

Apfel-Flammkuchen
mit roten Zwiebeln

Zutaten (für 2–3 Portionen)

1	Flammkuchenteig
150 g	Crème fraîche
1	großer Apfel
1	rote Zwiebel
80 g	geriebener Käse
Salz	
Pfeffer	
etwas Thymian	

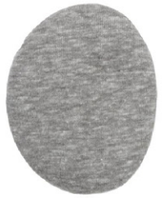
So geht's

- Backofen nach Packungsangabe vorheizen.
- Teig ausrollen und mit Crème fraîche bestreichen.
- Apfel in dünne Spalten, Zwiebel in feine Ringe schneiden und beides darauf verteilen.
- Käse darübergeben, würzen und den Flammkuchen nach Packungsangabe knusprig backen.
- Tipp: Ein paar gehackte Walnüsse passen gut dazu.

Guten Appetit!

WISSEN UND GEWINNEN

Jetzt miträtseln
und 1 von 10 earbags – Fleece-Ohrenwärmer – gewinnen!

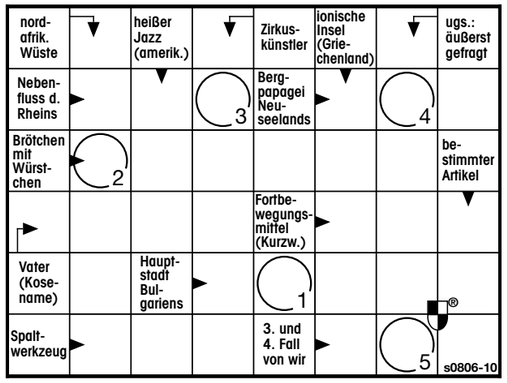




© www.earbags.com

Earbags sind innovative, bügellose Ohrenwärmer, die direkt auf die Ohrmuschel geklipst werden und ohne störenden Kopf- oder Nackenbügel auskommen. Mitmachen lohnt sich!

Einsendeschluss ist der 31.01.2027.



* Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich volljährige natürliche Personen. **Für die Gewinnspielteilnahme ist neben der Angabe der korrekten Lösung mindestens die Nennung des Namens sowie der Postadresse der/des Teilnehmenden Voraussetzung.** Die Angabe einer E-Mail-Adresse sowie einer Telefonnummer ist freiwillig. Die Gewinner werden durch Zufallsziehung unter allen richtigen Einsendungen ermittelt und schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Teilnahme am Gewinnspiel ist kostenlos.

Impressum: Herausgeber: Meditrend eG, Münster | Layout/Druck: DIE COPILOTEN, Köln

Ihr persönlicher Gutschein
– persönlich abgeben oder per Post zusenden, bitte nutzen Sie Ihren persönlichen Gutschein –

Name, Vorname

Telefon (freiwillige Angabe)

Adresse

E-Mail (freiwillige Angabe)

☐ Ich möchte einen Termin für einen **kostenlosen Hörtest** mit anschließender Beratung vereinbaren.

☐ Ich möchte **Testhörer:in werden** und die neuesten Hörsysteme kostenlos probetragen.

☐ Ich möchte am Gewinnspiel teilnehmen.* **Lösungswort:** 1 | 2 | 3 | 4 | 5

☐ Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich ausdrücklich damit einverstanden, dass die von mir übermittelten Daten für die Durchführung und Abwicklung des Gewinnspiels erhoben und verarbeitet werden.

☐ Ja, ich erkläre mich als Gewinnspielteilnehmer:in damit einverstanden, dass meine abgegebenen Daten zusätzlich zu Werbezwecken verarbeitet werden. Ich bin damit einverstanden, dass mir Informationen zu Angeboten über Hörgeräte, Zubehör und Pflegemittel sowie zu Dienstleistungen aus dem Bereich Hörgeräteversorgung von Hörwelt Jana Ritter per Post oder E-Mail übermittelt werden.

Unterschrift

Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Sie haben jederzeit die Möglichkeit, bei unserem Datenschutzbeauftragten (Hörwelt Jana Ritter, Frau Ritter, Schillerstraße 2, 78234 Engen) der Verarbeitung der Daten zu widersprechen. Im Falle eines Widerrufs wird der Teilnehmer vom Gewinnspiel ausgeschlossen.

Hörwelt
Jana Ritter

Schillerstraße 2, 78234 Engen
Tel. 07733 3603063

Hauptstraße 14, 78333 Stockach
Tel. 07771 6474777

Seestraße 53, 78315 Radolfzell
Tel. 07732 9599722

Hauptstraße 47, 78244 Gottmadingen
Tel. 07731 7968282

Jetzt telefonisch oder online Termin vereinbaren:
www.hoerwelt-jana-ritter.de/Kontakt-Termin

Ausgabe 2/2026

DAS HÖRWELT JANA RITTER MAGAZIN: HERZENSGEHÖRT

Hörwelt
Jana Ritter

Mitglied im Verbund Der HörAkustiker Dein Meisterbetrieb www.der-hoerakustiker.de

In dieser Ausgabe:

„Warum klingt meine eigene Stimme so anders?"

