

# LÜBECK WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 14. Oktober 2023 • kostenlos

## Kita gewinnt „Reste-Challenge“

Bei der Aktion „Zu gut für die Tonne“ hat eine Kita in Kücknitz die „Reste-Challenge“ gewonnen.

SEITE 3

## Spiele zum Ausleihen

Die Lübecker Stadtbibliothek setzt verstärkt auf Brett- und Gesellschaftsspiele zum Ausleihen.

SEITE 4

## Kabel-TV: Änderung für Mieter

Für Mieter, die über Kabel Fernsehen schauen, ändert sich im nächsten Jahr etwas beim Vertrag.

SEITE 7

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

## Kursus für Gedächtnistraining

**INNENSTADT.** Den eigenen Geist fit und aktiv zu halten, ist eine gute Gesundheitsvorsorge. Der BSV Lübeck bietet einen neuen Kurs für Gedächtnistraining an. Dieses Angebot findet beim Lübecker Jugendring in der 4. Etage mit Aufzug, Mengstraße 43, statt. Der Kursbeitrag beträgt 30 Euro für fünf Kurseinheiten je 60 Minuten zuzüglich einem jährlichen Verbandsbeitrag von 9,31 Euro. Der fünfwöchige Kurs startet am Montag, 6. November, um 10 Uhr. Im Anschluss findet ein Folgekurs statt. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Telefon 0451/7 70 75 oder per E-Mail: info@bsv-luebeck.de.

## Aktionen am Astronomietag

**ST. JÜRGEN.** Am Sonnabend, 28. Oktober, findet wieder der jährliche deutschlandweite Astronomietag statt. Die Sternwarte Lübeck, Reetweg 5 (Zugang vom Schwalbenweg), bietet ab 10 Uhr bis Mitternacht ein buntes Programm mit Ausstellungen, Vorträgen für Kinder und Erwachsene und Himmelsbeobachtungen. Für Kinder gibt es eine Reihe von Aktionen. Ab 20 Uhr beginnt nämlich eine partielle Mondfinsternis. Der Eintritt ist frei.



## Verkehrsbehinderungen während des Stadtwerke-Lübeck-Marathons

Am Sonntag, 15. Oktober, findet von 10 bis etwa 16.30 Uhr zum 16. Mal der Stadtwerke-Lübeck-Marathon statt. Daher ist mit Verkehrsbehinderungen zu rechnen. Wegen des Auf- und Abbaus des Start- und Wechselzonenbereichs bleiben der Kohlmarkt, die Sandstraße sowie die obere Wahnstraße am 15. Oktober von 1 Uhr bis etwa 8.30 Uhr gesperrt. Der Linienverkehr wird in diesem Zeitraum die Altstadt umfahren. Der Taxenstand vor der Deutschen Bank im Be-

reich Kohlmarkt wird dafür in die Holstenstraße/ Ecke Schmiedestraße verlegt. Die Laufstrecke verläuft wie im letzten Jahr über die Königstraße. Ab 9 Uhr bis 16.30 Uhr ist die Königstraße zwischen Aegidienstraße und Koberg vollständig gesperrt. Die Ein- und Ausfahrt in die Straße und zu den Grundstücken ist nicht möglich. Informationen zur Verkehrslage am Sonntag sind abrufbar unter [www.stadtwerke-luebeck-marathon.de/de/informationen.html](http://www.stadtwerke-luebeck-marathon.de/de/informationen.html) Foto: Agentur 54°

**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

Pflege24Nord  
**24-Stunden-Betreuung**  
in Ihrem eigenen Zuhause!  
Individuelle Betreuung durch  
polnisches Personal!  
Die bezahlbare Alternative zum Pflegeheim!  
Tel. 0173/6 53 30 86

**AUTO ADAM kauft**  
fast jeden Pkw & Lkw  
auch defekt, Unfall-/Totalschaden  
Sofort Bargeld, prompte  
Abmeldung u. Abholung  
24-Std.-Tel.-Service, auch sonntags  
Rufen Sie an,  
☎ 04 51 / 57010  
HL, Roggenhorster Straße 13  
[www.AUTO-ADAM.de](http://www.AUTO-ADAM.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)

**NISSAN**  
Sichern Sie sich jetzt das  
Sondermodell Nissan Juke N-Style

### Nissan Juke N-Style

1.0 DIG-T 6MT,  
84 kW (114 PS), Benzin  
Jetzt leasen  
ab € 159,-/mtl.\*

- 17"-Leichtmetallfelgen
- Verdunkelte Scheiben ab der B-Säule
- Monoforme Sportsitze, synthetisches Teilleider
- Voll-LED-Scheinwerfer
- Klimaanlage inkl. Pollenfilter

Nissan Juke N-Style 1.0 DIG-T 6MT, 84 kW (114 PS), Benzin: Kraftstoffverbrauch (l/100 km): niedrig: 6,9-6,8, mittel: 5,5-5,4, hoch: 5,1-5,0, sehr hoch: 6,5-6,4; kombiniert: 5,9-5,8; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert (g/km): 134-132. Nissan Juke: Kraftstoffverbrauch kombiniert (l/100 km): 6,2-4,9; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert (g/km): 140-111. Dieses Fahrzeug wurde den EU-Vorschriften entsprechend nach dem realitätsnäheren WLTP-Prüfverfahren homologiert. NEFZ-Werte liegen für dieses Fahrzeug deswegen nicht vor.

\*Fahrzeugpreis: € 21.750,-, zzgl. € 1.050,- Überführungskosten. Leasingsonderzahlung € 3.284,35, Laufzeit 60 Monate (60 Monate à € 159,-), 50.000 km Gesamtleistung, Gesamtbetrag inkl. Überführungskosten € 10.590,-, Gesamtbetrag inkl. Leasingsonderzahlung und Überführungskosten € 13.874,35. 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 31.10.23. 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)

**100 TESTHÖRER**  
für das einzigartige HSA Verfahren gesucht!  
**JETZT ANMELDEN!**

**optimushearing**  
MORE THAN JUST HEARING

**SCHMELZER**  
HÖRSYSTEME

**Rufen Sie jetzt an und vereinbaren Sie einen Termin!**

Lübeck T 0451 - 613 058 23	Travemünde T 04502 - 88 69 900	Bad Schwartau T 0451 - 709 852 50 <b>NEU</b>
Stockelsdorf T 0451 - 880 515 95	Schlutup T 0451 - 450 563 20	

\* Anmeldefrist ist bis zum 30. November 2023 und das Angebot dann gültig bis zum 30.01.2024. Bei Kaufabschluss ist die passende Akku-Ladestation und ein TV Adapter inklusive.  
Schmelzer Hörsysteme in Lübeck GmbH, Schmelzer Hörsysteme in Travemünde GmbH / Schlutup, Schmelzer Hörsysteme in Stockelsdorf GmbH und Schmelzer Hörsysteme Ostholstein (Bad Schwartau) werben gemeinschaftlich.

**O. C. KATRE-SCHMUCK**  
Wir kaufen:  
**Gold, Silber, Palladium, Platin, Schmuck, Diamanten, Zahngold, Bernstein, Luxusuhren**  
**MÜHLENSTR. 19 • LÜBECK ☎ 0451/9 89 89 29**

**TRAUM**  
haft  
Wir fertigen hochwertige Ganzglasduschen, individuell nach Maß, exklusiv für Ihr Badezimmer.  
Rufen Sie uns einfach an!  
**GLASEREI MEWS**  
☎ 7 37 30 + SONN

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

**Fiergolla**  
Sonnenschutz und Sicherheit  
04 51 / 55 0 22 • [www.fiergolla.de](http://www.fiergolla.de)

**AUSSTELLUNG**  
ab sofort in der  
Kruppstr. 12, Lübeck

Jetzt Termin vereinbaren und Sommerpreise sichern.

**NEUE Adresse**  
noch besserer Service!



**SUITNER**  
TraveAntik  
Jetzt in der Mühlenbrücke 1

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

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

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

**Auch VERKAUF von Goldbarren, Münzen & Silberbarren bei uns!**

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

### Modellspielzeug und Puppenbörse

**ST. JÜRGEN.** In der Sporthalle des Berufsausbildungsparks Blankensee, Am Flughafen 4/ Dachbaustraße, erwartet die Besucher am Sonnabend, 14. Oktober, von 10 bis 16 Uhr eine riesige Auswahl an Modelleisenbahnen, Modellautos, Zubehör, Puppen sowie hochwertige Plüschtiere. Zahlreiche norddeutsche Anbieter sind auch gerne bei der Bewertung ihrer privaten Modellspielzeugschätze behilflich. Für erwachsene Besucher beträgt der Eintritt 99 Cent, Kinder sind frei. Besucher, die mit ihrem Oldtimer kommen, erhalten eine Freikarte für dieses Event sowie einen Parkplatz direkt vor der Halle. Anfragen zu weiteren Veranstaltungen unter der Telefon 0170/ 5 40 62 57 oder [wiking@email.de](mailto:wiking@email.de).

### Konzert über die Liebe in St. Thomas

**LÜBECK.** Die Liebe steht im Mittelpunkt des Konzertes mit amüsanten und amourösen Liedern und Balladen sowie kleinen Geschichten aus über 500 Jahren Liebeswirren. Am Sonnabend, 14. Oktober, um 17 Uhr ist das Programm in der Thomaskirche, Rudolf-Groth-Straße 19, zu erleben. Vorgetragen wird das Programm, ergänzt durch humorvolle Zwischentexte, vom Ensemble Anima dolce (Lidwina Wurth, Gesang, Martin Karl-Wagner, historische Flöten, sowie Ulf Dressler, historische Lauten und Gitarren). Das Konzert findet in Kooperation mit der Kirchengemeinde Marli-Brandenbaum Lübeck statt. Karten zu 20 Euro gibt es an der Konzertkasse ab 18.30 Uhr.

### Hobbykünstler verkaufen Werke

**SCHLUTUP.** Am Sonnabend und Sonntag, 21. und 22. Oktober, findet von 11 bis 16 Uhr im Awo-Treff „Slut up Stuv“, Lauer Weg 1, eine Verkaufskunstausstellung von talentierten Schlutuper Hobbykünstlern statt. Für das leibliche Wohl mit Grillwurst, Kaffee und Kuchen sorgt der Awo-Treff. Der Erlös wird teilweise einem guten Zweck zugeführt.

### Neue Selbsthilfegruppe

**LÜBECK.** Eine neu gegründete Gruppe für Eltern sexuell missbrauchter Kinder will sich zunächst einmal im Monat treffen. Das erste Treffen wird öffentlich stattfinden, um einander besser kennenzulernen, bevor es in anderen Räumlichkeiten stattfindet. Kontakt per E-Mail an: [niesehe@web.de](mailto:niesehe@web.de).



Neben dem Feuerwehrwagen wird den Kindern der tote Winkel mit Hilfe einer blauen Folie veranschaulicht.

Foto: Lutz Roeßler

## Fahrradführerschein für Viertklässler

Landesweite Aktion „Sattelfest“ startet an der Grundschule Cleverbrück. Polizei rät: Kinder sollten nicht zu früh und nicht alleine mit dem Rad zur Schule fahren.

**BAD SCHWARTAU.** Die Blicke sind konzentriert, die Gesichter angespannt. Für die Mädchen und Jungen, die auf dem Fahrrad vom Hof der Grundschule Cleverbrück auf die Straße in den Cleverhofer Weg fahren, geht es um einiges. Die Kinder in den gelben Warnwesten absolvieren die Prüfung zum Fahrradführerschein. An den Straßenecken stehen freiwillige Helfer und notieren, ob die Kinder alles richtig machen. Lilly (9) kommt mit einem Lächeln ins Ziel. „Ich fahre schon mit dem Rad zur Schule, deshalb fand ich es nicht so schwierig“, erzählt die Viertklässlerin. Die Handzeichen dürfte man nicht vergessen. „Und ganz wichtig ist es, sich umzuschauen“, weiß sie.

Die praktische Prüfung zum Fahrradführerschein in Bad Schwartau ist etwas Besonderes. Es ist die landesweite Auftaktveranstaltung der Aktion „Sattelfest“, die von der Landesverkehrswacht und der Provinzial-

Versicherung organisiert wird. Insgesamt absolvieren rund 27 000 Schüler aller vierten Klassen an schleswig-holsteinischen Grundschulen auch in diesem Jahr die theoretische und die fahrpraktische Ausbildung für den Fahrradführerschein. Hintergrund ist das hohe Unfallrisiko bei Rad fahrenden Kindern.

