

# LÜBECK WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 23. September 2023 • kostenlos

## Schallschutz mitgestalten

Was soll auf den Schallschutzwänden in Lübeck zu sehen sein? Die Bürger können Farben und Motive auswählen. **SEITE 2**

## Vorfroede auf den Apfeltag

Das wird köstlich: Rund um die Kirche St. Jakobi wird am 30. September der „Lübecker Apfeltag“ gefeiert. **SEITE 3**

## Wandern mit Lamas

Wandern mit Lamas löst bei Menschen etwas aus. Spezielle Touren rund um Schönewalde richten sich an Best Ager. **SEITE 7**

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

## Afrikanische Akrobatik

### KÜCKNITZ/ ST. LORENZ SÜD.

Unterhaltung gibt es in zwei Lübecker Stadtteilen: am 23. September in Kücknitz und am 24. September in St. Lorenz Süd. Zunächst tritt das Kigamboni Community Center aus Tansania um 15 Uhr am Sonnabend auf dem Kücknitzer Kirchplatz auf. Das Motto der Tanzdarbietungen ist „Solidarische unterstützende und kreative Welt ohne Armut“. Vier engagierte Afrikaner, Festo, Rashid, Nassoro und George, gründeten im Jahr 2007 ein Projekt in Kigamboni (Tansania). Seit der Gründung ihres Projekts bieten sie kostenlosen Schulunterricht und kulturelle Bildungsprogramme an. Sechs von den jungen Akrobaten (zwischen 15 und 23 Jahren) sind auf Einladung des Lübecker Zirkus Charivari nach Deutschland gereist und zeigen ihre spektakulären Shows mit Theaterelementen und Akrobatik auch in Lübeck. Bei Regen treten die Akteure im Saal des Kirchenforums in Kücknitz auf. Am Sonntag um 15 Uhr beginnt im Luna-Park das Spektakel der Kigamboni Community im Rahmen des Familienfestes „Kidical Mass“. Beide Akrobatik- und Tanz-Veranstaltungen werden flankiert von Gesangseinlagen der Eurokidz. Außerdem wirken bei den Darbietungen mit „Hannah Bruns und ihre 3 Sixty Crew“ und HipHop von „Casa Crew“ mit Tanz und Showeinlagen.

## Meditation für Frauen

**ST. LORENZ NORD.** Die Ruhe in sich selbst zu finden ist in dieser immer schnelleren und facettenreicheren Zeit oft nicht einfach. Am Montag, 2. Oktober, findet von 17.30 bis 19 Uhr im Aranat, Steinrader Weg 1, unter der Anleitung von Regine Stamer eine Meditation für Frauen statt, die hilft die Stille zu finden, die jede in sich trägt. Die Kosten betragen je nach Einkommen zwischen drei und 14 Euro. Anmeldungen und Info unter Telefon 0451/4 08 28 50 oder [www.aranat.de](http://www.aranat.de).



Für den City-Lauf (hier ein Archivfoto von 2022) werden am Sonntag in der Lübecker Innenstadt zahlreiche Straßen gesperrt. Foto: Agentur 54°

# Sperrungen für den City-Lauf

In der Innenstadt sind an diesem Sonntag von 9 bis 14 Uhr viele Straßen gesperrt.

**LÜBECK.** Am Sonntag, 24. September, findet in Lübeck der City-Lauf statt. Zwischen 9 und 14 Uhr müssen Verkehrsteilnehmer deswegen einige andere Wege nehmen als sonst. Es werden viele Straßen in der Innenstadt gesperrt sein.

Der Lauf findet auf folgenden Straßen statt: Königstraße – Koberg – Breite Straße – Beckergrube – Fünfhausen – Schüsselbuden – Holstenstraße – An der Obertrave – Obertravebrücke (Liebesbrücke) – Uferweg entlang der Obertrave – Wallstraße – Possehlstraße/Wallbrücke

(Geh-/Radweg) – Wallstraße – nach der Wipperbrücke auf den Uferweg am Kanal bis zur Rehderbrücke – Krähenstraße – Wahnstraße – Königstraße – Koberg – Breite Straße – Fußgängerzone.

Die Absperrmaßnahmen erfolgen in der Zeit zwischen 9 und 14 Uhr. Die Laufstrecke führt über den Koberg, und somit ist die Zufahrt über die Große Burgstraße gesperrt.

Auch die Holstenstraße ist gesperrt. Die Achse Holstentorplatz/An der Untertrave bleibt in beide Richtungen offen. Die

Straße An der Obertrave ist als Laufstrecke zwischen Holstenstraße und Großer Petersgrube ebenfalls gesperrt. Die Große Petersgrube sowie die Depenau sind über Marlesgrube zu erreichen, weil die Poller in der Straße An der Obertrave entfernt werden. Die Wallstraße ist zwischen Possehlstraße und Mühlenbamm gesperrt. Die An- und Abfahrt zum Mühlenbamm erfolgt über Mülentorplatz – Mühlenbrücke – Wallstraße – Mühlenbamm. Es wird darum gebeten, sich auf die Sperrungen einzustellen und die City zu umfahren.

**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](http://www.AUTO-ADAM.de)

**Pflege24 Nord**  
24-Stunden-Betreuung in Ihrem eigenen Zuhause!  
Individuelle Betreuung durch polnisches Personal!  
Die bezahlbare Alternative zum Pflegeheim!  
Tel. 0173/6 53 30 86

**Fahnen aller Art !**  
auch Sonderdrucke nach Ihren Vorlagen  
Lübecker-Fahnen-Fabrik HL Roggenhorst  
Spenglerstr. 89 - 91, Lübeck, ☎ 60 13 49

**IHR VERMÄCHTNIS MIT HERZ**  
Telefon 0800 3060-50

**SOS KINDERDÖRFER WELTWEIT**

**Lübecker Gaudi-Festwochen**  
Das Oktoberfest im original Bayernzelt  
30. September - 03. Oktober 2023  
Volksfestplatz Lübeck  
Tickets: online oder im LN- Pressehaus  
Dr.-Julius-Leber-Str. 9-11  
30.09. Online ausverkauft, Restkarten an der Abendkasse

**Gold & Silber**  
Wir zahlen hohe Preise für Besteck und Schmuck, Brillanten und Uhren, Münzen, Zahngold und Bernstein  
**ANTIK & KUNST**  
Breite Str. 4 neben der Schiffergesellschaft  
direkt am Koberg  
☎ 7 25 56 • Gutachten  
Suche Montblanc-Füller sowie alte Orden, Teppiche, Asiatika und Bilder

**Bestattungsinstitut Friedrich-W. Zunft**  
Friedhofsallee 1a, 23554 Lübeck  
Wir sind täglich 24 Stunden für Sie erreichbar.  
Tel. 04 51 / 49 12 32  
Erd- u. Feuerbestattungen auf allen Friedhöfen  
Waldbestattungen  
Seebestattungen  
Bestattungsvorsorge und Beratung kostenlos

**Martin**  
AUTOMOBILE  
Wir kaufen alle Fahrzeuge!  
☎ 0451 / 5 70 00  
Geniner Straße 116, 23560 Lübeck  
E-Mail: [martinautomobile@t-online.de](mailto:martinautomobile@t-online.de)

**Flohmarkt Bad Schwartau**  
01. Oktober 2023  
☎ 045 03/89 83 77  
[www.blue-ocean-event.de](http://www.blue-ocean-event.de)

Hammer - Sortiment | DISCOUNTBILLIG | Hammer - Angebote

## DEIN DISCOUNT BAUMARKT IN LÜBECK

Geniner Straße 133 A  
Discount Baumarkt  
BAUAKTIV

**BAUAKTIV-SPARCOUPON**

# 20% Rabatt

auf einen Artikel Deiner Wahl\*

Discount Baumarkt  
BAUAKTIV

\*Gültig bis 30.09.2023 und auf vorräthige Waren, ausgenommen Gutscheine, Paletten und Gas. Die Preisreduzierung erfolgt direkt bei Bar- oder Kartenzahlung an der Kasse. Diese Coupons sind nicht mit anderen Rabattaktionen/Coupons kombinierbar und gelten nicht auf bereits reduzierten Waren sowie Werbeware.

**O. C. KATRE-SCHMUCK**

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

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

**KÜSTENFISCHER.DE**

**DIE JOBBÖRSE FÜR DEINEN TRAUMJOB.**

**Der Mitsubishi Space Star**

Abb. ähnlich

5 JAHRE HERSTELLER GARANTIE\*

## Ganz nach Ihren Wünschen!

Sofort lieferbar in verschiedenen Farben. Bar oder im Leasing:

# 13.990 €<sup>1</sup> oder 169 €<sup>2</sup>

monatlich im Leasing (ohne Anzahlung!)

**Mitsubishi Space Star Select 1.2**  
Benziner 52 kW (71 PS), Neuwagen, Klimaanlage, Radio mit DAB+ und Touchscreen, Bluetooth, Zentralverriegelung mit Funkfernbedienung, 6 Airbags, Regen- und Lichtsensor, el. Außenspiegel, ISOFIX uvm.

**Kraftstoffverbrauch (l/100km) Space Star Select 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang:** innerorts 5,4, außerorts 4,0, kombiniert 4,5, kombiniert 5,0; CO<sub>2</sub>-Emission (g/km) kombiniert 104. Werte nach WLTP<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> 11 Bar-Hauspreis inkl. Überführung, Metallic-Lackierung zuzügl. 550,00 EUR <sup>2</sup> Leasingbeispiel: Sonderzahlung 0,00 EUR, monatliche Rate 169,00 EUR, Laufzeit 48 Monate, Laufleistung p.a. 10.000 km, Gesamtbetrag 8.112,00 EUR, zuzügl. Überführung 1050,00 EUR. Freiblebendes Leasingangebot der MKG Bank, Zweigniederlassung der NCE Bank GmbH, Schieferstein 9, 65439 Flörsheim. <sup>3</sup> Die angegebenen Werte zu Verbrauch, Reichweite und CO<sub>2</sub>-Emission wurden nach den gesetzlich vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren VO (EG) 715/2007, VO (EU) 2018/1832 ermittelt. \* 5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km, Details unter [mitsubishi-motors.de/herstellergarantie](http://mitsubishi-motors.de/herstellergarantie)

**Autohaus am Bungsberg**  
GmbH & Co. KG [www.mitsubishi-ambungsberg-luebeck.de](http://www.mitsubishi-ambungsberg-luebeck.de)

Bei der Lohmühle 3  
23554 Lübeck  
Tel. 0451/29 05 79-0



Spanischer Kammerchor singt

**INNENSTADT.** Mit spanischer und lateinamerikanischer Musik präsentiert sich der Spanische Kammerchor Lübeck am Mittwoch, 27. September, um 19.30 in der Aegidienkirche. Zu hören sind Lieder aus dem Siglo de Oro español. Sie sind witzig, ironisch, romantisch und traurig und repräsentieren eine goldene Zeit der Musik: die Renaissance. Im zweiten Teil erklingen aus Ecuador, Peru und Chile unterschiedliche auch zeitgenössische Tänze und Rhythmen. Die Lieder handeln von Liebe, Heimat und Schmerz. Sie repräsentieren die unterschiedlichen Musikstile der lateinamerikanischen Länder. Geleitet wird der spanische Chor von Marcelo Angulo (Ecuador) und Andis Paegle (Lettland). Der Eintritt ist frei, um Spenden für St. Aegidien und den Spanischen Kammerchor wird gebeten.

Zwillings- und Mehrlingsgruppe

**LÜBECK.** Bei der Caritas in Lübeck trifft sich jeden Dienstag von 9.30 bis 11.30 Uhr eine Zwilling- und Mehrlingsgruppe, die sich an (werdende) Eltern von Mehrlingen richtet. Dort geht es darum, sich kennenzulernen und zu Besonderheiten im Alltag und der Erziehung auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen. Die Mitnahme der Kinder ist dabei erwünscht, so gibt es einen Raum zum Spielen, während sich die Eltern miteinander unterhalten können. Gruppenleiterin Nadine Piel freut sich über Zuwachs. Kontakt unter schwangerenberatung-hl@caritas-imnorden.de oder Telefon 0451/79 94 61 30.

Von Eutin zum Sibberdorfer See

**LÜBECK.** Der Verein Natur und Heimat bietet am Mittwoch, 27. September, eine Halbtagswanderung von Eutin zum Sibberdorfer See und zurück nach Eutin an. Rucksackverpflegung sollte mitgenommen werden, und es besteht die Möglichkeit zum Baden. Treffen ist um 9.10 Uhr in der Lübecker Bahnhofshalle/Hintereingang. Gäste zahlen vier Euro. Nähere Auskunft erteilt Andreas Sassenhagen, Telefon 0451/2 03 48 32.

Lübecker stimmen über Lärmschutzwände ab

Diverse Farben und Motive stehen jetzt zur Auswahl – Deutsche Bahn: Schallschutz soll sich ins Stadtbild einfügen.

**LÜBECK.** Die Bürger können bis zum 25. September über Ideen der Deutschen Bahn (DB) für Lärmschutzwände in Lübeck abstimmen. Sie haben zu vier ausgewählten Bereichen in der Hansestadt die Wahl zwischen je drei Gestaltungskonzepten und wählen die Farben der Wände beziehungsweise die Motive, die darauf zu sehen sein sollen.

Bei der Online-Abstimmung geht es um den Hauptbahnhof, das neue Wohngebiet am Güterbahnhof, die Eisenbahnbrücke Travekanal und die Katharinenstraße.

Die Lärmschutzwände am Lübecker Hauptbahnhof zielt nach dem ersten Vorschlag der Schriftzug „Hansestadt Lübeck“ und das Wappen der Stadt. Die Farben fallen in diesem Fall in die Kategorie „Klinker“, darunter ist zum Beispiel das sogenannte Moosbeerenrot. Ein anderes Konzept setzt auf Grautöne. Auf der Fläche der Wände, die in diesen Farben gehalten sind, sind alte Segelschiffe zu sehen.

Auf wenig Gegenliebe stießen die Entwürfe bei der Vorstellung im Schuppen 6 in Lübeck in dieser Woche. „Die Wände sind ja an Scheußlichkeit nicht zu überbieten“, sagte eine Besucherin. „Mein Eindruck ist, dass sie die günstigste Variante gewählt haben“, sagt eine andere.

Ein Lübecker Kommunalpolitiker, der sich als Mitglied des Bauausschusses zu erkennen gab, sagte, es gebe nun einmal wirtschaftliche Zwänge und nicht nur Träume von Architekten. Heißt: Lärmschutzwände müssen auch bezahlbar sein. Unter den 4000 Lübeckern und Lübeckerinnen, die direkt an der Trasse wohnen und von den Schallschutz-Maßnahmen betroffen sind, war das Interesse offensichtlich gering. Die Bahn hatte sie zuvor angeschrieben und über die eigene Veranstaltung informiert. Trotzdem kamen insgesamt lediglich 40 Bürger in den Schuppen 6.

Warum gibt es die Abstimmung



Janine Korczak, Expertin für Lärmschutz bei der Deutschen Bahn, zeigt das Motiv eines Segelschiffs. Das könnte in den kommenden Jahren am Lübecker Hauptbahnhof auf Lärmschutzwänden zu sehen sein – wenn die Bürger das möchten.

Foto: Agentur 54°

über den Schallschutz überhaupt? Die DB wird im Rahmen der Hinterlandanbindung der Festen Fehmarnbelt-Querung an den Gleisen in der Hansestadt arbeiten und die neuen Lärmschutzwände errichten. Die Bahn will nach eigenen Angaben damit aber nicht nur die Bürger, die direkt an der Trasse wohnen, vor Lärm schützen, der „der Gesundheit schadet“.

„Lübeck ist mit dem historischen Stadtkern sowie dem Unesco-Weltkulturerbe eine besondere Stadt“, sagt Janine Korczak, Lärmschutzexpertin der Bahn. Daher will die DB sicherstellen, dass sich der Schallschutz ins Stadtbild einfügt und die Sichtachsen auf die Altstadt nicht ver-

stellt werden. Aus diesem Grund gibt es in den Entwürfen der meist sechs Meter hohen Lärmschutzwände auch transparente Teile, die den Blick auf die Kirchtürme der Stadt freigeben. Der Schallschutz soll bis zum Jahr 2029 auf 14 Kilometer entstehen.

Jeder Bürger darf online nur einmal für seine favorisierten Konzepte abstimmen. Darauf weist die DB explizit hin. Der Entwurf, der „deutlich“ die meisten Stimmen erhält, wird gebaut, hieß es zuerst von der Bahn. „Wir brauchen eine gewisse Anzahl von Menschen, die sich einbringen, damit wir sagen können, dass wir tatsächlich ein Meinungsbild haben“, sagt Peter Mantik, Sprecher der DB für

Großprojekte im Norden, den LN. „Eine vierstellige Zahl sollte es schon sein.“ Beteiligten sich nur 1000 Personen, müsste die Bahn mit der Stadt diskutieren, wie sie mit dem Ergebnis umgehe.

Die Deutsche Bahn nimmt für den Schutz vor Lärm und Erschütterung viel Geld in die Hand. Insgesamt werden 50 Millionen Euro aufgewendet. 35 Millionen für Schallschutz und 15 Millionen für Erschütterungsschutz auf der Strecke von der Eisenbahnbrücke Travekanal bis Bad Schwartau. „Das ist zusätzliches Geld“, sagt Lärmschutzexpertin Janine Korczak. 80 Millionen gebe die DB schon für Schallschutzmaßnahmen aus, die gesetzlich vorgeschrieben seien.

MID

Ausstellungstag zum Thema „Älter werden“

**LÜBECK.** Der Bereich Soziale Sicherung der Hansestadt Lübeck veranstaltet wieder einen Informations- und Ausstellungstag zum Thema „Älter werden in Lübeck“. Die ganztägige Veranstaltung findet am Freitag, 29. September, von 11 bis 17 Uhr in der Musik- und Kongresshalle Lübeck bei freiem Eintritt statt. Neben Informationsständen zu örtlichen und überregionalen Angeboten zu den Themen Teilhabe, Ehrenamt, Mobilität, Vorsorge und Sicherheit, Pflege, Aktivität, Hilfen im Alltag, Gesundheit und Prävention, Digitalisierung, Vorbereitung auf das Alter und vieles mehr, gibt es abwechslungsreiche Vorträge sowie eine Aktionsfläche für Mitmach-Aktivitäten. Besondere Beachtung findet in diesem Jahr das Thema „altersgerechtes Wohnen“ in Bezug auf Selbstständigkeit, Teilhabe im Quartier und Barrierefreiheit.

Ausstellung über Hochhaus

**ST. LORENZ SÜD.** Bis 20. Oktober wird open air an den Fenstern der Ladenzeile Kolberger Platz 1 die Ausstellung „Das Hochhaus – seine Geschichte und seine Menschen“ von der Fotografin Sibylle Ostermann und der Kulturwissenschaftlerin Dr. Karen Meyer-Rebentisch zu sehen sein. Das Hochhaus am Kolberger Platz wurde zwischen 1954 und 1958 im Stadtteil St. Lorenz Süd fertig gestellt. Einige Zeit war es das höchste Wohngebäude der Stadt. Es ist ein markanter Punkt der sogenannten „Papageiensiedlung“, die von der Neuen Heimat gebaut und später von der Trave übernommen wurde. Heute leben etwa 140 Menschen im Hochhaus. Das Projekt wird vom Kulturfunkeln gefördert.

Kinderkirche in St. Aegidien

**INNENSTADT.** Am Sonnabend, 23. September, um 11 Uhr findet in St. Aegidien wieder eine Kinderkirche statt. Dieses Mal geht es um Saat und Ernte. Wer mag, bringt eine eigene Schaufel und Blumenzwiebeln mit.

Wochenspiegel-Tipp

– Anzeige –

Bee Gees Musical kommt nach Lübeck!

Sonntag, 14.04.2024, 20 Uhr, MuK Lübeck

**MASSACHUSETTS - BEE GEES MUSICAL** lässt sein Publikum in einer mitreißenden musikalisch - biografischen Show mit vielen der Original-Musikern der Bee Gees Live-Konzerte an den wichtigsten Stationen dieser Ausnahme-Band teilhaben.

Von den Anfängen der ersten Single-Veröffentlichung vor 50 Jahren über „To Love Somebody“ und „Massachusetts“, die heiße Saturday Night Fever-Zeit bis zu ihrem letzten großen Album „You Win Again“ Ende der 80er Jahre.

„Die erfolgreichste Familienband aller Zeiten“ stellt das Guinness-Buch der Rekorde fest! Das Musical „Massachusetts“ ist musikalisch authentisch und auch optisch sowie emotional ganz nah dran am Original – denn die Sänger sind auch drei Brüder. Alle großen Hits werden zu hören sein, die frühen Songs ebenso wie die späten.

