EUTIN | MALENTE
WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 10. Januar 2026 • kostenlos

Freie Baugrundstücke
In vielen Städten und Gemeinden entsteht 2026 neues Bauland. Wir haben eine Übersicht. SEITE 2

Rauch-Stopp – aber wie?
Auf der Hitliste der guten Vorsätze steht Aufhören zu rauchen ganz oben. Aber wie gelingt das wirklich? SEITE 3

Familienforschung
Woher kommt die Familie und wie findet man diese Daten? Der Verein SHFam kann bei der Suche helfen. SEITE 4

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

Basteln gegen das Januargrau

EUTIN. Das Familienzentrum des Kinderschutzbundes Ortsverband Eutin lädt zu einem kreativen Bastelnachmittag ein. Am Mittwoch, 21. Januar, von 15 bis 17 Uhr findet „Basteln mit Bettina“ in der Freischützstraße 2 statt. Gemeinsam mit Bettina Hatz werden Kinder im Alter von vier bis acht Jahren und ihre Eltern kreativ aktiv. Auf dem Programm stehen unter anderem Winterbilder, ein Wünsche-Glas und kleine Erdnuss-Schneemänner. Materialien und Ideen werden gestellt. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist bis Freitag, 16. Januar, im Familienzentrum Eutin unter Tel. 04521/8309088 oder per E-Mail an familienzentrum-eutin@Kinderschutzbund Ortsverband Eutin erforderlich.

Würfelglück und Strategie

EUTIN. Die Kreisbibliothek Eutin startet mit einem Brettspiel-Abend ins neue Jahr. Am Donnerstag, 15. Januar, ab 19 Uhr treffen sich Spielefans und Neugierige zu „Würfelglück & Strategie“. Gespielt werden Klassiker ebenso wie aktuelle Brett- und Kartenspiele, ergänzt durch Spieleneuheiten. Die Bibliothek präsentiert sich dabei als Ort der Begegnung, an dem Gesellschaftsspiele Menschen unabhängig von Sprache verbinden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Spiele können im Anschluss ausgeliehen werden. Veranstaltungsort ist die Kreisbibliothek Eutin.



Der Schauspieler Burghart Klaußner tritt auch als Sänger auf. Foto: Max Parovsky

Klaußner singt Chansons

Mit dem Neujahrskonzert „Vive l’Amitié – An einem Tag im September“ eröffnet das Classical Beat Festival 2026 sein Festivaljahr mit dem Schwerpunktland Frankreich.

LÜBECK. Mit dem Neujahrskonzert „Vive l’Amitié – An einem Tag im September“ startet das Classical Beat Festival 2026 am Sonntag, 25. Januar. Das Konzert würdigt den Deutsch-Französischen Tag als Zeichen von Freundschaft und Versöhnung in Europa.

Im Mittelpunkt steht der Schauspieler Burghart Klaußner. Er interpretiert gemeinsam mit seiner Band Chansons von Charles Trenet. Die Lieder entstanden in einer Phase gesellschaftlicher Umbrüche und vermitteln Leichtigkeit, Swing und französisches Lebensgefühl.

Der Konzerttitel verweist auf den Film „An einem Tag im September“, in dem Klaußner Konrad Adenauer spielt. Der Film zeigt das historische Treffen Adenauers mit Charles de Gaulle, aus dem nach einem persönlichen Austausch über Kriegserfahrungen eine politische Annäherung entstand. Diese Begegnung führte später zum Élysée-Vertrag.

Im Konzert ergänzt eine kurze Filmeinspielung den musikalischen Teil. Klaußner kommentiert die Szene und verbindet Schauspiel, historische Erinnerung und europäische Gegenwart. Neben Burghart Klaußner & Band wirken die European Jazz Companions mit. Das ist ein deutsch-französisches Big-Band-Projekt, das junge Musiker:innen aus verschiedenen Ländern mit erfahrenen Profis verbindet. Geleitet wird das Ensemble vom französischen Komponisten, Arrangeur und Bandleader Pierre Bertrand.

Das Konzert findet am Sonntag, 25. Januar, um 15.45 Uhr im Ballsaal des Atlantic Grand Hotel Travemünde statt. Tickets kosten 39 Euro oder 11,50 Euro für Studierende und Schüler.

Karate-Probetraining im Eutiner Verein Anshin startet

EUTIN. Ab Mittwoch, 28. Januar, bietet der Eutiner Karateverein Karateschule Anshin ein dreimaliges Probetraining für Anfänger an. Interessierte haben die Möglichkeit, die japanische Kampfkunst Karate und das Traditionelle Karate kennenzulernen.

Neben dem Techniktraining werden auch Werte wie Toleranz, Respekt und ein respektvolles Miteinander vermittelt. Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche ab acht Jahren ebenso wie an Späteinsteiger. Für diese Altersgruppe findet das Training mittwochs von 17.30 bis 18.30 Uhr statt.

Trainiert wird in Eutin in der Hans-Heinrich-Sievert-Halle, dort im Gymnastikraum. Die regulären Trainingszeiten für Anfänger sind mittwochs von 16 bis 17.30 Uhr sowie freitags von 17 bis 18 Uhr.

Weitere Informationen erteilt der Cheftrainer telefonisch unter 0172 / 4130624 oder online unter www.karateschule-anshin.de

O. C. KATRE-SCHMUCK
Batteriewechsel bis Ende Februar ab 5,- €
Gold-, Silber-Reparaturen
Wir kaufen:
Gold, Silber,
Platin, Zahngold,
Bernstein, Luxusuhren
MÜHLENSTR. 19 · LÜBECK ☎ 0451/9 89 89 29

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

Gold & Silber
Wir zahlen hohe Preise
für Besteck und Schmuck,
Brillanten und Uhren, Münzen,
Zahngold und Bernstein
ANTIK & KUNST
Breite Str. 4 neben der Schiffergesellschaft
direkt am Koberg
☎ 7 25 56 • Gutachten
Mo. geschlossen
Di - Fr. 10-16 Uhr
Samstag 11-16 Uhr
Suche alte Orden und Bilder
www.goldankauf-dose.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

KÜCHE?
Seit über 50 Jahren vertraut man Schöppich – aus gutem Grund!
individuell & familiär
Küchen Treff ... hat Ihre Küche!
Schöppich
seit 1973
Bad Schwartau · www.schoeppich.de

WIR SIND NACHHALTIG
Bei der Herstellung von Zeitungsdruckpapieren wird nahezu 100% Altpapier eingesetzt.
Quelle: BDZV
WOCHENSPIEGEL

Gardinen SCHLICHTING
Unsere Winterangebote
30%
auf den Nählohn
Ihrer neuen Dekoration
• nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
• kostenloses Aufmaß
• Angebot gilt bis 31.01.2026
• Rabatt nur für Neubestellungen
Rabatt nur gegen Vorlage dieser Anzeige bei der Bestellung
Die schönsten Gardinenstoffe
30%
auf maßgefertigte Plissees, ausgewählte Kollektion
• nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
• kostenloses Aufmaß
• Angebot gilt bis 31.01.2026
• Rabatt nur für Neubestellungen
Schwartauer Allee 13a-15 · 23554 Lübeck
5 Parkplätze vor den Schaufenstern · Haltestelle Wickedestr. Linie 1 + 10
Montag - Freitag 10.00 - 18.00 Uhr · Sonnabend 10.00 - 13.00 Uhr
Tel. 0451-43115 · www.gardinen-schlichting.de

KÜSTENFISCHER.DE
DIE JOBBÖRSE FÜR DEINEN TRAUMJOB.

Pflege24Nord
24-Stunden-Betreuung in Ihrem eigenen Zuhause!
Individuelle Betreuung durch polnisches Personal!
Die bezahlbare Alternative zum Pflegeheim!
Tel. 0 41 55/4 93 99 66
www.pflege24nord.de

Lübecker Senioren-Tagespflege
Wir haben Plätze frei !
☎ 0451 / 47 97 90 84

NEUE Adresse noch besserer Service!
SUITNER TraveAntik
Jetzt in der Mühlenbrücke 1
Innenstadt
Mühlenbrücke 1
Mo-Fr 9.30 -17.30Uhr
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!
HanseArt 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

So geht berufliche Neuorientierung

Die Arbeitswelt wird zunehmend komplexer, schnelllebiger und digitaler. Die eigenen Wünsche und Vorstellungen an einen Arbeitsplatz verändern sich. „Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die sich beruflich verändern wollen, brauchen vor allem eine Strategie“, wissen Jessica Fischer und Nicole Kowalski, die Lübecker Expertinnen im Team Berufsberatung im Erwerbsleben. „Einen so weitreichenden Schritt unternimmt man nicht leichtfertig und ohne gute Vorbereitung. Umfangreiche Planungen sind wichtig. Bei der gemeinsamen Veranstaltung mit der VHS Eutin stellen wir aktuelle Themen sowie Trends vor und zeigen Unterstützungsmöglichkeitenauf“, erläutern sie.

Der Infoabend findet am 13. Januar von 16.30 bis 18 Uhr in der VHS Eutin, Plöner Straße 19, statt. Die Anmeldung erfolgt über die Kursnummer G50021 per Telefon unter 04521/793290 oder E-Mail: vhs@eutin.de.

TrauerCafé in Niendorf

NIENDORF. Das TrauerCafé der Kirchengemeinde Niendorf/Ostsee lädt zu seinem nächsten Treffen ein. Am Mittwoch, 21. Januar 2026, um 15 Uhr kommen Trauernde im Mein Strandhaus, Strandstraße 65–67, zusammen, um Erfahrungen zu teilen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Eine Anmeldung ist bis Montag, 19. Januar, unter Tel. 04503-2144 erforderlich. Auch Anrufe auf dem Anrufbeantworter sind möglich. Gäste werden gebeten, öffentliche Parkplätze zu nutzen.

Freie Baugrundstücke von Ahrensbök bis Kellenhusen

In vielen Städten und Gemeinden entsteht 2026 neues Bauland – Teil eins der Übersicht für Ostholstein

OSTHOLSTEIN. Viele Menschen suchen ein Baugrundstück in Ostholstein. Passend dazu gibt es Orte im Kreis mit freien Grundstücken, die nur auf Interessenten warten. Wir sagen, wo man bauen kann und starten mit dem ersten von zwei Teilen – eine Übersicht von A wie Ahrensbök bis K wie Kellenhusen.

Ahrensbök: Im Baugebiet Löhnskoppel hinter dem Sportplatz von Ahrensbök sind im bereits erschlossenen Bauabschnitt neun Grundstücke frei. In den weiteren Bauabschnitten gibt es laut Bürgermeister Andreas Zimmermann (parteilos) 56 freie Grundstücke. Dieser führt weiter aus, dass im Baugebiet Tegelkamp am Buschool in der Dorfschaft Barghorst 28 Grundstücke erhältlich sind. Sie sind 300 bis 700 Quadratmeter groß und für Einfamilienhäuser mit eingeschossiger Bebauung, vier Mehrfamilienhaus-Grundstücke und sechs Zweifamilienhaus-Grundstücke vorgesehen. „Ein 6000 bis 14.000 Quadratmeter großes und erweiterbares Grundstück wäre ebenfalls frei“, teilt er mit.

Altenkrempe: Laut Bürgermeister Peter Zink (ABA) gibt es in der Gemeinde bis auf wenige Baulücken, die im Privatbesitz sind, keine freien Bauplätze.

Bosau: In der Gemeinde gibt es noch einige wenige Bauplätze in Hutzfeld an der Hofkoppel und in Bosau am Bicheler Berg.

Dahme: Dort soll in 2026 die Erschließung eines Baugebiets mit 34 Bauplätzen beginnen. Das Gebiet befindet sich am Kellenhusener Weg.



Aktuell wird in Neustadt unter anderem ein Mehrfamilienhaus gebaut. Laut Stadt gibt es derzeit noch freie Baugrundstücke auf dem Lübschen Mühlenberg. Foto: Sebastian Rosenkötter

Damlos: In 2026 sind für ein Baugebiet in Damlos mit 20 Baugrundstücken vorbereitende Arbeiten und Ausschreibungen für die Erschließung geplant. Die eigentliche Umsetzung soll laut Bürgermeister Michael Robien (parteilos) in 2027 erfolgen.

Eutin: In der Kreisstadt stehen an der Plöner Straße 83 Baugrundstücke für Mehr- und Einfamilienhäuser zur Verfügung.Die Erschließung läuft über einen privaten Träger.Ein weiteres Projekt läuft unter dem Namen Blaue Lehmkuhle. Rund 130 Wohneinheiten sollen entstehen. Angedacht sind Einfamilienhäuser, Hausgruppen und Mehrfamilienhäuser. Zudem wird nach Angaben der Stadt eine Fläche in Eutin Neudorf überplant und eine Nachverdichtung der Wilhelmshöhe angestrebt.

Göhl: Dort gibt es ein Baugebiet am südlichen Ortsrand, in dem noch 33 Plätze frei sind. Gebaut werden können Einfamilienhäuser. Die Grundstücke sind zwischen 605 und 973 Quadratmeter groß. Weitere Infos gibt es aufbauland-sh.com.

Gremersdorf: Die Gemeinde ist bemüht, ein neues Baugebiet zu schaffen. Laut Thekla Ganzert vom Amt Oldenburg-Land befindet sich der benötigte Bebauungsplan in der Aufstellung. Die Amtsleiterin rechnet damit, dass erst nach 2026 gebaut werden kann. Unklar ist derzeit, wie viele Bauplätze es am Ende geben wird.

Grömitz: In Grönwohldshorst entstehen 14 Baugrundstücke. Bürgermeister Sebastian Rieke (FWV) erklärt: „Aktuell wird die Ausschreibung der Erschließungsleistung vorbereitet, die voraussichtlich 2026 umgesetzt wird.“

Zudem steht ein Gelände an der Grömitzer Kirchkoppel im Fokus. Dort sind etwa 48 Ein- und Zweifamilienhäuser möglich sowie Platz für Mietwohnungsbau. Bürgermeister Rieke sagt: „Die Erschließung soll 2026 erfolgen.“

Grube: 2026 ist der Verkauf von vier Baugrundstücken am Gelenker Weg für Einfamilien- oder Doppelhäuser geplant.

Kasseedorf: Bürgermeister Mario Bielarz (CDU) sagt: „Wir haben ein Neubaugebiet in Kasseedorf, das 2026 erschlossen werden soll und 28 Bauplätze hat.“ Darüber hinaus gebe es im gesamten Gemeindegebiet Baulücken, welche als Garten genutzt würden und nahezu unverkäuflich seien.

Kellenhusen: Derzeit gibt es einen freien Bauplatz Auf der Holtzkoppel, welcher laut Bürgermeister Stefan Schwardt (BGM) über die Verwaltungsgemeinschaft in Grömitz anzufragen wäre. Des Weiteren plant die Gemeinde zurzeit kein neues Baugebiet, hat aber die Planung für weiteren bezahlbaren Wohnraum in Kellenhusen angeschoben. Dieser soll ebenfalls „Auf der Holtzkoppel“ entstehen.**SER**

Anzeige

Neue Führung im famila Warenhaus Lübeck-Herrenwyk.

Herr Sener Kalafat gebürtiger Lübecker, löst Herrn Sven Lange ab dem 05.01.2026 ab.

Sven Lange wird nach sechsjähriger Leitung des Warenhauses ein neues famila Warenhaus übernehmen.

Herr Sener Kalafat bringt umfangreiche Erfahrungen aus der Handelsbranche mit, die er in verschiedenen Positionen bei früherem Unternehmen gesammelt hat.

„Ich freue mich sehr auf die neue Herausforderung und darauf, das engagierte Team im famila Lübeck-Herrenwyk zu leiten.“ erklärt Sener Kalafat. „Es ist mir wichtig, die erfolgreiche Tradition unseres Unternehmens fortzuführen und neue Impulse zu setzen.

Sven Lange äußerte sich ebenfalls positiv über den Wechsel:

„Ich habe die Tätigkeit hier sehr genossen und bin überzeugt, dass Sener Kalafat gute Ideen und frischen Wind in die Arbeit bringen wird.



Ich freue mich auf das, was kommt und unterstütze ihn gerne in der Übergangszeit.“ Beide Warenhausleiter teilen eine Vorfreude auf die neuen Aufgaben und Herausforderungen, die damit einhergehen.

famila Warenhaus Lübeck-Herrenwyk
Möllerung 11 I 23569 Lübeck

Das sind Süsels große Investitionen 2026

Mehr als 3,6 Millionen Euro fließen in Feuerwehr, Gewerbegebiet und Offene Ganztagsschule

SÜSEL. Die Gemeinde Süsel befindet sich wie die meisten Nachbar-Kommunen in einer ernsten Haushaltslage. Ihre finanzielle Leistungsfähigkeit ist gefährdet. Für das Haushaltsjahr 2026 wird im Ergebnishaushalt mit einem Minus von rund 202.000 Euro geplant. Auch die Folgejahre weisen in den Hochrechnungen bis einschließlich 2029 Fehlbeträge von jährlich rund 400.000 Euro auf.

