

EUTIN | MALENTE

WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 16. November 2024 • kostenlos

- Wohin mit dem Laub?

Anlieger müssen das Laub der Straßenbäume beseitigen. Wie es entsorgt wird, ist im Kreis unterschiedlich geregelt. **SEITE 2**
- Kurzfilmspaziergang

Eutin lädt zu einem Spaziergang durch die Stadt ein. Das Besondere: Filme werden auf Hauswände projiziert. **SEITE 3**
- Bahn, Bus oder Tram?

Eine Studie untersucht die mögliche Anbindung Timmendorfer Strands an die Bahntrasse der Beltquerung. **SEITE 4**
- Zustellung:

0451/144-1826
- Redaktion:

0451/144-1781
- Anzeigen:

0451/144-1111, Fax -1010

Gourmet-Show mit Johann Lafer

Wir verlosen Premium-Tickets für das Live-Event mit dem Starkoch im Atlantic Grand Hotel Travemünde.

TRAVEMÜNDE. Johann Lafer live genießen: World of Dinner macht das möglich und präsentiert erneut einen faszinierenden kulinarischen Abend mit dem Gourmet-Koch, Autor und Genuss-Botschafter in Travemünde! Die Show im Atlantic Grand Hotel Travemünde, Kaiserallee 2, ist am Freitag und Sonnabend, 6. und 7. Dezember, jeweils ab 19 Uhr zu erleben.

Wer dabei ist, schaut dem vielfach ausgezeichneten Starkoch in die Töpfe: Johann Lafer und sein Team bereiten exklusiv für die Gäste ein Gourmet-Menü zu, das sie direkt im Anschluss natürlich genießen dürfen.

Die Gäste sind live dabei, wenn die kulinarischen Kompositionen Johann Lafers auf ihren Tellern entstehen, bevor sie dann auf ihren eigenen Zungen zergehen. Sie genießen ein erlebnisreiches 4-Gänge-Menü, das Johann Lafer vor ihren Augen und seine Profi-Crew parallel in der Küche auf ihre Tafel zaubert.



Johann Lafer kocht in Travemünde an zwei Abenden live für seine Gäste. Foto: World of Dinner

Ausführliche Informationen auch zu dem Menü, das bei der Show zubereitet wird, sind zu finden unter <https://www.worldofdinner.de/johann-lafer-live-genießen/>.

Für die Gourmet-Show gibt es Deluxe-Tickets ab 249 Euro sowie Premium-Tickets ab 199 Euro. Für den Abend am 6. Dezember verlosen wir 1 x 2 Premium-Tickets.

Gewinnen kann, wer uns am 16. oder 17. November unter Telefon 0137 / 800 36 14 anruft. (Telemedia interactive GmbH; Kosten pro Anruf 0,50 Euro aus dem deutschen Festnetz und aus dem Mobilfunknetz).

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

KÜCHE?

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

individuell & familiär

Schöppich seit 1973

Bad Schwartau · www.schoepich.de

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

725 56 • Gutachten

Suche BRIEFMARKEN sowie alte Orden und Bilder

www.goldankauf-dose.de

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

O. C. KATRE-SCHMUCK

Batteriewechsel sofort

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

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

DAS SCHÖNSTE KLEID, DAS EINE FRAU TRAGEN KANN, IST EINE GESUNDE HAUT.

Permanent Make-up
Beauty Treatments
Hautanalyse

Ellen Krogmann
Medical Beauty Lounge
Selmsdörp 8, 23701 Eutin
www.ek-kosmetik.de
☎ 04521 779840

Wir schleifen und verlegen z.B. Parkett, Dielen, Laminat, Teppiche, PVC u.v.m.
www.janneck-kai.de. 0160-94773232

WIR SIND NACHHALTIG

Bei der Herstellung von Zeitungsdruckpapieren wird nahezu 100% Altpapier eingesetzt.

Quelle: BDZV

WOCHENSPIEGEL

CUPRA

CUPRA TRIBE DAY
BEI UNS IN EUTIN AM
16.11.24, 10-16 UHR

HEIMSPIEL

IN DER HANSEHÖLLE!

Samstag, 23.11.

19:30 Uhr

www.hansehoelle.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

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

Sperling Baddesign

Heizung Solar

MODERNE BÄDER VOM SPEZIALISTEN

Telefon: 04523 98550
Lütjenburger Straße 102
23714 Bad Malente

Info@Sperling-Malente.de
www.Sperling-Malente.de
Notdienst: 04523 985555

JETZT HABEN SIE DIE WAHL: TERRAMAR ODER TAVASCAN. BENZIN ODER ELEKTRO.

CUPRA Terramar 1.5 eTSI, 110 kW (150 PS), 7-Gang-DSG, Benzin, Media System Plus, 12,9" Display, Intelligent Speed Assist (ISA) uvm.

CUPRA Tavascan Endurance 210 kW (286 PS), 77 kWh, Elektro, 3-Zonen-Climateronic, Spurhalte-assistent Plus m. Travel Assist uvm.

NUR 399 €¹ IM MONAT

NUR 469 €¹ IM MONAT

Leasing-Beispielrechnung!

Fahrzeugpreis: 43.020,00 €

48 Leasingraten á 399,00 €

Überführungskosten: 1.200,00 €

Sonderzahlung: 1.000,00 €

Jährl. Fahrleistung: 10.000 km

Energieverbrauch/100km (WLTP): kombiniert 6,1; CO₂-Emissionen in g/km: komb. 139. CO₂-Klasse: E

Leasing-Beispielrechnung!

Fahrzeugpreis: 57.960,00 €

48 Leasingraten á 469,00 €

Überführungskosten: 1.200,00 €

Sonderzahlung: 800,00 €

Jährl. Fahrleistung: 10.000 km

Energieverbrauch kWh/100km (WLTP): kombiniert 15,4; CO₂-Emissionen in g/km: 0. CO₂-Klasse: A

AUTOHAUS AM BUNGSBERG GMBH & CO. KG

23701 EUTIN, INDUSTRIESTRASSE 1, TEL. 04521/790 19-0

CUPRA-SERVICE: 23554 LÜBECK, BEI DER LOHMÜHLE 3, TEL. 0451/29 05 79-0

https://bungsberg.cupra.de

Die angegebenen Verbrauchs- und CO₂-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt und in NEFZ-Werte umgerechnet. Privat-Leasing-Angebote der SEAT-Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Zzgl. Zulassungskosten. Bonität vorausgesetzt. Wird der Vertrag im Fernabsatz geschlossen, besteht ein Widerrufsrecht für Verbraucher. Angebot nur gültig für Privatkunden bis zum 31.12.2024. Weitere Informationen im Autohaus und unter www.cupraofficial.de. Abbildungen ähnlich.

NEUE Adresse noch besserer Service!

SUITNER TraveAntik

Jetzt in der Mühlenbrücke 1

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

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

ANKAUF Gold & Silber

LIVE Kurse! Schmuck, Diamanten, Zahngold..

Luxusuhren von Rolex, Patek Philippe, Audemars Piguet, Omega, IWC..

Orden, Militaria, Münzen, Medaillen, Postkarten, Briefmarken uvm.

Auch VERKAUF von Goldbarren, Münzen & Silberbarren bei uns!

Hanse Art AUKTIONSHAUS

Jetzt einliefern!

Wir beraten Sie gerne, im Auktionshaus oder bei einem Hausbesuch.

Mengstr.14 - in Lübeck

Öffnungszeiten nach Terminvereinbarung.

0451/ 707 57 800

info@auktionshaus-hanseart.de

Herbst in Ostholstein: Wohin mit all dem Laub?

Anlieger müssen Blätter der Straßenbäume beseitigen – Stadt Oldenburg stellt ihren Service ein

EUTIN. Laub und Laub ist zweierlei: Privatlaub und öffentliches Laub. Die Blätter, die von den Straßenbäumen auf den Gehweg fallen, werden in vielen Kommunen von den Bauhöfen entgegengenommen. Die Städte und Gemeinden weisen darauf hin, dass Anlieger das Laub auf den Gehwegen vor ihren Grundstückstücken beseitigen müssen. Das sehen die Straßenreinigungssatzungen so vor.

Leicht machen darf man es sich damit nicht. „Das Laub ist ordnungsgemäß zu entsorgen und darf auf keinen Fall einfach auf die Straße gefegt werden, weil dadurch die Gullys verstopfen“, teilt die Stadt Neustadt etwa mit. Blätter auf der Fahrbahn stören zudem die maschinelle Straßenreinigung, heißt es von der Stadt Eutin.

Wohin also mit dem Laub? Zusammengekehrt, bietet es im eigenen Garten einen idealen Rückzugsort für Igel. Die sind inzwischen stark gefährdet und werden jetzt als bedrohte Art gelistet. Wer die herabgefallenen Blätter lieber loswerden will, kann sie eventuell zum örtlichen Bauhof bringen.

Diesen Service bieten viele Kommunen an, etwa die Stadt Neustadt, wo noch bis zum 30. November eine Grüngutsammelstelle im Lieschenrader Weg eingerichtet ist. Laub abzugeben, kostet einen kleinen Obolus. Kostenfrei wird die Entsorgung von Laubabfällen in Sto-



Sebastian Zimmer (links) und Matti Teckenburg vom Bauhof Ratekau sind im Herbst täglich unterwegs, um die Straßen und Radwege zu kehren.
Foto: Susanne Peyronnet

ckelsdorf angeboten. Noch bis zum 16. November nimmt der Bauhof (Wilhelm-Maybach-Straße 3) Laub entgegen – von montags bis donnerstags von 10 bis 14 Uhr sowie freitags von 12 bis 14 Uhr. Einen Zusatztermin gibt es zudem am Sonnabend, 16. November, von 10 bis 12 Uhr.

Laub der Straßenbäume nimmt die Gemeinde Malente am Sonnabend, 16. November, von 8 bis 12 Uhr auf dem Bauhof, Lütjenburger Straße 100 in Bad

Malente-Gremsmühlen, entgegen. Das Laub ist in eigenen Säcken anzuliefern, die vor Ort entleert werden, um sicherzustellen, dass sich wirklich nur Laub darin befindet. Ein kleines Entgelt ist möglichst passend mitzubringen. Zwei Euro für einen handelsüblichen 120-Liter-Sack, fünf Euro für ein Big Pack, teilt die Gemeinde mit.

Ganz anders löst die Stadt Bad Schwartau das Problem Straßenlaub. Unlängst hat die Stadt wie-

der 174 Laubsammelbehälter aufstellen lassen – insbesondere dort, wo viele Straßenbäume stehen. So sind besonders viele Behälter, die einmal in der Woche geleert werden, im Quartier Hamburger Straße/Berliner Straße platziert.

Bis zum 30. November bleiben die Laubbehälter noch an den Straßenrändern stehen. Das Angebot kommt so gut an, dass es schon Anrufe mit der Bitte um weitere Behälter gab. Jens Kraft

vom Bauamt: „Die Behälter sind eine Zusatzhilfe. Es ist nicht vorgesehen, diesen Service noch weiter auszubauen.“

In Eutin holt der Bauhof nach vorheriger Absprache das Laub von Straßenbäumen ab. Das gilt aber nur dort, wo diese Bäume eine besondere Belastung für die Anlieger darstellen. Die Blätter können vor der Abfuhr an geeigneten Rand- und Grünstreifen zusammengefasst werden. Der Bauhof in Ratekau nimmt am 9. Oktober und am 7. Dezember von 8 bis 12 Uhr Laub entgegen. Die Stadt Oldenburg dagegen stellt ihren bisherigen Laub-Service ersatzlos ein.

„Die Sammlung und Entsorgung des anfallenden Laubes hat inzwischen Ausmaße angenommen, die von der Stadt weder finanziell noch personell geleistet werden können“, heißt es auf der Homepage der Stadt. Zur Entsorgung stehe etwa die AVG Johannistal in Gremersdorf bereit. Oldenburg hat den Service auch deshalb eingestellt, weil immer wieder anderer Müll in den Laubsäcken steckt – oder versteckt wurde. Sogar Kaffeemaschinen und Sondermüllverbargen sich schon im Laubsack.

Für Privatlaub, also das Laub im eigenen Garten, gelten andere Regeln. Wer die Blätter nicht irgendwo für die Igel aufschichten will, kann sie in die Biotonne werfen, teilt Katharina Mangelsen, Sprecherin des Zweckverbands Ostholstein (ZVO), mit.

Wer mehr Laub loswerden muss, kann es zu einem der drei ZVO-Recyclinghöfe in Ostholstein (Bad Schwartau, Neustadt, Neuratjensdorf) bringen. Dafür muss allerdings bezahlt werden: 16 Euro für einen Kubikmeter. „Ein blauer Müllsack voll kostet 1,60 Euro“, sagt Mangelsen. Der ZVO verkauft eine Grünschnitt-Mehrfachkarte für 16 Euro. Die wird für jeden angelieferten Sack abgestempelt, bis alle zehn Felder entwertet sind.

KASTANIENBLÄTTER MÜSSEN VERBRANNT WERDEN

Keinesfalls in die Biotonne darf Kastanienlaub, da es von der Miniermotte befallen ist. Kastanienblätter gehören laut ZVO in die Restmülltonne, wo sie mit dem Abfall im Müllheizkraftwerk in Neustadt verbrannt werden. So soll die Verbreitung der Motte, deren Puppen im Herbstlaub überwintern, eingedämmt werden.

Bei jeder anderen Art von Laub ist das Verbrennen keine gute Idee. Sogenannte Gartenfeuer sind seit 2021 in Schleswig-Holstein nicht mehr zugelassen. Nur im Außenbereich dürfen im Einzelfall und unter strengen Bedingungen Pflanzenabfälle auf dem eigenen Grundstück verbrannt werden. Das muss fünf Tage zuvor beim Kreis Ostholstein angezeigt werden. Dabei ist nachzuweisen, warum das Verbrennen erforderlich ist.

SAS/SEP

Geschäftswelt

– Anzeige –

Goldener Herbst bei „M-Line“

Sonnenschutz mit Ambiente –
Monika Koptein erweitert ihr Team



Monika Koptein (links) und Ihre neue Mitarbeiterin Maj-Birte Jacob. Foto: hfr

Farblich verspielt wie der Herbst, kräftig oder unauffällig dezent: Die Plissees, Einfach- oder Doppelrollos, Jalousien und Lamellenvorhänge können als echte Hingucker und wohnliche Accessoires punkten. Die Produkte, die Monika Koptein in ihrem Ratekauer Geschäft „M-Line – Sonnenschutz und Ambiente“ anbietet, sind auch wahre Allrounder. Sie schützen vor neugierigen Blicken und lassen so viel Licht herein, wie gerade gewünscht. Außerdem bieten die individuellen Lösungen einen sicheren Schutz vor Insekten. „Wir geben Tipps,

Empfehlungen und machen exaktes Aufmaß bei Ihnen zuhause, denn keiner kennt ihr Zuhause besser als sie“, sagt Koptein. „Gemeinsam finden wir die beste Lösung vor Ort. Profitieren Sie von meiner mehr als 30-jährigen Branchenerfahrung“, sagt die Inhaberin. Ab sofort wird das Team von M-Line durch Maj-Birte Jacob verstärkt. „Als Organisationstalent küm-

mert sie sich um alle Büroaufgaben, sodass wir uns ganz auf Sie und unsere Produkte konzentrieren können“, verspricht Monika Koptein. **Jetzt locken satte Herbst-rabatte bei „M-Line“: Es gibt 33 Prozent auf hochwertige Plissees von Teba und 12 Prozent auf Insektenschutz – bis Jahresende. Zusätzlich bietet „M-Line“ ein kostenloses Aufmaß vor Ort.**

M-Line Sonnenschutz & Ambiente Monika Koptein
Bäderstraße 24 | 23626 Ratekau
Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. 10-17 Uhr, Mi., Fr. 10-16 Uhr
Tel. 0 45 04 / 20 50 22
www.mline-sonnenschutz.de; info@mline-sonnenschutz.de
Instagram: @m_line_sonnenschutz; Facebook: @mlinesonnenschutz

Mehr Platz für Dauerparker in Eutin

Wirtschaftsvereinigung will Mitgliedern helfen und vermietet am Alten Güterbahnhof 80 Plätze

EUTIN. Wer berufstätig ist, im Eutiner Stadtkern arbeitet und über Tag sein Auto abstellen muss, steht vor der Frage: wo? Für mehr Dauerparkplätze in der Innenstadt macht sich die Wirtschaftsvereinigung Eutin (WVE) schon länger stark. Sie will verlässlichen Parkraum vor allem für ihre Mitglieder anbieten. Vom 1. Dezember an ist das möglich: auf einer Fläche am Alten Güterbahnhof. Die Stadt habe der WVE das Areal hinter der Strahlenpraxis Curavid bis Ende 2027 kostenlos überlassen, sagt ihr Vorsitzender Hans-Wilhelm Hagen. Im Gegenzug musste die WVE es so herrichten, dass Fahrzeuge dort gefahrlos parken können. Entstanden sind in einem ersten Schritt 80 Parkplätze.

50 davon werden bereits von Mitarbeitern des Sankt-Elisabeth-Krankenhauses genutzt. Es erwägt, bis Mitte 2025 sogar bis zu 70 Plätze von der WVE zu mieten. „Wir sind gerade in einer Testphase“, sagt Hagen. Zu klären seien noch die Fragen der Beleuchtung und des Winterdienstes. Der WVE-Vorsitzende will die weiteren 30 Plätze ab Dezember vermieten. 60 Euro plus Mehrwertsteuer werden pro Monat für Mitglieder fällig. „Wir hoffen, dass wir durch dieses Angebot des stadtnahen Dauerparkens auch neue Mitglieder gewinnen“, sagt Hagen.

Um den circa 8500 Quadratmeter großen Platz am Alten Güterbahnhof herzurichten, habe



Manfred Reinhardt von der WVE zeigt die neue Stellfläche für Dauerparker in Eutin. Foto: Ben

man knapp 23.000 Euro investiert, sagt Manfred Reinhardt, 3. Vorsitzender der WVE. Im Juli begann sein Unternehmen, eine alte Rampe wegzureißen, die Fläche zu begründen und zu walzen, hölzerne Abtrennungen zwischen den Parkbuchten zu errichten und einen Zaun als Begrenzung zu den Schienen zu ziehen. „Wir wollen den Platz noch beleuchten“, sagt Reinhardt. „Im Dunkeln zum Auto zu gehen, ist nicht angenehm, gerade für Frauen.“

Der WVE-Vorstand hatte 2023 eine Abfrage unter den zugehörigen Betrieben gestartet und eine große Nachfrage nach Stellflächen gespiegelt bekommen. „Wir warten jetzt ab, wie es tatsächlich angenommen wird. Bei Bedarf können wir kurzfristig mindestens 60 weitere Parkplätze schaffen“, sagt Reinhardt. Dann

könnte auch an Nicht-WVE-Mitglieder vermietet werden.