„Die Zahl der verunfallten Kinder als Radfahrer ist im letzten Jahr wieder deutlich gestiegen auf 578 Kinder. Das ist ein Anstieg von über vierzehn Prozent gegenüber dem Vorjahr und zeigt die Notwendigkeit einer guten Radfahrausbildung in den vierten Klassen“, sagt Elisabeth Pier, Vizepräsidentin des Landesverkehrswacht.

Deswegen wird an der Grundschule nicht nur die Fahrradprüfung absolviert, sondern auch ein großer Feuerwehrwagen auf den Schulhof gefahren. Und das nicht nur, weil Feuerwehrautos spannend sind, sondern weil die Kinder daran viel über den toten

Winkel lernen können. „Schaut mal“, sagt Roland Hamann von der Kreisverkehrswacht und zeigt auf eine Zeichnung, die er an den Feuerwehrwagen geklebt hat, „all die rot straffierten Bereiche sind die, die der Lkw-Fahrer nicht sehen kann.“

Damit die Kinder das praktisch erleben können, dürfen sie auch selber mal auf dem Fahrersitz Platz nehmen. Und plötzlich sind die Mitschüler verschwunden: Die ganze Klasse steht im toten Winkel neben dem Feuerwehrauto – und auch Hamann, der sich direkt vor das Auto gestellt hat, ist nicht mehr zu sehen. „Ich hätte nicht gedacht, dass man da so wenig sehen kann, aber es war toll, mal im Feuerwehrauto zu sitzen“, sagt Emilia (9) aus der 4a.

Die Polizistinnen Silke Ziemann und Simone Sölter von der Präventionsstelle der Polizeidirektion wissen, wie wichtig das Lernen und Training ist. „Grundsätzlich beobachten wir, dass die

Kinder motorisch weniger fit sind als früher“, sagt Sölter. Sie rät auch, Kinder nicht zu überfordern.

„Erst ab acht Jahren können Kinder überhaupt ein Gefahrenbewusstsein entwickeln und vorausschauend fahren. Auch psychomotorische Fähigkeiten wie das Wegnehmen einer Hand vom Lenker, um Handzeichen zu geben, werden erst ab diesem Alter entwickelt.“ Deswegen sollten Eltern genau überlegen, ab wann sie ihr Kind mit dem Rad zur Schule schicken, findet Ziemann.

„Jedes Kind ist ein Einzelfall und Eltern müssen gucken, wie weit der Weg ist, wie gefährlich er ist und was man seinem Kind zutraut“, sagt die Polizistin. Grundsätzlich sollten Kinder in der Anfangszeit immer von einem Elternteil begleitet werden. Ziemann: „Ich persönlich würde mein Kind in der Grundschule nicht mit dem Fahrrad, sondern zu Fuß losschicken, wenn der Weg nicht zu weit ist.“ **SWE**

### Wahlhelfer weiter gesucht

**LÜBECK.** Am Sonntag, 5. November, wählt Lübeck die neue Bürgermeisterin oder den neuen Bürgermeister. Eine eventuell notwendige Stichwahl findet am 26. November statt.

Wer ein Stück Demokratie „hautnah“ erleben und die Hansestadt Lübeck bei der Wahl unterstützen möchte, ist dazu eingeladen, sich als ehrenamtliche Wahlhelfer zu melden. Insbesondere für die Stadtteile Moisling, St. Jürgen, Krummesse, Kücknitz und Travemünde wird noch ehrenamtliche Unterstützung benötigt. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Wahl erfolgt jeweils in 111 Urnen- und 25 Briefwahlbezirken. In jedem Wahlbezirk sichert ein Wahlvorstand bestehend aus sechs bis neun Wahlberechtigten die ordnungsgemäße Durchführung des Wahlvorganges. Soweit möglich und gewünscht werden die Wahlhelfer:innen in Wohnortnähe eingesetzt. Für ihr Engagement erhalten sie eine Aufwandsentschädigung. Die Höhe der Aufwandsentschädigung richtet sich nach ihrer Funktion im Wahlvorstand und beträgt mindestens 50 Euro.

Alle offenen Fragen rund um das Thema Wahlhelfende werden unter Telefon 0451/ 122 12/30 beantwortet. Alternativ können Interessierte sich auch gern per Email an [wahlhelfende@luebeck.de](mailto:wahlhelfende@luebeck.de) wenden oder sich unter [www.luebeck.de/wahlhelfer-in](http://www.luebeck.de/wahlhelfer-in) informieren.

### Konzert der Gruppe Vinterfolk

**SCHLUTUP.** Die junge Irish Folk Band Vinterfolk aus Lübeck vereint musikalische Expertise mit dem berühmten Schwung der irischen Folkmusik. Zusammengekommen sind die sechs Studierenden der Musikhochschule Lübeck anlässlich einer Benefiz-Gala in der Lübecker Musik- und Kongresshalle im Juni 2022 und sind seitdem in und um Lübeck in Pubs, auf Veranstaltungen oder auf der Straße zu hören. Am Sonntag, 15. Oktober, um 18 Uhr geben die Musiker ein Konzert in der Fischerkirche St. Andreas Schlutup, Schlutuper Kirchstraße 17. Der Eintritt ist frei. Spenden sind willkommen.

### Sprechstunde für Senioren

**ST. LORENZ SÜD.** Der Seniorenbeirat der Hansestadt Lübeck bietet am Donnerstag, 19. Oktober, von 10 bis 13 Uhr eine Sprechstunde in den Räumen der Wohnberatung am Kolberger Platz an. Terminvereinbarung unter Telefon 0451/ 122 10/16.



## Unsere Herbstangebote

# 35%

auf den Nählohn Ihrer neuen Dekoration

- nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
- Angebot gilt bis 31.10.2023
- 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 31.10.2023
- 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 Wickede-Str. 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)**

### AUS DER GESCHÄFTSWELT

## Neue Trikots für junge Kicker des TuS Lübeck 93

**ST. GERTRUD.** Der Leiter des Familia Warenhauses Lübeck Wesloe, Thomas Lasrich, und sein Stellvertreter Jens Ziese kamen persönlich, um die neuen Trikots der D-Jugend des TuS Lübeck 93 und seinem Trainer Jörg Hildebrandt zu übergeben. Die Mannschaft des TuS Lübeck freute sich sehr über die Unterstützung des Warenhauses.

„Wir freuen uns sehr, dass Familia uns nochmals mit neuen Trikots unterstützt“, erklärte der Trainer Jörg Hildebrandt. Bereits im letzten Jahr hatte das Warenhaus die D-Jugend mit einheitlichen Trikots ausgestattet.

Die attraktiven Trikots sind in den Farben Schwarz-Weiß gehalten. „Wir als Familia sind hier in der Region heimisch und unterstützen gerne den Fußballsport“, fügte Warenhausleiter Thomas Lasrich hinzu. Die kleinen Kicker bedankten sich bei ihren Sponsoren und hoffen, mit den neuen Trikots viele Erfolge feiern zu können.



Familia-Warenhausleiter Thomas Lasrich und sein Stellvertreter Jens Ziese (v.l.) übergeben die neuen Trikots an die D-Jugend-Kicker des TuS Lübeck. Foto: Familia Wesloe

# „Zu gut für die Tonne!": Kita gewinnt „Reste-Challenge"

Haus in der Sonne in Kücknitz belegt den ersten Platz eines landesweiten Wettbewerbs.

**KÜCKNITZ.** „Man soll kein Essen wegschmeißen, weil das viel Geld kostet und manche Menschen auf der Welt nicht so viel zu essen haben wie wir hier“, sagen Jesse und Kira (beide fünf Jahre) von der evangelisch-lutherischen Kindertagesstätte Haus in der Sonne in Lübeck-Kücknitz. Diese hat jetzt den ersten Platz eines landesweiten Wettbewerbs des Landwirtschaftsministeriums mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) Schleswig-Holstein gewonnen. Anlass ist die bundesweite Aktionswoche „Zu gut für die Tonne!“ vom 29. September bis zum 6. Oktober. Unter dem Motto „Gestern ein Rest – heute ein Leckerbissen“ hatte die Einrichtung des Kitawerks Lübeck an der „Reste-Challenge“ für Kitas teilgenommen und zwei Rezepte eingereicht.

In Vertretung für den erkrankten Landwirtschaftsminister Werner Schwarz besuchte die Landwirtschafts- und Verbraucherschutzstaatssekretärin Anne Benett-Sturies die ganz im Zeichen des Erntedank-Festes geschmückte Kita, um den Preis offiziell zu verleihen und sich persönlich von der Qualität des prämierten „Reste-Essens“ zu überzeugen. Gewonnen hat die Kita ein Kochevent bei den Kieler „ResteRettern“.

Kita-Köchin Antje Boesler tischte den Kindern und Erwach-



Staatssekretärin Anne Benett-Sturies (links), Dörte Eitel (Geschäftsführerin des Kitawerks, 2. v. l.) sowie das Kita-Team und die Kinder ließen sich Suppe und Brot schmecken. Foto: Kitawerk

senen „Antjes Gemüsecremesuppe“ aus Möhren, Kartoffeln und verschiedenen Gemüse-resten auf, die unter anderem die Eltern gespendet hatten. Dazu reichte sie „Antjes Upcycling Brot“ aus Resten wie Reis, Couscous, Quark oder Gemüse. „Wir haben mit viel Freude an der Reste-Challenge mitgemacht“, erklärte Kita-Leiterin Sibylle Damm. „Als pädagogisches Kita-Team

wollen wir den Kindern vermitteln, dass Lebensmittel und deren verwertbaren Reste eine wertvolle Ressource sind. Im Rahmen von Projekten zu Themen wie Umweltschutz, Kinderrechte oder Abfallvermeidung wurde in der Kita der Umgang mit Essensresten spielerisch thematisiert.“

Von der liebevoll vorbereiteten Erntedank-Feier der Kita mit Liedern und dem „Reste-Essen“

zeigte sich die Staatssekretärin angetan. „Wertvolle Lebensmittel vor dem Wegwerfen zu retten ist eine wichtige Aufgabe für die gesamte Gesellschaft – gerade angesichts der multiplen Krisen, die wir aktuell erleben“, betont Anne Benett-Sturies. „Wir können alle dazu beitragen, die Verschwendung von Nahrungsmitteln deutlich zu reduzieren und dafür zu sorgen, dass sie auch für die Ernährung verwendet werden – denn dafür wurden sie mit großer Sorgfalt und unter Einsatz vielfältiger Ressourcen hergestellt. Ich freue mich daher umso mehr, über die vielen tollen Ideen aus den Kitas. Schon die Kleinsten lernen hierbei, wo es im Alltag Möglichkeiten gibt, Lebensmittel zu retten.“

Die Verwendung von Resten sei gleichzeitig auch „eine wunderbare Möglichkeit, um Kindern nicht nur die Wertschätzung gegenüber Lebensmitteln zu vermitteln, sondern auch ihre Kreativität herauszufordern“, so Dr. Petra Schulze-Lohmann von der DGE. „Wer weiß, ob aus dem heutigen Mix verschiedener Lebensmittelreste nicht morgen ein ganz neues Sterne-Gericht entsteht!“

Die eingereichten Rezepte der Kitas werden auf der Seite der DGE unter [www.dge-sh.de](http://www.dge-sh.de) zur Verfügung gestellt und sollen zum Nachahmen motivieren.

## Pflege-Kurse am UKSH

**ST. JÜRGEN.** Wenn Angehörige pflegebedürftig werden, entscheiden sich viele Familien, diese Pflege zu Hause ganz oder zum Teil zu übernehmen. Um sie bei dieser häuslichen Pflege zu unterstützen, bietet das Patienteninformationszentrum am UKSH Kurse für pflegende Angehörige und Interessierte an. Diese Kurse werden in Zusammenarbeit mit der UKSH Akademie und der Pflegekasse AOK NordWest durchgeführt. Die Teilnahme ist kostenlos und unabhängig von der Krankenkassenzugehörigkeit. Um Anmeldung wird gebeten.

In dem Basiskursus werden allgemeine Grundlagen und spezielle Pflegehandlungen vermittelt und unter Anleitung praktisch eingeübt. Der Kurs für Angehörige von Menschen, die demenziell erkrankt sind oder bei denen es Anzeichen gibt, die eine Erkrankung vermuten lassen, befasst sich mit krankheitsbedingt möglichen Veränderungen und Herausforderungen und dazu geeigneten Umgangsweisen und Begegnungsmöglichkeiten.

Der Kurs „Mit Altersverwirrtheit umgehen – Pflegekurs für Angehörige von Menschen mit Demenz“ findet vom 11. bis 25. Oktober dreimal mittwochs oder vom 20. November bis 4. Dezember dreimal montags jeweils von 17 bis 20 Uhr statt.