Als Ursachen für die Misere führt Torsten Bruhn, Fachdienstleiter Finanzen und Controlling bei der Stadt Eutin (mit der Süsel eine Verwaltungsgemeinschaft bildet), Kostensteigerungen, Aufgaben und Ausgabenzuwachs an. Zwar erhalte die Gemeinde Zuweisungen, über die der Haushalt zum Großteil finanziert werde, so Bruhn, aber die Überschüsse aus Steuern und allgemeinen Zuweisungen sinken. 2025 machten sie rund 7,2 Millionen Euro aus, für 2026 werden nur 6,98 Millionen Euro erwartet.

Ein großer Aufwandsposten ist für Süsel die Kreisumlage: 2.417.900 Euro müssen 2026 überwiesen werden – das ist eine Erhöhung von mehr als 135.600 Euro gegenüber 2025. Damit macht die Kreisumlage 16,23 Prozent der gesamten Aufwendungen (14,9 Millionen Euro) aus, sagt Bruhn.

Von einem Finanzausgleich habe die Gemeinde überhaupt nichts, beklagt der Fachdienstleiter. Denn die Erträge aus Schlüsselzuweisungen seien gesunken (von 2,253 Millionen Euro im Jahr 2025 auf zu erwartende 1,945 Millionen Euro für 2026). „Damit liegt die Kreisumlage um 473.000 Euro höher als die Schlüsselzuweisungen“, sagt er.



Ein Teil des ehemaligen Kindergartens in Groß Meinsdorf (r.) wird für die Freiwillige Feuerwehr umgebaut. Außerdem sollen in dem Gebäude drei Mietwohnungen entstehen. Foto: Ulrike Benthien

Das Problem in Süsel gleicht dem in Eutin und in vielen anderen Städten und Gemeinden: Die Kommunen erhalten nicht die erforderliche Finanzausstattung, damit sie ihre Aufgaben erfüllen können. Dazu gehören unter anderem die Unterhaltung von Schulen, Kindergärten und Straßen sowie die Zahlung von Schulkostenbeiträgen.

Trotz allem plant Süsel 2026 Investitionen. Die größten sind:

- die Erweiterung der Feuerwache in Groß Meinsdorf durch künftige Teilnutzung des ehemaligen Kindergartens, darin entstehen außerdem drei Mietwohnungen (1,3 Millionen Euro);
- die Anschaffung von Fahrzeugen für die Feuerwehren Bujendorf und Süsel (138.000 Euro);
- Umbau- und Erweiterungsarbeiten am Feuerwehrhaus Zarnekau (565.000 Euro);
- Planungskosten und Erweiterung der Offenen Ganztagsschule (140.000 Euro);
- die Erweiterung des interkommunalen Gewerbegebietes (1,5 Millionen Euro).

Die Gesamtverschuldung der Gemeinde liegt aktuell bei 9,89 Millionen Euro. Die Hebesätze bleiben unverändert: Grundsteuer A und B bei 425 Prozent, Gewerbesteuer bei 380 Prozent. **BEN**

Helfer für Blutspende-Termine gesucht

MALENTE. Der DRK-Ortsverein Malente dankt für die große Beteiligung am jüngsten Blutspendetermin. Rund 80 Spendenwillige kamen am Wochenende in die Räumlichkeiten in der Lütjenburger Straße, um Blut zu spenden und damit einen wichtigen Beitrag zur Versorgung zu leisten.

Ein besonderer Dank gilt dem medizinischen Personal des Blutspendedienstes NordOst aus Lütjensee sowie dem Küchenteam um Elke Koppe, das die Teilnehmenden erneut mit einem schmackhaften Imbiss versorgte.

Zugleich weist der DRK-Ortsverein darauf hin, dass weiterhin engagierte Freiwillige gesucht werden, die bei Auf- und Abbau der Blutspendetermine – diese finden viermal im Jahr statt – oder bei Veranstaltungen unterstützen möchten. Die ehrenamtliche Tätigkeit bietet die Möglichkeit, sich sinnvoll für die Gemeinschaft einzubringen. Weitere Informationen gibt es telefonisch unter 04523-1830 bei Jürgen Gutzmann oder über die Online-Angebote des DRK.

Fermentieren leicht gemacht

GLESCHENDORF. Am Mittwoch, 21. Januar, lädt die VHS Klingberg von 17 bis 20 Uhr zu einem Fermentationskurs in den Alten Bahnhof Gleschendorf ein. Ernährungsexpertin Felicitas Stephan vermittelt einen praxisnahen Einstieg in die Milchsäuregärung. Gemeinsam werden unter anderem Sauerkraut, Rote Bete, Karotten und Chili-Birnen angesetzt. Der Kurs richtet sich an Einsteiger. Die Teilnahme kostet 30 Euro zuzüglich Material. Anmeldung bei Felicitas Stephan, Tel. 0172/ 6589630, lylli_stephan@web.de

„Der Ausstieg lohnt sich in jedem Alter“

Gute Vorsätze: Wann Menschen mit dem Rauchen aufhören – Tipps vom Chefarzt der Timmendorfer Curschmann-Klinik

TIMMENDORFER STRAND. Auf der Hitliste der guten Vorsätze findet sich in Deutschland der Rauch-Stopp unter „ferner liefen“: 15 Prozent aller Teilnehmer an einer Umfrage der Online-Plattform Statista wollen 2026 mit dem Rauchen aufhören, das ist Platz 11. Was seltsam anmuten mag, weil immer noch viele Menschen hierzulande quarzen. Laut Gesundheitsministerium rauchen in der „Region Ost“, also in Ostholstein und Lübeck, 23 Prozent aller Jugendlichen und Erwachsenen ab 15 Jahren. „Es gibt vermutlich niemanden mehr, der bestreitet, wie ungesund Rauchen ist“, sagt Professor Bernhard Schwaab, Chefarzt der Curschmann-Klinik in Timmendorfer Strand.

Die Klinik ist ein Reha-Zentrum für Patienten nach einem Herzinfarkt, nach einer Herz-OP sowie bei Gefäßerkrankungen. Diese sind häufig eine Folge von Tabakkonsum. Das wüssten auch die Patienten in Timmendorfer Strand, berichtet Professor Schwaab. „Doch der Einstellung ‚Das gehört zu meinem Leben, und ich möchte nicht aufhören‘ begegnen wir leider immer wieder.“ Die Raucher, auf die der Facharzt in der Klinik trifft, würden sich erst nach einem „Ereignis“ von der Zigarette verabschieden – also beispielsweise nach einem Herzinfarkt.

Dieser Abschied sei sehr wichtig, betont Schwaab. „Der Rauch-Stopp ist die wirksamste Einzelmaßnahme nach einem Infarkt, besser als jeder Stent, jede Tablette, jedes Ernährungs- und Bewegungsprogramm“, erklärt er. Wer aufhöre zu rauchen, reduziere das Risiko für einen zweiten Infarkt um mehr als die Hälfte.



Rauch-Stopp – aber wie? In Ostholstein und Lübeck rauchen laut Gesundheitsministerium 23 Prozent aller Jugendlichen und Erwachsenen ab 15 Jahren. Foto: Fotolia

Wie aber können Raucherinnen und Raucher es schaffen, vom Tabak loszukommen? „Es gibt kein Patentrezept“, sagt Professor Schwaab. „Jeder muss den Weg finden, der für ihn am besten funktioniert.“ Nach seiner Erfahrung „ist es eher ungünstig“, den Zigarettenkonsum allmählich zu reduzieren. Ein radikaler Schnitt von heute auf morgen könne leichter sein, „aber das ist meine subjektive Beobachtung und nicht das Maß aller Dinge“. Sehr hilfreich findet er die Tipps des Programms „Rauchfrei“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unterwww.rauchfrei-info.de.

Ein Umstieg auf E-Zigaretten kann nach Einschätzung des Spezialisten in bestimmten Fällen und kurzfristig eine Hilfe sein. „Das Thema wird in der Wissenschaft jedoch kontrovers diskutiert, und die Ergebnisse von Studien ergeben bislang ein gemischtes Bild“, berichtet Professor Schwaab.

Vielleicht könne mit E-Zigaretten der Ausstieg aus dem inhalativen Rauchen starker Raucher gelingen, „über eine abgestufte Verringerung der Nikotinmenge“. Diese Strategie dürfe aber nur vorübergehend angewandt werden, das müsse man nach vier bis spätestens acht Wochen beenden. Ansonsten bestehe die Gefahr einer fortgesetzten Nikotinabhängigkeit, „und man tauscht eine Gift-Form gegen eine andere aus“. Auch der Dampf einer E-Zigarette sei schädlich.

Ein Rauch-Stopp bietet einige schnelle Vorteile, erklärt Professor Schwaab. „Nach ein paar Tagen schmeckt das Essen deutlich besser.“ Zudem bekämen die neuen Nichtraucher rasch besser Luft, „auch bei körperlicher Belastung“, und der typische Raucher-Husten lasse nach kurzer Zeit nach.



Professor Bernhard Schwaab ist Chefarzt an der Curschmann-Klinik in Timmendorfer Strand. Foto: Frank Jasper/hfr

Bei Schäden an den Blutgefäßen, die Herzinfarkt oder Schlaganfall verursachen, oder Veränderungen im Gewebe, die zu bösartigen Erkrankungen wie Krebs führen können, benötigten die Menschen viele Jahre, um sich davon zu erholen. „Allerdings zeigen alle Studien sehr deutlich, dass es sich immer lohnt, mit dem Rauchen aufzuhören, auch im Alter“, sagt Professor Schwaab. **SAJ**

Selbstverteidigung für Frauen

EUTIN. Ab Freitag, 6. Februar, startet in der Kampfkunst Academy Eutin ein Selbstverteidigungskurs speziell für Frauen. Im Mittelpunkt steht das Kennenlernen der eigenen Stärken sowie das Erlernen einfacher und wirkungsvoller Techniken zur Selbstverteidigung.

Vermittelt werden unter anderem Schläge und Tritte, die an Pratzen und Schlagkissen trainiert werden, ebenso wie der gezielte Einsatz von Knie- und Ellenbogentechniken. Ergänzend stehen Abwehrtechniken, Griffbefreiungen sowie die Kenntnis wirkungsvoller Angriffsziele auf dem Programm. Neben den technischen Inhalten werden Koordination, Konzentration, Kondition und Willensstärke geschult.



Sifu Martina Baumgardt hat die Kampfkunst Academy in Eutin gegründet. Foto: hfr

Der Unterricht findet in der Kampfkunst Academy Eutin statt, in der seit 25 Jahren Kampfkunst unterrichtet wird. Der Kurs umfasst vier Termine, jeweils freitags von 17 bis 18 Uhr, in den Räumen am Markt 7 in Eutin. Die Leitung übernimmt Sifu Martina Baumgardt.

Anmeldungen sind per E-Mail an info@kampfkunst-eutin.de mit dem Betreff „SV Kurs“ oder telefonisch unter 0172 / 5225971 möglich. Weitere Info auf www.kampfkunst-eutin.de

Volkshochschule Bosau startet mit neuem Kursangebot ins Jahr 2026

BOSAU. Die Volkshochschule Bosau beginnt das Jahr 2026 unter neuer Leitung von Aylin Kizilkaya mit einem vielseitigen Kursangebot. Ab dem 9. Januar stehen Angebote aus den Bereichen digitale Kompetenzen, Gesundheit, Bewegung, Sprachen und Kreativität auf dem Programm. Ziel ist es, Menschen unterschiedlicher Interessengruppen anzusprechen.

Einen besonderen Schwerpunkt bildet der kostenlose Onlinekurs „Grundlagen der Künstlichen Intelligenz mit ChatGPT – Anwendung im Alltag“. Der Kurs bietet eine verständliche Einführung in Funktionsweise und Einsatzmöglichkeiten Künstlicher Intelligenz und richtet sich ausdrücklich an Einsteigerinnen und Einsteiger. Die Termine sind Dienstag, 13. Januar, und Dienstag, 20. Januar, jeweils von 19 bis 20.30 Uhr.

Im Gesundheitsbereich bietet die VHS Autogenes Training als bewährte Methode zur Förderung von Entspannung und innerer Ruhe an. Der Kurs startet am Montag, 12. Januar, von 16:15 bis 17:45 Uhr. Ergänzend dazu wird Yoga mit Pilates-Elementen am Dienstag, 20. Januar, von 18 bis 19 Uhr angeboten.

Ein weiteres praxisorientiertes Angebot ist der Nähmaschinen-Schnupperkurs, der grundlegende Kenntnisse im Umgang mit der eigenen Nähmaschine vermittelt. Dieser findet am Mittwoch, 21. Januar, von 14 bis 17 Uhr statt.

Mit dem neuen Programm lädt die Volkshochschule Bosau alle Interessierten ein, das Jahr 2026 aktiv zu beginnen und Neues auszuprobieren. Gleichzeitig stellt sich die VHS mit einer neuen Webseite moderner auf: Alle Kursangebote sind ab sofort unter https://www.vhs-bosau.de/ abrufbar. Die Anmeldung ist online über die Webseite sowie per E-Mail an info@vhs-bosau.de möglich. Dort finden sich auch weitere Informationen zu Kursen und Teilnahmebedingungen.

Neues Fachgeschäft öffnet in Eutin

Familienunternehmen Haase aus Neustadt will in der Peterstraße „alles für die Küche“ verkaufen

EUTIN. Es ist ein Lichtblick für die Peterstraße in Eutin: Ein Leerstand wird nach wenigen Monaten behoben sein. In die Räume, in denen bis September der Euroshop seine Ware angeboten hat, zieht das Fachgeschäft Haase ein – und zwar mit dem Versprechen: alles für die Küche. Eröffnung soll am 14. März sein.

Das Familienunternehmen Haase ist seit 1909 in der Lienaustraße in Neustadt ansässig. Seit Eröffnung des Luv-Centers in Lübeck-Dänischburg 2014 ist es auch dort vertreten. Zwischenzeitlich gab es Filialen in Oldenburg und Hamburg.

„In Eutin sehe ich Potenzial“, sagt Juniorchef Daniel Haase (37). Die Lage der Geschäftsräume dicht am Marktplatz sei gut. Parkplätze für Kunden lägen in unmittelbarer Nähe. Außerdem sei es schon lange der Wunsch seines Vaters, Seniorchef Heiko Haase, gewesen, sich in Eutin niederzulassen. Auf rund 200 Quadratmetern Fläche wird das Fachgeschäft künftig Haushaltswaren bekannter Marken anbieten: Kaffeevollautomaten, Küchenmaschinen, Messer, Töpfe, Pfannen, auch Grills und vieles mehr.

Der noch in dunklem Grau gestrichene, triste Verkaufsraum soll „hell, freundlich und modern, mit viel Naturholz und Glasborden“ werden, kündigt die künftige Filialleiterin Annette Scheunemann an. Sie gehört im Unternehmen fast schon zur Familie: Im August 1992 hat sie ihre Ausbildung als Verkäuferin beim Vater von Heiko Haase begonnen und ist seitdem im Team geblieben. Mit zwei Kolleginnen wird sie die Eutiner beraten.

„Das ist unsere Kernkompetenz: verkaufen im Laden. Das können wir, das wollen wir“, sagt Daniel Haase. Er und sein Vater werden ebenfalls tageweise vor Ort sein. Ein Online-Shop komplettiert das Angebot: „Das ist aber ein Nebenbeigeschäft“, so der Juniorchef. Laden- und Küchenbauer werden in den kommenden Wochen auch eine große Kochinsel und Tische mitten im Geschäft platzieren. Denn das Haase-Team wird Vorführungen und Weintastings veranstalten.

Bis zum Oktober 2023 gab es in Eutin für rund dreieinhalb Jahre schon einmal ein Fachgeschäft für Küchen-, Koch- und Tischambiente, ebenfalls in der Peterstraße. Nicht nur die Corona-Pandemie setzte dem Inhaber zu. Er gab frustriert auf.