Damit es sich für die WVE rechnet, war ihr daran gelegen, dass die Stadt ihr die Fläche für mehrere Jahre überlässt. Mit der Festlegung bis Ende 2027 hat die WVE Planungssicherheit. Sind die Kosten für die Herrichtung wieder eingespielt, rechnen die Händler mit Überschüssen. Das Geld werde benötigt, um die verkaufsoffenen Sonntage zu finanzieren, sagt Manfred Reinhardt. Die WVE habe sonst nur ihre Mitgliedsbeiträge als Einnahmen. Wer einen Parkplatz bei der Wirtschaftsvereinigung mietet, erhält einen Parkausweis, der sichtbar im Wagen platziert sein muss. Von 6 bis 18 Uhr ist die Anlage den Mietern vorbehalten. Außerhalb dieser Zeit dürfen auch andere Personen dort parken. Wohnmobile sind nicht erlaubt.

BEN

„A wall is a screen“: Kurzfilm-Spaziergang durch Eutin

Künstlerkollektiv projiziert Filme auf Eutiner Hauswände – Start ist 17 Uhr am Markt

EUTIN. Am 16. November lädt die Eutin Tourismus GmbH in Kooperation mit A Wall is a Screen e. V. zu einem Kurzfilmspaziergang durch das abendliche Eutin ein. Auf diesem besonderen Rundgang werden Häuserwände und andere Fassaden zu Leinwänden. Die 90- bis 120-minütige Tour startet um 17 Uhr auf dem Marktplatz. Präsentiert wird eine Auswahl von sechs bis acht Kurzfilmen. Die Route sowie die Film- auswahl bleiben bis zuletzt geheim. Aufgrund dessen ist ein späteres Dazustoßen möglich, wird aber durch die im Vorfeld unbekannte Routenführung erschwert.

„Wir freuen uns, dass Eutin als Gastgeberin für diese besondere Veranstaltung dienen darf. Das Zusammenspiel der Kurzfilme und der Atmosphäre der Innenstadt am Abend werden nochmal einen ganz neuen und zugleich originellen Blick auf Eutin erschaffen, erzählt Michael Keller, Geschäftsführer der Eutin Tourismus GmbH. „Alle Filme werden die Altersfreigabe null haben und eignen sich somit für die ganze Familie“, fügt Keller hinzu.

Der „Kurzfilmspaziergang – A Wall is a Screen“ ist die Gewinneridee der zweiten Runde des Projektes „Eutin macht mit“ im Bereich Veranstaltungen. „Das Konzept funktioniert so: Das Publikum findet sich am vereinbarten Treffpunkt ein. Vor Ort wird dann die Technik aufgebaut und der erste Kurzfilm präsentiert“, erklärt die Projektmanagerin Ju-



Freuen sich auf das Festival: (v. links) Marcus Gutzeit (WVE Eutin), Marie Jung (Ideen-Geberin für das Event), Julia Matthiensen (Eutin Tourismus GmbH). Foto: Osowski/Eutin Tourismus

lia Matthiensen von der Eutin Tourismus GmbH. „Nach der Vorstellung werden die Lautsprecher und der Projektor wieder zusammengepackt und die Gruppe zieht zu der nächsten Location weiter. Die Auswahl der Orte ist überraschend oder ungewöhnlich und wird so einige Besucherinnen verblüffen“, ergänzt Matthiensen.

Bei A Wall is a Screen e. V. handelt es sich um ein Hamburger Künstlerkollektiv, das bereits seit 2003 mit seinem Publikum durch nächtliche Städte zieht und die

unterschiedlichsten Fassaden in Leinwände verwandelt. Dabei werden die Kurzfilme immer individuell zum Charakter der Stadt ausgewählt – somit ist jeder Kurzfilmspaziergang einzigartig und einmalig. A Wall is a Screen e. V. hat seine Kurzfilmspaziergänge bereits in zahlreichen deutschen, aber auch internationalen Städten durchgeführt. So wurden Toronto, Utrecht oder auch Paris neben vielen weiteren internationalen Orten nachts bereits in einen ganz besonderen Kinosaal verwandelt.

Die Teilnahme am Eutiner Kurzfilmspaziergang ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich. Teilnehmende werden daran erinnert, sich dem Novemberwetter entsprechend zu kleiden. Witterungsbedingt kann es zu einer Verschiebung der Veranstaltung kommen. Bei leichtem Regen wird der Kurzfilmspaziergang allerdings wie geplant stattfinden.

An der letzten Filmlocation kann der Spaziergang abschließend mit einem leckeren Heißgetränk ausklingen.

Wir starten in die zauberhafte Zeit des Advents mit unserer

Adventsausstellung

ab sofort jeden Tag

Entdecken Sie unsere Adventsgestecke, trendige oder klassische Dekoideen zum Verschenken und sich selber Schenken!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

egesagarten Gärtnerei Aeschlimann

Groß Grönau, An der Gärtnerei 1 Mo.–Sa.: 9–18 Uhr So.: 11–16 Uhr	Harmsdorf, Dorfstraße 12-14 Mo.–Fr.: 9–18 Uhr Sa.: 9–16 Uhr So.: 10–13 Uhr	Scharbeutz-Gronenberg, Dorfstr. 2a Mo.–Sa.: 9–18 Uhr So.: 11–16 Uhr
---	--	--

www.gaertnerei-aeschlimann.de

TRAUMhaft

Wir fertigen hochwertige Ganzglasduschen, individuell nach Maß, exklusiv für Ihr Badezimmer.

Mehr Infos hier!

Rufen Sie uns einfach an!

GLASEREI MEWS

0451/73730 + **SONN**

DIE STILLE NACHT
DAS WEIHNACHTSMUSICAL
SONNTAG MUSIK- UND KONGRESSHALLE
01.12. LÜBECK
WWW.WACKY-SHOWKULTUR.DE

BEST OF MUSICALS
DAS ORIGINAL
MITTWOCH MUSIK- UND KONGRESSHALLE
29.01. LÜBECK
WWW.BEST-OF-MUSICALS.DE

SCHMELZER HÖRSYSTEME

100 TESTHÖRER

für das einzigartige HSA® Verfahren gesucht!

Ergreifen Sie die Chance und werden Sie einer von 100 Testhörern für die Excellence Serie von OPTIMUS HEARING.

JETZT ANMELDEN!

HÖRSYSTEME VERGLEICHEN UND 100 EURO GUTSCHEIN** ERHALTEN!

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

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

Lübeck Campus
Alexander-Fleming-Straße 1
23562 Lübeck
T 4502 – 88 69 900

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

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

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

NEU

optimushearing
MORE THAN JUST HEARING

- 5 JAHRE GARANTIE*
- 2 JAHRE GARANTIE AUF IM-OHR HÖRSYSTEME*
- 3 JAHRE 50% VERLUSTSCHUTZ*
- BESTPREISGARANTIE

* Beim Kauf eines Hörgerätes erhalten Sie die Schmelzer Garantie. Diese beinhaltet vier Jahre Garantie, auf Optimus Hearing Hörsysteme 5 Jahre Garantie und auf Im-Ohr Hörsysteme 2 Jahre Garantie, sowie drei Jahre 50% Verlustschutz für alle Hörsysteme. Das heißt, dass Sie bei Verlust eines Hörgerätes in den ersten drei Jahren nach Kaufabschluss nur 50% Ihres privaten Eigenanteils bezahlen.
** Anmeldefrist ist bis zum 30. November 2024 und das Angebot dann gültig bis zum 30.01.2025. Der Wertgutschein in Höhe von 100 € wird mit dem Kaufabschluß der hier beworbenen Hörsysteme ausgehändigt, oder direkt vom Kaufpreis abgezogen. Das Angebot ist nicht mit weiteren Aktionsangeboten kombinierbar.

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

Rabatt nur gegen Vorlage dieser Anzeige bei der Bestellung

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

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

SIEBEN TÜRME WILL ICH SEHEN

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

JETZT SPENDEN

GEMEINSAM KÖNNEN WIR UNSERE KIRCHEN ERHALTEN.

www.sieben-tuerme-luebeck.de

Feierabendmusik
mit imkeandj
im Kurpark

MALENTE. Am Donnerstag, 21. November, ab 19.30 Uhr findet wieder die beliebte Feierabendmusik im Kurpark in Malente statt. Dieses Mal dient die Lieg-halle im Park als Kulisse für dieses unvergleichliche Live-Musik-Event mit imkeandj. Die beiden Künstler spielen anspruchsvolle Popmusik, die nuancenreich ar-rangiert wurde. Das Konzert be-ginnt um 19.30 Uhr und endet gegen 21 Uhr. Der Eintritt ist frei und eine Anmeldung ist nicht er-forderlich. Für den Künstler geht während des Konzerts der Hut rum.

Winterzeit in der
Dunkerschen Kate

BOSAU. Die Kunstgalerie Dun-kersche Kate (Vicelin Damm 7, Bosau) lädt vom 16. bis 24. No-vember zum Kunsthandwerker-markt. Sieben Kunsthandwerke-rinnen stellen in der malerischen Kate ihre Werke aus, darunter auch schon manches für die na-hende Adventszeit. Man kann sich auf eine Vielfalt von Gemal-tem von Elke Hansen, von Getöp-fertern von Frauke Roth und von Genähern in Patchwork-Technik von Ingrid Pradelt freuen. Deko-rationen für Haus und Garten aus Holz und Naturmaterialien zeigt Ulla Horstkamp und Susanne Pietsch ihre genähten Taschen aus edlen Stoffen. Monika Storm bietet kulinarische Köstlichkei-ten an. Mit dabei ist nicht zuletzt die Stoffwerkerin Elisabeth Fens-ke mit Auch auf Kaffee und Ku-chen darf man sich freuen. Die Ausstellung ist täglich von 11.00 – 17.00 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.

Pendelverkehr zwischen
Timmendorf und Ratekau?

Hinterlandanbindung: Bahn, Bus oder Tram – Studie untersucht mögliche Anbindung an Bahntrasse der Beltquerung.

TIMMENDORFER STRAND. Es ist zwar noch nicht Weihnachten, aber für Timmendorfer Strand geht dennoch ein Wunsch in Er-füllung. Die Gemeinden Tim-mendorfer Strand, Ratekau und Scharbeutz haben sich mit dem Land zusammengesetzt und eine Machbarkeitsstudie für die An-bindung von Timmendorfer Strand an die Bahnstrecke der Hinterlandanbindung auf den Weg gebracht. Eine Machbar-keitsstudie untersucht Lösungs-ansätze und ist eine Grundlage für die spätere Entscheidung.

Der Hintergrund: Das Land plant, den Personennahverkehr in Zukunft über die neue Hinter-landanbindung der Fehmarn-beltquerung zu führen. Die alte Bäderbahn soll nicht weiterbe-trieben werden. Für Timmendor-fer Strand bedeutet das, dass man nur noch über einen neuen Bahnhof an der Ratekauer An-schlussstelle der A1 angebunden wäre.

Timmendorfer Strand als Be-fürworter der alten Bäderbahn wollte deshalb eine Machbar-keitsstudie anfertigen lassen, die unter anderem deren Erhalt prüft. Zwar soll es jetzt in der Machbarkeitsstudie nicht mehr um einen Erhalt der Bäderbahn gehen, wohl aber um einen Pen-delverkehr zwischen Ratekau und Timmendorfer Strand.

„Die Machbarkeitsstudie zur Anbindung von Timmendorfer Strand soll in Kürze von der Ge-



Wenn die Hinterlandanbindung eröffnet wird, stellt die Bäderbahn den Verkehr ein. Doch wie wird Tim-mendorfer Strand dann an die Bahntrasse angebunden?

Foto: Sabine Jung

meinde Timmendorfer Strand ausgeschrieben werden. Es wur-de ein Kompromiss für die zu prü-fenden Varianten gefunden. Die Leistungsbeschreibung wurde von derNah.SHerstellt und mit den Kommunen Timmendorfer Strand, Ratekau, Scharbeutz und dem Kreis abgestimmt“, bestä-tigt ein Sprecher des Verkehrs-ministeriums. Derzeit würden nur noch die letzten Formalien bei der Ausschreibung geklärt.

Es sei aber noch nicht gesetzt, dass es eine Schienenanbindung werde. „Untersucht wird eben-falls eine Bus- und eine Tram-Lö-sung. Timmendorfer Strand wünscht sich aber die Schienen-anbindung“, heißt es aus dem Verkehrsministerium. Tatsäch-lich hatte Timmendorfer Strand bereits vor Monaten klargemacht, dass man von einem Bustransfer nichts hält. „Wir müssten dann 1,2 Millionen Menschen mit Bus-

sen in die Gemeinde transportie-ren. Das hat doch nichts mit Kli-ma- und Verkehrswende zu tun“, sagte Bürgermeister Sven Partheil-Böhnke (FDP).

Völlig unklar ist, wie eine event-uell zwischen Ratekau und Timmen-dorfer Strand pendelnde Bahn fi-nanziert werden würde. Das Land will nicht zahlen, sondern hat im-mer erklärt, dass man auf der alten Bäderbahntrasse keine Verkehre bestellen werde. **SWE**

Geschichte der
Eisenbahn

EUTIN. Die Eutiner Landesbiblio-thek (ELB) und die Stiftungen der Sparkasse Holstein laden zu einer außergewöhnlichen Reise durch die Geschichte der Eisenbahn ein. Der Podcast „Von Gestern nach Morgen“ beleuchtet in der fünften Staffel mit dem Titel „Höchste Eisenbahn“ in sechs Folgen den faszinierenden Wan-del der Eisenbahn als Transport-mittel, Kulturphänomen und Symbol unserer Gesellschaft.

Seit dem 16. November wird wöchentlich eine der sechs neu-en Folgen auf den Plattformen Spotify, Youtube und der Home-page der ELB veröffentlicht. Jede Folge widmet sich einem be-stimmten Thema im Kosmos der Eisenbahn und vertieft dies mit weitergehenden Informationen, anschaulichen Beispielen und wissenschaftlichen Bezügen.

Folge 1: Faszination auf der Schiene – Die Eisenbahn ist über-all.

Folge 2: Pferdebahn, Dampf-wagen und die Vernichtung von Raum und Zeit – Die frühe Ge-schichte der Eisenbahn.

Folge 3: Trauer, Schauer und Spannung – Unheil in und um die Eisenbahn

Folge 4: Chancen und Gefah-ren – Frauenreisen in der Bahn

Folge 5: Der Zug der Zeit – Eisenbahn als Symbol, Begeg-nungs- und Konfliktraum

Folge 6: „Die Ankunft verzö-gert sich...“ – Zukünfte und Uto-pien des Bahnreisen.

Stiftung sucht
neue Lesepaten

EUTIN. Ein Viertel aller Grund-schüler kann nicht richtig lesen – so das dramatische Ergebnis der aktuellen internationalen Grundschul-Lese-Untersuchung (Iglu). Hier können Lesepaten – auch als Mentorinnen und Men-toren bezeichnet – Abhilfe schaffen. Aktuell gibt es über 200 Lesepaten in Ostholstein. Auch für Eutin gibt es eine Grup-pe von 15 Lesepaten. Das reicht aber nicht: Aufgrund der hohen Schuldichte in der Kreisstadt mit gleich drei Grund- und Gemein-schaftsschulen warten aktuell erwartungsvoll neue Kinder auf eine Lesepartnerschaft. Stand-ortkoordinatorin für die Lesepa-tenschaften in der Kreisstadt ist Angelika Weppler, die mit viel Herzblut und Elan diese Heraus-forderung annimmt. Die Bürger-stiftung Eutin sucht jetzt ge-meinsam mit der Standortkoor-dinatorin neue Lesepaten für Eu-tin.

Interessierte melden sich unter Telefon 0151/ 5500 6202 bei Chris-tina Pophal oder per E-Mail: men-tor@buerger-stiftung-osthol-stein.de

Bestatter beim
Hospizgespräch

EUTIN. Die nächsten Eutiner Hospizgespräche beschäftigen sich am Donnerstag, 21. Novem-ber, um 19.30 in der Kreisbiblio-thek Eutin, Schlossplatz 2, mit dem Thema „Bestattungskultur im Wandel“. Der Bestatter und Thanatopraktiker Stefan Da-bringhaus aus Stockelsdorf wird beleuchten, welche Trends in der Gesellschaft angesagt sind und erläutert, wie wir heute bestat-ten. Er fragt: „Was ist nun wirk-lich die umweltverträglichste Bei-setzung? Und wieso gibt es in Deutschland nicht ein Bürger-Grab?“. Wie immer bei den Euti-ner Hospizgesprächen besteht für die Zuhörenden die Gelegen-heit zum ausführlichen Aus-tausch mit dem Experten. Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.



Theater-Tanz-Performance
„Greta & der Wolf“

Die Theater-Tanz-Performance „Greta & der Wolf – Über die Fall-stricke der Klimakommunika-tion“ in der Inszenierung von An-gelika Neumann erzählt von Gre-ta Thunberg: angebetet, attak-ziert, abserviert. Zu erleben ist am Sonnabend, 30. November, um 18 Uhr in der Sporthalle der Carl-Maria-von-Weber-Schule, Plöner Straße 15, in Eutin, wie eine junge Klimaaktivistin im Kampf mit Wirtschaft, Politik und Medien den Kopf verliert. Das Foto zeigt eine Szene, in der Gre-ta (Kristina Schleicher) und (der)

Wolf (Angelika Neumann) sich im Wald begegnen. „Greta & der Wolf“ richtet sich an ein breites Publikum und spe-ziell an Jugendliche. Im An-schluss an die Aufführung gibt es ein Publikumsgespräch. Die Theater-Tanz-Performance dauert 75 Minuten plus 30 Minu-ten Publikumsgespräch. Tickets kosten für Erwachsene 18 Euro, ermäßigt zehn Euro, und für Schüler fünf Euro. Sie sind in der Tourist-Info Eutin sowie unter www.luebeck-ticket.de erhält-lich. Foto: Pola Rader



Beispiefoto der Baureihe. Ausstattungsmerkmale ggf. nicht Bestandteil des Angebots.