Den musikalischen Part übernehmen THE ITALIAN BEE GEES, bekannt aus der großen TV-Dokumentation



„50 Jahre Bee Gees“. Die ambitionierten italienischen Egiziano-Brüder stehen in engem Kontakt mit der Familie Gibb und sind seit Jahren auf den Spuren ihrer großen Vorbilder unterwegs. Weltweit haben sie sich bereits eine eingeschlossene Fangemeinde ersungen und erspielt und besitzen die alleinige Legitimation der Gibb-Brüder, den Namen und das musikalische Erbe zu repräsentieren. So konnten die drei auch den Originalproduzenten und Keyboarder der Bee Gees von 1975 bis 1982, Mr. Blue Weaver, für das Musical begeistern und natürlich auch live mit all seinem Wissen über die Original-Arrangements und Hintergrund-Sto-

ries für diese Aufführungen verpflichten. Dazu gesellt sich auch der Schlagzeuger der Schaffensperiode der Bee Gees 1973-1979, Mr. Dennis Bryon, sowie Vince Melouney, Gitarrist von 1967 bis 1969.

**Nur bis zum 9. Oktober gilt ein Frühbucherrabatt für Leser von 10% auf die Ticketpreise**

**Karten an allen Geschäftsstellen der LN Tel: 0451/144 13 94, bei Tipps & Tickets Tel. 0451-7904-400, an allen bekannten VVK-Stellen und online unter [www.bestgermantickets.de](http://www.bestgermantickets.de)**

Geschäftswelt

– Anzeige –

Das Beste der volkstümlichen Musik

30. September – 3. Oktober: Noch eine knappe Woche bis zu den Lübecker Gaudi-Festtagen – Wolfgang Schwalm als Stargast des Bayerischen Frühschoppens am 3. Oktober

Wer jetzt noch keine Tickets hat, muss sich beeilen, denn vom 30. September bis 3. Oktober stehen die Lübecker Gaudi-Festtage 2023 auf dem Programm. An zwei der vier Festtage, Sonnabend, 30. September (Online-Karten ausverkauft, nur Restkarten an der Abendkasse), und Montag, 2. Oktober (Einklass jeweils ab 17 Uhr), sind die beiden rauschenden Partynächte geplant. Als Top-Act stehen die „Alpenbanditen“ auf der Bühne. Für Sonntag, 1. Oktober, hat die Band „Lübecker Freibeutermukke“ mehr als zehn befreundete Spielmannszüge aus ganz Deutschland eingeladen. Der Eintritt ist frei, Platzreservierungen sind nicht möglich. Ein absolutes Highlight

wird der Bayerische Früh- und Spätschoppen am Dienstag, 3. Oktober. Ab 11 Uhr kommen die reiferen Fans der bajuwarischen Sangeskunst auf ihre Kosten, denn der Stargast dieses Tages ist Wolfgang Schwalm, besser bekannt als Wildecker Herzbube. Bei Titeln wie „Herzilein“, oder „Ein bunter Blumenstrauß“ wird geschunkelt, was das Zeug hergibt. Tickets kosten 10 Euro (ohne Platzreservierung).

**Lübecker Gaudi-Festtage 2023 30. September bis 3. Oktober 2023 Volksfestplatz, Am Waldsaum, 23568 Lübeck**

**Tickets, Reservierungen und Programmtipps: LN-Presserhaus und [www.luebecker-gaudi-festwochen.de](http://www.luebecker-gaudi-festwochen.de) Veranstalter: Henning König, Tel. 04508/ 403**



Wolfgang Schwalm wird das Festzelt am Tag der Deutschen Einheit zum Schunkeln bringen. Foto: hfr



# „Lübecker Apfeltag“ rund um St. Jakobi

Der Markt findet am nächsten Sonnabend an der Kirche statt.

**INNENSTADT.** Der „Lübecker Apfeltag“ öffnet zum fünften Mal am Sonnabend, 30. September, von 11 bis 16 Uhr seine Pforten. Aufgrund von Baumaßnahmen im Bereich des Einganges zum Domhof findet er nicht beim Museum für Natur und Umwelt, sondern bei St. Jakobi statt.

An dem Angebot ändert sich nichts: Auf dem beliebten Markt gibt es an zahlreichen Außenständen Wissenswertes und vielfältige Produkte rund um den Apfel – alles ökologisch, nachhaltig und naturnah. Interessierte können sich über regionale Obstsorten, Kultur- und Anbautechniken sowie Verarbeitungsmöglichkeiten des beliebten Kernobsts informieren und dieses selbstverständlich probieren. Herzstück ist auch 2023 eine Sortenausstellung und die Möglichkeit, mitgebrachte Äpfel bestimmen zu lassen. Beides wird im Inneren der Kirche St. Jakobi zu finden sein.

Verantwortlich für die Organisation sind die Kooperationspartner Verein Hanse-Obst, das Netzwerk Essbare Stadt Lübeck, Fairtrade Lübeck, der Bereich Umwelt-, Natur- und Verbraucherschutz der Hansestadt Lübeck und das Museum für Natur und Umwelt. Rund 20 Aussteller präsentieren vielfältige Produkte und Informationen. Der Eintritt ist wie immer frei.

Jens Meyer, einer der besten Sortenkenner Deutschlands, bestimmt – gegen eine Aufwandsentschädigung von 2,50 Euro –



Die Auswahl an köstlichen Äpfeln ist groß.

Foto: MNU

mitgebrachte Obstsorten. Für eine erfolgreiche Sortenbestimmung werden mindestens fünf typische Früchte desselben Baumes benötigt. Ziel ist es, einen Überblick über das Spektrum der in Lübeck und Umgebung vorhandenen alten Regionalsorten zu erhalten und bislang unbekannte Sorten zu entdecken. Der Experte präsentiert zudem eine Ausstellung von regionalen Apfel- und Birnensorten.

Der Verein Hanse-Obst informiert über Themen wie Obstpädagogik, Obstpflanzung, Obstsonnenbrand, Baumpflege sowie Veredelung regionaler Obstsorten und er schenkt seinen leckeren Apfelsaft aus. Bei der Wal-

nussmeisterei Böllersen geht es um unterschiedliche Walnussorten und deren Anbau.

Das Kulinarische kommt auf dem „Apfeltag“ natürlich ebenfalls nicht zu kurz: Das Angebot reicht von regionalen Obstsorten in unterschiedlichster Darreichungsform über Variationen von Apfelkuchen bis zu Crêpes mit leckeren Aufstrichen aus Obst und Lübecker Marzipan. Der Verein Fairtrade Lübeck informiert über das immer brisanter werdende Thema verpackungsfreie Produkte in Lübeck. Nachhaltige Waren wie fairer Schmuck, Kleidung, faire Taschen, Beutel und Kissen werden zum Verkauf angeboten.

## Sexualität und Behinderung

**LÜBECK.** Eltern und Angehörigen erwachsener Menschen mit Behinderung bieten die Tandem-Teams von Pro familia Schleswig-Holstein regelmäßig einen Online-Informationsabend zum Thema Sexualität und Behinderung an. Eine Fachkraft aus dem Bereich Sexuelle Bildung und eine Person mit Behinderung gestalten als Tandem-Team gemeinsam diese Veranstaltung. Am Dienstag, 26. September, geht es online via Zoom von 19 bis 21 Uhr um das Thema „Hilfe, mein Kind wird erwachsen!“.

**Für die Teilnahme ist eine Anmeldung bei Jochen Fix per Mail erforderlich: jochen.fix@profamilia.de. Mehr unter [www.profamilia.de/sh-tandem-teams](http://www.profamilia.de/sh-tandem-teams).**

## Singen im Brügmanngarten

**TRAVEMÜNDE.** Ein Mitsingkonzert findet am Sonnabend, 23. September, um 15 Uhr im Brügmanngarten mit dem Passat-Chor statt. Egal ob erfahrene Sänger oder Neulinge – alle sind eingeladen, die Magie des gemeinsamen Gesangs zu erleben. Der Eintritt ist frei. Es wird jedoch um Spenden für die „Passat“ und die Chorarbeit gebeten.

## Neue Gruppe für Menschen mit HIV

**LÜBECK.** Es gibt eine neue Selbsthilfegruppe „Pro Plus“ für Menschen mit HIV/Aids. Sie trifft sich jeden 4. Sonntag im Monat von 11 bis 13 Uhr. Kontakt bitte per Mail an [proplusluebeck1@gmail.com](mailto:proplusluebeck1@gmail.com) oder über KISS Lübeck, Telefon 0451/69 33 95 84.

## Radtour zum Herbstanfang

**LÜBECK.** Bei einer Radtour zum Herbstanfang geht es am Sonnabend, 23. September, durch die Stadt über den Landgraben Richtung Mori, Steinrade, Badendorf nach Heilshoop, wo am Teich eine Picknickpause geplant ist. Im Bogen über Zarpfen, Heidekamp, Ratzbek, Reecke, Nienendorf am Kanal entlang geht es zurück nach Lübeck. Für Proviant sorgt jeder selbst. Start am Werkhof an der Kanalstraße ist um 12.30 Uhr. Teilnahmegebühr vier Euro, ADFC-Mitglieder zahlen die Hälfte. Anmeldung unter <https://touren-termine.adfc.de>.

## Yoga zum Kennenlernen

**LÜBECK.** Der BSV Lübeck bietet einen neuen Yoga-Schnupperkurs ab Mittwoch, 4. Oktober, von 18.45 bis 19.45 Uhr an. Dieses Sportangebot findet in der Schule am Stadtpark, Schulstraße 22, statt. Der Kursbeitrag beträgt für sechs Termine 50 Euro zuzüglich einem jährlichen Verbandsbeitrag von 9,31 Euro. Im Anschluss findet ein Folgekurs statt. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Telefon 0451/7 70 75 oder [info@bsv-luebeck.de](mailto:info@bsv-luebeck.de).

## Wie funktioniert Meditation?

**INNENSTADT.** Ein Vortrag von Andrea Boy über Meditation im Diamantweg-Buddhismus findet am Freitag, 29. September, um 20 Uhr im Buddhistischen Zentrum Lübeck, Wahnstraße 43/45, in der Neuen Rösterei, Hinterhaus, statt. Im Anschluss kann eine Meditation ausprobiert werden. Der Eintritt beträgt sieben Euro, ermäßigt sechs Euro.

### Wochenspiegel-Tipp

## Überzeugt von regionaler Vielfalt

Hochwertige Produkte aus Lübeck und der Region ergänzen das breite Sortiment im E-Center.

Bei frischem Spargel aus Falkenhusen und saftigen Erdbeeren vom Ingenhof schätzt Thomas Lege vom E-Center in der Ziegelstraße neben der hohen Qualität die kurzen Lieferwege. Schon seit vielen Jahren legt er Wert auf regionale Vielfalt. „Wir freuen uns über die gelungenen Kooperationen mit Anbietern aus Lübeck und der Region“, sagt er. Zur regionalen Vielfalt zählt der frisch geröstete Kaffee und die Schokolade aus eigener Herstellung, die Lege vom Lübecker Caféhaus bezieht. Auch Klüvers Fertigerichte kommen gut bei den Edeka-Kunden an. Neben dem traditionellen Norddeutschen Labskaus gibt es weitere frisch zubereitete und schmackhafte Gerichte im Weckglas. Regelmäßig werden Müsli und Zerealien beim Lübecker Unternehmen Brüggen geordert und selbst abgeholt. Auch mit dem Lokal Fangfrisch gibt es eine Kooperation: Von dort stammen Weine, Glühweine und ein Matrosenpunsch, der in der Vorweihnachtszeit stark nachgefragt wird. Auch Bier gehört zum Angebot, welches neben dem vielfältigen Biersortiment im E-Center gerne gewählt wird. Weitere Weine und feiner



Thomas Lege, Market Manager vom e-Center in der Ziegelstraße.

Foto: hl

Sekt stammen vom Weinhaus in der Mengstraße. Und neben dem bekannten Stadthonig, zu finden neben den vielen anderen Honigsorten, gibt es noch verschiedene leckere Käsesorten, die aus eigener Herstellung der Vorwerker Diakonie stammen. Darüber hinaus hat sich das Angebot und die Qualität von „Gutfleisch“ aus der Region ebenfalls seit langem bewährt. Gerade im vergangenen Jahr erhielt das E-Center zudem sein Biozertifikat. Dazu gehören jährliche Schulungen der Mitarbeitenden sowie die regelmäßige Prüfung des Wareneingangs und der Pro-

duktlagerung. „Durch das Zertifikat wird noch einmal mehr unser Blick geschärft für mehr Nachhaltigkeit und ökologische Vielfalt“, freut sich Thomas Lege auch über das große Engagement seines Teams. mpa

**E-Center  
Ziegelstraße 2 - 8  
23556 Lübeck  
Telefon: 0451/48 09 920  
[E-center.hl.nord@edeka.de](mailto:E-center.hl.nord@edeka.de)**

**Öffnungszeiten im gesamten E-Center:  
Montag bis Sonnabend  
7 bis 20 Uhr**



**30%**  
Rabatt auf alle  
**Rosen**  
ab sofort

**egesagarten Gärtnerei Aeschlimann**  
Harmsdorf, Dorfstr. 12-14, Tel.: 0 45 41/85 82 13, Mo.-Fr.: 9-18 Uhr, Sa. 9-16 Uhr, So. 10-13 Uhr  
Groß Grönau, An der Gärtnerei 1, Tel.: 0 45 09/79 99 19, Mo.-Fr.: 9-19 Uhr, Sa. 9-18, So. 11-16 Uhr  
Gronenberg/Scharbeutz, Dorfstr. 2a, Tel. 0 45 24/90 02 00, Mo.-Sa. 9-18 Uhr, So. 11-16 Uhr  
[www.gaertnerei-aeschlimann.de](http://www.gaertnerei-aeschlimann.de)



**Goldankauf**  
**REWE Center Buntekuh, Ziegelstr. 232**  
**Tel. 0170 3411829**  
**Täglich 10.00 - 18.00 Uhr, Sa. bis 14.00 Uhr**  
**[www.beckergoldankauf.de](http://www.beckergoldankauf.de)**

**Nichtraucher in 2 Stunden**  
Gräfin von Korff • T. 04192 - 819 28 59 • [www.einmal-hypnose.de](http://www.einmal-hypnose.de)

**Unsere Sommerangebote**

**35%**  
auf den Nählohn  
Ihrer neuen Dekoration

- nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
- Angebot gilt bis 30.09.2023
- Rabatt nur für Neubestellungen

**Wir waschen Gardinen**

**35%**  
auf maßgefertigte Plissees,  
ausgewählte Kollektion

- nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
- Angebot gilt bis 30.09.2023
- Rabatt nur für Neubestellungen

**Rabatt nur gegen Vorlage dieser Anzeige bei der Bestellung**

Schwartauer Allee 13a-15 • 23554 Lübeck  
5 Parkplätze vor den Schaufenstern • Haltestelle Wickedestr. Linie 1 + 10  
Montag - Freitag 10.00 - 18.00 • Sonnabend 10.00 - 13.00  
**Tel. 0451-43115 • [www.gardinen-schlichting.de](http://www.gardinen-schlichting.de)**

**wochenspiegel-online.de**  
lokal & aktuell!

**Unser Portal für Lübeck, Ostholstein und die Küste**

**Präventionskurse in Lübeck**

**AOK**

**Kraftworkout im Studio (10x 90 min)**  
freitags, ab 20. Oktober, um 18:00 Uhr und  
mittwochs, ab 1. November, um 10:30 Uhr  
im Fit in Form, Welsbachstraße 5

**Langhantel-Workout (1x 60 min)**  
Sonntag, ab 12. November, um 12:45 Uhr  
im Fit in Form, Welsbachstraße 5

**Kraftworkout im Studio (10x 90 min)**  
donnerstags, ab 23. November, um 16:30 Uhr im BODYBALANCE  
TRAVEMÜNDE

Jetzt anmelden: **0800 2655-185229** oder online auf **[aok.de/nw](http://aok.de/nw)**

**AOK NordWest. Die Gesundheitskasse.**

Exklusiv + kostenfrei  
nur für AOK-Versicherte





# Mitmachen beim Fotomarathon

**LÜBECK.** Der 9. Fotomarathon Lübeck startet am 30. September um 10 Uhr im Übergangshaus (ehem. Karstadt Sport Haus B) auf dem Schragen. Die Online-Anmeldung zur kostenfreien Teilnahme ist freigeschaltet.

Mit „Laufen“ im herkömmlichen Sinn hat der Fotomarathon nicht viel zu tun. Vielmehr geht es darum, sich im Zuge des Fotowettbewerbes quer durch Lübeck zu bewegen und innerhalb von acht Stunden zehn Motive (Jugendliche: acht Motive) nach vorgegebenen Themen foto-

grafisch umzusetzen. Kreativität und Spaß am Fotografieren sind dabei die Erfolgsfaktoren. Ein paar Grundregeln sind dabei zu beachten: Erlaubt sind nur Digitalkameras (keine Smartphone-Kameras). Die Reihenfolge der Themen muss exakt eingehalten werden. Der Kreativität sind bei der Umsetzung keine Grenzen gesetzt. Im Idealfall erzählt die Fotoserie eine kleine Geschichte. Wie, das bleibt jedem Teilnehmer selbst überlassen.

Der diesjährige Fotomarathon Lübeck steht ganz im Zeichen des

Übergangswochenendes, das vom 29. September bis 1. Oktober in der Lübecker Innenstadt stattfindet. Die Lübeck und Travemünde Marketing GmbH und das Lübeck Management organisieren Übergangsweise ein buntes Programm mit Aktionen, die sich bestens für eine Motivwahl eignen.

Weitere Informationen zum Programm unter [www.luebeckuebergangsweise.de](http://www.luebeckuebergangsweise.de). Wer sich beim Fotografieren allerdings lieber eine Briesse Ostseeluft um die Nase wehen lassen möchte und den Meerblick liebt, dem bietet

das Herbstdrachenfest in Travemünde eine traumhafte Kulisse.

Jeder Teilnehmer erhält ein Starterset mit schönen Überraschungen gratis. Auf die besten Fotografen in beiden Kategorien warten jeweils eine hochwertige Kamera sowie attraktive Sachpreise und Gutscheine. Die Siegerehrung findet am Sonntag, 4. November, im Rahmen des Programms der 65. Nordischen Filmtage Lübeck statt.

**Online-Anmeldung unter [www.luebeckmanagement.de](http://www.luebeckmanagement.de)**



Demnächst starten in Lübeck noch Kurse mit freien Plätzen. Anmeldungen sind ab sofort möglich  
Foto: AOK / hfr

## AUS DER GESCHÄFTSWELT

# Wertvolle Inspirationen rund um die Gesundheit

**LÜBECK.** Wer sich regelmäßig bewegt und ausgewogen ernährt, ist fitter und gesünder. Eine gute Balance zwischen Bewegung und Entspannung zu finden sowie ein rauchfreies Leben zu führen, sind dafür die besten Voraussetzungen. Mit den Gesundheitskursen der AOK NordWest genießt jeder in Lübeck „gesunde Vorteile“ - nicht nur für die eigene Gesundheit, sondern auch mit Punkten für das Prämien- oder Familien-Bonus-Programm.

„Demnächst starten wieder diverse Kurse in Lübeck. Alle Kurse werden von qualifizierten Fachkräften geleitet“, so AOK-Serviceregionsleiter Reinhard Wunsch.

Anmeldungen sind ab sofort im AOK-Präventions-Team bei Petra Schmidt, Nicole Bartos, Judith Below oder Anna-Lena Seeger unter der kostenfreien Rufnummer 0800 2655-185229 oder online unter [aok.de/nw](http://aok.de/nw) möglich. Die Kursteilnahme ist kostenfrei für AOK-Kunden.

Beim Kraftworkout dreht sich

zehn Wochen lang alles um das Thema Muskelaufbau, Tipps zu Bewegungsmöglichkeiten im Alltag und echte Fitness. Start ist am Donnerstag, 23. November, um 16.30 Uhr in Travemünde sowie am 20. Oktober und 1. November in Lübeck.

Einfach mal etwas Neues ausprobieren - das ist möglich beim einmaligen Kurs Langhantel-Workout am Sonntag, 12. November. Beim Ganzkörperworkout zu fetziger Musik werden die wichtigsten Hauptmuskulgruppen mit den besten Gewichtsübungen trainiert. Anfänger können zusammen mit Fortgeschrittenen trainieren so dass der Schnupperkurs für jeden geeignet ist.