Daniel Haase ist optimistisch: „Wir sind in Neustadt und Lübeck gut gefahren, können ein großes Sortiment und Vielfalt bieten.“ Er freut sich auf die Eröffnung: „Das wird mit Abstand unser schönster Laden. Es wird alles aus einem Guss sein und sehr schick.“ **BEN**



In rund zweieinhalb Monaten wollen Juniorchef Daniel Haase und Filialleiterin Annette Scheunemann das Geschäft in der Peterstraße 5-7 eröffnen. Foto: Ulrike Benthien

Familienforschung: So finden Sie Ihre Vorfahren

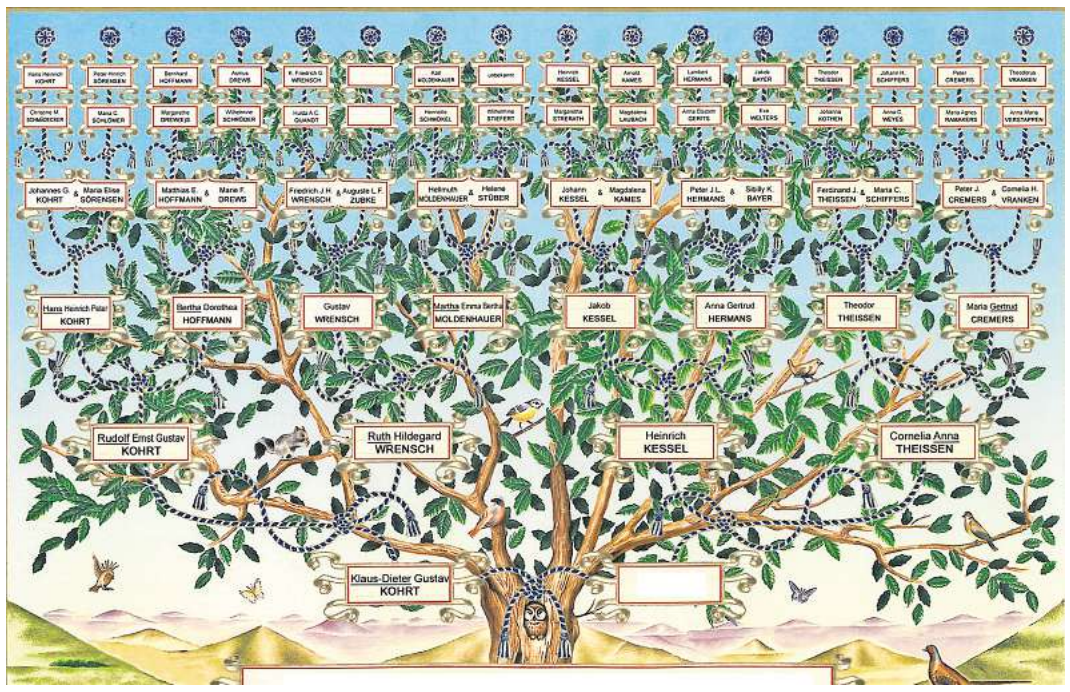
Der Verein SHFam und die Landesbibliothek Eutin erklären, wie man online die Suche nach den Ahnen startet

EUTIN. Damit kann man bei Familientreffen groß rauskommen: Als Dr. Klaus Kohrt für einen Freund in Nordfriesland bei einer solchen Zusammenkunft mit 200 Leuten in einer Turnhalle eine 30 Meter breite Ahnentafel aufgehängt hat, war das „ein Hit", erzählt er. „Jeder wollte gucken, wo er aufgeführt ist."

Klaus Kohrt ist Vorsitzender des Vereins Schleswig-Holsteinische Familienforschung (SHFam) und bietet auch in der Eutiner Landesbibliothek Seminare an. Interessiert hat ihn die Suche nach seinen Vorfahren schon in jungen Jahren, aber es fehlte die Zeit. Mit Eintritt in den Ruhestand und dem Auftrag seiner Mutter „Klemm du dich da mal ran", begann er in die Familiengeschichte einzutauchen.

DOKUMENTE UND FOTOS ZUSAMMENTRAGEN

Der 73-Jährige stammt aus Flensburg, hat in Kiel Mathematik studiert und sich nach Jahren der Berufstätigkeit bei Siemens in München (zuletzt als leitender Angestellter für Marketing und Strategie) in Eckernförde niedergelassen, genauer gesagt im Stadtteil Borby. Wie hat sich Kohrt an das Thema herangepirscht? Was rät er Menschen, die wissen wollen, woher ihre Großeltern, deren Eltern und weitere Verwandte kommen? Wie startet man die Suche?



Für Familien-Stammbäume gibt es Vorlagen wie diese, in die Hobbyforscher übersichtlich Namen und Daten für sechs Generationen eintragen können. Foto: privat

Geburts- und Heiratsurkunden, alte Fotos, Familiengeschichten: Das sind die ersten Grundlagen für einen Stammbaum. Weitere Informationen zu ergattern, kann schon zur Herausforderung werden. „Es gibt in Deutschland einen strengen Datenschutz. Der kommt uns Familienforschern immer wieder in die Quere", sagt Kohrt.

Denn seit 2009 gibt es ein neues Personenstandsgesetz, das Daten über viele Jahre hinweg schützt. Geburtsurkunden 110 Jahre, Heiratsurkunden 80 Jahre, Sterberegister 30 Jahre. „Wer aber ein berechtigtes Interesse nachweisen kann, wie beispielsweise ein direkter Nachfahre, der bekommt Zugriff", sagt Klaus Kohrt. Nach Ablauf dieser Fristen seien die Unterlagen öffentliches Archivgut, und jeder Mensch habe Anrecht darauf, diese einzusehen, führt er aus.

Mit der Heiratsurkunde der Eltern kann man ansetzen. „Darauf stehen die Namen der Großeltern. Da steht wahrscheinlich auch die Urkundennummer des Geburtseintrages, und dann kann man sich die Geburtsurkunden der Großeltern raussuchen lassen, ebenso wie die Heiratsurkunde der Großeltern", schildert der versierte Familienforscher. „Es ist eine Indizienkette, die man Stück für Stück, Generation für Generation, verfolgen muss."

„Personenstandsregister wurden im Staat Preußen im Oktober 1874 eingeführt. Für die Zeit davor muss man auf Kirchenregister umsteigen", sagt Klaus Kohrt. Über die Quellen der aktuellen Generation finde man den Anschluss an die vorherige Generation. „In Kirchenbüchern wird nicht ganz so systematisch und ausführlich dokumentiert", räumt er ein, „das kam immer darauf an, wie der Pastor drauf war und was er vermerkt hat. Manchmal bekommt man einen halben Stammbaum, weil Kinder und Enkelkinder namentlich beim Todeseintrag des Großvaters erwähnt werden." Manchmal sind die Eintragungen aber auch spärlich.

Zum Ende des 17. Jahrhunderts wurden Kirchenbücher in Schleswig-Holstein eingeführt. „Informationen über Vorfahren in der Zeit davor zu finden, ist haarig", sagt Kohrt. Dann müsse man auf Landes- oder Kreisarchive zurückgreifen, dort nach Verträgen oder Steuerlisten suchen. Das helfe aber nur bei Leuten, die Besitz hatten. „Waren die Vorfahren Tagelöhner, dann treten sie nirgends in Erscheinung. Es sei denn, sie haben sich etwas zuschulden kommen lassen und mussten vor Gericht."

Die Linie seiner Familie kann der 73-Jährige väterlicherseits bis um 1700 herum nachvollziehen, mütterlicherseits ist er bis knapp vor 1800 gekommen. „Das sind zehn Generationen, schon eine ganze Menge."

ZUGRIFF AUF KIRCHENBÜCHER IN GANZ DEUTSCHLAND

Für Anfänger in der Ahnenforschung empfiehlt Klaus Kohrt Online-Plattformen wie Ancestry, MyHeritage oder FamilySearch (einige sind kostenpflichtig, andere frei). Mit einfachen Tools könnten dort Dokumente durchsucht werden. Die wichtigste Plattform sei Archion, das Portal der evangelischen Kirche, mit Zugriff auf Kirchenbücher in ganz Deutschland.

Wer sich auf die Suche nach seinen Vorfahren begeben will und dabei Hilfe benötigt, kann sich auch anSHFamwenden. In Ostholstein gibt es einen Familienforscher-online-Stammtisch in Kooperation mit der Landesbibliothek Eutin. Die Termine sind monatlich.

„Familienforschung ist Puzzle-Arbeit. Sie erfordert eine gewisse Methodik. Da bin ich als Mathematiker im Vorteil", sagt Klaus Kohrt schmunzelnd. Und er gibt zu: „Es ist eine Sucht." Bei seinen Nachforschungen hat ihn berührt, „wie viele Kinder früher in einer Familie geboren wurden und dass häufig die Hälfte davon nicht das Erwachsenenalter erreicht hat. Das war in Tagelöhnerfamilien keine Seltenheit." Eine Überraschung gab es auch für ihn: In Borby, seinem Wohnort seit 2008, haben vor vielen, vielen Jahren bereits Vorfahren väterlicherseits gelebt. **BEN**

Indoor-Flohmarkt im Festsaal

WEISSENHÄUSER STRAND. Ob Kleidung, Spielzeug, Bücher oder Antiquitäten: Beim Indoor-Flohmarkt am Samstag und Sonntag, 10. und 11. Januar, im Ferien- und Freizeitpark in Weissenhäuser Strand können Trödel- und Schnäppchenjäger stöbern und handeln. An den Ständen auf den überdachten Verkaufsflächen im Baltic Festsaal und in der Dünengalerie finden die Besucher vieles, was das Herz begehrt.

„Flohmarkt-Liebhaber können so im Trockenen nach Schnäppchen suchen. Wir freuen uns schon auf viele Besucher", erklärt David Depenau, Sprecher der Geschäftsführung des Ferien- und Freizeitparks. Die Veranstaltung ist an beiden Tagen jeweils von 9 bis 16 Uhr geöffnet, kostenlose Parkplätze sind vorhanden. Ein gastronomisches Angebot stillt großen und kleinen Hunger.

Darüber hinaus steht am Samstag auch das Lichtermeer im Dünenbad unter dem Motto „Glanzmomente" auf dem Programm. Gezeigt wird dabei der Kinofilm „Frühstück bei Tiffany". Weitere Informationen unter www.weissenhaeuserstrand.de.



Im Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand findet ein Indoor-Flohmarkt statt. Foto: hfr



Das planen die Schulen ohne Rassismus

Vier neue Mitglieder im Netzwerk in Ostholstein aufgenommen – Große Aktion im März geplant

OLDENBURG. Das neue Jahr hat begonnen und das Netzwerk Schule ohne Rassismus in der Region blickt auf ein gutes 2025 zurück: Viel sei in Ostholstein bewegt worden, sagt Manja Krausche. Für sie war 2025 „total erfolgreich". Und das nicht nur im Kontext von Veranstaltungen im Rahmen der Feierlichkeiten zum Kriegsende vor 80 Jahren.

Die Leiterin der Gedenkstätte Ahrensbök kümmert sich um die Koordination der Projekte zwischen Fehmarn und Bad Schwartau. „Wir haben 2025 vier Schulen neu aufgenommen", freut sich Krausche. Nun sind es 12 insgesamt, eine wird früh im nächsten Jahr noch dazukommen. Welche, wird aber noch nicht verraten.

Die Neuaufnahmen bedeuten einen Zuwachs in den letzten 12 Monaten von mehr als 30 Prozent. Mittlerweile sind alle Schulformen vertreten. Und von diesem Mix lebt auch das Netzwerk offenbar mehr und mehr. Ideen, Veranstaltungen und Konzepte würden mittlerweile auf einer geschützten digitalen Plattform geteilt und gesammelt. Der Austausch, gerade bei regelmäßigen Treffen mehrmals jährlich – zwischen Grund-, Förder-, Gemeinschafts- und Berufsschulen sowie Gymnasien – sei „sehr lebendig", sagt Krausche.

Für 2026 steht eine Premiere an: Erstmals werden sich alle Netzwerk-Mitglieder an einer gemeinsamen Aktion beteiligen. Geplant ist sie für die zweite Märzhälfte, während der „Internationalen Wochen gegen Rassismus". Die Feinabstimmung läuft bereits. „Die Jugendlichen organisieren das selbst", sagt Krausche. Das Motto steht: „Stimme zeigen". Dazu wird noch nach Schwerpunkten gesucht.



Regionaltreffen der Schulen ohne Rassismus in der Lensahner Berufsschule im Sommer 2025: Vier neue Mitglieder sind in diesem Jahr hinzugekommen. Foto: Jan Scheper

Was war in 2025 besonders? Manja Krausche will kein Projekt gesondert hervorheben. Alle seien wichtig gewesen. Tief beeindruckt habe sie aber die Aufnahmefeier der Friedrich-Hiller-Schule in Schönwalde am Bungsberg. Dort sei nach rechten Übergriffen und einem Einbrucheine besondere Gemeinschaft entstanden, die sich aktiv für Demokratie einsetze. Auch in Lensahn ist das Engagement an der Berufsschule groß. Dort unterrichtet Sonja Sill. Die Lehrerin, die etwa angehende Erzieher ausbildet, berichtet von einigen motivierten Schülerinnen und Schülern – sowie Kolleginnen und Kollegen. Das gemeinsame Fazit falle „sehr positiv" aus.

Zuletzt gab es am 25. November eine Plakat- und Fotoaktion zum „Orange Day", dem internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen. Im Juni fand in Oldenburg die Verlegung von Stolpersteinen statt, initiiert von einer Klasse aus Lensahn. Es habe zudem, so Sill, Workshops in der Gedenkstätte Ahrensbök gegeben, ebenso wie die Ausstellung „Rechte Gewalt in Schleswig-Holstein" an der Schule. Und am 17. Oktober war Ibrahim Arslan zu Gast. Der damals 7-Jährige überlebte in der Nacht zum 23. November 1992den Brandanschlag von Mölln.

Verübt hatten die Gewalttat zwei Rechtsextreme. Beide Täter wurden zu Gefängnisstrafen verurteilt, sind aber wieder frei. Drei Menschen starben in der Brandnacht, die 51-jährige Bahide Arslan, die 14-jährige Ayse Yilmaz und die 10-jährige Yeliz Arslan.

Ibrahim Arslan verlor seine Großmutter, seine Cousine und seine Schwester. Er ist Bildungsreferent, setzt sich seit Langem gegen Rassismus und für eine Berücksichtigung der Perspektiven der Opfer in der Erinnerungskultur ein. Der taz sagte er im November: „Heute ist es gefährlicher – nicht, weil mehr Häuser brennen, sondern weil der Hass leiser geworden ist, aber intensiver und alltäglicher."

Auch in Lensahn bewegte sein Besuch alle: „Sehr eindrücklich hat er von seinen Erlebnissen berichtet", sagt Sonja Sill. Bei der gemeinsamen Schulaktion im März 2026, das steht schon fest, soll auch der Dokumentarfilm „Möllner Briefe" gezeigt werden. **JSCH**



Unterhalb von Haus Seeblick ist am Steiluferfuß inzwischen rot-weißes Flatterband gespannt worden. Foto: Michael Hollinde

Haus Seeblick: Könnte so die Rettung aussehen?

Erfahrener Bauingenieur sieht technische Lösungen – Sandcontainer könnten Steilufer stabilisieren.

LÜBECK. Immer wenn Dr. Georg Heerten am Haus Seeblick am Brodtener Steilufer vorbeiradelt, hat er ein Déjà-vu-Erlebnis. „Ich muss dann 25 Jahre zurückdenken, an das Haus Kliffende in Kampen auf Sylt. Das stand auch nur noch rund fünf Meter von der Abbruchkante entfernt und drohte bei der nächsten großen Sturmflut herunterzustürzen“, sagt der promovierte Bauingenieur.

Und dann habe es die konzertierte Rettungsaktion unter seiner Leitung gegeben. Wäre solch eine Maßnahme in letzter Minute auch noch beim Haus Seeblick möglich? Diese Frage treibt den Experten, der vor mehr als zehn Jahren als Ruheständler aus Niedersachsen ins ostholsteinische Neustadt gezogen ist, sichtlich um. Gerade ist er die Metalltreppe am Wanderweg hinuntergestiegen, um alles nochmal vom Spülsaum aus in Augenschein zu nehmen.

Dort ist der Strandbereich direkt unterhalb des gefährdeten Gebäudes inzwischen mit einem rot-weißen Flatterband abgesperrt worden. Dass hier der Hang aus Geschiebemergel gerade im Winter in Bewegung ist, lässt sich gut ablesen. Da sei viel Rutsch-Dynamik drin, kommentiert Heerten. Steine und Erdklumpen liegen am Fuß des rissigen Hanges, der bei Starkwind durch Wellenschlag zusätzlich angeknabbert wird.

„In der Tat sehe ich hier im Ansatz Parallelen zum Haus Kliffende. Auf Sylt kam damals unsere sogenannte Soft Rock-Lösung zum Einsatz“, sagt Heerten. Zur Erklärung: „Soft Rocks“ sind mit Sand befüllte, langlebige Kunststoffsäcke, die mittlerweile auch aus biologisch abbaubaren Rohstoffen hergestellt werden können.

Solche Sandcontainer seien äußerst robust und ökologisch überlegen im Vergleich zu großen Steinbrocken, „Hard Rocks“ genannt, die ebenfalls zur Stabilisierung von Küstenlinien eingesetzt werden.

Beispiel Haus Kliffende: Dort wurden auf circa 60 Meter Länge „Soft Rocks“ am Strand verbaut und anschließend mit Sand bedeckt. Zusätzlich wurden Sandfangzäune aus Buschwerk aufgestellt. Es bildete sich eine kleine Vordünenkette. Mit dem Ergebnis, dass das denkmalgeschützte Gebäude auch 35 Jahre später noch immer hoch oben am Ende des Roten Kliffs thront.



Bauingenieur Dr. Georg Heerten sieht noch eine Chance, das Haus Seeblick zu retten. Foto: Agentur 54°

Wichtiges Detail: Finanziert wurde die Rettungsaktion von der Deutschen Bank. Ihr gehörte das Anwesen von 1924, wo schon Emil Nolde und Thomas Mann zu Gast waren, bis 1998, bevor es an einen Privatmann weiterverkauft worden ist.

„Selbst wenn im Laufe der Jahre – wie auch vor Kampen mehrmals geschehen – eine Orkanflut kommt und den Sand abräumt, bleiben die Container als eine Art Panzerweste liegen und können so die weiteren Erosionen durch die anbrandenden Wellen stoppen“, berichtet der Bauingenieur, der früher auch einen Lehrauftrag an der renommierten RWTH Aachen hatte.