ENTWEDER OPEL MOKKA ODER OPEL CORSA 

**FINDE DEINEN FAVORITEN:
FRAG DOCH EINFACH DELLO!**

UNSERE LEASINGANGEBOTE

für den **Opel Mokka Elegance, 1.2 Direct Injection Turbo, 74 kW (100 PS), Start/Stop, Euro 6d Manuelles 6-Gang Getriebe, Betriebsart: Benzin**

MONATSRATE	156 €
Kilometerleasing-Angebot: Leasingsonderzahlung: 1.000,- €, Gesamtbetrag: 6.604,84 €, Laufzeit (Monate)/Anzahl der Raten: 36, Anschaffungspreis: 23.276,29 €, Laufleistung (km/Jahr): 5.000. Überführungskosten: 1.199,- € sind separat an Ernst Dello GmbH & Co. KG zu entrichten.	
Kombinierte Werte gem. WLTP: Kraftstoffverbrauch 5,5 l/100 km; CO ₂ -Emission 124 g/km; CO ₂ -Klasse: D	

für den **Opel Corsa, 1.2, 55 kW (75 PS), Start/Stop, Euro 6d Manuelles 5-Gang Getriebe, Betriebsart: Benzin**

MONATSRATE	164 €
Kilometerleasing-Angebot: Leasingsonderzahlung: 0,- €, Gesamtbetrag: 5.900,76 €, Laufzeit (Monate)/Anzahl der Raten: 36, Anschaffungspreis: 18.214,49 €, Laufleistung (km/Jahr): 5.000. Überführungskosten: 1.199,- € sind separat an Ernst Dello GmbH & Co. KG zu entrichten.	
Kombinierte Werte gem. WLTP: Kraftstoffverbrauch 5,3 l/100 km; CO ₂ -Emission 120 g/km; CO ₂ -Klasse: E	

Ein unverbindliches Privatkunden-Angebot (Bonität vorausgesetzt) der Stellantis Bank SA Niederlassung Deutschland, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg, für die Ernst Dello GmbH & Co. KG als ungebundener Vermittler tätig ist. Alle Preisangaben verstehen sich inkl. MwSt. Gesamtbetrag ist Summe aus Leasingsonderzahlung und monatlichen Leasingraten. Abrechnung von Mehr- und Minderkilometern (Freigrenze 2.500 km) sowie ggf. Schäden nach Vertragsende. Angebot gültig solange der Vorrat reicht.

Ernst Dello GmbH & Co. KG
Lübeck, Töpferweg 61-63, 23558 Lübeck, Tel: 0451 88008-0
Bad Schwartau, Eutiner Straße 4, 23611 Bad Schwartau, Tel: 0451 29302-0
www.opel-dello-duerkop.de



Leistung von Mensch zu Mensch

Ernst Dello GmbH & Co. KG, Sitz: Nedderfeld 91, 22529 Hamburg.

Fernwärme: Sind Kündigungen rechtswidrig?

Stadtwerke beendet Verträge – Unternehmen will einheitliche Preise – Verbraucherzentrale warnt

LÜBECK. Der Sachverhalt ist komplex, das Ergebnis für viele Fernwärme-Kunden in Lübeck ärgerlich: 1800 Kunden mit eigenem Zähler haben überraschend ihre Vertragskündigung zum Jahresende von den Stadtwerken erhalten. Zu den betroffenen Immobilien zählen sowohl Eigenheime als auch Mietblöcke. Die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein (VZSH) schlägt deswegen Alarm.

„In einigen Fällen können wir sagen, dass die Kündigungen der Stadtwerke rechtmäßig sein dürften“, erklärt Ulf Ludwig, Referent für Energierecht bei der VZSH. „Es liegen uns jedoch auch Verträge vor, bei denen wir die Kündigung zum 31. Dezember 2024 für unzulässig halten.“ In diesen Fällen könnten die Verbraucher auf die Weiterbelieferung zu den bisher geltenden Preisen bestehen.

FERNWÄRME: NEUER ARBEITSPREIS IN LÜBECK

Gerade das aber möchten die Stadtwerke Lübeck vermeiden. Hintergrund der Kündigungen ist die geplante Einführung eines einheitlichen Arbeitspreises für alle Fernwärme-Abnehmer. Bislang wurde dieser Preis nach der Größe des Objektes berechnet, das beheizt werden soll.

Mit den Kündigungen haben die Kunden auch neue Wärmelie-

ferungsverträge bekommen. In diesen Verträgen sind dann die neuen Konditionen festgeschrieben. Das können die Stadtwerke tun, weil sie in Lübeck ein Monopol auf Fernwärme haben.

MEHR BERATUNGSANFRAGEN BEI VERBRAUCHERZENTRALE

Viele Kunden sind nun offenbar verunsichert. Die VZSH berichtet von steigenden Beratungsanfragen durch Stadtwerke-Kunden. Die Rechtslage sei aber unübersichtlich, da unterschiedliche Vertragsverhältnisse betroffen seien, so die Verbraucherzentrale. Zudem empfänden viele Menschen die Preisgestaltung der Stadtwerke als komplex. „Wer die bisherigen und die neuen Preise wirklich vergleichen möchte, muss sich Zeit nehmen und benötigt möglicherweise fachkundige Unterstützung“, sagt der Energierechtsexperte Ludwig.

Im Zweifel sollte den Kündigungen widersprochen werden, rät die VZSH. Wie viele Kunden die neuen Wärmelieferungsverträge bereits unterschrieben haben, war zunächst von den Stadtwerken nicht zu erfahren. Zu dieser Frage – und zu der Kritik der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein – bezogen die Stadtwerke Lübeck keine Stellung. Eine entsprechende LN-Anfrage blieb bis Redaktionsschluss unbeantwortet.

OP

Philharmonisches Jugendorchester sucht Musiker im Alter von 14 bis 26 Jahren

LÜBECK. Das Theater Lübeck ruft in der Spielzeit 2024/25 das Philharmonische Jugendorchester der Hansestadt Lübeck ins Leben. Damit sichert das Theater Lübeck das Bestehen eines Jugendorchesters in Lübeck.

Bisher konnten junge Talente beim Jugendsinfonieorchester Lübeck (JSO) an klassische Musik herangeführt werden. Das JSO, das 1974 gegründet wurde, weist eine lange Tradition auf und hat sich im Laufe der Jahrzehnte fest in der kulturellen Landschaft der Stadt verankert.

Bereits seit 2005 ist das JSO durch eine Patenschaft der Philharmonischen Gesellschaft Lübeck eng mit dem Philharmonischen Orchester der Hansestadt Lübeck verbunden. Ziel dieser Zusammenarbeit war die professionelle Unterstützung durch die Mentorentätigkeit und Unterstützung bei den Konzerten. Das gefeierte inklusive Musik- und Tanztheaterprojekt „Human“ im Mai 2024 in Kooperation mit der Musik- und Kunstschule und Mixed Pickles war das größte Projekt der ver-

gangenen sechs Jahre. Der Erfolg des Projektes habe gezeigt, dass eine Anbindung der jungen Orchestermusiker an das professionelle Philharmonische Orchester sowie eine Einbindung in die Strukturen des Theaters Lübeck zur Gewährleistung des Fortbestands unumgänglich ist, so die Verantwortlichen.

Für das Philharmonische Jugendorchester der Hansestadt Lübeck werden ab sofort junge Menschen im Alter von 14 bis 26 Jahren gesucht, die ein Orchesterinstrument spielen. Sie sind

herzlich eingeladen, sich bis zum 1. Dezember für die Vorschau zu bewerben, die vom 9. bis zum 15. Dezember stattfinden.

Alle Informationen zu den Teilnahmebedingungen sowie das Anmeldeformular und die Voraussetzungen für die jeweilige Instrumentengruppe sind auf theater-luebeck.de zum Download zu finden. Das neu formierte Jugendorchester darf sich im Juli 2025 auf ein Konzert im Theater Lübeck freuen.

Holtex

Mode von Kopf bis Fuß

Anhänger "Polarbär" 39,95 €
Armband 54,95 €
Creolen 39,95 €

BERING

Uhr 219,- €

Uhr 139,- €

Creolen 39,95 €
Armband 64,95 €

Uhr 169,- €
Ring "Honolulu" 109,-€
Ohrstecker 15,95 €

Herren-Ring 29,95 €
Herren-Armband 24,95 €

Herren-Uhr ultraslim 179,- €

Lübeck

Posener Str. 5

Tel. 0451 / 40 00 60

Montag bis Freitag: 9.30–17.30 Uhr

Samstag: 9.30–15.00 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

LN-NordZEIT am 16. und 17. November

LÜBECK. Die LN-NordZEIT ist die erste und einzige Publikumsmesse ihrer Art in Schleswig-Holstein und steht für ReiseFreude in jedem Alter. Zum zweiten Mal findet sie in Partnerschaft mit dem Flughafen Lübeck am 16. und 17. November von jeweils 9.30 bis 17 Uhr statt.

Eine Vielzahl an Ausstellern aus den Bereichen Touristik, Busreisen, Flugreisen, Kreuzfahrten und viele mehr präsentieren ihre Reiseangebote im Innen- und Außenbereich eines Flugzeughangars am Flughafen Lübeck (Blankenseer Straße 101 in 23562 Lübeck).

Namhafte und hiesige Unternehmen wie TUI Deutschland, Finnlines oder TT-Line sowie ver-

schiedene renommierte Busreiseanbieter inspirieren die Besucher zu Nah- und Fernzielen, Kurzurlauben und Erholungsreisen sowie Traumhotels und Individualurlauben. Es werden nicht nur Reiseziele in unserem schönen Norden angeboten, sondern auch in Deutschland, Europa und auf der ganzen Welt. Das Vortragsforum der LN-NordZEIT in der Abflughalle bietet mit insgesamt 17 spannenden Vorträgen zusätzlich tiefgreifende Einblicke in verschiedenste Reisemöglichkeiten.

Der Eintritt zur LN-NordZEIT ist kostenlos, Parkplätze stehen ebenfalls zur Verfügung.

Weitere Infos gibt es unter www.LN-NordZEIT.de.

Aktionswoche zu Jobchancen für Frauen

LÜBECK. In vielen Branchen wird Personal gesucht. Für arbeitssuchende Frauen bietet die aktuelle Arbeitsmarktsituation gute Aussichten, um beruflich (wieder) Fuß zu fassen, die Karriereleiter aufzusteigen, die Arbeitszeiten auszuweiten oder sich beruflich umzuorientieren.

In der Aktionswoche „Frauen – Chancen – Wiedereinstieg“ erhalten Frauen neue Ideen, Impulse und Informationen rund um den beruflichen (Wieder)Einstieg und können individuelle Fragen klären. Präsentiert wird ein vielfältiges Angebot an Workshops, Vorträgen und Veranstaltungen.

Am 19. November können sie sich im Rahmen einer Online-Informationsveranstaltung rund um das Thema Teilzeitausbildung informieren. Außerdem findet am 21. November um 9 Uhr ein Online-Workshop für Akademikerinnen zum Thema „Mein berufliches Comeback! Wie gestalte ich mein Selbstmarketing?“ statt.

Die Aktionswoche findet vom 18. bis 22. November statt. Weitere Informationen bietet die Internetseite www.arbeitsagentur.de/luebeck. Es gibt unterschiedliche Hinweise zur Anmeldung.

FINDE DEINEN
TRAUMJOB
IM NORDEN

KÜSTENFISCHER.DE



Haus & mehr Immobilien Service GmbH

Heizungs-/ Sanitärmeister (m/w/d)

Vollzeit
Lübeck

Stadt Reinfeld

Leitung für den städtischen Bauhof (m/w/d)

Vollzeit
Reinfeld

Service-Gesellschaft der Wirtschafts-akademie mbH

Hausmeister/in (m/w/d)

Vollzeit
Lübeck

Stadt Bad Schwartau

Hausmeister/in (m/w/d)

Vollzeit
Bad Schwartau

Erasmi & Carstens GmbH

Maschinen- und Anlagenführer (m/w/d)

Vollzeit
Lübeck

Kreis Segeberg

Sachbearbeiter*in Wohnpflegeaufsicht (m/w/d)

Vollzeit
Bad Segeberg

Gemeinde Stockelsdorf

Schulsekretärin/ Schulsekretär (m/w/d)

Vollzeit
Stockelsdorf

13.347 Stellen und 6.410 Arbeitgeber warten auf Dich.



Tempolimit: Warum gilt in der Karlstraße Tempo 30?

Auf 160 Metern müssen Autofahrer dort ihre Geschwindigkeit drosseln.

LÜBECK. Es ist das vielleicht seltsamste Tempolimit der Hansestadt: Auf 160 Metern Länge gilt in der Karlstraße in St. Lorenz Nord eine Geschwindigkeitsbegrenzung von 30 Kilometern pro Stunde. Das Tempolimit gilt von der Lohmühle kommend fast direkt an der Einfahrt zur Karlstraße und verläuft fast bis zur Bahnbrücke. Offensichtliche Gründe für die Geschwindigkeitsbegrenzung wie Schulen oder Straßenschäden aber fehlen. Viele Autofahrer fragen sich: Warum gilt die Begrenzung?

Es ist wie so häufig im Leben: Wer Antworten auf drängende Fragen sucht, muss bereit sein, hinter die Kulissen zu schauen. Vor Ort allerdings ergibt sich keine naheliegende Antwort auf die Frage nach dem „Warum“ des Tempolimits. Der Verkehr fließt flüssig in der kleinen Zubringerstraße, egal in welche Richtung. Wohl auch deshalb hält sich kaum ein Autofahrer an die Geschwindigkeitsbegrenzung.

Dennoch gilt die ausgesprochene und ausgeschilderte Geschwindigkeitsbegrenzung selbstverständlich. Wer an dieser Stelle zu schnell fährt und geblitzt wird, riskiert schnell ein bis zwei Punkte in Flensburg und ein saftiges Bußgeld. Je nach gefahrener



In der Karlstraße in Lübeck-St. Lorenz Nord gilt auf 160 Metern ein Tempolimit.

Foto: Oliver Pries

Geschwindigkeit können da im Bruchteil einer Sekunde zwischen 30 und 260 Euro fällig werden.

Klarheit schaffen eine Nachfrage bei der Hansestadt Lübeck sowie ein Blick in das LN-Archiv: „Schneller durch die Karlstraße“ vermeldeten die Lübecker Nachrichten am 21. Juli 2012. Damals war die Verwaltung gerade dabei, die Verkehrsführung in der Karlstraße zu verändern. Aus einer einspurigen Straße in Richtung Lohmühle wurde eine zwei-

spurige. Damit sollte ein besserer Abfluss des Verkehrs aus der Karlstraße in Richtung Lohmühle erreicht werden. Bis heute wundern sich Lübecks Autofahrer über das daraus resultierende Tempolimit.

Das Problem: In der Karlstraße selbst war nicht genug Platz dafür, aus einem Fahrstreifen zwei zu machen, die vorschriftsmäßig breit sind. Die Lösung: Aus einem Fahrstreifen wurden ein regulär breiter sowie einer, der etwas

schmäler ist. Der schmalere Fahrstreifen sorgt seitdem dafür, dass zwischen der Eisenbahnbrücke und der Kreuzung Schwartauer Allee Tempo 30 gilt.

Mit der Änderung im Jahre 2012 wurde übrigens auch der Linksabbiegestreifen von der Karlstraße in Richtung Schwartauer Allee aufgelöst. Seit diesem Zeitpunkt darf dort nur noch geradeaus gefahren werden. Der Verkehr fließt, das Rätsel ist gelöst. **OP**

STELLENMARKT

Für einen Kollegen, der in den Ruhestand geht, suchen wir einen Nachfolger mit einer abgeschlossenen handwerklichen Ausbildung und Führerschein

Hausmeister/Haustechniker (m/w/d)
in Vollzeit (39 Stunden/Woche)

Wer Lust hat, in einem freundlichen Team zu arbeiten, bewerbe sich.
Hausverwaltung Dr. Schad, Jürgen-Wullenwever-Str. 16, 23566 Lübeck –
E-Mail: hvschad@mail.de – Tel. 04 51-6 10 48 15

Suche Mitarbeiter m. FS, Garten/WD.
K. Willemeit GmbH ☎ 0 171/ 52138 22

Doppel-Bett Modell Nagold, neuwertig, Ahorn, ohne Matratze, 1,40 x 1,90m, stufenlose Verstellbarkeit durch E-Motor und div. Schallplatten aus den 70-iger Jahren an Selbstabth. zu verschenken.
☎ 0451/49 39 83

Suche Haushaltshilfe, 14-tägig, in Bad Schwartau. ☎ (0 160) 1 677 404

BOBZIN
Gebäudereinigung GmbH

Reinigungskräfte (m/w/d)

in Bad Schwartau gesucht:

- 5 x wöchentlich, 5.00 Uhr

- 5 x wöchentlich, 14.00 Uhr

Anrufe bitte ab Montag 8.00 Uhr

☎ 04 51- 3 96 96 0, www.bobzin-gmbh.de

hock
Ihr Bodenausstatter

Lübeck, Kanalstr12-18, Tel.0451 77091

Unser Team sucht Verstärkung

Kaufm. Mitarbeiter/in
in Teilzeit (halbe Tage)
zur Unterstützung unserer Bauleitung

Kaufm. Mitarbeiter/in
für unsere Buchhaltung
mit Vorkenntnissen

Auszubildende/r als Bürokauffrau/mann
zu sofort und auch zum 1.8.2025

Seit über 80 Jahren bieten wir unseren Mitarbeitern sichere Arbeitsplätze mit guter Bezahlung und zusätzlichen Leistungen.

