

LÜBECKER BUCHT WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 7. Dezember 2024 • kostenlos

Fischerdorf ade?

Riesige Strommasten, Hinterlandanbindung und Güterverkehr – das beschauliche Haffkrug hat besonders zu leiden. **SEITE 2**

Strandalle ist Spitzenreiter

Laut Allianz-Studie ist die Strandallee in Scharbeutz eine gefährliche Straße, wo sich Unfälle mit Radfahrern häufen. **SEITE 3**

K.-o.-Tropfen

Ein 55-Jähriger wurde wegen Vergewaltigung mittels K.-o.-Tropfen zu sechs Jahren Gefängnis verurteilt. **SEITE 4**

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

Adventssingen in Haffkrug

HAFFKRUG. Von „Alle Jahre wieder“ bis „Tochter Zion“: Der Chor Singin' Haffkrug lädt am Freitag, 13. Dezember, um 18 Uhr zum Adventskonzert im Haffhuus. Unter der Leitung von Susanne Willeke werden vertraute und weniger bekannte Weihnachts- und Winterlieder dargeboten – zum Mitsingen und Zuhören. Der Eintritt ist frei.

Treffen für Kreative

TIMMENDORF. Am Donnerstag, 12. Dezember, lädt die evangelische Kirchengemeinde von 19 bis 21 Uhr zur Veranstaltung „Werkhof - ein Kessel voller Hobbyideen“ in das Pastor-Pfeiffer-Haus (Zur Waldkirche 1). Eingeladen sind Menschen, die ein kreatives Hobby haben oder eines lernen möchten, sei es Kalligrafie, Stricken, Sticken, Aquarell-Malerei und vieles mehr. Techniken lernen und teilen steht neben Gesprächen bei Tee und Gebäck auf dem Programm. Anmeldung im Kirchenbüro: Email kg-timmemendorf@kk-oh.de, Tel. 04503-2582

Rathaus nicht erreichbar

TIMMENDORFER STRAND. Im Rathaus der Gemeinde Timmendorfer Strand wird am 11. Dezember eine neue Telefonanlage installiert. Durch die Umstellung von der alten auf die neue Anlage ist die Verwaltung an diesem Tag telefonisch nicht erreichbar.

Lübecker Senioren-Tagespflege

Sind Sie alleine zu Hause und Ihr Tag wird immer „länger“?

Wir haben Plätze frei!

☎ 0451/47 97 90 84



Bei der Kiwanis „Weihnacht im Schloss“ herrscht eine feierliche Stimmung.

Foto: Kiwanis Club OH

Festliches Flair am historischen Ort

25. Kiwanis Weihnacht im Schloss Eutin am 7. und 8. Dezember

Festlicher Lichterglanz, Weihnachtssterne und geschmückte Tannenbäume zaubern ein weihnachtliches Flair in den schönen Innenhof des Eutiner Schlosses. Der traditionelle Weihnachtsmarkt des Kiwanis-Clubs Ostholstein e. V. geht im Jahr 2024 in seine 25. Auflage und ist als einziger Weihnachtsmarkt im Schloss in Eutin fester Bestandteil in der Adventszeit für Besucher aus Eutin, Ostholstein und darüber hinaus.

Der Innenhof und zwei Ebenen in den Schlossflügeln bieten viel Platz für die 38 Aussteller und laden zu einem gemütlichen Bummel ein. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Auch in diesem Jahr gibt es die schmackhafte Grillwurst aus

der Landschlachtere, dazu leckere Pommes, Schmalzbrote und Erbsensuppe – auch mit Wurst. Das Kuchenbuffet lädt ein zu Kaffee, Kuchen und selbst gemachten Waffeln.

Ein Höhepunkt wird der Kunst- und Handwerkermarkt sein – Schmuck, Deko und Kulinarik gibt es in breiter Auswahl. In diesem Jahr neu dabei ist eine kostenlose Mitmach-Werkstatt für Kinder. Dort können die kleinen Besucher kreativ werden und verschiedene Sterne aus Papier und Pappselbst herstellen und mit nach Hause nehmen. Bastelmaterial und Utensilien sind vorhanden.

Das musikalische Programm wird durch die ortsansässigen

Schulen, der Kreismusikschule Ostholstein und weiteren Chören und Musikgruppen gestaltet. Die Konzerte finden im Schlossinnenhof, im Rittersaal, in der Schlosskapelle und vor der Schlossbrücke statt.

Der Eintritt ist frei, es wird aber um Spenden gebeten. Denn 100 Prozent der Einnahmen kommen wohltätigen Zwecken zugute, das garantieren die Kiwanier.

25. Kiwanis-Weihnachtsmarkt Schloss Eutin
Schlossplatz 5, 23701 Eutin
Eintritt frei
7. Dez.: 13 bis 20 Uhr, 8. Dez.: 12 bis 18 Uhr
www.kiwanis-ostholstein.de

Dach Solar GmbH

PHOTOVOLTAIK
vom Fachbetrieb vor Ort

ALLES AUS EINER HAND

- ✓ individuelle Fachberatung
- ✓ fachgerechte Montage
- ✓ zuverlässig und kostengünstig
- ✓ schnell und professionell

Rudolf-Diesel-Str. 22, 23617 Stockelsdorf | 0451-120 150-0
info@dachsolar.de | www.dachsolar.de

Haustür-Ausstellung

50 aktuelle Modelle
auch
Sonderangebote

FENSTER + TÜREN
Kunststoff – Holz – Alu

moba Tel. 0451-400 80-0
Lübeck • Herrenholz 18
www.moba-fenster.de

Pflege24Nord

24-Stunden-Betreuung
in Ihrem eigenen Zuhause!

Individuelle Betreuung durch
polnisches Personal!

Die bezahlbare Alternative zum Pflegeheim!

Tel. 0173/6 53 30 86

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

HOCHBERG FLOHMARKT

CITTI-PARK Lübeck
- im Parkhaus 08.12.

hagebau Lübeck
- überdacht möglich 15.12.

TEL.: 04102 / 3 19 39
www.hochberg.tv

O. C. KATRE-SCHMUCK

Batteriewechsel sofort

Wir kaufen:
Gold, Silber,
Platin, Schmuck,
Diamanten, Zahngold,
Bernstein, Luxusuhren

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

AUS LIEBE ZUM SPORT

INTERSPORT

Satte **RABATTE** auf **ALLES!**

wegen Umbau

% RÄUMUNGS- % VERKAUF

Bis zu **70% REDUZIERT**

LUV SHOPPING

INTERSPORT

Sport Rossow GmbH
Dänischburger Landstraße 81 • 23569 Lübeck
Tel.: +4945192992975 • www.sport-rossow.de

Martin

AUTOMOBILE

Wir kaufen alle Fahrzeuge!

☎ 0451 / 5 70 00

Geniner Straße 116, 23560 Lübeck
E-Mail: martinautomobile@t-online.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

JEDEN TAG BLACK FRIDAY

MTB MARKET %

OUTLET

BIS ZU -50% REDUZIERT

CUBE, GHOST, RIESE & MÜLLER, STEVENS, WINORA UVM.

%

MTB OUTLET IM LUV SHOPPING

Dänischburger Landstraße 81, 23569 Lübeck
mtbmarket.de • cube-store-luebeck.de

Wendo: Selbstverteidigung für Frauen

EUTIN. WENDO steht für: Women DO it! und ist Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen. Es geht darum, die Selbstsicherheit von Frauen und Mädchen zu stärken. Bei WENDO wird geschult, Situationen realistisch einschätzen und entschlossen handeln zu können und die eigene Kraft und Stärke freizusetzen. Der Kurs WENDO für Frauen mit und ohne Beeinträchtigung findet am Samstag,

14. Dezember, von 10 bis 16 Uhr und Sonntag, 15. Dezember, von 11 bis 15 Uhr in der Kreisverwaltung Ostholstein statt (Lübecker Straße 41, Eutin, Ostholstein Saal). Anmeldungen bis Montag, 9. Dezember, bei Aleksandra Karadeniz unter a.karadeniz@mixedpickles-ev.de, Tel.: 0163 1594388. Die Veranstaltung ist kostenlos. Es gibt kostenfreie Getränke und Essen, bequeme Kleidung ist mitzubringen.

Strohballen in Eutin verbrannt

EUTIN. Ein großes Feuer hat am Morgen des 1. Dezember die Eutiner Feuerwehren gefordert. Auf einem Feld an der Straße Deefstieg brannten dort gelagerte Strohballen. Zunächst war nur die Freiwillige Feuerwehr Eutin vor Ort, schnell wurden aber auch die Ortswehren Fissau-Sibbersdorf und Neudorf angefordert. Die Polizei schließt Brandstiftung nicht aus.

Ein Spaziergänger hatte das Feuer am Sonntagmorgen gegen 7 Uhr bemerkt und die Feuerwehr alarmiert. Die Strohballen waren in Folie verpackt. Etliche von ihnen brannten beim Eintreffen der Einsatzkräfte, einige wenige konnten von den Helfern noch unversehrt zur Seite gezogen werden. Die Polizei beziffert

den Schaden auf mehr als 600 Euro. Aufgrund der Rauchentwicklung wurde um kurz nach acht Uhr die Bevölkerung über die Warn-App Nina informiert. Die Löscharbeiten dauerten rund zwei Stunden. Die Rundballen sind stark zusammengepresst. Beim Löschen gelangt das Wasser nicht bis in das Innere. Es können sich Glutnester bilden, der Schwelbrand geht dann weiter. Daher musste jeder Strohballen auseinander gezerrt werden, um ihn löschen zu können.

Die Kripo in Eutin sucht Zeugen, die Samstagabend (30. November) bis zum frühen Sonntagmorgen Personen oder Fahrzeuge beobachtet oder verdächtige Geräusche im Bereich der Brandstelle gehört haben. **BEN**

Was die Großprojekte aus Haffkrug machen

Zwischen Ehrenfriedhof und Autobahn werden die Schienentrasse zum Belttunnel und ein riesiger Strommast gebaut

HAFFKRUG. Nur noch wenige Blätter hängen an den Bäumen im Waldchen hinter dem Cap-Arcona-Friedhof in Haffkrug. In nicht einmal hundert Metern Entfernung sind Autos zu sehen, die über die A1 brausen. „Das hier wird alles abgeholzt“, sagt Michael Dietz. „Hinten bauen sie die Schienentrasse und davor einen riesigen Mast.“ Der Dorfvorsteher weiß viel über Freileitungsbau, Raumordnungsverfahren und Schallimmissionsprognosen. Seit zwölf Jahren beschäftigt sich Michael Dietz mit dem Bau der Hinterlandanbindung zum Fehmarnbelttunnel, später kam die Ostküstenleitung hinzu. Projekte, durch die es im einst verträumten Fischerdorf Haffkrug, in dem der 67-jährige Dietz schon sein ganzes Leben lang wohnt, ungemütlich werden kann.

Wobei die 380-kV-Ostküstenleitung – geplante Fertigstellung: 2027 – vor allem eine optische



Dorfvorsteher Michael Dietz steht am derzeitigen Haltepunkt der Bäderbahn in Haffkrug. Der Ort soll einen neuen Bahnhof, etwa 300 Meter vom jetzigen entfernt, bekommen.

Fotos: Sabine Jung

Beeinträchtigung sein wird: ein knapp 80 Meter hoher Mast neben dem Friedhof, mit orangefarbener Flugwarnkugel an der Spitze, denn der Flugplatz Sierksdorf/Hof Altona liegt nur zwei Kilometer entfernt. Der Mast wird das Holzkreuz auf dem Ehrenfriedhof bei weitem überragen. Es gemahnt an die 1128 Toten, die dort beigesetzt sind: ehemalige KZ-Häftlinge und Zwangsarbeiter, die im Mai 1945 bei der Bombardierung der Schiffe „Cap Arcona“ und „Thielbeck“ starben. „Die Bäume auf dem Friedhof sollen bleiben“, erklärt Michael Dietz.

„Wir lehnen den Mast an der Stelle komplett ab“, sagt Bettina Schäfer, Bürgermeisterin der Gemeinde Scharbeutz. Sie spricht von einem „würdelosen“ Vorgehen. „Zurzeit haben wir ein kleines Druckmittel und verweigern dringend benötigte Unterschriften zur Nutzung unserer Flächen“, berichtet sie. Wie lange die Gemeinde den Druck auch rechtlich aushalten werde, sei nicht klar. Immerhin: Laut wird die Stromtrasse wohl nicht, anders als die gefürchtete Hinterlandanbindung. Ein Teil der 88 Kilometer langen, neuen Bahnstrecke wird östlich der Autobahn an Haffkrug vorbeiführen, nicht – wie es die Haffkruger wollten – westlich der A1. Eine Wand, deren Höhe noch nicht feststeht, soll die gut 1700 Einwohner und ihre Feriengäste vor dem Lärm schützen, sagt Michael Dietz, doch er glaubt nicht daran.

„Bei Westwind hört man jetzt schon die Autobahn bis runter zum Strand“, erklärt er. Der Bahnlärm werde trotz Schutzwand zumindest zeitweise im gesamten Dorf zu hören sein – auch am Wasser. Dort, wo seit September die neue, schicke 19-Millionen-Euro-Seebrücke Besucher anzieht und die Restaurants, Cafés und Beachbars an der Strandallee von der Attraktion profitieren.

Bislang haben sich vor allem diejenigen gegen die Hinterlandanbindung engagiert, die nah dran sind am infrastrukturellen Ballungszentrum in spe. Das sind Anwohner aus Straßen, die Aalweg oder Am Knurrhahn heißen. Das Haus von Michael Dietz liegt am Karkstieg, die Entfernung zur Bäderbahn-Trasse beträgt etwa 80 Meter, zur neuen Schienentrasse werden es mehr als 350 Meter sein.

Mit anderen Ostholsteinern gründete Michael Dietz 2012 die Bürgerinitiative „Kein Güterbahnverkehr durch die Badeorte der Lübecker Bucht“ (KGBV). Er hat sich durch zig Ordner gewählt, an runden Tischen und im Dialogforum gesessen und beim Termin vor Ort per Lautsprecher den zu erwartenden Lärm simuliert. „Dorthin kommt der neue Bahnhof“, sagt er und zeigt auf einen Acker vor der A1, etwa 300 Meter vom jetzigen Haltepunkt der Bäderbahn entfernt. Regionalzüge und ICEs sollen irgendwann dort halten – und Güterzüge vorbeirauschen, bis zu 835

Meter lang, 70 Stück in 24 Stunden, nach der aktuellen Verkehrsprognose 2040 des Bundesverkehrsministeriums sogar 117 Stück.