„Wie geht Pflege zu Hause – Anleitung, Tipps und Tricks“ findet vom 10. bis 24. Oktober dreimal dienstags oder vom 9. bis 23. November dreimal donnerstags oder vom 6. bis 20. Dezember dreimal mittwochs von 17 bis 20 Uhr statt.

Kursort: UKSH, Campus Lübeck, Ratzeburger Allee 160, Haus V73 Seminarraum 2 im EG. Informationen und Anmeldung im Patienteninformationszentrum (PIZ), Telefon 0451/50013620 oder 50013611, [www.uksh.de/piz](http://www.uksh.de/piz).



Abstimmen und Chance auf E-Bike sichern

## Stimmen bündeln, doppelt profitieren

Unterstützen Sie mit Ihrer Stimme nachhaltige und soziale Projekte in Ihrer Region und profitieren Sie zusätzlich von der Teilnahme an unserem Gewinnspiel<sup>1</sup>. Jetzt Stimme abgeben auf [eon.de/swh-buendeln](http://eon.de/swh-buendeln)

Das WIR bewegt mehr.



e-on

<sup>1</sup>Teilnahmeschluss: 02.11.2023. Pflichtangaben für die Teilnahme am Gewinnspiel: Postalische sowie E-Mail-Adresse



### Großer Laternenumzug mit tollem Feuerwerk!

**Fr., 20.10.** Abmarsch um 18.30 Uhr.

in Begleitung der Deutschen Jugend-Brassband Lübeck

im Anschluss großes Feuerwerk

Jedes teilnehmende Kind erhält eine Naschtüte

Während der Veranstaltung: 1.50 € je Bratwurst (am Bratwurststand vor dem Haus)



Alle Kinder sind herzlich eingeladen.



### WIE DIE NATUR: FLÜSTERLEISE.


**windhager** SEIT 1921  
DIE HEIZUNG MIT DER STÄRKE VON MORGEN

AEROWIN EVOLUTION  
DIE FLÜSTERLEISE WÄRMEPUMPE  
MIT INNOVATIVER FLÜGELTECHNOLOGIE.




Sofort lieferbar!

[www.windhager.com](http://www.windhager.com)



Ecomind Sanitär- und Heizungsanlagen  
Drögenek 37, 23556 Lübeck  
Tel.: 0451-12027946  
[info@ecomind-heizung.de](mailto:info@ecomind-heizung.de)  
[ecomind-heizung.de/](http://ecomind-heizung.de/)



## KÜSTENFISCHER.DE



### DIE JOBBÖRSE FÜR DEINEN TRAUMJOB.

### Exklusive Prothesen-BHs und einfühlsame Beratung



**ANGEBOT\* 3 für 2**

**OSTSEE MEDIZINTECHNIK**  
SANITÄTSHAUS & ORTHOPÄDIETECHNIK

Nach einer Brustoperation unterstützen wir Sie gerne bei Fragen zur Brustprothetik. Unsere speziell entwickelten BHs bieten sicheren Halt für Ihre Brustprothese und verleihen eine natürliche Silhouette.

Unsere Fachberaterinnen stehen Ihnen gerne zur Verfügung, um die ideale Größe und Passform für Sie zu finden.

Vereinbaren Sie gleich Ihren persönlichen Beratungstermin in der Moisinger Allee 6b unter Tel. 0451 498 25 43.

### UNSERE STANDORTE IN IHRER NÄHE:

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

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

\* Das Angebot gilt für ausgewählte Größen vorrätiger Prothesen-BHs im Sortiment von Ostsee-Medizintechnik in der Moisinger Allee 6b in Lübeck und solange der Vorrat reicht vom 01.10. – 31.10.2023.



# Stadtbibliothek setzt auf mehr Brett- und Gesellschaftsspiele

Kooperation mit dem Verein Ludo Liubice – Angebot im Ausweis der Stadtbibliothek enthalten.

**LÜBECK.** Ob Familien-, Rollen-, Strategie- oder faszinierende Kartenspiele, wie zum Beispiel „Everdell“ oder „Sushi Go Party“ – ab sofort bietet die Stadtbibliothek in Kooperation mit dem Verein Ludo Liubice eine vielfältige Auswahl an Brett- und Gesellschaftsspielen zum Ausleihen an. „In Bibliotheken und beim Spielen kann man so viel kennenlernen und erleben. Eine perfekte Ergänzung, um den Alltag zu versüßen“, so Anna-Lena Gros, Bibliothekarin und Lektorin für die Brettspiele im Erwachsenenbereich der Stadtbibliothek Lübeck, die zusammen mit ihrem Team die Zusammenarbeit auch verwirklicht hat.

Spielfreunde können nun Gesellschaftsspiele ganz einfach über den Ausweis der Stadtbibliothek entleihen. Die Vereinsmitglieder erhalten nach Absprache einen kostenlosen Leseausweis, dieser kann bei Interesse gerne auf eine normale Mitgliedschaft erweitert werden.

Gerald Schleiwiess, Leiter der Stadtbibliothek Lübeck, freut sich über die Zusammenarbeit, da diese inhaltlich sehr gut zur Stadtbibliothek passt und das Angebot gut ergänzt. Es ist eine lange und stetig wachsende Zusammenarbeit zu wünschen.

Oliver Benecke, Vorstandsmitglied von Ludo Liubice, hofft durch den Meilenstein der Ko-



Dank der Kooperation gibt es eine große Auswahl an Spielen zum Ausleihen.

Foto: HL

operation mit der Stadtbibliothek die großartigen Spiele mehr Lübeckern näher bringen zu können. Für ihn ist das Spielen mit Freunden und lieben Menschen mehr als nur ein Hobby. Oliver Benecke lebt und liebt das Spielen. Er engagiert sich dafür, das analoge Spielen als Gegengewicht zur Digitalisierung zu stärken. Als Vorstandsvorsitzender einer der größten Spielvereine Deutschlands habe er glück-

licherweise auch die Möglichkeit dazu.

Während regelmäßig die Gamescom die Medien mit starken Bildern bestimmt und digitale Spiele visuell gut ins Fernsehen passen, werden die analogen Spiele oft unterschätzt. Doch wer einmal bei der jährlichen Spielmesse in Essen war, weiß um die Begeisterung von Brettspielen.

Brettspielvereine gibt es landauf und landab in der Bundesre-

publik – seit 2016 mit Ludo Liubice auch in Lübeck. Der Verein wächst schnell und gehört bereits mit über 250 Mitgliedern zu den größten im Land. In den letzten Jahren haben die Stadtbibliothek Lübeck und der Lübecker Spielverein Ludo Liubice nach weiteren Möglichkeiten gesucht Gesellschaftsspiele in Lübeck weiter zu etablieren und bereits erfolgreiche Spieleangebote konzipiert.

# Lübeck bekommt ein Forum Ehrenamt

**LÜBECK.** Freiwilliges Engagement stärkt soziale Beziehungen und bietet jedem Einzelnen die Möglichkeit, unsere Gesellschaft selbstwirksam mitzugestalten. Die Krisen der vergangenen Jahre haben gezeigt, dass wir ohne die ehrenamtlich engagierten Menschen schlecht dastehen würden. Ehrenamt ist aber kein Selbstläufer, sondern braucht gezielte Unterstützung und Anerkennung.

Unter dem Motto „Sei dabei. Gestalte mit. Engagement im Fokus“ ruft das Tandem Ehrenamt (ePunkt und die Stabsstelle Ehrenamt) Engagierte, Interessierte und Akteure auf, beim ersten Lübecker Forum Ehrenamt dabei zu sein. Das Forum als neue Plattform für Austausch, Vernetzung und Impulse wird jährlich stattfinden und ist ein wichtiger Baustein in der Lübecker Engagementlandschaft.

Am Sonnabend, 14. Oktober, öffnet die Volkshochschule am Falkenplatz ihre Türen für ein vielseitiges Programm, das Raum für Diskussionen, Kennenlernen und Inspiration bietet. Das Forum steht ganz im Zeichen des aktiven Engagements und richtet sich an alle, die die Zukunft des Ehrenamtes in Lübeck mitgestalten, ihre Ideen einbringen und Themen diskutieren möchten.

„Lübeck kann stolz sein auf die vielen ehrenamtlich Aktiven und den Zusammenhalt in unserer Stadt. Damit das auch so bleibt, lade ich Sie herzlich ein, bei dem Forum zu sein. Bei dieser Veranstaltung geht es konkret um Ihre Anliegen, um Themen, die das

Ehrenamt aktuell und zukünftig beschäftigen und darum, was ehrenamtliches Engagement braucht, um zu gelingen“, betont Bürgermeister Jan Lindenau, der die Schirmherrschaft des Forums übernommen hat.

Die Teilnahme am Forum ist eine Gelegenheit, sich inspirieren zu lassen und untereinander auszutauschen. Neben produktiven Arbeitsrunden stehen auch ungezwungene Vernetzungsmöglichkeiten auf der Tagesordnung. Viele Vereine sorgen sich um die Gewinnung neuer Engagierter, um ihr Bestehen oder wollen noch besser mit anderen Lübecker Aktiven zusammenarbeiten – um nur einige Aspekte einer langen Liste zu nennen, über die beim Forum gesprochen werden soll.

„Wir freuen uns darauf, das Netzwerk weiter zu stärken, indem wir uns besser kennenlernen, voneinander lernen, gegenseitig ermutigen und von der Expertise aus verschiedenen Bereichen profitieren.“, erklärt Katja Nowroth von ePunkt. Dr. Jens Ilse von der Hansestadt Lübeck, Stabsstelle Ehrenamt, fügt hinzu: „Das neue Forum Ehrenamt gibt engagierten Menschen eine Stimme und die tolle Möglichkeit, das Ehrenamt in Lübeck mitzugestalten. Ihre Erfahrungen und Ideen sind uns ganz besonders wichtig.“

Die Veranstaltung beginnt um 9 Uhr mit einer ersten Gelegenheit zum gegenseitigen Kennenlernen bei Kaffee und Snacks. Das Ende ist für 16 Uhr geplant. Die Teilnahme ist kostenlos, Interessierte können sich per E-Mail an [info@epunkt.org](mailto:info@epunkt.org) anmelden.

## Top-Reisen zu Knüllerpreisen

Mit erstklassigen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin

Buchungshotline: 0 45 21 - 77 93 70

Code: RB 41 – 6

REISEBÜRO  
**Behrens**

Buchbar auch  
im Internet:



SCAN ME

### 4-Tage Reise



#### City-Schnäppchen: Herbst in Prag

Die goldene Stadt im 4\*-Komfort-Hotel inkl. Stadtführung

**Leistungen:** • Fahrt im erstklassigen Fernreisebus • 3 x Übern. im 4\*-Hotel in Prag • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Föhn, Safe • 3 x Frühstücksbuffet • Stadtführung mit Reiseleitung in Prag • Freizeit zum Stadt- und Shoppingbummel

**zubuchbar:** • Moldau-Schiffahrt inkl. Abendbuffet (ca. 2 Std.) – p. P. € 35,-

**Reisetermin:**

• 23.11. – 26.11.2023

pro Person im DZ  
**nur € 239.<sup>90</sup>**  
EZ-Zuschlag: € 89,-

### 5-Tage Reise



#### Adventszauber im Erzgebirge

Komforthotel in Oberwiesenthal

**Leistungen:** • Fahrt im erstklassigen Fernreisebus • 4 x Übern. im Komforthotel • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Telefon • 4 x Frühstücksbuffet • 3 x Mittags-Snacks mit Suppe im Hotel (12-13 Uhr) • 3 x Kuchenbuffet im Hotel inkl. Kaffee/Tee • 4 x Abendbuffet • „All-inkl.-Getränke“ im Hotel von 10-23 Uhr (Wein, Bier, alkoholfreie Getränke) • kostenl. Nutzung der Sauna • Ausflug nach Dresden zum Striezelmarkt • große Erzgebirgsrundfahrt mit Besuch von Annaberg und Seiffen • Gelegenheit zum Besuch des Weihnachtsmarktes

**Reisetermin:**

• 03.12. – 07.12.2023

pro Person im DZ  
**nur € 499.<sup>90</sup>**  
EZ-Zuschlag: € 49,-

### 3-Tage Reise



#### Maritime Hafenweihnacht in Ostfriesland

Shanty-Abend, Komforthotel mit Halbpension

**Leistungen:** • Fahrt im erstklassigen Fernreisebus • 2 x Übern. im Komforthotel • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, Telefon • 2 x Frühstücksbuffet • 2 x Abendbuffet • Getränkepaket zu beiden Abendessen von 18.30-20 Uhr • Shanty-Chor Abend • 1 x Advents-Tanzabend • Weihnachtsmarkt Bremen • Stadtrundfahrt Wilhelmshaven, Hooksiel, Horumersiel und Carolinensiel • Auricher Weihnachtszauber • Lamberti Weihnachtsmarkt Oldenburg/Oldenburg