Einfach anrufen und informieren 0451-77091 Herr Sellmann

hock
Ihr Bodenausstatter

Lübeck, Kanalstr12-18, Tel.0451 77091

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

Altenpflegerin mit Herz und viel Erfahrung sucht eine seriöse Stelle als 24 Std Senioren Betreuerin ☎ 01 59 01 48 98 62

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

Hansestadt LÜBECK



Wir stellen ständig für alle Stadtteile ein:

Reinigungskräfte (23,50 Std./Woche)

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

Entgeltgruppe 1 TVöD - Kennziffer 001 / 2024

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

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

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

Winterliche Minikreuzfahrt nach Helsinki

Kraftvoll pflügt das Schiff durch die gefrorene Ostsee, Eisschollen zerbersten krachend unter dem Bug. Die klirrend kalte Luft beißt in der Nase, und der Atem gefriert beinahe in der eisigen Atmosphäre. Doch warm eingepackt wird die winterliche Minikreuzfahrt nach Helsinki zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Der finnische Winter hat einen ganz besonderen Zauber. Von Ende November bis Mitte März liegt oft eine glitzernde Schneedecke über der Landschaft, die das Land in eine beruhigende Stille hüllt. Trotz der langen Dunkelheit während der kürzesten Tage des Jahres wird es dank des Schnees nie wirklich finster. Er reflektiert jedes Licht und bringt eine sanfte Helligkeit in die winterliche Nacht.

Wenn die eisige Kälte lange genug anhält, beginnt die Ostsee langsam zuzufrieren. Zunächst bildet sich eine dünne Eisschicht, die an den Ufern und zwischen den vorgelagerten Inseln entsteht. Mit jedem kalten Tag wird diese Schicht dicker und breitet sich schließlich kilometerweit vor den Küsten Finnlands aus.

Komfort und Entspannung an Bord

Auf den Finnlines-Fähren, die täglich zwischen Lübeck und Helsinki verkehren, lässt sich dieses Naturschauspiel hautnah erleben. Die Schiffe sind für extreme Eisverhältnisse ausgelegt und navigieren sicher durch bis zu einen Meter dickes Eis. An Bord erwarten die Passagiere komfortable Kabinen, Vollpension im Buffet-Restaurant, eine Bar sowie Sauna und Whirlpool. Ein kleiner Shop ergänzt das Angebot der rund 30-stündigen Überfahrt. Ein unvergessliches Highlight ist die Ankunft im Hafen von Helsinki: Frühaufsteher können beobachten, wie das Schiff Eisschollen bei-

seiteschiebt, während die Schärenlandschaft in winterlicher Pracht erstrahlt.

Ein Kurzbesuch in Finnlands Hauptstadt

Nach der Ankunft in Helsinki stehen rund drei Stunden zur Verfügung, um die nördlichste Hauptstadt Europas zu erkunden. Ein Spaziergang durch das historische Zentrum führt am berühmten Dom, dem Marktplatz am Hafen und der Prachtstraße Esplanadi vorbei. Die vielen, urigen Cafés sind der ideale Ort um sich kurz aufzuwärmen und eine Korvapuusti, die finnische Zimtschnecke mit Kardamom, zu genießen. Wer die „weiße

Stadt des Nordens“ noch intensiver entdecken möchte, kann bis zu zwei Nächte vor Ort verbringen und dann seine Rückreise antreten.

30 % Rabatt auf Minikreuzfahrten

Bis zum 22. November bietet Finnlines 30 % Rabatt auf alle Minikreuzfahrten im Jahr 2024. Eine Minikreuzfahrt inklusive Vollpension an Bord ist so schon ab 250 Euro pro Person statt zum regulären Preis von ab 360 Euro pro Person erhältlich. Die Nutzung von Sauna, Whirlpool und Fitnessstudio ist im Preis inbegriffen.

Minikreuzfahrt nach Helsinki

ab **250,- €**
pro Person

Inklusive:

- Vollpension an Bord
- 3 Übernachtungen an Bord
- Nutzung von Sauna & Whirlpool



Beratung und Buchung unter 0451 1507 443
oder unter www.finnlines.de/minikreuzfahrt

Finnlines
a Grimaldi Group company

Die Reismesse
für den Norden



LN-NordZEIT

16. & 17. November 2024
Sa. und So., 9.30 - 17.00 Uhr

Nutzen
Sie auch die
öffentlichen
Verkehrsmittel
(Bus & Bahn)

Flughafen
Lübeck,
Blankenseer
Straße 101

Eintritt
frei

Unser Partner:



Alle Messe-Aussteller: www.LN-NordZEIT.de

Helge Braun wird Uni-Chef

Der ehemalige Kanzleramtschef wurde zum Präsidenten der Universität Lübeck gewählt.

LÜBECK. Der Akademische Senat der Universität zu Lübeck hat einstimmig seinen neuen Präsidenten gewählt: Prof. Dr. Helge Braun überzeugte durch vielfältige berufliche Erfahrung und einen wertschätzenden Blick auf die Universität von außen. Insbesondere die Größe und das spezifische Profil der Universität seien von Vorteil, resümierte er bei seiner Vorstellung. Der Ausbau des schon erlangten Erfolges, eine verstärkte Vernetzung der Institution national sowie international und eine Stärkung der Wissenschaftskommunikation seien Ziele, die er in seiner Amtszeit angehen würde. Transformationsprozesse gelingen seiner Überzeugung nach durch Entscheidungen im Konsens und einen kooperativen Führungsstil.

Nach einem Medizinstudium in Gießen und einer Tätigkeit als Arzt und wissenschaftlicher Mitarbeiter am Universitätsklinikum Gießen wechselte Braun 2002 als Abgeordneter in den Deutschen Bundestag, blieb von 2003 bis 2009 zusätzlich jedoch in Teilzeit klinisch sowie in Lehre und Forschung tätig. Insgesamt 18 Jahre lang gehörte er dem Parlament der Bundesrepublik Deutschland an. Für eine weitere Wahlperiode steht Braun nicht mehr zur Verfügung.

Das besondere Profil der Universität zu Lübeck bildet ein Themenspektrum ab, dem er sich als künftiger Präsident der Universität zu Lübeck widmen möchte. „Die Universität zu Lübeck hat in den letzten Jahren in Forschung, Lehre und Transfer mit begrenz-



Helge Prof. Helge Braun wird sein Amt voraussichtlich im März antreten. Foto: Guido Kollmeier / Uni Lübeck

ten Ressourcen beachtliche Erfolge erzielt. Eine weitere Steigerung der eingeworbenen und beachtlichen Drittmittel ist eine Herausforderung, aber meiner Meinung nach zielführend“, sagte Prof. Dr. Helge Braun nach der Wahl durch den Senat. „Ein neuer Präsident, der von außen kommt, muss dabei aber als Erstes die Bedürfnisse aller Akteure in der Hochschule kennenlernen. Das Zusammengehörigkeitsgefühl in der Universität zu befördern, ist mir ein Anliegen.“

Braun wirkte unter anderem als Parlamentarischer Staatssekretär bei der Bundesministerin für Bildung und Forschung, als

Staatsminister bei der Bundeskanzlerin, als Chef des Bundeskanzleramtes und Bundesminister für besondere Aufgaben sowie derzeit als Vorsitzender des Haushaltsausschusses des Deutschen Bundestags. Seine Amtszeit als neuer Präsident der Universität zu Lübeck wird Braun im ersten Quartal 2025 beginnen.

Der Präsident der Universität führt entsprechend dem schleswig-holsteinischen Hochschulgesetz den Vorsitz im Präsidium, das die Hochschule leitet, und verfügt über die Richtlinienkompetenz. Er übt das Amt hauptberuflich aus. Die Amtszeit beträgt sechs Jahre. Neben dem Präsidenten besteht

das Präsidium der Universität aus vier Vizepräsidenten und der Kanzlerin. Der Präsident vertritt die Hochschule nach außen. Er ist zuständig für die laufenden Geschäfte und die Wahrung der Ordnung innerhalb der Hochschule.

Prof. Dr. Gabriele Gillissen-Kaesbach gratulierte ihrem Nachfolger zur Wahl und wünschte ihm alles Gute für die Erfüllung der neuen Aufgabe. Ihre eigene Amtszeit endete ursprünglich am 31. Dezember 2023. Durch ein weiteres Jahr der kommissarischen Führung der Universität zu Lübeck verlängerte sich diese Amtszeit noch einmal bis zum 31. Dezember 2024.

Geschäftswelt

– Anzeige –

Große Highlights in der Adventszeit

auf dem Alten Gutshof „Hof Wotenitz“ bei Grevesmühlen



Große Highlights in der Adventszeit auf dem Alten Gutshof „Hof Wotenitz“ bei Grevesmühlen. Die schönste Zeit des Jahres naht: die Vorweihnachts- und Weihnachtszeit. Bei Gartenbau Wiencke in Wotenitz sind jetzt viele fleißige Hände beim Kreieren, Dekorieren und Ausschmücken der weihnachtlichen Adventsausstellung, die ab dem 22. November auf Sie wartet. Sie dürfen sich neben traditionellen Weihnachtssternen viele Adventsdekorationen wie Kränze und Gestecke für Tür und Tisch, Tannenbaumschmuck auch auf weihnachtliche Accessoires freuen. Gartenbau Wiencke lockt alle Besucher von Klein bis Groß, die die Vorweihnachtszeit abseits des großen Trubels bei Lichterglanz, beim Schlendern durch das festlich geschmückte Gelände und einem Glas preisgekröntem

Winter-Glühwein von der Mosele oder einer heißen Waffel so richtig genießen möchten. In der Erlebnis-scheune können Sie traditionelles, handgemachtes Weihnachtsgebäck wie Stollen und Pfeffernisse genießen oder für Ihre Lieben zu Hause kaufen. Genießen Sie die Wochenenden der Advent- und Weihnachtszeit mit einem bunten Familienprogramm, mit Leckerem wie heißen Waffeln, Eintopf, Bratwurst und Stockbrot auf dem gemütlich weihnachtlich dekorierten Hof der Familie Wiencke. Der weiteste Weg lohnt sich für diese Ausstellung bei welcher die kostenfreien Parkplätze direkt vor der Tür Ihnen zur Verfügung stehen und keine Eintrittsgelder für Sie anfallen.

Gartenbau Wiencke
Dorfstraße 43
23936 Grevesmühlen
OT Wotenitz ☎ 03881/2192

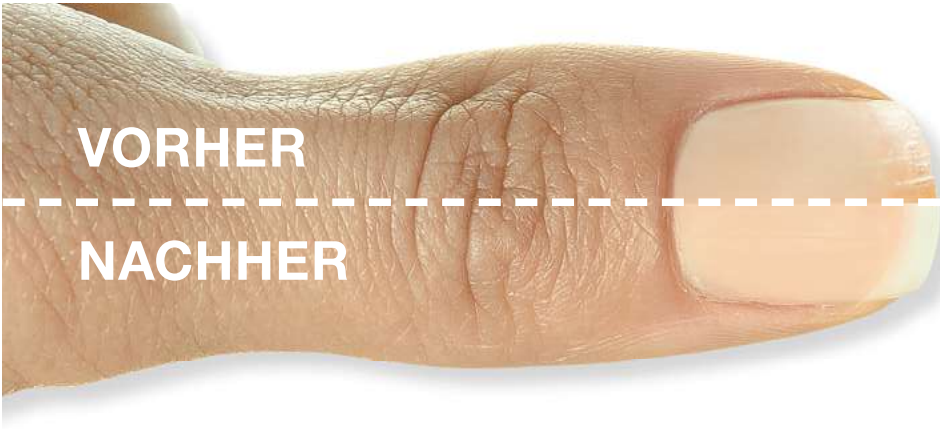
**SCHÜTZT
DIE ARKTIS!**
www.greenpeace.de/arktis

GREENPEACE

ANZEIGE

So gelingen feste Nägel

Apotheker empfehlen eine spezielle Nährstoffkombination.



Brüchige Nägel können schnell ungepflegt wirken und mindern unser Selbstbewusstsein. Dabei handelt es sich bei dem Problem viel häufiger um ein Ungleichgewicht im Nährstoff-Haushalt als um mangelnde Pflege...

Wer zu spröden oder brüchigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch ungepflegt zu wirken. So berichtet eine Betroffene: „Viele glauben, ich kaue an den Nägeln. Das habe ich noch nie gemacht. Sie reißen einfach von allein ein.“ Tatsächlich können die eigenen Pflegeroutinen noch so gründlich und die Tipps aus dem Internet oder Bekanntenkreis noch so gut sein – oft ist es damit einfach nicht getan. Denn hinter den brüchigen Nägeln kann auch ein Ungleichgewicht

im Nährstoffhaushalt stecken. In diesen Fällen brauchen die Nägel statt äußerlichen Maßnahmen eine optimierte Versorgung von innen.

Das Problem an der Wurzel packen

Fragt man österreichische Apotheker, so ist deren klare Empfehlung Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.* Die Tabletten sind nun

auch in Deutschlands Apotheken erhältlich und haben bereits viele Anwender überzeugt. Sie setzen mit wissenschaftlich belegten Mikronährstoffen genau dort an, wo äußerliche Pflege nicht hinkommt: direkt an der Nagelwurzel. Besonders hervorzuheben ist ihr hoher Anteil an Goldhirse. Dabei handelt es sich um einen pflanzlichen Silizium-Lieferanten, der bereits im Mittelalter

nicht ohne Grund unter dem Namen „Schönheitskorn“ bekannt war. Das darin enthaltene Silizium sorgt dafür, dass die Nägel mehr Feuchtigkeit speichern können, wodurch sie weniger schnell austrocknen und spröde werden. Weitere Inhaltsstoffe sind etwa MSM (ein natürlicher Schwefel) für Bruchfestigkeit sowie das „Schönheitsvitamin“ Biotin, das die Einlagerung des besagten Schwefels in die Nagelplatte zusätzlich unterstützt.

Ideal versorgt

Wichtig zu wissen: Während es zwar möglich ist, diese Nährstoffe auch über die alltägliche Ernährung zuzuführen, sind die nötigen Mengen dafür kaum in einem realistischen Speiseplan zu verwirklichen. Die Einnahme eines hochwertigen Nahrungsergänzungsmittels wie Dr. Böhm® Haut Haare Nägel hingegen leistet aufgrund der hohen Dosierung der einzelnen Inhaltsstoffe einen wesentlichen Beitrag zu festen Nägeln.

Unser Tipp:

Es empfiehlt sich eine kurmäßige Einnahme der Tabletten über 2 bis 3 Monate. So lange brauchen die Nägel in etwa, um sich zu regenerieren.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 08/2024.
**Barel A et al. Effect of oral intake of choline-stabilized orthosilicic acid on skin, nails and hair in women with photodamaged skin. Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53;.



Mag. Dirk Meier, Nährstoff-Experte

Silizium – Warum ist es so wichtig für feste Nägel?

EXPERTEN-WISSEN

Silizium arbeitet im Körper wie ein Feuchtigkeitsspeicher – so auch in den Nägeln. Dadurch trocknen diese weniger schnell aus und werden nicht spröde bzw. brechen ab. Eine Studie zeigt: Nach mehrwöchiger Einnahme von Silizium erhöhte sich die Bruchfestigkeit deutlich.**

Apotheken-Tipp bei brüchigen Nägeln



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Sichtbare und spürbare Ergebnisse



JETZT SPAREN: 2+1 GRATIS

3 Packungen zum Preis von 2 in praktischer Vorteilspackung.

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur. Für Ihren Apotheker. 180 Stk. PZN 18851135



TICKETWELT

VERANSTALTUNGSTIPPS



HSV
Hansehalle, Lübeck



3 Haselnüsse für Aschenbrödel
MuK, Lübeck



The 12 Tenors
MuK, Lübeck



Lea
Musik-Arena, Timmendorfer Strand



Santiano
Kulturwerft Gollan, Lübeck

LÜBECK

Die kleine Zauberflöte
Theater am Tremser Teich, Lübeck
ab November 2024 10,00 €

Hans im Glück
Theater am Tremser Teich, Lübeck
ab November 2024 10,00 €

Lass Dich überraschen!
Comödie Lübeck
16.11. 2024 ab 40,00 €

Nein zum Geld!
Comödie Lübeck
ab 22.11.2024 ab 29,00 €

Die Verwandlung
Studio/Theater Lübeck
21. + 29.11.2024 ab 17,00 €

Die Marzipanpiraten
Comödie Lübeck
ab Dezember 2024 ab 14,50 €

Das kleine grüne Monster
Hoftheater Lübeck
07.12. + 08.12.2024 ab 5,00 €

Kay Ray Show
Theaterschiff Lübeck
19.02.2024 24,00 €

Jimmy Cornett and the Deadmen
Rider´s Café
28.02. + 01.03.2025 25,00 €

KULTURWERFT
GOLLAN

Hugo Egon Balder
20 Jahre - Die Jubiläumstour
21.11.2024 ab 32,00 €

RasgaRasga
Global Pop aus Köln
28.11.2024 23,00 €

Feuerengel
Rammstein Tribute Band
30.11.2024 39,50 €

John Lee Hooker Jr. & Band
Love, Peace & Gospel Tour 2024
03.12.2024 34,35 €

Jack Pott
Santa Pott 2024
21.12.2024 25,20 €

Alarmstufe Rot
Hardtechno Festival
14.12.2024 36,99 €

1986zig
WERFT OPEN-AIR 2025
22.08.2025 ab 47,00 €

Fury In The Slaughterhouse
WERFT OPEN-AIR 2025
29.08.2025 74,90 €

Santiano – Auf nach Doggerland!
WERFT OPEN-AIR 2025
31.08.2025 78,05 €

MUK

Wolfgang Haffner
„Life Rhythm“ Tour 2024
10.11.2024 ab 37,25 €

Chippendales
Welcome to Chippendales Tour 2024
15.11.2024 ab 42.50 €

The Irish Folk Festival
Fair Play Tour
16.11.2024 ab 22,40 €

NDR Elbphilharmonie Orchester
3. Sinfoniekonzert – Oramo & Jansen
22.11.2024 ab 19,00 €

Andreas Liebert
Mondlandung 2024
28.11.2024 ab 15,00 €

Die stille Nacht
Das Weihnachtsmusical
01.12.2024 ab 37,00 €

Musik von Hans Zimmer
gespielt von Lords of the Sound
03.12.2024 41,50 €

Hans Sigl und Werner Momsen
Warten auf´s Christkind
05.12.2024 ab 40,90 €

Max and Friends
A glamorous swinging & soulful Christmas
07.12.2024 ab 45,50 €

The Scottish Music Parade
Das Original aus Edinburgh
09.12.2024 ab 37,00 €

TORFROCK
33. Bagaluten Wiehnacht
18.12.2024 38,00 €

Drei Haselnüsse für Aschenbrödel
Der Originalfilm mit Live Orchester
19.12.2024 ab 55,50 €