Der neue Bahnhof wird mit einer Straße und einem Kreisverkehr angebunden, der auch die K45 nach Sierksdorf und die B76/Bäderstraße verknüpft. „Außerdem wollen wir eine Straße von der B76 hinüber zum Waldweg“, berichtet Michael Dietz, denn das wäre eine weitere Entlastung fürs Dorf. Was sie in Haffkrug überhaupt nicht wollen, ist der Fortbestand der jetzigen Bäderbahn, wie ihn die Timmendorfer inständig forderten. „Dann hätte Haffkrug zwei Bahnlinien und zwei Bahnhöfe, die nur 300 Meter voneinander entfernt wären“, erklärt Michael Dietz.

Und was, wenn es dann auf der neuen Trasse eine Sperrung gäbe? Würde dann die alte Strecke zur Ausweichroute für die Güterzüge, unmittelbar neben dem Dorf und ohne Lärmschutz? Das lehnen die Haffkruger strikt ab. Dieses Szenario bereitet Michael Dietz allerdings auch keine großen Sorgen, denn dass die Bäderbahn erhalten bleibt, erscheint unwahrscheinlich.

Und apropos unwahrscheinlich: Kann sich der Dorfvorsteher vorstellen, dass die Hinterlandanbindung angesichts zahlreicher Probleme und Verzögerungen vielleicht doch nicht gebaut wird? „Nein“, sagt Michael Dietz. „Die Schienentrasse kommt auf jeden Fall. Die Frage ist nur: Wann?“ **SJ**



Schinken-Nissen

Familienbetrieb in dritter Generation. Seit 1959

Unsere Öffnungszeiten im Dezember
Donnerstag: 8-18 Uhr
Freitag: 8-18 Uhr
Samstag: 8-12 Uhr

Schinken und andere Köstlichkeiten!
Seit über 60 Jahren DIE Adresse für katengeräucherte Köstlichkeiten.



Entdecke Neues!
Schinken-Nissen • Ahrensböker Str. 122
23617 Stockelsdorf • Tel.: 04 51 / 4 90 05-0 • www.schinken-nissen.de

Fleisch-Sprechstunde
04520-6160476



Top-Tagesfahrten im Norden!

Mit modernen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin



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:
• Mi., 15.01.2025
• Do., 13.02.2025

pro Person ab
€ 69,90



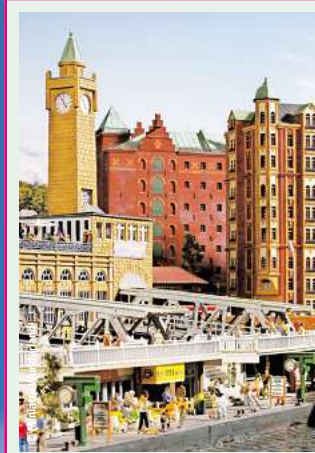
Biike-Brennen auf Nordstrand

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 Biike-Feuer mit wärmenden Glühwein erwartet werden.

Reisetermin:
• Fr., 21.02.2025

pro Person nur
€ 29,90



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:
• Di., 17.12.2024
• Do., 23.01.2025
• Mo., 17.02.2025

pro Person nur
€ 54,90

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

Scharbeutz: Viele Radfahrunfälle in Strandallee

Laut Allianz-Studie ist die Straße unrühmlicher Spitzenreiter im Kreis - Anwohner beklagen Rücksichtslosigkeit der Radler.

SCHARBEUTZ. Es ist windig und kalt an diesem Mittag in Scharbeutz. Eine Spaziergängerin fotografiert die aufgewühlte Ostsee, zwei Pedelec-Fahrer sind im gemütlichen Tempo unterwegs. Nur ab und zu wird die Geräuschkulisse von vorbeifahrenden Autos gestört. Doch die friedliche Stimmung scheint zu trügen.

Denn nach einer Studie der Versicherung „allianz direct“ wird die Strandallee auf Platz neun der gefährlichsten Straßen im Land geführt. 24 Mal kam es demnach im Jahr 2023 in der Strandallee zu Verkehrsunfällen. In vier Fällen gab es sogar Schwerverletzte. Den Spitzenwert von je 39 Unfällen erreichen die Moislinger Allee und die Ziegelstraße in Lübeck – Anwohner beobachten dort regelmäßig Unfälle. Das können die Scharbeutzer von ihrer Strandallee, die von der Bundesstraße 76 abgeht und bis zum Haffkruger Ortsschild führt, nicht sagen. „Ich habe noch keinen Unfall hier gesehen“, sagt Adina Brune. Die Mitarbeiterin im Grande Beach-Café direkt an der Seebrücke ist eine von vielen Beobachtern des Verkehrsgeschehens. Auch Carola Jäkel und Ilona Heide aus dem „Strandlädchen“ etwas weiter die Straße entlang fühlen sich sicher. „Hier auf unserer Ecke ist alles friedlich“, sagen die Verkäuferinnen.

Für die Polizei hat die Studie der Allianz keine Bedeutung. „Die bloße Addition von Verkehrsun-



Die Strandallee in Scharbeutz gehört laut Allianz-Analyse zu den gefährlichsten Straßen in Schleswig-Holstein. Fotos: Beke Zill

fällen mit Verletzten im Verlauf einer Straße mag plakativ wirken, ist für die Verkehrssicherheitsarbeit aber nur von geringer Aussagekraft“, erklärt Sprecher Ulli Fritz Gerlach von der Polizeidirektion Lübeck, die andere Merkmale im Blick hat.

Wesentliches Ziel der Polizei sei die Identifizierung von Unfallhäufungsstellen, um diese im Zusammenwirken mit den zuständigen Behörden im Land, im Kreis und in den Kommunen zu entschärfen, so Gerlach. Eine Unfallhäufungsstelle definiere sich nach dem Vorkommen gleicher Verkehrsunfälle an einem Knotenpunkt beziehungsweise auf einem Straßenabschnitt. Gerlach betont: „Min-

destvoraussetzung sind drei Verkehrsunfälle gleichen Typs im Kalenderjahr.“

Im Verkehrssicherheitsbericht 2023 der Polizei zählte der Retter Weg in Neustadt beispielsweise zur gefährlichsten Straße in Ostholstein. Die Strandallee fand in dem Zusammenhang keinerlei Erwähnung. „Es gibt daher aus polizeilicher Sicht keinen Unfallschwerpunkt“, sagt Gerlach.

Eine Gefahr in der Strandallee sind für Verkäuferin Heidi Petersen eher die Radfahrer, die nach ihrer Meinung immer rücksichtsloser werden. Vor allem in den Sommermonaten, wenn es auf den Straßen in Scharbeutz voll ist, fahren die Urlauber auf ihren Rä-

dern viel zu schnell durch die in der Saison autofreien Strandallee im Ortszentrum und gefährden damit andere Verkehrsteilnehmer. „Die donnern hier mitunter durch“, berichtet sie und fordert „im Urlaubsgebiet ist eine gewisse Rücksichtnahme“. In der verkehrsberuhigten Zone im Ortskern bekommt auch Mitarbeiterin Michaela Müller des Öfteren, gerade in der Ferienzeit, „Konflikte mit Fahrrädern“ mit. „Einmal ist ein Radfahrer gestürzt“, berichtet sie.

Die Beobachtungen decken sich mit den Angaben der Polizeidirektion Lübeck: 2023 wurden 23 Verkehrsunfälle in der Strandallee polizeilich aufgenommen. Darunter ereigneten sich sieben Verkehrsunfälle alleinbeteiligter Radbeziehungsweise Pedelec-Fahrer und insgesamt 16 Verkehrsunfälle unter Radverkehrsbeteiligung. Insgesamt wurden 22 Personen leicht und vier Personen schwer verletzt. „Insbesondere bei den Alleinunfällen der Radfahrenden ist anzumerken, dass sich einige allein nur aufgrund von Unaufmerksamkeit und eigenen Fahrfehlern ereigneten“, betont Ulli Fritz Gerlach.

Für die Scharbeutzer und auch für die Polizei ist die Analyse der Versicherung also zweifelhaft. „Auch oder gerade im Hinblick auf die Länge der Strandallee sowie der Verschiedenartigkeit der Verkehrsunfälle ist das Unfallgeschehen unauffällig“, betont Gerlach. **BZ**

www.forstbliestorf.de

Wald- Weihnachtsmarkt

Forst Bliestorf

An den Wochenenden zweiter + dritter + vierter Advent

10:00-18:00 UHR

Frische Bäume direkt aus der Kultur

Standverkauf und selber sägen

Alle Größen Alle Sorten

Lieferdienst Kartenzahlung mögl. viele Parkplätze

Weihnachtsdorf

Kinderprogramm

geheizte Hütte

Bewirtung

Lagerfeuer

Pony reiten

Wildverkauf

Zusätzlicher Verkauf an den Wochentagen: 13./16.-20./23.12., 10-16 Uhr

BLIESTORFER WINTERZAUBER

Forst Bliestorf

Geschäftswelt

– Anzeige –

KÜCHEN-KOMMUNIKATION MIT KÜCHEN-STYLE

Barrierefreie Küche: Mehr Lebensqualität durch optimale Planung

Die barrierefreie Küche ist für viele Menschen unverzichtbar – und weit mehr als nur Rampen und niedrige Arbeitsflächen! Eine durchdachte Planung, die den Bedürfnissen von Best Agern und Menschen mit körperlichen Einschränkungen gerecht wird, kann den Alltag enorm erleichtern. In einer rollstuhlge-rechten Küche können alle Familienmitglieder sicher und selbstständig agieren – das macht das Kochen gleich doppelt so angenehm!

Informationen gewünscht? Genau damit beschäftigt sich unser Blogbeitrag auf <https://kuechenstyle.de/barrierefreie-kueche/>.

Scannen Sie den QR-Code ein oder besuchen Sie uns.

Küchenstyle
by Frank Gerbert & Oliver Ordon

Taschenmacherstraße2
23556 Lübeck
www.kuechenstyle.de
info@kuechenstyle.de
Tel. 0451 - 296 382 88

SICHERN SIE SICH UNSERE WEIHNACHTS-RABATTE!

10% auf ROLLSTUHL-SCHLUPFSÄCKE
09. – 15. Dez.

10% auf BOSOTHERM-HEIZKISSEN*
01. – 08. Dez.

15% auf CLIMACARE-PRODUKTE*
16. – 31. Dez.

JETZT ANRUFEN und Beratungsgespräch vereinbaren!

OSTSEE MEDIZINTECHNIK
SANITÄTSHAUS & ORTHOPÄDIETECHNIK

UNSERE STANDORTE IN IHRER NÄHE:

LÜBECK (Zentrale)
Estlandring 7
Tel. 0451 290 71 50

TRAVEMÜNDE
Am Dreilingsberg 7
Tel. 04502 880 97 07

www.ostsee-medizintechnik.de

LÜBECK
Schlutuper Str. 7
Tel. 0451 582 412 88

TIMMENDORFER STR.
Birkenallee 1
Tel. 04503 898 98 72

LÜBECK
Moislinger Allee 6b
Tel. 0451 498 25 43

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

*Der Rabatt bezieht sich auf die hier beworbenen Produkte im Privatverkauf und wird bei Kaufabschluß der Gesamtsumme abgezogen. Gültig, solange der Vorrat reicht.

“EIN ULTIMATIVER MUSICAL-ABEND!”

BEREITS ÜBER 500.000 BEGEISTERTE BESUCHER!

BEST OF MUSICALS
DAS ORIGINAL

MITTWOCH MUSIK- UND KONGRESSHALLE
29.01. LÜBECK

WWW.BEST-OF-MUSICALS.DE

SIEBEN TÜRME WILL ICH SEHEN

JETZT SPENDEN

„Um die Einzigartigkeit Lübecks für unsere Gäste aus aller Welt zu erhalten.“
Thomas Arndt, Stadtführer

GEMEINSAM UNSERE KIRCHEN ERHALTEN.

www.sieben-tuerme-luebeck.de

Herzinfarkt: Jede Minute zählt!

sofort

Was Sie über den Herzinfarkt wissen müssen:
www.herzstiftung.de

112

Vogtstr. 50 • 60322 Frankfurt am Main

Deutsche Herzstiftung

Gardinen SCHLICHTING

Unsere Herbstangebote

35%
auf den Nählohn Ihrer neuen Dekoration

- nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
- Angebot gilt bis 31.12.2024
- Rabatt nur für Neubestellungen

Wir waschen Gardinen

35%
auf maßgefertigte Plissees, ausgewählte Kollektion

- nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
- Angebot gilt bis 31.12.2024
- Rabatt nur für Neubestellungen

Rabatt nur gegen Vorlage dieser Anzeige bei der Bestellung

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

Präsentiert von den Lübecker Nachrichten

LN

LÜBECK PROMS
LAST NIGHT

KlassikPhilharmonie Hamburg
Russell Harris, Dirigent



MUK LÜBECK

SO 12.10.25 18:00 UHR

Informationen & Tickets: 0451 / 7904 - 400

MUSIK- UND KONGRESSHALLE LÜBECK

GESCHENK-TIPP

Bitte helfen Sie Menschen mit Behinderungen.
Bitte online spenden unter: www.bethel.de

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 DEUTDEB237

K.-o.-Tropfen: Vergewaltiger muss sechs Jahre ins Gefängnis

Der 55-Jährige war mehrfach vorbestraft – Opfer wollten anderen Betroffenen Mut machen

SCHARBEUTZ/LÜBECK. Er schenkte ihr Wein mit K.-o.-Tropfen ins Glas, brachte sie anschließend in einen Wohnwagen und vergewaltigte die Frau: Diesen Tathergang sieht das Landgericht Lübeck mittlerweile als erwiesen an. Nach vier Verhandlungstagen, etlichen Zeugenvernehmungen und einer detaillierten Schilderung des Opfers muss ein 55-Jähriger sich für diese Taten verantworten.

Exakt zwei Jahre und neun Monate ist der Vorfall mittlerweile her, der das Leben des Ehepaars aus Nordrhein-Westfalen auf den Kopf gestellt hat. Das Opfer und ihr Mann hatten Urlaub auf einem Wohnmobilstellplatz in Scharbeutz gemacht, wollten den Abend in einem Fischrestaurant genießen.

In der beliebten Location an der Promenade trafen Sie auf Arno R. (alle Namen geändert), den sie vom Stellplatz kannten. Dort lebte der adrett gekleidete Mann unter falschem Namen und gab sich als Eventmanager aus.

