

BAD SCHWARTAU | STOCKELSDORF WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 11. Januar 2025 • kostenlos

Kinderarmut in Ostholstein

Problem wird durch Folgen der Inflation größer – Kinderschutzbund sieht „akuten Handlungsbedarf“

SEITE 2

Briefwahl im Norden

Die Anzahl der Briefwähler ist in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen. Unterlagen können per Mail angefordert werden.

SEITE 3

Ahrensböck investiert

Trotz 2,9 Millionen-Euro-Minus im Haushalt – Solarparks sollen Steuereinnahmen bringen.

SEITE 6

Zustellung: 0451/144-1826
Redaktion: 0451/144-1781
Anzeigen: 0451/144-1111, Fax -1010

Sport für Fitness und Gesundheit

STOCKELSDORF. Im Bereich Fitness, Gesundheit, Senioren startet der ATSV Stockelsdorf im Januar neue Kurse. Für einige Angebote gibt es Restplätze. Kurzentschlossene können sich bei der Rückenschule mit Übungsleiterin Sonja Müller (Mo., 16.30 Uhr) unter 0151/46658184 anmelden. Kapazitäten hat zudem die Gruppe Wald- und Wiesenfitness mit Übungsleiterin Sonja Müller (Mi., 9 Uhr, Telefon: 0151/23687009). Anmeldungen für die Fitnessgruppe Kah- & Aroha mit Sahra Perschau (Di., 19 Uhr, 0152/03631173) sind ebenfalls noch möglich. In den Yogakursen am Montag ab 18 Uhr mit Anna Klein (0171/3136713) sowie am Mittwoch um 16 und um 17.30 Uhr mit Josi Zeitz (0176/73535671) sind ebenfalls Plätze frei.

Chorprojekt in der Kirche Pansdorf

PANSDORF. Ein Chorprojekt für Kinder und Jugendliche bietet die Kirchengemeinde St. Michaelis in Pansdorf. Es sollen Songs einstudiert und ein Abendgottesdienst gestaltet werden. Anfänger wie Fortgeschrittene sind willkommen, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Proben finden freitags von 19 bis 20.30 Uhr im Gemeindegottesaal statt. Geprüft wird am 17. und 31. Januar, 14. und 21. Februar sowie 14. und 28. März. Die Schlussveranstaltung ist am 6. April um 18 Uhr.

Neuer Qigong-Kurs

BAD SCHWARTAU. „Aus der Mitte in die Kraft“ heißt der nächste Qigong-Kurs vom 21. Januar bis 11. März von Qigong-Trainerin Silke Gimmler. Er findet in der Zeit von 16.30 bis 17.30 Uhr an acht Diensten in der Tanzschule „dance it“, Loog 9, in Bad Schwartau statt. Die Kosten betragen 108 Euro und werden von den staatlichen Krankenkassen bezuschusst. Weitere Infos per E-Mail an sgimmler@gmx.de oder per Telefon unter 0451/48917387.



Freuen sich über die Gebietsausweitung: Tim Schrills (v. l., Universität zu Lübeck), Andreas Ortz (Geschäftsführer Stadtwerke Lübeck Mobil), Dr. Katrin Engeln (Bürgermeisterin Bad Schwartau) und Julia Samtleben (Bürgermeisterin Stockelsdorf)
Foto: Stadtwerke Lübeck

Kleinbus auf Bestellung

Gebietsausweitung nach Stockelsdorf und Bad Schwartau.

STOCKELSDORF/ BAD SCHWARTAU. Mobil mit Lümo – ab sofort auch über die Grenzen der Hansestadt hinaus: Mit der Ausweitung des Betriebsgebiets auf Stockelsdorf und Bad Schwartau können Einwohner das On-Demand-Angebot der Stadtwerke Lübeck Mobil künftig jeden Abend nutzen. Lümo ergänzt den regulären Busfahrplan freitags, samstags und vor Feiertagen von 20 bis 4 Uhr und sonntags bis donnerstags von 20 bis 1 Uhr. Damit trotz des größeren Betriebsgebiets keine langen Wartezeiten für Kund:innen entstehen, wurden drei weitere elektrische Fahrzeuge angeschafft. Insgesamt ist Lümo damit mit bis zu 10 Fahrzeugen unterwegs, die teilweise auch Rollstühle befördern können.

Möglich macht dies die Förderung des BMBF in Höhe von etwa 1 Million Euro für das Forschungsprojekt in2Lübeck der Stadtwerke Lübeck Mobil und der Universität zu Lübeck. Anhand von Lümo wird hierbei bis Ende Juni 2026 an zukunftsfähigen

Mobilitätsangeboten geforscht, die sich an den Mobilitätsbedürfnissen der Bürger:innen orientieren. Die Erweiterung auf die Nachbarkommunen Stockelsdorf und Bad Schwartau war Voraussetzung für die weitere Förderung, damit Erkenntnisse über Effekte und Mobilitätsbedürfnisse, die über kommunale Grenzen hinausgehen, gewonnen werden können. Dazu soll im Rahmen des Projekts ein Bürger:innenrat geschaffen werden, in dem eine zufällig ausgewählte Gruppe von Bürger:innen ihre Perspektive einbringen kann.

Die bisherigen wissenschaftlichen Untersuchungen der Universität zeichnen ein positives Bild. Laut der durchgeführten Workshops, Umfragen und Untersuchungen fühlen sich die Lübecker:innen bei der Nutzung des On-Demand-Angebots sicher, schätzen dessen Flexibilität und sind so motivierter den ÖPNV mehr zu nutzen. Dieses positive Feedback bestätigen auch die Nutzungszahlen, denn seit Januar 2023 haben rund

80.000 Fahrgäste Lümo genutzt – bis zu 320 Menschen pro Nacht. Diese Zahlen zeigen, dass Lümo bei den Bürger:innen eine hohe Akzeptanz findet und ein zentrales Mobilitätsbedürfnis am Abend und in der Nacht befriedigt.

SO FUNKTIONIERT DIE NUTZUNG

Wie auch in Lübeck ist die Buchung einer Lümo-Fahrt über die Lümo-App sowie unter der Service-Nummer 0451 888 7070 innerhalb der Betriebszeiten möglich. Die Fahrt mit Lümo erfolgt zu den Fahrpreisen des Schleswig-Holstein-Tarifes, zusätzlich eines Komfortzuschlages in Höhe von einem Euro pro Fahrt und Person. Besonders vorteilhaft ist dies für Abo- und Zeitkartenkunden mit einem vorhandenen, gültigen Ticket, da für sie lediglich der Komfortzuschlag anfällt.

Weitere Infos auf luemo.swhl.de.

O. C. KATRE-SCHMUCK

Batteriewechsel sofort

Wir kaufen:

Gold, Silber, Platin, Schmuck, Diamanten, Zahngold, Bernstein, Luxusuhren

MÜHLENSTR. 19 • LÜBECK ☎ 0451/9 89 89 29

Bestattungsinstitut Friedrich-W. Zunft

Friedhofsallee 1a, 23554 Lübeck

Wir sind täglich 24 Stunden für Sie erreichbar.

Tel. 04 51 / 49 12 32

Erd- u. Feuerbestattungen auf allen Friedhöfen
Waldbestattungen
Seebestattungen

Bestattungsvorsorge und Beratung kostenlos

Gold & Silber

Wir zahlen hohe Preise für Besteck und Schmuck, Brillanten und Uhren, Münzen, Zahngold und Bernstein

ANTIK & KUNST

Breite Str. 4 neben der Schiffergesellschaft

direkt am Koberg

☎ 7 25 56 • Gutachten

Suche BRIEFMARKEN sowie alte Orden und Bilder

www.goldankauf-dose.de

AUTO ADAM kauft

fast jeden Pkw & Lkw

auch defekt, Unfall-/Totalschaden

Sofort Bargeld, prompte Abmeldung u. Abholung

24-Std.-Tel.-Service, auch sonntags

Rufen Sie an,

04 51 / 57010

HL, Roggenhorster Straße 13

www.AUTO-ADAM.de

KÜCHE?

Seit über 50 Jahren vertraut man Schöppich – aus gutem Grund!

individuell & familiär

Küchen Türlif ... hat Ihre Küche!

Schöppich

seit 1973

Bad Schwartau - www.schoeppich.de



Unsere Winterangebote

35 %

auf den Nählohn Ihrer neuen Dekoration

- nicht in bar auszahbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar

- Angebot gilt bis 31.01.2025

- Rabatt nur für Neubestellungen

Rabatt nur gegen Vorlage dieser Anzeige bei der Bestellung

Wir waschen Gardinen

35 %

auf maßgefertigte Plissees, ausgewählte Kollektion

- nicht in bar auszahbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar

- Angebot gilt bis 31.01.2025

- Rabatt nur für Neubestellungen

Schwartauer Allee 13a-15 • 23554 Lübeck
5 Parkplätze vor den Schaufenstern • Haltestelle Wickede Str. Linie 1 + 10
Montag - Freitag 10.00 - 18.00 • Sonnabend 10.00 - 13.00
Tel. 0451-43115 • www.gardinen-schlichting.de

Pflege24Nord
24-Stunden-Betreuung in Ihrem eigenen Zuhause!
Individuelle Betreuung durch polnische Personal!
Die bezahlbare Alternative zum Pflegeheim!
Tel. 0 41 55/4 93 99 66

IHR VERMÄCHTNIS MIT HERZ
Telefon 0800 3060-50
SOS KINDERDÖRFER WELTWEIT

AUSGABE WEG?
... IN RUHE ONLINE LESEN



Sie finden alle Ausgaben des Wochenspiegels als e-Paper unter:
www.wochenspiegel-online.de

wochenspiegel

Helfen Sie uns durch ehrenamtliche Mitarbeit in den Ausgabestellen bzw. im Fahrdienst oder unterstützen Sie uns mit einer Spende.



TAFEL LÜBECK e.V.

Schulstraße 8 • 23568 Lübeck • ☎ 0451-59 95 94

info@tafel-luebeck.de • www.tafel-luebeck.de

Spendenkonto: IBAN DE17 2307 0700 0040 4244 00

BIC DEUTDE33

NEUE Adresse noch besserer Service!

SUITNER
TraveAntik
Jetzt in der Mühlenbrücke 1

Innenstadt
Mühlenbrücke 1
Mo-Fr 9.30 - 17.30 Uhr
0451/73993

Travemünde
Rose 12 - Mo+Di & Do+Fr 10-12:30 Uhr

ANKAUF
Gold & Silber
LIVE Kurse! Schmuck, Diamanten, Zahngold..
Luxusuhren von Rolex,
Patek Philippe, Audemars Piguet, Omega, IWC..
Orden, Militaria, Münzen,
Medaillen, Postkarten, Briefmarken uvm.

Auch VERKAUF von Goldbarren, Münzen & Silberbarren bei uns!

Hanse Art AUKTIONSHAUS
Jetzt einliefern!
Wir beraten Sie gerne, im Auktionshaus oder bei einem Hausbesuch.
Mengstr. 14 - in Lübeck
Öffnungszeiten nach Terminvereinbarung.
0451/ 707 57 800
info@auktionshaus-hanseart.de

Konzert in der Feldsteinkirche

RATEKAU. Zum Neujahrskonzert lädt der Förderverein „Freunde der Ratekauer Kirche“ am 12. Januar um 17 Uhr in die Ratekauer Feldsteinkirche ein. Studierende der Musikhochschule Lübeck führen beliebte Arien und Duette aus Oper und Operette auf. Der Eintritt kostet 18 Euro, Restkarten sind an der Abendkasse erhältlich. Der Erlös dient dem Erhalt der Feldsteinkirche. Im Vorjahr unterstützte der Förderverein die neue Beleuchtung in der Kirche mit rund 20 000 Euro.

bühne 15 probt für musikalische Komödie

BAD SCHWARTAU. Die bühne 15 der VHS unter Leitung von Hannelore Witt probt ab Montag, 13. Januar, für die musikalischen Komödie „Alles wird anders“. Wie wäre es denn, einmal unverbindlich „Bühnenluft“ zu schnuppern und in andere Rollen zu schlüpfen – sei es pantomimisch oder in kleinen Rollen mit festen oder improvisierten Texten? In der Komödie bieten sich für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren viele Möglichkeiten des Ausprobierens. Die bühne 15 probt wöchentlich (außer in den Ferien) montags ab 19.30 Uhr im Musikraum der Grundschule Bad Schwartau, Eingang Mittelstraße. Interessierte können gern einfach einmal reinschnuppern. Weitere Informationen unter Telefon 0451 29 61 822 oder per E-Mail an mwitt@t-online.de

Wandern: Neue Touren im Januar

OSTHOLSTEIN. Der Wanderverein Ostholstein startet mit gleich mehreren Touren ins neue Jahr, die er Mitgliedern und Freunden anbietet. Los geht es am Sonntag, 12. Januar, und zwar durch die hügelige Moränenlandschaft der Holsteinischen Schweiz. Am 19. Januar geht es von Kasseedorf ins Naturschutzgebiet Oberreich. Am letzten Sonntag im Januar (26.) führt die Wanderung durch die Preetzer Feldmark. Start ist jeweils um 11 Uhr, Treffpunkt Berliner Platz. An allen Sonntagen werden zwei Wanderungen angeboten. Sie sind zwischen 8 und 10,5 Kilometer lang. Witterungsbedingte Änderungen am Wanderprogramm möglich.

Seniorenfrühstück beim DRK Ratekau

RATEKAU. Premiere: Erstmals gibt es ein Seniorenfrühstück im Gemeindesaal der Ratekauer Kirchengemeinde. Dazu lädt der DRK Ortsverein Ratekau-Sereetz am Dienstag, 14. Januar, um 10 Uhr ein. Das Frühstück soll das bisherige Senioren-Mittagessen in der Caesar-Klein-Schule ersetzen, das in der bekannten Form nicht mehr stattfinden kann. Für das Frühstück ist ein Kostenbetrag von zwei Euro zu zahlen, eine Anmeldung unter Tel. 04504/4126 ist erforderlich. Der Frühstückstreff soll etwa viermal im Jahr stattfinden.

ATSV ehrt Absolventen des Sportabzeichens

STOCKELSDORF. Am Sonnabend, 18. Januar, wird der ATSV Stockelsdorf die erfolgreichen Absolventen des Sportabzeichens des Jahres 2024 ehren. Die Verleihung findet um 10 Uhr im Vereinsheim des ATSV Stockelsdorf im Bäckerweg 6 statt. Der ATSV Stockelsdorf lädt alle Mitglieder, Sportler und Freunde des Vereins herzlich ein, an dieser besonderen Veranstaltung teilzunehmen.

Kinderarmut in Ostholstein: Wenn das Geld nicht mal fürs Mittagessen reicht

Problem wird durch Folgen der Inflation größer – Kinderschutzbund sieht „akuten Handlungsbedarf“

OSTHOLSTEIN. Kinder, die in schimmelligen Wohnungen ohne eigenes Zimmer leben. Kinder, die im Winter mit durchnässten Discounterturnschuhen herumlaufen. Kinder, die ihre Geburtstage nicht mehr feiern. Kinder, die unangenehm riechen, weil ihre Körperhygiene mangelhaft ist. All das begegnet den Mitarbeitern des Kinderschutzbundes Ostholstein regelmäßig. Es sind Folgen von Familien- und Kinderarmut.