**Die komplette Übersicht zu allen Kursen in der gesamten Region sowie zu den AOK-liveonline-Kursen erhalten Sie außerdem unter [www.aok.de/nw](http://www.aok.de/nw). Alle AOK-Präventionsangebote sind kostenfrei für AOK-Kundinnen und -Kunden.**

## FORTSCHRITTLICHE HILFE BEI SPASTISCHEN LÄHMUNGEN!

**Mit dem Exopulse Mollii Suit aktivieren Sie Ihre Muskeln für mehr Lebensqualität!**

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

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

Wenn Sie mit einschränkenden Bewegungsstörungen durch **Zerebralparese, Multipler Sklerose, Schlaganfall** und anderen neurologischen Erkrankungen Ihren Alltag bestreiten müssen, kann der **Exopulse Mollii Suit** Ihnen mittels Knopfdruck die Möglichkeit

verschaffen, nach einer kurzen Stimulationszeit die Symptome einer Spastik zu reduzieren und Schmerzen zu lindern.

Mit dem **Exopulse Mollii Suit** von Ottobock können wir Ihnen jetzt ein sicheres und einfaches Hilfsmittel bieten, das Ihre Bewegungsfreiheit und Lebensqualität erhöht.

**Vereinbaren Sie gleich einen Termin in unserer Zentrale in Lübeck, Tel. 0451 – 290 71 50 oder unter [www.ostsee-medizintechnik.de](http://www.ostsee-medizintechnik.de).**

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

**Jetzt KOSTENLOS testen!**

**OSTSEE MEDIZINTECHNIK**  
SANITÄTSHAUS & ORTHOPÄDIETECHNIK

Nina Lafrenz, 41 Jahre (MS-Patientin)

**UNSERE STANDORTE IN IHRER NÄHE:**

LÜBECK	LÜBECK <b>NEU</b>	LÜBECK	TRAVEMÜNDE	TIMMENDORFER STR.	EUTIN
Im Gleisdreieck 34	Schlutuper Str. 7	Moislinger Allee 6b	Am Dreilingsberg 7	Birkenallee 1	Elisabethstr. 16 – 18
Tel. 0451 290 71 50	Tel. 0451 582 412 88	Tel. 0451 498 25 43	Tel. 04502 880 97 07	Tel. 04503 898 98 72	Tel. 04521 794 18 09

[www.ostsee-medizintechnik.de](http://www.ostsee-medizintechnik.de)

## Wir starten in den Herbst!

# Holtex

Mode von Kopf bis Fuß

IMMER 20-30% GÜNSTIGER ALS UVP!

**TOP-ANGEBOT**

**Friesennerz**  
auch in gelb  
Gr. M-4XL  
statt 179,95 €  
**jetzt nur 59.95**

**Cargo-Hose**  
marine, oliv, khaki,  
Gr. 48-66, 24-33  
statt 59,95 €  
**jetzt nur 29.95**

**Baumwoll-Stretch-Hose**  
verschiedene Modelle, z.T. mit kleinen Fehlern  
Gr. 48-60, 24-30  
statt 59,95 €  
**jetzt nur 29.95**

**Fleece-Jacke**  
kuschelig weich in vielen Farben,  
Gr. S-4XL  
statt 29,95 €  
**jetzt nur 19.95**

**Jeans „Alexa“**  
schlanke Form, darkstone-denim  
Gr. 36-48, 18-24  
statt 59,95 €  
**jetzt nur 29.95**

**SOYACONCEPT Shirts + Blusenshirt**  
tolle Herbstmodelle  
Gr. M-XXL  
**29.95**

**Hoodie**  
verschiedene Modelle + Farben  
Gr. M-4XL  
statt 29,95 €  
**jetzt nur 19.95**

**Damen-Sneaker**  
**nur 49.95**  
mit Memory Foam-Sohle,  
Gr. 37-42

**Thermo-Softshellmantel**  
atmungsaktiv, winddicht + wasserabweisend  
Gr. 40-50  
**99.95**

**Nachthemd**  
verschiedene Modelle  
Gr. 38-48  
**29.95**

**Schlafanzug**  
verschiedene Modelle  
Gr. 38-48  
**39.95**

**Herren-Slipper**  
verschiedene Modelle  
Gr. 40-46  
**49.95**

**Damen-Filzpantoffel**  
verschiedene Modelle  
Gr. 37-42  
**nur 9.95**

**Damen-Stiefeletten**  
verschiedene Herbstmodelle  
Gr. 37-42  
**59.95**

**Herren Retropants**  
Zer-Pack, Gr. 5-9  
**5.95**

**Herren-Jogginghosen**  
mit geradem Bein oder wahlweise Bündchen, marine oder grau  
Gr. 48-58, 25-30  
Gr. 60-64  
**22.95**  
**27.95**

**Lübeck Posener Str. 5 · Tel. 0451 / 40 00 60**  
**Montag bis Freitag: 9.30–18.00 Uhr · Samstag: 9.30–16.00 Uhr**  
**Lübeck-Moisling August-Bebel-Str. 25–29 · Tel. 04 51 / 2929 90**  
**Montag bis Freitag: 9.30–18.00 Uhr · Samstag: 9.30–14.00 Uhr**  
Holtex Edith Pohl e.K., Inhaber André Meyer-Pohl, Zentrale: Posener Str. 5, 23554 Lübeck, Deutschland

**Eutin Albert-Mahlstedt-Str. 5**  
**Tel. 045 21 / 49 77**  
**Mo. bis Fr.: 9.30–18.00 Uhr**  
**Sa.: 9.30–14.00 Uhr**  
**[www.holtex.de](http://www.holtex.de)**

**ausreichend kostenlose Parkplätze vorhanden!**

## Auf der Suche nach Steinen

**TRAVEMÜNDE.** Der Geopark Nordisches Steinreich lädt alle Natur- und Abenteuerbegeisterten zu zwei Veranstaltungen am 23. und 24. September ein. Am Sonnabend von 20 bis 21.30 Uhr bietet der Geopark eine Schwarzlichtexkursion am Strand von Travemünde an. Tickets für dieses außergewöhnliche Erlebnis sind für 15 Euro erhältlich und können unter [www.tickets.geopark-nordisches-steinreich.de](http://www.tickets.geopark-nordisches-steinreich.de) gebucht werden. Am Sonntag von 14 bis 16 Uhr folgt eine Steinwanderung. Tickets für diese informative und unterhaltsame Wanderung sind ebenfalls für 15 Euro erhältlich und können ebenso unter [www.tickets.geopark-nordisches-steinreich.de](http://www.tickets.geopark-nordisches-steinreich.de) gebucht werden.

## Gottesdienst über Maria Magdalena

**INNENSTADT.** Das Evangelische Frauenwerk Lübeck-Lauenburg lädt ein zum Gottesdienst in St. Petri zu Lübeck am Sonntag, 24. September, um 11 Uhr. Das Thema lautet „Maria Magdalena - mutig und verkündigend“. Die Gottesdienste des Frauenwerkes werden mit einer festen Liturgie, mit Liedern, Gebeten und Texten, jeweils von zwei oder drei Frauen zu einem selbst gewählten Thema gestaltet.

## Vortrag in der Sternwarte Lübeck

**ST. JÜRGEN.** Einen Vortrag über neue Einblicke in den Radiohimmel von Professor Dr. Markus Brüggemann, Sternwarte Hamburg, gibt es am 29. September um 21 Uhr in der Sternwarte Lübeck. Eintritt: 6/4 Euro.



# Einfühlsame Beratung bei Ostsee-Medizintechnik

ANZEIGE

Expertinnen des Sanitätshauses helfen bei Fragen zum Thema Brustprothetik.

**LÜBECK.** Die Mitarbeiterinnen in den Sanitätshäusern von Ostsee-Medizintechnik beraten einfühlsam Frauen bei Fragen und Bedenken, die nach einer Brustoperation individuelle Lösungen für Selbstvertrauen und äußerliche Harmonie suchen.

Dank frühzeitiger Diagnostik und der Möglichkeit, Tumore durch eine Chemotherapie zu verkleinern, können heutzutage Mammakarzinome in 70 bis 80% der Fälle brusterhaltend operiert werden. Bei ca. 25% der Betroffenen ist eine Brustentfernung jedoch noch immer erforderlich. Ein Wiederaufbau der Brust mit allen Möglichkeiten der Rekonstruktion stellt heute ein sicheres Verfahren dar.

Die Betroffenen stehen zunächst jedoch vor vielen Fragen: Wie sehe ich nach der Operation mit nur einer Brust aus? Wie kann ich äußerlich die Symmetrie wiederherstellen? Welche Möglichkeiten des Wiederaufbaus meiner Brust gibt es? Welches ästhetische Ergebnis kann ich erwarten? Was spricht für das Tragen einer Brustprothese?

Um eine individuelle Versorgung entsprechend der medizinischen Gegebenheiten zu gewährleisten, bietet Ostsee-Medizintechnik verschiedene Ausführungen und Formen von Prothesen an, die neue Selbstsicherheit geben.

„Gemeinsam mit der Patientin wird eine Brustprothese, die sog.



**Andrea Draeger, Fachberaterin für Brustprothetik bei Ostsee-Medizintechnik**

Foto: OMT

Epithese, ausgewählt“, erklärt Andrea Draeger, eine Spezialistin bei Ostsee-Medizintechnik auf diesem Gebiet. „Epithesen vermitteln ein natürliches und sicheres Tragegefühl im Alltag, beim Sport und beim Schwimmen. Sie verhalten sich in puncto Weichheit und Schwingung ähnlich wie die natürliche Brust und nehmen schnell die Körpertemperatur an. Viele Varianten sind möglich.“

Nach der Operation und während einer Bestrahlungstherapie reagiert die Haut noch sehr empfindlich auf Berührung und Druck. Silikon zeichnet sich durch eine hervorragende Haut- und Körpervertäglichkeit aus und kann zudem nach einer Rekonstruktion der Brust aus Eigengewebe oder nach einer Implantation mit unzureichendem kosmetischem Ergebnis für Sicherheit sorgen. Für ein natürliches Aussehen bietet Ostsee-Medizin-

technik Brustprothesen in zahlreichen Formen, Farben und Größen zur Auswahl an. Außerdem entstehen beim Tragen der Epithese Kompressions- und Massagewirkungen, durch die der Lymphabfluss begünstigt wird.

Die Expertinnen bei Ostsee-Medizintechnik nehmen an regelmäßigen Qualitätsmaßnahmen für die Versorgungen brusterhalteter Frauen teil und gehen ihrer Tätigkeit einfühlsam und mit Freude nach. „Ich berate und vermesse meine Kundinnen und nehme mir Zeit für Fragen und Gespräche. Hierfür hat Ostsee-Medizintechnik abgeschlossene Beratungsräume eingerichtet. Es wird also für Diskretion und eine persönliche Atmosphäre gesorgt“, berichtet Iris Marten, Fachberaterin in Ratzeburg.

„Um eine Brustprothese sicher zu platzieren, ist Prothesenwäsche eine sinnvolle Ergänzung“, weiß Andrea Draeger aus langjähriger Erfahrung. „Für die innere Gelassenheit sind optimale BHs ein notwendiger Bestandteil, damit das Selbstvertrauen gestärkt wird und sich die betroffenen Frauen feminin und selbstsicher fühlen.“ Für dieses Ziel wurden spezielle Prothesen-BHs mit besonderen Eigenschaften entwickelt.

**Vereinbaren Sie gleich einen Beratungstermin unter Telefon 0451/ 2 90 71 50 oder [www.ostsee-medizintechnik.de](http://www.ostsee-medizintechnik.de).**

## Geschäftswelt

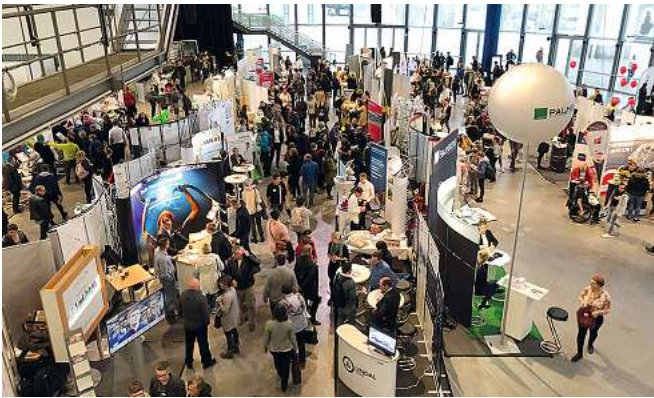
– Anzeige –

# „Neuer Job gefälltig?“

Lübecks große Jobmesse

Rund 90 regional und international agierende Top-Arbeitgeber gewerblich, technisch, kaufmännisch, medizinisch oder sozial: Auf der Messe präsentieren sich rund 90 regional und international agierende Arbeitgeber, Ausbildungsbetriebe und Bildungseinrichtungen den Besuchern aller Altersstufen, Qualifikationen und Fachrichtungen. Die Messe richtet sich gleichermaßen an Ausbildungsinteressierte, Young Professionals, Umsteiger, Wiedereinsteiger, Existenzgründer, Arbeitsuchende, Fort- und Weiterbildungsinteressierte aller Altersstufen.

**Direkter Draht zu Personalern** Bei persönlichen Gesprächen am Messestand können Interessierte wichtige Kontakte zu ihrem Wunschunternehmen knüpfen und sich in lockerer Atmosphäre über die zahlreichen Angebote der ausstellenden Unternehmen informieren. Neben Infos zu aktuellen Stellen- oder Ausbildungsangeboten, Einstiegsmöglichkeiten und neuen beruflichen Perspektiven erhalten Besucher In-



formationen direkt aus erster Hand von den Personalverantwortlichen namhafter Unternehmen aus ihrer Region.

**Gratis Bewerbungsmappen-Check** Die Bewerbung ist nicht nur eine Art übergroße Visitenkarte – sie ist zugleich auch eine erste Arbeitsprobe. Aber wie gut ist die Bewerbungsmappe? Gibt es vielleicht noch Optimierungsbedarf? Die inhaltliche und sprachliche Gestaltung des Anschreibens, aber auch Form und Inhalt des Lebenslaufs sind nicht selten entscheidend auf dem Weg in eine Anstel-

lung. Unser kostenloser Bewerbungsmappen-Check gibt den Besuchern schnell wertvolle Anregungen und Tipps.

**Lübecks große Jobmesse von JOBWOCHE**  
**5. Oktober 2023 | von 9-12 Uhr exklusiv für Schulklassen & Gruppen – ab 12-18 Uhr für die Öffentlichkeit**  
**Musik- und Kongresshalle (MuK), Willy-Brandt-Allee 10, 23554 Lübeck**  
**Der Besuch der Messe ist kostenlos!**  
**<http://www.luebeck-jobmesse.de>**

WOCHENSPIEGEL



## Finden Sie kostenlos Singles an der Ostsee!

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

**GLÜCK IM NORDEN**  
Die Partnersuche mit Herz

**JETZT KOSTENLOS REGISTRIEREN:**  
**[glueck-im-norden.de](http://glueck-im-norden.de)**

# Ihre Mobilität liegt uns am Herzen

Kostenlose Beratung rufen Sie gleich an:  
**0451 3080991**

## FAMILIE BRANDENBURG LIFTSYSTEME

Lifte für Norddeutschland

### Liftsysteme für jede Lebenslage.

Ob Sie Ihre Freiheit in den eigenen vier Wänden durch einen Treppenlift / Plattformlift wiederbekommen möchten oder sich mehr Komfort zuhause wünschen.

Der Familienbetrieb Brandenburg Liftsysteme ist Ihr starker Partner rund um die Mobilität Zuhause.

Weitere Informationen unter:  
**[www.brandenburg-aufzuege.de](http://www.brandenburg-aufzuege.de)**

Brandenburg Aufzüge und Elektrotechnik GmbH  
Rapsacker 7, 23556 Lübeck

- Treppenlifte
- Homelifte
- Senkrechtlifte
- Plattformlifte
- Hublifte

Treppenlift  
**ab 0€**  
Bei Übernahme der  
Pflege- / Krankenversicherung







Die Lübecker Nachrichten GmbH ist ein Medienhaus mit Tageszeitungen, Anzeigenblättern, Spezialpublikationen sowie einer Vielzahl von digitalen Angeboten. Mit ihrer Zeitung „Lübecker Nachrichten“ ist sie Marktführer in der Region und gehört zur MADSACK Mediengruppe.

Bewirb dich zum 1. August 2024 für ein

## Duales Studium Bachelor of Arts (BWL)

oder für eine Ausbildung zum/zur

## Medienkaufmann/-frau Digital und Print (d/m/w)

Entdecke mit uns die Welt der Medien!

Während deiner Ausbildung lernst du alle Abteilungen unseres regionalen Medienhauses intensiv kennen und erhältst, je nach Ausbildungsgang, einen umfassenden theoretischen Hintergrund (Duale Hochschule Schleswig-Holstein bzw. kaufm. Berufsschule).

Betriebliche Schwerpunkte der abwechslungsreichen Ausbildung sind unsere

Marketingbereiche mit ihren vielfältigen

Medienangeboten in Digital wie auch in Print sowie das Veranstaltungsmanagement. Durch deine aktive Mitarbeit im Tagesgeschäft und bei eigenständigen Projekten kannst du deine Fähigkeiten unter Beweis stellen, eigene Ideen einbringen und kreativ an Lösungen mitarbeiten.

Du arbeitest gerne im Team und interessierst dich für Medien?

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

Lübecker Nachrichten GmbH  
Personalabteilung  
Herrenholz 12  
23556 Lübeck  
E-Mail: bewerbung@ln-luebeck.de



**Schinken Nissen**  
**Reinigungskraft**  
die auch gerne bei allen  
Vorbereitungen mitarbeitet.  
Wir freuen uns auf Ihren Anruf:  
**Schinken Nissen**  
Ahrensböcker Str. 122 - Stockelsdorf  
Tel.: 04 51/49 00 50 - schinken-nissen.de

**Gartenhilfen (m/w/d) in Teil- oder  
Vollzeit gesucht. ☎ 0173/4871557**

Rentnerin su. Minijob, Büro.  
culletdancer@gmail.com

**Hausmeister bzw.  
Hausmeisterpaar (m/w/d)**  
für die Betreuung einer größeren  
Wohnanlage mit ca. 100 Wohnungen in  
Lübeck zum Ende des Jahres 2023 ge-  
sucht. Es sind die vielfältigen Aufgaben  
der technischen Kontrolle, der Garten-  
pflege, der Reinigung der Treppen-  
häuser/ Waschküche und Gemein-  
schaftsräume sowie der Außenanlage,  
der Organisation der Müllentsorgung  
sowie die Kleinreparaturen und des  
Winterdienstes langfristig zu überneh-  
men. Eine handwerkliche Ausbildung ist  
nützlich. Es wird eine etwa 54 m² große  
Werkwohnung zur Verfügung gestellt.  
Die Vergütung entspr. den Aufgaben.  
Bewerber wenden sich bitte mit kurzem  
Lebenslauf an die Verwalterin der Woh-  
nungseigentümergeinschaft, wie folgt:  
**Wohnungsunternehmen Denker GmbH**  
Roekstraße 49a in 23568 Lübeck

**Suche eine gesunde deutschsprachige**  
Haushaltshilfe, wöchentl. 2-3 Std. in  
Hamberge. ☎ 0174 / 981 02 22

**Campingplatz Iwendorf**  
Verstärkung für die Rezeption und un-  
seren Shop gesucht (ganztätig).  
Englischkenntnisse erwünscht.  
Aushilfen für Brötchenverkauf (morgens)  
von Mai bis Ende September ge-  
sucht (gern auch Schüler/Studenten).  
Bewerbungen bitte an:  
**mail@camping-travemuende.de oder**  
**☎ (04 502) 4 865**

**Eichenhof**  
Senioren- und Therapiezentrum  
www.haus-eichenhof-luebeck.de

Wir suchen ab sofort eine/n  
**Pflegefachfrau/  
Pflegefachmann**  
(m/w/d) – für den Wachkoma-Bereich  
Vollzeit, Teilzeit, GfB  
**Brutto-Gehalt bis zu 3.800 €\***  
Zulagen & Jahressonderzahlung\*\*  
bereits inklusive  
\*Gehaltsbeispiel bei Vollzeit-Anstellung  
\*\*13. Monatsgehalt oder monatl. Auszahlung  
**Wir freuen uns auf  
Deine Bewerbung!**  
Frau Sabrina Zander  
E-Mail: einrichtungsleitung@haus-  
eichenhof-luebeck.de

Segeberger Straße 48 b  
23617 Stockelsdorf  
**(0451) 498 67-0**



## Fleischereifachverkäufer (m/w/d)/ Verkäufer (m/w/d) für den Bereich Frische/Fleisch

In Voll- oder Teilzeit. Idealerweise mit Berufsausbildung/  
Berufserfahrung im Lebensmitteleinzelhandel.  
Quereinsteiger sind ebenfalls willkommen!