Was erst im Laufe des Prozesses ans Licht kommt: Der 55-Jährige war zu dieser Zeit bereits wegen etlicher Betrugsdelikte vorbestraft. Er soll nach LN-Informationen unter anderem auf einer Internetverkaufsplattform die Identität eines Toten angenommen haben.

Was in dem Restaurant an der Scharbeutzer Promenade pas-

Der 55-Jährige (2. v. r.) wurde vor dem Landgericht zu einer Freiheitsstrafe verurteilt.

Foto: Maike Wegner

siert ist, belegen Videos der Überwachungskameras und private Bilder. „Gott sei Dank habe ich alles fotografiert“, sagt Stefan B., der Mann des Opfers. Auch ihm hatte der Täter die Tropfen verabreicht, vermutlich um ihn außer Gefecht zu setzen.

„Um 19.45 Uhr ist mein Glas leer“, erzählt er. „Eine Minute später wieder voll.“ Nachgeschüttet von Arno R., der zwischenzeitlich eine eigene Weinflasche von drinnen geholt hatte und sie gesondert aufbewahrte. Videoaufnahmen beweisen später, wie das Ehepaar nur noch taumelnd und mithilfe des 55-Jährigen vom Restaurant aufbrach.

OPFER SCHLUG SICH ZAHN AUF DEM NACHHAUSEWEG AUS

Auch ein ausgeschlagener Zahn diente vor Gericht als Beweis. „Meine Frau hat ihn sich ausgeschlagen auf dem Weg nach Hause“, erzählt Stefan B. „Sie hat es durch die K.-o.-Tropfen nicht gemerkt, was bei den Schmerzen ansonsten kaum möglich gewesen wäre.“ Was kurz danach im Wohnmobil passierte, haben die beiden noch immer nicht verarbeitet. Arno L. hat die Urlauberin vergewaltigt. Ihr Mann lag gelähmt auf der Sitzbank wenige Meter weiter und konnte nicht eingreifen.

Erst Tage später hatten sie realisiert, was passiert war und die Poli-

zei eingeschaltet. Mögliche Substanzen waren zu diesem Punkt nicht mehr nachweisbar. Umso wichtiger waren vor Gericht Beweismittel und Zeugenaussagen. Unter anderem hatten sich weitere mögliche Opfer gemeldet.

TÄTER WAR BEREITS VORBESTRAFT

Der Einlassung des Angeklagten, dass die sexuellen Handlungen einvernehmlich waren, folgte das Gericht nicht. Der Verteidiger von Arno L. schob das Geschehen derweil auf zu viel Alkohol und plädierte auf Freispruch. Das Gericht folgte allerdings dem Antrag der Staatsanwaltschaft und verurteilte den 55-Jährigen zu einer sechsjährigen Haftstrafe. Arno L. sitzt ohnehin bereits aufgrund einer anderen Verurteilung in Haft. Sobald das Urteil des Lübecker Landgerichts rechtskräftig ist, wird es vollstreckt.

Für die Opfer geht damit ein langer Leidensweg zu Ende. „Ich habe mich jeden Tag mit der Thematik beschäftigt“, sagt Stefan B. „Wir sind vor allem erleichtert, dass er seine Strafe bekommen hat.“ Denn das Erlebte in allen Details bei Polizei und vor Gericht wiederzugeben, hat das Ehepaar viel Kraft gekostet. „Aber es ist uns wichtig, auf die Thematik aufmerksam zu machen und Betroffenen Mut zu machen.“ **MWE**

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Gute Nacht Deutschland! So finden Sie zurück in den Schlaf

Warum ein spezielles Schlafmittel Millionen Betroffenen Hoffnung schenkt und was Experten dazu sagen

Der Kampf gegen die Schlaflosigkeit: Mehr als 50 Prozent schlafen hierzulande schlecht ein, fast 70 Prozent leiden an Durchschlafproblemen.

Ausgerechnet die historisch viel diskutierte Heilpflanze Baldrian, der man bereits von der Antike bis zum Mittelalter vielfältige Heilwirkungen zuschrieb, steht nun wieder im Fokus von Millionen Menschen als vielversprechende Hilfe gegen die zermürbenden Schlafprobleme.

Wiederkehrende Schlafstörungen belasten Millionen Deutsche

Sich stundenlang im Bett hin- und herwälzen und einfach nicht zur Ruhe kommen – jeder zweite Deutsche kennt diese Probleme beim Einschlafen. Doch ein noch größeres Problem ist das Durchschlafen: Fast 70 Prozent leiden unter Durchschlafstörungen. Die Auslöser von Schlafstörungen, die Millionen Deutsche jede Nacht quälen, sind vielfältig, allen voran Stress und seelische Belastungen. Andauernder Schlafmangel kann auch langfristige negative Folgen nach sich ziehen. So verdichten sich die Hinweise zunehmend, dass chronische Schlafstörungen u. a. zu Erkrankungen wie Diabetes mellitus, einem geschwächten Immunsystem oder psychischen Erkrankungen wie Depressionen führen können.

Die erste klassische Hilfe, die Betroffene oft wählen, sind chemisch-synthetische Schlaf-

mittel. Doch diejenigen, die zu diesen Präparaten als schnelle Einschlafhilfe greifen, stellen häufig fest: Eine langfristige Lösung kann dies kaum sein. Denn zum einen reduzieren chemisch-synthetische Schlafmittel meist den Tiefschlaf, worunter die Schlafqualität enorm leiden kann. Betroffene kämpfen dann meist mit Müdigkeit am Folgetag. Zum anderen gewöhnt sich unser Körper häufig an viele Präparate, sodass ihre Wirkung mit der Zeit nachlässt.

Das meistverkaufte pflanzliche Schlafmittel in deutschen Apotheken: Baldriparan – Stark für die Nacht

Das deutsche Forscherteam der traditionellen Apothekenmarke Baldriparan hatte sich daher umfassend mit der **historisch bemerkenswerten Arzneipflanze Baldrian** und vor allem deren Dosierung beschäftigt: Sie extrahierten einen hochdosierten Trockenextrakt aus der Baldrianwurzel und bereiteten ihn in spezieller **hoher Dosierung** im Arznei-

mittel **Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke)** auf. So entstand ein gut verträgliches, **pflanzliches Arzneimittel**, welches bei nervös bedingten Schlafstörungen helfen kann. **Dabei beschleunigt Baldriparan nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen – und das ohne Gewöhnungseffekt.** Das Präparat wirkt rein pflanzlich, **verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase** und fördert so das Durchschlafen.¹

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(wurzel-extrakt)

Baldriparan®
Stark für die Nacht

Für Ihre Apotheke:
PZN 00499175

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2024 • Abbildung Betroffenen nachempfunden
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

Unternehmer mit Weitblick: Trauer um Christian Dräger

Der passionierte Kunstsammler starb am 30. November im Alter von 90 Jahren.

LÜBECK. Dr. Christian Dräger ist am 30. November im Alter von 90 Jahren gestorben. Von 1984 bis 1997 leitete er das von seinem Vater übernommene Familienunternehmen in der vierten Generation. Gemeinsam mit seinem Bruder Theo führte er es mit Elektronik und Börsengang technisch wie wirtschaftlich erfolgreich in eine neue Zeit und machte es nachhaltig fit für den internationalen Markt.

Nach einer unbeschwerten Jugend bei seiner Mutter in Berlin und Mittlerer Reife in Bad Segeberg steckte ihn sein Vater in eine Feinmechaniker-Lehre in Süddeutschland. Daran schloss sich erst das Abitur und dann ein Studium der Betriebswirtschaftslehre in München und Wien an. 1964 promovierte er zum Dr. rer. oec. Zu diesem Zeitpunkt arbeitete er bereits drei Jahre als persönlich haftender Gesellschafter im Familienunternehmen. 1971 wurde Dr. Christian Dräger in den Vorstand berufen, dessen Vorsitz er von 1984 bis 1997 innehatte. Danach übergab er seinem Bruder Theo die Führungsrolle und wechselte bis 2005 in den Aufsichtsrat. Seit 2005 steht sein Sohn Stefan in nun fünfter Generation an der Unternehmensspitze. „CD“, so nennen ihn langjährige Mitarbeiter. Vor allem schätzten sie an ihm seine Direktheit, sein hanseatisches Under-



Dr. Christian Dräger wurde 90 Jahre alt. Foto: Dräger AG

statement und seinen Wortwitz. Mit großer Menschenkenntnis suchte Dr. Christian Dräger seine Mitarbeiter sorgfältig aus, damit sie nicht nur ins Unternehmen passten, sondern das Unternehmen auch zu ihnen. Schon seit früher Jugend hatte Dr. Christian Dräger Freude am Basteln und nahm hierfür Rat und Unterstützung der Werkstätten des Unternehmens in Anspruch. Als er dann Anfang der 1960er-Jahre offiziell ins Familienunternehmen eintrat, sorgte das Wirtschaftswunder für volle Auftragsbücher und neuen

Wohlstand. Wie schon sein Vater Heinrich setzte Dr. Christian Dräger auf gesundes Wachstum und richtete seine Strategie auf internationale Märkte aus. Unter seiner Führung wurden zahlreiche Tochtergesellschaften im Ausland gegründet, deren Leiter er alle selber aussuchte und führte. Mit der Umwandlung des 1889 gegründeten Familienunternehmens in eine Aktiengesellschaft wurde Dr. Christian Dräger Mitglied des Vorstandes. Als Arbeitsdirektor leitete er das Ressort „Personal und Sozialwesen“.

In den 1970er-Jahren entwickelte sich das Unternehmen in gleich mehrfacher Hinsicht weiter: Die Schweißtechnik und die Regelungstechnik wurden verkauft. Mechanik und Pneumatik wurden durch Elektronik und Sensorik verdrängt. Darauf folgte in den 1980er-Jahren die Vernetzung der Arbeitswelt - Dienstleistungen und Systemlösungen wurden immer wichtiger. Ein Trend, der sich als zukunftsweisend erweisen sollte und dem Unternehmen deutliche Wettbewerbsvorteile verschaffte. Das Wachstum katalysierte das Unternehmen in eine neue Liga, wie Dr. Christian Dräger eher ungläubig feststellte: „1985 konnten wir erstaunt zur Kenntnis nehmen, dass die Drägerwerk AG zu den 500 größten Unternehmen der Bundesrepublik gehört.“

1997 hat er sich aus dem operativen Geschäft zurückgezogen und sich der Arbeit in Aufsichtsrat und Dräger-Stiftung sowie an zahlreichen Kunstprojekten gewidmet. Nicht nur in Lübeck, sondern auch weit über die schleswig-holsteinischen Landesgrenzen hinaus hat sich Dr. Christian Dräger zudem als Kunstsammler und -kenner einen Namen gemacht. Christian Dräger war ein ausgeprägter Familienmensch. Im Mai 2022 feierte er die Diamantene Hochzeit mit seiner Frau Gertrud. Aus der Ehe sind vier Kinder hervorgegangen.

Lesung bei Betten Struve

LÜBECK. Im Rahmen des Begleitprogramms zur Ausstellung „Thomas Manns ‚Der Zauberberg‘. Fiebertraum und Höhenrausch“ ist am Donnerstag, 12. Dezember, die Autorin Theresia Enzensberger der Einladung des Buddenbrookhauses gefolgt und stellt im Bettenfachgeschäft „Betten Struve“ an der Königstraße ab 19.30 Uhr ihren neuen Roman „Schlafen“ vor. Darin beschäftigt sich Enzensberger hauptsächlich mit dem fehlenden Schlaf: Es geht um die Moralisierung von Schlaf, Traum als politische Metapher und die un schönen Folgen allgemeinen Schlafmangels. Dabei nutzt sie den Schlaf, um über Kunst, Popkultur, Politik und Kapitalismus zu sinnieren. Der Abend wird moderiert von der Autorin, Übersetzerin, Podcasterin und Literaturveranstalterin Nefeli Kavouras. Die Teilnahme beträgt zwölf Euro, ermäßigt zehn Euro. Tickets sind im Museumsshop „Buddenbrooks am Markt“ oder online unter <https://buddenbrookhaus.de/veranstaltung-buchen?vid=10340> erhältlich.

Online-Info zum Kinderzuschlag

LÜBECK. Welche zusätzlichen Vorteile Familien vom Kinderzuschlag haben und welche Voraussetzungen vorliegen müssen, wird in einer kostenfreien Veranstaltung am 12. Dezember von 11 bis 12.30 Uhr über Skype for Business erklärt. Anmeldung per E-Mail an: Familienkasse-Nord.Netzwerken@arbeitsagentur.de.



Buchen Sie Ihre Kleinanzeige unter

Tel.: 04 51/144-11 11



SCHMELZER...
HÖRSYSTEME

Sichern Sie sich jetzt
weihnachtliche Rabatte!

Die Feiertage rücken näher – die perfekte Gelegenheit, sich selbst und seinen Liebsten etwas Gutes zu tun!

Fehlen Ihnen noch Batterien, technisches Zubehör wie z.B. ein TV-Connector oder Pflegeartikel für Ihr Hörsystem? Entdecken Sie jetzt jede Woche ausgewählte Produkte mit bis zu 30 % Rabatt! Schauen Sie vorbei und lassen Sie sich von uns beschenken – für eine festliche und gut ausgestattete Weihnachtszeit!

30%
auf Batterien**
01. - 11. Dez.

20%
auf Zubehör**
12. - 22. Dez.

25%
auf Pflegeprodukte**
23. - 31. Dez.

DIE SCHMELZER GARANTIE*

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

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

Lübeck Campus
Alexander-Fleming-Straße 1
23562 Lübeck
T 0451 - 498 986 86

Lübeck Schlutup
Mecklenburger Straße 67
23568 Lübeck
T 0451 - 450 563 20

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

Stockelsdorf
Ahrensböcker Straße 34-36
23617 Stockelsdorf
T 0451 - 880 515 95

Bad Schwartau
Markttwiete 6
23611 Bad Schwartau
T 0451 - 709 852 50

* 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.

** Diese Aktion ist nicht übertragbar und kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen und endet am 31.12.2024. 30% auf Batterien erhalten Sie vom 01.12.24 - 11.12.24, 20% auf das Zubehör erhalten Sie vom 12.12.24 - 22.12.24, 25% auf Pflegeprodukte erhalten Sie vom 23.12.24 - 31.12.24. Nur solange der Vorrat reicht.