„Beim Thema Kinderarmut besteht akuter Handlungsbedarf. Nicht nur die materielle Kinderarmut hat zugenommen, sondern auch die emotionale und daraus resultierende soziale Armut“, beklagt Matthias Thoms, Fachbereichsleiter beim Kinderschutzbund.

THEMA IM JUGENDHILFEAUSSCHUSS

Um die Kinderarmut besser bekämpfen zu können, forderte die SPD im jüngsten Jugendhilfeausschuss des Kreises die Einrichtung „eines Arbeitskreises zur Bekämpfung von Kinder- und Familienarmut, an dem Vertreter aus Politik, Verwaltung, Kinderschutzbund, Kinder- und Jugendparlamenten sowie Familienzentren teilnehmen.“

Die Zahlen zur Kinderarmut erscheinen aber auf den ersten Blick widersprüchlich. Tatsächlich waren es im Juni 2024 in Ostholstein 3200 Kinder, die Leistungen vom Jobcenter bekamen. Das sind 500 Kinder weniger als fünf Jahre zuvor. Ein deutlicher Rückgang.

Auf der anderen Seite berichtet der Kinderschutzbund, dass immer mehr Eltern die Betreuungszeiten kürzen oder Kinder vom Mittagessen abmelden wollen, weil das Geld nicht reicht. Thoms: „Ebenfalls verzeichnen wir eine sprunghafte Nachfrage nach Unterstützung aus unserem Hilfsfonds für Familien in Notsituationen. Allein in 2023 haben wir 96 Kinder und Familien in einem Umfang von 69.130 Euro unterstützt.“

Die Auflösung des scheinbaren Widerspruches: „Wer Leistungs-



Unbeschwertes Toben auf einem Spielplatz: 2024 bekamen in Ostholstein 3200 Kinder und ihre Familien Leistungen vom Jobcenter. Symbolfoto: Rolf Vennenbernd

gen vom Jobcenter bezieht, ist nicht automatisch arm. Zumindest kann eine Familie, die keine Leistungen bezieht, weil sie keine Ansprüche hat und ihr Einkommen knapp über der Bedarfsgrenze liegt, ärmer sein und nur schwierig mit ihren Kindern von Woche zu Woche klarkommen“, meint Karsten Marzian, der Geschäftsführer des Jobcenters Ostholstein.

GESTIEGENE KOSTEN VERSTÄRKEN ARMUT

Diese Familien müssten Kitakosten bezahlen, Schulbedarf, Klassenfahrten, Vereinsmitgliedschaften – und hätten deshalb manchmal netto am Ende weniger als Familien, die Leistungen vom Jobcenter bekommen. „Weil wir dort zum Beispiel Mitgliedschaften im Sportvereinen oder GEZ-Gebühren bezahlen,

Mittagessen und Klassenfahrten mitfinanzieren“, erläutert Marzian.

Dass es vor allem diese gestiegenen Kosten sind, die Familien- und Kinderarmut verstärken, bestätigt auch der Kinderschutzbund. „Mit dem Ausklingen der Coronapandemie begann der Ukrainekrieg und damit verbunden ein Anstieg der Inflation“, erklärt Thoms die Hintergründe. Damit sei das Geld in den Familien in den letzten zwei Jahren „knapper“ geworden.

Ein Beispiel seien die deutlich gestiegenen Preise für Mittagessen in Kitas. Thoms: „Für Betreuung und Mittagessen entstehen für Eltern Kosten pro Kind zwischen 150 und 300 Euro. Bei zwei oder mehr Kindern kommen Summen zusammen, die einige Eltern vor Herausforderungen stellen. Besonders betroffen sind Alleinerziehende und Teilzeitbe-

schäftigte.“ Die Folgen seien dramatisch. In einer Untersuchung kommt der Kinderschutzbund zu dem Schluss: „Belastungen in armen Familien sind Sorgen, Zukunftsängste und Selbstzweifel der Eltern. Diese führen in der Regel zu vermehrten Spannungen und Konflikten zwischen den Eltern. Ergebnis ist, dass diese nicht mehr die Bedürfnisse ihrer Kinder ausreichend wahrnehmen. Mit der Reizbarkeit der Eltern steigt auch die Neigung zu harten und willkürlichen Strafen gegenüber Kindern, was bei diesen wiederum vermehrte Aggressivität oder auch Ängstlichkeit zur Folge hat.“

Das trage seinen Teil zu einer hohen Quote an Schulabgängern ohne Schulabschluss in Ostholstein bei. Thoms benennt weitere Folgen: „Wir stellen einen erheblichen Anstieg von Auffälligkeiten bei Kindern und Ju-



Matthias Thoms vom Kinderschutzbund Ostholstein beobachtet eine wachsende Kinderarmut im Kreis. Foto: privat

gendlichen im Bereich des Verhaltens und der psychischen Gesundheit fest. Ebenso verzeichnen wir in unserem Kinderschutzzentrum eine starke Zunahme der Verdachtsfälle von Kindeswohlgefährdung.“

Doch wie kann die Situation verbessert werden? Das wollen die Experten in Ostholstein jetzt herausfinden. Der Jugendhilfeausschuss hat zwar den SPD-Antrag nicht angenommen, da es bereits einen entsprechenden Arbeitskreis im Kirchenkreis gibt. Allerdings entschied sich der Ausschuss einstimmig dafür, „Vertreter des Kirchenkreises sowie weitere Beteiligte einzuladen, um deren Perspektiven und Lösungsansätze zur Bekämpfung von Kinder- und Familienarmut zu hören. Zudem soll die Verwaltung künftig regelmäßig über die Fortschritte des kirchlichen Arbeitskreises berichten.“

Der Kinderschutzbund verweist ebenfalls auf den kirchlichen Arbeitskreis und fordert, dass dieser „seine Intensität deutlich steigern sollte und müsste. Nur so lassen sich zügig geeignete Maßnahmen zur Bekämpfung der Kinderarmut entwickeln und deren Umsetzung im Kreis beschleunigen.“ Thoms verspricht: „Auch der Kinderschutzbund als ein Experte zum Thema Kinderarmut wird sein Engagement an dieser Stelle erhöhen, sofern das gewünscht ist.“ **SWE**

Ehrenamtliche Helfer:innen für den Stockelsdorfer Ferienpass gesucht

STOCKELSDORF. Der Ferienpass der Gemeinde Stockelsdorf bietet den Kindern und Jugendlichen jedes Jahr die Möglichkeit, ihre Sommerferien abwechslungsreich und spannend zu gestalten. Doch für die Durchführung der Angebote wird Unterstützung gebraucht. Das Ferienpassteam sucht deshalb engagierte und zuverlässige Ehrenamtler.

Wer in den Sommerferien Zeit hat, gerne mit Kindern arbeitet, verantwortungsbewusst bist und Spaß

daran hat, Kinder und Jugendliche bei verschiedenen Veranstaltungen zu begleiten, ist im Team genau richtig. Interessierte sollten im Besitz eines gültigen Führerscheines der Klasse B sein und einen Kleinbus (9-Sitzer) sicher fahren können.

➡ **Weitere Informationen bei Diana Romanski per E-Mail d.romanski@stockelsdorf.de oder bei Michael Klein, E-Mail rn.klein@stockelsdorf.de oder unter Telefon 0451 4901 450**



Das Ferienpassteam freut sich auf engagierte und zuverlässige Ehrenamtler.Foto: hfr

MuseumsCard hoch im Kurs

KIEL. So viele verteilte Karten wie noch nie – die MuseumsCard beendet die Saison mit einem Rekordergebnis! Es wurden 194.000 MuseumsCards verteilt, per WebApp genutzt und auf der Internetseite heruntergeladen. In diesem Jahr haben sich über 130 Museen an der Aktion beteiligt.

Von Anfang Juni bis Mitte No-

vember hatten Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren freien Eintritt in die teilnehmenden Museen und Kultureinrichtungen. Außerdem konnten sie am 24. und 31. Oktober unter dem Motto „Freie Fahrt mit der MuseumsCard“ landesweit kostenlos mit Bussen und Bahnen zum Museumsbesuch an- und abreisen.

Wer mindestens drei Museen besucht hatte, konnte an einer Verlosung teilnehmen. Alle Gewinner werden in den nächsten Tagen per Post benachrichtigt. Sie können sich unter anderem über Übernachtungsgutscheine und Kleingruppentickets von NAH.SH freuen.

Die Aktion wird im nächsten Jahr fortgesetzt. Die Initiatoren sind sich

einig: „Die MuseumsCard ist ein fest etablierter Bestandteil des kulturellen Angebots in Schleswig-Holstein.“ Die Aktion startet am 17. Juni und endet am 16. November 2025. Ab Juni ist die MuseumsCard in Museen, Sparkassen, Touristinformationen, Büchereien sowie über den Landesjugendring erhältlich.

Caesar Klein Schule erreicht das Bezirksfinale

RATEKAU. Die Cesar-Klein-Schule nahm mit je einer Mannschaft der männlichen Jugend U16 und U18 am Regionalfinale „Jugend trainiert für Olympia“ teil. Zum ersten Mal richtete die Schule diese Veranstaltung in der Mönhalle in Ratekau aus.

Zuvor hatten die Mannschaften intensiv mit den Sportlehrerinnen Fränze Anna und Theresa Brimm trainiert. Im Dezember fand dann das Turnier statt, das vom Sportlehrer Jan Maaßen und Hendrik Naumann aus dem 11. Jahrgang organisiert worden war. Die Aufsicht hatte ein offizieller Schiedsrichter. Die U18-Mannschaft verlor nach einem harten Kampf gegen das starke Team des Johann-Heinrich-Voß-Gymnasiums aus Eutin. Der U16-Mannschaft gelang aber nach einem fantastischen Spiel gegen die Mannschaft des Mühlenberg Gymnasium aus Bad Schwartau ein Riesenerfolg: Sie gewann und qualifizierten sich für das Bezirksfinale am 14. Februar.

Briefwahl im Norden startet später

Unterlagen können per Mail angefordert werden.

KIEL. Weil der Bundestag nach dem Ampel-Aus im Eiltempo am 23. Februar neu gewählt wird, startet die Briefwahl im Norden vergleichsweise spät. Denn weil die Parteien Zeit für die Aufstellung ihrer Kandidaten brauchen, können die Wahlzettel erst später als üblich gedruckt werden. Darauf hat Landeswahlleiter Tobias Berger gestern in Kiel hingewiesen. Wer per Brief wählen möchte, muss dies beantragen. Dazu kann der mit der Wahlbenachrichtigung versandte Antrag ausgefüllt und per Post an das zuständige Wahlamt versendet werden. Die Briefwahlunterlagen lassen sich dort auch per formloser E-Mail mit Namen, Vornamen, Geburtsdatum und Anschrift anfordern. Die Wahlbenachrichtigungen sollen den Wahlberechtigten diesmal bis 2. Februar zugehen, sagt Berger. Viele Gemeinden wollten zudem schon ab Mitte Januar Internetseiten dafür freischalten.

„Bei einer Bundestagswahl ohne verkürzte Fristen liegen zu diesem Zeitpunkt bereits die Stimmzettel vor, sodass ein Versand der Briefwahlunterlagen an die Wahlberechtigten zeitgleich erfolgt“, sagt Berger. Aber das sei bei dieser vorgezogenen Bundestagswahl nicht der Fall. Da die Stimmzettel aufgrund der gesetzlich vorgegebenen Fristen zur Kandidatenaufstellung und zur Abarbeitung möglicher Einsprüche erst Anfang Februar vorliegen, „können die Briefwahlunterlagen auch erst ab diesem



Wählen per Brief liegt im Trend. Die Anzahl der Briefwähler ist in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen. Foto: dpa

Zeitpunkt an die Wahlberechtigten versandt werden“. Das bedeute auch, dass die Briefwahl an Ort und Stelle ebenfalls erst zu diesem Zeitpunkt möglich sein wird, „auch wenn die Wahlbenachrichtigung schon im Januar zugestellt wurde“, sagt Berger. Insgesamt reduziere sich der Zeitraum für die Briefwahl bei einer

vorgezogenen Neuwahl somit auf zwei bis drei Wochen, sagt der Landeswahlleiter. Wer per Brief wählen möchte, sollte daher diesmal möglichst nicht zu lange warten, die Unterlagen auch zu beantragen. In jedem Fall muss der Wahlbrief dann so rechtzeitig zurückgesendet werden, dass er bis 18 Uhr am Wahltag bei der auf

dem Wahlbrief angegebenen Stelle eintrifft. Die Quote der Briefwähler ist in den vergangenen Jahren immer weiter angestiegen. Ihr Anteil lag bei der Bundestagswahl 2021 bei 47,3 Prozent. Bei der Bundestagswahl 2017 hatten erst 28,6 Prozent der Wähler Briefwahl beantragt. **WH**

Aikido-Training für die Generation Ü50

STOCKELSDORF. Am Dienstag, 14. Januar, um 15.30 Uhr findet das erste Aikido-Training für die Generation Ü50 im neuen Jahr in der Turnhalle der Gerhart-Hauptmann-Schule, Breslauer Straße 12, in Stockelsdorf statt. Mit Aikido kann man in jedem Alter beginnen, auch wenn man den 50. Geburtstag schon gefeiert hat: Aikido kennt keine Altersgrenzen. Interessierte sind herzlich zum Probetraining willkommen.

Änderungen im Busverkehr

OSTHOLSTEIN. Seit 8. Januar sind für einige Buslinien im Kreis Ostholstein Änderungen in Kraft getreten. Diese Anpassungen dienen dazu, Anschlüsse zu verbessern und den Bedürfnissen von Schülern sowie Berufspendlern besser gerecht zu werden. **Linie 500:** Abfahrt 7.30 Uhr ab Timmendorfer Strand Rodenbergstraße: Diese Fahrt startet künftig 5 Minuten früher um 7.25 Uhr in Richtung Lübeck-ZOB, um besser auf die Schulanfangszeiten abgestimmt zu sein. Abfahrt 6.19 Uhr ab Lübeck-ZOB: Der Bus in Richtung Timmendorfer Strand Kastanienallee fährt nun bereits um 6.15 Uhr, um die frühere Abfahrt in Timmendorfer Strand zu gewährleisten. Abfahrt 14.40 Uhr ab Lübeck-ZOB: Die Fahrt startet an Schultagen erst um 14.48 Uhr und führt zusätzlich über die Cesar-Klein-Schule Ratekau, um die Schulschlusszeit besser abzudecken. **Linie 510:** Haltestelle Lübeck Linden-Arcaden: Diese wird bei Fahrten mit Endhaltestelle Lübeck-ZOB zusätzlich nur zum Ausstieg angefahren. **Linie 540:** Abfahrt 6 Uhr ab Eutin-ZOB: Der Bus startet künftig um 6.04 Uhr, um einen besseren Anschluss an die Bahn zu gewährleisten.