Wiener Johann Strauß
Konzert-Gala
02.01.2025 ab 61,50€

Der kleine Drache Kokosnuss
Das Musical
04.01.2025 ab 30,00 €

Moving Shadows
Stellt alles in den Schatten!
05.01.2025 ab 31,20 €

Music4all
Grenzenlose Klänge
18.01.2025 ab 11,90 €

The World famous Glenn Miller
Orchestra
23.01.2025 ab 39,90 €

Eiskönigin 1&2
Die Musik-Show auf Eis
28.01.2025 ab 55,25€

The 12 Tenors
Celebration Tour
04.03.2025 ab 31,45€

The Music of Star Wars
Live in Concert
07.03.2025 ab 57,40 €

Die neue Heinz Erhardt
Revue
22.01.2025 ab 56,65 €

Lisa Eckhart
Kaiserin Stasi die Erste
26.03.2025 ab 30,95 €

KOLOSSEUM

The Best of Queen
performed by Break Free
07.11. + 08.11.2024 ab 39,90 €

Chet On The Beach
Bühnen-Hommage an Chet Baker
13.11.2024 ab 29,50 €

Sarah Bosetti – Wer Angst hat,
soll zuhause bleiben!
09.11.2024 33,70 €

Alina Bock
Vom Dorf nach Hollywood 2024
11.11.2024 30,00 €

Emmi & Herr Willnowsky
Vom Dorf nach Hollywood 2024
14.11.2024 38,65 €

NightWash
Stand-Up Comedy
20. + 21.11.2024 34,65 €

Die Schlagzeugmafia
Getrommelte Gangster
22.11.2024 32,00 €

The Dublin Legends
On The Road Again 2024
23.11.2024 ab 45,00 €

The Beatles Today
Now and Then
30.11.2024 ab 34,90 €

Kiwanis
Weihnachtskonzert
01.12.2024 ab 33,50 €

Wladimir Kaminer
Mahlzeit!
06.12.2024 ab 29,00 €

Christine Thürmer
Wander Woman
07.12.2024 34.55 €

Ingo Appelt
Startschuss
08.12.2024 ab 33,50 €

Irish-Xmas Party
mit Glenfiddle
12.12.2024 22,00 €

Ulrich Tukur & Die Rhythmus Boys
Es leuchten die Sterne
18.12.2024 54,90 €

Der Fall Däumeline
Kriminalmusical für Klein und Groß
22.12.2024 ab 24,00 €

Die Zauberflöte für Jung & Alt
in kindgerechter Fassung mit Erzähler
26.12.2024 ab 28,40 €

Divas of Musical
Musical Stars
28.12.2024 53,35 €

Caveman
Du sammeln, ich jagen!
18.01.2025 ab 21,00 €

The Cavern Beatles
Live from Liverpool - Tour 2025
28.01.2025 ab 34,00 €

ABBA Night
performed by A33A Fever
31.01.2025 ab 34,90 €

Frieda Braun
Live from Liverpool - Tour 2025
06.02.2025 ab 37,75 €

FREILICHTBÜHNE

SCHLAGERNACHT
mit VANESSA MAI
15.06.2025 ab 59,90 €

WATERLOO –
Die ABBA Show & Streichquartett
20.06.2025 ab 59,90 €

S-H / HH / MV

Hercules
Theater Neue Flora, Hamburg
ab März 2024 ab 59,99 €

& JULIA – Hit-Musical in HAMBURG
Theater am Großmarkt
ab Herbst 2024 ab 59,99 €

Michael Jackson Musical
Stage Theater an der Elbe, Hamburg
ab Dezember 2024 ab 63,99 €

Riverdance – Das Original
Wunderino Arena, Kiel
15.11.2024 ab 58,75 €

Leoniden
Inselpark Arena, Hamburg
15.11.2024 48,25 €

The Beatles Today – Now and Then
Theater, Itzehoe
29.11.2024 ab 39,90 €

DJ Ötzi
Barclays Arena, Hamburg
06.12.2024 ab 54,90 €

Matthias Reim
Barclays Arena, Hamburg
28.12.2024 ab 49,90 €

Alphaville
Wunderino Arena, Kiel
23.01.2025 67,50 €

Feuerwerk der Turnkunst
Wunderino Arena, Kiel
24.01.2025 38,80 €

Andrea Berg
Wunderino Arena, Kiel
21.02.2025 49,90 €

Band Raum27
Markthalle, Hamburg
22.03.2025 34,95 €

Lotto King Karl
Hamburg – Stadtpark Open Air
17.05.2025 36,00 €

Sarah Connor
Musik-Arena, Timmendorfer Strand
11.09.2025 69,00 €

Samu Haber
Musik-Arena, Timmendorfer Strand
12.09.2025 57,50 €

Lea
Musik-Arena, Timmendorfer Strand
13.09.2025 46,50 €

Chris Tall
Volksparkstadion, Hamburg
07.06.2025 ab 39,90 €

Gianna Nannini
Hamburg – Stadtpark Open Air
20.07.2025 79,00 €

Andreas Gabalier Wunderino
Barclays Arena, Hamburg
10.10.2025 ab 69,90 €

Kerstin Ott – „Für immer für euch“
Wunderino Arena, Kiel
14.11.2025 ab 64,90 €

... und hier gibt´s die Tickets:



TICKETWELT

Lübeck:
Königstraße 67A

Bad Segeberg:
Kurhausstraße 12

Neustadt:
Lienaustraße 10

Telefon:
0451 / 144-1394



Offizieller Eventim-Partner



= Veranstaltungen mit LN-Leserrabatt (z.T. nicht online verfügbar). Weitere Tickets unter [LN-Tickets.de](https://www.ln-tickets.de)

Für die angebotenen Veranstaltungen sind die Lübecker Nachrichten nur Vermittler. Preise teilweise zzgl. Gebühren. Irrtümer vorbehalten.
Online-Preise können abweichen. Bei telefonischer oder Online-Bestellung fallen zusätzlich Versandkosten an!
Ein Angebot der Lübecker Nachrichten GmbH, Herrenholz 12, 23556 Lübeck, AG Lübeck HRB 269

Modellprojekt: Gutes Essen macht Schule

Weniger Fleisch, mehr Bio-Produkte: Lübecker Bildungseinrichtungen testen gesünderes und nachhaltiges Mittagessen.

LÜBECK. Vegetarische Maultaschen oder Kartoffel-Bowl? Der 14-jährige Claas konnte sich bei der Vorbestellung zunächst schwer entscheiden. Mit seiner Wahl ist er dann sehr zufrieden. „Die vegetarischen Maultaschen schmecken super“, lobt der Neuntklässler nach den ersten Bissen. Dass in der Schulkantine derzeit nur einmal pro Woche Fleisch auf den Tisch kommt, stört ihn „gar nicht, solange das vegetarische Essen lecker ist“.

Die Geschwister-Prenski-Schule ist seit dem Ende der Herbstferien Teil des Modellprojektes „Essen mit Zukunft“ im Rahmen der Initiative „Gutes Essen macht Schule“. Initiator ist der gemeinnützige Verein Agrar Koordination, der sich dafür einsetzt, „dass sich mehr Menschen gesund ernähren können, Armut weltweit bekämpft wird und unsere natürlichen Lebensgrundlagen langfristig erhalten bleiben“.

Teilnehmer des Modellprojekts sind für jeweils sechs Wochen mit unterschiedlichen Startterminen auch die Paul-Gerhard-Schule, die Grundschule Falkenfeld, die Grundschule Lauerholz am Standort Israelsdorf und die Lübecker Kitas des Kinderschutzbundes sowie eine Grundschule in Klixbüll (Nordfriesland). Die Paul-Gerhard-Schule und die Schule Falkenfeld haben bereits vor den Sommerferien gesünderes und nachhaltiges Essen getestet, ihr Fazit war nach Angaben der Stadt „sehr positiv“. Weitere

Schulen hätten bereits Interesse bekundet.

Nach Angaben von Projektleiterin Julia Sievers verfolgt die Initiative „Gutes Essen macht Schule“ mehrere Ziele: Das Schul- und Kitaessen soll dahingehend optimiert werden, dass es weniger Fleisch, Wurst und Fisch enthält, weniger Abfall erzeugt, bei gleichbleibenden Preisen verstärkt auf regionale Bio-Produkte setzt und dass es den Kindern gut schmeckt.

EMPFOHLEN: NUR EINMAL FLEISCH PRO WOCHE

„Die aktuellen Ernährungsgewohnheiten und die Art und Weise, wie Lebensmittel produziert werden, haben leider sehr negative Auswirkungen auf unsere Gesundheit, die Umwelt und das Klima“, sagt Sievers. Doch das lasse sich ändern. Kitas und Schulen sollten mit gutem Beispiel vorangehen, „denn in der Kindheit werden Ernährungsgewohnheiten entscheidend geprägt“, betont die Projektleiterin. Sie verweist auf die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, die in ihren Qualitätsstandards für die Kita- und Schulpflege empfiehlt, dass maximal einmal pro Woche Fleisch oder Wurst angeboten werden sollte.

Im Hinblick auf die Überfischung der Meere ist es laut Sievers auch sinnvoll, den Fischkonsum zu begrenzen. „Auch wenn Kinder nur ein- bis zweimal im Monat Fisch essen, können sie



Alina und Julian Rumlich von Helden-Catering zeigen die beiden Gerichte des Tages: Vegetarische Maultaschen mit Rote-Bete-Spinatsalat und Kräutertip (l.) und Kartoffel-Bowl mit Blumenkohl, Spinat, Bio-Paneer und Kokos-Currysauce. Foto: Lutz Roesßer

mit allen notwendigen Nährstoffen versorgt werden“, erklärt die Projektleiterin. Ein verstärkter Einsatz von Bio-Lebensmitteln in der Gemeinschaftsverpflegung ist nach Ansicht des Vereins Agrar Koordination „ein wichtiger Hebel, um die Ausweitung der ökologischen Landwirtschaft zu fördern“. Dass ein Mittagessen gesund und nachhaltig ist, nutzt allerdings wenig, wenn es den Kin-

dern und Jugendlichen nicht schmeckt. Daher können und sollen die Schüler täglich ihr Feedback zu den Gerichten abgeben. Das Smiley-System wird laut Sievers wöchentlich ausgewertet, um die Speisepläne bei Bedarf entsprechend anpassen zu können. Gleichzeitig bittet sie die Eltern, „ihre Kinder zu ermuntern, Neues auszuprobieren“.

Mit Essen beliefert wird die

Prenski-Schule von der Firma Helden-Catering aus Stockelsdorf. „Im Vorfeld gab es für uns spezielle Kochworkshops“, sagt Mitarbeiterin Alina Rumlich. Generell gehe der Trend hin zu mehr „vegetarischen Gerichten und einem ausgewogenen Mix“, betont Rumlich. Daher seien die Umstellungen beim Helden-Catering „überschaubar“, sagt Rumlichs Kollege Torsten Suxdorf.

GROSSE UNTERSTÜTZUNG DURCH DIE HANSESTADT

Die Eltern wurden vorab über das Projekt informiert und „die deutliche Mehrheit befürwortet unser Konzept“, sagt Sievers. Lübeck stehe einem nachhaltigeren Schulessen „deutlich positiver gegenüber als andere Städte“, lobt die Projektleiterin. Begeistert ist sie von der großen Unterstützung durch die Hansestadt.

Der Bereich Schule und Sport beschäftigt sich bereits seit 2022 mit dem Thema „Essen mit Zukunft“, sagt Bereichsleiter Hans-Joachim Friedemann. Das Ziel der Hansestadt sei, dass bis zum Inkrafttreten des Rechtsanspruchs auf Ganztagsbetreuung ab August 2026 alle Grundschulen in Lübeck gesundes und nachhaltiges Mittagessen für 4,50 bis 4,90 Euro anbieten.

Sievers, Friedemann und ihre Mitstreiter hoffen, dass ihr Konzept bei den Schülerinnen und Schülern so gut ankommt, dass es an möglichst vielen Schulen dauerhaft umgesetzt wird. „Wenn das Essen so gut bleibt, wäre ich klar dafür“, sagt Claas und vergibt für die vegetarischen Maultaschen den besten Smiley. Auch Kai Kuchenbecker, Schulleiter der Geschwister-Prenski-Schule, hat in dieser Woche mehrfach in der Schule zu Mittag gegessen und zieht ein positives erstes Zwischenfazit: „Das ist eine deutliche Qualitätssteigerung.“ Die Ergebnisse des Pilotprojektes will der Verein Agrar Koordination voraussichtlich im März 2025 präsentieren. **GRP**

KNUTZEN HOME

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

NEU BEI UNS!

AKUSTIKPANEELLE Selit Style
»Smart & Easy Acoustic Panel«

2-4 mal leichter als MDF Paneele – nur 3,8 kg, mit Cutter zu schneiden – keine Säge notwendig, aus PET – hoher Recyclinganteil, leicht zu reinigen, Dekor Eiche Hell

UVP **119,-**
Preis pro m²
79,99

Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH · Parkallee 16 · 24782 Büdelsdorf

Wenn *Tradition* auf *Nachhaltigkeit* trifft

TEPPICH »Mala«
55% Wolle, 30% Viscose,
15% Cotton

- ♥ Handgewebt
- ♥ Wärmeisolierend
- ♥ Schalldämmend
- ♥ Verbessert das Raumklima
- ♥ Weiches Laufgefühl
- ♥ Beidseitig verwendbar
- ♥ In sechs Größen verfügbar

Verfügbare Farben:

Teppich ab
49,99
(60 x 110 cm)

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

Das Herz-Kreislauf-System

Das Herz-Kreislauf-System erfüllt 24 Stunden am Tag wichtige Aufgaben. Das Herz pumpt permanent das Blut, das wiederum für den Transport von Sauerstoff und Nährstoffen zuständig ist, durch den Körper. Ist das Herz-Kreislauf-System nicht auf der Höhe, hat das weitreichende Folgen. Deswegen ist es wichtig, es zu schützen und zu stärken. Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems sind sehr häufig. Hierzu zählen unter anderem:

- zu hoher Blutdruck
- Verengung der Arterien
- Herzinfarkt
- Schlaganfall

Zwei der bedeutendsten Einflussfaktoren auf Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems sind Übergewicht und zu wenig Bewegung. Diese beiden Faktoren hängen wiederum eng mit der Ernährung und dem allgemeinen Lebensstil zusammen. Aber auch dauerhaft zu viel Stress kann sich negativ auswirken und zum Beispiel den Blutdruck in die Höhe treiben. Es gibt also insgesamt zahlreiche Faktoren, die die Funktion des Herz-Kreislauf-Systems beeinflussen.

Wenn im wahrsten Sinne des Wortes nicht alles „rund läuft“, gibt es entsprechend eine ganze Bandbreite von Signalen, die der Körper sendet. Einige sind vergleichsweise offensichtlich, bei anderen ist weniger eindeutig, dass sie mit dem Herz-Kreislauf-System in Zusammenhang stehen.

Offensichtliche Beschwerden und weniger typische Anzeichen

Besonders in der

wärmeren Jahreszeit kommt es schnell einmal zu den häufigsten, sozusagen klassischen Kreislaufproblemen wie Schwindel, vor allem bei schnellem Aufstehen, oder auch Übelkeit. Diese Beschwerden hängen oft damit zusammen, dass bei höheren Temperaturen der Blutdruck sinkt. Gleichzeitig sind sie typisch bei konstant niedrigem Blutdruck, müssen also nicht von der Temperatur abhängig sein.

Andere Beschwerden, bei denen ziemlich offensichtlich ist, dass es sich um Herz-Kreislauf-Probleme handelt, sind:

- Herzstechen
- Herzrasen oder -stolpern
- Kurzatmigkeit

• ein Engegefühl in der Brust, vor allem in Verbindung mit Atemnot

Solche Beschwerden klärt man am besten mit dem Arzt ab. Zwar muss nicht jedes schnellere oder kurzzeitig unregelmäßige Schlagen des Herzens auf eine Erkrankung hindeuten. Auch wenn man für Sekunden ein Stechen in der Herzgegend spürt, muss dies nichts heißen. Problematisch wird es bei all diesen Unregelmäßigkeiten, wenn sie häufiger oder länger auftreten.

Tatsächlich können auch größere Probleme mit dem Herz-Kreislauf-

System zunächst sogar unbemerkt bleiben. So können zum Beispiel bei einem sogenannten stillen Herzinfarkt so geringe Beschwerden auftreten, dass sie erst einmal nicht auffallen. Ein häufiges Problem ist auch, dass Anzeichen für einen Herzinfarkt bei Männern anders sind als bei Frauen und die Symptome bei Frauen deswegen oft länger nicht richtig erkannt werden. Zudem gibt es auch sehr uneindeutige Beschwerden, die man lange nicht unbedingt mit dem Herz-Kreislauf-System in Verbindung bringen würde, zum Beispiel:

- Müdigkeit bzw. Erschöpfung
- Appetitlosigkeit
- ungewöhnliche Blässe
- Rückenschmerzen

Bei solchen Beschwerden müssen in den meisten Fällen zunächst andere Ursachen ausgeschlossen werden, bis klar wird, dass Probleme mit dem Herz-Kreislauf-System dahinterstecken. Hier kann man nur dem Grundsatz folgen: Wenn man regelmäßig bestimmte Beschwerden hat oder einfach das Gefühl, dass etwas nicht stimmt, holt man besser einmal zu oft ärztlichen Rat ein als einmal zu wenig. Vor allem dann, wenn Beschwerden in Kombination auftreten und man für sich selbst schon die eine oder andere mögliche Erklärung wie zum Beispiel zu wenig Schlaf bei Müdigkeit ausgeschlossen hat.

Gerade die weniger eindeutigen Beschwerden können zahlreiche verschiedene Ursachen

haben und müssen nicht mit dem Herz-Kreislauf-System zusammenhängen. Einen ersten Hinweis kann aber bereits eine regelmäßige Messung des Blutdrucks geben. Ob dieser zu hoch oder zu niedrig ist, lässt sich nämlich ganz leicht feststellen.