WIR ZEIGEN FORMAT

Und bringen die News

**LÜBECK NORD-OST
WOCHENSPIEGEL**

ANKAUF
Gold & Silber
Lassen Sie Ihren Schmuck
zu Geld machen. Wir kaufen
Gold, Silber, Platin, Palladium.

NAHEZU UNSICHTBAR
KONTAKTLOS IN DER INTERAKTIV

**wochen
spiegel**

[illegible]

6			1	4	9		5	3
	3				6	7	9	
8			3			6		
			2	5		3		
	4			6			1	
		7		3	1			
		6			7			4
	2	5	4				8	
4	1		6	2	5			7

6	5	7	4	9	8	3	2	1
8	1	2	7	3	6	4	9	5
9	4	3	5	2	1	8	6	7
3	8	9	2	7	4	5	1	6
2	7	5	1	6	3	9	8	4
1	6	4	8	5	9	7	3	2
4	2	8	9	1	7	6	5	3
7	3	1	6	8	5	2	4	9
5	9	6	3	4	2	1	7	8

LIVE & OPEN AIR 2025

STRAND

Konzerte

13. – 15.06.

Freistrand Niendorf/Ostsee



13.06. | 20:00 Uhr
?



14.06. | 14:30 Uhr
LICHTERKINDER

14.06. | 20:00 Uhr
TOPIC



15.06. | 20:00 Uhr
**ROY BIANCO &
DIE ABBRUNZATI BOYS**

Tickets unter den QR Codes,
www.stars-am-strand.de & www.timmendorfer-strand.de
und bei unseren Tourist-Infos vor Ort.

Veranstalter: TSNT GmbH. Änderungen vorbehalten.



STARS
am Strand
www.stars-am-strand.de



LIVE & OPEN AIR | MUSIK-ARENA

Timmendorfer Strand

11.09. – 15.09.2025

11.09. | 20 Uhr **SARAH CONNOR**

12.09. | 20 Uhr **SAMU HABER**

13.09. | 20 Uhr **LEA**

14.09. | 20 Uhr **MONTEZ**

ZUSATZKONZERT

15.09. | 20 Uhr **SARAH CONNOR**

Neue Packstation am Hauptbahnhof

LÜBECK. Neuer Service für Pendlerinnen und Pendler am Lübecker Hauptbahnhof: Bald können Bahnfahrende ihre Pakete und Päckchen direkt am Bahnhof empfangen oder versenden. Am Ausgang zum Steinrader Weg wurde gerade eine neue DHL-Packstation mit 120 Fächern aufgebaut. „Für die Deutsche Post DHL Group und die Deutsche Bahn sind Bahnhöfe als zentrale Drehscheiben mitten in der Stadt ideale Standorte für neue Packstationen“, sagt eine Sprecherin der Deutschen Bahn. Der Paket-service werde an Bahnhöfen besonders gut angenommen. Den Lübecker Hauptbahnhof nutzen



Am Ausgang zum Steinrader Weg des Bahnhofes gibt es nun eine DHL-Packstation. Foto: Holger Kröger

täglich rund 20.000 Reisende. Nach Angaben eines DHL-Sprechers können Kundinnen und Kunden ab März die neue

Packstation am Lübecker Bahnhof nutzen. „Besonders für Berufstätige ist der Paketautomat eine bequeme Alternative zur Haustürzustellung. Außerdem verschicken immer häufiger Kundinnen und Kunden hierüber kontaktlos ihre Retourenpakete und vorfrankierten Sendungen“, sagt ein DHL-Sprecher. In fußläufiger Entfernung zum Hauptbahnhof gibt es fünf weitere DHL-Packstationen (Konrad-Adenauer-Straße 2, zwei Stationen in der Ziegelstraße 2b, Ziegelstraße 7, Ziegelstraße 26). Insgesamt stehen DHL-Kunden in Lübeck derzeit 59 Packstationen zur Verfügung. **HAN**

Café für Krebspatienten mit Autorin Pia Marie Allers als Gast

LÜBECK. Die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft lädt am Dienstag, 10. Dezember, erneut zum Café für Krebspatienten in das Café Steinhäuser, Am Burgfeld 3, ein. Von 15 bis 17 Uhr können sich die Betroffenen mit Gleichgesinnten in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen über ihre Erfahrungen mit der Krankheit austauschen, sich gegenseitig informieren oder auch über ganz Alltägliches plaudern. Zu Gast ist dieses Mal die Autorin Pia Marie Allers. Sie hat das Buch „Bereit“ geschrieben, welches Poetry-Slam-Texte aus dem

Leben als Survivor enthält. Sie wird aus dem Buch vorlesen, im Anschluss besteht Gelegenheit zum Austausch. Eine Anmeldung bei Veronika Dörre per E-Mail an doerre@krebsgesellschaft-sh.de ist erforderlich. Alternativ kann auch unter Telefon 0162/4212883 eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen werden. Um größtmögliche Sicherheit gewährleisten zu können, werden alle Teilnehmenden gebeten, vorab einen Corona-Schnelltest durchzuführen und das negative Ergebnis auf einem Formular zu bestätigen.

Signierstunde mit Comic-Zeichner

LÜBECK. Am 14. Dezember stellt der Comicautor und Karikaturist Jens Natter („Hammaburg“) sein neues Werk „Der Kopf der Hanse“ im Europäischen Hansemuseum vor. Es handelt von den Lübecker Kaufleuten und Freunden Johann Wittenborg und Brun Warendorp. Mitte des 14. Jahrhunderts sind die beiden Zeugen des erstarkenden Hansebundes und der ersten Hanse-tage. Ihre Entscheidungen werden sogar das Schicksal der hansi-

schen Städte mitbestimmen. Ob ihre Freundschaft die Zeit überdauern wird? In der Signierstunde kann man sich die Graphic Novel mit einer persönlichen Widmung des Autors versehen lassen. Außerdem fertigt Natter Porträts von Gästen des Museums in historischer Kleidung an. Die Veranstaltung findet von 11 bis 15.30 Uhr bei freiem Eintritt im Foyer des Europäischen Hansemuseums statt.

Adventskonzert von Intonare

LÜBECK. „O magnum mysterium“: Am Donnerstag, 12. Dezember, lädt das Frauenvokalensemble Intonare unter der Leitung von Darko Bunderla um 19 Uhr zum Adventskonzert in die Lübecker Propsteikirche Herz Jesu ein. Das A-cappella-Programm spannt

einen Bogen von der Renaissance bis zur Gegenwart, darunter Werke von de Victoria und Schütz, traditionelle vorweihnachtliche Melodien aus aller Welt sowie Jazzstandards von Kirby Shaw oder J. Fred Coots. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

AUS DER GESCHÄFTSWELT

Biomarkt Denny's läutet die Weihnachtszeit ein

LÜBECK/ BAD SCHWARTAU. Pünktlich zur Vorweihnachtszeit lädt der „BioMarkt Verbund“ seine Kunden zu einem ressourcenschonenden Adventseinkauf ein. Köstliche Rezeptideen, weihnachtliche Produkte zu Sonderpreisen und tolle Basteltipps für ein festliches Weihnachtsfest finden die Kunden vor allem auf der Website des „BioMarkt Verbunds“. Unter biomarkt.de/weihnachten können alle Weihnachtsbegeisterten stöbern und sich inspirieren lassen. Und wenn die Zeit fürs Geschenk

knapp wird: hier gibt es auch die BioMarkt-Geschenkgutscheine. Um den Weihnachtseinkauf stressfrei zu gestalten, bietet der Online-Vorbestellshop www.biomarkt-bestellung.de eine exklusive Auswahl an Festtagsspezialitäten. Vom saftigen Braten bis zu Fischspezialitäten – hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Bestellungen können bis zum 11. Dezember 2024 aufgegeben und am 21. oder 23. Dezember im ausgewählten BioMarkt abgeholt werden.

Pullover
Gr. 38-50
59,95 €

beide Artikel sind auch in pink/grau erhältlich

AGA Victoria
Strickjacke
Gr. 38-50
79,95 €

ZWILLINGSHERZ
Weste
in kräftig bunten Farben
Gr. M-XL
kurz: statt 79,95 **39,95 €**
lang: statt 99,95 **49,95 €**

anna montana
SONDERPOSTEN
Hosen
viele tolle Modelle + Farben
Gr. 19-24, 36-48
statt 59,95 **19,95 €**

Stiefeletten
verschiedene Modelle
Gr. 37-42
statt 49,95 / 59,95 **29,95 €**

palado.
Moonboots
Farbe taupe
Gr. 36-41
statt 59,95 **39,95 €**

Leder-Hausschuhe
mit echtem Lammfell
schwarz, grau, chestnut
Gr. 37-42 **39,95 €**

Stiefeletten
verschiedene Modelle
Gr. 37-42 **59,95 €**

Bademantel
Baumwoll-Mischung
auch in rauchblau
Gr. 48-56 **69,95 €**
Gr. 58-62/64 **79,95 €**

Herren-Funktionsjacke
wind- und wasserdicht, atmungsaktiv, navy + schwarz
Gr. M-3XL
statt 179,99 **89,95 €**

5-Pocket-Strukturjeans
bordeaux, grau, navy + beige
Gr. 33/30-44/30, 33/32-42/32, 34/34-38/34
statt 69,95 **29,95 €**

Thermohose
bordeaux, olive, schwarz, navy, beige + schlamm
Gr. 48-56, 24-29
statt 59,95 **29,95 €**

Mütze
anthra, grau + schwarz
statt 12,95 **7,95 €**

Schal
passend
statt 19,95 **12,95 €**

Kuscheldecke
70% Baumwolle
viele verschiedene Farben
Gr. 150 x 200 cm
39,95 €

contag
Langarm-Thermoshirt
+ passend dazu
lange Thermounterhose
beere + anthrazit
75% Baumwolle
Gr. 36-46 je **14,95 €**
Gr. 48-50 je **15,95 €**

wewofashion
Bademantel
60% Baumwolle
auch in eisblau
Gr. M-XXL **54,95 €**

CASA MODA

PIONEER
AUTHENTIC JEANS

Hersfelder Kleiderwerke

Lübeck
Posener Str. 5 · Tel. 0451 / 40 00 60
Montag bis Freitag: 9.30–17.30 Uhr · Samstag: 9.30–15.00 Uhr

Lübeck-Moisling
August-Bebel-Str. 25–29 · Tel. 04 51 / 2929 90
Montag bis Freitag: 9.30–17.30 Uhr · Samstag: 9.30–14.00 Uhr

Eutin
Albert-Mahlstedt-Str. 5 · Tel. 045 21 / 49 77
Mo. bis Fr.: 9.30–17.30 Uhr · Sa.: 9.30–14.00 Uhr

jetzt auch auf Youtube!

ausreichend kostenlose Parkplätze vorhanden!

Holtex Edith Pohl e.K.
Inhaber: André Meyer-Pohl
Zentrale: Posener Str. 5
23554 Lübeck
Deutschland

www.holtex.de

wochen
spiegel

Geschäftsleitung: Björn Bothe & Adrian Schimpf
Leiter Media-Vermarktung: Rainer Wilkens

Anzeigenabteilung: Tel. 04 51/1 44-17 63
Fax 04 51/1 44-17 79
Privatanzeigen: Tel. 04 51/1 44-11 11
e-mail: wochenspiegel.anzeigen@LN-luebeck.de

Zustellung: kostenlos, sonnabends
Lübecker Nachrichten Zustell GmbH
Telefon: 04 51/1 44-18 26

Gesamt-Druckauflagen:
Ausgabe Lübeck 95.985
Ausgabe Bad Schwartau / Stockelsdorf 26.805
Ausgabe Lübecker Bucht 16.650
Ausgabe Eutin / Malente 17.810
Gesamtauflage 157.250

Wochenspiegel
Verlag: Lübecker Nachrichten Media GmbH
Herrenholz 12, 23556 Lübeck

Druck: A. Beig Druckerei und Verlag
GmbH & Co. KG
Damm 9-19
25421 Pinneberg

www.wochenspiegel-online.de

Redaktionsleitung: Sabine Goris

Redaktion:
Tel. 04 51/1 44-17 81
e-mail: wochenspiegel.redaktion@LN-luebeck.de

Anzeigenschluss: Dienstag 15.00 Uhr
Redaktionsschluss: Dienstag 16.00 Uhr

Zurzeit gilt die Anzeigenpreisliste
Nr. 49 vom 01. Januar 2024

Mitglied im

NORD BLOCK
Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

ADA
Anzeigenblätter

BVDA
Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis - „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an ihrem Briefkasten anzubringen.
Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

Noch bis 2026 Bauarbeiten: A1 bleibt Staufalle

Strecke zwischen Pansdorf und Sereetz augenscheinlich fertig. Dennoch keine Freigabe.2025 folgt die Gegenfahrbahn.

PANSDORF/SEREETZ. Ein Reisebus passiert die Baustelle. Hinter ihm fahren Autos. Sie alle sind auf der einspurigen Fahrbahn in Richtung Süden unterwegs. Die Autobahn 1 ist hier – zwischen Pansdorf und Sereetz – seit dem Frühjahr 2024 eine Großbaustelle. Die Fahrbahn wird erneuert. Ein Großteil des neuen Belags ist längst fertig. Die frisch aufgetragenen weißen Markierungen der beiden Fahrstreifen strahlen. Der schwarze Asphalt glänzt ebenso wie die silberfarbenen Leitplanken. Bevor der Verkehr auf der neuen Strecke unterwegs sein darf, stehen aber noch Restarbeiten an.

Die A1 zwischen Lübeck und Fehmarn ist von enormer Bedeutung. Bis zu 45.000 Fahrzeuge sind hier täglich unterwegs. Staus und Unfälle sind ebenso wie Bauarbeiten Alltag. „Die 20-er Jahre sind von Baumaßnahmen im Bereich der A1 nördlich von Lübeck geprägt.“ Das sagt Susann Sommerburg. Sie ist Sprecherin der Autobahn GmbH und hat die Erneuerung genau im Blick. Läuft alles glatt, hält der neue Belag 15 bis 20 Jahre.

DIESE ARBEITEN MÜSSEN NOCH ERLEDIGT WERDEN

In den vergangenen Jahren hat die Autobahn GmbH nach und nach mehrere Abschnitte zwi-



Links die neue Fahrbahn Richtung Süden im Bereich Ratekau: Auf 5,3 Kilometern wurde die Strecke erneuert. Foto: Sebastian Rosenkötter

schen Neustadt und Ratekau erneuern lassen. Wenige Wochen vor Weihnachten hieß es dann stets, freie Fahrt auf der Neubautrecke. Doch in diesem Jahr wird daraus nichts. „Am Brückenbauwerk stehen noch Restarbeiten aus wie das Anbringen der Geländer, Fugenarbeiten und Markierungen auf der Brücke. Im Straßenbereich sind noch Arbeiten am Wildschutzzaun sowie das Verlegen der Fernmeldekabel offen. Weiterhin fehlen noch Schilder und Kleinbeschilderung“, führt Sommerburg aus.