Flexibler Dienstplan	Geregelte Arbeitszeiten	Vermögenswirksame Leistungen	Hochwertige Arbeitskleidung inkl. Reinigung gestellt	Job-Ticket/ Deutschland-Ticket
Attraktive Vergütung	Angenehme, kollegiale Arbeitsatmosphäre	Urlaubs- und Weihnachtsgeld	Kantine	Weiterbildung
30 Tage Urlaub/ 6 Wochen	Mitarbeiterrabatte über Corporate Benefits	(Kostenfreie) Parkplätze + Bikeleasing	Altersvorsorge	Intensive Einarbeitung

**JETZT BEWERBEN**



**CITTI Märkte GmbH & Co. KG**  
Personalabteilung, Herrenholz 14, 23556 Lübeck  
oder per Mail: job-luebeck@citti.de  
www.meine-karriere-im-handel.de  
Rückfragen gerne unter 04 51 / 89 69-20 00  
**cittimarkt.de**



Hansestadt LÜBECK



Wir stellen ständig für alle Stadtteile ein:

### Reinigungskräfte (23,50 Std./Woche)

für den Bereich Gebäudemanagement für die Unterhaltsreinigung in  
Schulen, Kitas und Verwaltungen.  
• Nachtdienst oder flexible Arbeitszeiten möglich, wohnortnaher Einsatz  
möglich  
• unbefristete Einstellung wird angestrebt (Entgeltgruppe 1 TVöD)  
• Jahressonderzahlungen garantiert und Leistungsprämien möglich  
• Mehrstundenauszahlung oder Freizeitausgleich  
• Zuschuss zum NahSH-Jobticket, Mobilitätszuschuss  
**Entgeltgruppe 1 TVöD - Kennziffer 017 / 2023**

Näheres zu den Aufgaben und zum Anforderungsprofil etc. finden Sie unter  
www.luebeck.de/jobs oder unserem Karriereportal (stadt-luebeck-jobs.de).

Anforderung des kompletten Ausschreibungstextes auch bei reinigungs-  
dienste-gmhl@luebeck.de oder telefonisch unter 0451-1226271, Herr  
Eiring bzw. unter 0451-1221902, Frau Brummerloh.

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



## Ihre Spende wirkt!

Zusammen mit Ihnen schützen wir die Lebensräume bedrohter Tierarten weltweit.  
Mehr Infos: wwf.de • Spendenkonto: IBAN DE06 5502 0500 0222 2222 22

## Mein Tag. Meine News. Mein Tablet mit Geldprämie.

Freuen Sie sich auf das LN-E-Paper inklusive LN+ und Tablet.

im September <b>+170 €</b> Geldprämie	im Oktober <b>+125 €</b> Geldprämie	im November <b>+85 €</b> Geldprämie
---	---	---



Und so geht's: QR-Code scannen  
oder online bestellen unter  
abo.www.LN-abo.de/geschenkt

**Lübecker Nachrichten**



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



# Lamawanderung für Best Ager

Verein bietet Touren mit den sanftmütigen Begleitern an.

**SCHÖNWALDE.** Der Verein zur Förderung von Mobilität & Vielfalt (VMV) ist der erste Verein in Deutschland, der ausschließlich Sportprojekte durch Kooperationen ins Leben ruft, und dies an verschiedenen Standorten. Dadurch soll eine Vielfalt an Sportmöglichkeiten angeboten und damit eine bessere Zugänglichkeit für jedermann ermöglicht werden.

Neu im Programm: „Lamawanderung für Best Ager“. Gemeinsam mit dem Pastor der evangelisch-lutherischen Kirchengemeinde Schönewalde, Dr. Arnd Heling, und Ines Schneider von der „Lama-Karawane“ wurde ein Angebot entwickelt, das hauptsächlich die ältere Generation im Fokus hat. Damit sollen diese aus ihrer Komfortzone gelockt werden. Vor allem soziale Kontakte sind für ältere Menschen enorm wichtig.

Aber warum Lama? Sie sind sanftmütig, friedlich, unvoreingenommen, sensibel, sozial und sogar für Allergiker geeignet. Sie sind wunderbare Begleiter bei Wanderungen, da sie sehr trittsicher sind. Das gibt auch dem Wanderpartner „Mensch“ ein gutes Gefühl von Sicherheit mit einem positiven Synergieeffekt. Durch ihre unaufdringliche und zurückhaltende Art sind sie hervorragend auf pädagogischer und therapeutischer Ebene geeignet, da ältere Menschen sich oft



Lama und Mensch sind gute Wanderpartner. Foto: TASH

allein oder einsam fühlen. Lamas motivieren zur Bewegung, sorgen für Ruhe und Gelassenheit. Dies überträgt sich schnell auf den Menschen, sodass die Teilnehmer mit dem Lama an der Seite der Hektik und eventuelle Sorgen des Alltags zumindest für diesen Moment entfliehen können.

Bei VMV sind Mobilität und Vielfältigkeit bereits im Vorstand und seinen Gründungsmitgliedern selbst zu finden. 60 Prozent haben einen Migrationshintergrund. Der Schatzmeister erlitt nach einem Unfall eine Querschnittlähmung. So möchte der neue Verein bereits mit seinem Start zeigen: Jeder Mensch kann und darf so verschieden sein, wie er ist und sich sportlich betätigen, ganz gleich, welcher Ethnie, Herkunft, Alter, Geschlechts oder Handicaps. So entstehen Bewegungslust und Le-

bensfreude für alle. „Gemeinsam erreichen wir mehr!“, so der Slogan der des Vereins.

Veranstaltungstag ist Sonntag, 24. September, Beginn um 13 Uhr. Treffpunkt ist der Parkplatz Einfahrt Bungsberg an der Weide Stubbenbarg. Die Wanderung führt entlang am Naturerlebnisraum Beckmissen, endet beim Pastorat zum Pfarrhof Schönewalde und wird etwa ein bis anderthalb Stunden dauern. Auf der Weide am Gisela Stadie-Haus werden die Lamas auf die Weide entlassen. Dort wartet gegen eine kleine Spende Kaffee und Kuchen, um den Tag bei Gesprächen ausklingen zu lassen.

■ Eine Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung bei der Vereinsvorsitzenden Nadine Witt. Mehr auf [www.vmv-ev.de](http://www.vmv-ev.de).

## Wochenspiegel-Tipp

### Landpartie und Hochzeitszauber

Kunsthandwerk, regionale Erzeugnisse, Hochzeitsinspirationen und mehr

Das Hotel Friederikenhof in Lübeck-Oberbüssau lädt das ganze Jahr zu verschiedenen Veranstaltungen ein. Aus gutem Grund: Dieses Jahr werden 25 Jahre Friederikenhof gefeiert.

Bei der **Kleinen Landpartie**, dem beliebten Hoffest auf dem Friederikenhof, werden schöne Dinge von regionalen Kunsthandwerkern und Erzeugnisse für Haus, Hof und Garten am **30. September und 1. Oktober** präsentiert. Kulinarisches von süß bis herzhaft bietet der Friederikenhof selbst an. Das **Hoffest** ist an beiden Tagen von 11 bis 18 Uhr geöffnet, der Eintritt ist frei. Gleichzeitig findet der **Hochzeitszauber** im Friederikenhof ebenfalls am **30. September und 1. Oktober** von 11 bis 18 Uhr statt. Die kleine Hochzeitsmesse des „Nordischen Hochzeitsnetzwerks“ ist im Herbst ein passendes Event, wenn man seinen „schönsten Tag im Leben“ für 2024 planen möchte. Am **3. bis 5. November** ver-



Das Hotel und Restaurant Friederikenhof feiert 25-jähriges Bestehen. Foto: plaß

anstaltet Rebecca Kreutzfeldt ein **Pilateswochenende** inkl. Übernachtung und Verpflegung; Preis 449 Euro. Vom **10. bis 12. November** findet das „**Midlifepower**“ **Wochenende** für Frauen inkl. Coaching, Yoga, Übernachtung und Verpflegung für 920 Euro statt. Eine lustige Hommage und witzige Show inklusive Abendmenü findet am **30. November** statt: **Rudi Carrell – Showmaster war sein Beruf** – zum Verschenken, selber genießen oder vielleicht für die Weihnachtsfeier. Die Teilnahme kostet 89 Euro.

**Silvestergala** am **31. Dezember** von 19 bis 2 Uhr mit 5-Gänge-Galamenü inkl. korrespondierender Getränke, Berliner zum Jahreswechsel, Musik & Tanz für 159,00 Euro p. P. Übernachtungen sind ebenfalls buchbar.

**Hotel Friederikenhof Langjohrd 15–19 23560 Lübeck-Oberbüssau** [mail@friederikenhof.de](mailto:mail@friederikenhof.de) Tel. 0451/ 80 08 80 **Weitere Infos zu den Veranstaltungen:** [www.friederikenhof.de](http://www.friederikenhof.de)



## Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

# Mal wieder eine schlechte Nacht gehabt?

So starten Sie morgens wieder erholt in den Tag

**Der Morgen bricht an und Sie fühlen sich immer noch so müde wie am Vorabend? Damit sind Sie nicht allein: Schlafstörungen haben sich hierzulande zu einer Volkskrankheit entwickelt! Etwa 7 von 10 Deutschen leiden unter Durchschlafproblemen. Seit über 65 Jahren ist Baldriparan – Stark für die Nacht für viele das Mittel der Wahl. Schließlich lindert das pflanzliche Arzneimittel nervös bedingte Schlafstörungen und unterstützt so nicht nur das Einschlafen, sondern auch das Durchschlafen<sup>1</sup> – und das ohne abhängig zu machen.**

Mehr als die Hälfte der Deutschen hat aktuell Probleme beim Einschlafen und rund 70 % leiden unter Durchschlafproblemen. Keine gute Nachricht: Betroffene kämpfen mit anhaltender Müdigkeit oder Erschöpfung und sind am Tag gereizt und unkonzentriert. Vielen sieht man es auch an: Die Haut ist fahl, tiefe Augenringe zeichnen



sich ab und viele sehen dadurch vielleicht sogar älter aus als sie sind. Langfristig können Probleme beim Ein- oder beim Durchschlafen unseren Körper sogar schwächen und ihn anfälliger für Krankheiten machen.

**Entspannt durch die Nacht, erholt in den Tag**

Experten zufolge ist es so, dass Betroffene oft denken, dass sie „nur“ schlecht schlafen kön-

nen. Im Schlaflabor zeigt sich jedoch meist: Wer morgens gerädert aufwacht, hat nachts keine erholsame Tiefschlafphase gehabt. Wer also endlich wieder erholsam schlafen möchte, sollte laut Experten auf ein Schlafmittel setzen, das den natürlichen Schlafrhythmus nicht stört, die Tiefschlafphase bewahrt und das Durchschlafen fördert. Um Schlafstörungen wirksam zu behandeln, sollte ein Schlafmittel daher nicht nur beim

Einschlafen helfen, sondern vor allem auch das Durchschlafen fördern. Und genau das leistet Baldriparan – Stark für die Nacht.<sup>1</sup>

**Bewiesene Wirksamkeit ohne Gewöhnungseffekt**

Seit über 65 Jahren empfehlen Experten das pflanzliche Arzneimittel Baldriparan – Stark für die Nacht. Denn die Wirksamkeit des Baldrians ist wissenschaftlich in Studien belegt.<sup>2</sup> Entscheidend dabei ist die Dosierung. Nur Schlafmittel, die ausreichend Baldrianwurzelextrakt enthalten, können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Baldriparan enthält extra hoch dosierten Baldrianwurzelextrakt. Besonders wichtig dabei: Das Schlafmittel macht trotzdem nicht abhängig, es entsteht kein Gewöhnungseffekt und die Schlafqualität wird auf natürliche Weise verbessert.

**Natürlich Durchschlafen, erholt in den Tag starten! Überzeugen auch Sie sich von Baldriparan – Stark für die Nacht.**

## Baldriparan®

**Fördert** nicht nur das Ein-, sondern auch das **Durchschlafen<sup>1</sup>**



- Keine Schläfrigkeit am Folgetag
- Mit hochdosiertem Baldrian(wurzelextrakt)
- Wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt
- Macht nicht abhängig

**Baldriparan®**  
**Stark für die Nacht**  
(PZN 00499175)



## Essenzielle Mikro-Nährstoffe für Herz und Gefäße

Erhöhte Cholesterinwerte sind der Hauptauslöser für Bluthochdruck. Der Grund: Verstopft Cholesterin die Gefäße, muss das Herz stärker pumpen, damit alle Organe ausreichend versorgt werden. Die gute Nachricht: Forscher haben einen natürlichen Cholesterin-Senker namens Beta-Glucan identifiziert, der nachweislich den Cholesteringehalt im Blut reduziert.<sup>1</sup> Dieser ist in einem besonderen Mikro-Nährstoff-Drink enthalten: Mindalin Komplex 26 (Apotheke).<sup>2</sup> Zudem enthält der Drink weitere ausgewählte Inhaltsstoffe für Herz und Gefäße, z. B. Vitamin C, das zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße und Vitamin B1, das zu einer normalen Herzfunktion beiträgt. Unsere Experten empfehlen täglich ein Glas Mindalin Komplex 26.

Für Ihre Apotheke:  
**Mindalin Komplex 26**  
(PZN 13169019)



[www.mindalin.de](http://www.mindalin.de)

<sup>1</sup>Beta-Glucane tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei. Beta-Glucan aus Hafer reduziert nachweislich den Cholesteringehalt im Blut. Ein hoher Cholesterinwert gehört zu den Risikofaktoren für die koronare Herzkrankung. Die koronare Herzkrankung ist durch mehrere Risikofaktoren bedingt; die Veränderung eines Risikofaktors kann eine positive Wirkung haben oder auch nicht. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g ein.  
<sup>2</sup>Mindalin Komplex 26 enthält pro Portion 1 g Beta-Glucane aus Hafer.

<sup>1</sup>bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • <sup>2</sup>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. • Abbildung Betroffenen nachempfunden.  
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). [www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.  
• PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing





GEWINNEN SIE 1.000 EURO!  
mitmachen & gewinnen

ionische Insel			äsen		Teil des Pilzes	spanischer Artikel	männlicher franz. Artikel	Unternehmensform	Titelfigur bei Brecht (Arturo)		Autor von „Der Name der Rose“		Wind-schatten-seite	Hauptstadt		nord. Göttin d. Vergangenheit	Stahlnagel der Schuster	Ruf beim Stierkampf	tschechischer Schriftsteller			japanisches Heiligtum		Figur bei Wilhelm Busch	dt. Maler (Max) †	Hast	Fehler beim Tennis (engl.)
														öffentliches Verkehrsmittel								Grundschul-fach					
Hefebäckware			Sensor		Söldnertruppen									Konfekt								Quatsch, Nonsens		erster Generalsekretär der UNO			
starker Zweig														Leitgedanke					glänzender Ruhm		Lebensumfeld						
Kyklo-den-insel														Schaden am Gelenk		Staat in Mittelamerika		bereitwillig				lateinisch: sei begrüßt					küren
																							Haus-halts-utensil		englisch: Ohr		
großer Wasservogel	das Atom betreffend	putzen, reinigen												spanischer Artikel		ausgest. Riesenlaufvogel			6		deutscher TV-Sender		ein-äugiger Riese				
germanische Gottheit														dicht zusammen			zollfreier Stapelplatz			beeindruckt							
														Türke	überlegt haus-halten	ugs.: ungleichmäßig laufen					8		Durch Schaden ... man klug		Skat-aus-druck		
Filmgröße																			chemisches Element		Kfz-Z. Wolfenbüttel				niemals	ein Mainzel-männchen	
gekochter Obstbrei			2											Kosewort für Vater		bestreitende Äußerung		an-fangen									
Klostervorsteher														kleine Obststauden	Fluss durch Florenz						Erdzeit-alter			7			
																	3					kurz für: darein					
italienisch: drei	irischer Missionar † 645													US-Western-legende (Wyatt)													
Botin der nord. Göttin Frigg					Krankenbesuch des Arztes	Menge, Gruppe	französisch: Frankreich		franz. Departement-hptst.				Wahlzettelkästen	landsch.: dünne Brühe	sagenhafter König Trojas		Rufname Hallervordens										
Folge eines PKW-Unfalls	Falschmeldung in der Presse				Donauzufluss in Bayern				hochbetagt						ein Insek-tizid (Abk.)											hebräisch: Sohn	
														wüstes Gelage													
Sprung beim Eiskunstlauf					Reit-pferd bei Karl May				Neckerei		Druckvorbe-reitung (Kw.)					deutsche Vorsilbe		Augen-blick									
einst, damals													Schlaufe														

Inspektion, HU/AU, Klima- und Bremsen-service, Reifen und Räder

Wir kaufen Ihren PKW!

Henning Automobile

V O L V O

Volvo PKW Vertragswerkstatt

Inh. Torsten Henning


Tel. 04 51 / 48 66 34-0

Fackenburger Allee 78b · 23554 Lübeck

Lösung der Vorwoche:

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

EHRENMAL



Widder  
21.03. - 20.04.

Manchmal verwechseln Sie Sparsamkeit und Geiz! Investieren Sie in die Liebe! Sie blitzen mit einem Plan ab. Nicht frustriert sein! Gehen Sie keine länger bindenden Verpflichtungen ein!



Stier  
21.04. - 20.05.

Glauben Sie nicht alles, was Sie durch die rosarote Liebessbrille sehen! Schnelle Entscheidungen verbieten sich diese Woche. Sie beweisen Großzügigkeit. Das lohnt sich!



Zwillinge  
21.05. - 22.06.

Im Moment stehen die Flirtsterne schlecht – nicht enttäuscht sein! Beißen Sie die Zähne zusammen, gehen Sie an den Arbeitsberg! Mit einem Gefallen gewinnen Sie viel Sympathie.



Krebs  
22.06. - 22.07.

Intensive Beziehungsdiskussionen stehen an. Es geht ans Eingemachte! Setzen Sie klare Prioritäten, verschieben Sie Unwichtiges. Sie halsen sich Probleme anderer auf, gehen Sie eigene an!




Löwe  
23.07. - 23.08.

Flirtlaune für Singles, Kuschelstimmung für Pärchen. Sie holen sich Unterstützung für Ihre Pläne. Gut so. Wer eine Lektion erteilt bekommt, sollte auch etwas draus lernen.




Jungfrau  
24.08. - 23.09.

Sie sind spontan. Die Offenheit gefällt Ihrem Partner. Verlassen Sie sich nur auf Menschen, die Sie gut einschätzen können. Sie vermissen Abwechslung. Die kommt nicht von allein.



Waage  
24.09. - 23.10.

Freunde helfen Ihnen aus einer emotionalen Sackgasse. Nichts geht Ihnen schnell genug. Achten Sie auf das Tempo der Kollegen! Keine gute Zeit für Sinnsuche – Sie sind zu rastlos.



Skorpion  
24.10. - 22.11.

Worte allein sind nicht unbedingt ein verlässlicher Beweis für die Liebe. Ihr Einsatz ist derzeit kaum von Erfolg gekrönt. Nur nicht aufgeben! Gehen Sie mit Infos nicht vorschnell hausieren.



Schütze  
23.11. - 21.12.

Mit kleinen Aufmerksamkeiten halten Sie das Liebesfeuer am Lodern. Trotz mangelnder Konzentration: Sie haben eine kreative Phase! Neidgefühle? Ein guter Anlass für Ehrgeiz!



Steinbock  
22.12. - 20.01.

Vorsicht: Überlegen Sie, bevor Sie sagen, was Sie denken! Sie drängen sich nach vorn. Das kommt nicht gut an. Ihre überschüssigen Energien sollten Sie mal wieder mit Sport abbauen.



Wassermann  
21.01. - 19.02.

Ihr ausgeglichenes Liebesleben gibt Ihnen derzeit viel Selbstvertrauen. Lassen Sie Ihrem Ehrgeiz freien Lauf: Der Erfolg wartet. In der Mitte der Woche bietet sich eine gute Chance – zugreifen!



Fische  
20.02. - 20.03.

Sie sind im Moment der ruhende Pol in der Partnerschaft. Ihre Aufgaben erledigen sich zur Zeit fast von selbst. Sie haben genug Kraft, um anderen zur Seite zu stehen.

SO KÖNNEN SIE TEILNEHMEN:

Wählen Sie die 0137 / 900 17 40\* und nennen Sie uns die Lösung! Unter allen Teilnehmern mit der richtigen Antwort verlosen wir diesen Monat 1.000€.