**Reisetermin:**

• 01.12. – 03.12.2023

pro Person im DZ  
**nur € 279.<sup>90</sup>**  
EZ-Zuschlag: € 49,-

### 3-Tage Reise



#### Adventszauber im Spreewald

Zauberhafte Weihnachtsstimmung – Top Hotel

**Leistungen:** • Fahrt im erstklassigen Fernreisebus • 2 x Übern. im 4\*-Lindner Congress Hotel Cottbus • 2 x Frühstücksbuffet • 1 x Abendessen am Anreisetag • Stadtführung Cottbus • Spreewaldrundfahrt m. Besuch der Stadt Lübben • 1 x Mittagessen im Gasthaus Froschkönig (Gänsebraten u. Suppe) • weihnachtlicher Nachmittag im Gasthaus mit Glühwein, Kaminfeuer, verzieren von Weihnachtskugeln und Kaffeetrinken mit weihnachtlichem Gebäck

**Reisetermine:**

• 06.12. – 08.12.2023  
• 11.12. – 13.12.2023

pro Person im DZ  
**nur € 289.<sup>90</sup>**  
EZ-Zuschlag: € 59,-

### 2-Tage Reise



#### Weihnachts-Shopping „de Luxe“ in Berlin

mit Luxushotel „Interconti“

**Leistungen:** • Fahrt im erstklassigen Fernreisebus • 1 x Übern. im Luxushotel „Intercontinental“ Berlin • 1 x Frühstücksbuffet • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Safe • große Stadtrundfahrt mit Reiseleitung am 2. Tag (vormittags) • Freizeit zum Stadt- und Shoppingbummel

**Reisetermin:**

• 02.12. – 03.12.2023  
• 09.12. – 10.12.2023

pro Person im DZ  
**nur € 159.<sup>90</sup>**  
EZ-Zuschlag: € 69,-

### 3-Tage Reise



#### Thüringens schönste Weihnachtsmärkte

First-Class-Hotel mit Halbpension

**Leistungen:** • Fahrt im erstklassigen Fernreisebus • 2 x Übern. im First-Class-Achat-Hotel in Suhl • 2 x Frühstücksbuffet • 1 x Abendmenü am 1. Abend • 1 x Thüringer Advents-Menü • 1 x Kaffee und Kuchen, Stollen und Punsch • Stadtrundgang in Suhl • Besuch von Weimar und Erfurt • Gelegenheit zum Besuch der Wartburg (Eintritte sind Extras)

**Reisetermine:**

• 01.12. – 03.12.2023  
• 08.12. – 10.12.2023

pro Person im DZ  
**nur € 269.<sup>90</sup>**  
EZ-Zuschlag: € 59,-

Reiseveranstalter: Reisebüro Behrens GmbH • Riemannstraße 26 • 23701 Eutin | Telefon: 04521-779370 • E-Mail: [info@behrens-reisen.de](mailto:info@behrens-reisen.de)

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

Arbeitsaufnahme:  
Agentur für Arbeit  
benachrichtigen

**LÜBECK.** Groß ist die Freude über den neuen Arbeitsplatz. Aber weiß auch die Agentur für Arbeit Bescheid? Viele Arbeitslose vergessen die Arbeitsagentur umgehend zu benachrichtigen.

Dann beginnt vermeidbarer Ärger: Das zu viel gezahlte Arbeitslosengeld muss erstattet werden. Außerdem - und dazu ist die Agentur für Arbeit verpflichtet - wird geprüft, ob eine Ordnungswidrigkeit wegen „Verletzung der Anzeigepflicht“ vorliegt und möglicherweise ein Bußgeld gezahlt werden muss. Ein aufwendiger Papierkrieg, zum Leidwesen der Betroffenen und der Agentur für Arbeit.

Die Agentur für Arbeit Lübeck rät Arbeitslosen daher, eine Arbeitsaufnahme so schnell wie möglich mitzuteilen, damit die Freude über den neuen Arbeitsplatz ungetrübt bleibt. Das kann ganz unkompliziert über die BA-mobil-App, online unter [www.arbeitsagentur.de/eservices](http://www.arbeitsagentur.de/eservices) oder telefonisch unter der gebührenfreien Hotline 0800/4555500 erfolgen. Bezieher von Bürgergeld melden die Arbeitsaufnahme ihrem zuständigen Jobcenter.

Geopark bietet  
Ferienprogramm an

**TRAVEMÜNDE.** In den Schulferien bietet der GeoPark Nordisches Steinreich wieder ein umfangreiches Ferienprogramm an. Es ist zu finden unter <https://tickets.geopark-nordisches-steinreich.de>.

Bürgerakademie ruft  
zum Malwettbewerb auf

„So repariere ich die Welt!": Visionen für eine nachhaltige Welt bis 31. Dezember einreichen.

**LÜBECK.** Man begegnet ihm jeden Tag – Müll, der auf den Wegen, in den Parks und Wäldern oder am Strand liegt oder der in den Gewässern schwimmt. Das hat vielfältige Auswirkungen auf Alltag und Umwelt. Die Bürgerakademie ruft daher alle Menschen in Lübeck und Umgebung auf, sich mit dem Thema künstlerisch auseinanderzusetzen. Es geht darum, die eigenen Gefühle, Erlebnisse, Wünsche oder Zukunftsvisionen für eine Welt mit weniger Müll und einen nachhaltigen Planeten Erde auszudrücken, frei nach dem Motto „So repariere ich die Welt“.

„Viele machen sich Gedanken über die Veränderungen und Auswirkungen der Umweltverschmutzung“, erklärt Belén D. Amodia, Koordinatorin der Bürgerakademie. „Wir möchten Menschen in Lübeck und Umgebung zu einer konstruktiven und kreativen Auseinandersetzung mit dem Thema anregen und sind neugierig, was sie bewegt. Wir hoffen sehr, dass sich viele Menschen beteiligen, auch Kinder und Schulklassen.“

Mit dem Malwettbewerb möchte die Bürgerakademie auch neue Zielgruppen in Lübeck und Umgebung anzusprechen. „Wir haben uns für einen Malwettbewerb entschieden, um viele verschiedene Menschen zu erreichen“, so Irena Weber, Koordinatorin der Bürgerakademie.



Belén D. Amodia (l.) und Irena Weber, Koordinatorinnen der Bürgerakademie, mit dem Plakat zum Preis der Bürgerakademie. Foto: HL

torin der Bürgerakademie. „Keine komplizierte Ausschreibung, kein langes Formular - so hoffen wir, ganz niederschwellig auch Menschen mit Sprachbarrieren oder anderen Hürden anzusprechen.“

Es gibt vier Altersgruppen: sechs bis neun Jahre, zehn bis 13 Jahre, 14 bis 17 Jahre und ab 18 Jahren. Eingesendet werden

können sowohl Bilder als auch Collagen. Die Einsendefrist läuft bis zum 31. Dezember 2023. Die Preisausschreibung und das Bewerbungsformular sind einfach gehalten und online abrufbar unter [www.buergerakademie.luebeck.de](http://www.buergerakademie.luebeck.de). Eine qualifizierte Jury wird die Finalisten auswählen und die Preisträgerinnen

oder Preisträger in einer öffentlichen Veranstaltung im Frühjahr 2024 bekanntgeben.

Der Malwettbewerb wird vom Kiwanis Club in der Hansestadt Lübeck und von der von Keller-Stiftung unterstützt. Nach der Preisverleihung ist eine Ausstellung an einem öffentlichen Ort in Lübeck vorgesehen.

Zweimal wandern  
in der Region

**LÜBECK.** Der Verein Natur und Heimat bietet am Mittwoch, 18. Oktober, eine Halbtagswanderung um Wulfsdorf an. Treffen ist um 9.06 Uhr an der Bushaltestelle „Grönaer Baum“ der Linie 6. Nähere Auskunft bei Silvia Flincker, Telefon 0451/ 7073576. Am Sonnabend, 21. Oktober, führt eine Tageswanderung mit Rucksackverpflegung von Neustadt über Hasselburg nach Sierhagen und zurück nach Neustadt. Treffen ist um 9.20 Uhr in der Bahnhofshalle/Hintereingang. Nähere Auskunft bei Andreas Sassenhagen, Telefon 0451/ 2034832. Gäste zahlen jeweils vier Euro.

Schadstoffmobil  
vor zwei Schulen

**LÜBECK.** Die Entsorgungsbetriebe Lübeck sind in diesem Jahr noch zweimal mit dem Service- und Schadstoffmobil unterwegs: Es ist am Dienstag, 17. Oktober, von 10 bis 14 Uhr an der Baltisch-Schule, Karavelnstraße 2-4, zu finden und am Dienstag, 24. Oktober, von 10 bis 14 Uhr vor der Heinrich-Mann-Schule, Brüder-Grimm-Ring 6-8.

Vortrag in der  
Gemeinnützigen

**LÜBECK.** „Emil Du Bois-Reymond – Über die Grenzen des Naturerkennens (1872)“ referiert Prof. Dr. Dietrich von Engelhardt am Dienstag, 17. Oktober, im großen Saal der Gemeinnützigen, die zusammen mit dem Naturwissenschaftlichen Verein zu Lübeck zu der Veranstaltung einlädt. Beginn ist um 19.30 Uhr.

Nicht verpassen!

# AKTION

// Lass Dich  
„hauttypisch“  
beraten! //

**Eucerin**

Großer  
**AKTIONSSTAND**  
im LUV SHOPPING!

**01.-05.11.**  
Mi. - Sa. 9 - 19 Uhr  
(VoSo. 13 - 18 Uhr)  
auf der Aktionsfläche der  
**Klindwort Apotheke im LUV**

**20%  
RABATT**

erhältst Du vom 01. bis 05.11.23  
am AKTIONSSTAND oder in der  
APOTHEKE -IM LUV- auf  
das Sortiment von  
EUCERIN.

SCAN MICH

Termin speichern!

» **BAD SCHWARTAU**  
(KLINDWORT APOTHEKEN OHG)  
**Lübecker Str. 18** (HAUPTAPO)  
Tel. (0451) 29 25 011  
**Rathausgasse 2** (Filialapo)  
Tel. (0451) 29 25 055

» **TIMMENDORFER STRAND**  
(KLINDWORT APOTHEKEN OHG)  
**Strandallee 94a** (Filialapo)  
Tel. (04503) 88 90 40

» **LÜBECK im LUV SHOPPING**  
(J. KLINDWORT E.K.)  
**Dänischburger Landstr. 81**  
Tel. (0451) 29 25 090

» **ONLINE**  
**shop.klindwort.de | www.klindwort-apotheeken.de**


/klindwort.apo

/klindwortapotheeken

Folge uns!


**Klindwort**  
Apotheken

...und mir geht's gut!




**Widder**  
21.03. - 20.04.

Lassen Sie sich nicht zu etwas überreden, das Ihnen gegen den Strich geht! Ein delikates Problem regeln Sie souverän. Gut fürs Selbstvertrauen. Sie müssen lernen, öfter nein zu sagen!




**Stier**  
21.04. - 20.05.

Nicht ungeduldig sein – Gelassenheit macht Sie stark. Nur Durchhaltevermögen zählt sich derzeit aus. Warten Sie mit wichtigen Projekten nicht bis zum Sankt-Nimmerleins-Tag.




**Zwillinge**  
21.05. - 22.06.

Ihr Kuschelkonto ist im Minus. Signalisieren Sie das Ihrem Partner. Sie fallen in der Chefetage auf – positiv! Eine Freundschaft macht Stress – aber das gehört dazu!




**Krebs**  
22.06. - 22.07.

Sie lassen sich einwickeln, das ist bequem. Aber ein böses Erwachen kann folgen. Ihre Sorgfalt führt zum Erfolg. Ein Extralob wäre verdient. Finanzielles kann schnell zu Streit führen.



**Löwe**  
23.07. - 23.08.


Ihr Partner versichert Sie. Bleiben Sie bei Ihrem Standpunkt. Sie erledigen Ihren Job gewissenhaft. Das wird honoriert. Gönnen Sie sich abends Dinge, die das Leben versüßen!



**Jungfrau**  
24.08. - 23.09.


Die Liebe geht den Bach herunter, wenn Sie nicht aufmerksamer sind! Trotz positiver Rückmeldung: Gehen Sie den Job nicht zu locker an. Sie fühlen sich gekränkt. Aber war das beabsichtigt?