Zugleich betont sie, dass sich die Arbeiten an der Fahrbahn sowie der Brücke über die Landesstraße 290 zwischen Ratekau und Sereetz auf der Zielgeraden befinden. Weiter erläutert die Sprecherin, warum eine Freigabe in 2024 aus Sicht der Autobahn GmbH nicht sinnvoll ist: Die Akteure wollen den Umstand nutzen, dass direkt nach der Fertigstellung mit der Erneuerung der gegenüberliegenden Fahrbahn in Richtung Norden begonnen werden soll. Man habe sich entschlossen, auf dem fertigen Ab-

schnitt, noch ohne Verkehr, die neue Baustellenführung einzurichten. Vorgesehen seien ein Fahrstreifen in Richtung Süden sowie zwei in Richtung Norden. „Somit muss nur kurz in den fließenden Verkehr eingegriffen werden, um die jeweiligen Verswenkungen einzurichten und den Verkehr dann auf den fertigen Abschnitt umzulegen“, verdeutlicht Susann Sommerburg. Der Abbau der bestehenden Verkehrseinrichtung erfolge dann ohne Behinderung des fließenden Verkehrs im abgesperrten Bereich

des neuen Baufeldes. Wann genau all dies geschehen werde, sei offen. Die Autobahn GmbH stimme sich derzeit mit der beauftragten Firma ab, ein entsprechendes Vergabeverfahren laufe.

HIER MUSS AUCH NOCH GEBAUT WERDEN

Klar ist außerdem, dass auch nach der Erneuerung der Gegenfahrrichtung nicht Schluss sein wird mit den Bauarbeiten auf der A1. Schließlich steht noch ein Lückenschluss zwischen zwei bereits sanierten Abschnitten bevor. Dieser beginnt rund 100 Meter vor der Anschlussstelle Pansdorf und reicht bis zum jetzigen Bauanfang nördlich der Anschlussstelle Ratekau. Es geht dabei um ein Baufeld in einer Länge von etwa vier Kilometern. Der aktuelle Abschnitt umfasst 5,3 Kilometer.

Beendet werden soll die Erneuerung der Fahrbahn zwischen Lübeck und Neustadt im Laufe des Jahres 2026. Jedoch plant die Deutsche Bahn im Zuge des Baus der Schienenanbindung für die feste Fehmarnbeltquerung noch den Bau einzelner Brücken. Insgesamt sollen im Zuge des Megaprojekts mehr als 80 Brücken entstehen, wobei jedoch nicht alle über die Autobahn führen.

SER

Weihnachtslieder bei Kerzenschein

LÜBECK. Das traditionelle Adventsliedersingen der Kinder in St. Aegidien findet statt am Sonntag, 8. Dezember, um 16.30 Uhr. Wer die über 60 singenden Kinder auf dem Chorpodest mit Kerzen in der Hand schon einmal erlebt hat, der wird dieses Erlebnis gern mit anderen teilen. Die Kinder der kleinen und der großen Kurrende treten gemeinsam mit den Spatzenchor-Gruppen der Kahlhorst-Schule unter der Leitung von Kirchenmusiker Eckhard Bürger und Studenten der Musikhochschule auf. Ein Instrumentalensemble mit Daniel Drömann (Violine), Jonas Lohmann (Klarinette) und Theresa Oergel (Klavier) werden das Singen der Kinder musikalisch führen. Das Publikum ist auch zum Mitsingen eingeladen. Der Eintritt ist frei, am Ausgang wird eine Kollekte erbeten.

Erfahrungen zum Thema Zyklus

LÜBECK. 13 Fotos und 13 Erfahrungen mit Menstruation stehen nebeneinander: Lübeckerinnen teilen ihre Geschichten über den Zyklus ab 13. Dezember im Kulturfunk-Quartier, Krähenstraße 32-34: die verbindenden, schmerzhaften, schambehafteten, nachdenklichen. Die Ausstellung erzählt aus unterschiedlichen Lebensphasen und gibt Einblicke in einen Alltag, in dem Blut immer wieder eine zentrale Rolle spielt. „Zyklus“ wurde von Dara Brexendorf (Interviews), Hanna Lenz (Fotografie) und Pia Schröer (Grafik) entwickelt. Der Eintritt ist kostenfrei. Die Ausstellung wird von einer Plakatkampagne in der City begleitet.



KNUTZEN HOME

SCHURWOLLTEPPICH »Shades«

100% Schurwolle, handgearbeitet, in 4 Farbvarianten verfügbar:

- 01 Natuarl Sand
- 02 Stone Grey
- 03 Pistazie
- 04 Steel Grey



60 x 110 cm	119.-	49 ⁹⁹
80 x 150 cm	229.-	89 ⁹⁹
130 x 190 cm	469.-	219 ⁰⁰
160 x 230 cm	699.-	299 ⁰⁰
200 x 290 cm	1.099.-	519 ⁰⁰



Die mit dem grünen Haus! 16 x in Schleswig-Holstein

IMMER IN IHRER NÄHE UND ONLINE UNTER: WWW.KNUTZEN-HOME.DE

UNSER SERVICE FÜR SIE: EIGENE BODENLEGER, DEKORATEURE UND NÄHERINNEN, LIEFERSERVICE

Farblich passende Teppiche zur Shades-Tapete!



SONDERPREISE

bis zu **60% gespart**

KNUTZEN HOME **Lübeck**

Osterweide 14 · Tel. 0451 / 50 49 060

luebeck@knutzen-home.de

KNUTZEN HOME **Eutin**

Industriestr. 12a · Tel. 04521 / 79 56 00

eutin@knutzen-home.de

KNUTZEN HOME **Oldenburg in Holstein**

Am Voßberg 8 · Tel. 04361 / 50 63 90

oldenburg@knutzen-home.de

GESUNDHEITS-TIPP

Starke Knochen für ein aktives Leben

Knochen sind das stille Fundament des Körpers – sie tragen, schützen und stabilisieren. Doch was passiert, wenn diese unsichtbare Kraft nachlässt? Osteoporose entwickelt sich oft unbemerkt, bis plötzliche Brüche oder Schmerzen die nachlassende Stabilität der Knochen offenbaren. Die gute Nachricht: Mit der richtigen Vorsorge und gezielten Maßnahmen lässt sich viel tun, um die Knochen zu schützen und ihre Kraft zu erhalten. Bewegung, Ernährung und ein bewusster Lebensstil spielen dabei eine entscheidende Rolle.

Osteoporose ist eine systemische Erkrankung, bei der das Verhältnis zwischen Knochenaufbau und -abbau gestört ist. Die Knochen verlieren an Dichte und Stabilität, was das Risiko von Knochenbrüchen erheblich erhöht. Besonders betroffen sind die Wirbelsäule, das Becken und die Hüfte.

Die Hauptursache von Osteoporose ist das fortschreitende Alter. Im Laufe des Lebens baut der Körper ab dem 30. Lebensjahr Knochenmasse ab. Besonders Frauen nach der Menopause sind gefährdet, da der sinkende Östrogenspiegel den Knochenschwund beschleunigt. Weitere Risikofaktoren umfassen:

- Genetische Veranlagung
- Mangel an Bewegung und ein sitzender Lebensstil
- Kalzium- und Vitamin-D-Mangel
- Rauchen & Alkohol
- Langzeitmedikamente wie Kortison

Osteoporose entwickelt sich oft schleichend und bleibt lange Zeit unbemerkt. Frühzeitig zeigt sie keine eindeutigen Symptome. Später können jedoch folgende Anzeichen auftreten:

- Rückenschmerzen, bedingt durch Wirbelbrüche
 - Verlust an Körpergröße, durch das Einsinken der Wirbelkörper
 - Gekrümmte Haltung, eine sogenannte Kyphose bzw. ein Rundrücken
 - Häufige Knochenbrüche, besonders im Bereich der Hüfte, des Handgelenks oder der Wirbelsäule
- Wenn diese Symptome auftreten, sollte eine ärztliche Abklärung erfolgen, um eine Knochendichtemessung vorzunehmen.

PRÄVENTION: WIE KANN MAN OSTEOPOROSE VORBEUGEN?

1. Kalziumreiche Ernährung

Kalzium ist ein zentraler Baustein für gesunde Knochen. Täglich sollten etwa 1000 mg Kalzium aufgenommen werden. Milchprodukte, grünes Blattgemüse und angereicherte Lebensmittel sind gute Kalziumquellen. Oft müsse Nahrungsergänzungsmittel zugeführt werden, da die Menge nicht erreicht wird.

2. Vitamin D durch Sonnenlicht

Vitamin D hilft dem Körper, Kalzium aufzunehmen. Etwa 15 Minuten Sonneneinstrahlung täglich reichen aus, um ausreichend Vitamin D zu bilden. In den Wintermonaten oder bei Mangelerscheinungen können Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll sein.

sein.

3. Regelmäßige Bewegung

Sportarten wie Gehen, Wandern oder leichtes Krafttraining stärken die Knochen. Besonders effektiv sind Aktivitäten, bei denen das Körpergewicht getragen wird, wie zum Beispiel Tanzen oder Treppensteigen. Auch Gleichgewichtsübungen wie Tai Chi helfen, Stürze zu verhindern.

4. Rauchstopp und moderater bis kein Alkoholkonsum

Rauchen schwächt die Knochen und beschleunigt den Knochenschwund. Ein Rauchstopp ist daher ein wichtiger Schritt zur Prävention. Auch Alkohol sollte nur in Maßen oder gar nicht konsumiert werden, um die Knochengesundheit nicht zu gefährden.

BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN: WAS TUN BEI OSTEOPOROSE?

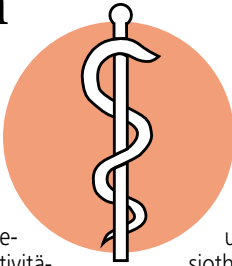
Wenn Osteoporose diagnostiziert wird, können verschiedene Behandlungsansätze in Betracht gezogen werden.

1. Medikamentöse Therapie

Verschiedene Medikamente, wie z. B. Bisphosphonate, werden eingesetzt, um den Knochenabbau zu verlangsamen und das Risiko von Knochenbrüchen zu senken. Diese Medikamente helfen, die Knochendichte zu erhalten oder zu erhöhen. Sie sollten unter ärztlicher Aufsicht eingenommen werden, da sie Nebenwirkungen haben können.

2. Kalzium- und Vitamin-D-Präparate

Wenn eine ausreichende Zufuhr über die Nahrung nicht gewährleistet ist, können Kalzium- und Vita-



min-D-Präparate verschrieben werden, um die Knochengesundheit zu unterstützen.

3. Physiotherapie

Gezielte Übungen unter Anleitung eines Physiotherapeuten helfen, die Muskulatur zu stärken und das Gleichgewicht zu verbessern. So können Stürze und damit verbundene Frakturen vermieden werden.

WELCHE BEWEGUNGEN SIND BEI OSTEOPOROSE ZU VERMEIDEN?

Patienten mit Osteoporose sollten bestimmte Bewegungen und Aktivitäten vermeiden, um das Risiko von Knochenbrüchen zu reduzieren. Dazu gehören:

- Schweres Heben, da sie die Wirbelsäule belasten können
- Plötzliche Drehbewegungen, um Wirbelbrüche zu vermeiden
- Springen oder Rennen auf hartem Untergrund, um die Belastung auf die Knochen zu reduzieren

WELCHE SPORTARTEN STÄRKEN DIE KNOCHEN?

Sport ist ein wichtiger Faktor zur Stärkung der Knochendichte. Besonders hilfreich sind:

- Krafttraining und Übungen mit leichten Gewichten fördern den Knochenaufbau.
- Tanzen und Wandern stärken vor allem die Bein- und Hüftknochen.
- Yoga und Pilates helfen, die Flexibilität und das Gleichgewicht zu verbessern, was wiederum das Sturzrisiko senkt.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken



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

Gefahrenquelle Knopfzellen

Verschluckte Batterien können bei Kleinkindern zu schweren Gesundheitsschäden führen.

Sei es die Lichterdekoration oder das Kinderspielzeug: Gerade in der Weihnachtszeit werden viele Produkte zum Schmücken und Verschenken verwendet, die mit Batterie-Knopfzellen betrieben werden. Doch Vorsicht: Damit steigt das Risiko, dass Kinder diese in die Hände bekommen und beim spielerischen Ausprobieren verschlucken. Bleibt die Knopfzelle dabei in der Speiseröhre stecken, drohen schwere Schleimhautschädigungen.

Knopfzellenbetriebene Geräte sind in der Weihnachtszeit allgegenwärtig. Spielzeug mit Knopfzellen, das in der EU in Verkehr gebracht wird, muss so gesichert sein, dass kein direkter Zugriff auf die Knopfzelle möglich ist. Aber auch LED-Teelichter, Weihnachtsbeleuchtung, Grußkarten mit Musik und Fernbedienungen für die Beleuchtung enthalten häufig Knopfzellen, die nicht in die Hände von Kindern gelangen dürfen. Auch bei der Lagerung von neuen und gebrauchten Knopfzellen sollten Eltern darauf achten, dass alle Knopfzellen für Kinder unzugänglich aufbewahrt werden. Das gilt auch für vermeintlich leere Batterien.