Lösung Schwedenrätsel

12345678

a b c

Lösung Sudoku

973561428

261498357

584237916

157982643

692345871

438176295

749813562

826754139

315629784

156429

679b153

9153

6a9215

487958c

734524

Lösung der Vorwoche:

973561428

261498357

584237916

157982643

692345871

438176295

749813562

826754139

315629784

LÜBECK + OSTHOLSTEIN

W

WOCHENSPIEGEL

WIR BRINGEN  
DIE NEWS!



# Schmelzer Hörsysteme feiert den Herbst

ANZEIGE

Tolle Gewinnspiele, Preise und Aktionen.

**LÜBECK/ OSTHOLSTEIN.** Seit Anfang August läuft die Schmelzer Philips-Aktion und endet nun Ende September. Diese kam bei den Kunden sehr gut an, denn es gab mit dem Hörsystem auch ein Aktions-Goodie. Die Kunden erhielten eine Akku-Ladestation oder einen TV-Adapter inklusive.

Nun startet die Herbstaktion. Schmelzer sucht 100 Testhörer für das einzigartige HSA-Verfahren. „Melden Sie sich jetzt an und erhalten Sie die Möglichkeit, die einzigartige Hörsituationsanalyse in Zusammenhang mit Excellence Hörsystemen von Optimus Hearing vorab-Bedarfsanalyse erstellt und das passende Analyse-System ausgesucht. Die 2. Phase ist die Probephase. In dieser trägt der Tester die Analysegeräte in seiner gewohnten Umgebung. Das System scannt in dieser Zeit die Hörumgebung, vergleichbar mit einem Langzeit-EKG. Zum Schluss werden in der 3. Phase die gesammelten Höreindrücke zusammen mit dem Hörakustiker ausgewertet. Nun ist es möglich ein individuell und maßgeschneidertes Hörsystem auszuwählen.

„Bei der Testhörer-Aktion bekommen unsere Kunden nicht nur eine Akku-Ladestation oder einen TV-Adapter bei Kaufabschluss inklusive, bei der Herbst-Aktion bekommen sie beides inklusive und das in einem Gesamtwert von über 300 Euro. Es lohnt sich also“, erklärt Birgit Gurski, Betriebsleiterin in Stockelsdorf.

Im September wurden nun auch die Gewinner der „Unsere Heimat - Unser Norden- Tour“ ermittelt, sowie die Gewinner des Kreuzworträtsels der Schmelzer Kundenzeitung. Live auf Facebook fanden die Gewinnspiel-Ziehungen statt. Die Hauptpreise waren ein E-Bike und Premium-Hörsysteme



Felix Schmelzer und Lena Lück ermitteln live die Gewinner des Gewinnspiels. Foto: Schmelzer

der Marke Philips, außerdem gab es noch einen glücklichen Gewinner von Musickarten für „König der Löwen“ und eine Übernachtung für 2 Personen im Belvedere Hotel in Travemünde. Viele durften sich auch über Gosch- und Block-House-Gutscheine im Wert von 25 Euro freuen, sowie über Insektenhotels. „Wir gratulieren allen Gewinnern nochmal herzlich.

Im Oktober wird auch schon die 3. Ausgabe des Kundenmagazins erscheinen. Freuen Sie sich jetzt schon auf ein neues Kreuzworträtsel. Wir sind immer ganz überrascht und glücklich wie viele doch daran teilnehmen“, sagt Birgit Gurski.

- Fachgeschäfte in Ihrer Nähe:**  
**Lübecker Innenstadt: Holstenstraße 9**  
**Telefon 0451/ 61 30 58 23**  
**Stockelsdorf: Ahrensböcker Straße 34-36**  
**Telefon 0451/ 88 05 15 95**  
**Travemünde: Vorderreihe 8-9**  
**Telefon 04502/ 8 86 99 00**  
**Schlutup: Mecklenburger Straße 67**  
**Telefon 0451/45 05 63 20**  
**Bad Schwartau: Marktwiese 6**  
**Telefon 0451/ 92 95 30 16**



Schöner Schmuck gehört zum vielfältigen Angebot bei „Exklusiv & Lecker“. Foto: Birgit Rehse Tourismusberatung & Eventmanagement

## AUS DER GESCHÄFTSWELT

### Markt für Kunsthandwerk, Kulinarik und Design

**NIENDORF.** „Exklusiv & Lecker“: Der Markt für Kunsthandwerk, Kulinarik und Design findet vom 29. September bis 3. Oktober im Niendorfer Hafen statt. Künstler, Kunsthandwerker und Designer sowie die Inhaber kleiner Kulinarik-Manufakturen verwandeln den Festplatz und die Promenade im Niendorfer Hafen in eine bunte Ausstellungsmeile. In dem bezaubernden Ambiente des Niendorfer Hafens werden exklusive und individuelle Unikate und Kleinserien präsentiert, die immer den Charakter des Besonderen und Ausgefallenen haben.

Handgestricktes aus Kaschmir, Accessoires für jedes Alter, schöne Taschen in allen Größen, praktische Rucksäcke, variantenreicher Schmuck aus verschiedenen Materialien, Keramik- und Holzdesign, handgefertigte Bürsten, Besen und Körbe, aber auch Kekse, Wurst und Käse, Räucher-

fisch, Liköre oder Gewürze werden angeboten.

Alles ist handgemacht und von den Ausstellern selbst produziert worden. Die Künstler, Handwerker und Designer sind selbst anwesend und geben gern über ihre Produkte, die verwendeten Materialien und die Herstellung Auskunft.

Dekoration für drinnen und draußen, Zaubenhaftes für Groß und Klein, Nützliches und Spielerisches, Leckeres zum sofortigen Verzehr oder zum Mitnehmen – kurz: für jeden ist etwas dabei. Für alle, die sich für altes Handwerk interessieren, modernes Design und hochwertiges Material schätzen und regionale Produkte bevorzugen, ist ein Bummel über diesen Markt ein Muss.

**Geöffnet ist „Exklusiv & Lecker“ an allen Tagen von 10 bis 18 Uhr. Der Eintritt ist frei.**

50 Jahre  
**TRUCK STOP**  
Jubiläumstour 2023

Erlebt die Cowboys live mit allen Hits!

Der wilde, wilde Westen  
Take It Easy Altes Haus  
Moin Moin - Arizona Arizona  
und viele mehr!

22. November 2023  
**Kolosseum Lübeck**

Jetzt Tickets sichern!

**LESER-AKTION**  
Jetzt mit 10% Rabatt nur für Leser!

**WIR SIND NACHHALTIG**

Bei der Herstellung von Zeitungsdruk-papieren wird nahezu 100% Altpapier eingesetzt.

**WOCHENSPIEGEL**

# KNUTZEN HOME

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

IMMER IN IHRER NÄHE UND ONLINE UNTER: [WWW.KNUTZEN-HOME.DE](http://WWW.KNUTZEN-HOME.DE)

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

**VORHER**

**NACHHER**

## TREPPENRENOVIERUNG

Wir machen Ihre Treppe schön!

Mit unserem Treppenrenovierungssystem bieten wir Ihnen das Rundum-Sorglos-Paket. Von der Beratung über das Aufmaß bis hin zum Einbau begleiten wir Sie auf dem Weg zu Ihrer neuen Traumtreppe. Unsere Treppenprofis beraten Sie unverbindlich und kostenlos.

Für alle **offenen und geschlossenen** Treppen!

- Kompetente Planung & Montage
- 20 Jahre Garantie auf Abrieb
- Ansprechende Designs
- Pflegeleicht & Robust
- Made in Germany

**BERATUNG & AUFMASS**

Bei Ihnen oder in einem unserer 16 Treppenstudios entwerfen wir Ihre neue Traumtreppe. Im Anschluss erfolgt der Aufmaßtermin vor Ort.

**FACHGERECHTE MONTAGE**

Die Montage erledigen unsere Profis für Sie in 2-5 Tagen, je nach Komplexität und Menge der Stufen. Hierbei ist die Treppe jederzeit begehbar.

Besuchen Sie auch unsere **großen Treppenstudios** in den Filialen!

KNUTZEN HOME **Lübeck**  
Osterweide 14 · Tel. 0451 / 50 49 060  
[luebeck@knutzen-home.de](mailto:luebeck@knutzen-home.de)

KNUTZEN HOME **Eutin**  
Industriestr. 12a · Tel. 04521 / 79 56 00  
[eutin@knutzen-home.de](mailto:eutin@knutzen-home.de)

KNUTZEN HOME **Oldenburg in Holstein**  
Am Voßberg 8 · Tel. 04361 / 50 63 90  
[oldenburg@knutzen-home.de](mailto:oldenburg@knutzen-home.de)

Beratungs- & Aufmaßtermin vereinbaren!

**04321-2517160**  
oder  
**0151-61728795**  
per mail:  
[Treppen@knutzen-home.de](mailto:Treppen@knutzen-home.de)



Schnupperkurs  
Yoga beim BSV

**LÜBECK.** Der BSV Lübeck bietet einen neuen Schnupperkurs Yoga ab Mittwoch, 4.Oktober von 18.45 bis 19.45 Uhr in der Schule am Stadtpark, Schulstraße 22, an. Der Kursbeitrag beträgt für 6 Termine 50 Euro zzgl. Verbandsbeitrag von 9,31 Euro. Eine Anmeldung unter der Telefonnummer 0451 / 77075 oder [info@bsv-luebeck.de](mailto:info@bsv-luebeck.de)

Wing Tsun Kurse  
kostenlos

**LÜBECK.** Der Verein mit Sicherheit gegen Gewalt e. V. bietet mit der WingTsun-Akademie Lübeck kostenfreie Selbstverteidigungskurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an.Die Kurse laufen am 2. und 9. Oktober jeweils von 16-17 Uhr (5-12 Jahre) und 18-20 Uhr (Erwachsene und Jugendliche) im MIB & Fokko Gesundheitszentrum, Falkenstr.44. Weitere Info: [www.wt-as.de](http://www.wt-as.de), Anmeldung per Email an [kontakt@wt-as.de](mailto:kontakt@wt-as.de).

Ist es Demenz?

Auf diese Anzeichen sollten Angehörige achten.

Wenn die Diagnose Demenz fällt, bringt sie häufig eines: endlich Gewissheit. In der Regel beginnt die Krankheit, an der laut der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V. in der Bundesrepublik rund 1,8 Millionen Menschen leiden, oft schleichend und erste Symptome bleiben unerkannt. Markus Küffel, Gesundheitswissenschaftler, examinierte Pflegefachkraft und Geschäftsführer der Pflege zu Hause Küffel GmbH, erklärt: „Eine frühzeitige Diagnose ist wichtig, denn nur so erhalten Betroffene von Anfang an die passende Versorgung. Angehörige sollten deshalb die Augen nach ersten Anzeichen offenhalten.“

Ob vergessene Geburtstagsgrüße oder entfallene Namen, kleinere Gedächtnislücken kennt jeder Mensch. Sogenannte Altersvergesslichkeit tritt bei den meisten Menschen auf und ist nicht zwangsläufig bereits Zeichen einer Erkrankung. Dass De-



Demenz Erkrankte brauchen viel Pflege.

Foto: REHDERS

menz unter anderem mit diesem Symptom beginnt, erschwert eine frühe Diagnose allerdings. Zwar nehmen Betroffene im Anfangsstadium noch aktiv war, dass sich ihre geistige Fitness verschlechtert, aber aus Scham versuchen viele ihre Schwierigkeiten im Alltag zu verbergen, indem sie sich mit Merktzetteln behelfen

und Missgeschicke unerwähnt lassen. Markus Küffel erklärt: „Auch Antriebsschwäche stellt ein erstes Warnsignal dar. Angehörige sollten achten, wenn ihre Liebsten plötzlich Hobbys vernachlässigen und sich sozial zurückziehen. Zudem fällt es Erkrankten mit der Zeit schwer, sich zu artikulieren und sie verwen-

den stattdessen nur noch kurze Sätze. Spätestens, wenn Orientierungsschwierigkeiten sowie Stimmungsschwankungen hinzukommen, sollte der Hausarzt zurate gezogen werden.“

Auf ihre Symptome angesprochen, reagieren Betroffene häufig emotional und nicht selten mit Wut und Ärger. Einige verweigern sogar den Besuch beim Mediziner. In so einem Fall sollten sich Angehörige nicht entmutigen lassen. Um mehr Gewissheit zu erlangen, können sie selbst die geistige und kognitive Leistungsfähigkeit ihrer Liebsten unauffällig überprüfen – beispielsweise mit dem Uhrentest. Dabei erhält die Testperson ein Blatt Papier mit der Anweisung, eine Uhr zu malen und eine spezifische Uhrzeit einzutragen. Treten erhebliche Schwierigkeiten auf, ist dies ein guter Indikator für eine Erkrankung. „Für eine aussagekräftige Diagnose braucht es jedoch immer eine ärztliche Untersuchung.

Auch wenn sich die Krankheit bei den meisten Betroffenen nicht umkehren lässt, ist frühzeitiges Erkennen wichtig. Auf diese Weise lässt sich rechtzeitig der Zugang zu Hilfsangeboten wie Besuchsdiensten oder Ergotherapie sicherstellen“, erklärt Markus Küffel.

Viele Angehörige nehmen sich der Pflege ihrer Liebsten selbst an. Dabei benötigen Demenzerkrankte mit der Zeit häufig eine anspruchsvolle Rundum-Betreuung. Sogenannte 24-Stunden-Kräfte können betroffene Familien entlasten und ihnen einen Teil der Arbeit abnehmen. Sie ziehen zu den Pflegebedürftigen nach Hause und versorgen sie dort im Rahmen eines 1:1-Modells. „Auf diese Weise können Betroffene weiterhin in ihrem vertrauten Umfeld verbleiben, was ihnen häufig emotionale Sicherheit bereitet und sich positiv auf ihre geistige Verfassung auswirkt“, erklärt der Pflegeexperte.

GESUNDHEITS-TIPP

Untergewicht – wann schadet es der Gesundheit?

Dass Übergewicht ein wesentliches Gesundheitsrisiko darstellt, hört man regelmäßig. Seltener wird darüber gesprochen, dass auch Untergewicht ungesunde Ausmaße annehmen kann. Die Gründe, warum eine Person untergewichtig ist, können sich stark unterscheiden.

Einmal kann Untergewicht tatsächlich eine Sache familiärer Veranlagung sein. In dieser Variante ist es für die Gesundheit in den meisten Fällen unbedenklich. Bei älteren Menschen mit Untergewicht kann zum Beispiel ein geringer Appetit die Ursache sein. Es können aber auch Beschwerden mit den Zähnen oder dem Magen-Darm-Trakt schuld sein oder Erkrankungen.

Krankheiten oder Unverträglichkeiten zählen auch bei anderen Altersgruppen zu den möglichen Ursachen, neben körperlichen Beschwerden kommen hier auch psychische Probleme wie

Essstörungen in Betracht. Im Endeffekt bedeutet diese Bandbreite an möglichen Gründen, dass Untergewicht in einigen Fällen vollkommen ungefährlich sein kann, während in anderen Fällen eine ernst zu nehmende Erkrankung dahintersteckt, die mit der richtigen Therapie behandelt werden muss.

Wenn den Betroffenen keine Nährstoffe fehlen, ist Untergewicht zunächst kein Risiko für die Gesundheit. Ernährt sich eine Person ausgewogen und vielseitig und es sind keine Mangelerscheinungen mit dem Untergewicht verbunden, muss man sich

vorerst keine Sorgen machen. Anders sieht es aus, wenn das Untergewicht mit einer Unterversorgung an Nährstoffen einhergeht.

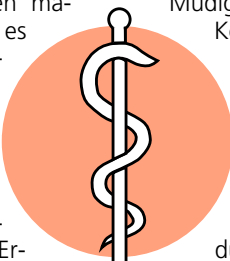
Eine Mangelernährung ist ein Risikofaktor für einige Erkrankungen. Grundsätzlich erhöht sich dadurch zum Beispiel das Risiko für Infektionen, denn ein Körper, dem Nährstoffe fehlen, kann diese nicht gut bekämpfen. Außerdem begünstigt Untergewicht die Entstehung von Osteoporose. Bei Kindern wird das Wachstum verlangsamt, bei Frauen kann Untergewicht den Zyklus beeinflussen und dazu führen, dass die Periode ausbleibt oder dass es sogar zu Unfruchtbarkeit kommt.

Bevor Untergewicht gefährliche Folgen hat, zeigen sich jedoch in aller Regel erste Symptome. Dazu gehören zum Beispiel

Müdigkeit und ein Mangel an Konzentration. Die allgemeine Leistungsfähigkeit nimmt ab. Bei einem Untergewicht, bei dem ein Mangel an verschiedenen Nährstoffen vorliegt, kann sich dies wiederum durch eigene Anzeichen bemerkbar machen. So zählen etwa trockene Haut und häufige Risse in den Mundwinkeln zu typischen Auswirkungen von Mangelerscheinungen.

Eine hilfreiche Einordnung für das eigene Körpergewicht liefert der sogenannte Body-Mass-Index, kurz BMI. Dieser wird aus Körpergröße und Gewicht berechnet und teilt sich folgendermaßen ein:

- Ein BMI von unter 18,5: Untergewicht
- 18,5 bis 24,9: Normalgewicht
- 25 bis 29,9: leichtes Übergewicht



Jörg Ortmann, Inhaber der Pinguin-Apotheken gibt Gesundheitstipps.



Sie sucht Ihn

**Junggebliebene Ärztin i. R.** mit viel Herz, 79/162, schlanke Figur, verwitwet, hat schon fast alle Hoffnungen, noch einmal einen lieben Lebensgefährten zu finden, aufgeben, denn niemand ist da, der sie braucht. Dabei ist sie eine ganz liebe, nette und zärtliche, leider sehr einsame Frau, die gut kochen kann, firm in Haushalt und Garten, naturverbunden und tierlieb ist. Du wirst Dich freuen, wenn Du sie siehst und in deine Arme schließen kannst. Gern würde sie sich mit ihrem kleinen, neuen Auto bei Dir vorstellen. **FSK GmbH Bad Segeberg, Tel. 04551-5142765.**

**Für mich, Susanne,** 49 Jahre, mit zierlich schlanker Figur, bedeutet Liebe das tiefe Gefühl füreinander da zu sein und miteinander zu leben. Ich bin leider nur eine einfache Gärtnerin, aber sehr hübsch, vollbusig, anschmiegsam, zärtlich, sexy, mit vielen hausfraulichen Vorzügen und bestimmt treu. Gibt es einen lieben Mann, der mich braucht? Da ich nicht ortsgebunden bin, könnte ich bei Sympathie auch zu Dir ziehen. Bitte ruf an über **FSK GmbH Bad Segeberg, Tel. 04551-5142765.**

Zweisam statt einsam!

**Attraktive Altenpflegerin Rita,** 52/163, mir fehlt der Kuss am Morgen und ein liebevoller Partner an meiner Seite. Ich bin eine sehr zärtliche, humorvolle, aufgeschlossene Frau mit Herz. Hast Du Lust mich kennenzulernen, dann melde dich und ich verspreche dir, ich werde dich nicht enttäuschen. **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. T 4752.

**Ich bin Andrea,** leider verw., arbeite als Kauffrau, stehe ganz allein da und suche einen lieben Mann (gern auch älter), dem ich alles sein möchte, was er sich wünscht. Bin 54/163/57, vielleicht etwas zu vollbusig, hübsch, fleißig, bescheiden, ehrlich und treu. Ich stelle keine hohen Ansprüche, Dein Aussehen ist mir nicht so wichtig, wenn Du es nur ehrlich meinst und gut zu mir bist. Bei Sympathie und Wunsch würde ich auch zu Dir ziehen. Ich warte sehnsüchtig auf einen Anruf von Dir. **FSK GmbH Bad Segeberg, Tel. 04551-5142765.**

**Ich, Anne, Anfang 80,** gelernte Krankenschwester und Köchin, bin eine sehr einsame Witwe vom Land, noch sehr hübsch, mit schlanker, vollbusiger Figur, habe leider keine Kinder und würde auch umziehen. Ich sehne mich so sehr nach Zweisamkeit, mag Gartenarbeit, koche sehr gut und bin sehr lieb. Darf ich noch mal glücklich werden? **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. 730897.

**Jacqueline, 42 J.,** gutaussehende, hübsche Krankenschwester. Suche nach Enttäuschung „Ihn“, der wie ich nicht ständig Trubel braucht, sondern Häuslichkeit und Natur mit mir genießt. Nur Mut! **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. 1109444.

**Heidrun, 58 Jahre,** eine hübsche Witwe, schlank, vollbusig, mit schöner Figur, viel Herzenswärme, bin Naturfreund, liebe Garten, Tiere und Blumen. Auto habe ich, fahre nur nicht gern alleine, bin eine gute Hausfrau und Köchin, vielleicht bald für Dich? Habe Mut und melde Dich noch heute. **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. 733266.