**Astrologische Beratung** Es stehen Ihnen ausgewählte Astrologen zur weiteren Beratung zur Verfügung. Ob Partnerhoroskop, Tarotkartenlegung oder Aszendantenbestimmung, Sie können sich mit jedem Wunsch an die erfahrenen Berater wenden. Ganz exklusiv, ganz persönlich und nur für Sie - 24 Std. täglich.  
 Rufen Sie an **0900 / 339 399 314\*** (\*1,99 €/Min. DTAG; Mobilfunk ggf. abweichend; M.I.T. MEDIA INFO TRANSFER GMBH)




**Waage**  
24.09. - 23.10.

Ihr Liebestief hat ein Ende. Neue Beziehungen stehen unter einem guten Stern. Keine Extratouren: Leisten Sie nur das Verlangte! Zeit für einen kleinen Break vor dem Winterurlaub!




**Skorpion**  
24.10. - 22.11.

Sie stehen immer mit beiden Beinen auf der Erde. Lassen Sie mal große Gefühle zu! Prüfen Sie genau, mit wem Sie sich einlassen. Gespräche mit Freunden sind derzeit besonders intensiv.




**Schütze**  
23.11. - 21.12.

Ihre Ausstrahlung öffnet Herzen. Aber auch die richtigen? Nicht die Flinte ins Korn werfen, die Aussichten bessern sich. Sie lassen sich von Skeptikern allzu oft bremsen.




**Steinbock**  
22.12. - 20.01.

Sie lassen sich von Ihrem Partner verwöhnen – gut so! Halten Sie sich mit Kritik zurück, sonst ecken Sie an. Sie laufen Gefahr, Ihre Lebensziele aus den Augen zu verlieren!



**Wassermann**  
21.01. - 19.02.

Halten Sie mit Ihren Gefühlen nicht hinterm Berg. Ihre Durchsetzungskraft ist unwiderstehlich. Gehen Sie schwierige Aufgaben an! An Ihrer Gerechtigkeit sind nicht die anderen schuld.



**Fische**  
20.02. - 20.03.

Träumen ist angesagt – und zwar zu zweit! Ihr weiterer Berufsweg könnte unklar sein. Holen Sie sich Rat. Konflikte können Sie derzeit schlecht managen. Also: Vermeiden!

**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**

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

**Lösung Sudoku**

a	b	c
---	---	---

\*50 Cent/Anruf aus allen deutschen Netzen. Die Gewinner werden telefonisch benachrichtigt. Geldgewinne werden überwiesen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

DATENSCHUTZ BEZÜGLICH TEILNAHME AN GEWINNSPIELEN Die während Ihrer Teilnahme übermittelten oder erhaltenen personenbezogenen Daten werden ausschließlich von der M.I.T. GmbH verwaltet sowie von der Zeitung, in welcher Ihre Teilnahme stattfindet. Die personenbezogenen Daten werden zur Ermittlung der Gewinner verwendet und nach einer Frist von 6 Monaten wieder gelöscht. Sie werden unter keinen Umständen zu Werbezwecken verwendet. Sie haben das Recht, die Änderung, Berichtigung, Übertragbarkeit, Einsichtnahme und/oder die Löschung Ihrer personenbezogenen Daten zu verlangen. Dies erfolgt, indem Sie einen Brief an M.I.T. GmbH / DATA-Service senden, welcher dann innerhalb von 7 Werktagen bearbeitet wird: Media Info Transfer GmbH / DATA-Service Stadthausbrücke 8, 20355 Hamburg

2			8			7	1	9
7		6				8		2
		1	b		5	3		
4					8		9	
		a	1	3	4			
	1		5					7
		2	3			9		
3		9				4	c	6
5	6	8			7			1

**Lösung der Vorwoche:**

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

# Mieter brauchen neue Kabel-Verträge

Ab Mitte 2024 werden viele Kabelfernsehverträge nichtig – Lübecker müssen sich um TV-Empfang selbst kümmern.

**LÜBECK.** Kabelfernsehen in Lübeck wird aufwendiger – jedenfalls für viele Mieterinnen und Mieter. Denn die Politik schafft die Möglichkeit ab, das Kabelfernsehen über die Nebenkosten abzurechnen. Wer ab Mitte 2024 nicht in die Röhre gucken will, muss sich selbst um seinen Fernsehanschluss kümmern.

Mitte der 1980er-Jahre begann in Westdeutschland das Zeitalter des Kabelfernsehens. Eine Revolution: Mussten sich TV-Zuschauer bis dahin mit sechs Programmen begnügen, gab es plötzlich jede Menge Abwechslung. Und auch der Ärger über den verschneiten Antennen-Empfang hatte ein Ende. Plötzlich gab es scharfe Fernsehbilder. Um die technische Neuerung einem breiten Publikum zugänglich zu machen, erfand die damalige Bundesregierung das sogenannte Nebenkostenprivileg. Vermieter schlossen günstige Sammelverträge mit den Kabelanbietern; die Abrechnung mit den Mietern erfolgte unkompliziert über die Nebenkosten. Doch nun läuft diese Regelung aus. Denn wegen der heutigen Vielzahl an TV-Empfangsmöglichkeiten gilt das Gesetz als nicht mehr zeitgemäß.

Bereits seit dem 1. Dezember 2021 ist das Gesetz außer Kraft.

Es gibt aber eine Übergangsfrist für Vermieter und Mieter: Sie läuft bis zum 30. Juni 2024. Danach werden die betroffenen Fernseher dunkel – so sich denn der Mieter nicht selbst um einen neuen Vertrag kümmert. Die Möglichkeiten sind vielfältig: „Verbraucher können nun auch alternative Fernsehempfangswege wie DVB-T2 HD, Satellitenfernsehen, IPTV oder Streamingdienste nutzen“, erklärt Kerstin Heidt von der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein.

In Lübeck muss aber nicht jeder betroffene Mieter selbst tätig werden. „Unser gesamter Wohnungsbestand läuft seit langer Zeit über Vodafone“, erklärt Dr. Matthias Rasch, Geschäftsführer der Grundstücksgesellschaft „Trave“. „Wir haben für unsere Mieter nun neue, bessere Konditionen fürs Kabelfernsehen mit Vodafone ausgehandelt“, so Rasch. Die seien günstiger als die Alten, verspricht der „Trave“-Geschäftsführer. „Trave“-Mieter könnten diese neuen Verträge selbst abschließen, müssen das aber nicht. Die Grundstücksgesellschaft will die Mieter ihrer rund 8500 Wohnungen in Lübeck demnächst über den Ablauf der Umstellung informieren.

Auch die Grundstücksgesellschaft Neue Lübecker hat nach

Angaben ihrer Sprecherin Nadine Hofmann Sonderkonditionen für ihre Mieter ausgehandelt. „In jedem Fall ist es erforderlich, dass die Mieter einen direkten Einzelvertrag mit dem Anbieter abschließen“, so Hofmann.

## VORSICHT BEI HAUSTÜRGESCHÄFTEN

Auch wenn die Zeit drängt: Einschüchtern lassen sollte sich kein Mieter, sagt Nadine Hofmann. „Uns liegen Hinweise über Haustürgeschäfte vor. Die Verkaufsberater setzen unsere Mitglieder zum Teil unter Druck“, weiß die Unternehmenssprecherin. Die Verkäufer sagten den Mietern, dass ihre TV-Anschlüsse stillgelegt würden und ein neuer Vertragsabschluss sofort erforderlich sei.

Vor diesen Methoden warnt auch die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein. „Durch provisionsgetriebene Vertriebsmodelle versuchen Medienberater gerne auch mal überdimensionierte Kabelverträge mit Pay-TV-Angeboten zu verkaufen“, weiß Kerstin Heidt. Auch könne es dazu kommen, dass gleich Telefon- und Internetverträge mit angeboten werden. Verbraucher sollten dann genau hinsehen. „Geschäfte an der Haustür sind für durchdachte Entscheidungen wenig geeignet.“ **OP**



## Heaven can Wait Chor singt im Theater

**Der Heaven can Wait Chor** gibt am Sonnabend, 28. Oktober, ein Gastspiel im Großen Haus des Theaters Lübeck. Das Konzert beginnt um 20 Uhr. „Still alive!“ heißt die Jubiläumsshow, die ein „Best of 10 Jahre & neue Songs“ beinhaltet. Sie richtet sich an „Menschen zwischen 6 und 99 Jahren“. Der Himmel kann warten! Seit über einem Jahrzehnt ist dieser Name Programm. Von alt bis älter ist alles dabei. Mindestalter: 70 Jahre, nach oben offen. 2023 wird der Heaven Can Wait Chor zehn Jah-

re alt und das wird gefeiert. In einer bunten Show nimmt der Chor sein Publikum mit auf eine Reise. Sie singen nicht nur ein „Best of“ ihrer größten Hits der letzten beiden Bühnenprogramme, sondern haben zusätzlich viele brandneue Lieblingssongs im Gepäck, unter anderem von Hamburger Künstlern wie Fettes Brot, Tocotronic oder Niels Frevert, aber auch von Pink und Andreas Bourani. Begleitet werden die Sänger am Abend von einer vierköpfigen Profiband. Foto: Chor/ Jörg Modrow

## Austausch für pflegende Angehörige

**LÜBECK.** Einfach mal von zu Hause rauskommen, Zuhörer finden und abschalten – dazu laden die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes in der Hansestadt Lübeck pflegende Angehörige am 19. Oktober von 10 bis 12 Uhr im Mehrgenerationenhaus Eichholz, Im Brandenbaumer Feld

27/29, ein. Jeden dritten Donnerstag im Monat kann entspannt in geselliger Runde eine Tasse Kaffee getrunken, ein Brötchen gegessen, geklönt und der Alltag vergessen werden. Gekochte Eier, Wurst, Käse, Marmelade, Brötchen und Kaffee werden aufgetischt. Für einen Beitrag

von vier Euro sind all jene eingeladen, die einen Menschen entweder zu Hause pflegen oder in einer Pflegeeinrichtung betreuen. Interessierte werden gebeten, sich bis Dienstag unter Telefon 0451/ 122 49 31 (Pflegestützpunkt) oder 0451/ 400 25 44 00 (Mehrgenerationenhaus) anzumelden.

ANZEIGE

## Gesundheit spezial – Thema Inkontinenz

# Für eine starke Blase ab 40

Inkontinenz ist für viele ein Tabuthema. Dabei ist sie ein weitverbreitetes Problem – gegen das sich etwas tun lässt.



Viele kennen diese peinlichen Situationen: Bei körperlicher Belastung wie etwa beim Sport, beim Heben von schweren Gegenständen oder beim Niesen gelingt es nicht, die Blase zu kontrollieren. Oft kommt es dann zu einem Malheur, das sich nicht mehr verhindern lässt. Die Folge: Man fühlt sich nicht nur in der Öffentlichkeit unwohl, sondern hat auch

Schwierigkeiten sich dem Partner zu nähern. So zeigt etwa eine Studie, dass sich bei 45 % aller Frauen die Inkontinenz auch auf das Sexualleben auswirkt.

### Jede 4. Frau betroffen

Die Annahme vieler Betroffener, dass sie allein mit dem Problem kämpfen, ist jedoch eine Fehl-

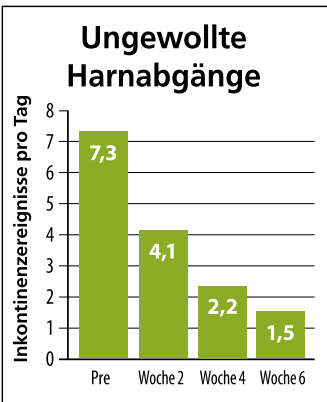
einschätzung. Tatsächlich leiden in Deutschland etwa sechs bis acht Millionen Menschen an Harninkontinenz – die Dunkelziffer liegt laut Deutscher Kontinenz Gesellschaft sogar noch viel höher.

Die Ursache für die Probleme findet sich meist im Bereich von Blasen- und Beckenboden. So kann etwa die Beckenboden-

muskulatur durch Schwangerschaften bzw. Geburten elastischer und weicher werden. Dadurch erfüllt sie ihre Stützfunktion nicht mehr so gut. Die hormonelle Umstellung in den Wechseljahren kann ebenfalls dafür verantwortlich sein: Die weiblichen Sexualhormone (Östrogene) werden weniger und der Beckenboden wird nicht mehr so gut durchblutet, wodurch er schwächer wird. Das ist mit der Grund, warum leichte Inkontinenz besonders häufig ab 40 Jahren auftritt.