Oft wird das Verschlucken einer Knopfzelle zuerst nicht bemerkt. Besonders gefährlich ist es, wenn diese in der Speiseröhre stecken bleibt. Durch den Kontakt mit der feuchten Schleimhaut fließt Strom. An der Grenzfläche zwischen Knopfzelle und Schleimhaut entstehen Hydroxidionen, die zu schweren Verätzun-

gen führen können. Ein erhöhtes Risiko besteht für Kleinkinder durch große Knopfzellen ab 20 Millimeter, da ein Steckenbleiben in der engen Speiseröhre besonders wahrscheinlich ist. Dr. med. Katja Schwarzenhölzer von der AOK NordWest warnt eindringlich vor den Verschluckungsfolgen von Knopfzellen: „Bleibt die Knopfzelle in der Speiseröhre stecken, treten oft zunächst keine Symptome oder nur leichtes Unwohlsein auf. Nach einigen Stunden stellen sich Erbrechen, Appetitlosigkeit, Fieber oder Husten ein. Im weiteren Verlauf kommt es zunehmend zu Gewebeschäden an der Kontaktstelle zwischen Knopfzellen und Speiseröhre, die zu Blutungen und zum Absterben von Gewebe führen können. Als Spätfolge kann sich die Speiseröhre narbig verengen. In seltenen Fällen können diese Komplikationen sogar tödlich sein.“

Je stärker die Batterie aufgeladen ist und je länger die Knopfzelle in der Speiseröhre verbleibt, desto größer können die gesundheitlichen Schäden sein. Wenn die Knopfzelle die Speiseröhre passiert hat, können dennoch Komplikationen auftreten, zum Beispiel durch zuvor beschädigte Knopfzellen. Dabei können giftige Substanzen austreten, die das Gewebe schädigen. In der Klinik kann entschieden werden, ob die Knopfzelle entfernt werden muss oder die natürliche Ausscheidung abgewartet werden kann.

ANZEIGE

Harter Stuhl: Was hilft wirklich?



Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? Mit der richtigen Ballaststoffkombination kann man gegensteuern.

Wiederkehrende Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden überhaupt. Interessanterweise sind hauptsächlich Frauen betroffen. Denn neben Stress oder einer Einnahme von Medikamenten können auch die natürlichen Hormonschwän-

kungen während des Zyklus die Darmprobleme begünstigen. Aber auch das Unterdrücken des Stuhlgangs z.B. im Berufsalltag fördert Verstopfungen. Letzteres betrifft auch Kinder ab dem Schulalter, die in der Schule oft aus Scham nicht auf die Toilette gehen.

Wie gegensteuern?

Die gute Nachricht ist, dass man in den meisten Fällen die Darmtätigkeit selbst wieder anregen kann. Nämlich mit einer ausreichenden Flüssigkeits- und Bal-

laststoffzufuhr. Kein Wunder also, dass man in Apotheken, Drogerien sowie im Internet ein immer größeres Angebot an Ballaststoffprodukten findet. Durch deren natürlichen Quelleffekt können sie sanft die Darmbewegung anregen und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz. Für die Produktauswahl ist jedoch wichtig zu wissen: Einzelne Ballaststoffe sind zwar gut, aber den weitaus besten Effekt erzielt man mit einem Kombinations-Präparat. So zeigt etwa eine groß angeleg-

te Studie, dass mit einer Ballaststoffkombination eine deutlich höhere Verbesserung der Stuhlkonsistenz erreicht werden kann als mit einem einzelnen Ballaststoff.¹

Wirksame 5-fach-Kombination

Genau hier setzt das neue Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv an. In einer Kombination, die es so noch nie gab, vereint es gleich fünf verschiedene pflanzliche Ballaststoffe miteinander. So bietet es etwa durch Flohsamen eine rundum natürliche und gleichzeitig effektive Unterstützung bei Verstopfung und hartem Stuhl – spürbar schon nach der Einnahme von ein bis zwei Sachets. Durch die rein natürliche Zusammensetzung kann es bei Bedarf aber auch regelmäßig angewendet werden. Mit seinem fruchtigen Geschmack eignet es sich beispielsweise auch hervorragend als fixer Bestandteil eines ausgewogenen Frühstücks. Für Kinder ab 6 Jahren empfiehlt sich die Einnahme eines halben Sachets.

Bestehen Sie auf das Original!

Nur in Dr. Böhm® Darm aktiv ist die einzigartige 5-fach-Kombination aus Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras und Yaconwurzel enthalten. Sollte es noch nicht vorrätig sein, bestellt Ihre Apotheke es gerne für Sie.

¹Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.

PRODUKT-TIPP bei hartem Stuhl



PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)

Dr. Böhm® Darm aktiv

- ✓ Angenehm weicher Stuhl*
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)



Gut zu wissen: Dr. Böhm® ist seit über 55 Jahren die führende Apothekenmarke Österreichs. Das Familienunternehmen produziert exklusiv in Deutschland und Österreich.

*Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.

Qualität
zertifiziert gemäß
DIN EN ISO 9001:2015

PINGUIN APOTHEKEN

EISKALT
REDUZIERT*



DIE GRÖSSTE AUSWAHL IN LÜBECK ZU TOP-PREISEN

Ibu Ratiopharm 400 akut 50 Schmerztabletten



43 %
gespart

statt ~~12,95 €~~

7.40*
€

Nasenspray Ratiopharm für Erwachsene 10 ml



41 %
gespart

statt ~~4,97 €~~

2.95*
€

I = 295 €

Bepanthen Wund- und Heilsalbe 100 g



26 %
gespart

statt ~~19,39 €~~

14.45*
€

kg = 144,50 €

Vitamin B-Komplex Ratiopharm 120 Kapseln



40 %
gespart

statt ~~41,94 €~~

24.00*
€

Dolo Dobendan 36 Lutschtabletten



21 %
gespart

statt ~~15,49 €~~

12.25*
€

Magnesium Verla 200 Dragees



30 %
gespart

statt ~~18,60 €~~

12.95*
€

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



PINGUIN
APOTHEKEN

Inhaber Jörg Ortmann e. K.

Umckaloabo 50 ml



31 %
gespart

statt ~~23,70 €~~

16.45*
€

I = 329 €

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 07.12.2024 - 14.12.2024

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

Wissenschaftler lösen Rätsel um historisches Schiffswrack aus der Trave

Baujahr und Herkunft stehen fest, aber der Name des Schiffs noch nicht – LKA und KI helfen bei den Ermittlungen.

LÜBECK. Vorführereffekt. Daniel Balanzategui, Wissenschaftler von der Technischen Hochschule, bleibt mit seiner Handsäge in dem über 400 Jahre alten, dunklen und nassen Ankerstock hängen, als er vor Publikum eine Probe entnehmen will. Die Erforschung alter Hölzer zur Bestimmung ihres genauen Alters kann kraftraubend sein.

Wenn Unterwasserarchäologe Felix Rösch die schweren Spanten und Decksplanken aus einem der fünf großen Becken hievt, lässt er sich von einem Kollegen mit Gabelstapler helfen. Bei den über 150 Fässern, die pro Stück mehrere Hundert Kilogramm wiegen und sauber aufgereiht sind, ist mit Menschenkraft eh nichts mehr zu machen.

Die Stadt hat die Halle einer früheren Munitionsfabrik in Schlutup gemietet, um die im vergangenen Jahr aus der Trave geborgenen Teile des Frachtseglers zu konservieren, zu dokumentieren, zu digitalisieren und zu untersuchen.

Daniel Balanzategui hat 250 der mehr als 500 Schiffsteile bereits besehen. Jetzt steht das Baujahr des Handelsschiffs fest: 1642/43. Das tragende Skelett wurde aus Lübecker Eiche hergestellt, während die Planken aus skandinavischem Nadelholz bestehen. Wasserstandsanzeiger am Rumpf geben Lübsche Fuß

an, sagt Felix Rösch: „Die gab es nur an Lübecker Schiffen.“

AN BORD: BRENNHOLZ AUS LAUBENBURGISCHEN WÄLDERN

Holzwissenschaftler Balanzategui ist sich sicher, dass die 20 Holzscheite aus dem Schiff aus Laubenburgischen Wäldern stammen und als Feuerholz dienten. Aus den Jahresringen dieser Scheite schlussfolgern die Wissenschaftler, dass das Handelsschiff zwischen 1656 und spätestens 1660 gesunken ist.

Sicher sei auch, sagt Felix Rösch, dass das Schiff brennend unterging. Der Unterwasserarchäologe vermutet, dass es in der Nähe des Stülper Huks eine scharfe Wende in der damals noch nicht ausgebaggerten Trave fuhr und dabei an einer seichten Stelle Leck schlug. Wasser drang ein, der Brantkalk in den Fässern reagierte und entzündete sich. Aber noch ist unklar, wo genau das Feuer ausgebrochen ist.

Für die an Bord gefundenen Keramikstücke wurde sogar das Landeskriminalamt (LKA) eingeschaltet. Über 400 Jahre alte Fingerabdrücke werden mit Fingerabdrücken aus einer Töpferwerkstatt aus der Hartengrube verglichen. Pflanzen-, Makro- und Insektenreste aus dem Bauch des Schiffes werden in Edinburgh an



Unterwasserarchäologe Felix Rösch hievt mithilfe eines Gabelstaplers ein Stück vom Rumpf des Lübecker Hanseschiffs aus dem Becken. Mehr als 500 Teile des im Februar 2022 zufällig entdeckten Wracks werden in einer Halle in Schlutup analysiert und dokumentiert. Foto: Lutz Roeßler

der Universität untersucht und ausgewertet. „In jedem Hafen gibt es andere Pollen, Fliegen, Mücken und Käfer“, berichtet Dr. Dirk Rieger, Bereichsleiter Archäologie und Denkmalpflege der Hansestadt, „daraus lassen sich heute noch die exakten Routen und Aufenthalte des Hanseschiffs bestimmen.“

Drei der vier Anker des Frachtschiffs wurden geborgen. Eine Restauratorin ist damit beauftragt, die Korrosion zu stoppen. „Das sind tolle Ausstellungsstücke“, sagt Dirk Rieger und denkt

schon weiter, „Anker symbolisieren die Schifffahrt.“

EHRENAMTLICHE STUDIEREN DIE AKTEN DES SEEGERICHTS

Ein dänisches Labor untersucht die Brantkalkfässer. Es sei ja nicht ganz ausgeschlossen, dass sich noch andere Waren in den Fässern versteckten, erklärt der Archäologe. Vor allem aber soll die Analyse feststellen, woher genau der Kalk kam. „Wenn es Gotländer Kalk ist, dann wissen wir, woher das Schiff kam“, sagt

Rieger.

Einige Rätsel haben die Wissenschaftler noch nicht entschlüsselt. Wie hieß das Handelsschiff, wem gehörte es, und wie viel war die Fracht wert? Antworten erhoffen sich die Forscher aus den umfangreichen Archiven der Hansestadt.

Dank der Altersbestimmung der Hölzer können sie den Suchzeitraum einschränken. In einem Kooperationsprojekt mit dem Archiv und der Forschungsstelle für die Geschichte der Hanse und des Ostseeraums sollen die

schriftlichen Quellen durchsucht werden.

Dabei wird Künstliche Intelligenz (KI) eingesetzt. „Die Akten zu Schiffsunglücken werden digitalisiert und die KI lernt, die Schriften zu entziffern“, erklärt Archäologe Rieger. Große Mengen an Akten könnten so schnell durchgearbeitet werden.

Zuvor aber müssen die digitalisierten, handgeschriebenen Akten des Seegerichts von ehrenamtlich tätigen Bürgern abgeschrieben werden. „Wenn zu dieser Zeit etwas in der Trave passiert ist, kam es vor das Seegericht“, sagt Rösch.

Die Bergung des historischen Handelsschiffs hat 1,9 Millionen Euro gekostet. Die Erforschung der Wrackteile finanziert die Archäologie aus ihrem laufenden Haushalt. Außerdem werden Drittmittel eingeworben. „Für die Konservierung der Hölzer brauchen wir einen politischen Beschluss“, erklärt Kultursenatorin Monika Frank (SPD). Diese Konservierung dauere Jahre. In dieser Zeit werde die Verwaltung zusammen mit der Politik beraten, ob das Wrack zusammengebaut und ausgestellt wird.

Vorher wird aber bereits an 3-D-Modellen gearbeitet, verrät Archäologie-Chef Rieger. Die sollen das Schiff unter vollen Segeln zeigen. Die Forscher hoffen, dass das Schiff bis dahin einen Namen hat. **DOR**

GESUNDHEIT UND WELLNESS

Anzeigenonderveröffentlichung

Blasenschwäche: Der Isolation diskret entgegenwirken

Das Bad Schwartauer Unternehmen unizell Medicare GmbH ist auf Produkte zur Inkontinenzversorgung spezialisiert.

BAD SCHWARTAU. Die unizell Medicare GmbH in Bad Schwartau bietet eine breite Palette von Produkten zur Inkontinenzversorgung an. Diese ermöglichen Menschen mit Inkontinenz ein hohes Maß an Lebensqualität und wirken einem Rückzug aus dem sozialen Leben entgegen. Blasenschwä-

che betrifft rund zehn Millionen Menschen - unabhängig vom Alter und aufgrund unterschiedlicher Ursachen. Sie sollte kein Tabu sein, sondern fachärztlich abgeklärt werden.

Die Mitarbeiter nehmen sich Zeit, um in der Beratung auf die individuellen Bedürfnisse der Kunden einzugehen und maß-



Bei der Beratung nehmen sich die unizell-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter Zeit, um auf die individuellen Bedürfnisse der Kunden einzugehen. Foto: unizell

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

geschneiderte Lösungen zu entwickeln. Alle Produkte zeichnen sich durch Qualität, Sicherheit und Tragekomfort aus. Darüber hinaus hilft unizell Medicare bei der Beantragung der Kostenübernahme durch die Krankenkasse.

Das Unternehmen versteht sich nicht nur als Produktanbie-

ter, sondern auch als Partner seiner Kunden: Es unterstützt rund um das Thema Inkontinenz und legt Wert auf Diskretion und Sicherheit: Die Lieferung erfolgt zuverlässig und diskret in neutralen Paketen.

Terminbuchung für

Beratung unter Telefon 0451/ 398905725 oder einfach den QR-Code scannen. **KBS**

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

Zahnvorsorge noch vor dem Jahreswechsel

Erwachsene sollten auch ohne akute Beschwerden idealerweise zweimal jährlich zur Zahnvorsorge ihren Zahnarzt aufsuchen. „Regelmäßige Vorsorge beim Zahnarzt ist entscheidend für langfristige Zahngesundheit und zahlt sich aus. Denn Versicherte, die eine lückenlose Vorsorge im Bonusheft nachweisen, erhalten höhere Zuschüsse für Brücken, Kronen oder Prothesen“, sagt Dr. Bernd Hillebrandt, Landesgeschäftsführer der Barmer in Schleswig-Holstein. Wer in diesem Jahr noch nicht beim Zahnarzt war, solle daher vor Jahresende noch einen Termin wahrnehmen. Die Zahnvorsorge wird im Papier-Bonusheft eingetragen und bei der BARMER auch automatisch im digitalen Zahnbonusheft dokumentiert.