Jetzt auch in
Bad Schwartau
und
Stockelsdorf

Mit **lümo**: Aber sicher!

Der **On-Demand-Bus** in der Region Lübeck. Ihr **lümo** für spontane oder geplante Fahrten. Sie buchen per **App** oder **Telefon** – wir bringen Sie **sicher, bequem und preiswert** an Ihr Ziel. Mehr Infos unter: **luemo.swhl.de**



**FONA**
Sozial-ökologische Forschung

Blasenschwäche? Wir helfen Ihnen!

Telefon: 0451 / 39 890 – 5725

Inkontinenz **BERATUNGSZENTRUM**

Bad Schwartau - kostenlos & individuell - **EINZIGARTIG!**

Termin einfach online buchen
www.unizell.de/inkontinenzberatung/
oder einfach **QR-Code** scannen





unizell Medicare GmbH • Pohnsdorfer Straße 3 • 23611 Bad Schwartau

Geschäftswelt – Anzeige –

Abnehmen gemeinsam ist einfach einfacher

Am 7. Januar sind wir in 23564 Lübeck, Bäckerstr. 11 ins Jahr 2025 gestartet.

Die Kurse finden das ganze Jahr dort statt, immer Di. 16.30, Mi. 18.30 und Fr. 11.15 Uhr.

Neu: Am Fr. 17.01. findet um 16.30 Uhr eine Infoveranstaltung in der Physiotherapie S. Kruesmann statt, Waisenallee 7 in Lübeck.

Haben genügend Personen Zeit und Interesse, ihre gesunde Ernährung auf den neusten wissenschaftlichen Stand zu bringen? Egal ob Du abnehmen möchtest oder das Gewicht halten.

Alle meine Präventionskurse sind Krankenkassen zertifiziert!

Der 8 Wochenkurs kostet inkl. Biomessung und Unterlagen 159 € und wird von der Krankenkasse mit 75 - 100 % bezuschusst.

Keine Zeit 8 - 10 Wochen zum Kurs zu kommen? Dann hätte ich für Dich Einzelberatung, Online Programm oder einen Detoxkurs im



Angebot. Der nächste Detoxkurs- Richtig entgiftet um den Körper zu entzuckern und einen guten Säure Basen Haushalt herzustellen findet am 11.01. von 15 - 17 in der Bäckerstraße statt. Für Fragen stehe ich Ihnen gerne unter: 0173-7416263 zur Verfügung.

Mehr unter:
www.abnehmen-hoff.de
Praxis für Ernährungsberatung
Anya Hoff
Bäckerstr. 11
23564 Lübeck

E-Mail: info@glas-maas.de
www.glas-maas.de

...macht alles mit Glas

GLAS maas

- **exklusive Ganzglasduschen**
- **lackierte Gläser**
- **Ganzglastüren**
- **Küchenrückwände**

Besuchen Sie unsere Ausstellung!
Albert-Einstein-Straße 20
23617 Stockelsdorf

Glas-Notdienst · Tag + Nacht
☎ (0451) 49 49 70
Fax 4 94 97 79

15 JAHRE SCHMELZER... HÖRSYSTEME

SCHMELZER FEIERT GEBURTSTAG!

Mit großem Stolz blickt Schmelzer Hörsysteme im Jahr 2025 auf 15 erfolgreiche Jahre zurück! Was am 13. Januar 2010 mit der Eröffnung des ersten Fachgeschäfts in Glinde begann, hat sich zu einer echten Erfolgsgeschichte entwickelt. Damals wagte Felix Schmelzer mit nur 27 Jahren den Schritt in die Selbstständigkeit – trotz eisiger Temperaturen am Eröffnungstag war es ein voller Erfolg. Heute zählt das Familienunternehmen 18 Standorte in der Region, und weitere Eröffnungen sind bereits in Planung.



Das Team in Glinde – hier begann unsere Geschichte.

EINE ERFOLGSGESCHICHTE, DIE VERBINDET

Aus dem ersten Fachgeschäft mit drei Mitarbeitern in Glinde hat sich ein erfolgreiches Familienunternehmen entwickelt, das mit über 80 engagierten Mitarbeitern modernste Hörsysteme, individuellen Service und eine einladende Atmosphäre in allen Fachgeschäften bietet.

Seit 2016 ist Christoph Schmelzer, der Bruder von Felix Schmelzer, Teil des Teams. Mit seinem Sohn Ben, der 2023 eine Ausbildung zum Hörakustiker

begann, setzt die nächste Generation die Familientradition fort. Egal ob in Trittau, Travemünde, Lübeck oder Geesthacht – Schmelzer Hörsysteme ist für alle da, die auf hochwertige Hörlösungen und beste Beratung setzen. Dabei fördert das Unternehmen Nachwuchstalente und bietet spannende Karrieremöglichkeiten – vom Auszubildenden bis hin zur Betriebsleitung.

FREUNDLICHKEIT, EHRlichkeit, KOMPETENZ

Unser Ziel bei Schmelzer Hörsysteme ist seit 15 Jahren unverändert: Jedem Kunden den Weg zum



DIE SCHMELZER GARANTIE*

- ★ 4 Jahre Garantie
- ★ 2 Jahre Garantie auf IDO's
- ★ 3 Jahre 50% Verlustschutz
- ★ Bestpreis-Garantie

bestmöglichen Hören zu verhelfen. Mit der Schmelzer-Garantie bieten wir ein „Rundum-Sorglos-Paket“. Hörsysteme können unverbindlich in der gewohnten Umgebung getestet werden, um das perfekte Modell für die individuellen Bedürfnisse zu finden – für ein Hörerlebnis, das rundum begeistert.

VERANTWORTUNG FÜR MENSCH UND NATUR

Bei uns ist soziales Engagement fest in der Unternehmensphilosophie verankert. Wir sind der Überzeugung, dass erfolgreiche Unternehmensführung mit sozialer Verantwortung eng verbunden sein sollte.

Wir engagieren uns aktiv für den Umweltschutz, indem wir Bäume zur CO²-Kompensation pflanzen und Blumen-samen verschenken, um blühende Lebensräume für Bienen entstehen zu lassen. Gebrauchte Hörgeräte werden an Kinder in ärmeren Ländern in Zusammenarbeit mit dem Lionsclub gespendet, und das Kinderhaus „Blauer Elefant“ wird durch regionales Sponsoring sowie Geld- und Sachspenden unterstützt.

Mit großer Freude feiern wir als Familienunternehmen unser Jubiläum mit tollen Angeboten und bedanken uns bei allen Kunden und Mitarbeitern, die diesen Erfolg möglich gemacht haben. Wir freuen uns auf viele weitere Jahre voller Innovation, Service und herzlichem Engagement!

Kommen Sie vorbei und feiern Sie mit uns!

WELCHES HÖRSYSTEM PASST ZU MIR?

Nutzen Sie die Gelegenheit, verschiedene Hörsysteme kostenfrei und unverbindlich zu testen und zu vergleichen – sowohl in Bezug auf Preis als auch Leistung.

TOP NULLTARIF-HÖRSYSTEM

Übertrifft Krankenkassen-Anforderung
Mikrofonautomatik • Bluetooth ...

KOMFORT-KLASSE

SoundMap Technologie • AI Sound Technologie
Rückkopplungsunterdrückung • Komfortausgleich ...

PREMIUM KLASSE

Com4ohrmatik® • Stereo-Bluetooth-Streaming für iOS und Android™
Auto Focus 360° (Tec Level V8) • Tap Control Funktion (HdO)
Anpassung mit HSA®-Verfahren • Multimedia-kompatibel
Systemsteuerung per App ...

AUSPROBIEREN, VERGLEICHEN & PROFITIEREN!

JETZT ANMELDEN! HÖRSYSTEME VERGLEICHEN & 100 € GUTSCHEIN** ERHALTEN!

Starten Sie mit besserem Hören ins neue Jahr! Von zuzahlungsfreien Nulltarif-Systemen bis zu exklusiven Premium-Modellen – Schmelzer hat das passende Hörsystem für Sie:

Das Schmelzer Nulltarif-Hörsystem überzeugt durch eine kompakte Bauweise, starke Leistung und Bluetooth-Kompatibilität und übertrifft damit die Anforderungen der Krankenkassen.

Die Hörsysteme der Komfort- und Premium-Klasse bieten modernste Technik und einen natürlichen, hochauflösenden Klang. Hinter-dem-Ohr-Hörsysteme bieten Funktionen wie Smartphone-Anbindung, TV- und Musik-Streaming sowie eine

einfache App-Steuerung. Dank Akku-Technologie sind sie den ganzen Tag nutzbar, ohne Batteriewechsel. Im-Ohr-Hörsysteme sind klein, maßgeschneidert und bieten eine perfekte Passform für leichten bis mittleren Hörverlust. Testen Sie unverbindlich in Ihrem gewohnten Umfeld und finden Sie das passende Hörsystem für sich.

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin für Ihre individuelle Höranalyse und lassen Sie sich von unseren Experten kompetent und bedarfsgerecht beraten – wir freuen uns auf Sie!

ERÖFFNUNGEN DER SCHMELZER FACHGESCHÄFTE 2010 – HEUTE:

GLINDE		2011		TRITTAU		2015		BARSBÜTTEL		2017		LÜBECK SCHLUTUP		2019		REINBEK		2021		GROßHANSDORF RATZBURG		2023		SCHWARZENBEK GEESTHACHT HL CAMPUS CENTER	
2010		STOCKELSDORF		2013		BARGTHEIDE		2016		TRAVEMÜNDE		2018		AHRENSBURG LÜBECK ZENTRUM		2020		BAD OLDESLOE		2022		BAD SCHWARTAU MÖLLN		2024	

* Beim Kauf eines Hörgerätes erhalten Sie die Schmelzer Garantie. Diese beinhaltet vier Jahre Garantie, auf Optimus Hearing Hörsysteme 5 Jahre Garantie (davon ausgeschlossen sind Hörer, Otoplastiken und Ladestationen). Auf Im-Ohr Hörsysteme 2 Jahre Garantie, sowie drei Jahre 50% Verlustschutz für alle Hörsysteme. Das heißt, dass Sie bei Verlust eines Hörgerätes in den ersten drei Jahren nach Kaufabschluss nur 50% Ihres privaten Eigenanteils bezahlen.
** Anmeldefrist ist bis zum 31. Januar 2025 und das Angebot dann gültig bis zum 30.04.2025. Der Wertgutschein in Höhe von 100 € wird mit dem Kaufabschluss der hier beworbenen Hörsysteme ausgehändigt, oder direkt vom Kaufpreis abgezogen. Das Angebot ist nicht mit weiteren Aktionsangeboten kombinierbar.

ZUR TERMINVERGABE: schmelzer-hoersysteme.de

Bad Schwartau
Marktwiete 6
23611 Bad Schwartau
T 0451 – 709 852 50

Lübeck Campus
Alexander-Fleming-Str. 1
23562 Lübeck
T 0451 – 498 986 86

Lübeck Zentrum
Holstenstraße 9
23552 Lübeck
T 0451 – 613 058 23

Lübeck Schlutup
Mecklenburger Str. 67
23568 Lübeck
T 0451 – 450 563 20

Stockelsdorf
Ahrensböcker Str. 34 – 36
23617 Stockelsdorf
T 0451 – 880 515 95

Travemünde
Vorderreihe 8 – 9
23570 Travemünde
T 04502 – 88 69 900

Party zu Neujahr in Stockelsdorf

STOCKELSDORF. Der klassische Neujahrsempfang hat in Stockelsdorf ausgedient. Die Gemeinde lädt seit einigen Jahren zu einer Neujahrs-After-Work-Party in lockerer Atmosphäre ein. Gefeierte wird am Freitag, 17. Januar, ab 17 Uhr im Feuerwehrhaus am Bohnrader Weg. Die Gemeinde Stockelsdorf wird erneut einen Fahrdienst vom Rathaus zum Feuerwehrgerätehaus anbieten. Dieser richtet sich vorrangig an Menschen, die nicht so gut zu Fuß sind.

Unterstützt wird die Gemeinde dabei von der Freiwilligen Feuerwehr Mori sowie der Freiwilligen Feuerwehr Stockelsdorf und dem DRK Stockelsdorf. Der Shuttle verkehrt von 16 bis circa 16.45 Uhr zwischen Rathaus und Feuerwehrhaus. Die Rückfahrzeiten richten sich nach Bedarf.

Koki-Filmseminar über Regisseurinnen

BAD SCHWARTAU. Von neunzig Oscars für die „Beste Regie“ gingen bisher nur zwei an Frauen, in Deutschland sieht die Situation etwas erfreulicher aus. Das Filmseminar des Kommunalen Kinos Bad Schwartau befasst sich diesmal mit deutschen Regisseurinnen. Der Kieler Filmwissenschaftler Felix Arnold berichtet über ihr Werk und ihren Einfluss. Termine: 15., 19. Januar, 2. und 26. Februar und 12. März jeweils 18.30 bis 20.30 Uhr in der Beruflichen Schule, Ludwig-Jahn-Str. 15, Raum 10. Vorstellungen im Moviestar (nicht im Seminar-Preis enthalten) am 2. Februar und 23. März. Preis 45 Euro, für Koki-Mitglieder 35 Euro. Anmeldung über die VHS.

Schule, Sporthalle, Salzstreuer: Ahrensbök investiert trotz leerer Kassen

2,9 Millionen-Euro-Minus im Haushalt – Infrastruktur wird verbessert – Solarparks sollen Steuereinnahmen bringen.

AHRENSBÖK. Die Ausgaben sind riesig, die Streichungen eher marginal. Die Kommunalpolitiker von Ahrensbök und ihr Bürgermeister Andreas Zimmermann (parteilos) haben mal wieder das gemacht, was sie seit Jahren jeden Herbst beim Aufstellen des Haushalts machen: den Mangel verwalten. Wie schlecht es um die Finanzen der Gemeinde steht, macht eine einzige Zahl deutlich. Der Fehlbetrag 2025 beträgt 2,9 Millionen Euro. Und doch wird in Ahrensbök investiert.

Die größten Beträge fließen in die Arnesbokenschule und in die daneben liegende Sporthalle, die Falsterhalle. Die Grundschule wird für eine Million Euro saniert und erhält für 1,4 Millionen Euro einen Anbau in Modulbauweise, außerdem für 360.000 Euro einen Anbau an die Mensa. Damit reagiert Ahrensbök auf gestiegene Schülerzahlen und auf den Rechtsanspruch auf einen Ganztagschulplatz, der ab 2026 für die ersten Klassen und dann nach und nach für alle Grundschulklassen gilt.

