



Allergieverein in Europa e.V. - AVE Verein zur Förderung der Ganzheitlichen Behandlung Allergischer Erkrankungen in Europa e.V.

Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde des AVE,

dank der Unterstützung durch ehrenamtliche Hilfe haben wir im vergangenen Jahr unsere Beratungstätigkeiten fortführen und ausbauen können. Vor allem haben wir weiterhin die UMWELT & GESUNDHEIT (U&G) viermal herausgegeben, im Vierfarbdruck. Bitte, engagiert Euch/engagieren Sie sich auch weiterhin für den Allergieverein in Europa e.V. – AVE – und für die U&G! Sie sind herzlich aufgefordert, sich über Beiträge (eigene Erfahrungen) oder Leserbriefe an der Gestaltung der U&G zu beteiligen.

Die Zeitschrift U&G dient uns als wichtigster Informationsträger. Sie ist die Plattform des gemeinnützig tätigen AVE e.V., hier werden neueste Erkenntnisse über Ursachen und Therapiemöglichkeiten bei Allergien und Umwelterkrankungen kommuniziert sowie Informationen und Anregungen für den Alltag gegeben.

Unsere regionalen Ansprechpartnerinnen und -partner, die vor Ort beratend helfen können, finden Sie ebenso wie weitere wichtige Adressen in jeder Ausgabe der UMWELT & GESUNDHEIT und auf der AVE-Homepage.

Falls Sie nicht an regionalen oder lokalen Selbsthilfegruppentreffen teilnehmen können, verweisen wir auf das erweiterte Beratungsangebot zu verschiedenen Fragestellungen per Email:

· Ernährung

(Ernaehrung@allergieverein-europa.de)

· Bauen und Wohnen

(Bauen@allergieverein-europa.de,
Schimmelpilze@allergievereineuropa.de)

· Heilpflanzen

(heilpflanzen@allergieverein-europa.de)

· Candida

(Candida@allergieverein-europa.de)

Wenn Sie Hilfe brauchen, aus dem großen Angebot von Therapiemöglichkeiten die richtige Auswahl für sich selbst und zum Wohl der Gesundheit zu finden, dann ist die AVE-Fachtagung die richtige Stelle.

Am 23. September 2023 planen wir in Verbindung mit der Mitgliederversammlung eine Präsenzveranstaltung **mit interessanten Referentinnen und Referenten im Bachhaus in Eisenach.**

Voraussichtliches Thema der Tagung: **„Heilpflanzen und Diäten zur Unterstützung der Allergiebehandlung“.**

Vorschläge für weitere interessante Tagungsthemen, sowie Expertinnen und Experten dafür nehmen wir gerne auf. Die offizielle Einladung mit Tagesordnung und Programm wird Ihnen mit der U&G 2-2023 zugesandt werden.

Falls wir uns persönlich nicht treffen können, richten wir einen virtuellen Zugang einschließlich Mitgliederteilnahme ein.

Bitte nutzen Sie unsere Telefon-Hotline 02371-923 5310 oder die Email-Adresse ave-allergie@online.de.

Sie finden uns auch unter <https://www.allergieverein-europa.de> oder bei Facebook unter Allergieverein in Europa e.V.

Liebe Mitglieder, auf diesem Weg möchte ich mich noch einmal ausdrücklich bei allen Spendenden und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bedanken, die sich 2022 für den AVE und für den Erhalt der UMWELT & GESUNDHEIT eingesetzt haben.

Ich möchte Sie jetzt auffordern, den Mitgliedsbeitrag für 2023 zu überweisen. Eine weitere Bitte: Aktualisieren Sie bitte Ihre uns erteilten SEPA-Lastschriftmandate bei einem Wechsel Ihrer Bankverbindung.

Herzlichst Ihr

Andreas Steneberg (1. Vorsitzender)

Wir freuen uns auch auf Spenden. Hiermit können wir weiterhin unsere ehrenamtliche und unabhängige Tätigkeit fortsetzen.

Der AVE e.V. verfolgt gemeinnützige Zwecke und ist aufgrund des Freistellungsbescheides des Finanzamtes Iserlohn von der Körperschaftssteuer befreit.

Vereins- und Spendenkonto:

AVE e.V.

Sparkasse Iserlohn

BIC: WELEDE11SL

IBAN: DE81 4455 0045 0002 0088 45

Pollenbelastung mindern – 10 Tipps

Bei Nachweis einer Pollenallergie können die Beschwerden mit ärztlichem Einverständnis durch antiallergisch wirkende Medikamente und vorbeugende Maßnahmen in der Regel jedoch deutlich verringert werden.

Die wichtigsten Maßnahmen im Überblick:

1. Informieren Sie sich, wann bestimmte Pollen unterwegs sind und die Konzentration in der Luft besonders hoch ist. Informationen bieten die tagesaktuelle Pollenflugvorhersage des Deutschen Wetterdienstes (www.dwd.de/pollenflug) und der Pollenflugkalender der Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst PID (www.pollenstiftung.de).
2. Richten Sie die Zeiten, wann Ihr Kind im Freien spielt oder Sport treibt, danach aus.
3. Lassen Sie Ihr Kind bevorzugt dann nach draußen, wenn der Pollenflug naturgemäß geringer ist, zum Beispiel bei windstillem Wetter und nach Regen.
4. Bedenken Sie, dass in ländlichen Gebieten die Pollenkonzentration morgens, in städtischen Gebieten in den Abendstunden am höchsten ist.
5. Lüften Sie bei starkem Pollenflug in ländlichen Gebieten deshalb vor allem abends, in der Stadt insbesondere morgens kurz. Halten Sie die Fenster während dieser Zeit ansonsten geschlossen.
6. Lassen Sie Ihr Kind nach dem Spielen im Freien am besten seine Kleidung wechseln.
7. Bewahren Sie im Freien getragene Kleidung nicht im Schlafzimmer auf.
8. Waschen Sie Ihrem Kind nach dem Aufenthalt im Freien abends die Haare, damit sich Pollen aus den Haaren nicht im Kopfkissen festsetzen und über Nacht eingeatmet werden.
9. Halten Sie im Auto die Fenster geschlossen. Für viele Autos gibt es auch spezielle Pollenfilter für die Lüftungsanlage.
10. Vermeiden Sie andere Reizfaktoren für die Atemwege, insbesondere Zigarettensmoke.

Quelle: www.kindergesundheit-info.de