Bestandsaufnahme von Zähnen und Zahnfleisch

Das Ziel der Zahnvorsorge ist eine umfassende Bestandsaufnahme von Zähnen, Zahnfleisch, Kiefer und Mundschleimhaut. Bei der Kontrolluntersuchung kann der Zahnarzt frühzeitig mögliche Zahn- oder Zahnfleischschäden (Parodontitis) erkennen, indem er jeden Zahn einzeln überprüft. Dabei werden Verfärbungen, Zahnstein, Karies oder Putzfehler identifiziert.

Ein lückenlos geführtes Bonusheft über fünf Jahre erhöht den Festzuschuss von 60 auf 70 Prozent. Bei nachgewiesenen Terminen über zehn Jahre steigt der Zuschuss der Krankenkasse auf 75 Prozent.

Rückenschmerzen ursächlich behandeln

LÜBECK. „Viele Menschen mit Rückenschmerzen kommen skeptisch, aber hoffnungsvoll in meine Praxis“, erzählt Heilpraktikerin und Rückentherapeutin Tasia Ariane Nummert. „Häufig haben sie über Jahre vieles ausprobiert – ohne den ersehnten Erfolg. Umso schöner ist es, wenn schon nach wenigen Sitzungen spürbare Erleichterung eintritt.“

Tasia Nummert arbeitet mit einer speziellen Rückentherapie, die sie bei einem Orthopäden aus den Niederlanden erlernt und über die Jahre verfeinert hat. Mit Hilfe eines besonderen Behandlungsgeräts wird die Muskulatur gezielt gestärkt, während Blockaden gelöst werden. „Rückenschmerzen entstehen oft durch langanhaltende Fehlstellungen, wie zum Beispiel einen Beckenschiefstand“, erklärt sie. „Wenn diese behoben werden, kann sich die Wirbelsäule entlasten und regenerieren.“



Heilpraktikerin und Rückentherapeutin Tasia Ariane Nummer.
Foto: privat

zung in schwierigen Lebenssituationen wie Trennungen, Trauer oder anderen Krisen – und schafft Raum für neue Perspektiven und innere Balance.“

GUTSCHEIN-DREIER-PAKET ENTDECKEN

Interessierte können sich jetzt beraten lassen. Bis zum 20. Dezember gibt es ein exklusives Gutscheine-Dreier-Paket, das eine erste Rückentherapie und zwei Sitzungen umfasst – ideal, um sich einen Überblick über die Möglichkeiten zu verschaffen.

■ **Tasia Ariane Nummert**
Heilpraktikerin im DAO-Haus
Meesenring 1, 23566 Lübeck
Telefon 0451/ 30 49 54 62
www.Heilpraktikerin-Luebeck.de

Schmerztherapie mit Biss

DISSAU/ BAD SCHWARTAU. Die alte traditionelle Blutegel-Therapie rückt wieder stärker in den Vordergrund bei der Behandlung schmerzender Gelenke. Erste Überlieferungen zu der Methode stammen aus dem Jahr 3300 vor Christus. Das Geheimnis ist der Speichel der Egel, der mehr als 20 Stoffe enthält, die unter anderem schmerzstillend, entzündungsfördernd, gerinnungsfördernd und durchblutungsfördernd wirken.

Der Egel beißt sich in die Haut und saugt Blut, als Gegenleistung für die „Mahlzeit“ gibt er die Inhaltsstoffe seiner Speicheldrüsen in die Wunde ab. Diesem Vorgang wird beim Menschen

therapeutische Bedeutung zugeschrieben und kann bei Schmerzen durch Arthrose, Arthritis und bei rheumatischen Erkrankungen hilfreich sein. Oft gehen Schwellungen zügig zurück und geben dem Patienten die Möglichkeit, sich wieder besser und schmerzfrei zu bewegen.

Heilversprechen kann und darf Heilpraktikerin Andrea Engel nicht geben, aber in ihrer Praxis in Dissau hat sich gezeigt, dass auf den Einsatz der Tiere besonders gut Knie- und Daumensattelgelenk, Schulter und Ellenbogen ansprechen. Gefährlich sind medizinische Blutegel und die Therapie nicht, es gibt allerdings Kontraindikationen/Risiken und



Heilpraktikerin Andrea Engel
hat ihre Praxis in Dissau.

Foto: privat

einige Dinge zu beachten. Daher sollten ausschließlich geschulte Heilpraktiker*innen behandeln, denn diese kennen die Risiken und wissen, was zu tun ist. Andrea Engel hat viele Schulungen in der Biebertaler Blutegelzucht absolviert, wo übrigens auch ihre tierischen Helfer herkommen.

Erfahren Sie mehr über Blutegel beim Vortrag am 23. Januar 2025 um 16.30 Uhr bei der „Mitmach AG“, Markttwiete 3, in Bad Schwartau

■ **Andrea Engel**
Am Redder 1
23617 Dissau
Telefon 04505 / 206 98 37
www.heilpraxis-dissau.de

Gewichtsreduzierung mit Akupunktur: 6-Wochen-Intensiv-Kur

LÜBECK. Gewicht verlieren ohne Hungern mit Medizin aus China: Wie das funktioniert, erklärt der Heilpraktiker Martin Müller-Klement: „Ich wünsche mir, dass Sie einen Besuch in meiner Praxis als etwas Entspannendes und Angenehmes empfinden. Eine Stunde, in der Sie sich wohlfühlen, in der Sie sich etwas Gutes tun, sich regenerieren und Kraft tanken.“

Aus dem Bereich der Chinesischen Medizin machen Sie Bekanntschaft mit klassischer Akupunktur, Ohrakupunktur, Schröpftherapie und Moxibustion (Erhitzen von Akupunktur-



Heilpraktiker Martin Müller-Klement.
Foto: privat

punkten). Zusätzlich kommt ein modernes Diathermie-Gerät zum Einsatz, welches mittels eines starken Magnetfeldes eine Tiefenerwärmung des Gewebes erzeugt und so für eine gesteigerte Dynamik im Fettgewebe und in den Stoffwechselorganen sorgt. Sie erhalten keine Diätpläne oder Abnehm-Produkte.

Eine Therapieform aus Mexiko übernimmt den Aspekt des Detoxen. Hierzu erzähle ich Ihnen gern mehr während eines Behandlungstermines. Homöopathische Injektionen unterstützen den Abnehmprozess zusätzlich.

Die Kur umfasst 6 Wochen. Planen Sie pro Woche 2 Behandlungen zu je 60 Minuten ein. Eine Light-Version der Kur ist möglich. Details und Preise zur Intensiv-Kur entnehmen Sie bitte meiner Homepage. Geschenkgutscheine können in der Praxis erworben werden.“

■ **Martin Müller-Klement**
Heilpraktiker und Ingenieur
Heiligen-Geist-Kamp 4
23568 Lübeck
Telefon 0451/ 14039703
www.Akupunkturpraxis-Luebeck.de

DAK: Deutlich mehr Scharlach bei Kindern

Scharlach-Infektionen bei Kindern nehmen in Schleswig-Holstein stark zu. So wurden 2023 fünfmal mehr Kinder mit Scharlach in Arztpraxen behandelt als im Vorjahr. Insgesamt waren hochgerechnet rund 16.400 Kinder im Alter von einem bis 14 Jahren betroffen – der höchste Stand der vergangenen fünf Jahre. Das ist das Ergebnis einer aktuellen Sonderanalyse im Rahmen des schleswig-holsteinischen DAK-Kinder- und Jugendreports. Mediziner sehen Nachholeffekte nach der Corona-Pandemie als Ursache.

HOCHANSTECKENDE ERKRANKUNG

Scharlach ist eine häufige bakterielle Infektionskrankheit bei Kindern, die durch Streptokokken verursacht wird. Die hoch ansteckende Erkrankung tritt meist gehäuft in Gemeinschaftseinrichtungen wie Kindergärten oder Schulen auf. Für die aktuelle DAK-Sonderanalyse im Rahmen des Kinder- und Jugendreports untersuchten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler von Vandage und der Universität Bielefeld Abrechnungsdaten von rund 45.000 Kindern und Jugendlichen bis einschließlich 17 Jahren, die bei der DAK-Gesundheit in Schleswig-Holstein versichert sind. Analysiert wurden die Jahre 2018 bis 2023. Der Fokus der Analyse liegt auf den 1- bis 14-Jährigen, da Scharlach hier am häufigsten auftritt.

„Wir müssen die Entwicklung weiter intensiv verfolgen“, sagt Cord-Eric Lubinski, Leiter der DAK-Landesvertretung in Schleswig-Holstein. „Wichtig sind eine Aufklärung der Eltern über Infektionskrankheiten wie Scharlach und das Einhalten der einschlägi-

gen Hygieneregeln – von der Nord- bis zur Ostsee, von der dänischen Grenze bis zur Elbe.“

Der DAK-Kinder- und Jugendreport zeigt, dass sich 2023 der Anteil der Kinder im Alter von einem bis 14 Jahren, die im Norden aufgrund von Scharlach ärztlich behandelt wurden, im Vergleich zum Vorjahr verfünffacht hat. Konkret gab es einen Anstieg um rund 429 Prozent. Wurden 2022 noch 8,1 Fälle je 1.000 Kinder von Ärztinnen und Ärzten dokumentiert, so waren es 2023 42,9 Fälle je 1.000 Kinder. Die Diagnosehäufigkeit von Scharlach erreichte damit in Schleswig-Holstein 2023 den höchsten Stand seit fünf Jahren. Besonders betroffen waren 10- bis 14-jährige Schulkinder: In dieser Altersgruppe haben sich die Infektionen mehr als versechsfacht (plus 536 Prozent).

NACHHOLEFFEKTE NACH DER PANDEMIE

„Die Ergebnisse des Kinder- und Jugendreports spiegeln die Realität in den Praxen eindrucksvoll wider“, so Dr. Michael Hubmann, Präsident des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzte*innen e. V. (BVKJ). „Der starke Anstieg von Scharlach-Fällen bei Kindern ist auf Nachholeffekte nach der Pandemie zurückzuführen. Die pandemiebedingte ‚Infektvermeidung‘ hatte neben den schwierigen sozialen auch negative infektiologische Folgen. Das sehen wir am Beispiel Scharlach. Das kindliche Immunsystem braucht ‚physiologische‘ Infekte genau wie das ‚soziale Immunsystem‘. Von zentraler Bedeutung ist die Arzneimittelversorgung: Wir brauchen eine stabile Versorgung mit oralem Penicillin.“

Hörgeräte Kersten: Gutes Hören seit über 70 Jahren als Lebensaufgabe

LÜBECK. Es fällt Ihnen schwer, den Winter richtig wahrzunehmen? Dabei bietet die weihnachtliche Jahreszeit so einzigartige Klangwelten: Das Feuer knistert, der Schnee knackt und die Weihnachtsmusik erklingt.

Eine Hörminderung schränkt dabei jedoch ein und begrenzt das soziale Leben. Typische Wintertöne kann man zum Beispiel nicht mehr wahrnehmen und genießen.

Häufig meiden Betroffene im schleichenden Prozess des Hörverlustes soziale Ereignisse, da sie den Gesprächen nicht mehr folgen können und ziehen sich dann still zurück.

Hörgeräte Kersten hat es sich zur Aufgabe gemacht, ein verantwortungsvoller und vor allem vertrauenswürdiger Partner für Betroffene zu sein und möchte seinen Kunden wieder zurück ins Leben verhelfen.

Erstklassiger Service, eine hohe Qualität und schnelles Handeln bilden die Grundpfeiler des Familienunternehmens. Die Lebensqualität und Individualität der Kunden stehen dabei an erster Stelle. Die Möglichkeit, den Kunden erstklassigen Service bieten zu können, ergibt sich zum Beispiel auch durch eigene Werk- und Fertigungsstätten, regelmäßige Fort- und Weiterbildungen der Mitarbeiter, sowie der technischen Ausstattung der Filialen nach modernstem Stand für die Feineinstellung während der Anpassphase und auch danach. Es ist für jeden Einzelnen möglich, in den Genuss von Hörsystemen in modernem Design und mit neuester Technik zu kommen. So können Hörsysteme namhafter Hersteller kosten-

los bei Hörgeräte Kersten getestet werden.

Für Kunden mit eingeschränkter Mobilität bietet das Unternehmen außerdem die Möglichkeit der professionellen Hausbesuche an, bei denen der erstklassige Service wie in der Filiale angeboten werden kann.

Hörgeräte Kersten freut sich auf Ihren Besuch, um Ihr Hörsystem anzupassen oder Sie individuell zu beraten.

■ **Hörgeräte Kersten**
Rathausmarkt 2b
23617 Stockelsdorf
Telefon 0451 / 49 91 29 3
www.hoergeraete-kersten.de



Erstklassigen Service und hohe Qualität bietet auch das Team von Hörgeräte Kersten in Stockelsdorf.
Foto: Hörgeräte Kersten

Spaß am Leben – dank KERSTEN



**HÖRGERÄTE
KERSTEN**
MEISTERBETRIEB



- Meisterbetrieb seit 1950
- Kostenloses Probetragen von Hörsystemen
- Erstklassiger Service
- Individuelle Anpassung namhafter Hersteller inkl. Zubehör für TV und Smartphone

STOCKELSDORF · Rathausmarkt 2b · 0451 / 4991 293 · hoergeraete-kersten.de

STELLENANGEBOTE

Wir wachsen und brauchen dringend Unterstützung!
Sie haben ein abgeschlossenes Hochschulstudium und sind Apotheker(-in)? Dann suchen wir Sie!

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ein(e) Apotheker/in (m/w/d) in Voll-/&Teilzeit für unsere beiden Apotheken zwischen Lübeck und der Ostsee.

Der Aufgabenbereich ist weit gefächert und abwechslungsreich. Wochenstunden zwischen 10 und 39 Stunden sind nach Wunsch und Absprache möglich - oder auch als Urlaubsvertretung oder am Wochenende sind wir auf der Suche nach Ihnen!

Unser Herz schlägt für die Gesundheit unserer Kunden! Uns liegen der Kundenservice und eine umfassende pharmazeutische Beratung sehr am Herzen.