DAS HERZ-KREISLAUF-SYSTEM STÄRKEN

Auch wenn die Bandbreite möglicher Herz-Kreislauf-Probleme groß ist und nicht alle Beschwerden klar zuzuordnen sind, gibt es umgekehrt vergleichsweise einfache Möglichkeiten, das gesamte System zu stärken und zu schützen. Da Bewegung und ein gesundes Gewicht eine große Rolle spielen, tut man seinem Herz-Kreislauf-System einen großen Gefallen, wenn man regelmäßig Sport treibt. Ausdauersportarten sind hier am besten geeignet, beispielsweise Joggen, Schwimmen oder Radfahren. Da jede Bewegung gut für Herz und Kreislauf ist, sind aber auch schon längere Spaziergänge sehr sinnvoll.

Auch mit der Ernährung lässt sich eine Menge erreichen. Möglichst wenig Zucker und Alkohol, aber umso mehr frisches Gemüse und Obst sowie Vollkornprodukte mit einem hohen Anteil an Ballaststoffen sind eine gute Basis, um dem Herz-Kreislauf-System auch mit der Ernährung etwas Gutes

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken

Fünf Alternativen zum Eisbaden

Effektive Methoden für Gesundheit und Wohlbefinden.

Eisbaden hat eine lange Geschichte und wird in verschiedenen Kulturen seit Jahrhunderten praktiziert. Die Debeka Krankenversicherung, hat fünf Alternativen zum Eisbaden genauer unter die Lupe genommen.

Kalte Duschen: Was das Eisbaden im Großen ist, ist die kalte Dusche im Kleinen. Vorteil: Man hat es selbst in der Hand, wie kalt es wird. Kalte Duschen verbessern nicht nur die Durchblutung und stärken das Immunsystem, sie machen besonders morgens wach für den Tag. Am besten langsam mit lauwarmem Wasser beginnen und dann allmählich die Temperatur senken, um den Körper an die Kälte zu gewöhnen.

Kryotherapie: Herzlich willkommen in der Kältekammer. Eiskalte Temperaturen, auf bis zu -110 °C herabgesenkt, herrschen in der Kryokammer. Man betritt die Kammer in minimaler Bekleidung (meist Badebekleidung) und trägt Schutz für Hände, Füße und Ohren, um Erfrierungen zu vermeiden. Regelmäßige Sitzungen können helfen, chronische Schmerzen und Entzündungen zu reduzieren. Viele Sportler nutzen Kryotherapie zur Regeneration und Leistungssteigerung. Dennoch sollten sich Neulinge nicht ohne Aufsicht in die Kältekammer begeben und einen Arzt konsultieren.

Kaltwasserbecken oder Tauchbecken: Nach Sauna oder schweißtreibendem Workout steigen viele Menschen in ein Kaltwasserbecken (Wassertemperatur zwischen 10 und 15 °C). Besonders nach intensiven körperlichen Aktivitäten kann

das Eintauchen in kaltes Wasser helfen, Muskelkater zu reduzieren und die Erholung zu beschleunigen.

Wechselbäder: Wer keine Wanne hat, bleibt einfach bei der Dusche. Oder nutzt Einrichtungen, die ein Kaltwasserbecken haben. Wichtig ist die Kombination aus Warm und Kalt. Am Anfang steht immer das warme Wasser, um den Körper auf die Kälte vorzubereiten. Dann der Wechsel: Etwa ein bis zwei Minuten im warmen Wasser und dann für 30 Sekunden bis eine Minute ins kalte Wasser eintauchen. Den Zyklus drei bis fünf Mal wiederholen, je nachdem wie der Körper reagiert.

Kalte Kompressen: Kalte Kompressen helfen nicht nur bei Verstauchungen, Zerrungen oder Insektenstichen und -bissen, sondern sorgen auch bei Spannungskopfschmerzen auf Stirn oder im Nacken für Linderung. Wichtig ist, direkten Hautkontakt mit dem Eis zu vermeiden, um Erfrierungen vorzubeugen. Eiswürfel oder gefrorene Gelpacks in ein Handtuch oder dünnes Tuch packen und dann meist so zwischen 10 bis 15 Minuten auf die betroffene Hautstelle legen.

Grundsätzlich gilt: Auf den eigenen Körper hören! Kann ich den Kältereiz gut aushalten und fühle mich dabei wohl? Ansonsten langsam angehen lassen. Wichtig ist: Bei Erkältungen und Fieber sind Kälteanwendungen nicht zu empfehlen, weil sie den Körper zusätzlich belasten. Bei bestimmten Erkrankungen, wie Herz-Kreislauf- oder Nierenerkrankungen, sollte vorher ein Arzt befragt werden.



Freuen Sie sich auf die
Reisemesse LN-NordZEIT
im Flughafen Lübeck
Öffnungszeiten: 9:30 bis 17:00 Uhr

Unsere Vorträge für Sie

Samstag, 16. November

Abflug-Halle

- 09:50 Uhr**

StenaLine
Der Schärenzauber in Südschweden
- 10:30 Uhr**

Deilmann
DEILMANN-Feeling heißt Nostalgie pur erleben!
- 11:20 Uhr**

Möller Reisen
Reiseland Schweiz
- 12:10 Uhr**

DER Tour/NettReisen
Sonderflugreise ab Blankensee: Zypern
- 13:00 Uhr**

DER Tour/NettReisen
Sonderflugreise ab Blankensee Montenegro – landschaftliches Juwel an der Adria

- 13:50 Uhr**

Becker AIDA
AIDA Weltreise mit besonderen Zielen
- 14:40 Uhr**

NettReisen
Naturwunder Namibia – ab Lübeck begleitete Gruppenreise
- 15:30 Uhr**

TUI
Hurtigruten
- 16:15 Uhr**

Reisering
Busreise-Programm 2025 – Reisen in kleinen Gruppen mit Einzelplatzgarantie und Taxiservice

Sonntag, 17. November

Abflug-Halle

- 09:50 Uhr**

TUI
TUI Cruises – Mein Schiff
- 10:30 Uhr**

Becker AIDA
AIDA Weltreise mit besonderen Zielen
- 11:20 Uhr**

Möller Reisen
Große Schottland Rundreise mit Isle of Skye & Orkneys
- 12:10 Uhr**

TUI
Hurtigruten
- 13:00 Uhr**

Lernidee/NettReisen
Kanada – von den Rockies zum Pazifik
13-tägige Erlebnisreise mit Reisebegleitung ab/ bis Lübeck

- 13:50 Uhr**

Stena Line
Der Schärenzauber in Südschweden
- 14:40 Uhr**

Reisering
Busreise-Programm 2025 – Reisen in kleinen Gruppen mit Einzelplatzgarantie und Taxiservice
- 15:30 Uhr**

Deilmann
DEILMANN-Feeling heißt Nostalgie pur erleben!
- 16:15 Uhr**

TUI
TUI Cruises – Mein Schiff

Der
Eintritt
ist kosten-
los



EINE STELLENANZEIGE
ALLE PLATTFORMEN

DA
MACHSTE
GROSSE
AUGEN

1 Stellenanzeige
bis zu 25 Online-Jobbörsen
Google Jobs & Meta
4x LN-Tageszeitung
= 30 Tage Sichtbarkeit
schon ab 1.599 €

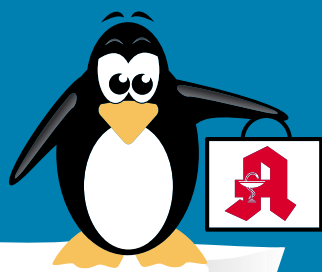
ZUM LIMITIERTEN
AKTIONS-ANGEBOT:



Qualität
zertifiziert gemäß
DIN EN ISO 9001:2015

PINGUIN APOTHEKEN

EISKALT
REDUZIERT*



DIE GRÖSSTE AUSWAHL IN LÜBECK*

Grippostad C
24 Kapseln



35 %
gespart

statt ~~16,37 €~~

10.60 *
€

**Nasenspray
Ratiopharm**
10 ml
für
Erwachsene



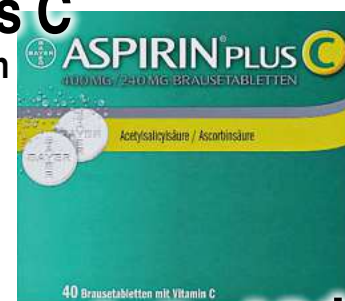
41 %
gespart

statt ~~4,97 €~~

2.95 *
€

I = 295 €

Aspirin plus C
40 Brausetabletten



25 %
gespart

statt ~~21,99 €~~

16.40 *
€

ACC akut 600
Hustenlöser
40 Brausetabletten



35 %
gespart

statt ~~32,61 €~~

21.30 *
€

**Bepanthen Augen und
Nasensalbe**

10 g
2 x 5 g



40 %
gespart

statt ~~8,29 €~~

4.95 *
€

kg = 495 €

**GeloMyrtol
forte**
100 Stck.



22 %
gespart

statt ~~51,40 €~~

39.95 *
€

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



PINGUIN
APOTHEKEN

Inhaber Jörg Ortmann e. K.

Ginkobil
120 mg
120 Stck



47 %
gespart

statt ~~92,99 €~~

49.49 *
€

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 16.11.2024 - 23.11.2024

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

Neuer Direktor
aus Lübeck

LÜBECK TRAVEMÜNDE. Der Lübecker Priwall ist bekannt für seinen Strand, den Passathafen, die frische Seebrise und die Hotels. Direkt am Wasser liegt das BeachBay-Resort mit mehreren Unterkünften. Dazu gehört auch das SlowDown-Hotel gegenüber vom Museumsschiff „Passat“. Sein neuer Cluster General Manager, also Hoteldirektor, heißt Alexander Franke. Der Lübecker übernimmt die Leitung des Hauses in Travemünde sowie des geplanten Bottsand Hotel & Spa, das im Dezember 2024 in der Marina Wendtorf bei Kiel eröffnet. „Mit Alexander gewinnen wir eine innovative Führungspersönlichkeit“, erklärt die Geschäftsführung.

Franke will die Marke seines Unternehmens mit den Teams in Travemünde und Wendtorf weiter etablieren. Die Geschäftsführer Martin Aye und Sven Hollesen erwarten sich von Alexander Franke frische Impulse für das Konzept der Kette. Verbunden seien diese Erwartungen mit einem Dank für das Engagement von Astrid Kantim, die das Haus in Travemünde von 2021 an leitete.



Alexander Franke ist neuer Direktor des SlowDown-Hotels.
Foto: SlowDown-Hotel

Kino-Premiere mit Stars aus Schwanitz

„Nord bei Nordwest“ feiert Jubiläum. Folge 25 wird in Lübeck vor geladenen Gästen gezeigt. LN verlosen 10x2 Karten.

LÜBECK. Mögen sie Schwanitz? Das fiktive Örtchen an der Ostsee gibt es seit zehn Jahren. 24 Folgen der Krimi-Serie „Nord bei Nordwest“ hat das Erste schon ausgestrahlt. Die 25. Ausgabe der charmannten Kult-Reihe feiert der NDR exklusiv mit einer Kino-Premiere in Lübeck. Der 90-minütige Film mit dem Titel „Fette Ente mit Pilzen“ wird am Mittwoch, 11. Dezember, im Cinestar-Kino Stadthalle vor geladenen Gästen gezeigt. Die Hauptdarsteller Hinnerk Schönemann, Marleen Lohse und Jana Klinge sind anwesend, ebenso Regisseurin Steffie Doehle und Drehbuchautor Holger Karsten Schmidt.

In der Jubiläums-Episode will Ermittler Hauke Jacobs (gespielt von Hinnerk Schönemann) den Tod einer chinesischen Diplomatin aufklären. Kommissarin Hannah Wagner (Jana Klinge) und Tierärztin Jule Christiansen (Marleen Lohse) stehen ihm wie gewohnt zur Seite. Das Erste zeigt den Film am 2. Januar zur Hauptsendezeit um 20.15 Uhr. Ab 30. Dezember steht „Fette Ente mit Pilzen“ in der ARD Mediathek zur Verfügung.

Drei Wochen vorher wird der Film nun im Lübecker Kino gezeigt. Zu dieser exklusiven Premiere am 11. Dezember wird es keine Karten im freien Verkauf geben. Aber Sie können dabei sein: Die Lübecker Nachrichten verlosen zehn Mal zwei Tickets für diesen Filmabend im Cinestar Stadthalle an der Mühlenbrücke. So nutzen Sie Ihre Chance: Be-



Zehn Jahre „Nord bei Nordwest“: Bei der Kino-Premiere am 11. Dezember wollen auch die Serienstars Marleen Lohse, Hinnerk Schönemann und Jana Klinge in Lübeck dabei sein.
Foto: Gordon Timpen

werben Sie sich ab sofort bis spätestens 19. November über den Link ln-online.de/schwanitz. Unter allen Einsendungen werden wir zehn Personen auslosen, die jeweils mit einer Begleitung live dabei sein dürfen, wenn die Stars von „Nord bei Nordwest“ ihren Film in Lübeck präsentieren.

Die Jubiläumsfolge beginnt mit einer Leiche. In Schwanitz hat ein asiatisches Restaurant mit Pensionsbetrieb neu eröffnet. Dort wird eine Tote entdeckt, eine Diplomatin aus China. War

es Mord oder ein Unfall? Der Todesfall ruft den chinesischen Sonderermittler Tian Sun (Lâm Vissay) auf den Plan. Tierärztin Jule Christiansen nimmt sich inognito ein Zimmer, um sich Pension und Restaurant genauer anzusehen. Wie so häufig hilft sie Hauke Jacobs vom Polizeirevier Schwanitz bei den Ermittlungen, geht dafür aber ein sehr hohes Risiko ein.

Die Dritte im Bunde des in vielen Folgen knisternden Dreiecksflirts, Kommissarin Hannah Wagner, ist auf einmal vergeben, sie kommt

frisch verlobt aus dem Urlaub wieder und bringt den Verlobten Kevin Behmur (Michael Raphael Klein) gleich mit. Das gefällt nicht allen... „Wir wollen das Dreiecksgefüge zwischen Jule, Hauke und Hannah ein bisschen aufmischen“, sagte Produzent Seth Hollinderbäumer während der Dreharbeiten auf Fehmarn. Regie führt zum zweiten Mal Steffi Doehle, das Drehbuch für „Fette Ente mit Pilzen“ stammt von Holger Karsten Schmidt, wie bei 15 Folgen der Kult-Serie zuvor.

Natürlich sind auch die liebe-

voll ausgestalteten Nebenfiguren in Schwanitz mit dabei: das Bestatterduo Bleckmann und Töteberg (Regine Hentschel und Stephan A. Tölle) sowie der unsterbliche Existenzgründer Mehmet Ösker (Cem Ali Gültekin), der diesmal unter dem Firmennamen Ösk Air Drohnenflüge anbietet – natürlich in Pilotenuniform. Erstmals dabei ist Filmhund „Fritz“ in der Rolle von Haukes treuem Gefährten „Holly“. Vorgänger „Finn“, der von Serienfolge eins an zehn Jahre lang dabei war, ist in die wohlverdiente Rente gegangen.

Die drei neuen Folgen und ihre Sendetermine, jeweils donnerstags um 20.15 Uhr im Ersten: „Fette Ente mit Pilzen“ am 2. Januar, „Haare? Hartmann!“ am 9. Januar (Premiere war am 31. August in Ratzeburg) sowie am 16. Januar „Das Nolden-Haus“, das während der Nordischen Filmtage im Lübecker Kino gezeigt wurde. Alle drei Filme sind ab 30. Dezember 2024 in der ARD-Mediathek abrufbar.

FET



Über diesen QR-Code kommen Sie direkt zur Kartenverlosung.

Diskussion über Gesundheitssystem

LÜBECK. Gemeinsam mit dem Publikum gehen Experten am 27. November um 18 Uhr unter der Moderation von Prof. Dr. Sabine Franke und Prof. Dr. Leef Dierks (TH Lübeck) der Frage nach, wie es um das deutsche Gesundheitssystem bestellt ist: Was sind die größten Probleme und welche Lösungsansätze stehen zur Verfügung?

Die Veranstaltung findet im Gebäude 2, Hörsaal 2-1.02, der Technischen Hochschule Lübeck, Mönkhofer Weg 136-140, statt. Es nehmen teil Prof. Dr. Alexander Katalinic, Direktor des Insti-

tuts für Sozialmedizin und Epidemiologie Universität zu Lübeck, Zentrum für Bevölkerungsmedizin und Versorgungsforschung (ZBV), Dr. Carsten Leffmann, Ärztekammer Schleswig-Holstein, Stefan Meiser, Geschäftsführer Asklepios Klinik Am Kurpark Bad Schwartau, Kai Pardey, Kaufm. Direktor UKSH, Standort Lübeck, Sören Schmidt-Bodenstein, Leiter der Techniker Krankenkasse, Landesvertretung Schleswig-Holstein und Dr. Axel Schroeder, Vorstand Ärztenozessenschaft Nord eG, Der Eintritt ist frei.

Berufliches Comeback gestalten

LÜBECK. „Mein berufliches Comeback! Wie gestalte ich mein Selbstmarketing?“ Ein Online-Workshop mit diesem Titel für berufsrückkehrende Akademikerinnen findet am 21. November statt. Referentin Dr. Sarah E. Hilmer leitet die Teilnehmerinnen durch diesen Workshop und lässt dabei ihre Erfahrungen als Anwältin, Unternehmensberaterin, Dozentin und Coach einfließen.

„Braucht mein Lebenslauf ein Update? Wie kommuniziere ich gezielt und prägnant mein Anliegen? Was muss ich bei der Ge-

sprächsführung beachten?“ Am Ende der Praxiseinheit haben die Teilnehmerinnen Antworten auf diese Fragen und sind fit für das nächste Vorstellungsgespräch.

Die Veranstaltung wird im Rahmen der Online-Aktionswoche „Frauen – Chancen – Wiedereinstieg“ angeboten und findet von 9 bis 12 Uhr über Zoom statt. Eine Teilnahme mit Kamera ist verbindlich. Anmeldung bis zum 18. November über hilmer@sarahhilmer.com an. Zwei Tage vor der Veranstaltung wird der Einwahl-link zugeschickt.

Plattdeutsches Theater

LÜBECK. Die Fahrenkruger Speeldeel spielt in ihrer 55. Spielzeit das Stück „Aasgeier över Fahrenkrog“. Die Vorstellung läuft am 24. November um 15 Uhr im Gemeinschaftshaus Dornbreite, Am Grenzwall 20-22.

