaus in der Majenfelder Landstraße 12 a.

OH-Museum geht in die Pause

EUTIN. Sonntag enden im Ostholstein-Museum die Ausstellungen „Markus Lüpertz. Erfindung und Wahrheit“ und „Frauenbilder“. Das Museum macht im Februar Pause. Ab 3. März startet „Moment und Dauer“, Bilder des Malers Lars Möller aus Hamburg.

KINO

Eutin
FILMWELT EUTIN
Königstraßenpassage 1a
Ticket-Reservierung online:
www.filmwelt-eutin.de

Programm bis 31. Januar:
► **„Die Chaosswestern und Pinguin Paul“**
Do. bis So., Di. u. Mi. 15.30 Uhr, Sa. u. So. 15.30 u. 17.45 Uhr
► **„Sterne zum Dessert“**
Do. bis Sa. u. Mi. 15.45 Uhr, So. 18 Uhr, Di. 20.15 Uhr
► **„Priscilla“**
Do. u. Fri. 17.45 Uhr, Di., Mi. 20 Uhr
► **„Munch“**
Do. bis Sa. 18 Uhr, So. u. Di. 15.45 Uhr, Mi. 20.15 Uhr
► **„The Beekeeper“**
Do. bis So. 20.15 Uhr, Di., Mi. 18 Uhr
► **„The Palace“**
Do. bis So. 20.15 Uhr, Di., Mi. 18 Uhr

ANZEIGE

Thema nächtlicher Harndrang:
„Ich konnte endlich wieder durchschlafen!“



Eine Betroffene berichtet, wie Sie ihren nächtlichen Harndrang in den Griff bekam.

Nächtlicher Harndrang ist eine häufige Beschwerde: Millionen von Menschen aller Altersgruppen leiden darunter. Frauen ab 45 sind besonders oft betroffen. Die häufigen nächtlichen Toilettengänge führen zu unruhigem Schlaf und lästiger Müdigkeit tagsüber. So erging es auch Eva R. (53): „Es hat mit den Wechseljahren begonnen – irgendwann habe ich bemerkt, dass ich immer öfter auf die Toilette musste. Zu-

nächst nur am Tag, dann aber auch in der Nacht. Ab einem gewissen Zeitpunkt konnte es schon mal passieren, dass ich dreimal aufstehen musste.“

Sensible Blasenwand
Eva R. beschreibt den typischen Hergang von nächtlichem Harndrang. Denn in der Regel sind es hormonelle Umstellungen (etwa im Zuge der Schwangerschaft, aber eben auch in den Wechseljahren), die verantwortlich für die häufigen Toilettengänge sind. Diese können dazu beitragen, dass die Blasenwand immer sensibler wird und in

der Folge oft schon bei kleinsten Urinmengen das Signal zur „Entleerung“ ans Gehirn sendet. Eine häufige Begleiterscheinung ist eine sogenannte Belastungsinkontinenz, bei der Betroffene schon bei geringen körperlichen Anstrengungen (z. B. Lachen oder Niesen) kleine Mengen Harn verlieren.

Geheimtipp aus Österreich
Während eines Skiurlaubes in Österreich entdeckt Eva R. dann aber in der Apotheke ein Präparat, das ihr endlich Unterstützung bietet: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die rein pflanzlichen

Tabletten enthalten einen hochdosierten Extrakt aus Kürbiskernen, die schon seit jeher erfolgreich in der Pflanzenheilkunde verwendet werden. Da die natürlichen Inhaltsstoffe einige Zeit brauchen, um sich im Körper anzureichern, wird ihr eine längerfristige Einnahme über mehrere Wochen empfohlen.

„Ich konnte es kaum glauben, habe mir dann aber doch zwei Packungen gekauft. Und tatsächlich bemerkte ich, nach etwa zwei Monaten der konsequenten Einnahme eine deutlich spürbare Veränderung“, ist Eva R. begeistert.

Durch Studien belegt
Die Erfahrungen von Eva R. und zahllosen anderen Anwenderinnen von Dr. Böhm® Kürbis für die Frau werden auch von der Wissenschaft bestätigt. So zeigt eine Studie: Durch die regelmäßige Anwendung eines hochdosierten Kürbiskern-Extraktes kann der nächtliche Harndrang um fast die Hälfte gesenkt werden.² Besonders schön für die Betroffene: „Mittlerweile bekomme ich die Kürbis-Tabletten von Dr. Böhm® auch hier in Deutschland – so kann ich laufend etwas für meine Blase tun.“



Unser Tipp:
Wenn auch Sie die natürliche Kraft der Kürbiskerne für Ihre Blase nutzen wollen, bestehen Sie in der Apotheke auf das Original von Dr. Böhm®. Nur so können Sie sich der ausreichend hohen Dosierung und der Qualität sicher sein.

Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau noch nicht vorrätig sein, bestellt es Ihre Apotheke sicher gerne für Sie.

¹ Name und Alter geändert.
² Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61

APOTHEKEN-TIPP

Dr. Böhm® Kürbis für die Frau

Nahrungsergänzungsmittel

- ✓ **Stärkt die Blasenmuskulatur**
- ✓ **Rein pflanzlich**
- ✓ **Kurmäßige Einnahme empfohlen**

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau
60 Stk.; **PZN 15390969**