**Andrea, 63/169/61,** eine wirklich charmante und lebenswürdige Witwe, immer noch auffallend hübsch, mit schöner weiblicher Figur und jugendlicher Ausstrahlung, völlig frei und ungebunden. Das Leben ist zu schön und zu kurz, um es in Einsamkeit zu verbringen. Wie gerne würde ich wieder für zwei kochen und backen, für einen lieben Partner sorgen, noch einmal liebevolle Stunden zu zweit erleben und wieder richtig glücklich werden. Welcher freundliche und warmherzige Mann möchte die kommenden Jahre auch nicht ganz alleine verbringen? Bei Sympathie macht mir auch ein größerer Altersunterschied nichts aus. **FSK GmbH Bad Segeberg, Tel. 04551-5142765.**

**Eveline, 74 Jahre,** leider schon sehr viele Jahre verwitwet, gute Figur, angenehmes Aussehen, liebevoll, anschmiegsam – aber sehr einsam. Eveline wurde vom Schicksal nicht verwöhnt und möchte auf diese Weise einen aufrichtigen Mann (Alter egal) kennen lernen. Sie hat keine finanziellen Sorgen, liebt ein gemütliches zu Hause, kocht und bäckt auch gern, nur ihr innigster Wunsch nach menschlicher Wärme, Herzlichkeit und Geborgenheit ist noch unerfüllt. Sie fährt gern in der näheren Umgebung mit ihrem Auto. Melden Sie sich über **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. G 8169.

Er sucht Sie

**Johannes, 42/180,** gute Figur, angenehmes Äußeres, großzügig, lebensfroh und sympathisch mit Herz, Charme und Verstand. Im Leben klappt alles aber das Wichtigste fehlt mir sehr – eine liebevolle, unternehmungslustige Frau an meiner Seite, gern auch mit Kind, für die ich da sein darf. Bitte habe den Mut für einen harm. Neuanfang. **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. T 4936.

**Alleinsein macht schwach** - zusammen Leben gibt Kraft, deshalb suche ich, ein einsamer aber lieber Mann mit stattlicher Figur, 54 Jahre, hier nochmal das Glück für die zweite Lebenshälfte, mit einer verständnisvollen, lieben Frau. Wenn Du ehrlich, häuslich, naturverbunden und zärtlich bist, dann melde Dich bitte. **FSK GmbH Bad Segeberg, Tel. 04551-5142765.**

**Junger Mann, 52 Jahre,** 1,82 m groß, schlank, treu, Nichtraucher, sehr gepflegtes Äußeres, berufstätig und dadurch ortsgebunden. Meine Interessen sind Natur, Reisen, romantische Abende, Restaurantbesuche, Kino, Bowling und Konzerte. **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. G 9945.

**Jürgen,** Ende 70/178, attraktiver Witwer und ehemaliger Klempnermeister, sicherer Autofahrer, ein ganz lieber herzlicher Mann mit dem Wunsch, endlich der Einsamkeit und Traurigkeit zu entkommen, bitte helfen Sie mir. **FSK GmbH Bad Segeberg, Tel. 04551-5142765.**

**Peter, 62/189.** Nach dem frühen Tod m. Frau habe ich als Arzt lange Zeit nur für m. Beruf gelebt. Jetzt möchte ich noch mal die schönen Seiten des Lebens entdecken und genießen. Deshalb suche ich eine ganz normale Frau für eine dauerhafte Freundschaft. Wir könnten zusammen ausgehen, mit meinem Auto in die Landschaft fahren o. uns einfach bei e. Tasse Kaffee nett unterhalten - alles ist möglich. Für mich kochen u. putzen müssen Sie nicht, ich bin seit vielen Jahren verwitwet und kann für mich allein sorgen. Nur die Einsamkeit macht mir zu schaffen. Wenn es Ihnen ähnlich geht u. auch Sie in Zukunft wieder mehr glückliche als traurige Momente erleben möchten, fassen Sie sich ein Herz und wagen Sie gemeinsam mit mir einen behutsamen Neubeginn, ohne Vertrautes aufzugeben. **FSK GmbH Bad Segeberg, Tel. 04551-5142765.**

Anzeige / Partnervermittlung

**Attraktiver Micha,** 59 Jahre, Angestellter bei der Stadt, warmerherzig, ehrlich, aufrichtig, finanziell unabhängig. Ich suche für mein Leben wieder einen Sinn und daher eine einfühlsame Frau, die wie ich Ausflüge, Rad fahren, kochen, mal Essen gehen und gemütliche Stunden zu Zweit oder mit Freunden genießt und die schönen Dinge im Leben mag. Ich bin familiär, gesellig und ein lebensfroher Mann. **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. G 9756.

**Dietmar, Witwer,** 75/180, sucht den Ausweg aus der alltäglichen Finsternis und hofft noch einen Silberstreif am Ende des Tunnels zu erblicken. Ich sehne mich nach einer kultivieren, menschenfreundlichen Dame mit gegenseitigem, respektvollem Umgang und Freude am Leben, bei getrenntem Wohnen oder wie es sich ergibt. Bin rüstig, mit stattlicher Mannesfigur, begeisterter Autofahrer und NR/NT, nette Gesellschaft bei Ausflügen u. schönen Aktivitäten wird garantiert. **Ag. Kleeblatt Lübeck, ☎ 0451-30506207;** Nr. G 9681.

Freizeit

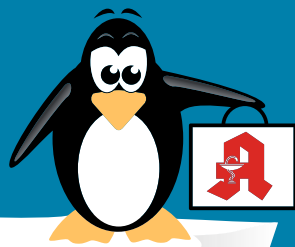
Aufgepasst! Bei der **Freizeitsservice K&K GmbH** findest du alles, um deine Freizeit mit fantastischen Abenteuern zu füllen! Vom entspannten Ausflug bis zur Aktivwanderung ist garantiert alles dabei. Natürlich bist du während unserer Veranstaltungen in bester Gesellschaft und wer weiß – vielleicht ergibt sich sogar eine interessante Freundschaft! **Tel. 0391-55686115** [www.freizeitsservice-k-und-k-gmbh.de](http://www.freizeitsservice-k-und-k-gmbh.de)



Qualität  
zertifiziert gemäß  
DIN EN ISO 9001:2015

# PINGUIN APOTHEKEN

EISKALT  
REDUZIERT\*



TOP  
PREISE

BESTENS  
BERATEN

## DIE GRÖSSTE AUSWAHL IN LÜBECK\*

**Paracetamol Ratiopharm**  
500 mg  
20 Tabl.



47 %  
gespart

statt 3,70 €

**1.95** \*

€

**Eucerin**  
**Anti-Pigment**  
**Dual Serum**  
30 ml



25 %  
gespart

statt 42,75 €

**31.95** €

I = 1065 €

**Hoggar Night**  
20 Tabl.



42 %  
gespart

statt 15,82 €

**9.25** \*

€

**Vitamin-B-Komplex**  
**Ratiopharm**  
60 Stck.



36 %  
gespart

statt 21,95 €

**13.99** \*

€

**Magnesium Verla**  
200 Dragees



32 %  
gespart

statt 17,59 €

**11.95** \*

€

**neo-angin**  
24 Halstabletten  
zuckerfrei



34 %  
gespart

statt 10,50 €

**6.95** \*

€

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



PINGUIN  
APOTHEKEN

Inhaber Jörg Ortmann e. K.

**Cetirizin Ratiopharm**  
bei Allergien  
50 Stck.



52 %  
gespart

statt 20,52 €

**9.95** \*

€

**Rufen Sie uns an oder bestellen Sie unter: [www.pinguinapotheke24.de](http://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 23.09.2023 - 30.09.2023

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





**CUPRA**

NUR NOCH  
BIS 30.9.23!

**JETZT NOCH GÜNSTIG LEASEN!**  
**CUPRA BORN. 100% ELEKTRISCH. AB 299 € MTL.<sup>1</sup>**

150 kW (204 PS), el. Reichweite 427 km, Automatik, Front- und Spurhalte-assistent, Einparkhilfe vorn/hinten, Climatronic, LED-Hauptscheinwerfer, digitales Radio, Sprachsteuerung, Leichtmetallräder, Keyless-Go uvm.

Leasing-Beispielrechnung:<sup>2</sup>

Fahrzeugpreis:	39.370,00 €	Laufzeit:	48 Monate
48 Leasingraten á	299,00 €	Leasing-Sonderzahlung:	4.500,00 €
Überführungskosten:	0,00 €	Jährliche Fahrleistung:	10.000 km

Stromstoffverbrauch CUPRA Born, 150 kW (204 PS): 15,3 kWh/100km, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 0 g/km, Energieeffizienzklasse A+++.

**AUTOHAUS AM BUNGSBERG GMBH & CO. KG**  
23701 EUTIN, INDUSTRIESTRASSE 1, TEL. 04521/790 19-0  
CUPRA-SERVICE: 23554 LÜBECK, BEI DER LOHMÜHLE 3,  
TEL. 0451/29 05 79-0 <https://bungsberg.cupra.de>

Die angegebenen Stromverbrauchs- und CO<sub>2</sub>-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt. <sup>1</sup>Privat-Leasing-Angebote der SEAT-Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Zzgl. Zulassungskosten. Bonität vorausgesetzt. Wird der Vertrag im Fernabsatz geschlossen, besteht ein Widerrufsrecht für Verbraucher. Angebot gültig für Privatkunden bis 30.9.2023 und nur solange der Vorrat reicht. Weitere Informationen bei uns im Autohaus und unter [www.seat.de](http://www.seat.de) bzw. [www.cupraofficial.de](http://www.cupraofficial.de). Abbildung ähnlich.

## Stärker, effizienter und bis zu 400 km Reichweite

Der Peugeot e-208 ist jetzt zu 100 Prozent elektrisch: für mehr Fahrspaß, Effizienz und eine Reichweite von bis zu 400 km durch den neuen elektrischen Motor

Der Peugeot e-208, die Elektroversion des Peugeot 208, überzeugt mit Aussehen, verfügt über eine hochmoderne Ausstattung und sorgt dank elektrischer Technologie für mehr Fahrspaß. Das Peugeot i-Cockpit® mit seinem kompakten Lenkrad bringt zusätzlich ein verbessertes Fahrgefühl und ein leichtes Handling mit sich. Seine zahlreichen Qualitäten haben ihn zu einem großen Erfolg bei der Kundschaft gemacht. Seit seiner Markteinführung im Jahr 2019 wurden fast 110 000 Exemplare produziert. Vor allem aber ist der Peugeot e-208 seit Anfang 2022 führend im elektrischen B-Segment in Europa und befindet sich im gleichen Zeitraum auf Platz 1 aller in Frankreich verkauften Elektrofahrzeuge.



Der Peugeot e-208, die Elektroversion des Peugeot e-208, überzeugt mit Aussehen, verfügt über eine hochmoderne Ausstattung und sorgt dank elektrischer Technologie für mehr Fahrspaß. Foto: stellantis



### BIS ZU 400 KM REICHWEITE

Im Jahr 2023 wird der Peugeot e-208 den neuen Antriebsstrang des Peugeot e-308 übernehmen. Er wird dann bis zu 38 km und 10,5 Prozent mehr Reichweite bieten, so dass er bis zu 400 km im WLTP-Zyklus erreichen kann (Zertifizierung läuft).

Die neue Version des 100 Pro-

zent elektrischen Peugeot e-208 kommt mit:

- ▶ einem neuen Motor mit 115 kW/156 PS, zusätzlichen 15 kW (20 PS) und 260 Nm Drehmoment, die ab 0 km/h zur Verfügung stehen und für sofortige Reaktionsfähigkeit sorgen. Das Ergebnis ist ein noch größerer Fahrspaß, ohne Vibrationen, ohne Lärm, ohne Schaltvorgänge, ohne Geruch und ohne CO<sub>2</sub>-Emissionen.
- ▶ einer 50 kWh-Lithium-Ionen-

Batterie mit 48,1 kWh Kapazität der neuesten Generation.

Die Effizienz stand bei der Entwicklung dieses neuen Antriebsstrangs und des Peugeot e-208\* im Mittelpunkt, denn alle diese Entwicklungen ermöglichen einen bemerkenswert niedrigen Durchschnittsverbrauch von etwa 12 kWh pro 100 km. In der ersten Optimierungsphase wurde eine Reihe von Maßnahmen umgesetzt, die auch im neuen Peugeot e-208 enthalten sind:

- ▶ Eine Wärmepumpe in Verbindung mit einem Klimasensor, der oben auf der Windschutzscheibe angebracht ist, maximiert die Energieeffizienz von Heizung und Klimaanlage. Die vom Sensor übermittelten Informationen ermöglichen eine genauere Steuerung der Umluft im Fahrgastraum. Eine Schonung der in der Batterie enthaltenen Energiemenge beim Heizen und Halten der Temperatur im Fahrzeuginnenraum ist ebenso inbegriffen.
- ▶ Reifen der Klasse „A+“, die den Energieverlust durch Reibung minimieren.
- ▶ Ein Übersetzungsverhältnis des Getriebes, das die Reichweite auf Straßen- und Autobahnfahrten erhöht.

Die Wirksamkeit dieser ersten Entwicklung ist besonders bei niedrigen Außentemperaturen spürbar. Neben der deutlichen Erhöhung der Reichweite im WLTP-Zyklus ergeben sich auch für Fahrende erhebliche Vorteile, gerade bis zu 40 km im Stadtverkehr bei Temperaturen nahe 0°C.

### EINFACH ZU KAUFEN UND IM ALLTAG ZU NUTZEN

Für den Peugeot e-208 stehen zwei Arten von Ladegeräten zur Verfügung, die für jeden Einsatzzweck und jede Ladelösung geeignet sind: der serienmäßige einphasige On-Board-Charger mit einer Leistung von 7,4-kW und der dreiphasige On-Board-Charger mit einer Leistung von 11-kW. Darüber hinaus ist der Peugeot e-208 schnellladefähig. An einer öffentlichen 100-kW-Ladestation kann er in weniger als 25 Minuten von 20 Prozent auf 80 Prozent aufgeladen werden.

**Klaus & Co Grands Garages GmbH Sophie-Germain-Str.1 23562 Lübeck Tel. 0451/ 4869700 info@klaus-co.de**

\*Energieverbrauch in kWh/100 km für Peugeot e-208 mit Elektromotor 136 PS (100 kW): bis zu 15,9 (kombiniert); Reichweite in km kombiniert: 362; Energieverbrauch in kWh/100 km für Peugeot e-208 mit Elektromotor 156 PS (115 kW): bis zu 12,01 (kombiniert); Reichweite in km kombiniert: 400. Energieverbrauch in kWh/100 km für Peugeot e-308 mit Elektromotor 115 kW (156 PS): 12,7 (kombiniert). Für alle: CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km kombiniert 0.

Für alle Elektroversionen wurden die Energieverbrauchs- und CO<sub>2</sub>-Emissionswerte nach dem neu eingeführten Prüfverfahren WLTP (Worldwide harmonized Light vehicles Test Procedure) ermittelt, das auch zur Ermittlung der KFZ-Steuer herangezogen wird.

Fahrzeugaackierung | Unfallreparatur | Autoglasreparatur

[www.gw-unfall-lack.de](http://www.gw-unfall-lack.de)

**WENN IHR AUTO AUCH SO AUSSIEHT!**

0451/2903732

Lackierungen und Unfallreparaturen für Ihr Auto!

Revalstraße 2 23560 Lübeck

Meisterbetrieb

**Gradtk & Wiczorek**



**NISSAN**

Der Nissan Qashqai  
Neue Technologie, neues Design, neuer Antrieb

**Nissan Qashqai Visia**

1.3 DIG-T Mild-Hybrid 6MT, 4x2, 103 kW (140 PS), Benzin

Jetzt ohne Anzahlung leasen für € 259,- mtl.<sup>1</sup>

- Einparkhilfe hinten
- Intelligenter Autonomer Notbrems-Assistent vorne mit Fußgänger- & Radfahrererkennung und Kreuzungs-Assistent
- Intelligenter Frontkollisionswarungs-Assistent

**Nissan Qashqai Visia 1.3 DIG-T Mild-Hybrid 6MT 4x2, 103 kW (140 PS), Benzin: Kraftstoffverbrauch (l/100 km): niedrig: 8,5; mittel: 6,2; hoch: 5,4; sehr hoch: 6,4; kombiniert: 6,3; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert (g/km): 143. Nissan Qashqai: Kraftstoffverbrauch kombiniert (l/100 km): 7,0-5,2; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert (g/km): 159-117. Dieses Fahrzeug wurde den EU-Vorschriften entsprechend nach dem realitätsnäheren WLTP-Prüfverfahren homologiert. NEFZ-Werte liegen für dieses Fahrzeug deswegen nicht vor.**

<sup>1</sup>Fahrzeugpreis: € 24.352,10, zzgl. € 940,- Überführungskosten. Leasingsonderzahlung € 0,-, Laufzeit 48 Monate (48 Monate à € 259,-), 40.000 km Gesamtleistung, Gesamtbetrag inkl. Überführungskosten € 13.372,-, Gesamtbetrag inkl. Leasingsonderzahlung und Überführungskosten € 13.372,-. Ein Angebot von Nissan Financial Services, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstraße 1, 41468 Neuss. Ein Angebot für Privatkunden. Nur gültig für Kaufverträge bis zum 30.09.23. Abb. zeigt Sonderausstattung.

**Autohaus am Bungsberg GmbH & Co. KG**

**Fackenburger Allee 47 23554 Lübeck**

**Tel.: 04 51/300 93 60**

**[www.ambungsberg.de](http://www.ambungsberg.de)**




Z.B. FÜR DEN E-208 ALLURE<sup>1</sup>

**AB 199,- € MTL. LEASEN<sup>2</sup>**

- 3D-KOMBINSTRUMENT
- EINPARKHILFE HINTEN
- KLIMAAUTOMATIK

Abb. zeigt nicht angebotenes Beispielfahrzeug.



**e-208**

WENN STIL AUF e-MOTION TRIFFT.

<sup>1</sup>PEUGEOT e-208 Allure Elektromotor 136, 100/5500 kW bei U/min (136/5500 PS bei U/min): Reichweite in km: 362<sup>2</sup>; Stromverbrauch (kombiniert) in kWh/100 km: 15,5<sup>3</sup>; CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert) in g/km: 0<sup>4</sup>, Effizienzklasse A+++.

<sup>2</sup>€ 199,- mtl. Leasingrate für einen PEUGEOT e-208 Allure e-208 Elektromotor 136. Ein Kilometerleasingangebot der PSA Bank Deutschland GmbH, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg, für einen PEUGEOT e-208 Allure e-208 Elektromotor 136. Anschaffungspreis<sup>3</sup> (Nettodarlehensbetrag): 35.875,00 €; Leasingsonderzahlung: 8.450,- €; Laufzeit: 24 Monate; 24 mtl. Leasingraten à 199,- €; effektiver Jahreszins: -0,34 %; Sollzinssatz (fest) p. a.: -0,34 %; Gesamtbetrag: 13.226,- €. Alle Preisangaben inkl. MwSt. und Überführungskosten; Laufleistung: 6.000 km/Jahr. Bsp. nach § 6a PAngV. Angebot gültig bis zum 30.09.2023. Mehr- und Minderkilometer (Freigrenze 2.500 km) sowie eventuell vorhandene Schäden werden nach Vertragsende gesondert abgerechnet. Über alle Detailbedingungen informieren wir Sie gerne.

<sup>3</sup>Im Anschaffungspreis ist der Herstelleranteil des aktuellen Umweltbonus seitens PEUGEOT in Höhe von 2.677 € (brutto) bereits berücksichtigt. Dieses Modell qualifiziert sich zudem für den staatlichen Umweltbonus, der nach Zulassung von Ihnen beantragt werden kann und aktuell 4.500 € beträgt. Er wird ggfs. für Zulassungen ab dem 01.01.2023 in seiner Höhe aktualisiert und erstattet Ihnen die Leasingsonderzahlung damit teilweise. Die Anzahlung ist vom Leasingnehmer bei Fahrzeugübernahme zu entrichten. Detailinformationen erhalten Sie unter [www.bafa.de](http://www.bafa.de).

<sup>4</sup>Für alle Elektroversionen wurden die Energieverbrauchs- und CO<sub>2</sub>-Emissionswerte nach dem neu eingeführten Prüfverfahren WLTP (Worldwide harmonized Light vehicles Test Procedure) ermittelt, das auch zur Ermittlung der KFZ-Steuer herangezogen wird. Die angegebenen Reichweiten und Werte stellen einen Durchschnittswert der jeweiligen Modellreihe dar. Sie können unter Alltagsbedingungen abweichen und sind von verschiedenen Faktoren abhängig, z. B. Ausstattung, gewählte Optionen, Bereifung, Außentemperatur, persönliche Fahrweise oder Streckenbeschaffenheit.