Zum Stück: Große Aufregung unter den wackeren Bewohnern in Fahrenkrog. Ein seltenes und wertvolles Mineral wurde entdeckt. Reichtum und auch große Veränderungen stehen an. Dieses weckt abstruse Begehrlichkeiten und etwas Größenwahn. Doch die größte Gefahr droht von außen.

Ein gewissenloser Geschäftsmann will die Dorfgemeinschaft über den Tisch ziehen. Ausgerechnet jetzt befindet sich der Gemeinderat auf Weiterbildung. Das schweiß die Fahrenkroger zusammen. Mit der ihnen eigenen Sturheit und dem notwendigen Glück wendet sich alles zum Besten, auch wenn da wieder jeder etwas Eigenes darunter versteht.

Karten sind in der Gaststätte Il Sorriso, Am Grenzwall 20-22, täglich außer Mittwoch ab 17 Uhr erhältlich. Restkarten an der Abendkasse.





Großes Geburtstags-Special:

FEIERE MIT UNS DEN GEBURTSTAG UNSERES LN DIGITAL STORES!

Wir laden dich herzlich ein, mit uns zu feiern!

Sichere dir bis zum 21.11.2024 unser einmaliges Geburtstagsangebot:

LN Digital inklusive Wunsch-Tablet ab 24,90 € monatlich

zzgl. Einmalzahlung ab 1 €

Vor Ort erwarten dich bunte Luftballons für die richtige Partystimmung, exklusive Give-Aways und eine festliche Atmosphäre. Komm vorbei, feiere mit uns und schnapp dir dein Tablet!

LN Digital Store in der Königstraße 67A in Lübeck

Preis für Demokratie und Bürgerengagement

Freiwilligenagentur ePunkt vergibt mit 20.000 Euro dotierten Preis – Bewerbungsphase hat begonnen.

LÜBECK. Die Freiwilligenagentur ePunkt vergibt 2025 erneut den Lübecker Preis für Demokratie und Bürgerengagement (Lübecker DeBü-Preis). Die Bewerbungsphase für die siebte Preisvergabe läuft. Das Motto lautet dieses Mal: „Zusammenhalt fängt ganz klein an – soziales Lernen von Kindern und Jugendlichen“. „Soziales Lernen passiert nicht von allein. Es braucht Engagement, kluge Konzepte und vor allem Räume, in denen Kinder und Jugendliche diese wichtigen Erfahrungen machen können“, betont Melanie Wienicke von ePunkt.

Gesucht werden Projekte, die in besonderer Weise das soziale Lernen von Kindern und Jugendlichen fördern. „Weil Kinder, die früh verstanden haben, dass Miteinander und Solidarität das Leben bereichern, später offener für demokratisches Handeln und gesellschaftliches Engagement sind“, erklärt die Geschäftsführerin.

Eine Jury wird insgesamt 20.000 Euro an Projekte und Vereine vergeben. Organisationen und Initiativen in ganz



Melanie Wienicke und Peter Delius von der Freiwilligenagentur suchen Kandidaten für den DeBü-Preis 2025. Foto: privat

Deutschland sind eingeladen, sich zu bewerben. Der Preis, der seit 2013 alle zwei Jahre von ePunkt verliehen wird, steht unter der Schirmherrschaft von

Daniel Günther (CDU). „Soziales Lernen ist die Grundlage für eine starke und solidarische Gesellschaft. Wer früh lernt, Verantwortung zu

übernehmen und respektvoll miteinander umzugehen, wird unsere Demokratie nachhaltig stärken. Ich freue mich, auch 2025 erneut die Schirmherr-

schaft zu übernehmen und Initiativen auszuzeichnen, die jungen Menschen auf ihrem Weg ins gesellschaftliche Miteinander begleiten“, so der Ministerpräsident.

Peter Delius, Initiator des Preises und Vorsitzender der Jury, unterstreicht das: „Es ist so wichtig, dass der Zusammenhang zwischen sozialem Engagement, Ehrenamt und Demokratie deutlich wird. Und die Grundlagen dafür werden einfach schon sehr früh gelegt.“

Bewerben können sich Schulzentren mit Anti-Diskriminierungs-Programmen oder Jugendzentren, die Kinder in sozialen Brennpunkten stark machen. Auch Elterninitiativen, Inklusions-Kitas oder Nachbarschaftsprojekte, die Mehrsprachigkeit als Ressource nutzen, sind aufgerufen, sich zu bewerben. Die Preisverleihung findet am 1. März 2025 unter Mitwirkung von Bildungsministerin Karin Prien im Rathaus statt. Teilnahmebedingungen unter www.epunkt.org im Internet. Bewerbungsschluss ist am 27. Januar 2025. **KÜ**

Kleidungstausch im Hanseumuseum

LÜBECK. Neue Lieblingsstücke finden und dabei die Umwelt schonen: Am Sonntag, 17. November, lädt das Europäische Hanseumuseum (EHM) in Kooperation mit Greenpeace Lübeck zur fünften Kleidungstauschparty in den Veranstaltungsraum La Rochelle/Visby ein. Von 11 bis 15 Uhr können dort bis zu drei gut erhaltene, gewaschene Kleidungsstücke getauscht werden – in allen Größen und für alle Geschlechter. Auch Accessoires wie Schals, Gürtel und Tücher sind willkommen. Ausgenommen sind Unterwäsche, Socken und Abendgarderobe. Mit dieser Aktion möchte das EHM gemeinsam mit Greenpeace Alternativen zu Fast Fashion und Überkonsum aufzeigen und einen Schritt hin zu einem nachhaltigeren Konsum fördern. Mehr unter hanseumuseum.eu.

Mitmachen bei den Stadtwaldläufern

LÜBECK. Die Stadtwaldläufer treffen sich zweimal in der Woche zum Laufen und Walken im Wald. Die Längen der Strecken sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet – Dauer zirka 60 Minuten. Treffpunkt ist freitags um 9 Uhr am Parkplatz Forsterei, Wesloer Straße, und montags um 15.30 Uhr am Ende der Straße Rittbrook. Näheres bei Eckart Gribkowski, Telefon 0172/4057910.

AUTO SPEZIAL

Anzeigensonderveröffentlichung

Gefährlicher Sekundenschlaf

Tipps vom Experten: Wie Autofahrer Müdigkeit am Steuer verhindern.

2023 ereigneten sich in Deutschland über 1900 Verkehrsunfälle mit Personenschaden, die auf Müdigkeit zurückzuführen waren. Besonders gefährlich ist der sogenannte Sekundenschlaf, da er eine häufige Ursache für besonders schwere Unfälle ist. Umso wichtiger ist es, die Warnsignale zu erkennen, die auf einen bevorstehenden Sekundenschlaf hindeuten. Welche das sind, was Autofahrer bei Müdigkeit am Steuer tun sollten und welche technischen Hilfsmittel es gibt, weiß Peter Schnitzler, Kfz-Experte von ERGO.



Müde hinterm Steuer? Das kann fatale Folgen haben, wenn es zum Sekundenschlaf kommt. Foto: Ergo

Beim Sekundenschlaf – auch Mikroschlaf genannt – handelt es sich um eine Müdigkeitsattacke, die ein ungewolltes Einschlafen zur Folge hat. „Ein Sekundenschlaf dauert bei Autofahrern etwa 0,2 bis 5 Sekunden, kann aber fatale Folgen haben“, warnt Schnitzler. Die Attacken treten meist nachts sowie frühmorgens auf, da bei vielen Autofahrern dann die innere Uhr noch auf Schlafen eingestellt ist. „Auch wenn sie sehr lange am Steuer sitzen oder nach einem langen Arbeitstag nach Hause fahren, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass die Augen zufallen“, so Schnitzler. „Darüber hinaus können eine monotone Streckenführung, etwa auf Autobahnen, Hitze und Sauerstoffmangel, aber auch Erkrankungen wie Narkolepsie Sekundenschlaf fördern.“

Sekundenschlaf kündigt sich häufig in Form von Müdigkeitserscheinungen wie übermäßigem Gähnen, brennenden Augen oder Konzentrationsschwierigkeiten an. „Auch ein Frösteln, die Unfähigkeit, die Augen offen zu halten, und eine Verschlechterung der Stimmung sind erste Anzeichen für Müdigkeit“, so Peter Schnitzler. „Diese Warnsig-

kommen, ist eine Pause zwingend nötig.

Ausreichend zu schlafen, um erst gar keine Übermüdung aufkommen zu lassen, ist der beste Weg, Sekundenschlaf vorzubeugen. Besonders längere Strecken sollten Autofahrer nur ausgeruht und fit antreten. „Bei den ersten Müdigkeitserscheinungen ist es empfehlenswert, die Fahrt für mindestens 20 Minuten zu unterbrechen und an der frischen Luft spazieren zu gehen oder einen Powernap einzulegen“, rät Schnitzler. „Angebliche Wachmacher wie Kaffee, Energy Drinks oder laute Musik sind hingegen ungeeignet, da sie nur kurzfristig wirken und die Müdigkeit lediglich aufschieben.“ Der Kfz-Experte empfiehlt außerdem, den Wagen vor der Weiterfahrt gut durchzulüften.

WENN DAS AUTO VOR ÜBERMÜDUNG WARNT

Die Autohersteller versuchen, mit technologischen Neuerungen dazu beizutragen, das Unfallrisiko zu reduzieren. Viele Modelle verfügen mittlerweile über Fahrerassistenzsysteme (ADAS). Diese sind für Neufahrzeuge seit Juli 2024 Pflicht. „Dazu gehören zum Beispiel sogenannte Müdigkeitswarner, die das Fahr- und Lenkverhalten oder die Augenbewegungen des Fahrers analysieren und durch ein Symbol oder einen Alarmton auf Abweichungen aufmerksam machen“, erläutert Schnitzler. Auch Spurhalte- und Notbremsassistenten erhöhen die Sicherheit. Während der Fahrt zu schlafen, ist trotz der ersten selbstfahrenden Autos noch Zukunftsmusik.

Fahrzeuglackierung Unfallreparatur Autoglasreparatur

www.gw-unfall-lack.de

WENN IHR AUTO AUCH SO AUSSIEHT!

0451/2903732

Revalstraße 2 23560 Lübeck

Meisterbetrieb

Gradtk & Wieczorek

Lackierungen und Unfallreparaturen für Ihr Auto!

KFZ-MEISTERBETRIEB

Abraham

Alle Leistungen rund um Ihr Auto. Klimaservice, Unfallschäden, Inspektionen und vieles mehr...

Kronsfordter Allee 126 · 23560 Lübeck
Telefon 0451-52037 · www.kfz-abraham.de

Herbstwäsche

Herbstwäscheangebot vom 09.11. - 30.11.2024

AutoWaschCentrum

Autowäsche all inclusive + Top Edition nur € 18,-

Kommen Sie einfach vorbei – Ihr Auto hat eine Pflege verdient!

Lübeck, Ziegelstr. 127

auto schneider

TIMMENDORFER STRAND

EU-Fahrzeuge • Jahreswagen • Gebrauchtwagen


Seit 60 Jahren

Ihr Servicepartner in der Lübecker Bucht

Service Audi Service ŠKODA Service Nutzfahrzeuge Service

Vogelsang 6 - 8 • 23669 Timmendorfer Strand
Tel: 0 45 03 - 89 06 - 0 • www.auto-s-schneider.de


Apfel- sorte		Tonge- schlecht	derzeit			West- euro- päer (Mz.)	Angeh. eines german. Volks	Körper- teil		altröm. Göttin d. Häus- lichkeit		größere Men- schen- menge		oberste Zone der Erd- kruste		Halb- affen- art	großer Ge- steins- brocken		griechi- scher Gott des Alters		Stoff- hülle	ver- dorrt	Männer- name	Klage- lieder		span. Doppel- konso- nant
								Meer- katze											Globus							
zeit- weilig			Speisen- folge					lauter Anruf		kleines, spitzes Bruch- stück									ein Sommer- café		unan- genehm					
						budhi- stischer Tempel	große Eile					Kfz- Abgas- entgif- ter (Kw.)				Glocken- klang							ein Loch in die Wand machen		eiszeit- licher Höhen- zug	
mit der Kamera fest- halten			russi- scher Zaren- name		Macht- haber								unge- zwungen, salopp							Unter- welt der griech. Sage			Wortteil: Leben			
kleines rundes Schiffs- fenster		Balken- träger (Figur)																Blut- bahn	Ein- nahme							
							Begna- digung															Vorfahr			altgriech. Stadt in Lucania (Italien)	
					Haus- halts- plan	italie- nische Airline																	Vorname Lager- felds	Atrium		
Wind- richtung	Studen- ten- sprache: Gejohle	Frauen- name		hollän- dische Käse- stadt														Nadel- baum	Haupt- stadt von Eritrea		einge- setztes Stoff- stück					
schütteln																										
				gewin- nen		Abk.: id est (latein.)															Mandant		bayrisch: nein			
Stadt an der Donau			dauernd																						ältester Sohn Noahs (A.T.)	
Rufname Haller- vordens					ge- wolte Hand- lung																		3./4. Fall von ‚wir‘			
						Knie- beuge im Ballett																			Ge- steins- kluft	
Tat- sachen			Kunst- stoff- belag in Stadien		warme Pastete (engl.)																eine Sunda- insel		die ‚ewige Stadt‘			
Wind- stärke 12	gesund und rege (im Alter)	Maß der Magnet- feld- stärke					Fluss durch Heidel- berg												Kose- name e. span. Königin	Tele- fonat					‚tätige‘ Berge	
				buntes Treiben		männ- licher franz. Artikel	Box- begriff (Abk.)	durch- dachte Vorbe- reitung		Bücher- freun- din				das Ich (Mz.)	Rufname d. Schau- spielers Pulver		Verwal- tungs- gremium	Dring- lich- keits- vermerk			Grab- gewölbe		Still- stand im Verkehr		ein Umlaut	
fort- gesetzt		älteste lat. Bibel- überset- zung		TV- Unter- richt										Shop, Geschäft												
						Autor von ‚Der Name der Rose‘				altröm. Kalen- dertage	folglich, dem-nach						großes nord. Hirsch- tier	‚Bett‘ in der Kinder- sprache	Schau- der							
Zustand						arabi- sche Lang- flöte	jedoch, während							gefühls- kalt	zu- vor, zu- nächst						Zuruf an Zugtiere: Halt!			algeri- sche Geröll- wüste		
			lauter Anruf (engl.)	Pampa- strauß						Antwort auf Kontra (Skat)	auf- rollbare Sicht- blende									Initialen Pava- rottis	Insel vor Marseille		ägypti- scher Sonnen- gott			
Rufname des Ko- mikers Laurel			Athlet				Vorname von Caruso							franzö- sisch: hier				fort- bewegen durch die Luft								
ital. Astro- nom † 1642					wohl- tuend, erfreu- lich											Kosmetik										



Krebs

22.06. - 22.07.

Sie müssen wissen, was Sie wollen. Erst dann können Sie es kriegen. Sind Sie glücklich mit Ihrer Stelle? Eine gute Zeit zum Wechseln. Zweifeln Sie nicht an sich. Sie sind stark genug.



Skorpion

24.10. - 22.11.

Mit Ihren Gefühlen sind Sie im Moment nicht knauserig. Gut so! Nervensägen unter Kollegen zeigen Sie endlich die kalte Schulter. Etwas läuft gegen Ihren Willen. Geben Sie nach.

F U A L S T E
E R N P L A S T I K
I E N T B I R G E N
E G O R A A N H A U
N D O R A O N G
F I L O P O E N G
L U P O Z L S
A P E L I O
A N K L A E G E
T T L A E C F

d



Fische
20.02. - 20.03.

Am Wochenende ein Leidenschaftsanfall. Reiten Sie den Partner mit. Stures Beharren blockiert. Versuchen Sie es mit Kompromissen. Sie können zwei Menschen zusammenbringen.

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

Lösungen der Vorwoche



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

Herzenssache

Über das eigene Leben hinaus Gutes tun. Mit Ihrem **Testament** zugunsten der Deutschen Herzstiftung helfen Sie, die Herzforschung zu fördern und Leben zu retten.
Im Ratgeber *Testament mit Herz* erfahren Sie unter anderem, warum Sie ein Testament machen sollten, wie Sie es verfassen und wie Sie steuerliche Vorteile nutzen.