### Pflanzliche Unterstützung

Die gute Nachricht: Es gibt eine rein pflanzliche Möglichkeit, um selbst tätig zu werden: den Kürbis. Er wird schon seit jeher in der Pflanzenheilkunde verwendet. 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

### Geheimtipp aus Österreich

Ein Produkt, das österreichische ApothekerInnen bereits seit Jahren gerne bei einer sensiblen Blase empfehlen, ist Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die Tablet-

ten enthalten einen hochdosierten Extrakt aus steirischen Kürbiskernen und konnten in Österreich bereits hunderttausende Frauen überzeugen.

Bis dato kannten nur einige wenige das Präparat von ihren Österreich-Urlauben. Mit der Zeit wurde es aber auch immer häufiger im Bekannten- und Freundeskreis weiterempfohlen und in Apotheken nachgefragt. Nicht zuletzt deshalb ist die Marke Dr. Böhm® (unter anderem mit den überzeugenden

Kürbis-Tabletten) heute auch in Deutschlands Apotheken erhältlich. Das Sortiment ist speziell auf die Bedürfnisse von Frauen zugeschnitten und hat sich dank sinnvoller Dosierungen und des Verzichts auf versteckte Zusatzstoffe innerhalb kürzester Zeit zum echten Geheimtipp entwickelt.

Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit Beckenbodenübungen kombiniert.

## Empfehlung der Woche

### Dr. Böhm® Kürbis für die Frau



Nahrungsergänzungsmittel

- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurmäßige Einnahme empfohlen

**Bestehen Sie auf das Original!** Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke noch nicht vorrätig sein, bestellt es Ihre Apotheke gerne für Sie: **PZN 15390969**

Komödie auf Plattdeutsch

**LÜBECK.** Die Niederdeutsche Bühne Lübeck spielt zurzeit das Stück „Achtertüdsche Süstern“, eine Komödie von Peter Buchholz. Die niederdeutsche Version stammt von Kerstin Stöltzing. Eine Aufführung gibt es am Mittwoch, 18. Oktober, um 20 Uhr im Gemeinschaftshaus Karlshof, Hofweg 11a. Karten sind an der Abendkasse erhältlich. Am Donnerstag, 19. Oktober, um 20 Uhr und Sonntag, 29. Oktober, um 15 Uhr folgen Vorstellungen in den Kammerspielen. Am Donnerstag, 2. November, um 20 Uhr ist das Ensemble im Gemeinschaftshaus Rangenberg zu Gast und am Dienstag, 7. November, um 20 Uhr in der Aula der Baltic Schule, Karavellenstraße 2-4, Karten an der Abendkasse. Am Sonntag, 3. Dezember, um 15 Uhr und Dienstag, 19. Dezember um 20 Uhr ist das Stück noch einmal in den Kammerspielen zu sehen.

Dornbreite feiert erst das Herbstfest und dann das Lichterfest

Ab Freitag sind die Schausteller drei Tage lang auf der Festwiese zu Gast.

**LÜBECK.** Die Lübecker Schausteller werden vom 20. bis 22. Oktober die Festwiese in Dornbreite in einen kleinen „Rummel“ verwandeln. Seit der Corona-Pandemie, als die Interessengemeinschaft Dornbreite mit einem aufwendigen Hygienekonzept den Schaustellern die Möglichkeit gegeben hatte, einige wenige Geschäfte auf der Festwiese aufbauen zu können, ist dadurch eine enge Freundschaft zwischen den Schaustellern und dem Verein entstanden. Los geht es am Freitag, Sonnabend und Sonntag um 14 Uhr.

Freitag und Sonnabend ist die Festwiese, Am Grenzwall 20-22, bis 21 Uhr geöffnet, am Sonntag bis 19 Uhr. Eine besondere Attraktion wird am Sonnabend ab 18 Uhr der Auftritt von Klaroscuro sein mit lateinamerikanischer Musik. Rhythmische Gitarrensounds aus Lateinamerika kombiniert mit Gesang aus fernen Ländern wie Kuba, Kolumbien, Mexiko, Frankreich, Peru oder Italien. Die letzte große Open-Air-Veranstaltung der Interessengemeinschaft Dornbreite im Jahr 2023 findet mit einem Lichterfest



Am Freitag beginnt das Herbstfest in Dornbreite.

Foto: IGD

am Sonnabend, 28. Oktober, statt. Die Festwiese ist für Besucher ab 17.30 Uhr geöffnet, und natürlich ist der Eintritt frei. Um 18.30 Uhr startet der Laternenumzug, der von der Deutschen Jugend-Brassband begleitet wird. Es wäre schön, wenn die Teilnehmer eigene Laternen, groß oder klein, beim Umzug mitführen würden. Gegen 20 Uhr wird eine professionelle Feuershow präsentiert. Natürlich gibt es wieder Mutzen, handgemacht von der Familie Meier, für die feste Nahrung sorgt das Pächter-Team Sadiki..

VERSCHIEDENES

**Band sucht Keyboarder/-in.** Wir sind eine nette Truppe und spielen u.a. Soul, Blues, Rock, Country. Übungsraum vorhanden. Fühlst Du Dich angesprochen, ruf mich an! ☎ 0172/4236368

Christus - für Dich gestorben

**Verschenke** Jerry Cotton-TB u. John Sinclair-Hefte. ☎ 0 1575/ 765 19 35

**Leere Warenkartons** (klein, mittel,groß) kostenlos abzugeben. 23923 Herrmburg-Lübeck, ☎ 038821/66830

**Kaminholz**, trocken. ☎ (01 71) 30 00 406

**Privater Flohmarkt-HINTERHOF** 21.10.23, 8 -15 Uhr, Ratzeburger Allee 100B. Hausrat, Garten, Trödel, Winterkleidung. Bei Regen fällt der Flohmarkt aus. ☎ 0451 -4 87 80 48

Umzüge + Transporte aller Art preiswert ☎ 04 51 / 80 92 099 oder ☎ 0171 / 64 33 985 [www.umzugsspedition-ratschat.de](http://www.umzugsspedition-ratschat.de)

**Viessmann** Primatic MC 7450260 zu verk., 280 €. ☎ (0 151) 20 51 60 90

BEKANNTSCHAFTS-ANZEIGEN

SIE SUCHT IHN

**Einsame Witwe - Anneliese, 78 J.** –sehr hübsch mit jugendlichen, lieben Wesen, mag alles Schöne, die Natur, kochen -gemütliche Stunden z. zweit. Habe Auto u. Führerschein, eine gute Rente, aber leider bin ich ganz allein. Ich wünsche mir wieder sehr einen Mann an meiner Seite, Alter Nebensache, hier aus der Nähe pv Tel. 0151 – 62903590

**Ich, W. (37J.)**, schlank und hübsch, suche einen Mann um die zweite Hälfte meines Lebens zu genießen. Wenn Du zwischen 40 und 55 Jahre alt bist und mit beiden Beinen fest im Leben stehst, weißt, was Du willst, dann melde Dich: kriss-tifisch@gmail.com

**Inge 68 J.**, (beruflich habe ich über 40 Jahre als Stationsleiterin im Krankenhaus gearbeitet), bin sehr gutaussehend, lieb u. natürlich, mit viel Herz u. Menschlichkeit, ehrlich u. hilfsbereit, ich mag die Natur u. Garten, kann für Sie kochen, den Haushalt führen u. Sie zärtlich verwöhnen. Würde Sie gerne mal mit meinem Auto besuchen, damit wir alles weitere in Ruhe besprechen können pv Tel. 0157 – 75069425

ER SUCHT SIE

**Lieber eine Freundin** als gar keinen Ärger - Er, 66 J. / 1,80 m. ☎ 0157-70754983

FREITZEIT / FREUNDSCHAFT

**Du spielst gerne Schach** und hast Tagesfreizeit? Dann melde Dich doch einfach. Kleine, nette Schachgruppe sucht noch weibl. und männl. Zuwachs, keine Profis ☎ 0176 / 65 86 90 33, bitte per SMS

KONTAKTBÖRSE / EROTIK

**Männer träumen.** Anna, 41 J., große OW, erotische Spiele mit vielen Toys inkl. Massage. ☎ 0176-57644805

TIERMARKT

**Bolonka Zwetna Welp**  
Schokofarbener Rüde zu verkaufen.  
Wurfart 13.8.23; bei Interesse E-Mail an alexas.welpen@web.de

**Verschmuste BKH Baby Kätzchen**, geimpft zu verkaufen. ☎ 0172/4503472

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

**Ab sofort** suchen wir gebr. Möbel für die Ukraine. ☎ 0451/5998 82 09

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

**Achtung Ankauf!** Schallplatten, Bücher, Zinn, Porzellan, Silber/ Besteck, Armband/Taschenuhren, Münzen, Militaria. ☎ 0176/80 78 88 16

**Hof-Flohmarkt**, Sa. 14. Okt., 11-16 Uhr, Pfingstbusch 4, 23570 Travemünde / Brodten

**Wunderschönes Marken-Sofa**, 3 sitzig, 194 cm, mit floralem Dessin, in Top-Zustand, VB 850 €, in HL-St. Jürgen zu verk. ☎ 0171/9909987

KUNST- UND SAMMLERMARKT

**KARSTADT** Lübeck: alte Holzkleiderbügel m. Aufschrift Karstadt Lübeck (o.ä.) ges. ☎ 0421 47 88 58 75

**Kompl. Sammlung** v. Fossilien, Mineralien, Steinwerkzeuge usw. v. privat abzugeben. Infos unter ☎ (0173) 23 11 294

HOBBY UND FREIZEIT

**Großer Modellspielzeugmarkt Puppen- und Teddybörse**  
23560 Lübeck Blankensee Sporthalle im Ausbildungspark 14. 10. 23 von 10 - 16 Uhr 0170 5406257 wiking@email.de

**Kleines E-Mobil** Typ Kymco Super, ca. 4 Jahre alt, neue Batterien, NP ca. 2500 € für 1050 € zu verk. ☎ 0162/7862545

**MARDER-Holzkastenfalle**, Lebendfalle auch f. Waschbär zuverk. ☎ 01 73/952 81 74

TICKETS / VERANSTALTUNGEN

**Großer privater Hofflohmarkt**  
am 15.10.23 von 10-16 Uhr, Hauptstraße 44-44d, in Bad Schwartau. Findet nur bei trockenem Wetter statt. ☎ 0173/4753397

DIENSTLEISTUNGEN

Garten,Pflaster,Alltagshilfen. 04514005385

VERMÄCHTNIS MIT HERZ

Bewirken Sie Gutes über das Leben hinaus. Mit einem Testament zugunsten der SOS-Kinderdörfer geben Sie notleidenden Kindern Familie und Zukunft.

**Wir informieren Sie gerne:**  
Telefon 0800 3060-500

[sos-kinderdoerfer.de](http://sos-kinderdoerfer.de)



# Holtex

Mode von Kopf bis Fuß

IMMER 20-30% GÜNSTIGER ALS UVP!

**JENSEN**  
Steppjacke  
Gr. 38-48  
**79.95**

**BLUE SEVEN**  
Rolli  
Gr. 36-44  
statt 59,95 €  
**39.95**

**B. COASTLINE**  
Steppjacke  
Gr. 38-48  
**99.95**

**BLUE SEVEN**  
Pullis  
statt 59,95 €  
**39.95**

**JENSEN**  
Grobstrick-Pullover  
Gr. S-XXL  
**39.95**

**ZERRES**  
Hosen  
verschiedene Modelle + Farben  
Gr. 34-46  
statt 79,95 €  
**49.95**

**AGA**  
Shirt mit Krempelarm  
Gr. 38-52  
**49.95**

**Long-Pulli**  
Gr. 38-52  
**49.95**

**farbenfrohe Herbst-Shirts**

**kleine Umhängetasche**  
statt 19,95 €  
**12.95**

**Immer die passende Tasche ...**

**Bodybag oder große Umhängetasche**  
statt 29,95 €  
**19.95**

**NINA VON C.**  
Taillenslip **2er Pack**  
100% Baumwolle, weiß, Gr. 38-50  
statt 13,95 € **jetzt nur 9,95**

**Achselhemd 2er Pack**  
100% Baumwolle, weiß, Gr. 38-50  
statt 16,95 € **jetzt nur 12,95**

**Trägerhemd 2er Pack**  
100% Baumwolle, weiß, Gr. 38-46  
statt 16,95 € **jetzt nur 12,95**

**Sweatshirt**  
mit Kapuze  
Gr. S-3XL  
**22,95**

**Sweatshirt-jacke**  
mit Kapuze  
Gr. S-3XL  
**24,95**

**Sweathose**  
Gr. 38-48  
**19.95**

**Nachthemd**  
Jersey  
100% Baumwolle auch in blau  
Gr. 38-52  
**17.95**

**alle Sweat-Artikel auch in natur!**

**M.X.O.**

**Comtessa**  
night + day

**Lübeck** Posener Str. 5 ☎ 0451 / 40 00 60  
Mo. bis Fr.: 9.30–18.00 Uhr · Sa: 9.30–16.00 Uhr

**Lübeck-Moisling** August-Bebel-Str. 25–29 ☎ 04 51 / 2929 90  
Mo. bis Fr.: 9.30–18.00 Uhr · Sa: 9.30–14.00 Uhr

**Eutin** Albert-Mahlstedt-Str. 5 ☎ 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!

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

# Restaurieren: Wie macht man das eigentlich?

Europäischer Tag der Restaurierung: Lübeck macht mit – Programm am 15. Oktober.