**Klaus + Co Grands Garages GmbH**  
Sophie-Germain-Str. 1  
23562 Lübeck  
Tel.: 04 51 - 48 69 700  
info@klaus-co.de

**Klaus + Co Grands Garages GmbH**  
Rüggower Weg 15  
23970 Wismar/Kritzow  
Tel.: 0 38 41 - 26 78 0  
[www.klaus-co.de](http://www.klaus-co.de)

**Weitere Standorte in Norddeutschland:**  
24941 Flensburg  
25813 Husum  
[facebook.com/peugeot.klaus.co](https://facebook.com/peugeot.klaus.co)



# Emissionsfrei und komfortabel Reisen

Hyundai KONA Elektro der zweiten Generation mit Reichenweitenplus.

Das meistverkaufte Modell von Hyundai sticht mit seinem individuellen Auftritt und seiner komfortablen Ausstattung aus dem Umfeld heraus. Mit der zweiten Generation des Hyundai KONA Elektro tritt ein komplett neues Fahrzeug an, das bei Reichweite und Ausstattung noch spürbar zulegt und ein beispielhaftes Assistenzprogramm bietet.

Erstmals hat Hyundai den neuen KONA zuerst als Elektrofahrzeug entwickelt, auf dem die weiteren Antriebsarten basieren. So entstand eine Fahrzeugbasis, die optimal auf elektrische Reichweite bei hohem Insassenkomfort und Ladevolumen ausgelegt ist. Im Ergebnis überzeugt der Hyundai KONA Elektro der zweiten Generation mit 514 Kilometern nach WLTP-Norm in seiner Klasse.

Mit der vergrößerten Akkureichweite geht eine weitere Neuerung einher: Der Hyundai KONA Elektro bietet erstmals auf Wunsch bidirektionales Laden. Damit ist das unverwechselbare Lifestyle-SUV auf der einen Seite das ideale Fahrzeug für emissionsfreies Vorankommen in der Stadt. Auf der anderen Seite stellt



Der Hyundai KONA setzt hat als charakterstarker City-SUV im B-Segment Maßstäbe gesetzt.  
Foto: www.weigl.biz

der KONA Elektro auch unterwegs oder im Urlaub stets genug Energie zur Verfügung, um über die integrierte 230-Volt-Steckdose E-Bike, Notebook oder andere Geräte wieder aufzuladen. Apropos Aufladen: Der Hyundai KONA Elektro selbst lädt seinen Akku an einer 350-kW-Schnell-

ladestation in nur 41 Minuten von 10 auf 80 Prozent auf. Dabei hilft die Batterie-Vorkonditionierung, die sich auch manuell, ganz nach Bedarf, einschalten lässt. Damit gehören lange Ladestopps der Vergangenheit an. Unterwegs vernetzt die strombetriebene Variante des Lifestyle-SUV über die

Hyundai Connected Car Services inklusive Bluelink in Kombination mit dem Radio-Navigationssystem Fahrer und Fahrzeug besonders komfortabel. Die clevere Verbindung macht es möglich, mit dem Smartphone Funktionen aus der Ferne zu starten und jederzeit Informationen mit dem

Bordsystem auszutauschen.

Zahlreiche innovative Technologien und Komfortfunktionen machen den KONA Elektro zum idealen Fahrzeug für die City oder auch für lange Distanzen. Zu den Neuerungen gehören die zwei 12,25 Zoll großen Panoramadisplays, der digitale Fahrzeugschlüssel Digital Key 2.0, Over-the-AirUpdates (OTA) und das Connected Car Navigation Cockpit (ccNC) mit einer neuen Software-Plattform inklusive eines neuen Layouts für das Cockpit und die Navigation.

Zudem sind für den Hyundai KONA Elektro unter anderem ein Head-up-Display und der Hyundai Autobahnassistent verfügbar. Dieser sorgt dafür, dass die emissionsfreie Ausgabe des Trendsetters etwa auf der Autobahn selbstständig in der Mitte einer Fahrspur und mit ausreichendem Abstand zum vorausfahrenden Fahrzeug unterwegs

ist. Nicht nur komfortabel, sondern auch ein Sicherheitsplus sind der Spurhalteassistent sowie die Radfahrer- und Fußgänger-Erkennung für den Notbremsassistenten. Der aktive Querverkehrsassistent hinten sorgt für mehr Sicherheit beim rückwärtigen Ausparken.

Wie gemacht auch für große Distanzen: KONA Elektro fährt nach WLTP bis zu 514 Kilometer. Das in zwei Leistungsvarianten angebotene Lifestyle-SUV verbindet zwei bedeutsame Trends in der Automobilbranche.

Den neuen Hyundai KONA können Sie ab sofort in allen Hyundai Filialen des Autohaus am Bungsberg testen und Probefahren, z.B. in Eutin, Oldenburg, Schwentimental und im Autohaus am Funkturm in Stockelsdorf.

➔ Weitere Infos unter <https://hyundai.ambungsberg.de/>

## Cupra: Das Firmenauto des Jahres

Riesiger Erfolg für die Marke CUPRA: Bei der Wahl zum „Firmenauto des Jahres“ 2023 wurde die spanische Challenger-Brand gleich fünffach ausgezeichnet und ist damit die erfolgreichste Importmarke im Rahmen des diesjährigen Wettbewerbs. Bei der Preisverleihung im Rahmen der IAA MOBILITY in München glänzte vor allem der CUPRA Born.

Das erste vollelektrische Modell der Marke gewann in den Kategorien „Kompaktklasse“ und „Elektroauto-Kompaktklasse“ jeweils die Import- sowie die Gesamtwertung und räumte damit vier Preise ab. Zudem setzte sich der CUPRA Formentero, das bisher erfolgreichste Modell der Challenger-Brand, wie schon im Vorjahr in der Importwertung der Kategorie „SUV und Crossover“ gegen zahlreiche hochkarätige Wettbewerber durch.

„Wir sind sehr stolz, bei dieser wichtigen Expertenwahl wieder einmal so erfolgreich zu sein, aber einen Fünffachsieg hätte ich wahrlich nicht erwartet. Ich freue mich enorm über dieses Gesamtergebnis. Es spiegelt die Belieb-



Bester Importeur: Der CUPRA sammelt fünf Awards bei der Wahl zum Firmenauto des Jahres 2023.  
Foto: RODRI\_YUFE

heit beider Modelle auch als flottenrelevante Fahrzeuge wider und bestätigt die Verkaufserfolge der vergangenen Monate“, erklärt Christian M. Voß, Leiter Flotten bei der SEAT Deutschland GmbH. „Ein herzliches Dankeschön geht an die Jury und natürlich auch an all die Kolleginnen und Kollegen, die im täglichen Austausch mit den Flottenver-

antwortlichen dafür sorgen, dass die Präsenz der CUPRA Modelle auch in den Firmenfuhrparks immer weiter ausgebaut wird.“

Der vollelektrische CUPRA Born ist schnell verfügbar. Weitere Informationen sowie eine individuelle Beratung zu Leasing- und Finanzierungsmöglichkeiten für Business und Privat erhalten Sie bei den CUPRA-Mastern des

Autohaus am Bungsberg in Eutin, Industriestr. 1. In Lübeck, Bei der Lohmühle 3, steht den Kunden des Autohaus am Bungsberg weiterhin der CUPRA Service zur Verfügung.

➔ Weitere Infos bei Autohaus am Bungsberg unter Telefon 04521/79019-0 und auf <https://bungsberg.cupra.de/>

## Nissan Ariya: Schneller und günstiger stromern

Spätsommerliches Hochgefühl statt Herbstblues: Der vollelektrische Nissan Ariya ist ab sofort ab 43.490 Euro (inkl. Mehrwertsteuer) erhältlich. In der Basisversion wird das Crossover-Coupé damit 4000 Euro günstiger, in Kombination mit dem hochwertigen Evolve Pack und der großen 87-kWh-Batterie sparen Kundinnen und Kunden sogar bis zu 7000 Euro.

„Die neuen Preise machen unser Crossover-Coupé noch attraktiver, wettbewerbsfähiger und so einer breiteren Kundschaft zugänglich. Der Nissan Ariya kombiniert eine hochwertige Ausstattung mit einem ebenso kraftvollen wie zuverlässigen Elektroantrieb. Viele Modellvarianten sind zudem binnen Monatsfrist verfügbar. Damit leistet Nissan einen wichtigen Beitrag zur Mobilitätswende“, erklärt Vincent Ricoux, Geschäftsführer der Nissan Center Europe GmbH.

Trotz der Preissenkung geht der Nissan Ariya keinerlei Kompromisse ein: Das markant gezeichnete Modell mit der coupé-förmigen Dachlinie ist weiterhin in vier Leistungsstufen mit Front- und Allradantrieb und in zwei Batteriegößen (63 kWh und 87 kWh) erhältlich. Bis zu 531 Kilometer (WLTP kombiniert) elektrische Reichweite sind möglich, ehe ein kurzer Ladestopp eingelegt werden muss: An entsprechenden Schnellladestation wird der Akku binnen 30 Minuten von 20 auf 80 Prozent geladen. Vier Ausstattungslinien garantieren ein komfortables Fahrerlebnis. Bereits die Nissan Ariya Basisversion verfügt unter anderem über LED-Scheinwerfer und -Rückleuchten sowie das NissanConnect Navigationssystem mit 12,3-Zoll-Touchscreen und Zugang zu den Nissan Connect Services. Ein breites Angebot an Assistenzsystemen –

von Notbrems- und Spurhalteassistent über Totwinkelwarner bis zur adaptiven Geschwindigkeitsregelanlage – unterstützt im Fahralltag. Für das Laden mit Wechselstrom (AC) steht zudem serienmäßig ein dreiphasiger 22 kW On-Board-Charger zur Verfügung. In höheren Ausstattungslinien kommen Annehmlichkeiten wie ein Around View Monitor für 360-Grad-Rundumsicht, der PROPILOT zum teilautonomen Fahren, das Bose® Premium Sound-System sowie ein 10,8 Zoll großes Head-up-Display hinzu.

Nissan ARIYA: Stromverbrauch kombiniert (kWh/100 km): 20,4-17,6; CO2-Emissionen komb. 0 g/km

➔ Mehr Infos und eine ausführliche Beratung gibt es im Nissan Autohaus am Bungsberg in Lübeck, Fackenburg Allee 43. Weitere Infos unter <https://www.nissan-ambungsberg-luebeck.de>

Sie müssen nicht mehr zum TÜV ...

... auch wir führen die Haupt- und Abgasuntersuchung sowie Änderungsabnahmen (z. B. Felgen, Fahrwerk, AHK) an Ihrem Fahrzeug durch.

**Ingenieurbüro KAUL**

Geniner Str. 191, 23560 Lübeck

Fon: 0451 / 5 38 82

**Öffnungszeiten:**

Mo.-Fr. 08:00 – 17:00 Uhr, Sa. 09:30 – 12:30 Uhr

**KFZ-MEISTERBETRIEB**

**Alle Leistungen rund um Ihr Auto.**

Klimaservice, Unfallschäden, Inspektionen und vieles mehr...

Kronsfordter Allee 126 · 23560 Lübeck

Telefon 0451-52037 · [www.kfz-abraham.de](http://www.kfz-abraham.de)

## Der neue Hyundai KONA

Offizieller Marktstart am 7.10. – bereits jetzt ist er in unseren Filialen für Sie zur Probefahrt bereit.



In vielen Motorsierungen, z.B.: **Hyundai KONA 1.0 T-GDI Trend**

**88 kW** (120 PS), Benzin, 6-Gang, Smart Sense, 2-Zonen-Klima-automatik, Navi, DAB+ Radio, Apple CarPlay™/Android Auto™, Regensensor, Virtual Cockpit, SHZG, LHZG, Rückfahrkamera uvm. **€ 29.450,-<sup>1</sup>** oder mtl. **€ 329,-<sup>2</sup>**

Kraftstoffverbrauch\*\* in l/100 km: innerorts 7,3; außerorts 5,2; komb. 6,1; CO<sub>2</sub>-Emmission komb.: 138 g/km; Effizienzklasse B.

**Autohaus am Bungsberg**

GmbH & Co. KG

23758 Oldenburg · Ringstraße 20

Tel. 0 43 61/90 910

23701 Eutin · Lübecker Landstr. 53

Tel. 0 45 21/790 18 00

24223 Schwentimental · Gutenbergstr. 16 (Ostseepark) · Tel. 0 43 07/82 49 90

**Autohaus am Funkturm**

Filiale der Autohaus am Bungsberg GmbH & Co. KG

23617 Stockelsdorf · Otto-Hahn-Straße 5

Tel. 0451/498 86 23

[www.ambungsberg.de](http://www.ambungsberg.de)



**5 Jahre Garantie ohne Kilometerlimit\***

<sup>1</sup>Bar-Hauspreis inklusive Überführung <sup>2</sup>Unverbindliches Leasingbeispiel der Allane SE, Dr.-Carl-von-Linde-Straße 2, 82049 Pullach: Leasingonderzahlung 0 €, Gesamtfahrleistung 40.000 km, Laufzeit 48 Monate, Gesamtbetrag 17.196,10 €, 48 Monatsraten à 329,- € zuzüglich Überführungskosten i. H. v. 1.050,- €. \*Apple CarPlay™ ist eine in den USA und weiteren Ländern eingetragene Marke der Apple Inc./Android Auto™ ist eine Marke von Google LLC. \*\*Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: [www.hyundai.de/garantien](http://www.hyundai.de/garantien) \*\*Angegebene Verbrauchs- und CO<sub>2</sub>-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt und in NEFZ-Werte umgerechnet.







IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

IMMOBILIENKAUFGESUCHE

GEWERBLICHE  
IMMOBILIENANGEBOTE

MIETGESUCHE  
WOHNUNGEN

EIGENTUMSWOHNUNGEN

ANLAGEOBJEKTE

HÄUSER

Ratzeburg

Attraktive 2,5-Zimmer-ETW für Kapitalanleger, unweit des Küchensees, ca. 77 m² Wfl., großer Wohn-/ Essbereich mit Zugang zum Süd-West-Balkon, Badezimmer m. Badewanne, Fahrstuhl vorh., aktuelle Mieteinnahmen 7.200,- € NKM p.a., Bj. 1967, B: 153,6 kWh/(m²a), Kl: E, Öl-ZH, KP: 150.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Travemünde

Kapitalanleger aufgepasst! Vermietete Eigentumswohnung in Strandnähe, ca. 63 m² Wohnfläche, 3 Zimmer, Süd-Ost-Balkon mit Meerblick, geräumige Küche, Fahrstuhl vorh., Mieteinnahmen ca. 630,- € NK/ Monat, Bj. 1961, lfd. instandgehalten, HZ. 2020 erneuert, V: 111,5 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-ZH, KP: 190.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

ANLAGEOBJEKTE



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



**Top Anlageobjekt in der Lübecker Fußgängerzone/ obere Huxstraße**

Wohn-/ Geschäftshaus, 7 Einheiten, Grdst. 422,00 m², Gesamtfl. ca. 710,00 m², ME IST gesamt p.a. ca. 90.854,88 €, Mieteigerungspotenzial, Wohnteil: Bj. ca. 1850, Gasheizung, Bedarfsausweis, C, 90,9 kWh (m²\*a), Nicht-Wohnteil: Bj. 1850, Gasheizung, Bedarfsausweis, Wärme 155,5 kWh/(m²\*a), Strom 21,4 kWh/(m²\*a)  
**KP 2.250.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

Gadebusch

Wohn- & Geschäftshaus in gut angebundener Lage. Praxisfläche mit 2 Mietwohnungen im Dachgeschoss, ca. 130 m² voll ausgestattete Praxisräume inkl. zahnmedizinischem Inventar, Anmeldung mit Tresen, 3-4 helle Behandlungsräume, 6 Stellplätze, ca. 389 m² Grdst., 2 WE im Dachgeschoss, insgesamt ca. 107 m² Wfl., aktuelle Mieteinnahmen ca. 620,- € NKM/ mtl, Bj: 1994, Energieausweis in Erstellung, KP: 250.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Wismar

Zentral gelegenes Wohn- und Geschäftshaus, 4 WE, 1 Ladengeschäft, ca. 515 m² vermietbare Fläche, ca. 344 m² Grdst., Bj. 1930, 1999 saniert, Mieteinnahme p.a. 40.000,- €, Energieausweis in Erstellung, 890.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - St. Gertrud

Kapitalanlage mit Potenzial! Vermietbare Fläche ca. 239 m², 257 m² Grdst., 319,6 m², Nettokaltmiete p. a. 23.400,- €, 3 Etagen, 4 Wohneinheiten, 2-fach verglaste Fenster, ca. 65 m² Dachboden als Ausbaureserve, B: 238 kWh/(m²a), Kl: G, Gas-ZH, KP: 445.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - St. Lorenz

Gepflægtes Mehrfamilienhaus in zentraler Lage, 4 verm. WE, ca. 188 m² vermietet Fläche, ca. 115 m² Eigenland-Grdst., laufend instand gehalten, derzeit Mieteinnahmen von 21.360,00 € p.a., alle Whg. mit EBK und E-Geräten, kein Mietzinsverzug, Bj. 1905, B: 173,86 kWh/(m²a), Kl: F, Gas-ZH, KP: 420.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - St. Lorenz Süd

Voll vermietetes Mehrfamilienhaus, 9 Wohneinheiten, 1 Gewerbeeinheit, gepfl. Zustand, ca. 590 m² vermietet Fläche, derzeit Nettokaltmiete i.H.v. 47.880,- EUR p.a., Fenster, Elemente, Dachrinnen und Fallrohre 2022 erneuert, zentrale Lage, wenige Gehminuten zum Hbf, ca. 409 m² Grdst., Bj. 1960, Energieausweis in Erstellung, KP: 1.100.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de



**Pflegeimmobilien als Kapitalanlage deutschlandweit!**  
**Angst vor Inflation?**  
**Investieren Sie Ihr Geld in Immobilien!**

- grundbuchliche Absicherung (sicher u. lukrativ)
- 20 J. Mietsicherheit
- etablierte Bestandsimmobilie – im Jahr 2005 eröffnet
- professionelle Verwaltung
- monatliche Rendite 3,8 %
- keine Maklercourtage
- Kaufpreis ab 147.000,- €

Neugierig geworden?  
Dann rufen Sie uns bitte an.



Immobilien seit 1982

Tel.: 04503 – 881200  
www.loose-immo.com





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



**Modernisiertes Wohn- und Geschäftshaus mit Stellplätzen, Balkonen, Terrassen und Loftaus im Herzen der Lübecker Innenstadt**

ca. 1.688 m² Wohnfläche, ca. 219 m² Gewerbefläche, 1.159 m² Grdst., 15 WE/ eine Gewerbeeinheit, Bj. ca. 1900, 7 Stellplätze, ca. 221.347,68 € JNKM Soll, Gewerbeeinheit seit 2014 vermietet, Beheizung VHS/ HHS jeweils über eine Gaszentralheizung, Verbrauchsausweise, F/D, Endenergieverbräuche: 170,6 kWh/103 kWh  
**KP 4.200.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

Schönberg

Saniert und Vollvermietet! MFH mit Nebengebäude im Herzen von Schönberg, ca. 557 m² vermietet. Fl., insges. 10 Wohneinheiten zw. 32 m² - 85 m², ca. 1.782 m² Grundstück, Bj. 1940, kernsaniert im Jahre 2000, NKM p.a. ca. 41.064,- €, 2 Garagen, Carport, div. Außenstellplätze, Gas-HZ aus 2020, V: 126,5 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-ZH, KP: 725.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Schönberg

Attraktive Kapitalanlage! Großes Mehrfamilienhaus mit weitläufigem Grundstück in Schönberg, ca. 793 m² vermietet Fläche, insges. 12 WE zw. 25 m² - 115 m², ca. 2.530 m² Grdst., Bj. 1952, NKM p.a. ca. 38.880,- €, 2 Garagen, 4 Carports, Gas-ZH aus 2016, Solaranlage f. Warmwasser, V: 128,9 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-ZH, KP: 645.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**HL-St. Jürgen:** REH + Garage, Grst. 390 m², vermietet. Wfl. 107 m², 4 Zi., Kü., V-Bad, WC, Balk., KME 11T €: VK 360T €. ☎ (04 536) 460

LÄNDLICHE IMMOBILIEN

Trennewurth

Resthof nur ca. 12 km von der Nordsee entfernt! Ca. 293 m² Wohnfläche, ca. 565 m² Nutzfläche, ca. 15.654 m² Grundstück, 12 Zimmer auf 3 Wohneinheiten, div. Nutzungsmöglichkeiten, Nebeneinnahmen durch vermietete Scheune u. PV-Anlage, 12 Kfz-Stellplätze, Erbpacht: 205,66 € p.a. Restlaufzeit bis 22.02.2099, Bj. 1889, B: 164,9 kWh/(m²a), Öl-ZH, Kl: F: KP: 795.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

IMMOBILIENKAUFGESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

**Suchen helle ETW mit Balkon od. Terrasse ab 3 Zimmer in Bad Schwartau, Lübeck, gern mit Stellplatz o. Garage**



Wir freuen uns auf Ihren Anruf  
Tel. 0451 - 2 77 77  
www.immo-nehlsen.de

Loft o. Penthouse ges.!