Und nach jedem schweren Sturm könne man dann die Sandabdeckung erneuern oder mit einer Sandvorspülung beginnen. „Hier bei uns in Ostholstein wurde unter anderem in Scharbeutz 2010 ebenfalls ein Wall aus Soft Rocks gebaut, der bei der schweren Sturmflut vom Oktober 2023 weitere Erosionen verhindert hat“, sagt Heerten.

Allerdings muss er eingestehen, dass sich die Situation hier in Brodten weitaus komplizierter darstellt. „Der große Unterschied ist, dass man am Haus Kliffende, wie auch in Scharbeutz, gut unmittelbar vor Ort arbeiten konnte, weil dort genügend Platz vorhanden war“, konstatiert er.

Der mangelnde Platz sei es also, was eine potenzielle Schutzmaßnahme am Brodtener Ufer schwierig und teuer mache. Man könne sich nur oben mit einem erheblichen Abstand zur Abbruchkante einen Arbeitsplatz einrichten, auf dem man die Textilcontainer mit Sand befülle.

„Dann braucht man noch ein Förderband mit entsprechend langer Auslage oder einen speziellen Kran, um die Sandcontainer an den Fuß des Steilufers zu transportieren und dort zu verlegen“, sagt Heerten.

Zudem müssten die Lagen Sandcontainer am Steiluferfuß so hoch gezogen werden, dass die Wellen nicht mehr ungehindert in die Böschung schlagen und den Boden entsprechend ausräumen können.

Und falls man sich dazu entschließe, empfiehlt er, die Sandcontainer von der Ufertreppe westlich vom Haus Seeblick bis zum nächsten bewachsenen Uferknick im Osten auf ganzer Länge einzubauen.

„Vielleicht könnte man die Soft Rocks aber auch alternativ mit schwimmendem Gerät auf der Seeseite im Spülverfahren füllen und einbauen. Dafür ist allerdings eine Erlaubnis zur Sandentnahme im Vorstrandbereich erforderlich“, gibt er zu bedenken.

Sein Resümee: Es gäbe technische Möglichkeiten, das Haus Seeblick noch zu retten, wenn man über die entsprechenden finanziellen Ressourcen verfüge und alle Rechtsfragen zum Naturschutz, Denkmalschutz und Küstenschutz geklärt seien. „Viel Zeit bleibt dafür allerdings nicht“, betont er ausdrücklich. **MHO**

RÄUMUNGSVERKAUF
WEGEN UMBAUS IN BAD SCHWARTAU
WIR SCHLIESSEN
WEITERHIN FÜR SIE DIE TÜREN AUF!
15%
auf Schreibwaren, Geschenkartikel, Schmuck und Lederwaren*
20%
auf alle Textilien*
AUCH AUF BEREITS REDUZIERTE WARE!
50 Jahre 1976 - 2026 IN BAD SCHWARTAU
MATZEN
Mode aus Tradition
Bad Schwartau
NEU die MATZEN-APP
JETZT IM APP STORE UNTER „MATZEN-APP“ FÜR ANDROID UND APPLE GERÄTE
Markttwiete 12 • 23611 Bad Schwartau
Über 1.000 kostenlose Parkplätze vor der Tür.
Mode für die ganze Familie auf über 5.000 qm.
*Gültig in Bad Schwartau bis 17.01.2026; nicht mit anderen Aktionen kombinierbar; Gilt nicht auf: Tabakwaren, Süßwaren,bereits getätigte Einkäufe, Extra-Bestellungen, Artikel von Beeline und Lascana.

Vortrag im Hansemuseum

LÜBECK. Zum Jahresauftakt am 13. Januar bietet die Vortragsreihe „Handel, Geld und Politik. Vom Mittelalter bis heute“ der Forschungsstelle für die Geschichte der Hanse und des Ostseeraums (FGHO) einen vertiefenden Einblick in den Handel des späten Mittelalters. An diesem Abend ist Dr. Henning Steinführer, Leiter des Stadtarchivs Braunschweig, mit einem Vortrag zum Thema „Von merswin bis senepp. Der Braunschweiger Handel um 1500 im Spiegel von Hermann Botes Zollbuch“ zu Gast im Europäischen Hansemuseum (EHM). Am Beispiel der historischen Hansestadt Braunschweig geht es um Handelswege und -waren sowie um Fragen der Marktorganisation. Der Vortrag beginnt um 18 Uhr im Beichthaus des EHM.

Der Eintritt ist frei, jedoch wird die Buchung eines kostenfreien Tickets über den Online-Shop unter hansemuseum.eu empfohlen.

Der Vortrag kann zusätzlich auf dem YouTube-Kanal des EHM live verfolgt werden: Europäisches Hansemuseum – YouTube.

Sicherheits-Tipps für Senioren

LÜBECK. Am Dienstag, 13. Januar, findet um 15 Uhr (Einlass ab 14.30 Uhr) der vierte Teil der Vortragsreihe „Wir wollen, dass Sie sicher leben!“ des Kommunalen Präventionsrats der Hansestadt Lübeck in Zusammenarbeit mit der Präventionsstelle der Polizeidirektion Lübeck statt. Die Veranstaltung zum Thema „Sicheres Gehen im Alter und Rollator sicher ausrüsten“ wird in den Räumlichkeiten des Jugendzentrums Burgtor, Große Burgstraße 2, durchgeführt. Diese sind barrierefrei über den hinteren Eingang zu erreichen. Die Teilnahme ist kostenfrei. Kaffee und Kekse werden gereicht.

Dr. med. Sisko Braun, Chefarzt am Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck, Geriatriezentrum, gibt im Vortrag zu dem Thema „Sicheres Gehen im Alter“ Einblicke aus der medizinisch-fachlichen Perspektive. Tatjana Rech wird Tipps geben. Seitens der Präventionsstelle der Polizei wird das Thema Sichtbarkeit praktisch vorgestellt.

Kann die Stiftung „7 Türme +“ Lübecks Altstadtkirchen retten?

Hoher Sanierungsbedarf trifft auf Finanzierungsprobleme – Mit digitalen Spenden gegen den Verfall.



Was wäre Lübeck ohne seine sieben Türme? Foto: Agentur 54°

LÜBECK. Fünf Kirchen, sieben Türme – und laufend Sanierungs- sowie Finanzierungsbedarf in erheblicher Höhe. Eigentlich eine Endlosschleife auf der Altstadtinsel, doch seit Ende Mai hat sich in dieser Dynamik etwas Wesentliches verändert. Ein Fakt, den auch Lübecks Bürgermeister Jan Lindenau (SPD) jetzt in seiner Videogrußbotschaft zum Jahreswechsel würdigt.

„2025 war für den Erhalt der sieben Türme von besonderer Bedeutung. Mit der Gründung der Stiftung ‚7 Türme +‘ ist ein gutes Fundament geschaffen worden, damit unsere Stadtsilhouette weiterhin erhalten bleibt und wir alle dieses wunderbare Lübeck-Gefühl erleben können, wenn wir uns der Stadt nähern und von weitem die sieben Türme erblicken und ein bisschen das Heimatgefühl in uns aufkommt“, sagt er.

Insgesamt hatten 18 Gründungsstifterinnen und -stifter das Barvermögen in Höhe von 1,5 Millionen Euro als Grundstock zusammengetragen. Laut Petra Kallies, Pröpstin des Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreises Lübeck-Lauenburg, werde die Stiftung etwa ein bis zwei Millionen Euro jährlich für die steten Instandhaltungsarbeiten an den fünf Gotteshäusern St. Marien, St. Aegidien, St. Jakobi, St. Petri und dem Dom zu Lübeck benötigen.

Drei der fünf drängeln schon in der ersten Reihe – mit akuten Baumängeln, deren Behebung weitaus mehr Geld erfordern wird. Blickpunkt St. Jakobi: Ende April wurden bei einer Routine-Inspektion in 107 Metern Höhe Schäden an der Turmspitze entdeckt. Im Kaiserstiel, der schmalen Konstruktion direkt unterhalb der Turmkugel, waren Teile der Kupferverkleidung aufgebrochen. Kletterer stabilisierten anschließend in einer spektakulären Aktion die Konstruktion.

Zurzeit werde ein Konzept zur Sanierung des Kirchturmes von Fachfirmen erstellt, das in den ersten Wochen des neuen Jahres vorliegen soll. So fasst Kirchenkreissprecher Bastian Modrow den aktuellen Stand zusammen. Anschließend müsse die Finanzierung geklärt werden, bevor ein Zeitplan für die Maßnahme erstellt werden könne. Diese soll 2026 stattfinden.

Im nächsten Jahr war eigentlich auch dem Dom Besserung in Aussicht gestellt worden. Dort sind die beiden, knapp 115 Meter hohen Wahrzeichen, der Süderturm und der Norderturm, marode. „Wir haben insgesamt 2,4 Kilometer Risse im Mauerwerk. Und zum Teil ist der Mörtel herausgewaschen, sodass die Backsteine nur noch lose aufeinander liegen“, lautet die Diagnose von Carlos Blohm, dem Vorsitzenden des Bauausschusses. Doch dass 2026 schon etwas Substanzielles passiert, ist unwahrscheinlich. Denn: „Die erforderlichen Baumaßnahmen müssen mit viel Sorgfalt vorbereitet werden, und dieses Verfahren ist leider sehr zeitaufwendig“, sagt Dom-Pastor Martin Klatt. Alle Beteiligten seien jedoch mit viel Engagement und sehr zielgerichtet dabei. Die Sanierung der Doppelturmanlage wird mit rund 23 Millionen Euro beziffert.

Akuter Problemfall Nummer drei: St. Marien, die Taufkirche des großen Literaten Thomas Mann. Der Nobelpreisträger spendete sogar einen Teil seiner Buchverkäufe nach dem Zweiten Weltkrieg für den Wiederaufbau. Nun bedarf der komplette Innenraum einer Restaurierung, also Fenster, Bodenheizung et cetera. Kosten des jahrelangen Projektes: 28 Millionen Euro.

Um weiteres Geld zu sammeln, testet die Stiftung „7 Türme +“ nun zwei neue digitale Spendensäulen in St. Petri und St. Jakobi neben den im Dom und St. Marien bereits vorhandenen Systemen. Die neuen Geräte stammen aus Irland und wurden von der Stiftung angeschafft und den Kirchen bereitgestellt. „Diese Art der Spendenakquise ist inzwischen europäischer Standard“, erklärt dazu Fundraiserin Heike Reimann. Im Dom seien über diese Säule im vergangenen Jahr immerhin 5000 Euro zusammen gekommen. **MHO**

Die Kirche wird zum Wohnzimmer

LÜBECK. Kuschelige Sofas statt unbequemer Kirchenbänke: Die beiden Lübecker Kirchengemeinden St. Jürgen und Laurentius starten ein gemeinsames Projekt – das neue Gottesdienstformat Wohnzimmer-Kirche. Zu diesen besonderen Gottesdiensten verwandeln sich das St.-Lukas-Haus (Ratzeburger Allee 23) und die St.-Markus-Kirche (Beim Drögenvorwerk 2-8). Für die Besucherinnen und Besucher stehen weiche Sitzmöbel bereit, Wohnzimmerlampen spenden warmes Licht und im Hintergrund läuft Pop- und Rockmusik. Es gibt inhaltliche Impulse und viel Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen.

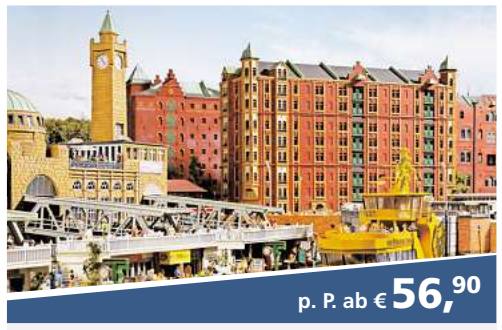
Pastorin Anne Mareike Müller beschreibt die Idee so: „In der Wohnzimmer-Kirche können sich Menschen so heimisch und geborgen fühlen wie im eigenen Zuhause. Die Stimmung ist leicht, die Musik ist mitsingbar, aber nicht banal.“

Auf diese Art möchten die Initiatoren Begegnung und Verbundenheit schaffen und Kirche auf eine neue Weise erlebbar machen. Für das neue Jahr stehen bei der Kirchengemeinde St. Jürgen bereits drei Termine fest: 13. Februar, 26. Juni und 2. Oktober. Die Laurentius-Gemeinde plant vier weitere Wohnzimmer-Kirchen-Termine, die genauen Daten stehen allerdings noch nicht fest.

Top-Tagesfahrten im Norden!

Mit modernen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin

Code: RB 055_11



p. P. ab € 56,90

Miniatur Wunderland Hamburg inkl. Eintrittskarte

ohne Wartezeit ins Wunderland
4-stündiger Aufenthalt in Hamburg
Bestaunen Sie in der Hamburger Speicherstadt die größte Modelleisenbahnanlage der Welt. Das Miniatur Wunderland Hamburg wächst ständig um Länder oder Städte.

▶ Di., 20.01.2026
▶ Di., 24.02.2026
▶ Di., 17.03.2026



p. P. nur € 29,90

Biike-Brennen auf der Insel Nordstrand

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

▶ Sa., 21.02.2026



p. P. nur € 59,90

Der Stint ist da!

großes Stint- & Fischbuffet
Aufenthalt in Lüneburg

Dieser leckere kleine Fisch wird nur kurze Zeit gefangen. Ein typisches Merkmal ist der leichte Gurkengeruch. Freuen Sie sich auf ein Stint- und Fischbuffet in der südlichen Lüneburger Heide. Auf dem Rückweg fahren wir am Nachmittag in die Salzstadt Lüneburg inkl. Freizeit.

▶ Mi., 25.02.2026
▶ Fr., 13.03.2026
▶ So., 08.03.2026
▶ Do., 19.03.2026



p. P. nur € 109,90

Hamburg Musikparade

Die neue Show 2026

Europas erfolgreichste Tournee der Militär- und Blasmusik kehrt zurück. Erleben Sie 7 Orchester aus allen Teilen der Welt.
Mit jährlich mehr als 100.000 Besuchern ist die MUSIK-PARADE die größte und erfolgreichste Tournee ihrer Art in ganz Europa.

▶ Freitag, 27.02.2026

REISEBÜRO Behrens GmbH

MTZ: 30 Personen, diese muss bis 3 Wochen vor Anreise erreicht sein.
Für mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet.
Personalausweis erforderlich.

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

Beratung & Buchung (Mo.-Fr. 09:00 bis 17:00 Uhr)
04521-77937-0

SCHMELZER
HÖRSYSTEME

Offizieller Sponsor des VfB Lübeck



DER GROSSE HÖRSYSTEME-VERGLEICH

DIE SCHMELZER GARANTIE *
- **4 Jahre** Garantie
- **2 Jahre** Garantie auf IdO's
- **3 Jahre 50 %** Verlustschutz
- **Bestpreis**-Garantie

Neues Jahr, neue Hörqualität – hören Sie den Unterschied.

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

Vereinbaren Sie jetzt Ihren Termin zur individuellen Höranalyse und lassen Sie sich von unseren Experten kompetent beraten. Testen Sie verschiedene Hörsysteme kostenlos und unverbindlich und entdecken Sie dabei, welche Lösung optimal zu Ihrem Alltag passt.

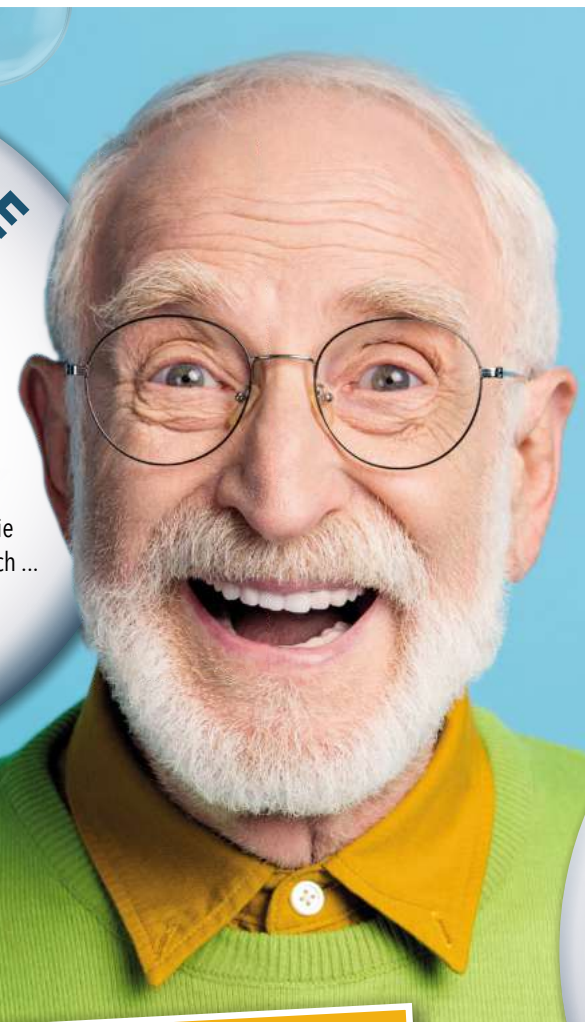
Ob kompakte Hinter-dem-Ohr-Hörsysteme mit moderner Bluetooth- und Akku-Technologie oder individuell angepasste Im-Ohr-Varianten – genießen Sie in jeder Alltagssituation einen erstklassigen Hörkomfort, der sich dezent, zuverlässig und natürlich in Ihr Leben einfügt.