Mütze, Brille, Hörsystem – geht das zusammen?

Warum verstehe ich manche Stimmen besser?

Kleiner Hör-Check für Zuhause

HÖRSYSTEME & ZUBEHÖR



© stock.adobe.com – Valistrum

KI generiert

Warum Hörverbesserung im Alter so wichtig ist
und weshalb Hörgeräte und Hörtherapie gemeinsam mehr bewirken können

Gutes Hören bedeutet Lebensqualität: Es ermöglicht Gespräche mit Familie und Freunden, erleichtert die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben und hilft uns, geistig aktiv zu bleiben. Doch wenn das Gehör im Alter nachlässt, wird das häufig zunächst unterschätzt. Dabei lohnt es sich, frühzeitig aktiv zu werden.

Hörverlust ist mehr als eine Frage der Lautstärke

Ein unbehandelter Hörverlust kann weitreichende Folgen haben. Wissenschaftliche Studien zeigen einen Zusammenhang zwischen Schwerhörigkeit und einem erhöhten Demenzrisiko. Je nach Untersuchung wurden deutlich erhöhte Risiken festgestellt. Ein wichtiger →



Liebe Leserinnen und Leser,

manchmal sind es kleine Dinge, die das Hören im Alltag leichter machen. Der Fernseh-ton führt direkt über das Hörsystem ins Ohr. Ein zusätzliches Mikrofon hilft beim Gespräch über einen langen Tisch hinweg. Und manchmal genügt schon eine kleine Änderung an der Einstellung, damit die eigene Stimme wieder angenehmer klingt.

In dieser Ausgabe schauen wir auf Situationen, die viele Hörsystemträger kennen. Wir zeigen auf, welches Zubehör sich anbietet, warum die eigene Stimme mit Hörsystem zunächst ungewohnt klingen kann und was Mütze und Brille mit gutem Sitz zu tun haben.

Vielleicht entdecken Sie dabei etwas, das Sie bei Ihrem nächsten Besuch einfach einmal ausprobieren möchten. Wir freuen uns auf Sie.

Viel Freude beim Lesen!

Jana Ritter

Hörakustikmeisterin,
Pädakustikerin,
Hörtherapeutin

NEUHEITEN

möglicher Grund: Wenn das Verstehen immer anstrengender wird, beansprucht das Zuhören mehr geistige Ressourcen. Gleichzeitig können Gespräche seltener werden und soziale Kontakte verloren gehen.

Die gute Nachricht: Wer eine Hörminderung rechtzeitig versorgen lässt, kann aktiv etwas für besseres Verstehen, mehr Teilhabe und Lebensqualität tun.



© Stockfotografie – Alexander Raths

Jetzt Termin vereinbaren!

Hörgeräte sind der Anfang – Hörtherapie geht einen Schritt weiter

Moderne Hörsysteme können Sprache wieder besser hörbar machen. Doch gutes Hören bedeutet nicht allein, Geräusche lauter wahrzunehmen. Das Gehirn muss Klänge einordnen, Sprache erkennen und wichtige Informationen aus unterschiedlichen Hörsituationen herausfiltern.

Genau hier setzt die Hörtherapie an. Sie unterstützt dabei, das Hören und Verstehen gezielt zu trainieren und den Umgang mit anspruchsvollen Hörsituationen zu verbessern.

Doppelte Kompetenz für Ihr Gehör

In unseren Fachgeschäften stehen Ihnen ausgebildete Hörakustiker zur Seite, die zusätzlich über die Qualifizierung zum Hörtherapeuten verfügen. Dadurch können wir Hörgeräteversorgung und Hörtherapie sinnvoll miteinander verbinden: von der individuellen Anpassung Ihrer Hörsysteme bis zur gezielten Unterstützung beim Hörverstehen.

Unser Anspruch ist es, nicht nur Ihr Gehör technisch bestmöglich zu unterstützen, sondern Ihnen auch dabei zu helfen, die neuen Höreindrücke im Alltag möglichst gut zu nutzen.

Warten Sie nicht, bis Gespräche anstrengend werden.

Wenn Sie häufiger nachfragen müssen, Gespräche in Gesellschaft zunehmend schwierig finden oder den Fernseher immer lauter stellen, lohnt sich ein Hörtest. Gemeinsam finden wir heraus, welche Unterstützung zu Ihnen passt – für mehr Verständlichkeit, mehr Sicherheit und mehr Lebensqualität in jedem Alter.