Ehepaar aus Hamburg sucht für den gemeinsamen Ruhestand eine Penthouse- oder Loftwohnung in fußläufiger Entfernung zum Einkaufs- und Spaziermöglichkeiten. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Hochwertige Whg. ges.!

Unternehmer aus Hannover sucht eine hochwertige Wohnung mit großem Balkon oder Dachterrasse. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Große ETW gesucht!

Ehepaar mit zwei Kindern sucht eine geräumige Wohnung in familienfreundlicher Lage. Bis 700.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Wir suchen laufend... Eigentumswohnungen & Immobilien jeder Größe GROHMANN IMMOBILIEN - Immobilien seit 1978 Arnimstr. 29 a, 23566 HL, Tel. 0451 - 610 30 40 www.grohmann-immobilien.de

HÄUSER

Ab 3 Zimmern ges.!

Junge Familie sucht EFH ab 3 Zimmern in Krummesse und Umgebung. Gern mit Garage oder Carport. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Alleinlage ges.!

Für eine Familie aus Niedersachsen suchen wir ein charmantes Haus in Alleinlage von Ostholstein mit großem Garten. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Wir suchen sonniges Reihen- oder ½ Haus auf Eigenland, in Lübeck, Bad Schwartau u. Stockelsdorf

Ihr Makler in 3. Generation

Tel. 0451 - 2 77 77







Wir suchen laufend... Ein-/Zwei-/Mehrfamilienhäuser Doppelhaushälften / Eigentumswohnungen Gerne beraten wir Sie kostenlos! Tel. 0451 - 610 30 40 www.grohmann-immobilien.de



Bad Schwartau ges.!

Ehepaar sucht nach Umzug in den Norden ein kleines EFH, KP je nach Größe und Zustand. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bis 450.000,- € ges.!

Ehepaar sucht kleinen Bungalow oder kleinen EFH mit sonnigem Garten in Ratekau, Pansdorf oder Umgebung. Bis 450.000,- €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bungalow gesucht!

Sympathisches Ehepaar sucht einen hellen Bungalow mit kleinem Garten und Terrasse. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

EFH bis 500.000,- €!

Steuerberater mit Frau und 3-jährigem Sohn suchen ein gepflegtes Einfamilienhaus bis 500.000,- € in KP im Süden Lübecks. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Exklusivität gesucht!

Für einen Privater aus Hamburg suchen wir in Lübeck und an der Lübecker Bucht das ganz Besondere! Großes Einfamilienhaus mit ca. 7 Schlafzimmer, mind. 3 Bädern, offener Küche und großem Garten. Gerne in Wassernähe. KP bis 5 Mio. €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**MOIN, wir suchen ein älteres auch unrenoviertes DHH od. Siedlungshaus mit Stall u. Garage, zwischen HL u. SE**

Ihr Makler in 3. Generation

Tel. 0451 - 2 77 77



**FAMILIE AUS HH SUCHT:** EFH, DHH o. RH in Ahrensburg o. Trittau. Finanzierung ist gesichert. KP bis € 425.000,- Auch Sa./So. und nach Feierabend. ☎ 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

Geräumiges EFH ges.!

Unternehmensberater aus Bad Oldesloe sucht mit seiner Familie ein geräumiges Einfamilienhaus ab 5 Zimmern in Lübeck oder Umgebung. Bis 900.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**IMMOBILE MIT FRIESENWALL GESUCHT:** 4-köpfige Familie aus HH sucht schöne Immobilie in Stormarn auf gepflegtem Grundstück. KP bis ca. € 450.000,-. Auch Sa./So. und nach Feierabend. ☎ 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

Kleine DHH gesucht!

Alleinstehende Dame aus Niedersachsen sucht kleine DHH mit Terrasse in der Lübecker Bucht. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**Kündigung wegen Eigenbedarfs** Sympath., naturverb. Arztfamilie sucht Haus und Garten mit Seele zum Kauf in Lübeck oder Umgebung. ☎ (0 451) 792 507

Liebhaberobjekt ges.!

Im Lübecker Umland suchen wir für ein Unternehmer-Ehepaar ein Liebhaberobjekt mit besonderem Charme. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**Suchen Bungalow ab 4 Zimmer mit Garage in Lübeck oder Bad Schwartau für vorgemerkten Kunden**

Wir freuen uns auf Ihren Anruf

Tel. 0451 - 2 77 77



Lübecker Bucht ges.!

Für eine Erzieherin und ihren Partner suchen wir ein ruhig gelegenes RH o. DHH in der Lübecker Bucht. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübecker Bucht ges.!

Vierköpfige Familie sucht solides EFH ab 150 m² mit sonnigem, nicht einsehbarem Garten in der Lübecker Bucht. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Wassergdst. ges.!

Nach erfolgreichem Hausverkauf suchen wir für ein Ehepaar aus Hannover nach einem hochwertigen Haus mit Wassergrundstück. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Reihenackhaus ges.!

Junge Familie aus Hamburg sucht ein gepflegtes Reihenackhaus in familienfreundlicher Lage. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Travemünde ges.!

Für ein Ehepaar aus Travemünde suchen wir ein großes und stilvolles Einfamilienhaus in der Nähe von Travemünde mit weitläufigem Grundstück und der Möglichkeit zur Pferdehaltung. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**Wir suchen im Umkreis von 15 km um Lübeck Häuser ab 4 Zimmer, mit großem Garten u. Garage / Carport**

Wir freuen uns auf Ihren Anruf

Tel. 0451 - 2 77 77



**Privat sucht Haus - ETW in Umland von HL/Eutin von privat.** ☎ 0176/478 00 871

**WOHNEN UND ARBEITEN AN EINEM PLATZ:** Malermeister aus HH sucht mit seiner Familie ein EFH mit Gewerbestand. KP bis € 700.000,- Auch Sa./So. und nach Feierabend. ☎ 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

ANLAGEOBJEKTE

Ab 4 Einheiten gesucht!

Zur Erweiterung des Immobilienportfolios suchen wir für einen Investor aus Niedersachsen Mehrfamilienhäuser ab vier Einheiten. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Bis 1 Mio. € ges.!

Privatier sucht ein gut vermietetes Mehrfamilienhaus im Großraum Lübeck bis 1 Mio. €. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Geschäftshaus ges.!

Investor aus Ahrensburg sucht ein gut vermietetes Geschäftshaus in belebter Lage. Gern auch mit Wohnanteil. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Privatier sucht...

...zur Geldanlage gut vermietete MFH zwischen Lübeck und Hamburg. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**Wir suchen laufend Mehrfamilienhäuser Keine Kosten für den Verkäufer!**

**GROHMANN IMMOBILIEN - Immobilien seit 1978**

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

www.grohmann-immobilien.de

GRUNDSTÜCKE



Wir kaufen auch Grundstücke, auf denen solch ein Haus steht! Oder falls Ihnen Ihr Grundstück zu groß geworden ist. Rufen Sie uns gerne an, wir machen Ihnen ein Angebot!

**NORDISKA HAUS GmbH**

Schönböckener Str. 10 - 23556 Lübeck  
04 51 - 4 86 69 18 info@nordiska-haus.de

FERIEN- UND FREIZEITIMMOBILIEN

Ferienhaus gesucht!

Solvente Hamburger Familie sucht ein gepflegtes Ferienhaus mit viel Charme in ostseehäher Lage. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GEWERBLICHE  
IMMOBILIENANGEBOTE

BÜROFLÄCHEN / PRAXEN

Lübeck

Helle, sehr gut geschnittene Büroräume mit Hafenblick! Ca. 202 m² Bürofläche, 7 Büroräume, WC-Anlagen, Teeküche, Konferenzraum, ein weiterer Konferenzraum kann angemietet werden, Mitarbeiterkantine im EG, 5 Außenstellplätze, Bj. 1954, B: 164,5 kWh/(m²a), Gas-ZH, Nettokaltmiete 1.919,- € mtl. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

LADENLOKALE / LADENFLÄCHE

Lübeck - Innenstadt

Große Filialfläche in 1A-Lage, ca. 709 m² Gesamtfl., ca. 395 m² Filialbereich, vielen Nutzungsmöglichkeiten, Mietdauer nach Absprache, gr. Schaufensterfront, Bj. 1956, V: 196,7 kWh/(m²a), Öl-ZH, NKM 0.090,- € mtl. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Lübeck - Innenstadt

ca. 70 m² große Ladenfläche auf der Innstadtsinsel, sofort verfügbar, Mietdauer nach Absprache, Schaufensterfront, Bj. 1956, V: 196,7 kWh/(m²a), Öl-ZH, NKM 0.090,- € mtl. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

**Mieter gesucht zum 01.10.2023!**

Ladenfläche (20 m²) samt Inventar in 1A Lage im Einkaufszentrum (Rewe Center/Ziegelstr. 232) an Untermieter abzugeben. Preis für das Inventar: 8.000 €. Miete: 1050 € warm zzgl. MwSt. Fläche NUR für Gastronomie geeignet. Besichtigungstermine u. Fragen unter: ☎ (0 176) 34 37 2281

LAGERHALLEN / WERKSTÄTTEN

Lübeck

Neubaugewerbefläche in Herrenwyk, verkehrsgünstige Lage, betonierter Kalthalle, ca. 295 m² Hallenfläche, Containerbüro einsetzbar, Starkstrom vorhanden, 2 mechanisierte Rolltore, Videoüberwachung, gepflastertes Grundstück, Nettokaltmiete 1.770,- € zzgl. MwSt., Bj. 2022, dieses Gebäude unterliegt nicht den Anforderungen der ENEV 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GEWERBLICHE  
IMMOBILIENANGEBOTE

LÜBECK - INNENSTADT

Große Lagerfläche in 1A-Lage, ca. 151 m² Gesamtfläche, mehrere Nutzungsmöglichkeiten, Mietdauer nach Absprache, sofort verfügbar, Hub-Laderampe, Oberlichter, Bj. 1954, V: 123,0 kWh/(m²a), Gas-ZH, Nettokaltmiete 1.510,00 € mtl. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

HOTELS / GASTSTÄTTEN

Timmendorfer Strand

Repräsentative Villa mit Ferienapartments in Bestlage! Ca. 887 m² Gesamtfläche, 10 Ferienwhg. und 2 Einzelzimmer, ca. 1.105 m² S/W-Grdst., 50 m zum Strand, großzügiger Vollkeller, weitläufiger Balkon zum Hinterhof, Hinterhof mit Doppelcarport und 6 Außenstellplätzen, Bj. 1914, V: 102 kWh/(m²a), Gas-ZH, KP: 3.600.000,- € 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

GEWERBLICHE  
IMMOBILIENGESUCHE

BÜROFLÄCHEN / PRAXEN

**Büroraum gesucht**

1 Büroraum 25-40 m², gern in Büro-Gemeinschaft in 23566 oder 23568 HL für private Hausverwaltung gesucht. Wird nur 1 x wtl. genutzt, langfristiger MV. jepsen-hausverwaltung@gmx.de oder ☎ 0451/33 673

**Solvente Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft** (Ärzte u. Psychologen) sucht zum Frühjahr '24 neue Räume, Altbau, ab 100 m², mögl. ruhig, auf Altsadtsinsel, St. Jürgen oder St. Gertrud. Angebote an: milarepa@online.de

LADENLOKALE / LADENFLÄCHE

**Goldschmiedin sucht...** ...eine kleine Ladenfläche in der Lübecker Innenstadt mit kleiner Schaufensterfläche. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

Versicherungsagentur sucht...

...zum Aufbau eines neuen Standortes eine Bürofläche ab 100 m² in und um Lübeck. 0451-8009410 von-wuelfing-immobilien.de

MIETANGEBOTE

2 ZIMMER

**HL, Innenst., 2 Zi-Whg.,** ca. 55 m², 2. OG, ohne Balk/Fahrsr., EBK, 480 € KM + 180 € NK ab 01.11. zu vermieten. ☎ 7 06 07 00

**St. Jürgen, Wakenitz, Wassergundst.**: 2 Zi.-Whg., mit Wakenitz-Blick, 51m², Tiefpart. in 2-FH. EBK, DB, Rolläden, sep. Eing., Gartenterr., Bootsteg, KM 650 €+ NK + MS. **Zuschr. an Z 14 110 039**

**Schöne 2 Zi.-Whg.,** Nä. Schönberg/ Mecklenburg, EBK, Duschbad, zu vermieten, KM 360 €. ☎ 0178 / 1641558

**Stodo, Lohstr., 2-Zi.-Whg.,** ca. 64m², 2. OG, EBK, DB, Bk., 580€ + 180€ NK, zum 01.11. ☎ 0451/88 05 8835 (Ab Mon.)

3 ZIMMER

**2½-Zi.-DG-Whg.,** 70 m², hell + interessant, Altbau, Marli m. Lübeckblick, zum 01.12., 560 € + NK + MS. ☎ (040) 6 776 037

**Bad Schwartau Endetage,** Blick u. Zugang zum Kurpark, gepfl. Anlage, 3 Zi., 142 m² (geeignet für 2 Pers.), EBK, 2 Bäder, Terr., Tiefgarage, Lift, KM 1500 € + NK ☎ 0170 - 9216 058

**Stodo: ruhige Lage, 3 Zi., 75m²,** EBK, VB, Bk., Keller, Trockenraum, Fahrradkeller, 750€ + NK, ab sofort zu vermieten. ☎ 04509-8288

4 ZIMMER / GROSSWOHNUNGEN

**HL, Schwartauer Allee, 4-Zi.-Whg.,** ca. 85m², 2. OG, EBK, VB, Bk., 680€ + 250€ NK, z. 01.12. ☎ 0451/88 05 8835 (Ab Mon.)

HÄUSER

DHH m. Ga., KM 1190€ dhhhab@gmx.de</



16.

Stadtwerke  
Lübeck Marathon

OFFIZIELLE  
MEDIENT  
PARTNER  
2023

LN

RADIO  
LÜBECK  
88

15. OKTOBER 2023

Vom Holstentor bis zur Ostsee  
und wieder zurück

www.stadtwerke-luebeck-marathon.de

AUS DER GESCHÄFTSWELT

Was tun, wenn das Baby erkältet ist?

**STOCKELSDORF.** Der Herbst ist da, und damit hält langsam auch das kühlere Wetter Einzug. Schon jetzt steigt die Anzahl der Atemwegserkrankungen an. Junge Familien stehen oft ratlos vor dem Thema Erkältungskrankheiten. Die Lübbers Apotheken möchten mit einem Info-Abend unterstützen. Dieser findet statt am Donnerstag, 5. Oktober, um 18.30 Uhr im aroma & home Café in Stockelsdorf, Ahrensböcker Straße 3.

„Was tun, wenn mein Baby erkältet ist?“ lautet das Thema, zu dem Apothekerin Tiana Evertz die Hebamme Juliane Brandt eingeladen hat. „Wir möchten die Familien damit auf den kommenden Herbst und Winter vorbereiten“, erklärt Tiana Evertz. Es gibt leckeren Tee und kleine Snacks und in gemütlicher Runde geben die Apothekerin und die Hebamme die besten Tipps und Tricks für die kommende Erkältungssaison mit auf den Weg.

Eingeladen sind alle Mütter und werdenden Mütter, die sich zur besseren Planung anmelden sollten. Gern dürfen auch die eigenen Babys mitgebracht



**Apothekerin Tiana Evertz und Hebamme Juliane Brandt (v.l.) informieren über Erkältungskrankheiten bei Babys ein.** Foto: Lübbers Apotheken

werden. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldungen bitte per Mail an [info-m@luebbers-apotheke.de](mailto:info-m@luebbers-apotheke.de), per Tel. 0451/88 05 80 58 oder auf Instagram unter [@luebbersapotheken](https://www.instagram.com/luebbersapotheken). **HÖ**

Herbstwäsche

Herbstwäscheangebot vom 13.09. – 29.09.2023

AutoWaschCentrum

Autowäsche all inclusive  
+ Top Edition nur € 18,-

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

Lübeck, Ziegelstr. 127

ANZEIGE

Thema sensible Blase:  
Wenn die Slipeinlage zum  
täglichen Begleiter wird

Niemand spricht gerne darüber – und doch leidet ein Viertel aller Frauen an einer leichten Form von Inkontinenz. Wie so oft bietet die Natur einen Lösungsansatz.



Selbst in jüngeren Jahren sind viele Frauen von leichter Inkontinenz betroffen. Die Ursache ist meist ein geschwächter Beckenboden, durch Schwangerschaften, Geburten oder die hormonelle Umstellung im Wechsel. In vielen Fällen wird die Slipeinlage zum täglichen Begleiter und die Blase bestimmt letztendlich auch die Kleidungswahl. Beim Gedanken, darüber zu sprechen,

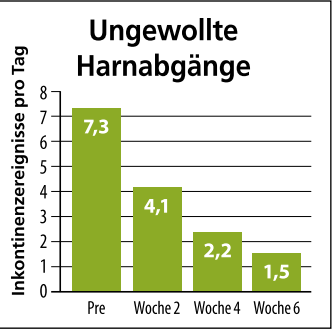
fühlen sich viele unwohl und thematisieren es aus diesem Grund weder bei ihrem Partner noch beim Arzt. Das ist vor allem deshalb schade, weil viele aus diesem Grund gar nicht erst von einem natürlichen Lösungsansatz erfahren.

**Was passiert im Beckenboden?** Sehen wir uns zunächst einmal an, was genau im weiblichen Körper passiert.

Der Beckenboden schließt den Bauchraum wie eine Hängematte nach unten ab. Ist er geschwächt, senken sich die inneren Organe und üben Druck auf die Blase aus. Eine kleine körperliche Belastung kann dann schon ausreichen und es ist passiert. Nicht zuletzt deshalb empfehlen Experten Betroffenen, den Beckenboden zu trainieren (siehe Infobox).

**Kürbis überzeugt Forscher und Anwenderinnen**

Ein österreichisches Forschungsteam hat zudem herausgefunden, dass es eine sehr einfache und rein pflanzliche Möglichkeit bei leichter Inkontinenz gibt: und zwar den Kürbis, der schon seit jeher in der Pflanzenheilkunde zur Stärkung von Blase und Beckenboden verwendet wird. Jetzt untermauern aktuelle Untersuchungen, dass sich schon nach wenigen Wochen ein positiver Effekt zeigt: Die Zahl der ungewollten Harnabgänge bei Frauen verringerte sich damit von 7,3 auf 1,5 pro Tag.<sup>1</sup>



<sup>1</sup>Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727–737

Diese Erkenntnis haben erfahrene Pharmazeuten genutzt und ein hochwertiges pflanzliches Präparat entwickelt: Kürbis für die Frau von Dr. Böhm® mit einem besonders hochdosierten Kürbiskern-Extrakt (400 mg). Apotheker wie auch Anwenderinnen haben bereits sehr gute Erfahrungen damit gemacht. Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit Beckenbodenübungen kombiniert.

**Wichtig**

Bestehen Sie auf das Original! Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke nicht vorrätig sein, bestellt es Ihr Apotheker sicher gerne für Sie.

Beckenbodentraining  
für Zuhause

Sitzen Sie aufrecht und versuchen Sie, die Beckenbodenmuskeln jeweils sechs bis acht Sekunden lang anzuspannen.

Dabei handelt es sich um jene Muskeln, die Sie auch auf der Toilette anspannen müssten, um den Harnstrahl kurzfristig zu unterbrechen. Wiederholen Sie diese Übung mindestens zehn Mal.

**Achtung:** Führen Sie diese Übung nicht während dem Harnlassen aus, da sie ansonsten den Reflex, der dem Entleeren der Blase dient, stören kann.

Weitere Beckenbodenübungen finden Sie unter [drboehm-info.de/ratgeber/beckenbodenuebungen](https://drboehm-info.de/ratgeber/beckenbodenuebungen)

APOTHEKEN-TIPP  
FÜR DIE BLASE

**Dr. Böhm® Kürbis für die Frau**

- Hochdosierter Kürbiskern-Extrakt
- Rein pflanzlich
- Längerfristige Anwendung empfohlen

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. 60 Stk.; **PZN: 15390969**