INVESTITIONEN FÜR JUNGE FAMILIEN

„Das ist meine Definition von Standortpflege, dass eine gute Versorgung für Familien da ist. Wir müssen Lebensqualität sicherstellen“, sagt Zimmermann. In Gesprächen habe er immer wieder



Der Ahrensböcker Bürgermeister Andreas Zimmermann möchte den Durchgangsverkehr aus dem Ort heraushalten und hat deshalb die Idee einer Umgehungsstraße ins Spiel gebracht. Foto: Susanne Peyronne

erfahren, dass es zwei Gründe seien, die für den Bau eines Eigenheims in Ahrensbök oder einen Umzug dorthin sprächen: die Nähe zu Lübeck und die Zusage für einen Kitaplatz. Immerhin muss Ahrensbök die Kosten für die Schulbauten nicht allein stemmen. Für alle drei Projekte gibt es eine 50-prozentige Förderung des Landes Schleswig-Holstein. Beim Windhundrennen um die Zuschüsse hatte eine Mitarbeiterin Erfolg gehabt.

Zuschüsse gibt es auch für die Falsterhalle, deren Sanierung im kommenden Jahr eine Million Euro kostet. Das Dach wird neu gemacht, es gibt bessere Dämmung, mehr Barrierefreiheit und besseren Brandschutz. An der 1956 gebauten Halle wird so gut wie alles erneuert. Was sonst noch auf dem Investitionsplan steht, kostet weniger. 100.000 Euro für einen gebrauchten Unimog für den Bauhof, 5000 Euro für einen Salzstreuer (der im Winterdienst

hinter den Unimog gespannt wird), insgesamt 180.000 Euro für vier Löschteiche in den Dorfschaften, 286.000 und 388.000 Euro für neue Feuerwehrfahrzeuge der Wehren Tankenrade und Ahrensbök. 15.000 Euro kostet das Verkehrskonzept Ahrensbök/Barghorst, denn die Gemeinde hat ein Problem mit dem Verkehr. Der Bürgermeister sucht Ideen, wie die zu lösen sind.

„Wir sind ein Durchfahrtsort. Wie kriegen wir diesen Nachteil

kompensiert?“, umreißt Zimmermann die für ihn wichtige Frage. Dabei gehe es auch um die Lebensqualität der Menschen in den Hauptstraßen. Der Bürgermeister hält an seiner Idee einer Umgehungsstraße fest.

Bleibt die Frage, wie das Loch im Haushalt gestopft werden kann. Unter anderem mit Erhöhungen von Grundsteuer und Gewerbesteuer, letztere steigt um 20 Prozentpunkte. Außerdem wurden die Zuschüsse für Investitionen der Vereine gestrichen. Die Gemeinde ist aus der Kreismusikschule ausgetreten, und sie wird die Verwaltungsgebühren erhöhen. Der Elternbeitrag für das Mensaessen ist von 2,50 auf vier Euro gestiegen. Gestrichen ist der Gemeindezuschuss für die Alfa-Anrufbus-Linien.

Und schließlich sieht Zimmermann noch einen Silberstreifen am Horizont, sowohl im wörtlichen Sinn als auch im monetären. Denn dort, am Horizont, entstehen eine ganze Reihe von Solarparks mit ihren silberblauen Modulen. Die Gewerbesteuer der Betreiber fließt zu 90 Prozent (bei auswärtigen Firmen) und zu 100 Prozent (bei Ahrensböcker Investoren) in die Gemeindekasse. Obendrauf kommt noch 0,2 Cent pro erzeugter Kilowattstunde Strom. „Das sind jährlich mehr als eine Million Euro, wenn alle laufen“, sagt Zimmermann.

Unsere besten Winterreisen-Highlights 2025

Mit modernen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin

Code: RB 02 – 1

REISEBÜRO
Behrens

Buchbar auch
im Internet:
SCAN ME

**2-Tage Reise****Zum „Polenmarkt“ bei Stettin**

mit First-Class-Hotel in Top-Lage

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im Radisson-Blu Hotel • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Tel. • 1 x Frühstücksbuffet • kostenlose Nutzung des Hotelschwimmbades • Freizeit zum Shoppen und Bummeln in Stettin am 1. Tag • Besuch des großen Polenmarktes in Linken am 2. Tag vormittags

Reisetermine:

- 01.02. – 02.02.2025
- 22.02. – 23.02.2025

pro Person im DZ
nur € **119,90**
EZ-Zuschlag: € 39,-

2-Tage Reise**Winterschnäppchen Harz**

Schlachtfestbuffet – Brockenbahn – Hexenabend

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im historischen Komforthotel nebst Gästehaus • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV • 1 x Harzer Frühstücksbuffet • 1 x Schlachtfestbuffet mit warmen u. kalten Spezialitäten des Harzes • „Hexenabend“ im Hotel • am 1. Tag Fahrt nach Wernigerode, Fahrt mit der „Brockenbahn“ bis Schierke • Rückfahrt über Braunlage

Reisetermine:

- 07.02. – 08.02.2025
- 08.02. – 09.02.2025
- 14.02. – 15.02.2025

pro Person im DZ
nur € **159,90**
kein EZ-Zuschlag

3-Tage Reise**Rügen im Winter**

Inselrundfahrt • Stralsund • Fischland Darß Zingst

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 2 x Übernachtung im IFA-Hotel Binz • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, Föhn, TV, Tel. • 2 x Frühstücksbuffet • 2 x Abendbuffet inkl. 1 Tischgetränk • große Inselrundfahrt Rügen mit Reiseleiter • Anreise mit Besichtigung in der Hansestadt Stralsund • Rückfahrt über die Inselkette Fischland/Darß/Zingst mit Aufenthalt in Wustrow • Kurtaxe

Reisetermin:

- 31.01. – 02.02.2025
- 28.02. – 02.03.2025

pro Person im DZ
nur € **279,90**
EZ-Zuschlag: € 129,-

6-Tage Reise**Wintertraum Schwarzwald**

Panorama-Zugreise • Schwarzwaldrundfahrt • Straßburg

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 5 x Übernachtung im Hotel „Roter Bühl“ im Schwarzwald • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Tel. • 5 x Frühstücksbuffet • 5 x 3-Gang-Abendmenü • Schwarzwaldrundfahrt mit Reiseleiter • Elsassrundfahrt mit Reiseleiter • Schwarzwald-Bahnen-Fahrten • Musikabend im Hotel

gegen Aufpreis buchbar:

- Tagesfahrt in die Schweiz nach Basel, p.P. € 22,-

Reisetermin:

- 09.02. – 14.02.2025

pro Person im DZ
nur € **499,90**
EZ-Zuschlag: € 79,-

8-Tage Reise**Sonneninsel Usedom – Top Hotel „Platino Mare“**

Winter-Kurreise „de Luxe“

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 7 x Übernachtung im Wellness-Resort „Platino Mare“ in Swinemünde • 7 x Frühstücksbuffet • 7 x Abendessen inkl. Getränke zum Abendessen • Physiotherapeutische Beratung mit Therapieplan • 2 Anwendungen pro Werktag lt. Therapieplan • freie Nutzung von Schwimmbad u. Sauna • Bademantel auf dem Zimmer • Abendprogramm

Reisetermin:

- 08.02. – 15.02.2025
- 15.02. – 22.02.2025

pro Person im DZ
nur € **639,90**
EZ-Zuschlag: € 249,-

4-Tage Reise**Entdeckerfahrt nach Edinburgh**

mit Top-Hotel zum Schnäppchenpreis inkl. Stadtrundfahrt Edinburgh

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 2 x Übernachtung an Bord Amsterdam – Newcastle – Amsterdam mit DFDS-Fähren inkl. 2-Bett-Kabinen mit DU/WC inkl. großem Frühstücksbuffet • 1 x Übernachtung im Komforthotel in Edinburgh m. Frühstücksbuffet • alle Zimmer m. Bad o. DU/WC, TV, Tel. • große Stadtrundfahrt in Edinburgh m. Reiseleitung

Reisetermine:

- 23.02. – 26.02.2025 – € 299,90
- 23.03. – 26.03.2025 – € 319,90

Reisepass erforderlich!

pro Person im DZ/DKI
ab € **299,90**
EZ/EKI-Zuschlag: € 119,-

Mindestteilnehmerzahl 30 Personen. Für Mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet. Bei Auslandsreisen Personalausweis erforderlich. Falls nicht ausdrücklich erwähnt, sind evtl. Tourismustaxen und Eintrittsgelder nicht im Reisepreis enthalten.



Volker Fliegner geht in den Ruhestand

LÜBECK. Der langjährige Geschäftsführer der Lübecker Wochenspiegel Zustell GmbH, Volker Fliegner, geht in den wohlverdienten Ruhestand. Er hat durch seine Kompetenz und sein Fachwissen mehr als 25 Jahre lang Einfluss auf die Geschehnisse und die Belange der Logistikbereiche der Zustellung und den Transport von Tageszeitungen, Briefsendungen und Anzeigenblättern genommen. Die Geschäftsführung und Kollegen wünschen ihm für seine nun ausschließlich privaten Beschäftigungen eine glückliche Zeit mit viel Freude und vor allem Gesundheit. Seine Kollegen heben zum Abschied besonders seine Hilfsbereitschaft und seinen Einsatz hervor. „Nutze nun die Zeit für alles, was Dir Freude bereitet“, wünschen sie ihm. „Herzlichen Dank und eine gute Zeit!“

Foto: LN

Lübecks älteste Gilde sucht Nachwuchs

Schiffergesellschaft feiert 2026 ihr 625-jähriges Jubiläum – Seit fünf Jahren ist auch eine Kapitänin dabei.

LÜBECK. Eine Schiffergesellschaft in der Schiffergesellschaft: Was rätselhaft klingt, ist schnell geklärt. Lübecks älteste Gilde – die Schiffergesellschaft – tagt in dem historischen, verpachteten Restaurant Schiffergesellschaft in der Breiten Straße. 2026 wird die Seefahrer-Gilde 625 Jahre alt. Im Jahre 1401 als St.-Nikolaus-Bruderschaft gegründet, mischt heute die erste und einzige Frau in der Geschichte der Gilde mit. Die Kapitänin Silke Lehmköster ist im Jahre 2019 dazugestoßen. Sie ist auf Großcontainerschiffen der Reederei Hapag Lloyd zur See gefahren und soll nicht die einzige Frau in den Reihen der „Seebären“ bleiben, wünscht sich der Ältermann, der Chef der Gilde, Kapitän Paul Bauer.

„Die Seeschifffahrt hat sich total gewandelt“, sagt der 77-Jährige. „Längst ist es kein Job mehr, in dem nur Männer dominieren. Inzwischen gibt es viele Frauen, die das große Schiffspatent in der Tasche haben und die vielfältigen Aufgaben an Bord erledigen.“ Apropos erledigen: Heute geht es bei den Schifferbrüdern natürlich nicht mehr um das Ausstellen von Schiffspässen, das Bewachen der Häfen oder die Beratung des Stadtsenats. Auch die Streitigkeiten unter hansischen Seeleuten werden hier nicht mehr ausgetragen. Stattdessen kümmert man sich unter anderem um den Erhalt historischer Häuser.

Die gemeinnützig tätigen Schifferbrüder laden außerdem jährlich Honoratioren aus Lehre und Forschung, der Politik und Kultur, aus Vereinen und Verbänden sowie aus Handel, Wirtschaft und Verkehr, Fischerei, Kirche und den Behörden zum zünftigen Schmaus ein. Jetzt holt sich die Truppe fachkundige Unterstützung an Bord: Natascha Reyes Gamero, die Tochter Bauers, will bei der Konzeption der Feierlichkeiten helfen. Die 52-Jährige verrät: „Die 625-Jahrfeier wird kein Jubiläum hinter verschlossenen Türen sein“, sagt die international erfahrene Marketing-Expertin. „Ziel soll sein, dass die Lübeckerrinnen und Lübeck um die alte Gilde wissen sollen.“

Beim 600-Jährigen war der damalige Bundespräsident Johannes Rau zu Gast. Kommt wieder ein Staatsoberhaupt? „Wir werden sehen“, sagt Kapitän Bauer, der sich den Besuch von Frank-Walter Steinmeier wünscht. Was er sich auch wünscht, sind neue Mitglieder. „Gerne auch jüngere“, so Bauer. Schließlich gelte es, mit der Zeit zu gehen, und den Fortbestand der einstigen Zunft zu sichern. Wer sich bewerben will, muss unter anderem das große Kapitänspatent besitzen.

JAC



Kapitän Paul Bauer und seine Tochter Natascha Reyes Gamero bereiten schon die 625-Jahr-Feier vor. Foto: Agentur 54°



„Sandkönigin“ Irina Titova zu Gast im Kolosseum

Sie besitzt ein außergewöhnliches Talent: Irina Titova rieselt in atemberaubender Geschwindigkeit Bilder aus Sand auf eine von unten beleuchtete Glasscheibe, während das Publikum diesen Prozess auf einer Leinwand beobachtet. In ihrer Sandmalerei-Show „Es war einmal in Hollywood“ lässt die Künstlerin für flüchtige Augenblicke die schönsten und bekanntesten Filmszenen aus der amerikanischen Traumfabrik entstehen – vom Außerirdischen E.T. über den Filmkuss aus „Casablanca“ bis hin zu „Forrest Gump“, begleitet von der Stimme von Sky Du Mont als Erzähler und den berühmten Filmmelodien. Zu sehen ist das am 16. Januar ab 20 Uhr im Kolosseum, Kronsfordter Allee 25. Mehr unter www.kolosseum-luebeck.de. Foto: Veranstalter

Siebdruck-Workshop im Museum

LÜBECK. Aus der Workshop-Reihe „Inspirier Dich! Inspire Yourself!“ findet im Rahmen der Ausstellung „Extra Time“ von Heather Phillipson am Sonntag, 12. Januar, ab 13 Uhr ein dreistündiger Workshop rund um das Thema Siebdruck in der Kunsthalle St. Annen statt. Gemeinsam mit der Kunstschule Lübeck lädt die Kunsthalle

St. Annen ein selbst kreativ zu werden. Die Teilnahme beträgt 20 Euro, für ermäßigte und für Kinder und Jugendliche 4 Euro. Die Tickets sind im Museumsshop oder online unter <https://kunsthalle-stannen.de/veranstaltung-buchen?vid=10195> erhältlich. Die Teilnahme wird ab zwölf Jahren empfohlen.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