Ob Wiedereinsteiger, Berufsanfänger oder „Alter Hase“ - Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Schicken Sie uns eine kurze Mail an: info@lilapo.de oder rufen Sie uns an.
Tel. **0451-49 8 49 0**

Lilien-Apotheke
Segeberger Str. 15, 23617 Stockelsdorf

hanse MEDIZINTECHNIK
Dipl.-Ing. P. Hettmer GmbH

Hanse-Medizintechnik
Dipl.-Ing. P. Hettmer GmbH
Zeiss-Straße 42 – 23626 Ratekau
www.hanse-medizintechnik.de

Wir sind ein kleines, mittelständisches Unternehmen im Bereich der Medizintechnik.
Wir entwickeln und produzieren hochwertige Mobilisationsstühle.
Unsere Klientel sind Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir Industriemechaniker (m/w/d)

- Ihr Profil:**
- abgeschlossene technische Ausbildung
 - selbstständige Arbeitsweise
 - sicherer Umgang mit der EDV
 - hohe Einsatzbereitschaft
 - körperliche Belastbarkeit
 - Teamfähigkeit
 - gegebenenfalls grundlegende Programmierkenntnisse bei elektronischen Geräten
 - Hohes Verantwortungsbewusstsein
- Ihre Aufgaben:**
- verbinden von mechanischen Baugruppen mit elektrischen Komponenten
 - installieren von notwendiger Software
 - Versuchsprogramme und Prüfkonzepte erstellen
 - Auswahl und Einkauf von Rohstoffen und/oder Fertigteilen für die zu bauenden Geräte
 - Aufbau der Geräte
 - Durchführung von Tests und Messungen an den Geräten vor deren Inbetriebnahme
 - Gegebenenfalls grundlegende Programmierung und/oder Konfiguration der motorischen Komponenten
 - regelmäßige Wartung und Behebung von eventuellen Störungen
- Ihre Perspektive:**
- enge Zusammenarbeit mit Ingenieuren und Außendienstmitarbeitern, um bei der Entwicklung neuer und der Verbesserung bestehender Produkte mitzuwirken
 - montieren von Bauteilen und Baugruppen zu einem technischen System
 - telefonische Beratung von Kunden bei technischen Problemen
- Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns, Sie kennenzulernen.**
- Ihre Bewerbung senden Sie bitte per Mail an Herrn Reinhard Knöckel, r.knoeckel@hanse-medizintechnik.de**
www.hanse-medizintechnik.de

Auslieferungsfahrer (m/w/d)
ab sofort auf 538 € Basis gesucht, Lieferung von Sträuben & Trauerfloristik in Lübeck und Umgebung.
Bitte bewerben Sie sich unter: bewerbung@gaertnerei-hinze.de

Raumpfleger (w/m/d) für eine Kita, AZ Mo-Fr 16:00 -18:45 Uhr, gesucht. Am Ausbildungspark/ Blankensee + Fahrgeld. Über Weihnachten Urlaub.30 Tage Urlaub. Bei Interesse bitte melden. 04541-8409900

KFZ ANGEBOTE

VW

Kaufe ständig ältere PKW ☎ HL- 69 09 19

YOUNGTIMER / OLDTIMER

Porsche 944, BJ 87, Targa-Verdeck, dkl.-blau-met., 12.000€ ☎ 0178/7223300

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / -WAGEN

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

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



TIERMARKT



www.zoo-schnack.de
Da geht's Tier gut

Zwergpapagei (Agapornide/ Lovebird) in liebev. Hände abzugeben (0451) 283 454

VERSCHIEDENES

Christus - für Dich gestorben

Leere Warenkartons, gr./kl., kostenlos abzuholen; 23923 Herrnburg-Lübeck. ☎ **038821/66830**

Heizungsbauer zur Wartung unserer Rotex-Anlage in Oldenburg i. H., gesucht. ☎ **0177 - 41 35 624**

Sammler sucht 5 und 10 DM Münzen, auch Scheine u. Kleingeld ☎ (0171) 4 721 861

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

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

Ankauf schlichter dänischer Teakmöbel, z. B. Sideboards. ☎ 0171-7628888

Verk. Ledercouch, 3-sitzer, schwarz, 1 Jahr alt, 350€, ☎ 0170/9623324

TV / FOTO / PHONO / ELEKTRONIK

Biete 4 PCs mit Monitor. ☎ 015773990581

Diverse Fotoapparate, inkl. Zubehör, von Privat. Preis VHB. ☎ (0451) 21 381

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Alte Münzen von Sammler gesucht. ☎ 0171/6403700

Pickelhaube, Lübeck, Modell 1842, leicht restauriert. Preis 2.500,00 Euro, kostenloser Versand, keine Rücknahme. ☎ 040/84050141

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Verkaufte Kaminholz ☎ 0173/9511655

HOBBY UND FREIZEIT

Suche Flipperautomaten aus den 60/70/80/90er Jahren. Zustand egal, gerne alles anbieten. mgm809@gmx.de ☎ 01 52 33 60 2679

KAMINE / SAUNA

KAMINHOLZ getrocknet + regional, Lieferung n.V., ☎ **0172 – 4021729**

DIENTSTLEISTUNGEN

Garten- u. Winterdienst ☎ 0451/4005385



BEWIRB DICH JETZT!

Komm in unser #TEAMCOMPASSIO!
Wir suchen dich für das
Seniorenzentrum Haus Bolande in Reinfeld als:

Pflegefachkraft m/w/d
Mitarbeiter in der Betreuung m/w/d

Top Vergütung, Urlaubsgeld, Leistungsprämie, Funktionszulagen, Mitarbeiter-Benefits, Fort- und Weiterbildungen u.v.m. warten auf dich.

www.karriere.compassio.de

Seniorenzentrum Haus Bolande
Kaliskaweg 2
23858 Reinfeld
Telefon 04533 7971-0
haus-bolande@compassio.de



GLÜCK IM NORDEN
Die Partnersuche mit Herz

JETZT KOSTENLOS REGISTRIEREN:
glueck-im-norden.de

LN WOCHENSPIEGEL

Finden Sie kostenlos Singles an der Ostsee!

- ✓ Über 20 Jahre Erfahrung
- ✓ Server in Deutschland
- ✓ Keine versteckten Kosten



ADVENTSKALENDER

Täglich Türchen öffnen und tolle Preise gewinnen

Jetzt mitmachen unter:
www.LN-online.de/adventskalender
oder einfach den QR-Code scannen

Die Teilnahme ist täglich bis einschließlich 24. Dezember möglich.

Tag der gelebten Inklusion am 14.12.

Wir laden herzlich zu unserer **kostenfreien Info-Veranstaltung am 14. Dezember von 10 bis 14 Uhr in der Dankwertsgrube 39-41, 23552 Lübeck in der Lübecker Wortwerft** ein. Gelebte Inklusion bedeutet für uns, dass Menschen mit Behinderung das gute Gefühl erleben, soziale Teilhabe ganz selbstverständlich in der Mitte unserer Gesellschaft genießen zu können. Leider ist diese Selbstverständlichkeit oft noch die Ausnahme.

Am Tag der gelebten Inklusion bieten wir dir Aufklärung und Beratung, Unterstützung bei der Durchsetzung deiner Ansprüche sowie praktische Hilfestellung, um mehr Selbstbestimmung zu erlangen. Oft sind viele Hilfs- und Förderangebote unbekannt, doch genau hier setzt die Budget-Assistenz Nord an. Sie wurde gegründet, um dir gesetzliche Ansprüche zugänglich zu machen – von der Beantragung bis zur Umsetzung, basierend auf individuellen Förderstrategien.

Sprich mit uns. Die Veranstaltung ist barrierefrei. Wir freuen uns auf deine Voranmeldung unter www.budgetassistenznord.de/Anmeldung.



Helmut Müller-Lornsen (links) im Beratungsgespräch.

Erfahre mehr über:

- Selbstbestimmtes Leben und Potenzialentfaltung
- Gelingende soziale Teilhabe
- Persönliche Assistenz
- Persönliches Budget
- Rechtliche Ansprüche
- Eingliederungshilfe
- Integrationsamt
- Pflegegrade
- Grundpflege & Behandlungspflege
- Verhinderungspflege
- Entlastungsbetrag
- Barrierefreier Umbau

Du hast Fragen? Nimm Kontakt mit uns auf und lass Dich kostenfrei beraten!



☎ 0152 / 57 861 466
info@budgetassistenznord.de
www.budgetassistenznord.de

Neues Pflaster für Straßenübergänge

Seit Jahren gibt es Kritik an der Holperpiste im Meesenring. Nun soll ein Provisorium Verbesserungen bringen.

LÜBECK. Wann wird der Meesenring auf Marli saniert? Der schlechte Zustand von Fahrbahn und Gehweg war schon oft Thema in den politischen Gremien in Lübeck. Jetzt berichtete die Stadtverwaltung im Bauausschuss, dass zumindest die Straßenübergänge angefasst werden sollen, um Menschen mit Rollator oder Rollstuhl das Leben zu vereinfachen.

Am Meesenring befinden sich nicht nur zahlreiche Einkaufsmöglichkeiten, sondern auch Einrichtungen der Hansestadt Lübeck wie das Bürgerservicebüro St. Gertrud. Die Verwaltung wollte die Umgestaltung 2026 angehen. Der Bürgerschaft war das zu spät. Sie beschloss, dass schon 2025, wenn möglich 2024 angefangen werden soll. Julian Lange (SPD) sagte im Ausschuss, dass es sich beim Meesenring um eines der am häufigsten angesprochenen Themen im Stadtteil handele. „Wir sind dabei“, sagte Straßenplaner Dirk Dreilich. Dabei gehe es aber nicht um eine Grundsanierung, sondern um eine neue Pflasterung von mehreren Straßenübergängen. An einigen Stellen soll geschnittenes Pflaster in die Fahrbahn eingebaut werden, sodass die Querung der Straße für beeinträchtigte Menschen leichter wird. Zu-



Am Meesenring soll der Übergang zum Bürgerservicebüro neu gepflastert werden.

Foto: Lutz Roeßler

dem sollen Bordsteine abgesenkt werden.

Holger Schöler (SPD) reicht das nicht. „Es müsste die ganze Straße gemacht werden“, sagte er. Auch die Parkplätze müsste sich die Verwaltung ansehen. Dirk Dreilich sagte, dass das für die Verwaltung nicht zu schaffen sei. „Uns fehlen die Menschen“, sagte Bausenatorin Joanna Hagen (parteilos). Zudem handele es sich um ein altes Kasernengelände. „Da ist mit Überraschungen zu rechnen.“ Bei der Sanierung der benachbarten Kantstraße seien 40 Kisten mit Granaten und Gewehren gefunden worden. Die jetzt gefundene Lösung sei

ein Provisorium.

„Auch damit wäre Menschen geholfen“, sagte Silke Mählenhoff (Grüne) – auch wenn dann noch nicht alles toll sei. Ulrich Brock (CDU) wollte wissen, ob die Verwaltung nicht Aufgaben an Externe abgeben könnte. „Das tun wir schon“, sagte Dirk Dreilich. Es gebe aber auch Leistungen, die aus Gründen des Haushaltsrechts nicht delegiert werden dürfen, ergänzte Joanna Hagen.

Am Ende waren die Politiker mit den vorgeschlagenen Maßnahmen einverstanden. „Machen Sie das“, sagte Ulrich Brock. „Wir freuen uns darauf.“ **HVS**

Unsere besten Winterreisen-Highlights 2025

Mit modernen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin

Code: RB 49–6

REISEBÜRO GmbH
Behrens

Buchbar auch
im Internet:
SCAN ME



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,-

Reisetermine:

- 14.01. – 19.01.2025
- 09.02. – 14.02.2025

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

4-Tage Reise



Wintertage auf Usedom

Rundfahrten • Wasserschloss Mellenthin • Brauereibesichtigung

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 3 x Übernachtung im Dorint Resort Baltic Hills Usedom • alle Zimmer m. Bad o. DU/WC, Föhn, TV, Tel. • 3 x Frühstücksbuffet • 3 x Halbpension als 3-Gang-Abendessen oder Buffet • kostenfreie Nutzung des SPA-Bereiches mit Sauna • Rundfahrt Inselhighlight Usedom mit Reiseleiter • Ausflug Wasserschloss Mellenthin mit Reiseleiter • Brauereiführung mit Brotzeit im Wasserschloss Mellenthin

Reisetermin:

- 23.01. – 26.01.2025

pro Person im DZ
nur € **449,90**
EZ-Zuschlag: € 159,-

2-Tage Reise



Winterschnäppchen im Harz

Schlachtfestbuffet • mit der Brockenbahn durch die Winterwelt

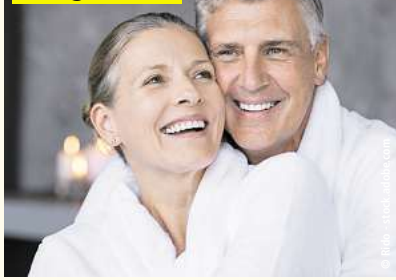
Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im historischen Komforthotel nebst Gästehaus • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV • 1 x Frühstücksbuffet • 1 x Schlachtfestbuffet mit warmen u. kalten Spezialitäten und zünftiger „Hexenabend“ im Hotel • am 1. Tag Fahrt nach Wernigerode, Fahrt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

Reisetermine:

- 31.01. – 01.02.2025
- 01.02. – 02.02.2025

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

6-Tage Reise



Bad Kissingen Entspannen im Wellness-Hotel

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 5 x Übernachtung im Komfort-Hotel „Sonnenhügel“ • 5 x Frühstücksbuffet • 5 x Abendbuffet inkl. Getränke • freier Eintritt in die Wasserwelt und Saunagarten im Hotel • Leihbademantel • Rundfahrt „Romantische Straße“ mit Rothenburg o.d.T. • Ausflug in die Rhön mit Kloster Kreuzberg

gegen Aufpreis buchbar:

• Erlebnisfahrt Würzburg mit Stadtrundfahrt, p.P. € 29,-

Reisetermin:

- 20.01. – 25.01.2025

pro Person im DZ
nur € **599,90**
EZ-Zuschlag: € 89,-

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
- 04.02. – 06.02.2025

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

8-Tage Reise



Kururlaub in Marienbad

First-Class-Hotel • HP im Hotel & freie Schwimmbadnutzung

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 7 x Übernachtung im First-Class-Hotel Richard in Marienbad • 7 x Frühstücksbuffet • 7 x Abendessen als Menü • ärztliches Eingangsgespräch • 10 Kuranwendungen nach ärztl. Vorgabe • freier Eintritt in Schwimmbad u. Fitnessraum • geführter Rundgang Marienbad • örtliche, deutschspr. Reiseleitung mit Sprechstunden • ProAktiv Premiumkarte für zahlreiche Vergünstigungen vor Ort

Reisetermine:

- 20.01. – 27.01.2025
- 03.02. – 10.02.2025

pro Person im DZ
nur € **599,90**
EZ-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.