KOMFORT-KLASSE



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

PHILIPS



TOP NULLTARIF-HÖRSYSTEM



Übertrifft Krankenkassen-Anforderung
Mikrofonautomatik • Bluetooth ...

Beltone

PREMIUM-KLASSE



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

optimushearing
MORE THAN JUST HEARING

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

ZUR TERMINVERGABE:

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

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

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

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

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

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

* Beim Kauf eines Hörgerätes erhalten Sie die Schmelzer Garantie. Diese beinhaltet vier Jahre Garantie, auf Optimus Hearing Hörsysteme 5 Jahre Garantie (davon ausgeschlossen sind Hörer, Otoplastiken und Ladestationen). Auf Im-Ohr Hörsysteme 2 Jahre Garantie, sowie drei Jahre 50% Verlustschutz für alle Hörsysteme. Das heißt, dass Sie bei Verlust eines Hörgerätes in den ersten drei Jahren nach Kaufabschluss nur 50% Ihres privaten Eigenanteils bezahlen.

** Anmeldefrist ist bis zum 31. Januar 2026 und das Angebot dann gültig bis zum 30.04.2026. 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.

Ruf, Ansehen
Gerichtshof der Kurie
span. Segelkriegsschiffe
Wahlübung beim Sport
abgerundete Schrift
Frauengestalt aus ‚Don Carlos'
Vorname des Autors Wallace
Schöffengericht im MA.
Stiel der Trauben
alte Waffe (... und Bogen)
einer der Argonauten
treibende Kraft
Feldertrag
mexikan. Schauspielerin, ... Hayek
Windrichtung
Inselgruppe nördl. Japans
englisch: nach, zu
arm, mittellos
entschlossen
Nahrungsverarbeitung
Hundelippe
arab. Zupfinstrument
Werk eines Malers
ein Raubvogel
griechische Vorsilbe: Stern
Eigelb
röm. Göttin d. Morgenröte
mit Zucker haltbar gemacht
kleine Vogelvoliere
Frauenkurzname
griech. Vorsilbe: bei, daneben
Faltenstoff
Verwaltungsamt
sportlicher Wettkämpfer
Abk.: leicht löslich
akademischer Grad
Kosmos
Zusammenfassung
schubartige Krankheit
bayrisch: Rettich
Palmenfrucht
Unwissenheit
persönliches Fürwort (4. Fall)
Kiefernart
Kindertagesstätte (Kw.)
im Vorübergehen
Trottel
Schicht
kurzes Bühnenstück
norddeutsch: Mädchen
Geige
Männername
US-Thrillerautor, Stephen
zierend
Kirchendiener
ohne Inhalt
produzieren
Zutat für Grog
südamerikanisches Krokodil
Vorname der Derek
zentralafrikanischer Staat
Kfz-Z. Neuenburg, Schweiz
türkische Währung
Stammmannschaft b. Sport
couragiert, beherzt
auf mehrere verteilter Betrag
europ. Fußballbund (Abk.)
englischer Artikel
exzentrischer Kunststil
eine Zitatensammlung
künstler. Nacktdarstellung
abgeschrägte Kante
offenes Küstensegelschiff
Sittlichkeit
devot, unterwürfig
Wahlspruch
spaßhafter Unfug
eine Sundainsel
Märchenwesen
kehren
germanischer Adliger
Oberhaupt d. Tibeter (... Lama)
Laute von Hunden
ein Bindewort
Wappenvogel
deutsche Tennisspielerin (Jana)
kleine Früchte
Rufname d. ‚Hair'-Sängerin Kramer
Initialen d. Philosophen Kant
Titelträger ohne Funktion
Hühnervogel
spanischer Frauenname
eine der Horen
unbestimmtes Fürwort
Festveranstaltung
italienischer Adriahafen
Skatausdruck
Wagenschuppen
Kräuterteepflanze
entfernen
Höflichkeitswort
Basaltgestein
Lichtkranz
Scherz
Modetanz der 70er
Staat in Westafrika
Hügel unter einem Haus
unbestimmter Artikel
benommen
ungute Leidenschaft
Binnengewässer
Heckenpflanze
italienisch: drei
Wasserstauanlage
ein Schnellzug (Abk.)
Orgelregister
scherzhaft: US-Soldat
Hauptstadt Süd-Koreas
Keimzelle
mexikanischer Agavenschnaps
männlicher franz. Artikel
sumerische Königsstadt
Zustimmung
Hast
nicht für
Gerät zum Rasenkürzen
südeutsch: Hausflur
Blätterteiggebäck
Blumenstrauß
hüpfen
Wärmegrad

Nelson Park - die Terrassendach-Manufaktur
- weil jeder Kundenwunsch anders ist!



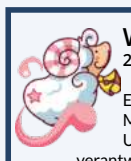
Jetzt Winterpreise: 12 % Rabatt

NELSON PARK PRIME
Wenn es schnell gehen soll:
beraten, planen und montieren in nur 2 Wochen

Erleben Sie unsere Ausstellung in Ahrensbök

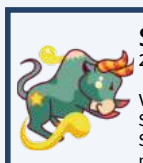
Nelson Park Terrassendächer
Servicebüro Ahrensbök
23623 Ahrensbök, Lübecker Straße 17
0 45 25 / 5 01 81 15 - nelsonpark-td.de

Widder
21.03. - 20.04.



Es sind nicht andere Menschen oder die Umstände, die für Ihr Gefühl verantwortlich sind. Sie sind es selbst. Mehr Harmonie und Erfolg, wenn Sie auf Ihre innere Stimme hören.

Stier
21.04. - 20.05.



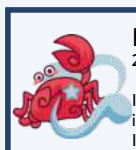
Wut und Aggressivität: Spannungen unter Mond-Saturn-Einfluss! Legen Sie nicht jedes Wort auf die Goldwaage. Auch ruhige Gemüter können heute ausflippen.

Zwillinge
21.05. - 22.06.



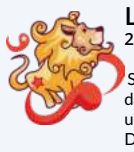
Liebesplanet Venus verleiht den aufgeweckten Zwillingen eine zauberhafte Ausstrahlung und die nötige liebevolle Energie, um sich mit dem Partner rund-um auszusöhnen.

Krebs
22.06. - 22.07.



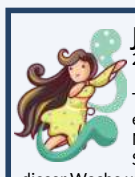
Ihre wichtigste Eigenschaft ist Tole-ranz. Verteidigen Sie Ihre Meinung, bleiben Sie fair. Respekt ist der Schlüssel zum Erfolg – in der Liebe und im Job.

Löwe
23.07. - 23.08.



Sie erkennen diese Woche das Wesentliche leichter und peilen die wichtigen Dinge an. Ihr Partner kommt mit Ihrer Löwen-Energie nicht so klar. Nehmen Sie sich Zeit für ihn.

Jungfrau
24.08. - 23.09.



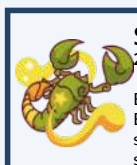
Tage der Liebe: Sie haben eine unwiderstehliche Mischung aus Charme und Stärke. Im Job sind Sie in dieser Woche unbeirrt von Einwänden und ziehen Sie Ihre Pläne durch. Gut so!

Waage
24.09. - 23.10.



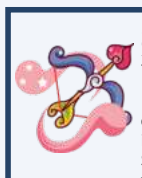
Sie empfinden diese Woche eine starke Neugierde. Sie suchen das Unbekannte, das Geheimnisvolle. Im Beruf ist diese Gier nach Neuem von Vorteil. Sie drängen nach Wissen!

Skorpion
24.10. - 22.11.



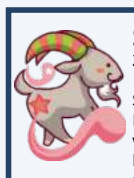
Eine wichtige Entscheidung: Ihre Gefühle sind Ihr Kompass. Sie lassen sich nicht verunsichern. Kraftvoll und klug kämpfen Sie für Ihre Ziele, strahlen Stärke und Sicherheit aus.

Schütze
23.11. - 21.12.



Ihr Leben befindet sich diese Woche am Himmel in den besten Händen. Sie müssen nur noch auswählen, welcher Weg Ihnen der liebste ist. Es gibt also nichts zu meckern.

Steinbock
22.12. - 20.01.



Steinbockmond! Das Privatleben kommt zu kurz, weil die Pflicht ruft. Mit Disziplin, Konzentration und Zielstrebigkeit verwirklichen Sie neue Ideen, statt nur darüber zu reden.

Wassermann
21.01. - 19.02.

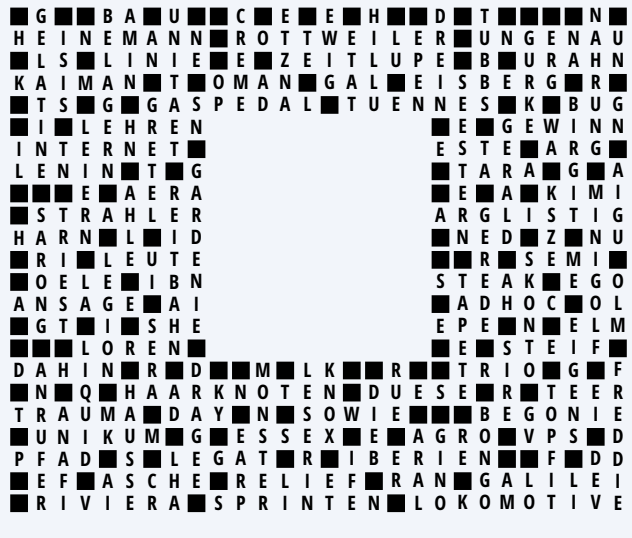


Diese Woche geht's darum, nicht lange zu fackeln. Denn Ihr Charme öffnet die Tür zu manchem Herzen, und eine wundervolle Nachricht kann Ihrer Seele Flügel verleihen.

Fische
20.02. - 20.03.



Sie spüren das spezielle Kribbeln im Bauch, die Freude und Zuneigung für den Partner und die Überportion Sinnlichkeit. Sie schweben im Glück und sind glücklich wie noch selten.



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

Lösungen der Vorwoche



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

LÜBECK + OSTHOLSTEIN
WOCHENSPIEGEL
IMMER SONNABENDS IM BRIEFKASTEN UND ONLINE JEDERZEIT FÜR SIE DA!

B75 wird 2026 ab Mai gesperrt

13 Fakten zur Sperrung zwischen Hamberge und Lübeck: Das müssen Anwohner und Pendler wissen.

HAMBERGE. Die Vollsperrung der B75 wird für Pendler, Eltern, Betriebe und Rettungskräfte zur Herausforderung. Hier sind die 13 wichtigsten Fakten zur Baumaßnahme:

▸ **Startschuss am 4. Mai:** Ab Montag, 4. Mai 2026, ist Schluss mit der freien Fahrt auf der B75. Von der Ortsdurchfahrt Hamberge bis zum Ortseingang Lübeck wird die Fahrbahn erneuert und die Strecke komplett gesperrt.

▸ **Ende erst im Dezember 2026:** Die Baumaßnahme ist kein Kurzprojekt. Bis Dezember 2026 soll gebuddelt und asphaltiert werden. Das bedeutet: rund acht Monate Dauerbaustelle.

▸ **Komplett-Erneuerung statt Flickwerk:** Die Fahrbahn in Hamberge wird mitsamt Asphaltdecke und Binderschicht neu gemacht. Auch der Radweg wird saniert. Außerdem sollen die Bushaltestellen innerorts barrierefrei gestaltet und die Schmutz- und Regenwasserkanalisation erneuert werden. Auf der freien Strecke zwischen Hamberge und Lübeck wird die B75 grundinstand gesetzt. Der Radweg wird dort wegen zahlreicher Wurzelschäden komplett neu hergestellt.

▸ **Sechs Bauabschnitte – los geht's an der Haferkoppel:** Die Strecke von Hamberge nach Lübeck wird in sechs Unterbauabschnitte aufgeteilt. Der erste Bauabschnitt beginnt an der Haferkoppel am Hamberger Ortseingang (von Lübeck kommend) und reicht bis zum Restaurant Hauck.



Am 4. Mai 2026 geht's los. Dann startet die Sanierung der B75 ab Haferkoppel. Die Straße wird komplett gesperrt. Foto: Britta Matzen

▸ **Danach durch die Dorfmitte:** In zwei weiteren Bauabschnitten geht es durch die Hamberger Dorfmitte bis zum Ortsausgang Richtung Reinfeld. Zunächst wird der Abschnitt zwischen dem Restaurant Hauck und der Straße Am Travehang zur Baustelle. Der Beginn der Sommerferien ist Stichtag für den dritten Bauabschnitt. Dann wird die B75 vom Travehang bis Ortsausgang Hamberge aufgerissen.

▸ **Bauen außerorts:** Im vierten Bauabschnitt geht es ab Haferkoppel in Richtung Lübeck weiter – bis zum Hof Poggenpohl. Der fünfte Abschnitt reicht von Poggenpohl bis zum Travereithof. Der letzte Bauabschnitt erstreckt sich vom Travereithof bis zur Ortseinfahrt Lübeck.

▸ **Umleitung wie schon 2025:** Die Umleitungsstrecke orientiert sich an der B75-Baumaßnahme von 2025. Aus Richtung Reinfeld soll der Verkehr über Groß Wesenberg, Klein Wesenberg, Niendorf und Alt Moisling nach Lübeck geleitet werden. Es werden auf der Strecke Halteverbote eingerichtet, eventuell auch in Groß Wesenberg bis an den Anschluss der B75.

▸ **Fußgänger und Radfahrer haben freie Bahn:** Die gute Nachricht: Rad- und Fußverkehr bleiben für die Dauer der gesamten Bauzeit möglich. Das gilt sowohl inner- als auch außerorts.

▸ **Ziegeleiweg gesperrt:** Für den größten Aufreger hat diese Nachricht des LBV.SH gesorgt: Im dritten Bauabschnitt wird der Ziegeleiweg für vier bis sechs Wochen gesperrt. Der Ziegeleiweg ist für Hamberger, die in dem betroffenen Baubereich wohnen, die einzige Möglichkeit, auf die Umleitungsstrecke nach Lübeck und Reinfeld zu gelangen. Wer nicht vier oder sechs Wochen abgeschnitten sein will, muss also sein Fahrzeug irgendwo außerhalb parken und einen längeren Umweg in Kauf nehmen. Das wird für viele ein harter Einschnitt im Alltag.

▸ **Grundstücke bleiben erreichbar – aber oft nicht mit dem Auto:** Ja, man kommt nach Hause. Aber nicht immer mit dem Auto. Viele Anwohner müssen während der Bauarbeiten weiter entfernt parken und den Rest zu Fuß gehen.

▸ **Wo kann man parken?** In Hamberge herrscht Parkplatzmangel. Die Gemeinde will deshalb Parkplätze bei der gemeindlichen Sammelstelle zur Verfügung stellen. Außerdem haben Privatleute angeboten, mit Parkmöglichkeiten auszuhelfen. So will Familie Beeck eine Wiese als Parkplatz einrichten.

▸ **Kita, Schule, Bus, Rettung – vieles noch offen:** Rettungseinsätze sollen jederzeit gesichert sein. Kita und Grundschule: Eltern können ihre Kinder nicht immer mit dem Auto zur Kita oder Grundschule bringen. In solchen Fällen lautet die Empfehlung: zu Fuß oder mit dem Rad. Schulbus: Laut Auskunft des LBV.SH soll während der Baumaßnahmen ein Busverkehr nach Reinfeld und Lübeck möglich sein. Man sei in enger Abstimmung mit der Autokraft, hieß es bei der Info-Veranstaltung des LBV.SH. Doch konkrete Pläne zu den Ersatzhaltestellen fehlten noch.

▸ **Gewerbe, Müll, Pakete:** Gewerbe: In den verschiedenen Bauabschnitten sind Gewerbebetriebe ansässig, darunter ein Restaurant, Hotel, Kfz-Betrieb, Landwirte. Wie sieht es mit deren Erreichbarkeit aus? Hier gibt es eine ausweichende Antwort des LBV.SH. Die Befahrbarkeit sei mit der zukünftigen Baufirma zu besprechen. Müllabfuhr: Für die Müllabfuhr ist gesorgt. Die Anwohner sollen ihre Mülltonnen an die Grundstücksgrenzen stellen. Die Baufirma sammelt die Tonnen ein und bringt sie nach der Leerung auch wieder zurück. Post, Pakete: Werden Briefe und Pakete zugestellt? Hier kann der LBV.SH keine Garantien übernehmen. Einige Briefträger seien sehr bemüht, andere ließen es schleifen.

Fazit: Die B75-Sanierung ist notwendig, aber sie wird wehtun. Wer in Hamberge wohnt, arbeitet oder über die B75 pendelt, muss mehr Zeit einplanen. Und fürs Parken, Einkaufen und vieles andere mehr braucht man einen Plan B – und gute nachbarschaftliche Beziehungen. **BMA**

EINKAUFEN MIT DER BESTPREIS GARANTIE

KNUTZEN HOME

knutzen-home.de
Die mit dem grünen Haus



KNUTZEN HOME Lübeck
Osterweide 14
Telefon 0451 50 49 060

KNUTZEN HOME Eutin
Industriestr. 12a
Telefon 04521 79 56 00

KNUTZEN HOME Oldenburg in Holstein
Am Voßberg 8
Telefon 04361 50 63 90

Travehusen: Erste Blicke auf Mega-Neubaugebiet

Platz für 1200 bis 1800 Neu-Travemünder – Einzug in das neue Quartier ab Sommer 2028 geplant.