**LÜBECK.** Einmal typische Atelierluft schnuppern und das Privileg genießen, Kunst von ganz nah durch die Augen von Restauratorinnen und Restauratoren zu betrachten – diese seltene Gelegenheit bietet sich interessierten Besucherinnen und Besuchern jährlich am Europäischen Tag der Restaurierung. Fachleute geben dann deutschland- und europaweit Einblicke in ihre Arbeitswelt, die sonst überwiegend im Verborgenen stattfindet.

Am Sonntag, 15. Oktober, veranstaltet der Verband der Restauratoren den Aktionstag bereits zum sechsten Mal in Deutschland. „In guten Händen“ lautet das diesjährige Motto, unter dem Interessierte eingeladen sind, Fallbeispiele aktueller Konservierungs- und Restaurierungsprojekte kennenzulernen. Sie erfahren mehr darüber, mit welchem Hintergrundwissen Restauratorinnen und Restauratoren Hand an Altes und Wertvolles legen, was eine gute Restaurierung ist und wie man Restauratorin oder Restaurator wird.

Auch die Lübecker Restauratorinnen Maire Müller-Andrae (Gemälde und Skulptur/ Atelierbuttreparaturen), Stephanie Schipper (Möbel und Holzobjekte) und Marie Menesi (Gemälde/ Kunstgebiet – Atelier für Restaurierung) laden dazu ein, sich über



Die Lübecker Restauratorinnen Marie Menesi (v.l.), Maire Müller-Andrae und Stephanie Schipper laden dazu ein, sich über die Schulter schauen zu lassen. Foto: privat

die Schulter schauen zu lassen. Und das ist das Programm:

**11 bis 12 Uhr:** Restauratorin Stephanie Schipper führt durch das Gothmunder Kastengestühl und öffnet die Schranktüren zu den wiederentdeckten barocken Schrankpapieren, Jakobi-Kirche, Jakobikirchhof.

**13 bis 16 Uhr:** Bringen Sie Ihr Gemälde mit! Restauratorin Marie Menesi bietet eine offene Sprechstunde zum Thema Maltechnik und den Möglichkeiten einer Restaurierung Ihrer Kunstwerke. Restauratorin Stephanie Schipper führt durch die Werk-

statt und bietet Einblicke in ihre Arbeit. Um Anmeldung wird gebeten unter: [mail@kunstgebiet-restaurierung.de](mailto:mail@kunstgebiet-restaurierung.de) oder 0151/70 19 21 11, 2 in 1 - Die Ateliergemeinschaft, Große Altefähr 35-37.

**14 bis 17 Uhr:** Fotoausstellung mit Kaffee, Kuchen und Restauratorin. Die stark vergrößerten Detailaufnahmen sind vor, während oder nach der Restaurierung mittelalterlicher Kunst aus Lübeck entstanden und erzählen vom handwerklichen und künstlerischen Geschick des Künstlers und dem 500 Jahre

währenden Altern. Die Restauratorin und Fotografin Maire Müller-Andrae beantwortet gern alle Fragen zu den Bildern und zur Restaurierung. Dazu bietet der „Tonfink“ köstlichen Kaffee und Kuchen an, Kulturcafé „Tonfink“, Große Burgstraße 46.

Der Tag wird Gelegenheit geben, mit den Expertinnen persönlich ins Gespräch zu kommen und mehr zu erfahren über ihren Beruf, der sonst meist hinter den Kulissen ausgeübt wird.

➔ Mehr Details unter [www.tag-der-restaurierung.de](http://www.tag-der-restaurierung.de).

## Mit den Glücksfischern gratis ins Ozeaneum

**LÜBECK/ STRALSUND.** Der gemeinnützige Lübecker Verein Die Glücksfischer lädt am Sonntag, 22. Oktober, ins Ozeaneum nach Stralsund ein. Mit einem modernen Dahmetal-Reisebus geht es um 8 Uhr von einem zentralen Treffpunkt in der Lübecker City los nach Stralsund. Dort wird mehrere Stunden das Ozeaneum besucht. Anschließend geht es zurück, Rückkehr etwa um 19 Uhr.

Die Kosten für den Bus und den Eintritt ins Ozeaneum übernehmen die Glücksfischer. Das gilt nicht für die Verpflegung, die hat jeder Teilnehmer selbst zu organisieren. Die Mitfahrer sollten zwischen zehn und 17 Jahre alt sein und in Begleitung eines Erwachsenen (Eltern, Verwandte, andere) erscheinen. Der mitfahrende Erwachsene zahlt ebenfalls keinen Eintritt und keine Buskosten.

Das Ozeaneum in Stralsund ist ein zur Stiftung Deutsches Meeresmuseum gehörendes Natur-

kundemuseum mit dem Schwerpunkt Meer. Im Ozeaneum auf der Hafeninsel werden auf 8700 Quadratmetern Ausstellungsfläche fünf Dauerausstellungen gezeigt und in den Aquarien verschiedene Wasser- und Lebenswelten aus Ostsee, Nordsee und Nordatlantik präsentiert. Das größte Aquarium fasst 2,6 Millionen Liter Wasser.

Bewerbungen bitte per E-Mail an [info@die-gluecksfischer.de](mailto:info@die-gluecksfischer.de) mit Angabe des Namens, Alters und gerne einem wichtigen Grund, warum die Mitfahrt auf der Tour gewünscht wird wie keine Urlaubsfahrt in den Herbstferien, besonderes Interesse am Ozeaneum usw.

Die Mitfahrenden werden vom Verein durch E-Mail benachrichtigt. Eine Mitfahrt ohne Anmeldung und Bestätigung ist nicht möglich. Aktuell sind noch etwa 20 Plätze für jugendliche Teilnehmer und 20 Plätze für erwachsene Begleiter frei.

## MHL stellt neues Konzertformat vor

**LÜBECK/ WISMAR.** Die Musikhochschule Lübeck (MHL) präsentiert zu Beginn des Wintersemesters ein neues Education-Projekt unter dem Motto „American Symphony“, das Studierend im Rahmen ihres Studiums selbst entwickelt haben. Zwei Konzerte, am 14. Oktober in Lübeck und am 15. Oktober in Wismar, laden dazu ein, durch die Musikgeschichte zu reisen und die Wirkmacht der Musik für sich

zu entdecken. Das MHL-Sinfonieorchester präsentiert unter dem Motto „American Symphony: Was kann Musik – Gestern, Heute, Morgen“ in Lübeck und Wismar herausragende Werke amerikanischer Komponisten.

Die Konzerte finden am Sonnabend um 19.30 Uhr im Großen Saal der MHL und am Sonntag um 18 Uhr im Theater Wismar statt. Karten über [www.mh-luebeck.de](http://www.mh-luebeck.de) oder an der Abendkasse.

# KNUTZEN HOME

**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

**Beratungs- & Aufmaßtermin vereinbaren!**

**04321-2517160**

oder

**0151-61728795**

per mail:

[Treppen@knutzen-home.de](mailto:Treppen@knutzen-home.de)

**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)

GESUNDHEITS-TIPP

Das Immunsystem für die Erkältungszeit stärken

Mit dem Beginn des Herbstes stehen auch die Erkältungssaison und schließlich die jährliche Grippewelle vor der Tür, die ihren Höhepunkt meistens im Februar erreicht. Erkältungssymptome und ausgewachsene grippale Infekte gehören zu den Dingen, auf die man lieber verzichtet. Um die lästigen Begleiterscheinungen von Herbst und Winter auszubremsen, kann man im Wesentlichen zwei Dinge tun: Vor der echten Grippe schützt eine frühzeitige Impfung, idealerweise im September. Diese Impfung hilft jedoch nicht gegen normale Erkältungen, deswegen kommt es hier darauf an, die körpereigene Abwehr zu stärken. Auch damit beginnt man am besten früh genug.

DAS IMMUNSYSTEM RICHTIG VERSORGEN

Um dem Immunsystem zu helfen, legt man den Grundstein am besten in der Ernährung. Viele Vitamine sind eine gute Grundlage, die Abwehrkräfte benötigen vor allem Vitamin C. Dieses kann der Körper jedoch nicht lange speichern, deswegen ist die tägliche Zufuhr umso wichtiger. Möglichst viel frisches Obst und Gemüse sind deswegen ideal für die Gesundheit. Besonders viel Vitamin C befindet sich zum Beispiel in:

- Hagebutten
- Kiwis
- Mandarinen
- Brokkoli
- Kohlsorten

Karotten liefern dagegen ein anderes Vitamin, das vom Immunsystem ebenfalls benötigt wird, nämlich Vitamin A.

Einen wesentlichen Anteil an der Funktion unserer Abwehrkräfte hat außerdem der Darm. Diesen gesund zu halten, hilft also dem gesamten Körper. Dafür sollten Vollkornprodukte auf dem Speiseplan stehen, denn diese sind reich an wichtigen Ballaststoffen. Zur ausgewogenen Ernährung zählt auch ein gewisses Maß an Milchprodukten. Bei Fleisch reicht es aus, wenn es ein- bis zweimal die Woche auf den Tisch kommt. Fisch ist an einem oder zwei Tagen pro Woche eine sinnvolle Ergänzung. Auch scharfe Gewürze wie Chili und Knoblauch helfen dem Immunsystem, wer diese mag, kann sie also gerne beim Kochen verwenden, bestenfalls frisch.

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist genauso wichtig. Trockene Heizungsluft strapaziert die Schleimhäute, vor allem in der Nase, und trocknet sie aus. Trockene Schleimhäute machen es wiederum Erregern leichter. Die besten und gesündesten Durstlöscher sind Wasser oder ungesüßte Tees. Hier wirken sich einige Sorten besonders po



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

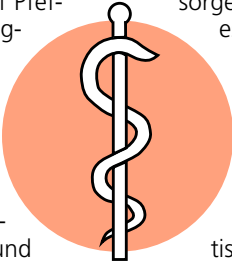
sitiv aus, zum Beispiel Pfefferminztee, Salbei, Ingwer oder Melisse.

VITAMINE SIND NICHT ALLES

Eine gesunde Ernährung ist die richtige Basis, um möglichst gesund durch die Erkältungszeit zu kommen. Die Abwehrkräfte werden jedoch auch auf andere Arten wirkungsvoll unterstützt. Einer der wichtigsten Faktoren ist Bewegung an der frischen Luft. Bereits eine halbe bis dreiviertel Stunde täglich bewirkt viel. Die regelmäßige Bewegung baut außerdem Stress ab und trainiert auch das Herz-Kreislauf-System. Zunächst einmal ist die Art der Bewegung nicht entscheidend. Um die positiven Auswirkungen auf Gesundheit und Fitness zu erhöhen, sind jedoch Ausdauersportarten, die draußen ausgeübt werden, besonders empfehlenswert, zum Beispiel Joggen oder Radfahren.

Im Freien kann man gleichzeitig frische Luft und Sonne tanken. Auch das ist gerade in der dunklen Jahreszeit wichtig, denn so kann man dazu beitragen, die Versorgung mit Vitamin D zu verbessern.

Darüber hinaus funktioniert das Immunsystem gut erholt am besten. Deswegen ist es wichtig, für ausreichend erholsamen Schlaf zu



sorgen. Umgekehrt kommt es bei Schlafmangel und auch durch Dauerstress leichter zu Infektionen. In stressigen Zeiten schüttet der Körper nämlich unter anderem das „Stresshormon“ Cortisol aus, das auch anfälliger für Infektionen macht. Stress abzubauen und dem Körper genug Erholung zu gönnen, schützt also zu einem gewissen Anteil vor Erkältungen.

STRESS VERMEIDEN

Neben Stress gibt es noch weitere Faktoren, die die Abwehrkräfte schwächen. Zwei davon sind Alkohol und Nikotin. Den Konsum von beidem auf ein Minimum zu reduzieren oder am besten ganz darauf zu verzichten, ist also ebenfalls gut für das Immunsystem.