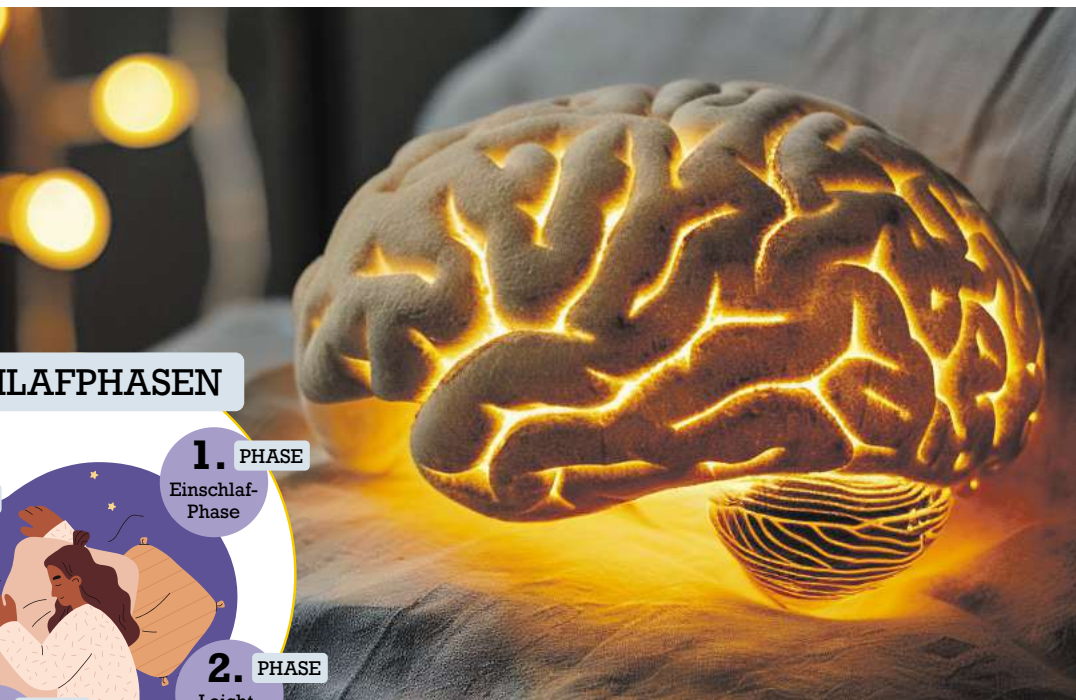
Wundermittel Schlaf: Effizienter, fokussierter, kreativer

Wie wichtig guter Schlaf für unseren Alltag ist

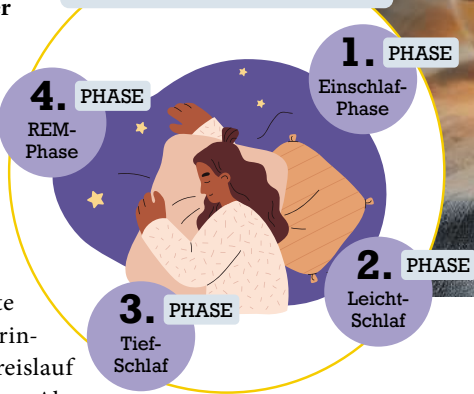
Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und



SCHLAFPHASEN



unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag

z.T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden

und Erkältungen oder Infekte befürchten.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einem erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel

Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit fast 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tief schlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholen in den Tag starten können.

„Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“

Fördert
nicht nur das
Ein-, sondern
auch das
Durchschlafen¹



- keine Schläfrigkeit am Folgetag
- macht nicht abhängig
- wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt
- mit hochdosiertem Baldrian(wurzelextrakt)

Baldriparan®
Stark für die Nacht

Für Ihre Apotheke:
PZN 00499175

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

GESUNDHEITS-TIPP

Prostata – Vorsorge erspart spätere Beschwerden

Ab 45 besteht für Männer der Anspruch auf die Vorsorgeuntersuchung der Prostata. Diese Drüse, die bei erwachsenen Männern in Größe und Form ungefähr einer Kastanie entspricht, hat nicht nur einige wichtige Aufgaben, sondern kann auch alleine wegen ihres natürlichen Wachstums für manche Beschwerden sorgen. So spielt die Prostata eine wesentliche Rolle bei der Fruchtbarkeit, ist aber auch häufig schuld an Problemen beim Wasserlassen.

In erster Linie erfüllt die Vorstehdrüse, wie sie auch genannt wird, zwei Funktionen:

- Herstellung eines Sekrets, das circa ein Drittel des Spermas ausmacht
- Gewährleisten, dass durch den Harnleiter entweder ausschließlich Urin oder nur Sperma nach außen gelangen kann. Letzteres passiert durch ein System von Muskeln.

Die Prostata ist also wichtig für die Fortpflanzung, verfügt aber auch über die Eigenschaft, mit zunehmendem Alter wieder weiter zu wachsen. Deswegen kann es vor allem bei älteren Männern zu einer Vergrößerung kommen, die wiederum für unangenehme Begleiterscheinungen sorgen kann.

größerung verursachen kann, zählen unter anderem Entzündungen, für die die Drüse vergleichsweise anfällig ist. Symptome, die darauf hindeuten, sind beispielsweise:

- häufiges Wasserlassen, bei dem nur eine geringe Menge Urin abgegeben wird
- Schmerzen beim Wasserlassen oder auch bei der Ejakulation
- Blut im Urin

Auch Schmerzen in der Leiste, beim Stuhlgang oder ein Gefühl von Druck im Bereich des Damms können Hinweise sein. Die Behandlung einer solchen Prostatitis erfolgt über Antibiotika.

Außerdem kann eine Vergrößerung die bereits erwähnten Schwierigkeiten beim Wasserlassen nach sich ziehen. Dies hängt unter anderem mit der Position der Prostata im Körper zusammen: Sie liegt unterhalb der Blase und umschließt den Beginn der Harnröhre. Auf der Rückseite grenzt sie an den Mastdarm. Bei einer zu starken Vergrößerung kann sie deswegen die Harnröhre zusammendrücken, bis hin zu einem Blasenverschluss, der im schlimmsten Fall lebensgefährlich werden kann.

Nach einer Operation

der Prostata kann es außerdem zu Erektionsproblemen kommen. Sonst ist die Prostata in aller Regel nur selten daran beteiligt, wenn eine erektile Dysfunktion auftritt.

Tatsächlich zählt jedoch auch Prostatakrebs zu den häufigsten Krebsarten und gleichzeitig zu den häufigsten tödlichen Krebserkrankungen bei Männern.

DAMIT MAN(N) GESUND BLEIBT

Um die Prostata gesund zu halten, empfiehlt sich prinzipiell ein gesunder Lebensstil mit einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend Bewegung. Vor allem mit der mediterranen oder auch der asiatischen Küche tut man seiner Prostata etwas Gutes. Lebensmittel, die sich besonders positiv auswirken, sind unter anderem Brokkoli, Haferflocken und grüner Tee.

Darüber hinaus ist es sinnvoll, über seinen Schatten zu springen und zur Vorsorge zu gehen. Im Gegensatz zu Frauen sind Männer wahre Vorsorgemuffel und nehmen solche Angebote deutlich seltener wahr. Dabei gibt es so einige Gründe, die dafür sprechen, vor allem die Früherkennung von Krebserkrankungen, die für den Behandlungserfolg ganz entscheidend ist. Unter bestimmten Bedingungen empfiehlt es sich sogar, nicht bis zum 45. Lebensjahr zu warten, zum Beispiel bei familiärer Vorbelastung: Sind bereits Fälle von Prostatakrebs in der Familie vorhanden, wird empfohlen, bereits im Alter von 40 Jahren zur Untersuchung zu gehen.

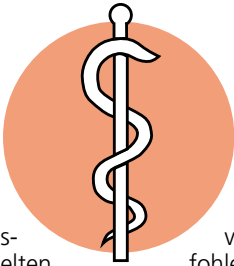
Spätestens wenn bereits Beschwerden vorhanden sind, die auf Erkrankungen der Prostata hindeuten können, ist es wichtig, sich an den Arzt zu wenden, damit die Ursache festgestellt werden kann.

KEINE SCHEU VOR DER UNTERSUCHUNG

Dass Männer nicht gern zum Prostatacheck gehen, liegt vor allem in der Art der Untersuchung. Für die Tastuntersuchung führt der Arzt einen Finger ein kleines Stück rektal ein, denn vom Enddarm aus lässt sich die Prostata gut tasten. Auch wenn dieser Teil der Untersuchung ein wenig unangenehm sein kann, ist er nicht schmerzhaft und auch schnell vorbei.

Sollte sich die Prostata vergrößert haben, kann dies durch eine reine Tastuntersuchung festgestellt werden. Was die Untersuchung jedoch nicht kann, ist, genauen Aufschluss darüber zu geben, mit welcher Art der Vergrößerung man es zu tun hat. Wird eine Vergrößerung festgestellt, sind also weitere Untersuchungen erforderlich.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken



TYPISCHE BESCHWERDEN

Zu den klassischen Problemen, die die Prostata bzw. ihre Ver-



Joerg Ortmann, Inhaber der Pinguin-Apotheken, gibt Gesundheitstipps.

Füllungen ab 2025 amalgamfrei

Diese Füllungen zahlt die Kasse.

Seit dem 1. Januar 2025 ist die Verwendung von Amalgam bei Zahnfüllungen bis auf wenige Ausnahmefälle verboten. Hintergrund des Verbots ist die EU-Quecksilberverordnung. Sie hat zum Ziel, die Verbreitung von Quecksilber in der Umwelt einzudämmen. Wichtig zu wissen: Gesetzlich Versicherte haben als Grundversorgung nun Anspruch auf eine amalgamfreie Füllung im Seitenzahnbereich, ohne dass für sie zusätzliche Kosten entstehen. Wer sich darüber hinaus für eine höherwertigere Alternative entscheidet, muss - wie bisher auch - die Mehrkosten selber tragen.

„Zahnärztinnen und Zahnärzte beraten ausführlich zu den verschiedenen Alternativen für eine Zahnfüllung. Gemeinsam mit ihren Patienten oder ihren Patientinnen entscheiden sie, welches Füllungsmaterial individuell am besten geeignet ist“, erklärt Dirk Kropp, Geschäftsführer der Initiative proDente e.V.

Seit dem 1. Januar 2025 übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen im Bereich der Seitenzähne selbsthaftende Füllungen wie sogenannte Glasionomerzemente aus speziellen Glas-Pulvern. Für diese ausreichende und zweckmäßige Grundversorgung entstehen Patienten keine zusätzlichen Kosten. Die selbsthaftenden Füllungen können direkt an die Zahnoberfläche binden und benötigen daher keine Klebemittel. Sie sind dadurch einfach und sicher anzuwenden. In begründeten Ausnahmefällen übernehmen die gesetzlichen Kranken-

kassen auch die Kosten für Bulk-Füllungen, also einfach zu verarbeitende Kunststoffe.

Wählen Patienten eine höherwertigere Versorgung wie z.B. eine Komposit-Füllung, ist diese aufwändiger. Die gesetzlichen Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten in Höhe der Grundversorgung. Darüber hinaus anfallenden Kosten müssen Versicherte selber tragen.

MÜSSEN BESTEHENDE AMALGAM-FÜLLUNGEN RAUS?

Amalgam besteht etwa zur Hälfte aus Quecksilber. Dieser als potenziell giftig geltende Stoff ist im Amalgam jedoch fest gebunden. Aus ausgehärteten Amalgam-Füllungen tritt kein messbares Quecksilber aus. Nur das Legen und Entfernen von Amalgam-Füllungen setzt geringe Mengen Quecksilber frei. Daher gilt: So lange die Füllungen nicht beschädigt sind, besteht kein Anlass sie auszuwechseln. Erst wenn die Amalgam-Füllungen undicht sind oder sich ein Spalt zum Zahn gebildet hat, müssen sie entfernt werden. Die Zahnärztin oder der Zahnarzt überprüft die Füllungen regelmäßig bei den Kontrolluntersuchungen. Das Amalgam-Verbot betrifft also nur neue Füllungen. Und die kommen seit dem 1. Januar 2025 nur noch dann zum Einsatz, wenn sie aus zahnmedizinischen Gründen zwingend notwendig sind. Dies kann z.B. bei Allergien der Fall sein oder bei Menschen, die sich nur unter Narkose behandeln lassen.

ANZEIGE

Brüchige Nägel: Worauf Betroffene vertrauen



Brüchige Nägel können schnell ungepflegt wirken und unser Selbstbewusstsein mindern. Unterstützung bietet eine spezielle Nährstoffkombination.

Wer wünscht sich nicht schöne und feste Fingernägel? Leider gibt es nur allzu viele Ursachen, die unsere Nägel spröde und trocken machen, wodurch sie leichter abbrechen. Oft reicht schon häufiges Händewaschen oder der regelmäßige Kontakt mit Putzmitteln aus. Jetzt im Winter kommen noch die kalten Außentemperaturen sowie die trockene Heizungsluft hin-

zu, die den Nägeln ebenfalls Feuchtigkeit entziehen.

Die gute Nachricht: Es gibt eine Möglichkeit, die Nägel wieder zu festigen – man muss nur wissen wie!

Keine Frage der Pflege

Die Schönheitsindustrie wirbt gerne mit zahlreichen Pflegeprodukten, die eine schnelle Lösung bei Nagelproblemen versprechen. Ein gutes Beispiel hierfür ist etwa Nagelöl, das in der Drogerie gerne als Hilfe bei brüchigen Nägeln

angepriesen wird. Experten sind sich jedoch einig: Nagelöl pflegt zwar die Nagelhaut, kann aber nicht in die Nagelplatte einziehen. Der Nagel wird somit in seiner inneren Struktur nicht gestärkt. Auch die richtige Schneide- bzw. Feil-Technik ist ein solcher Fall: Natürlich kann man dadurch einem häufigen Abbrechen vorbeugen (z. B. indem man die Nägel möglichst kurz trägt, sodass diese seltener einreißen), das Grundproblem eines zu trockenen bzw. spröden Nagels ist damit aber auch nicht gelöst.

Stärkung von innen

Während konsequente Pflege richtig und wichtig ist, sollte man für eine langfristige Stärkung der Nägel nicht außen, sondern im Inneren des Nagels ansetzen. Das geht am besten mit einer optimierten Nährstoff-Versorgung. Denn werden die richtigen Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente zugeführt, gelangen diese über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo sie das gesunde Wachstum der Nägel fördern. Sie wirken also nicht bloß oberflächlich, sondern packen das Problem wortwörtlich an der „Wurzel“.

Welche Nährstoffe?

Zu den wichtigsten Nährstoffen zählen:

- **Silizium** (aus Goldhirse und Kieselerde) als wichtiger Bestandteil fester Nägel. Das wichtige Spurenelement trägt auch zur Elastizität bei, was gerade bei spröden Nägeln wichtig ist.
- **Natürlicher Schwefel** (oft als „MSM“ abgekürzt) befindet sich von Natur aus im Körper und ist ein Strukturelement der Nägel. Steht nicht ausreichend davon zur Verfügung, werden sie brüchig.
- **Biotin** unterstützt die Einlagerung des oben genannten Schwefels in den Nagel – das wiederum erhöht den Keratin-Anteil, der ausschlaggebend für feste Nägel ist.