LÜBECK. Über einen knappen Kilometer wird sich die zukünftige Lebensader fast schnurstracks durch das Wohnquartier ziehen. Einen Namen hat sie auch schon bekommen: Teutenbrook. So ist es jedenfalls auf dem großen Lageplan, der im Bürocontainer auf der Baustelle hängt, verzeichnet.

Der Teutenbrook ist als Hauptverkehrsachse der „Neuen Teutendorfer Siedlung" – oder von „Travehusen", so der populäre Name – gedacht. Die Achse wird acht Wohninseln verbinden. Hier sollen bald zwischen 1200 und 1800 Neu-Travemünderinnen und -Travemünder ihr Zuhause haben.

„Wir verfolgen ein nachhaltiges Mobilitätskonzept mit Car-Sharing und Lastenfahrrädern. Wir bekommen sogar eine neue Buslinie mit Haltestellen mitten ins Wohngebiet, die das Quartier im Halbstundentakt direkt über die Bahnhöfe oder den Schnellbus in Richtung Lübeck anschließt", erklärt Petra Wedemann. Als Leiterin der Projektentwicklung begleitet sie von Beginn an das Mammutvorhaben im Ostseebad, das sich über eine Fläche von 27 Hektar erstreckt.

Also seit August 2021, als das niederländische Unternehmen Bouwfonds Immobilienentwicklung – kurz bpd –, einer der größten Projekt- und Gebietsentwickler in Europa, die große Ackerfläche östlich des Gewerbegebiets „Am Dreilingsberg" gekauft hatte.

Inzwischen wird die Umsetzung des Wohngebiets konkreter: So sind auf dem detaillierten Projektplan schon „Moorbekstraße", „Am Wasserlauf", „Langensegenwiese" und alle weiteren Straßennamen des neuen Quartiers zu lesen.

„Diese Ringstraßen werden die einzelnen Wohnbereiche jeweils mit dem zentralen Teutenbrook verbinden", erklärt der Projektsteuerer Jürgen Quade, während er einzelne Straßenverläufe mit dem Finger auf dem Plan nachzeichnet. 57.000 Quadratmeter Wohnfläche seien vorgesehen, aufgeteilt in Einzelhäuser, Doppelhaushälften, Reihenhäuser sowie Geschosswohnungsbau mit vier Etagen.

Was bei dem grafischen Entwurf an der Wand auffällt: Es wird ringsherum viel Grün geben. Auf die speziell gekennzeichneten Flächen angesprochen, sprudelt es förmlich aus Petra Wedemann heraus. „Wir werden mehr als 300 heimische Laubbäume auf dem Areal pflanzen, Blühwiesen anlegen sowie zahlreiche Trockenmauern für Reptilien. Außerdem wird die



Auf dieser Drohnenaufnahme vom 18. Dezember erkennt man schon die einzelnen Wohninseln der Neuen Teutendorfer Siedlung in Travemünde. Foto: L+W, Sebastian Stoll

Moorbek, die bisher teils unterirdisch in Rohren verlaufen ist, offengelegt und renaturiert sowie rundherum ein Wanderweg angelegt", berichtet sie.

Ihr Kollege Quade fasst es mit der Formel „ein Drittel zu zwei Drittel" zusammen. Heißt: Nur ein Drittel der Gesamtfläche werde bebaut. Zudem erwähnt er noch den nachhaltigen Ansatz der autarken Wärmeversorgung. „Wir bringen in den zwölf Hektar großen Parkanlagen ungefähr 200 Erdsonden in 150 Metern Tiefe ein. Über eine Art Tauscher-Prinzip werden die Haushalte mit Wärme versorgt", erläutert er. Im kommenden März werde man mit diesem Ausbau beginnen.

Auf dem gigantischen Areal entlang des zukünftigen Teutenbrook ist mächtig Betrieb. Der milden Witterung sei Dank, sagt Quade während einer Baustellenführung. Auf den angelegten Baustraßen, zwischen großen Erdhügeln und Erdwällen, wird tonnenweise Erde bewegt.

Radlader, schwere Zugmaschinen mit Hänger sowie Bagger sind auf den einzelnen Baufeldern aktiv. Wie große Pilze ragen teils schon Schachtanlagen für die Ver- und Entsorgungsleitungen aus dem Untergrund. „Das Blaue da drüben ist schon die erste Wasserleitung", sagt der Projektsteuerer und zeigt auf einen dicken, blau markierten Plastikschlauch, der aus der Erde schaut.

Die 30-Kilovolt-Stromtrasse sei schon im vergangenen Jahr verlegt worden. „Jetzt sind wir bei Teil eins der Erschließungsmaßnahmen. Der komplette Rohrleitungsbau und die Vorbereitung der Straßenkörper laufen nun. Auch die vier Regenrückhaltebecken auf dem Areal werden angelegt", führt Quade aus.

Seinem eigentlichen Zweck folgt das Baugebiet im Herbst 2026: Dann soll das erste Fundament für ein Haus gelegt werden. „Wir starten im Westen mit dem Reihenhaus-Bau sowie mit dem Geschosswohnungsbau", sagt er und weist mit der Hand auf das Ende des Teutenbrooks hin.

Im Sommer 2028 sollen die ersten „Travenhusener" einziehen können. Bis Ende 2032 wolle man schließlich mit allem durch sein. Dass von dem neuen Wohnquartier schon jetzt eine Anziehungskraft ausgeht, kann Petra Wedemann an der Anzahl der Newsletter-Interessentinnen und -Interessenten ablesen.

„Wir haben schon mehr als 1500. Mit dem Vertrieb der ersten Wohnungen werden wir wahrscheinlich im zweiten Quartal 2026 beginnen können", sagt sie und schaut dabei auf den Uferbereich der schon freigelegten Moorbek. Dort sonnen sich Saatkrähen und Möwen. „Die Vögel haben das hier alles schon angenommen", sagt sie und schmunzelt. **MHO**

„Herz an Herz" in der MuK

LÜBECK. Weiße Tauben, die bei der Trauung in den Himmel steigen. Sofortbilder in lustigen Requisiten, Second-Hand-Markenkleider und nachhaltig produzierte Brautmode. Das ist nur ein kleiner Vorgeschmack darauf, was die 27. Hochzeitsmesse „Herz an Herz" am Samstag und Sonntag, 10.und 11. Januar, in der Lübecker Musik- und Kongresshalle (MuK) bietet. Sie gilt als eine der größten und beliebtesten Messen ihrer Art im Norden. Ausgerichtet wird sie von Germo Lindemann, Geschäftsführer der Firma Roter Panther Kommunikation GmbH.

In der festlich beleuchteten Musik- und Kongresshalle können die Verliebten mit der Planung ihrer Traumhochzeit beginnen. „Es gibt viele Anregungen", kündigt Lindemann an. „Aber auch wer ein anderes großes Fest plant, wird vielfältige Inspirationen finden."

MODENSCHAUEN AUF DER BÜHNE

80 Aussteller aus mehr als 30 Branchen präsentieren ihre Angebote. Außerdem gibt es ein professionell moderiertes Bühnenprogramm mit viel Show, Modenschauen sowie Live-Musik und Unterhaltung. Natürlich seien auch wunderschöne Festkleider, passender Schmuck und Ideen für die Dekoration zu finden, sagt Lindemann.

Geöffnet ist die Messe in der MuK, Willy-Brandt-Allee 10, am Samstag und Sonntag von 10 bis 17 Uhr. Der Eintritt kostet zehn Euro. Tickets sind online über Eventim oder an der Tageskasse vor Ort erhältlich. Kinder bis zu zwölf Jahren haben in Begleitung Erwachsener freien Eintritt. Parkmöglichkeiten gibt es direkt an der MuK. Am Sonntag sind die Parkplätze kostenfrei.

AUS DER GESCHÄFTSWELT

Den neuen Renault Clio beim L&Z-Neujahrsempfang erleben!

LÜBECK/ MALENTE. Wer sich den neuen Renault Clio näher anschauen möchte, hat dazu bald Gelegenheit. „Der brandneue Renault Clio ist unser Ehrengast beim Neujahrsempfang 2026", freut sich Klaus Kruse, Leiter Vertrieb und Marketing der L&Z-Gruppe.

Wer sich im Januar für einen Renault mit Finanzierung oder Leasing entscheidet, erhält je nach Modell 2 oder sogar 4 Raten geschenkt. Diese Aktion gilt auch für den neuen Clio. Aktionsdetails erhält man online auf www.LZautomobile.de oder direkt in der Filiale.

EMPFANG AM 17. JANUAR

„Wir laden alle Kunden und Interessenten in die Filiale in Lübeck und Malente am Samstag, 17. Januar, von 10 bis 14 Uhr zu Buffet & Sektempfang ein", ergänzt Klaus Kruse.



So sieht der neue Renault Clio aus. Foto. L&Z/ Renault



GESUNDHEITS-TIPP

Vitamin D ist wichtig in der Winterzeit

Im Winter ist die Strahlungsintensität der Sonne niedriger und reicht im Herbst und Winter hierzulande nicht aus, um genügend Vitamin D über die Haut zu bilden. Zudem bewegen wir uns bei tiefen Temperaturen im Durchschnitt weniger an der frischen Luft. Was können wir also tun, um eine ausreichende Vitamin-D-Versorgung zu gewährleisten? Und für welche Personengruppen ist es besonders wichtig?

WAS IST VITAMIN D?

Vitamin D zählt zu den fettlöslichen Vitaminen und wird zudem als Hormon eingestuft. Gemeinsam mit anderen Faktoren, hilft es dem Körper dabei, die Mineralstoffe Kalzium und Phosphat richtig zu verwerten und deren Aufnahme in den Darm zu fördern. Somit

- spielt es für die Entwicklung und Erhaltung der Knochengesundheit eine wichtige Rolle,
- stärkt die Muskelkraft und
- trägt zu einem gut funktionierendem Immunsystem bei.

Im Vordergrund steht dabei die Vitamin-D-Bildung durch Sonneneinstrahlung, um diese in der Haut bilden und speichern zu können. Durch körperliche Aktivität kann es dann aus diesem Speicher freigesetzt werden. Die körpereigene Bildung ist jedoch von Mensch zu Mensch verschieden und meist von weiteren Faktoren, wie

- Alter,
- Hauttyp,
- Tageszeit,
- Kleidung,
- Aufenthaltsdauer im Freien,
- Jahreszeit,
- Breitengrad
- etc.

abhängig.

In Bezug auf die Knochengesundheit, lässt sich über den Vitamin-D-Spiegel im Blut einschätzen, ob eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D gegeben ist. Die tatsächliche Aussagekraft ist jedoch etwas begrenzt, da sich die Werte je nach Messmethode des Labors, aber auch je nach Jahreszeit unterscheiden können. Wiederholte Messungen sind daher empfehlenswerter als einmalige Messungen.

Vom Robert Koch-Institut (RKI) wird die Höhe des Vitamin-D-Spiegels folgendermaßen bewertet:

- **ausreichende Versorgung:** Blutwerte zwischen 20 und 30 ng/ml (Nanogramm pro Milliliter) zeigen eine für die Knochengesundheit genügende Versorgung an.
- **ausreichende Versorgung ohne Zusatznutzen:** Ab einem Wert von 30 ng/ml ist eine für die Knochengesundheit ausreichende Versorgung gewährleistet, es gibt jedoch keinen weiteren Zusatznutzen für die Gesundheit.
- **mangelhafte Versorgung:** Diese ist bei einem Wert von unter 12 ng/ml gegeben und geht außerdem mit einem erhöhten Risiko für Krankheiten wie Rachitis, Osteomalazie und Osteoporose einher.



Joerg Ortmann, Inhaber der Pinguin-Apotheken, gibt Gesundheits-Tipps.

Wichtig: Ein Vitamin-D-Mangel besteht nur dann, wenn die Blutwerte niedrig sind und mit Beschwerden wie Knochen- und Muskelschmerzen einhergehen.

WIE LÄSST SICH DIE VITAMIN-D-VERSORGUNG (IM WINTER) VERBESSERN?

Möchte man die eigene Vitamin-D-Versorgung verbessern, hat man folgende Möglichkeiten:

- Aufenthalte im Freien,
- Verzehr von Vitamin-D-haltigen Lebensmitteln,
- Anwendung von Nahrungsergänzungsmitteln mit Vitamin D

In Bezug auf die Ernährung, gibt es nur wenige Lebensmittel, die Vitamin D enthalten. Man kann also über das Essen Vitamin D aufnehmen, aber der benötigte Bedarf kann nicht allein dadurch abgedeckt werden.

Als gute Vitamin-D-Nahrungsquellen dienen:

- fettreiche Fische (Hering, Makrele, Lachs),
- Innereien (z.B. Leber),
- Speisepilze,
- Eigelb oder
- Margarine und Streichfette (mit Vitamin D angereichert).

Eine weitere Möglichkeit, die eigene Versorgung zu verbessern, sind Nahrungsergänzungsmittel, die Vitamin D enthalten. Diese gibt es frei verkäuflich in Form von

- Kapseln,
- Tabletten,
- Tropfen oder
- Sprays.

Manchen Personengruppen fällt es jedoch schwerer, den idealen Bedarf abzudecken:

- älteren Personen mit wenig Aufenthalt im Freien,
- Neugeborenen,
- Menschen mit dunkler Hautpigmentierung,
- Personen mit bestimmten chronischen Erkrankungen.

Benötigen Sie noch weitere Informationen zu Vitamin D? Kommen Sie einfach zu uns in die Pinguin- Apotheken – wir beraten Sie gern.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken

Im Netz auf Diagnosesuche

Online verlässliche Gesundheitsinformationen finden.

Zu Gesundheitsfragen online recherchieren gehört für viele zum Alltag, liefert das Internet doch Antworten rund um die Uhr, schnell und bequem. Suchergebnisse können aber auch falsche Informationen enthalten, das ist, gerade wenn es um Gesundheit geht, problematisch. Wie lässt sich die Suche im Netz sicher gestalten? Alina Gedde, Digitalexpertin bei ERGO, klärt auf.

Gesundheitsthemen zählen in der digitalen Welt zu den meistgesuchten Inhalten. Von Ratgeberportalen über Foren bis hin zu Social-Media-Beiträgen kursieren unzählige Informationen. „Viele Menschen haben Schwierigkeiten, in dieser Menge an Suchergebnissen Fachwissen von Meinungen oder Werbung zu unterscheiden“, erklärt Alina Gedde, Digitalexpertin bei ERGO. Besonders problematisch ist die fehlende Transparenz. „Häufig bleibt unklar, welche Qualifikationen die Informationsanbieter haben oder wie sie die Inhalte finanzieren“, so Gedde. Influencer-Marketing verschärft die Situation zusätzlich. Viele junge Menschen lassen sich bei Gesundheitsfragen von Online-Vorbildern beeinflussen, hinter deren Empfehlungen manchmal kommerzielle Interessen stecken.

WORAN ERKENNE ICH SERIÖSE GESUNDHEITSINFORMATIONEN?

Gesundheitsinformationen stammen idealerweise von medizinischen Fachleuten, die ihre Qualifikationen offenlegen. „Wer eine Seite betreibt und wie die Finanzierung geregelt ist, lässt sich meist im Impressum herausfinden. Informationen, die offensiv für bestimmte Produkte oder Verfahren werben, verdienen besondere Vorsicht,“ so die Expertin. Hochwertige Gesundheitsinformationen sind kosten- und barrierefrei zugänglich. Verlässliche Webseiten benennen offen, an wen sich ihre Inhalte richten und mit welcher Absicht sie erstellt wurden. Sie weisen außerdem deutlich darauf hin, dass ihre Informationen keinen Arztbesuch ersetzen können und kommunizieren die Grenzen ihrer Aussagen transparent. „Ernsthafte Autorinnen und Autoren belegen ihre Inhalte mit nachvollziehbaren Quellen und wissenschaftlichen Studien. Fehlen diese oder bleiben die Quellen unklar, ist Misstrauen angebracht,“ erklärt Alina Gedde. Gesundheitsinformationen benötigen darüber hinaus ein klares Veröffentlichungs- oder Aktualisierungsdatum, da medizinisches Wissen sich stetig weiterentwickelt. Veraltete Informationen können deshalb fehlerhaft und risikobehaftet sein. Vorsicht geboten ist immer dann, wenn Angebote fast wundersame Heilungen oder schnelle Erfolge versprechen, insbesondere bei direkten Produktverlinkungen und Werbung.

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Renommierte Experten warnen:

Schlafmittel nicht verteufeln

Einige Präparate helfen nicht, andere können Nebenwirkungen haben, doch nicht jedes ist schlecht



5 von 10 Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 7 von 10 Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf. Schädlich: Denn die so wichtige Tiefschlafphase ist essenziell für unsere Gesundheit. Chronischer Schlafmangel kann sich rächen, denn es können mehr Symptome auftreten als einfach nur Müdigkeit.

Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, wird im Alltag häufig mit unangenehmen Folgen zu kämpfen haben. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung von Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern. Viele Gründe also, sich mit der eigenen Schlafdauer und -qualität auseinander zu setzen.

Warum gut Einschlafen allein nicht ausreicht

Maßgeblich für einen erholsamen gesunden Schlaf ist vor allem die Qualität des Tiefschlafs. Denn: Nur während der Tiefschlafphasen entspannt der ganze Körper und der Blutdruck fällt ab. Währenddessen stimulieren Hormone das Immunsystem. Sie gelten als unerlässlich für alle anfallenden Reparaturarbeiten des Körpers. Schlaf reguliert außerdem die Freisetzung von Hormonen, die den Stress regulieren oder das Wachstum der Muskeln, den Appetit und den Stoffwechsel steuern. Seit einiger Zeit ist zum Beispiel bekannt, dass gerade beim Abnehmen ausreichend Schlaf wahre Wunder wirken kann.[1]

Die Anwendung von chemischen Schlafmitteln

Viele Betroffene scheuen jedoch die Verwendung von chemisch-synthetischen Schlafmitteln. Denn zum einen können chemisch-synthetische Schlafmittel den Tiefschlaf reduzieren, worunter die Schlafqualität enorm leidet. Zum anderen fürchten sie die Abhängigkeit. Experten bestätigen, dass ein plötzliches Verzichten nach langjähriger Einnahme von entsprechenden Präparaten in hohen Dosen zu körperlichen und psychischen Entzugserscheinungen führen kann.

Mit gutem Gefühl erholsam ein- und durchschlafen

Doch es gibt eine natürliche Lösung, die nicht nur das Einschlafen erleichtert, sondern auch das Durchschlafen fördern kann[3]: Baldriparan – Stark für die Nacht – das pflanzliche Schlafmittel Nr. 1* in deutschen Apotheken. Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich in Studien belegt.[2] Baldriparan verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.[3] Somit verursacht es keine Müdigkeit am nächsten Morgen und ermöglicht einen erholten Start in den Tag.

Unser Tipp: Starten Sie heute mit erholsamem Schlaf und unterstützen Sie Ihre Gesundheit. Fragen Sie in der Apotheke gezielt nach Baldriparan – Stark für die Nacht. Ihr Körper wird es Ihnen danken.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



www.baldriparan.de



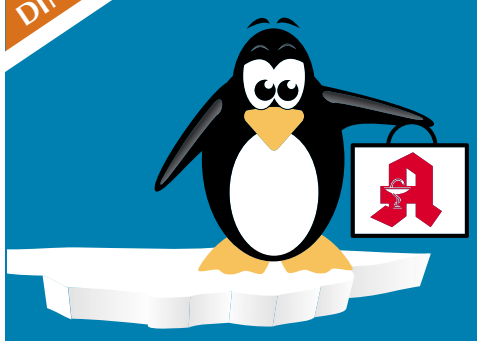
[1]ORF.at: Abnehmen im Schlaf leicht möglich. Online: https://science.orf.at/stories/3211569 (zuletzt abgerufen am 26.09.2023) • [2]Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • [3]bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

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

Qualität zertifiziert gemäß DIN EN ISO 9001:2015

EISKALT REDUZIERT*

PINGUIN APOTHEKEN







TOP PREISE IMMER ONLINE & VOR ORT

Ibu Lysin Ratiopharm
400 mg
50 Stück



54 % gespart

statt ~~21,80 €~~
9.95* €

Nasenspray Ratiopharm
für Erwachsene
10 ml



56 % gespart

statt ~~5,40 €~~
2.40* €
l = 240 €

Grippostad C
24 Kapseln



statt ~~16,99 €~~
11.25* €

34 % gespart

Sinupret extract
40 Dragees



33 % gespart

statt ~~29,99 €~~
19.95* €

Aspirin complex
20 Beutel



33 % gespart

statt ~~18,98 €~~
12.75* €



Paracetamol ratiopharm
500 mg
20 Stück
statt ~~4,19 €~~
0.99* €

76 % gespart



Wick Medinait Erkältungssirup
90 ml

37 % gespart

statt ~~16,99 €~~
10.75* €
l = 119,45



PINGUIN APOTHEKEN
Inhaber Jörg Ortmann e. K.

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 10.01.2026 - 17.01.2026

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*

PINGUIN APOTHEKEN



Müssen wir Ihnen bestellen

Kennen Sie das???

Nicht bei uns! 95,8% auf Lager*
Sparen Sie sich unnötiges herumlaufen.



Noch mehr Vorteile:
Nutzen Sie unsere App

Einlösen mit Ihrer Krankenkassenkarte – von zu Hause oder unterwegs

✓ **Sind Ihre Rezepte schon auf Ihrer Krankenkassenkarte?**
=> In der App sofort sehen und bestellen.

✓ **Keine doppelten Wege mehr.**
=> Vorbestellen & in Ihrer Wunschfiliale abholen.

✓ **Kostenlose Lieferung am selben Tag.**
=> Bei Bestellung bis 14.30 Uhr.

✓ **Ohne Warten abholen.**
=> Einfach in der Abholstation – auch nach Feierabend.

Jetzt App ausprobieren!
Kamera öffnen, QR-Code scannen und starten.
Oder **www.pinguinapotheke24.de/app** eingeben.

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Mölln
Eindrucksvolle 4 Zi. Endetagen-Whg. im 2. OG in zentraler Lage, sehr gepflegte ruhige Wohnanlage, ca. 105 m² Wohnfläche, gr. Wohn-/Essber., vollausgest. EBK, VB m. FBH, Süd-Balkon, zzgl. TG-Stellplatz, weitl. Gemeinschaftsgrdst., Bj. 1986, V: 89,01 kWh/(m²a), Gas-ZH, Kl: C, KP: 350.000,- € 0451-8009410, www.von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - Altstadt
Stilvolle 2-Zi.-Neubauwhg. m. Blick auf den Dom! Ca. 101 m² Wfl., VB uGäste-WC, Landhaus-EBK, Wohn-/Essber., 3-fach verglaste Fenster, FBH, Keller, Aufzug, inkl. Mobiliar, XL-Außenstellplatz, Bj. 2020, B: 65,3 kWh/(m²a), Gas-Heizung, Kl: B, KP: 550.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Timmendorfer Strand
Weitblick garantiert - möblierte 1 Zi. ETW m. seitl. Ostseeblick, ca. 40 m² Wohnfl., EBK, hochw. DB, Sonnenbalkon, 18. OG, 2023 umfangr. san., Keller, Aufzüge, Bj. 1972, B: 91,4 kWh/(m²a), Gas-ZH, Kl: C, KP: 245.000,- €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Timmendorfer Strand
Repräsentative 2,5 Zi. ETW, 17. OG, ca. 85 m², Sonnenbalkon, stilvolle EBK, modernes Duschbad, Granitsteinfliesen, Keller, Bj. 1972, B: 91,4 kWh/(m²a), Gas-ZH, Kl: C, KP: 495.000,- €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Eckernförde
Strandnahe 4-Zi.-ETW mit Hauscharakter u. sonniger XXL-Südterr., ca. 130 m² Wohnfl., 2 Bäder, Gäste-WC, EBK, Bj. 1977, V: 125,9 kWh/(m²a), Kl: D, FW-BHKW, KP: 285.000,- €, 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

Groß Grönau
Imposante Maisonette-Whg. m. Haus-im-Haus-Charakter, 6 Zi., ca. 272 m² Wohnfl., 80 m² Nfl., Kamin, Sauna, 4 Balkone, Bj. 1998, V: 113,91 kWh/(m²a), Gas-ZH, Kl: D, KP: 650.000,- €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - Buntekuh
Renovierungsbedürftige 2,5 Zi. ETW, 1. OG, ca. 62 m², Süd-Balkon, Keller, Fenster und Eingangstür ber. erneuert, Bj. 1965, B: 98,9 kWh/(m²a), Fernwärme, Kl: C, KP: 185.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

HÄUSER

Bad Schwartau...
Stilvolles EFH m. tollem Süd-Grundstück! Idyllischer Lage, 5 Zi., Wohnfl. ca. 165 m², Nutzfl. ca. 100 m², Grdst. ca. 807 m², WZ m. Kamin, Essber. m. Terr., Wannenbad-Ensuite, 2 DB, Keller, Sonnenterrasse m. el. Markise u. Außenkamin, gr. Doppelgarage, Bj. 1976, B: 245,8 kWh/m² p.a., Kl. G, Gas-ZH, Kaufpreis: 580.000,-€, 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - St. Jürgen
Lichtdurchflutete Architektenvilla in begehrter Lage v. St. Jürgen. Ca. 295 m² Wohnfl., insg. 6,5 Zi., Wohn-/ Essber. m. Kamin, offene Designer-Kü., 3 - 4 SZ, 2 exkl. DB, ein Ensuite-Masterbad m. Sauna, Südterr., ca. 1.057 m² Grdst., Garage, Bj. 2022, B: 91 kWh/m² p.a., Kl. C, Gas-ZH, KP: 2.200.000€, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Sülfeld
Idyllischer Landwohnsitz auf weitl. Grundstück, mod. EFH mit 5 Zi., ca. 176 m² Wohnfl., großz. Essber., Landhausküche, stilvolles VB, Wohnzimmer m. Kamin, ca. 3.064 m² Grdst., Garage, elektr. Tor, Bj. 2003, V: 150,6 kWh/(m²a), Kl: E, Gas-ZH, KP: 800.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck – St. Gertrud
Extravagantes EFH m. Galeriecharakter in beliebter Waldrandlage von St. Gertrud! 6 Zi., ca. 300 m² Wfl., ca. 60 m² NF, ca. 829 m² Grdst., Kamin, S/W-Terr., hochwertige Küche, Sauna, XL-Garage, Bj. 1996, B: 113,7 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-ZH, KP: 1.400.000,- €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de



EFH in attraktiver Lage in Timmend. Strand
111 m² (aktuell 2 WE), vermietet, 399 m² Grdstk., WiGa, Bj. 1972, EnB, 263 kWh/(m²a), H, Gas, **549.000 €** (zzgl. 3,33 % inkl. MwSt. Käuferprov.)
moellerherm-immobilien.de 0800-77 16 100
Persönlich gut beraten
MÖLLERHERM IMMOBILIEN

Güster
Exklusives EFH in idyllischer Seelage! 4 Zimmer, ca. 189 m² Wohnfl., EBK, Wohn-/Esszimmer m. Kamin, 2 Bäder, Gä.-WC, Smart-Home, Glasfaser, Garten mit Terr. u. eigenem Bootssteg, Garage, Carport, ca. 1.178 m² Grdst., Bj. 2011, B: 16,6 kWh/(m²a), Strom-FBH, Kl: A+, KP: 1.250.000,- €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

IMMOBILIE VERKAUFEN?
Lassen Sie sich jetzt beraten.
Tel. 0451 - 707 46 62
www.lubeca-immobilien.de

Krummesse
Sanierungsbed. Gebäudeensemble, ca. 310 m² Wohn- / Nutzfl., Wohnhaus m. ca. 140 m² Wfl., 5 Zimmer, Wirtschaftsgeb. u. beheizb. Gewächshaus, ca. 1.000 m² Grdst., 2 Garagen, div. Stellplätze, Bj. 1856, B: 345,7 kWh/(m²a), Kl: H, Öl-ZH, KP: 280.000€, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Grömitz
Modernisiertes EFH auf großem Sonnen-Grdst., 4 Zi., ca. 135 m² Wfl., EBK, Gäste-/Arbeitszi., Vollbad m. Eckbadewanne, Doppelcarport, Grg. mit elektr. Tor, ca. 915 m² Grdst., Bj. 1968, B: 225,86 kWh/(m²a), Kl: G, Gas-Elektro-Hzg., KP: 695.000,- €, 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

Ratekau
Sanierungsbedürftiger Bungalow in Waldrandlage! 4 Zimmer, ca. 118 m² Wohnfläche, Gäste-WC, Wannenbad, Terrasse, ca. 2.066 m² Grundstück, Bj. 1973, B: 288,2 kWh/(m²a), Holz-Ofenheizung, Kl: H, KP: 200.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Zarpen
Charmantes EFH in idyllischer Feldrandlage, 4 Zimmer, ca. 109 m² Wohnfläche, Einbaukü., Wannenbad, Duschbad, Vollkeller, Carport, ca. 1.219 m² Grdst., Bj. 1957, B: 125,3 kWh/(m²a), Gas-ZH, Kl: D, KP: 345.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Krummesse
Großzügiges EFH m. idyllischem Garten, 6,5 Zimmer, ca. 199 m² Wohnfläche, Kamin, Vollkeller, ca. 1.249 m² Grdst., Bj. 1976, B: 169 kWh/(m²a), Öl-ZH, Kl: F, KP: 495.000,- €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ANLAGEOBJEKTE



Investment in Lensahn - 10 Whgn. + 9 Läden
115.435 € JNKM, 8,0% Rendite, Faktor 12,4, 2560 m² Grdstk., Bj. 1964, EnB, 557,2 kWh/(m²a), H, Öl 1.434.000 € (zzgl. 3,33 % inkl. MwSt. Käuferprov.)
moellerherm-immobilien.de 0800-77 16 100
Persönlich gut beraten
MÖLLERHERM IMMOBILIEN

Lübeck-Travemünde
Historisches, denkmalwürdiges Ensemble in Bestlage, ca. 1.000 m² vermietb. Fläche, ca. 1.890 m² Grdst., teilsaniert 2023, imposante Deckenhöhe, detail. Fassadengestaltung, zahlr. alte Stilelemente, div. Nutzungsmögl. denkbar, Denkmalschutz, KP: 1,6 Mio. €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

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

HÄUSER

Haus oder Baugrund gesucht,
von Privat. Barzahler sucht EFH, auch sanierungsbedürftig, oder Baugrundstück in ruhiger Lage im Raum Ratzeburg/Seedorf/Zarrentin mit wenigstens 1000 m² Fläche.
Kontakt: info@oh-haus.de

RH dringend ges.!
Polizistin sucht für sich und die beiden Kinder ein hübsches Reihenhaus o. eine DHH mit Stellplatz in der Nähe von weiterführenden Schulen. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Reihenhaus gesucht!
Junges Paar su. ein gem. Reihenmittel- o. Reihenendhaus m. Terrasse und kl. Garten im Umkreis von Lübeck. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

EFH in/um Ratekau...
...gesucht! Für ein hannoversches Pärchen su. wir ein neues zu Hause ab 4 Zi. mit schönem Garten in oder um Ratekau. Zu sofort oder später. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Kreis Segeberg ges.!
Lübecker Ingenieur sucht für seine Familie und sich ein freist. EFH in ruhiger Lage. Gern mit gr. Garten. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Eigenheim in Sicht?
Gemeinsam verwirklichen wir Ihr Traumhaus ganz nach Ihren Vorstellungen!
CONTRACT Vario
Endlich zuhause!
TRAUMHÄUSER SEIT 1996
contract-vario.de
04505 5805-0
contractvario
Zu den Gründen 14 | 23623 Ahrensbök-Dakendorf

Lübeck – Altstadtinsel
Vollvermietetes MFH mit 17 x modernisierten, kl. Whg. in bevorzugter Altstadtwohnlage, ca. 770 m² Wfl., ca. 608 m² Grdst., Bj. 1930, V: 123 kWh/(m²a), Gas-Etagenheizung, Kl: D, N.ME: ca. 116.336,- €, KP: 2,38 Mio. €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

IMMOBILIENKAUFGESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Luxuswohnung gesucht!
Fachanwalt für Verkehrsrecht und Unternehmensberaterin suchen mit ihrem Sohn eine hochwertig ausgestattete Wohnung mit dem gewissen Extra. KP je nach Lage und Ausstattung. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Ab 80 m² ges.!
Für eine erfolgreiche Medienmanagerin suchen wir eine helle Eigentumswohnung ab 80 m², vorzugsweise mit moderner Ausstattung und sonniger Terrasse o. Balkon in/um Lübeck. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Ab 75 m² ges.!
Für ein solventes Ehepaar suchen wir eine gut geschnittene Eigentumswohnung ab 75 m² mit Balkon in Lübeck oder näherer Umgebung. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ETW gesucht!
Berufstätiger Single su. eine 2–3-Zimmer-Wohnung mit Balkon oder Terrasse in Lübeck - St. Lorenz o. vergleichb. Lage. Budget bis 250.000 €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

DG-Wohnung ges.!
Solventer Vermögensberater su. m. seiner Verlobten eine stilvolle DG-Whg. oder ein charmantes Penthouse mit min. 100 m², gern größer! 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Kleine ETW gesucht!
Professor sucht für seine studierende Tochter eine gepflegte ETW mit 1 - 2 Zimmern. Gern mit Stellplatz. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ETW bis 350.000 € ...
... gesucht! Lübecker Beamter sucht eine sonnige ETW (ab 1. OG) mit min. 3 Zi. u. Balkon. Bis 350.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Ostseewohnung ges.!
Für einen Hamburger Prokuristen su. wir eine gepfl. Zweitwhg. m. min. 50 m² (auch größer!) an d. Ostseeküste. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Kfm. sucht Immobilienanlage (EFH od. MFH) in SH, auch gerne Altbauten von Privat ☎ 0151/12135749