Zum kostenlosen Download des Ratgebers



Deutsche Herzstiftung

www.herzstiftung.de Telefon 069 955128-0



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


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
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

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

MERCEDES

Mercedes, blau, mit H-Nummer und TÜV, Bj. 2005, günstig zu verkaufen, ☎ 0451/496832 od. ☎ 0173-1028161

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Electra Glide Screamin' Eagle Ultra Classic Sondermodell HD 105 Jahre, Typ FLHTCUSE, 110 Motor, 22TKM, Kupfer/Gold, BJ 2008, Preis VHB 16.500 €. ☎ 0 171/2 888 500

HD Rokker, BJ 2008, schw., Extras, 12TKM, VHB 16.900 €. ☎ (04 361) 7 028

Honda VF 750 C, BJ 1993, 28TKM, silber, VHB 3.900 €. ☎ (04 361) 60 777

KFZ GESUCHE

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Suche Motorrad ab 500 cm³, BJ ab 2010. ☎ (0 172) 4 529 494

WOHNMOBILE / -WAGEN

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

BEKANNTSCHAFTS-ANZEIGEN

SIE SUCHT IHN

Margarete, 75 J., gut aussehende Witwe, mit viel Herzlichkeit, gute Köchin u. sichere Autofahrerin, ich schmecke u. kuschle gern, sehne mich sehr nach einem netten, anständigen Mann zum Liebhaben u. Verwöhnen, mit dem ich zusammen sein kann – wohne hier ganz allein u. wäre jederzeit umzugsbereit – ich würde sehr gerne mal mit Ihnen telefonieren pv Tel. 0151 – 62913877

DISKRETE TREFFS

Fkk u Sauna Ehepaar nettes unkompliziertes Ehepaar, 40+, Neulübecker, sucht für Fkk u Saunabesuche Freundschaft+mail: ehepaar9999@web.de ☎ 01 79-261 98 60

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

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

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

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

Gobelin-Bilder, gerahmt, verschiedene. ☎ (0451) 49 88 484

Haushaltsauflösung: Alles muss raus, auch helle Möbel! Am 16.11.24, 11-15 Uhr, in Travemünde, Rönnauser Ring 13, 1. OG, bei I. Jäckh. ☎ 0151-29136896

Hutsenreuther Porzellan Zwiebelmuster. Kaffee-, Tee- und Tafelservice jeweils für 6 Personen, unbeschädigt, Einzelstücke eingerechnet 110-teilig, zu verkaufen. ☎ 0172/174 44 36

Thermomix 21/1, gesamtes Zubehör + 4 Kochbücher, 220€, an Selbstabholer ☎ 0151/75072609

MUSIK

Verkaufe: Gute SCHÜNZEL-Bratsche, Bj. 1969, m. Kasten u. Bogen, VB. 4.600 €. J.Lentz@mail.de ☎ 01573 - 265 40 40

„Danke für alles!“


SOS KINDERDÖRFER
WELTWEIT
www.sos-kinderdoerfer.de

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Alte Münzen von Sammler gesucht. ☎ 0171/6403700

Wunderschöne Modelleisenbahnanlage, wg. Haushaltsauflösung, in Ratzeburg abzugeben. Preis VB. ☎ (0 451) 20 967 501

HOBBY UND FREIZEIT

Rudergerät, platzsparend, zus.-klappbar, 80€ an Selbstabholer 0151/75072609

Super-Ski-Langlauftrainer, unten Skier, oben Expander. ☎ (01575) 816 79 77

VERSCHIEDENES

Christus - für Dich gestorben

Sehr gut erhaltener Schreibtisch zu verschenken an Selbstabholer in Teichau. ☎ 0160/90895141

Verschenke 1 Matratze, Härtegrad 2, 90 cm breit u. 2 Meter lang, in sehr gutem Zustand. ☎ 0 451 / 45 820

Verschenke: ein großes Schlafzimmer u. einen großen Wohnzimmerschrank. Selbstabbau/-abholung in Lübeck. ☎ 0451/20357562

Diverse GEO-Hefte zu verschenken, neuwertig. ☎ 0 451/26676

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

WC-FIX 2060 Hebeanlage, neu, günst. abzugeben u. HP-Drucker m. Fax an Bastler (Dr. defekt). ☎ (0451) 26676

Haushaltsauflösung komplett, inkl. Spielzeug u. Reitbedarf, Sa. 23. + So. 24.11.24 von 10-15 Uhr, Ivendorfer Landstr. 97 in 23570 Travemünde

Junge Fußball Talente gesucht
Die D-Jugend Jungen (Jg. 2012/2013) des SV Fortuna St. Jürgen Lübeck e.V. sucht noch aktive Kicker mit Begeisterung, Ehrgeiz und Einsatz für unsere aktuelle Mannschaft. Jeder Leistungsstand ist willkommen. Eine tolle Gemeinschaft und Spaß erwartet euch auf unsere Fußballanlage im Herzen von Lübeck. Meldet euch per Whats App / Anruf unter 017661117077 oder 01724576005

Kaminholz - trocken. Buche, Eiche, Esche, 3 SM 400 €, incl. Lieferung. Tel. 04503-898377

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

Suche Einkaufshilfe mit PKW in Bad Schwartau. ☎ 0451/2035303

Zu verschenken: zu groß gewordener Baum im Hausgarten, geeignet als Kaminholz zur Selbstabnahme ☎ 0451/308536

WIR SIND NACHHALTIG

Bei der Herstellung von Zeitungsdruckpapieren wird nahezu 100% Altpapier eingesetzt.





wochen
spiegel

Quelle: BDZV

Tagesfahrten zu den schönsten Weihnachtsmärkten!

Inklusive 1 Becher Glühwein bei allen Fahrten!

Mit komfortablen Reisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin



REISEBÜRO
Behrens

Celle & Lüneburg
p.P. nur € **29,90**
Termin:
03.12.

Bremen
mit 4 Std. Freizeit
p.P. nur € **29,90**
Termine:
26.11., 11.12., 18.12.

Rostock
mit 4 Std. Freizeit
p.P. nur € **29,90**
Termine:
15.12., 19.12.

Schwerin & Wismar
p.P. nur € **29,90**
Termin:
16.12.

Kopenhagen
p.P. nur € **49,90**
Termine:
27.11., 09.12.

Flensburg
mit 4 Std. Freizeit
p.P. nur € **29,90**
Termin:
04.12.

Gut Basthorst
p.P. nur € **39,90**
Termin:
24.11.

Reiseveranstalter: Reisebüro Behrens GmbH • Riemannstraße 26 • 23701 Eutin
Telefon: 04521-779370 • E-Mail: info@behrens-reisen.de
Mindestteilnehmerzahl 30 Personen. Für Mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet. Personalausweis erforderlich.

Buchungshotline: 0 45 21 - 77 93 70

IMMOBILIENVERKAUF

ANLAGEOBJEKTE

4-Zimmer-ETW ges.!

[illegible]

**Wochen
spiegel**

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENKAUFGESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Suchen helle ETW mit Balkon oder Terrasse ab 3 Zimmer in Bad Schwartau, Lübeck, gern mit Stellplatz oder Garage

60 Jahre Erfahrung - Ihr Vorteil

Tel. 0451 - 2 77 77

Nehlsen

www.immo-nehlsen.de

Penthouse gesucht!

Nach dem Verkauf ihres großen Einfamilienhauses suchen wir für ein sympathisches Seniorenhepaar ein barrierefreies Penthouse oder eine EG-Whg. mit mind. 120 m² Wfl.. Gern mit Terrasse oder Balkon.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Wir suchen laufend... Eigentumswohnungen & Immobilien jeder Größe

GROHMANN IMMOBILIEN - Immobilien seit 1978

Arnimstr. 29 a, 23566 HL, Tel. 0451 - 610 30 40

www.grohmann-immobilien.de

HÄUSER

JENNIFER FRÜNDT IMMOBILIEN

DHH o. EFH in Bad Schwartau und Umgebung

gesucht für junge dreiköpfige Familie. Mind.3 Zimmer, ab 80qm Wfl.,kleiner Garten, KP bis 400.000 €.

Tel.: 0451 30506212 - info@jennifer-fruendt.de

www.jennifer-fruendt-immobilien.de

5-KÖPFIGE FAMILIE sucht EFH oder DHH im östlichen Raum Hamburgs/Stormarn. Ab 140 m², 6 Zi., ab 400 m² Grundstück. Bj. Ab 1990 oder saniert. KP bis € 650.000,-- Finanz. gesichert.

Tel.: 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

Altstadthaus gesucht!

Geschäftsführer einer Einzelhandelskette sucht ein Lübecker Altstadthaus ab 150 m² Wohnfläche mit Innenhof oder Terrasse.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bis 750.000,- € ges.!

Vermessungstechniker sucht ein freistehendes Einfamilienhaus mit großem Grundstück in ruhiger Wohnlage. Bis 750.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bungalow gesucht!

Pensioniertes Beamtenepaar sucht einen charmanten Bungalow ab 100 m² Wohnfläche, gern mit Carport oder Garage.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Doppelhaushälfte ges.!

IndustrieKaufmann u. seine 4-köpfige Familie suchen eine gepfl. Doppelhaushälfte mit mind. 120 m² Wohnfläche in familienfreundlicher Lage.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

EFH gesucht!

Betriebsleiter aus dem ÖPNV sucht für seine Familie und sich ein freistehendes EFH ab 120 m² Wohnfläche und mind. 4 Zimmern. Ein PKW-Stellplatz wäre wünschenswert.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ENERGIESPARHAUS GESUCHT: 4-köpfige Familie sucht sparsames Haus mit 120m² Wfl. mit Photovoltaik oder Solarthermie. Gerne Ahrensburg u.U. KP bis € 595.000,-- Tel.: 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

Ein Unternehmer sucht einen Bürokomplex mit Pkw-Stellplätzen und einem Empfangsbereich

Wir suchen für ein Rentnerhepaar einen Bungalow mit einer Terrasse und einem Carport oder einer Garage

Für einen Beamten suchen wir eine gemütliche Eigentumswohnung mit einem Balkon in ruhiger Lage

OTTO STÖBEN

☎ 0451 702790 IMMOBILIEN

HÄUSER

Wir suchen laufend... Ein-/Zwei-/Mehrfamilienhäuser Doppelhaushälften / Eigentumswohnungen Gerne beraten wir Sie kostenlos!

Tel. 0451 - 610 30 40

www.grohmann-immobilien.de

Fahlenkampsweg, ...

... Gildenhörn oder Goldberg gesucht! Nach der Rückkehr in die ehemalige Heimatstadt suchen wir für eine 4-köpfige Familie ein schönes Zuhause in bester Lage, ab ca. 180m². Vorzugsweise 5 Zi., 2 Bäder, 2 Stellplätze, gerne mit großem Grundstück und direktem Wasserzugang. Bis ca. 2.3 Mio €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Familie sucht Haus in St. Jürgen

Familie mit zwei Kindern sucht Haus in St. Jürgen, Siedlung Gärtnergasse zum Kauf. Sanierte oder unsanierte Objekte. Eigenkapital vorhanden.

☎ 0451 / 3 05 03 91 80

HÄUSER

Haus am See gesucht!

Für das solvante Mitglied einer alteingesessenen Unternehmerfamilie aus dem Raum Ratzeburg / Mölln suchen wir ein hochwertiges Einfamilienhaus ab ca. 150 m², gerne auch mit Reetdach und eingewachsenem Grundstück, wenn möglich mit direktem Seezugang bis ca. 1,8 Mio. €.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Haus mit Garten GESUCHT: In Stormarn oder Raum RZ, auch gern renovierungs- oder sanierungsbedürftig. KP bis € 410.000,-- Tel.: 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

Lübeck - St. Gertrud

... gesucht! Für einen jungen Mathematiklehrer und seine Familie suchen wir ein gemütliches EFH rund um Lübeck St. Gertrud. Gern mit Garage oder Carport.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübecker Bucht...

... gesucht! Für eine dreiköpfige Familie suchen wir ein gepflegtes EFH ab 120 m² Wohnfl. in der Lübecker Bucht. KP bis 650.000,- € +/-.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Neues Zuhause ges.!

Für eine junge Familie suchen wir nach dem Familienzuwachs ein gemütliches Haus mit min. 3 SZ und blickgeschütztem Garten. Vorzugsweise in Umgebung von Kita und Schulen. KP bis ca. 500.000,- €.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Ostseenähe gesucht!

Für einen selbstständigen Veranstaltungskaufmann suchen wir ein modernes Haus mit Ostseeblick. Bis 1,5 Mio. €.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Der Flohmarkt erscheint jeden Mittwoch und Sonnabend. **Anzeigenservice: Tel. 0451/ 144-1111 oder www.LN-Medienhaus.de**

Priwallhalbinsel ges.!

Für einen Travemünder Hotelier suchen wir ein EFH oder ein Grundstück mit Altbestand auf der Priwall-Halbinsel. Bis 850.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Reihenhaus gesucht!

Für eine Einzelhandelskauffrau und ihren Ehemann su. wir ein End- / oder Mittelreihenhaus in ruhiger Wohnlage. Bis 450.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Reihenhaus/ DHH ges.!

Malermeister sucht ein Reihenhaus oder eine Doppelhaushälfte zum Renovieren oder Sanieren. Budget: +/- 350.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Wir suchen im Umkreis von 20 km um Lübeck EFH / DHH / RH ab 4 Zimmer, mit großem Garten u. Garage / Carport

Wir freuen uns auf Ihren Anruf

Tel. 0451 - 2 77 77

Nehlsen

www.immo-nehlsen.de

ANLAGEOBJEKTE

Wir suchen laufend Mehrfamilienhäuser Keine Kosten für den Verkäufer!

GROHMANN IMMOBILIEN - Immobilien seit 1978

Arnimstr. 29 a, 23566 HL, Tel. 0451 - 610 30 40

www.grohmann-immobilien.de

Ab 20 Einheiten ges.!

Für einen solventen Hamburger Kunden suchen wir ein Anlagepaket (Wohnungen, Mehrfamilienhaus oder Wohn-/ Geschäftshaus) im gesamten Norddeutschen Raum, vorzugsweise in HL / SH / HH.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Anlageobjekt...

...gesucht! Für eine Lübecker Kaufmannsfamilie suchen wir gepflegte Wohn- und Geschäftshäuser ab sechs Wohneinheiten in der Lübecker Region.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ETW gesucht!

Privatier aus Lübeck sucht zur Erweiterung seines wachsenden Immobilienportfolios eine verm. ETW in Lübeck und Umgebung.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Kapitalanlage ges.!

Für einen langjährigen Kunden suchen wir gut vermietete Eigentumswohnungen (50-80 m²) zur privaten Kapitalanlage! Bis 350.000,- €.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Mehrfamilienhaus...

... gesucht! Für einen privaten Kapitalanleger suchen wir ein gut vermietetes, gepflegtes Mehrfamilienhaus mit mind. 4 Wohneinheiten in zentraler Lage.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

MFH bis 2 Mio. € zw. ...

... Wakenitzufer und Falkenstraße gesucht! Für das Portfolio unserer Investoren und Wiederkäufer sind wir dringend auf der Suche nach attraktiven Mehrfamilienhäusern mit guter Mieterstruktur, vorzugsweise zwischen Wakenitz und Innenstadt. Ein kurzfristiger Abschluss ist garantiert!

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GRUNDSTÜCKE

Wir kaufen auch Grundstücke, auf denen solch ein Haus steht! Oder falls Ihnen Ihr Grundstück zu groß geworden ist.

Rufen Sie uns gerne an, wir machen Ihnen ein Angebot!

NORDISKA HAUS GmbH

Schönböckener Str. 10 - 23556 Lübeck

04 51 - 4 86 69 18 info@nordiska-haus.de

FERIEN- UND FREIZEITIMMOBILIEN

Ferienwhg. gesucht!

Für ein Ehepaar aus Hamburg suchen wir eine gemütliche Ferienwhg. in Ostholstein, idealerweise in Küstennähe, mit 2-3 Zi. Kaufpreis je nach Lage und Ausstattung.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübecker Bucht ges.!

Für eine Familie aus Hamburg suchen wir ein strandnahes Ferienhaus gelegen an der Lübecker Bucht mit 3-4 Zimmern und Garten. Kaufpreis je nach Lage und Ausstattung.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GEWERBLICHE IMMOBILIENGESUCHE

LAGERHALLEN / WERKSTÄTTEN

Halle gesucht!

Ab einer Fläche von 800 m² suchen wir für einen Automobilzulieferer aus Süddeutschland eine Halle mit Schwerlastboden und guter Autobahnbindung.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

HOTELS / GASTSTÄTTEN

Hotel gesucht!

Hamburger Spezialinvestoren-Gruppe sucht im Raum zwischen Hamburg und der Nord-/ Ostseeküste ein Hotel # auch zum Sanieren.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

MIETANGEBOTE

2 ZIMMER

Haus in Nord-Schweden in kl. Gemeinde, 1600m² Eigenland, 100m² Wohnfl., 3,5 Zi. + Wohnküche, Bad, Toilette, Wintergarten, Doppelgarage, Erdwärmehheizung und Kamin, sofort bewohnbar, winterfest, lf. monatl. Kosten ca. 300€, VK 55.000€ ☎ (0 176) 34 33 11 58

Der Flohmarkt erscheint jeden Mittwoch und Sonnabend. **Anzeigenservice: Tel. 0451/ 144-1111 oder www.LN-Medienhaus.de**

ANDERE MIETANGEBOTE

Neue Lagerräume 6, 9 und 12 m²

in voll isolierter neuer Halle. 1 m²/11,- € monatl., trocken, abschließbar, belüftet, mit Beleuchtung. Sehr hohe Deckenhöhe und zugänglich täglich von 8 - 20 Uhr. Keine Mindestlaufzeit und monatl. kündbar. Keine Strom oder zusätzlichen Kosten. Verkehrsgünstige Lage zw. Lübeck und Bad Segeberg, 5 Min. zur A 20 und B 432.

Heinrichs Handelsagentur

23821 Rohlstorf

Tel.: 0176/61795441

Eigenes Geld verdienen, Träume verwirklichen!

Wir suchen Zusteller. Der perfekte Nebenjob für junge Leute*.

wochen spiegel

Melde dich unter Telefon: 0451 / 144-1858

*Schüler zwischen 13 und 17 Jahren.

IMMOBILIENMARKT

MIETANGEBOTE MIETGESUCHE

3 ZIMMER HÄUSER

Haus zur Miete ges.!

Für eine junge Familie aus Ostholstein suchen wir ein freistehendes Haus z. Miete mit 4-5 Zimmern und Garten in familienfreundlicher Umgebung. Bis ca. 1500,-€ NKM.

0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GÄRTEN / WOCHENENDHÄUSER

Schreibergarten (ca. 340 m²) einschl. Geräten u. Haus, Nahe d. Wakenitz, zur Pacht abzugeben. ☎ 0 1520 / 1711989

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

ANDERE DIENSTLEISTUNGEN

SEIT ÜBER 40 JAHREN beraten wir Käufer bei der Suche. So verkaufen Sie Ihre Immobilie diskret und mit Erfolgsgarantie. Auch Sa/So. und nach Feierabend.

☎ 04102-8243050

Der Flohmarkt erscheint jeden Mittwoch und Sonnabend. **Anzeigenservice: Tel. 0451/ 144-1111 oder www.LN-Medienhaus.de**

WIRD IHNEN DIE GARTENARBEIT AUCH ZU VIEL? Wir finden den passenden Käufer für Ihre Immobilie. Die Bewertung Ihres Objekts ist selbstverständlich kostenlos.

☎ 04102-8243050

Nur im November

85 € sparen

Das Jahresschlusspaket

Meine LN. Mein neues Tablet. Mein Rückzahlungsbonus.

Wissen, was Lübeck, unseren Norden und unsere Welt bewegt.

Lübecker Nachrichten

Jetzt online abschließen: www.LN-abo.de/zugreifen

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

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

Hörgeräte waren gestern! **Unsichtbar trifft Design!**

Ob als Anstecker oder Einstecker - moderne Hörtechnik lässt sich (nicht) sehen!

Die neuen EORA - Hörsysteme der zweiten Generation - das Hörsystem im Ohrring - oder die neuesten Miniatur - Im - Ohr - Hörsysteme, gutes Hören ist heute für jeden möglich. Dezentler Stil oder verborgenes Understatement - Sie entscheiden.

**EORA Hörschmuck
oder MINI-EINSTECK-SYSTEME ?**
Jetzt im direkten LiveVergleich testen!
0451 / 4894 7777 oder 