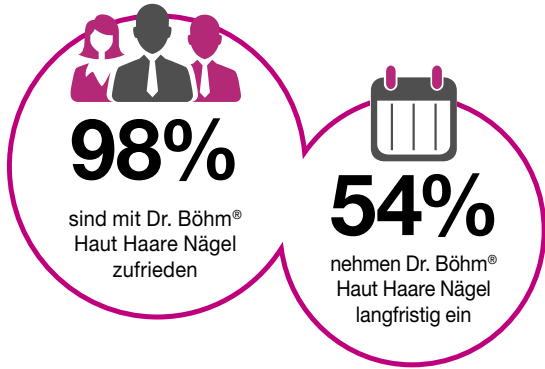
Apotheken-Tipp

Ein Produkt, das all diese Nährstoffe in idealer Dosierung vereint, ist Dr. Böhm® Haut Haare Nägel. Die rein natürlichen, in Österreich entwickelten Tabletten sind auch in

deutschen Apotheken erhältlich und konnten bereits viele Anwender überzeugen. Eine groß angelegte Umfrage bestätigt: Von über 130 Teilnehmern waren 98% zufrieden oder sehr zufrieden.¹

Tipp: Die besten Ergebnisse werden bei kurmäßiger Einnahme über mindestens 2–3 Monate erzielt.

¹Kundenbefragung seit 2018



APOTHEKEN-TIPP bei brüchigen Nägeln



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Die österreichische Nr. 1 bei brüchigen Nägeln²

Bestehen Sie auf das Original! Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie. **PZN: 15390975**

²Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel It IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2024.

Qualität
zertifiziert gemäß
DIN EN ISO 9001:2015

PINGUIN APOTHEKEN

EISKALT
REDUZIERT*



DIE GRÖSSTE AUSWAHL IN LÜBECK ZU TOP-PREISEN

Grippostad
24 Kapseln
gegen
grippale
Infekte

**39 %
gespart**

statt ~~16,37 €~~

9.95*
€



**Bronchicum
Elixier**
100 ml

**24 %
gespart**

statt ~~9,90 €~~

7.55*
€

l = 75,50 €



Dolo Dobendan
36 Lutschtabletten

**21 %
gespart**

statt ~~15,49 €~~

12.25*
€



ACC akut 600
Hustenlöser
40 Brause-
tabletten

**39 %
gespart**

statt ~~32,61 €~~

19.61*
€



Umckaloabo
50 ml

**31 %
gespart**

statt ~~23,70 €~~

16.45*
€



l = 329 €

Paracetamol ratiopharm
20 Tabl.

**50 %
gespart**

statt ~~3,99 €~~

1.99*
€



+ größte Auswahl*
+ bestens beraten
+ keine Einheitsmedizin
= einfach in guten Händen!



**PINGUIN
APOTHEKEN**

Inhaber Jörg Ortmann e. K.

Diclox forte Ratiopharm
20 mg/g Gel
150 g

**35 %
gespart**

statt ~~26,16 €~~

16.95*
€



kg = 113 €

Rufen Sie uns an oder bestellen Sie unter: www.pinguinapotheke24.de

*Für alle Produkte gilt zu Risiken u. Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker - Dieser Preis gilt nach den gesetzlichen Bestimmungen, wenn diese Arzneimittel zu Lasten der gesetzlichen Krankenkassen abgegeben werden - Gilt nicht für verschreibungspflichtige Arzneimittel.

Angebote gültig vom 11.01.2025 - 18.01.2025

Am Hauptbahnhof/
ZOB
Konrad-Adenauer-Str. 1
Tel.: 0451/82966

Im Hochschulstadtteil /
Im Campus
Alexander-Fleming-Str. 1
Tel.: 0451/292 896 66

In der Mühlenstraße
Südl. Altstadt
Mühlenstr. 37
Tel.: 0451/707 510 10

In der Königstraße
auf 2 Etagen / EG + 1. OG
Königstr. 59-63
Tel.: 0451/292 75 55

FINDE DEINEN
TRAUMJOB
IM NORDEN

KÜSTENFISCHER.DE

DSR Asset Management GmbH

Mitarbeiter*innen
Haustechnik
(m/w/d)

Vollzeit, Teilzeit

Lübeck

Technische Hochschule Lübeck

Referent / Referentin (m/w/d) für Strategiekoordination

Vollzeit

Lübeck

Frank Böhrns Steuerberater

Steuerfachangestellte / Steuerfachwirte / Bilanzbuchhalter (m/w/d)

Vollzeit

Lübeck

G.U.T. Feldtmann KG

Mitarbeiter im Außendienst mit Schwerpunkt Haustechnik/ SHK (m/w/d)

Vollzeit

Lübeck

Kreis Ostholstein

Verfahrensbetreuer/in (m/w/d)

Vollzeit

Eutin

Berufsbildungsverein des Dachdeckerhandwerks MV und SH e.V.

Dachdeckermeister - Ausbildungsmeister im Dachdeckerhandwerk (m/w/d)

Vollzeit

Lübeck

StattAuto eG - Carsharing für Lübeck und Kiel

Fachkoordinator:in für IT und Projektmanagement

Vollzeit

Lübeck, Kiel

13.687 Stellen und 6.446 Arbeitgeber warten auf Dich.

Café für Krebspatienten

LÜBECK. Eine unvorhergesehene Krankheit wie Krebs stellt die Betroffenen vor große Herausforderungen – auch im sozialen Bereich. Daher widmet sich das Patientencafé im Café Steinhäuser, Am Burgfeld 3, am 14. Januar von 15 bis 17 Uhr genau diesem Thema. Als Referentin ist Sabine Apostel, Mitarbeiterin in der Beratungsstelle für Erwachsene und Senior*innen (BES) der Hansestadt Lübeck, eingeladen.

Nach einem kleinen Vortrag steht die Beraterin im Anschluss für Fragen zur Verfügung. Im Fokus des Patientencafés steht der Austausch der Betroffenen mit Gleichgesinnten. In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen können sich alle Anwesenden über ihre Erfahrungen mit der Krankheit austauschen, sich gegenseitig informieren oder auch über ganz Alltägliches plaudern.

➔ Eine Anmeldung bei Veronika Dörre per E-Mail an doerre@krebsgesellschaft-sh.de ist erforderlich. Alternativ kann auch unter Telefon 0162/ 4212883 eine Nachricht hinterlassen werden.

Tee-Zeit wird zur Tanz-Zeit

LÜBECK. Bei der nächsten Kochbuchbibliothek am Sonntag, 12. Januar, um 14 Uhr im Blauen Salon im Bürgerhaus Vorwerk-Falkenfeld, Elmar-Limberg-Platz 4, lautet das Motto: „Tee-Zeit wird zur Tanz-Zeit“. Caro Müncheberg singt aus ihrem Repertoire bekannte alte und neue Schlager, internationale Hits und Evergreens.

Weg mit dem Weihnachtsbaum: Abfuhr hat begonnen

Die Entsorgungsbetriebe Lübeck holen die Tannen bis zum 17. Januar ab – Auch Wertstoffhöfe nehmen Gewächse an.

LÜBECK. Der Dreikönigstag am 6. Januar markiert in vielen Haushalten das Ende der Weihnachtszeit. In den Wohnzimmern hat dann ein treuer Begleiter der zurückliegenden Festtage ausgedient und keinen Platz mehr: der Weihnachtsbaum. Bei der Frage, wie und wo sie ihre Tanne entsorgen können, bekommen die Lübeckerinnen und Lübecker Hilfe von den städtischen Entsorgungsbetrieben (EBL).

Bis zum 17. Januar holen die EBL die ausrangierten Bäume ohne vorherige Anmeldung ab. Anwohner müssen ihren Baum dafür lediglich am Abholtag der Biotonne „gut sichtbar und abgeschnitten“ bis 6 Uhr an die Straße legen. Den individuellen Abfuhrtag der Biotonne in ihrer Straße können die Lübecker im Online-Abholkalender einsehen.

Die EBL entsorgen nur Weihnachtsbäume, die am Straßenrand liegen. Befindet sich ein Baum auf einem Privatgrundstück, holen die Betriebe diesen nicht ab. Das gilt auch für Tannen, deren Stamm länger als 2,50 Meter ist. In diesem Fall können Anwohner ihren Baum jedoch in zwei Teile sägen. Die Ent-



Auch bei der Familie der Lübeckerin Ida (11) kommt der Weihnachtsbaum weg. Foto: Roeßler

sorgungsbetriebe bitten außerdem darum, die Bäume erst am Abholtag selbst an den Straßenrand zu legen.

Wer keine Biotonne hat, kann seinen Weihnachtsbaum auch bei einem der Wertstoffhöfe der EBL abgeben. Dort nehmen die Mitarbeiterinnen und Mitarbei-

ter die Tanne bis zum 18. Januar kostenlos entgegen. Nach Ablauf der Frist kostet die Abgabe vor Ort 2,80 Euro je angefangenem halben Kubikmeter.

Die drei Wertstoffhöfe der Entsorgungsbetriebe Lübeck befinden sich in der Posener Straße 25 (Wertstoffhof Mitte, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 8 bis 17 Uhr, Samstag 8 bis 12 Uhr), am Möllering 8 (Wertstoffhof Herrenwyk, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 8 bis 17 Uhr, Samstag 8 bis 12 Uhr) und am Raabrede (Wertstoffhof Niemark, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 7 bis 17 Uhr, Samstag 8 bis 13 Uhr).

„Unser Angebot, Weihnachtsbäume abzuholen, wird Jahr für Jahr sehr gut angenommen“, sagt Mirko Wetter, Sprecher der EBL. Bei der Abfuhr 2024 hätten seine Kollegen 157 Tonnen Weihnachtsbäume eingesammelt. 2023 waren es 164 Tonnen.

Die an Weihnachten Licht und Gemütlichkeit spendenden Gewächse werden von der EBL in einem Biomassewerk geschreddert und zu Kompost verarbeitet. Ein Teil des Komposts findet später in der Landwirtschaft neue Verwendung. **B. STREBEL**

STELLENMARKT

Wir suchen dringend
Mitarbeiter (m/w/d)
für unseren
Hausnotruf/Rufbereitschaft.
Auf 556-€-Basis /
7-9 Tage im Monat.
☎ 0177 / 266 11 38

Suche eine zuverlässige, erfahrene Haushilfe, bei guter Bezahlung. ☎ (0 451) 308 536

Seniorenbetreuung im Raum Kücknitz/ Tra vermisst gesucht? Erf. Betreuungskraft bietet stundenw. Hilfe für Senioren im Rahmen einer geringf. Beschäftigung. Referenzen vorh. ☎ 0451-30400706

Ideal Gebäudereinigung: Reinigungskraft f. Schulreinigung in Bad Schwartau. Minijob-Basis á 1,75, 5x/W., Mo: 0151/12725517

Suche Reinigungskraft für Büro u. Haushalt. ☎ (0 451) 69 33 76 06

„Danke für alles!“

SOS KINDERDÖRFER WELTWEIT

www.sos-kinderdoerfer.de

Hansestadt LÜBECK



Wir stellen ständig für alle Stadtteile ein:

Reinigungskräfte (23,50 Std./Woche)

für den Bereich Gebäudemanagement für die Unterhaltsreinigung in Schulen, Kitas und Verwaltungen.

- Nachtdienst, Nachmittags- und Abenddienst sowie wohnortnaher Einsatz möglich
- mobile Teamarbeit möglich (mit Hol- und Bringservice vom Wohnort)
- mehrere Einsätze am Tag möglich wenn gewünscht
- Unterstützung beim Grundreinigerteam am Nachmittag möglich (mit höherer Entgeltzulage)
- unbefristete Einstellung nach 12 Monaten möglich
- Jahressonderzahlungen (Weihnachtsgeld) garantiert und Leistungsprämien möglich
- Mehrstundenauszahlung oder Freizeitausgleich
- Begrüßungsgeschenk, interkulturelle Arbeitsatmosphäre, Reinigungspläne in Fremdsprachen vorhanden

Entgeltgruppe 1 TVöD - Kennziffer 001 / 2024

Näheres zu den Aufgaben finden Sie unter www.luebeck.de/jobs oder unserem Karriereportal (stadt.luebeck.jobs.de).

Mehr Informationen erhalten Sie über reinigungsdienste-gmhl@luebeck.de oder telefonisch unter 0451-1226271, Herr Eiring bzw. unter 0451-1221902, Frau Brummerloh.

Ausdrücklich begrüßen wir es, wenn sich Menschen mit Migrationshintergrund bei uns bewerben.

Erzieher (m/w/d) gesucht

Für unsere kleine individuelle Kita suchen wir zur Verstärkung unseres Teams zu sofort eine/n motivierte/n und engagierte/n Erzieher/in in Vollzeit oder Teilzeit 30 Std./Wo. im Krippenbereich.

Außerdem haben wir noch einen FSJ/BFD Platz zu besetzen.

Wir freuen uns auf Bewerbungen per E-Mail unter stoppelhoppser-tzl@t-online.de oder per Post an:



Kita Die Stoppelhoppser
Seelandstraße 3 • 23569 Lübeck

DRK-Kreisverband Lübeck e.V.

Deutsches Rotes Kreuz

WERDEN SIE AKTIV!

Engagieren Sie sich ehrenamtlich beim DRK Lübeck

Ihre Einsatzmöglichkeiten:

- Bereitschaft/Sanitätsdienst
- Rettungsdienst
- Besuchsdienst
- Integrationshilfe
- Wasserwacht
- Kleiderläden

Mehr Informationen erhalten Sie unter Tel. 0451 48 15 12-0

www.drk-luebeck.de



Landgericht in Lübeck hat neuen Präsidenten

LÜBECK. Wechsel am Landgericht in Lübeck: Zum 1. Januar hat Carsten Löbbert die Leitung des Landgerichts übernommen. Das hat das Landgericht kürzlich mitgeteilt.

FAST ZEHN JAHRE PRÄSIDENT AM AMTSGERICHT

Löbbert war früher unter anderem Richter am Landgericht Lübeck. Von 2005 bis 2015 war er zunächst Vizepräsident des Amtsgerichts der Hansestadt, 2015 wurde er dann Präsident.

Mit dem jetzigen Amtswechsel folgt er nun auf Dr. Silke Schneider. Die Lübecker Juristin war zum 1. August 2024 als neue Finanzministerin in die Landesregierung Schleswig-Holstein eingetreten. Die frühere Finanzstaatssekretärin wurde damit wiederum Nachfolgerin von Monika Heinold (Grüne), die sich aus der aktiven Politik zurückziehen wollte.

In der Zwischenzeit führte vorübergehend der Vizepräsident des Landgerichts in Lübeck, Dr. Marcel Ernst die Amtsgeschäfte. Nach einem Beschluss des Richterwahlausschusses des Landtags ist Carsten Löbbert schließlich am 19. Dezember in Kiel von Justizministerin Prof. Dr. Kerstin von der Decken zum Präsidenten ernannt worden.

DAS SIND DIE AUFGABEN DES PRÄSIDENTEN

Von jetzt an wird Löbbert die Dienstgeschäfte am Landgericht Lübeck aufnehmen, die feierliche



Gemeinsam bei der Vorstellung des sanierten Gerichtsgebäudes des Amts- und Landgerichts vor zwei Jahren: Carsten Löbbert und Dr. Silke Schneider. Jetzt ist Löbbert neuer Präsident des Landgerichts und damit Nachfolger von Schneider. Foto: Agentur 54°

Amtseinführung mit der Justizministerin ist aber erst für den 17. Januar vorgesehen. Zu den Aufgaben des Landgerichtspräsidenten gehört nicht nur die Leitung des Landgerichts Lübeck selbst. Er übernimmt auch die Dienstaufsicht über die sechs Amtsgerichte, die in den Landgerichtsbezirk fallen – dazu gehören Oldenburg/Holstein, Eutin, Ratzeburg, Schwarzenbek, Reinbek und Ahrensburg.