Ein Landwirt sucht einen Resthof mit Weidefläche, Scheune und einem Wohngebäude in Schleswig-Holstein

Für ein Ehepaar mit einer Katze suchen wir eine Eigentumswohnung mit einer Terrasse oder einem Balkon

Für eine Familie mit zwei Schulkindern suchen wir ein Einfamilienhaus in Schul- und Busnähe mit Garage

OTTO STÖBEN IMMOBILIEN
☎ 0451 702790

Familie sucht Eigenheim
Junge, lebensfrohe, norddeutsche, Akademikerfamilie (Alter: 44/41/2) sucht ein zu Hause mit Garten zum Kauf in St. Jürgen oder am Stadtpark. Kaufpreis bis 1.5mio €.
☎ **+49 172 4863429** ✉ Z1 4183227

Zw. Neustadt u. Lensahn
... suchen wir für einen Fitnessökonom, seine Partnerin u. den gemeinsamen Hund ein charmantes Einfamilienhaus mit min. 4 Zimmern und pflegeleichtem Garten. KP bis ca. 300.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bis 250.000,- € ges.!
Für eine junge Familie suchen wir ein gepfl. Haus mit mindestens 4 Zimmern und Garten im Umkreis von 30 km um Lübeck. Kaufpreis bis 250.000 €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

EFH ab 110 m² ges.!
Wir suchen für einen Zerspanungsmechaniker ein freistehendes EFH mit min. 110 m² Wohnfläche und sonniger Terrasse im Großraum Lübeck. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Scharbeutz ges.!
Für eine sympathische Dame aus NRW suchen wir ein modern ausgestattetes Haus in Scharbeutz und näherer Umgebung bis 850.000,- € Kaufpreis. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Modernes Haus ges.!
Nach dem Verkauf ihrer Stadtwohnung sucht ein junges Paar mit seiner 2-jährigen Tochter ein mod. Haus in einer familienfreundlichen Umgebung. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Selmsdorf gesucht!
Lübecker Ehepaar sucht für sich und die zwei Kinder ein gepfl. freistehendes EFH mit min. 120 m² und charm. Garten in Selmsdorf o. Umgebung. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Einfamilienhaus gesucht
Etabliertes Paar (Führung&IT-Ing.) sucht EFH bis 30 Min. Fahrt um Lübeck. Ab 4 Zi., gepflegt, Garten min. 900 m², kein Erbbau. Bis 550k €, Finanz. gesichert.
✉ **efh.gesucht.luebeck@mail.de**

Reihenhaus gesucht!
Nach dem Wohnungsverkauf sucht ein Lübecker Pärchen für sich und ihre Tochter Leni ein gepflegtes RH mit kleiner Terrasse. Bis 350.000,-€ 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübecker Ehepaar su. ...
... in Travemünde ein freistehendes EFH ab vier Zimmern. Gern mit Garage. KP je nach Lage und Ausstattung. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bis 650.000,- € ges.!
Symp. Apothekerpaar su. für sich u. die zwei Kinder ein gepfl. EFH mit min. drei Schlafzimmern. Bis 650.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

DHH ab 100 m² ges.!
Sympathische MFA su. mit ihrem Mann eine gepfl. DHH ab 100 m². Gern mit sonnigem Garten und Terrasse. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

DHH für Pendlerfamilie!
Wir suchen eine gepfl. DHH mit Stellplatz im Raum HL / Bad Schwartau. Budget bis 250.000 €. 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

Nähe zur A1
Mitarbeiter im Außendienst sucht mit seiner Familie ein großzügiges Haus oder eine Wohnung ab 4 Zimmern in autobahnnaher Lage. 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

EFH ab 100 m² ges.!
Wir su. für ein Handwerker-Ehepaar ein freistehendes Einfamilienhaus ab ca. 100 m² Wohnfläche mit kleinem Garten im Großraum Lübeck. 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

Bald zu dritt!
Sympathisches Ehepaar sucht nach Familienzuwachs eine gepflegte DHH in und um Lübeck (+/- 50 km). Gern mit Terrasse oder kleinem Garten, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Feriendomizil ges.!
Geschäftsführer eines Berliner Konzerns sucht entlang der Ostseeküste ein großzügiges Anwesen, das allen Ansprüchen gerecht wird. 0451-8009410, von-wuelfing-immobilien.de

Sanierungsobjekt...
...gesucht! Handwerklich begabtes Paar sucht Einfamilienhaus o. DHH mit viel Potenzial u. Grundstück im ländlichen Raum rund um Lübeck. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Gemütliches Haus ges.!
Begeisterter Hobby-Handwerker sucht in u. um HL ein renovierungsbed. Haus ab 90 m² mit kleinem Garten, gern mit PKW-Stellplatz o. Garage. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Toplage gesucht!
Geschäftsführer einer Hamburger Unternehmensberatung su. ein charm. EFH mit sonniger Terrasse in bevorzugter Lage Lübecks. Bis 3 Mio. € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bungalow gesucht!
Wir suchen für ein sympathisches Seniorenpaar einen gepfl. altersgerechten Bungalow mit min. 2 Schlafzimmern und 90 m² (gern größer!) 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

Ab 140 m² ges.!
Für unsere Bestandskunden suchen wir in Lübeck - St. Jürgen ein charmantes Einfamilienhaus ab 140 m² Wohnfläche und mit schönem Garten. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bauernhaus gesucht!
Für einen Fotografen u. seine Familie suchen wir ein charm, Bauernhaus auf einem schönen, sonnigen Grdst.. Gern auch zum Sanieren / Renovieren. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bad Schwartau ges.!
Junges Ehepaar mit Familienzuwachs sucht ein gepfl. freist. Einfamilienhaus ab 4 Zimmern in Bad Schwartau. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ANLAGEOBJEKTE

MFH bis 1,5 Mio. € ...
... gesucht! Für einen solventen Hamburger Kapitalanleger suchen wir ein gepfl. und gut vermietetes Mehrfamilienhaus. Bis 1,5 Mio. € 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

HH + 100 km...
... gesucht! Ab einer Größe von 6 WE suchen wir im Raum Hamburg (+ 100 km) ein Zinshaus zur Kapitalanlage. Provisionsfrei f. den Eigentümer, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Kleines MFH ges.!
Ab 3 Einheiten suchen wir für einen solventen Zahnarzt aus Lübeck ein MFH im Großraum Lübeck. 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

S-H gesucht!
Für einen erfahrenen Anleger suchen wir rentable MFH in Schleswig-Holstein mit min. 10 Einheiten. 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

FERIEN– UND FREIZEITIMMOBILIEN

Feriendomizil ges.!
Geschäftsführer eines Berliner Konzerns sucht entlang der Ostseeküste ein großzügiges Anwesen, das allen Ansprüchen gerecht wird. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GEWERBLICHE IMMOBILIENANGEBOTE

BÜROFLÄCHEN / PRAXEN

Lübeck - St. Jürgen
Attraktive möblierte Bürofläche an der Wakenitz, ca. 95 m² Bürofl. im EG u. Gartengeschoss, sep. Eingang, 2 Büroräume, Küche, Bad, Besprechungsraum, Alarmanlage. Bj. 1999, V: 94 kWh/m² p.a., Gas-ZH, Kl: C, Kaltmiete: 1.000,- €, NK: 200,- €, 0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

LADENLOKALE / LADENFLÄCHE

Stockelsdorf
Stilvolle Ladenfläche in zentraler Lage, ca. 100 m² Verkaufsfl., 3 m Schaufensterfront, ebenerd. Zugang, WC, ausgeb. Keller, Anlieferungsmöglichkeiten vorh., 2 PKW-SP, Bj. 1998, V: Strom: 78 kWh/(m²a), Wärme: 78 kWh/(m²a), Kl:C, Gas-ZH, KP: 269.000,-€,0451-8009410 www.von-wuelfing-immobilien.de

HOTELS / GASTSTÄTTEN

Schloss-Anwesen...
in ländlich-idyllischer Lage, ca. 17,25 ha Parkgrundst., Denkmalschutz, ca. 3.000 m² Nutzfl., 39 Zi. mit Ensuite-Bädern, Aufzug, Terr. m. Seeblick, Marstall f. Events bis 120 Personen, 18 SP, dir. Seezugang, div. Nutzungsmöglichkeiten, neue Gas-ZH 2024, Bj. 1697, saniert 2001, KP: 3,7 Mio. €, 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GEWERBLICHE IMMOBILIENGESUCHE

LAGERHALLEN / WERKSTÄTTEN

Lagerhalle ges.!
Für einen Online-Händler su. wir eine Lagerhalle ab 500 m² Nutzfläche zum Kauf zw. Lübeck und Hamburg. Provisionsfrei für den Eigentümer. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Gewerbeanlage gesucht!
Auf Gewerbeparks spezialisierter Kapitalanleger su. ebenerdige Gewerbeanlagen (Lager-/Produktionshallen - auch zur Teilung etc.) in / um Lübeck. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GRUNDSTÜCKE

Suche Grundstück ab 400 m²-2.000 m²,auch verwildert,mit altem oder leerstehendem Haus, ungeräumt/mit Inventar, auch aus Nachlass oder Erbengemeinschaft, auch ohne Unterlagen/Pläne. Anzahlung sofort möglich, Abwicklung wird übernommen. Keine Kosten für Verkäufer oder Erben. Anruf genügt! ☎0170-77 22 500

ANDERE GESUCHE

Für vorgemerkte Kunden mit Kapitalnachweis suchen wir
- Resthöfe
- Reitanlagen
- ganze landwirtschaftliche Betriebe

Einschätzung durch Sachverständigen. **Diskrete Käufersuche möglich.**
Telefon: 01 72 - 4 47 66 95
RAHLF IMMOBILIEN
www.rahlf-immo.de

MIETANGEBOTE

2 ZIMMER

Schöne (möbl.) 2 Zi. Whg. (36m²) mit Balkon, EBK, DB, in Sankt Lorenz Nord an Mieterin zu verm. ☎ 0451/401956

Israelsdorf: 2-Zi.-Whg., Kü., Bad, möbl., 50 m², Souterrain, WM 550 €. Buslinie 12 v. d. Tür. ☎0176-23961777

MIETGESUCHE

WOHNUNGEN

Zuverlässiges, schwangeres Ehepaar sucht 3-4Zi.Whg mit Balkon o. Garten ab März/April im Süd/Osten Lübecks. Beide berufstätig ☎ 0152/ 55410545

WOHNEN AUF ZEIT

WOHNEN GEGEN HILFE ! Sie (w., berufstätig, Ü40, dt.) biete Hilfe in Haus/Büro gegen mietfreies Zimmer, sofort, HL/Bad Schw./Timmend.St., ÖPNV, ☎ 0175-3383332



BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Ich, Dora, 65 J., verwitwet, bin eine anständige, verständnisvolle Frau, ich habe eine sehr schöne Figur (etwas vollbusig), bin eine gute Köchin u. Hausfrau, ich lebe hier ganz allein, habe nur eine kleine Rente, eig. Auto und wäre jederzeit umzugsbereit. Ein ebenso einsamer Witwer bis ca. 80 J., wäre der Richtige für mich. Bitte rufen Sie heute noch an pv ☎ 0151 – 62903590

Liebevolle Marga, 79 J., seit einigen Jahren Witwe, bin eine saubere, hübsche Frau mit weiblicher Figur, nicht anspruchsvoll, mag gemütliche Abende daheim. Da ich keine Kinder habe bin ich immer allein - ich suche pv einen ehrlichen Mann dem es ähnlich geht – wir bereden alles am Telefon, wenn Sie anrufen pv ☎ 0151 – 62913874

KONTAKTBÖRSE / EROTIK



Moni (32) privat 01525-51 77 012

VERSCHIEDENES

Haushaltsauflösung am 18.01. zwischen 10 u.17 Uhr! Div. Haushaltsgegenstd., Bilder, etc. - Buntekuhweg 11, 23558 Lübeck

Flohmarkt am 17.01.26, 11-14 Uhr, Robert-Schumann-Weg 43, Lübeck

Schwarzer Lederohrensessel mit verstellbarem Fußteil. ☎ 0173/3670999

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

MERCEDES

Mercedes SL, Bj. 1995 (Oldtimer), Hardtop, 145tkm, 25.000€ VB ☎0171/2670140

ERSATZTEILE / ZUBEHÖR

Winterräder für Mercedes R16 und R17 auf Alufelgen ☎ 0451/20923860

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

Haushaltsauflösung
Sonntag, 11.01. von 10-16 Uhr Claudiusring 40c, 23566 Lübeck hochwertige Kleidung, Fahrräder, Möbel, Bilder, Geschirr, Bücher uvm.

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

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

SCHMUCK & UHREN

Armbanduhr Breitling, leichter Fehler 1800 € zu verk. ☎ 0162/2323300

DIENSTLEISTUNGEN

Winterdienste inkl. Haftpfl. 4005385

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

MEDIZINISCHE– UND PFLEGEBERUFE

Physiotherapeut (m/w/d) gesucht für Praxis in Lübeck-Innenstadt. Minijob, Voll- oder Teilzeit. ☎ 0451-704477

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Freundl. Rentnerpaar mit Kater sucht zuverl. Reinigungskraft für modernen u. gepfl. Haushalt nh. Stockelsdorf. Wir bieten Minijob u. flex. Einsatzzeiten. Interessiert? Schicken Sie uns bitte vorab eine kurze Nachricht an: mail.putzperle.gesucht@gmx.de u. hinterlassen Sie Ihre Telefonnummer

STELLENGESUCHE

Jung gebliebener Rentner sucht Stelle als Aktivrentner in Lübeck ab Januar 2026. ☎ 0155 634 333 00 oder Erich.rohland@icloud.com

WIR SIND NACHHALTIG
Sämtliche Fasern für die Papierherstellung in Deutschland stammen aus nachhaltig bewirtschafteten und vielfach sogar zertifizierten Quellen.
Quelle: BDZV
WOCHENSPIEGEL

Bote (m/w/d)
Handwerker
Für 30-40 Stunden/Woche
Kontaktfreudigen Boten
mit handwerklichem Geschick gesucht
Bitte bewerben Sie sich unter:
Pinguin-Apotheken
zu Hd. Jörg Ortmann
Konrad-Adenauer-Str.1
23558 Lübeck
info@apo-luebeck.de



LN
Meine Stadt.
Mein Leben. Meine App.
Jetzt App downloaden, gratis Pushmitteilungen einschalten und immer als erstes informiert sein, was in der Region los ist.
QR-Code scannen. Und immer informiert sein.
Lübecker Nachrichten
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland rnd

Helfen Sie uns durch ehrenamtliche Mitarbeit in den Ausgabestellen bzw. im Fahrdienst oder unterstützen Sie uns mit einer Spende.
TAFEL LÜBECK e.V.
Schulstraße 8 · 23568 Lübeck · ☎ 0451-59 95 94
info@tafel-luebeck.de · www.tafel-luebeck.de
Spendenkonto: IBAN DE17 2307 0700 0040 4244 00
BIC DEUTDEDB237

wochenspiegel

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

Geschäftsleitung: Björn Bothe & Adrian Schimpf
Leiter Media-Vermarktung: Marco Schümann

Anzeigenabteilung: Tel. 04 51/1 44-12 00

Privatanzeigen: Tel. 04 51/1 44-11 11

e-mail: wochenspiegel.anzeigen@LN-luebeck.de

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

Redaktionsleitung: Sabine Goris

wochenspiegel.redaktion@LN-luebeck.de

Anzeigenschluss: Dienstag 15.00 Uhr

Gültige Anzeigenpreisliste: 01/2026
https://ln.mediadaten.online/angebote/wochenspiegel-luebeck/

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

Mitglied im
NORD BLOCK
BVDA Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

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

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

FINDE DEINEN TRAUMJOB IM NORDEN
KÜSTENFISCHER.DE



MOBA FENSTER + TÜREN GMBH
Bauleiter (m/w/d) - Fenster, Türen & Fassadenbau - Objektgeschäft Norddeutschland
Vollzeit
Lübeck

Hansestadt Lübeck
Ausbildung im Beruf „Erzieher:in in der praxisintegrierten Form“
Vollzeit
Lübeck

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V
Erzieher (m/w/d) Kinderbetreuung Ostseestraße
Vollzeit
Lübeck

SI Vacuum GmbH & Co. KG
Monteur / Fachbauleiter (m/w/d)
Vollzeit
Ratzeburg

Gemeinde Grömitz
Sachbearbeiter*in für das Vorzimmer des Bürgermeisters (m/w/d)
Vollzeit
Grömitz

Stadt Bad Segeberg
staatlich anerkannte*n Erzieher*in für die Kita II
Vollzeit
Bad Segeberg

Zweckverband Ostholstein
Baggerfahrer:in / Erdbaumaschinenführer:in EG 5 TV-V
Vollzeit
Sierksdorf

7.894 Stellen und 6.631 Arbeitgeber warten auf Dich.



Vorsätze nicht vergessen!
Jetzt Ohren prüfen
und Hörsysteme testen

hör her

hörgeräte hermanns GmbH
Schlutuper Str. 2-6
23566 Lübeck
0451 - 489 477 77

hörgeräte hermanns GmbH
Lübecker Str. 8
23611 Bad Schwartau
0451 - 289 373

info@hoer-her.de