NACHGEFRAGT

„Warum klingt meine eigene Stimme so anders?“

Hörakustikmeisterin Jana Ritter beantwortet eine Frage, die besonders neue Hörsystemträger und -trägerinnen häufig beschäftigt.

Frau Ritter, warum klingt die eigene Stimme mit Hörsystem manchmal ungewohnt?



© Hörwelt Jana Ritter

Jana Ritter: Weil wir unsere Stimme auf zwei Wegen wahrnehmen: über die Luft und über Schwingungen im eigenen Körper. Mit einem Hörsystem verändert sich dieser Höreindruck. Je nachdem, wie das Ohrstück oder der Schirm das Ohr verschließt, kann die Stimme zum Beispiel voller oder dumpfer wirken.

Muss ich mich einfach daran gewöhnen?

Jana Ritter: Eine gewisse Eingewöhnung ist normal. Trotzdem sollte niemand wochenlang mit einem unangenehmen Klang herumlaufen und hoffen, dass es irgendwann besser wird.

Was kann der Hörakustiker tun?

Jana Ritter: Wir schauen uns den Sitz des Hörsystems an und prüfen die Einstellungen. Auch die Bauform des Ohrstücks oder Schirmchens kann eine Rolle spielen. Bei Problemen mit dem sogenannten Verschlusseffekt gibt es verschiedene Möglichkeiten, die Versorgung anzupassen.

Wann sollte ich vorbeikommen?

Jana Ritter: Wenn die eigene Stimme dauerhaft unangenehm klingt oder Sie deshalb Ihr Hörsystem weniger tragen. Sagen Sie möglichst genau, was Sie hören: dumpf, hallend, zu laut oder vielleicht „wie im Fass“. Solche Beschreibungen helfen uns bei der Anpassung.

Vielen Dank für das Gespräch, Frau Ritter.

TIPPS VOM AKUSTIKER

Mütze, Brille, Hörsystem – geht das zusammen?

Klar, ein bisschen Aufmerksamkeit beim Auf- und Absetzen hilft aber.



KI generiert

© stock.adobe.com – Anna Jurkovska

Wer ein Hörsystem hinter dem Ohr trägt, teilt sich dort den Platz mit dem Brillenbügel. Im Herbst kommt häufig noch eine Mütze oder ein Stirnband dazu. Sitzt alles zu eng, kann das Hörsystem verrutschen. Auch störende Reibegeräusche sind möglich.

Darauf können Sie achten:

- Mütze langsam über die Ohren ziehen und danach den Sitz der Hörsysteme prüfen.
- Beim Absetzen kurz kontrollieren, ob beide Geräte noch richtig sitzen.
- Bei Brille und Hörsystem darauf achten, dass hinter dem Ohr nichts drückt.
- Hörsysteme nach Regen oder einem feuchten Spaziergang gut trocknen lassen.

Sitzt das Hörsystem mit Ihrer Lieblingsmütze nicht richtig? Bringen Sie die Mütze beim nächsten Termin einfach mit. Dann schauen wir uns die Kombination direkt an.

WISSENSWERTES

Warum verstehe ich manche Stimmen besser?

„Dich verstehe ich gut. Aber bei ihm muss ich ständig nachfragen.“

Das kommt häufig vor. Denn Stimmen unterscheiden sich. Tonhöhe und Sprechweise spielen dabei eine Rolle. Noch wichtiger ist oft die Situation: Spricht jemand mit dem Gesicht zu uns? Wie weit ist die Person entfernt? Läuft nebenbei Musik? Hallt der Raum?



© stock.adobe.com – Studio Romantic

Deshalb kann ein Gespräch zu Hause problemlos funktionieren und dieselbe Stimme im Restaurant plötzlich schwer zu verstehen sein.

Wenn Ihnen bestimmte Situationen regelmäßig Schwierigkeiten machen, merken Sie sich möglichst genau, wann das passiert. Diese Information hilft bei der nächsten Anpassung oft mehr als der Satz: „Ich verstehe schlecht.“

Ein guter Test für den nächsten Besuch bei uns: Beschreiben Sie eine konkrete Situation. Zum Beispiel: „Beim Sonntagsessen verstehe ich meine Enkelin am anderen Ende des Tisches kaum.“



Kleiner Hör-Check für Zuhause

Wann haben Sie zuletzt bewusst auf Ihr Hörsystem geachtet?

Sitzt es angenehm? Hält der Akku noch wie gewohnt? Sind Filter und Schirmchen sauber? Und gibt es Situationen, in denen Sie inzwischen häufiger nachfragen müssen?

Dann ist es vielleicht Zeit für einen kurzen Check bei uns. Bringen Sie Ihr Hörsystem einfach mit – und erzählen Sie uns, was Ihnen im Alltag aufgefallen ist.

Termin vereinbaren und Hörsystem überprüfen lassen.



© stock.adobe.com – Anna Jurkovska