Einen Nachfolger beziehungsweise eine Nachfolgerin für Carsten Löbbert gibt es bislang noch nicht – die Stelle des Präsidenten des Amtsgerichts Lübeck ist aktuell ausgeschrieben.

Das Amtsgericht rechnet nach eigenen Angaben damit, dass die Stelle durch den Richterwahlausschuss und durch die Justizministerin im Laufe dieses Jahres wieder besetzt werden wird.

AUS DER GESCHÄFTSWELT

Blasenschwäche: Produkte für mehr Leichtigkeit im Alltag

BAD SCHWARTAU. Kein Sport mehr, kein Theaterbesuch, weil die Blase nicht mitspielt? Inkontinenz, die rund zehn Millionen Menschen bundesweit betrifft, muss kein Hinderungsgrund sein. Mit der richtigen Unterstützung kann das Leben weiterhin aktiv und erfüllt sein. Die Firma unizell Medicare GmbH aus Bad Schwartau bietet persönliche Produktberatung und kostenlose Musterpakete an, damit Produkte bequem getestet werden können, bevor eine Entscheidung getroffen wird. Sie übernimmt auch die Rezeptabwicklung mit der jeweiligen Krankenkasse und bietet ein breites Sortiment an Hygieneartikeln für jeden Bedarf an. Die Belieferung erfolgt diskret in neutralen Kartons.

Die Beschaffenheit von Inkontinenzprodukten ist entscheidend für die Lebensqualität. Hier gibt es ein großes Produktsortiment, das sich in Material, Maße und Saugstärke unterscheidet. Die Auswahl des richtigen Artikels ist abhängig von Inkontinenzart, Schweregrad, Gewicht, Größe und den individuellen An-



Die Firma unizell hat eine große Auswahl an Inkontinenzprodukten im Sortiment. Foto: unizell

sprüchen der Betroffenen. Produktanpassungen an die sich immer wieder verändernden Gegebenheiten und Bedürfnisse bieten sicheren und zuverlässigen Schutz und Komfort. So werden

Terminbuchung für Beratung unter Telefon 0451/ 398905725 oder einfach QR Code scannen.

Sicherheit und Diskretion gewährleistet, sich wieder frei bewegen und problemlos am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können.

Terminbuchung für Beratung unter Telefon 0451/ 398905725 oder einfach QR Code scannen.



unizell Medicare GmbH
Pohnsdorfer Str. 3
23611 Bad Schwartau
E-Mail: homecare@unizell.de

IHK berät Unternehmer

LÜBECK. Ein Unternehmen zu führen, eigene Ideen zu verwirklichen und selbstständig zu handeln muss kein Wunschtraum sein. Die IHK zu Lübeck will Menschen für das Unternehmertum begeistern. Die Übernahme eines Betriebes ist eine Möglichkeit für den Einstieg in die Selbstständigkeit. Zugleich will die IHK Unternehmer dafür sensibilisieren, eine Übergabe rechtzeitig einzuleiten. In ihrer kostenfreien Beratung „Stabwechsel“ informieren die Berater der IHK regelmäßig Mitglieder, die eine Unter-

nehmensnachfolge planen oder bald einleiten wollen. Der nächste Online-Termin ist am Mittwoch, 15. Januar. Die Beratung erfolgt in Einzelgesprächen.

Externe Experten und IHK-Berater erstellen Leitfäden zu den Themen Vorbereitung und Organisation der Unternehmensnachfolge und Auswahl von Nachfolgekandidaten sowie Aufbau von Finanzierungen. Die Beratungszeit ist auf eine Stunde begrenzt.

Die Anmeldung erfolgt über www.ihk.de/sh/sprechtag

„Herz an Herz“ in der MuK

LÜBECK. Die Hochzeitsmesse „Herz an Herz“ findet am 11. und 12. Januar zum 26. Mal in Musik- und Kongresshalle statt. Dann wird es im Foyer wieder jede Menge Anregungen und die neuen Trends zum Thema Heiraten geben. Aber auch wer ein anderes großes Fest plant, wird vielfältige Inspirationen finden.

Gut 90 Aussteller aus mehr als 30 hochzeitsnahen Branchen präsentieren ein Angebot mit vielen Highlights. Ganz gleich, welche Vorstellungen Paare von ihrer Hochzeit haben und auch,

wenn sie noch gar nicht recht wissen, wie ihr schönstes Fest im Leben aussehen soll, finden sie auf der Messe Festkleider, den passenden Schmuck, Ideen für die Dekoration und vieles mehr. Wie immer gibt es auch ein Bühnenprogramm mit viel Show, Live-Musik und Unterhaltung.

Geöffnet ist jeweils von 10 bis 17 Uhr. Die Tageskarte kostet zehn Euro. Kinder bis zu 12 Jahren haben in Begleitung Erwachsener freien Eintritt. Tickets sind bei Eventim oder an der Tageskasse erhältlich.

Top-Tagesfahrten 2025 im Norden!

REISEBÜRO Behrens

Mit modernen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin

Bilke-Brennen auf Nordstrand
inklusive 1 Becher Glühwein

Genießen Sie die große Panoramafahrt von der Ostsee an die Westküste nach Husum – hier haben Sie Gelegenheit zum Stadtbummel und sich ein wenig zu stärken. Anschließend Fahrt auf die Insel Nordstrand, wo Sie nach dem Abbrennen der Bilke-Feuer mit wärmenden Glühwein erwartet werden.

Reisetermin 2025:
• Fr., 21.02.

pro Person nur
€ 29.90

Küstentörn mit großem Frühstücksbuffet
Kombinierte Bus- & Schiffsreise mit den TT-Line-Fährschiffen

Fahrt entlang der Küste von Travemünde mit der TT-Line nach Rostock. Genießen Sie das Frühstücksbuffet an Bord. Busfahrt in die Hansestadt Rostock zum Stadtbummel.

Reisetermine 2025:
• Do., 13.02. • Mi., 19.03. • Di., 15.04.
• Mi., 07.05. • Do., 22.05. • Di., 03.06.* • Mi., 18.06.*
• Mi., 02.07.* • Do., 11.09. • Do., 09.10.

pro Person ab
€ 69.90

* Saisonzuschlag p.P. € 6,-

Flensburg mit Brauereibesichtigung
Neugier auf Norddeutsch: FLENS hautnah

Flensburg erleben und genießen. Auf der Rundtour durch die Flensburger Privatbrauerei erleben Sie spannende Einblicke in den Brauprozess, sehen das FLENS als Kinohelden und genießen am Ende das eine oder andere Pilsener oder alkoholfreie Getränk bei einer Verkostung mit deftigem Brotzeit.

Reisetermine 2025:
• Do., 06.03. • Fr., 02.05.

pro Person nur
€ 52.90

Grünkohl „Satt“ und Lüneburg
mit allem, was dazugehört

Hausgemachter, frischer Grünkohl, Bregenwurst, Schweinebacke und Kasslerbraten bis zum Abwinken. Dazu gibt es die berühmten kleinen Heidekartoffeln in Butter und Zucker geröstet. Anschließend Fahrt ins wunderschöne Lüneburg mit Zeit zur freien Verfügung.

Reisetermine 2025:
• Mi., 22.01. • Di., 04.02.

pro Person nur
€ 59.90

Miniatur Wunderland Hamburg
Inklusive Eintrittskarte Miniatur Wunderland (ohne Wartezeit ins Wunderland)
4-stündiger Aufenthalt in Hamburg

Bestaunen Sie in der Hamburger Speicherstadt die größte Modelleisenbahnanlage der Welt. Das Miniatur Wunderland Hamburg wächst ständig um Länder oder Städte.

Reisetermine 2025:
• Do., 23.01. • Mo., 17.02. • Mi., 12.03.

pro Person nur
€ 54.90

„Bremen Tattoo“ mit 10 Nationen!
Inklusive Eintrittskarte PK 3 um 15.00 Uhr

Mit weit mehr als 700 Teilnehmern aus mehr als 10 Nationen geht das „Bremen-Tattoo“ 2025 an den Start mit einer weltweit einzigartigen Musikshow der Spitzenklasse mit Top-Musikern, Tanz und Gesang.

gegen Aufpreis buchbar:
• Eintrittskarte PK 2: € 10,- / Eintrittskarte PK 1: € 20,-

Reisetermin 2025:
• So., 19.01.

pro Person ab
€ 99.90

Der Stint ist da!

Dieser leckere kleine Fisch gehört zur Lachsfamilie und wird nur kurze Zeit gefangen. Freuen Sie sich auf ein Stint- und Fischbuffet in der südlichen Lüneburger Heide. Außerdem gibt es noch weitere Fischfilets, verschiedene Matjesspezialitäten, Saucen, Bratkartoffeln, Speckkartoffeln, usw. Auf dem Rückweg fahren wir am Nachmittag in die Salzstadt Lüneburg inkl. Freizeit.

Reisetermine 2025:
• So., 23.03. • So., 30.03. • Fr., 04.04.
• Mi., 09.04.

pro Person nur
€ 56.90

Maritimer Erlebnistag: Helgoland mit dem „Halunder-Jet“ ab Hamburg
mit extra-langem Aufenthalt!

Willkommen an Bord des größten & schnellsten Katamarans in der Deutschen Bucht. Erleben Sie Komfort & Schnelligkeit hautnah. Sie bekommen fest reservierte Plätze an Bord während der 3,5-stündigen Überfahrt. Kein Ausbooten erforderlich, der Jet landet direkt am Südhafen.

Reisetermine 2025: • 14.01., 05.05., 16.06.

pro Person ab
€ 119.90

Mindestteilnehmerzahl 30 Personen. Für Mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet. Personalausweis erforderlich.

Reiseveranstalter: Reisebüro Behrens GmbH | Riemannstraße 26 | 23701 Eutin
Telefon: 04521-77937-0 | E-Mail: info@behrens-reisen.de

Beratung & Buchung: ☎ 04521-77937-0

GESCHÄFTLICHE EMPFEHLUNGEN

Kinderpflegedienst
Lübeck

Alles Gute
für 2025

Erwachsenen-intensivpflege

Kinderpflege
int | amb | WG

Wohngemeinschaft
Intensivpflege

Ambulante
Pflege

Assistenzpflege

Betreutes
Wohnen

Wund-
management

Kranken-
transporte

Fachabteilung
Heimbeatmung

Pflegeberatung

Palliativ-
versorgung

Ausbildung

Kinderpflegedienst Lübeck Bei der Lohmühle 7 23554 Lübeck
www.kinderpflegedienst-luebeck.de ☎ 0451 - 120 110 70

weitere Standorte: Bad Segeberg, Dörnick/Plön, Geesthacht, Groß Grönau, Helgoland, Kiel, Neumünster, Reinfeld, Schwerin

MARKTPLATZ

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

2 Sofas 3er (B/T/H 217x101x75), 150€ und 2er (B/T/H 175x101x75) 125€, Leder beige, 1A Zust., je 2 Armlehnen klappbar + Kopfteilverstellung. ☎ (0172) 4122687

Ab sofort suchen wir gebrauchte Möbel für die Ukraine. ☎ 0451/59988209

Abholung von gebr. Möbeln für bedürftige Menschen in Litauen. Tel.: 0176/55 29 18 30

Wohnungsauflösung am 11.-12.01.25, ab 10 - 15 Uhr, Ewerstr. 27, 23556 Lübeck, verk. Möbel, Geschirr, Waschmaschine AEG, Lampen, Essstisch mit 4 Stühlen, Garderobe, Da.-Kleidung Gr. 40-44 u. He.-Kleidung Gr. 50-52.

TV / FOTO / PHONO / ELEKTRONIK

Kofferradio von JVC mit Kassetten- u. CD-Player, Preis VHB. ☎ 0173 / 6322580

NAVI von Auto Becker, OVP, Preis VHB, ☎ 0173 / 63 22 580

Digitalkamera Canon Ixus 951S m. Zubehör 60€; Diaprojektor Leitz Pradovit RC m. Zubehör 50€ Fotos: ☎ 01573-8795700

BEKANNTSCHAFTS-ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Adelheid, 77 Jahre jung, hier aus d. Gegend, bin schlank, etwas vollbusig, gute Hausfrau u. Köchin mit einem großen Herz, ich suche einen lieben Mann (Alter egal), bei getrenntem oder zusammen wohnen. Gerne würde ich Sie auf Kaffee und Kuchen einladen, damit wir uns näher kennenlernen können. pv Tel. 0151 - 20593017

Attraktive, schlanke Marianne, 67 J., seit kurzem verwitwet, langjährige Stationsleiterin im Krankenhaus, bin eine herzengute Frau, (kinderlos). Ich mag das häusliche Leben, koche u. backe leidenschaftlich gern, die Zweisamkeit vermisse ich sehr. Ich wünsche mir nochmal e. zärtlichen Mann an meiner Seite. pv, Tel. 0160 - 97541357

VERSCHIEDENES

VERSCHIEDENES

Flohmarktartikel - Alles muss raus! Geschirr, Gläser, Vasen, Steakbesteck, Lampen, gerahmte, alte Städteansichten, Reitstiefel u. Cowboystiefel Gr. 42, Staffelei m. Malkasten, antiquarische Bücher, Puppenbücher, Militaria (Bw), Boulekuugeln, Gesellschaftsspiele, elektr. Werkzeug, div. Kleinkram, Elektro- u. TV-Zubehör, Info u. Fotos: ☎ 01573- 879 5700

MUSIK

Hammond-Orgel von Yamaha, Preis VHB, ☎ 0173 / 63 22 580

LANDWIRTSCHAFT

Suche Quicke Frontlader und DDR-Kartoffelkisten, 2x1m ☎ (0 173) 6 083 788

Buchen Sie Ihre Kleinanzeige unter
Tel.: 04 51/144-11 11

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Alte Briefmarkensammlungen/Nachlässe v. priv. Sammler gesucht. Diskretion u. Barzahlung werden zugesichert. Gerne auch Münzen. ☎ 0171/7088641

Briefmarken in orig. Alben "Olympische Spiele 1984" zu verk. ☎ 0176/47800871

Suche alte Glasnegative ☎ 01 70-386 18 11

DIENTSTLEISTUNGEN

Garten- u. Winterdienst ☎ 0451/4005385

VERSCHIEDENES

VERSCHIEDENES

Christus - für Dich gestorben

Bootstrail/Handtrailer von Heine-mann zu verschenken ☎ 0177/9574405

Student bietet Hilfe im Alltag bei PC, Smartphone, TV. ☎ 0155 / 107 427 63

Suche trockenen Stellplatz f. Wohnwagen, 5,75m, im Großraum Scharbeutz ☎ 0176/55662921

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / -WAGEN

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen ☎ 03944-36160, www.wm-aw.de Fa.

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN HÄUSER

ESPLANADE IMMOBILIEN

info@esplanade-immobilien.de
Tel.: 0451-7907190

Energieeffizienzklasse: A+ Doppelhaushälfte mit hervorragender Energieeffizienz und viel Platz im Hochschulsstadtteil

ca. 142 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, Vollbad, Dachgeschoss bereits ausgebaut, Terrasse/Garten, 2 Außenstellplätze, Baujahr: ca. 2008, Wärmepumpe/Fernwärme, Geothermie, Verbrauchsausweis, A+, 18 kWh/(m²*a)

KP 575.000,- €

Kontaktieren Sie uns gerne!

ESPLANADE IMMOBILIEN

info@esplanade-immobilien.de
Tel.: 0451-7907190

Wohnen mit Meeresbrise Scharbeutz, ca. 45 m², Erdgeschoss, 2 Zim., Terrasse, TG-Stellplatz, Bj. 1998, EnB, 86,50 kWh/(m²a), G, Gas, 339.000,- € (zzgl. 3,33 % inkl. MwSt. Käuferprov.)

moellerherm-immobilien.de 0800-77 16 100

Persönlich gut beraten

MÖLLERHERM IMMOBILIEN

ESPLANADE IMMOBILIEN

info@esplanade-immobilien.de
Tel.: 0451-7907190

Sierksdorf Moderne, möblierte ETW, ca. 50 m² Wohnfl., 2 Zimmer, heller Flur, offene EBK, mod. WB, WZ mit Ethanol-Kamin, hochw. vergl. Balkon, Feuerturm, mögl. Bj. 1971, B: 157,1 kWh/m² p.a., Kl. E, FW-FW, KP: 175.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ESPLANADE IMMOBILIEN

info@esplanade-immobilien.de
Tel.: 0451-7907190

Freie Lieferung - direkt an der Vorderreihe Eigentumswohnung mit Balkon, Wasserblick und Stellplatz

ca. 66,62 m² Wohnfläche, MEA 597/10.000stel., Hausgeld 540,- € inkl. Instandhaltung, Baujahr ca. 1965, 3 Zimmer, Vollbad + Gäste WC, Balkon, 1 Außenstellplatz, Keller, Dachboden, Verbrauchsausweis, Gaszentralheizung, D, 122,9 kWh/(m²*a)

KP 389.000,- €

Kontaktieren Sie uns gerne!

ESPLANADE IMMOBILIEN

info@esplanade-immobilien.de
Tel.: 0451-7907190

Ruhig Wohnen und den Strand so nah Scharbeutz, ca. 39 m², 2 Zimmer, 2023/24 renoviert, 1. OG, Balkon, Bj. 1972, EnV, 242,53 kWh/(m²a), G, Gas, 212.000,- € (zzgl. 3,33 % inkl. MwSt. Käuferprov.)

moellerherm-immobilien.de 0800-77 16 100

Persönlich gut beraten

MÖLLERHERM IMMOBILIEN

ETW in Strandnähe!

Traumhafte EG-Whg. mit großz. Terr. in Dahme, ca. 77 m² Wohnfl., 2 Zi., offene EBK, helles WZ, WB, SZ mit Terr.-Zugang, SP vorhanden, Bj. 1981, V: 36,23 kWh/m² p.a., Kl: A, Nachtsp.-ZH, KP: 235.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - Priwall

Traumhafte ETW ca. 300 m von der Ostsee entfernt, ca. 140 m² Wohnfl., 4 Zi., helles Wohnzimmer, SZ mit Ankleidezimmer, EZ mit Balkonzugang, Vollbad, Sauna, Südbalkon mit Markise, Außenstellplatz, 480,- € Hausgeld mit., Bj. 1936, B: 154,6 kWh/(m²a), Kl: E, Gas-Hz., KP: 870.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Buchen Sie Ihre Kleinanzeige unter

Tel.: 04 51/144-11 11

wochen Spiegel

Heiligenhafen

Hochwertige 2-Zi.-Whg. in Strandnähe! Ca. 51 m² Wohnfl., WZ mit Süd-Balkon, offene EBK aus 2023, DB, Abstellraum u. Keller, Raum, Außenstellplatz vorh., ca. 500 m zum Strand, Bj. 1994, V: 65 kWh/m² p.a., Kl. B, Gas-Hz., KP: 275.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Dassow - Pötenitz

Traumhafte 2,5-Zimmerwhg. an der Ostsee, ca. 74 m² Wohnfl., 1. OG, helles Wohn-u. Esszimmer, offene Küche inkl. E-Geräten, mod. gestalteter GR, Bj. 2015, B: 100,7 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-FBH, KP: 295.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ETW in 23560 HL - St. Jürgen zu verk., 2 Zi., Balkon, gr. Keller, PKW-Stellpl., 64,85 m², 170.000 € ☎ 0176-30010109

Abkürzungen für Immobilienanzeigen:

App.:	Appartement	Grdst.:	Grundstück	NR:	Nichtraucher
Blk:	Balkon	G.-WC:	Gäste-WC	OG:	Obergeschoss
BGF:	Bruttogrundfläche	Hzg.:	Heizung	RH:	Reihenhaus
Ct.:	Courtage	IVD:	Immobilien	renov.:	renoviert
DG:	Dachgeschoss		Verband	renov.-bed.:	renovierungsbedürftig
DHH.:	Doppelhaushälfte		Deutschland		
Do.-Gar.:	Doppelgarage	Kft.:	Komfort	Sout.:	Souterrain
Du.:	Dusche		(-wohnungen)	Terr.:	Terrasse
EBK:	Einbauküche	KP:	Kaufpreis	VDM:	Verband Deutscher Makler
EG.:	Erdgeschoss	Kü.:	Küche	VHB:	Verhandlungsbasis
ELW.:	Einliegerwohnung	Lg.:	Lage	VHS:	Verhandlungssache
Etg.:	Etage	Mais.:	Maisonette-wohnung	VB:	Vollbad
ETW:	Eigentumswohnung			VK:	Vollkeller
EFH:	Einfamilienhaus	ME:	Mieteinheit	WE:	Wohninheit
FeWo:	Ferienwohnung	MFH:	Mehrfamilienhaus	Wfl.:	Wohnfläche
FP:	Festpreis	MS:	Mietsicherheit	Whg.:	Wohnung
Fußb.-Heizg.:	Fußbodenheizung	Ntfl.:	Nutzfläche	ZFH:	Zweifamilienhaus
Gar.:	Garage	NGF:	Netto-Grundfläche	ZH:	Zentralheizung
Gart.:	Garten	NB:	Neubau		
Gew.-Fl.:	Gewerbefläche	NK:	Nebenkosten		

Bäk

Charmantes EFH mit Einlieger-Whg., ca. 160 m² Wohnfl., davon ca. 73 m² ELW, ca. 861 m² Eck-Grundstück, 8 Zimmer, geräumiges Entree, Küche mit E-Geräten, Wohn- und Esszimmer mit Terrassenzugang, SZ, Duschbad, Teilkeller, Bj. 1973, B: 272,3 kWh/m² p.a., Kl. H, Gas- ZH, KP: 330.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Historisches EFH...

...mit Reetdach! Ca. 2.829 m² parkähnlichem Grundstück, ca. 200 m² Wohnfläche, Bj. 1939, saniert 1999, 6 Zimmer, Landhausküche, Specksteinofen, große Süd-West-Terrasse, Brunnen und Bachlauf, Gartenteich, Holzhütte, Gewächshaus, Doppelcarport, B: 121,2 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-ZH aus 2022, Kaufpreis: 800.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Ihr Glück für 2025: Grömitz - Verkauf von/an privat. Stilvolles EFH in ruhiger Sackgassenlage, ca. 170 m² Wohnfl., 6 Zimmer, umlaufende Sonnenterrasse, ca. 80 m² Vollkeller mit Infrarotkabine, großz. Wohn- u. Esszimmer, Landhaus-Wohnküche, Gäste-WC mit Duschanschlüssen, VB mit Badewanne u. Dusche, el. Rollläden, Strom-WP mit Klimaanlage, FBH im EG und Bad, Doppelcarport, Außen-SP, Bj. 2007, V: 63,8 kWh/(m²a), Kl. B, Erd-WP, KP: 975.000€.

☎ (0 151) 212 40 771

Lensahn

Charmantes Einfamilienhaus in Sackgassenlage, ca. 150 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, WZ mit Essbereich, Gäste-WC u. Wannenbad, EBK inkl. E-Geräten, Garage, Vollkeller, Süd-Terrasse, Balkon, ca. 597 m² Grundstück, Bj. 1973, Bj. 1973, B: 127,0 kWh/m² p.a., Kl. D, Öl-Hz., KP: 395.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Mölln

Charmanter Winkelbungalow in Seenähe! Ca. 182 m² Wohnfl., 5 Zi., ca. 804 m² Grdst., EBK im Landhausstil, helles WZ/EZ, Galerie im OG, SZ mit en-suite-Bad, Gäste-WC m. Dusche, HWR, FBH im EG, Teilkeller, Doppelcarport m. Wallbox, Solarthermie, Bj. 2007, Bj. 2007, V: 122,1 kWh/m² p.a., Kl. D, Pellet-Hz., KP: 650.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Scharbeutz - Klingberg

Stilvolles Einfamilienhaus mit traumhaftem Garten! Ca. 185 m² Wohnfläche, ca. 901 m² Grundstück, hochw. Ausstattung, großz. Wohn-/Esszimmer mit Terrassenzugang, offene Designer-Küche, mod. DB, Vollbad im OG, HWR, Bj. 2012, V: 88,4 kWh/m² p.a., Kl. C, Gas-FBH, KP: 875.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ZFH mit viel Potenzial...

... in ruhiger Lage von Stuenborn. Insg. 6,5 Zimmer auf ca. 200 m² Wohnfl., je eine W/E im EG u. OG, Terrasse u. Balkon, 2 EBK inkl. E-Geräten, 2 DB, Bj. 1965, B: 133 kWh/m² p.a., Kl. E, Öl, Öl-Heizung, KP: 300.000,- €

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

LN Digital Store

LN Digital und Persönlich

Tauchen Sie ein in die digitale Welt der LN!

Besuchen Sie unseren LN Digital Store in der Königstraße 67A in Lübeck und testen Sie unser E-Paper interaktiv. Für eine individuelle Beratung vereinbaren Sie gerne unter 0451 / 144 1634 Ihren Termin.

Profitieren Sie von exklusiven Angeboten vor Ort.

„Mit dem Mollii Suit
kann ich mich wieder
freier bewegen und
den Alltag leichter
bewältigen.“

Ben Mausbach, MS-Patient

FORTSCHRITTLICHE HILFE BEI MS & SCHLAG- ANFALL!

Mit dem EXOPULSE MOLLII SUIT
aktivieren Sie Ihre Muskeln für
mehr Lebensqualität!

EXOPULSE
MOLLII SUIT
CERTIFICATE
EXPERT*

SCAN ME!



10 GEBURTSTAGS- %RABATT**



**OSTSEE
MEDIZINTECHNIK**

SANITÄTSHAUS & ORTHOPÄDIETECHNIK



**Bei einer Tragedauer von nur 1 Stunde am
Tag kann die entlastende Wirkung auf die
Muskulatur bis zu 24 Stunden anhalten!**

Leiden Sie an einer Spastik, haben Sie häufig mit
vielfältigen und andauernden Einschränkungen im Alltag
zu kämpfen. Auch wird eine Spastik vielfach von Schmerzen
und unnatürlichen Körperhaltungen begleitet.

Wenn Sie mit einschränkenden Bewegungsstörungen
durch **Multipler Sklerose, Schlaganfall, Zerebralparese,
Fibromyalgie** und anderen neurologischen Erkrankungen
Ihren Alltag bestreiten müssen, kann der **EXOPULSE MOLLII
SUIT** Ihnen mittels Knopfdruck die Möglichkeit verschaffen,
nach einer kurzen Stimulationszeit die Symptome einer
Spastik zu reduzieren und Schmerzen zu lindern.

Mit dem **EXOPULSE MOLLII SUIT** von Ottobock bieten wir
Ihnen jetzt ein sicheres und einfaches Hilfsmittel, das Ihre
Bewegungsfreiheit und Lebensqualität erhöhen kann.

Der **EXOPULSE MOLLII SUIT** von Ottobock bietet die
Möglichkeit, die **Muskelspannung** zu **normalisieren**.
Er kann dabei unterstützen, verschiedenen Formen der
Muskelverkürzung oder Muskelsteifigkeit vorzubeugen.
Durch die **niederfrequente Elektrostimulation** kann die

spastische, verspannte und schmerzende Muskulatur
gelockert werden. Schmerzen, die im Zusammenhang mit
Spastik auftreten, können reduziert werden.

Mit seinen **58 Elektroden** stimuliert der Anzug bis
zu 40 wichtige Muskeln im Körper. Er besteht aus
einer Hose, einem Oberteil und einer abnehmbaren,
programmierbaren Kontrolleinheit und wird individuell
auf die Bedürfnisse jedes Anwenders abgestimmt.

Der **EXOPULSE MOLLII SUIT** ist in **Kinder-, Herren-
und Damengrößen von 104 cm bis XXXL erhältlich**.
Er eignet sich sowohl für den Einsatz im privaten als
auch im klinischen Umfeld, ist für alle Altersgruppen
leicht anzuwenden und lässt sich **wie ein gewöhnliches
Kleidungsstück** tragen. Dabei kann ein positiver Effekt
erzielt werden, der **bis zu 24 Stunden** anhält.

**Wir beraten Sie gern ausführlich über
dieses innovative Hilfsmittel von Ottobock.**

**Vereinbaren Sie gleich einen Termin
in unserer Zentrale in Lübeck unter
Telefon 0451 – 290 71 50.**

Für Sie vor Ort: Seit 30 Jahren sind wir Spezialist im Orthopädietechnik-Handwerk
und bieten Ihnen die gesamte Leistungspalette eines Sanitätshauses!

UNSERE STANDORTE IN IHRER NÄHE:

LÜBECK
Estlandring 7
Tel. 0451 290 71 50

NEU

LÜBECK
Schlutuper Str. 7
Tel. 0451 582 412 88

LÜBECK
Moislinger Allee 6b
Tel. 0451 498 25 43

TRAVEMÜNDE
Am Dreilingsberg 7
Tel. 04502 880 97 07

TIMMENDORFER STR.
Birkenallee 1
Tel. 04503 898 98 72

EUTIN
Elisabethstr. 16-18
Tel. 04521 794 18 09

www.ostsee-medizintechnik.de

* Mit der offiziellen Zertifizierung als Exopulse-Mollii-Experte durch Ottobock wird unser umfassendes Fachwissen in der Anwendung und Wirkungsweise des Exopulse Mollii Suit bestätigt.
** Der Rabatt gilt vom 01.01. – 31.01.2025 auf das hier beworbene Produkt im Privatverkauf und wird bei Kaufabschluß der Gesamtsumme abgezogen.