Die größeren Probleme macht dabei jedoch das Nikotin. Einerseits sind Menschen, die rauchen, anfälliger für Infektionen, besonders Infektionen der Atemwege. Darüber hinaus ist Rauchen aber auch eine Gewohnheit, die oft ernst zu nehmende Erkrankungen nach sich zieht. Mit dem Rauchen aufzuhören, hilft also nicht nur ganz direkt der Immunabwehr, sondern kann das Leben verlängern.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken



Ein intaktes Herz-Kreislauf-System ist für jeden wichtig. Bis zur Menopause sind Frauen hier im Vorteil, danach gleichen sich die Risiken an. Foto: ddjd/Telcor Forschung/fizkes - stock.adobe.com

Herzerkrankung: Frauen ticken anders

Der kleine Unterschied zwischen den Geschlechtern spielt zwar in vielen Bereichen eine immer geringere Rolle, in der Medizin zeigt er sich aber oft deutlich: So treten etwa eine koronare Herzkrankheit oder ein Infarkt bei Männern im Schnitt häufiger und früher auf. Das liegt vor allem daran, dass die weiblichen Geschlechtshormone einen schützenden Effekt haben. Nach der Menopause geht dieser Schutz jedoch verloren. Dann sind sie häufig sogar im Nachteil, da sie etwa an einem akuten Herzinfarkt häufiger sterben als Männer.

Ein Grund dafür ist, dass sich die Symptome bei den Geschlechtern unterscheiden: Der „typische“ Herzinfarkt mit in den Arm ausstrahlenden Brustschmerzen ist eher männlich. Bei Frauen zeigt sich das Ereignis eher durch unspezifische Symptome wie Rücken-, Schulter-, Kiefer- oder Oberbauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen und Atem-

not. Es ist deshalb wichtig, mögliche Anzeichen zu kennen und diese ab den Wechseljahren noch stärker zu beachten. Am besten ist es aber, von vornherein vorzubeugen und Herzrisiken wie Bluthochdruck und Arteriosklerose zu minimieren.

„Schutz vor Arteriosklerose bietet eine gesunde Ernährung, die vor allem viel Obst und Gemüse sowie Nüsse, Fisch und pflanzliche Öle enthält“, rät Apothekerin und Ernährungsberaterin Dr. Jutta Doebel. „Grundsätzlich empfehle ich Frauen in den Wechseljahren eine zusätzliche Einnahme von Arginin – idealerweise in Kombination mit B-Vitaminen.“ Arginin ist eine natürliche, körpereigene Aminosäure. Aus ihr wird der wichtige Botenstoff Stickstoffmonoxid (NO) gebildet, der die Blutgefäße elastisch hält und den Blutdruck senkt. Das kommt natürlich auch Männern mit erhöhtem Herz-Kreislauf-Risiko zugute.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Gute Nacht Deutschland! So finden Sie zurück in den Schlaf

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

Der Kampf gegen die Schlaflosigkeit: Mehr als 50 Prozent schlafen hierzulande schlecht ein, fast 70 Prozent leiden an Durchschlafproblemen – Schlafstörungen sind zur wahren Volkskrankheit geworden.

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

Wiederkehrende Schlafstörungen belasten Millionen Deutsche

Sich stundenlang im Bett hin- und herwälzen und einfach nicht zur Ruhe kommen – jeder zweite Deutsche kennt diese Probleme beim Einschlafen. Doch ein noch größeres Problem ist das Durchschlafen: Fast 70 Prozent leiden unter Durchschlafstörungen. Die Auslöser von Schlafstörungen, die Millionen Deutsche jede



Nacht quälen, sind vielfältig, allen voran Stress und seelische Belastungen. Andauern der Schlafmangel kann auch langfristige negative Folgen nach sich ziehen. So verdichten sich die Hinweise zunehmend, dass chronische Schlafstörungen u. a. zu Erkrankungen wie Diabetes mellitus, einem geschwächten Immunsystem oder psychischen Erkrankungen wie Depressionen führen können.

Die erste klassische Hilfe, die Betroffene oft wählen, sind

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

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

Das deutsche Forscherteam der traditionsreichen Apothekenmarke Baldriparan hatte sich daher umfassend mit der historisch bemerkenswerten Arzneipflanze Baldrian und vor allem deren Dosierung beschäftigt: Sie extrahierten einen hoch dosierten Trockenextrakt aus der Baldrianwurzel und bereiteten ihn in spezieller hoher Dosierung im Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke) auf. So entstand ein gut verträgliches, pflanzliches Arzneimittel, welches bei nervös bedingten Schlafstörungen helfen kann. Dabei beschleunigt Baldriparan nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen – und das ohne Gewöhnungseffekt. Das Präparat wirkt rein pflanzlich, verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.<sup>1</sup>



Schmerzen?

Schmerzen entstehen dort, wo es uns weh tut. Allerdings sorgt erst unser Gehirn dafür, dass wir den Schmerz auch wahrnehmen. Zur schnellen Schmerzbekämpfung sollte man daher lokal und zentral ansetzen. Genau deshalb haben Wissenschaftler der Marke Spalt vor vielen Jahren die Spalt Schmerztabletten entwickelt: eine einzigartige Kombination aus 300 mg ASS und 300 mg Paracetamol. Der bewährte Wirkstoff ASS (Acetylsalicylsäure) setzt lokal am Ort des Schmerzgeschehens an, während Paracetamol dem Schmerz zentral im Gehirn entgegenwirkt. Die schmerzstillende Wirkung ist stärker als nach Einnahme der Einzelsubstanzen und die Nebenwirkungen sind geringer als bei vergleichbar dosierten Monopräparaten mit ASS.

Nicht umsonst vertrauen Schmerzgeplagte seit über 88 Jahren auf Spalt: **Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!**

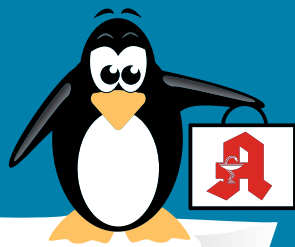


<sup>1</sup>bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • \*OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2023 • Abbildung Betroffenen nachempfunden  
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Qualität  
zertifiziert gemäß  
DIN EN ISO 9001:2015

# PINGUIN APOTHEKEN

EISKALT  
REDUZIERT\*



## DIE GRÖSSTE AUSWAHL IN LÜBECK\*

**Goldline All in One**  
„Die Rundum-Versorgung“  
30 Kps



NUR **13.60** €

**Aspirin complex**  
20 Beutel



22 %  
gespart

statt 17,98 € **13.98** \*

**neo-angin**  
24 Halstabletten  
zuckerfrei



34 %  
gespart

statt 10,50 €

**6.95** \*

**Hyaluron Ratiopharm**  
Augentropfen  
10 ml



31 %  
gespart

statt 13,49 €

**9.25** \*

I = 925 €

**Bepanthen**  
Wund-und Heilsalbe  
100 g



26 %  
gespart

statt 18,98 €

**13.98** \*

**Ginkobil Ratiopharm**  
120 mg  
120 Stck.



39 %  
gespart

statt 90,98 €

**54.95** \*

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



PINGUIN  
APOTHEKEN

Inhaber Jörg Ortmann e. K.

**Vigantol 1000IE**  
Vitamin D3  
100 Tabl.



22 %  
gespart

statt 8,98 €

**6.95** \*

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 14.10.2023 - 21.10.2023

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



## Start in den Job? Arbeitsagentur informieren

Groß ist die Freude über den neuen Arbeitsplatz. Aber weiß auch die Agentur für Arbeit Bescheid? Viele Arbeitslose vergessen, die Arbeitsagentur umgehend zu benachrichtigen. Dann beginnt vermeidbarer Ärger: Das zu viel gezahlte Arbeitslosengeld muss erstattet werden. Außerdem – und dazu ist die Agentur für Arbeit verpflichtet – wird geprüft, ob eine Ordnungswidrigkeit wegen „Verletzung der Anzeigepflicht“ vorliegt und möglicherweise ein Bußgeld gezahlt werden muss. Ein aufwendiger Papierkrieg, zum Leidwesen der Betroffenen und der Agentur für Arbeit.

Die Agentur für Arbeit Lübeck rät Arbeitslosen daher, eine Arbeitsaufnahme so schnell wie möglich mitzuteilen, damit die Freude über den neuen Arbeitsplatz ungetrübt bleibt.

Das kann ganz unkompliziert über die BA-mobil-App, online unter [www.arbeitsagentur.de/eservices](http://www.arbeitsagentur.de/eservices) oder telefonisch unter der gebührenfreien Hotline 0800 4 5555 00 erfolgen. Bezieher von Bürgergeld melden die Arbeitsaufnahme ihrem zuständigen Jobcenter. Bei allen Fragen rund um die Arbeitsaufnahme kann man sich an die Berater wenden.



Eine Ausbildung bei der Stadtentwässerung Eutin ist ein solides Fundament für die Zukunft. Foto: hfr

# Steuern, regeln, überwachen

## Abwechslungsreiche Ausbildung bei der Stadtentwässerung Eutin

Hast du einen guten Mittleren Abschluss und interessierst dich für technische, biologische und chemische Zusammenhänge? Möchtest du aktiv für den Umweltschutz eintreten? Bist du teamfähig, engagiert, verantwortungsbewusst und körperlich belastbar? Macht dir der Umgang mit technischen Geräten

und das Arbeiten am PC Freude? Dann bewirb dich bei der Stadtentwässerung Eutin als Fachkraft für Abwassertechnik.

Als Fachkraft für Abwassertechnik steuerst, regelst und überwachst du die Abläufe in der Abwasser- und Klärschlammbehandlung. Zudem analysierst du die Abwasser- und Klärschlamm-

proben, dokumentierst die Ergebnisse, wertest sie aus und nutzt die Erkenntnisse zur Prozessoptimierung und nimmst somit aktiv am Umweltschutz teil.

**Städtische Betriebe Eutin**  
**Stadtentwässerung, Holstenstr. 6,**  
**23701 Eutin, Tel: 04521 / 705 – 545**  
**[www.staedtische-betriebe-eutin.de](http://www.staedtische-betriebe-eutin.de)**

# Qualität und Vielfalt

## Ausbildung mit Energie – Stadtwerke Eutin suchen beruflichen Nachwuchs

Unter besten Voraussetzungen ins Berufsleben starten – wer möchte das nicht? Optimale Möglichkeiten hierzu bietet die Stadtwerke Eutin GmbH (SWE), weit über Ostholstein hinaus bekannt als qualifizierte Ausbildungsstätte für verschiedene, zukunftssichere Tätigkeitsfelder.

Wie in all den Jahren zuvor sucht das zukunftsorientierte Versorgungsunternehmen auch zum 1. August 2024 wieder Auszubildende, die bei der Wahl ihres Berufes auf Qualität und Vielfalt Wert legen. Noch bis zum 31. Oktober dieses Jahres können sie sich bei den Stadtwerken Eutin bewerben: Die Auswahl ist groß, sogar hochmoderne duale Studiengänge sind möglich.

Angeboten werden Ausbildungsplätze für Industriekaufleute (m/w/d), Anlagenmechaniker (m/w/d), Elektroniker für Betriebstechnik (m/w/d) und Fachangestellte für Bäderbetriebe (m/w/d). Wer lieber studieren möch-

te: In Kooperation mit der Fachhochschule Westküste in Heide gibt es die dualen Studiengänge Management und Technik (B.Sc.) und Green Building Systems (B.Eng.).

Am Hintergrund für dies breite Angebot hat sich nichts geändert. SWE-Geschäftsführer Marc Mißling erklärt, warum: „Wir sind seit jeher bestrebt, jungen Menschen eine qualitativ hochwertige Ausbildung und somit eine solide Grundlage für ihre berufliche Zukunft zu bieten. Mit modernen Ausbildungsmethoden, erfahrenen Ausbildern und einer breiten Palette von Ausbildungsberufen setzen die Stadtwerke Eutin auf Qualität und Vielfalt. Mit Blick auf den Fachkräftemangel wird es für Betriebe hier in der Region immer wichtiger, motivierte Nachwuchskräfte für eine Ausbildung zu begeistern und für ihre Unternehmen langfristig zu gewinnen. Wer seinen beruflichen Nachwuchs im

eigenen Haus ausbildet, weiß ganz genau, was er davon hat. Und unsere Mitarbeiter fühlen sich hier sehr wohl, weil nach allen bisherigen Erkenntnissen bei den Stadtwerken ein tolles Betriebsklima herrscht und wir beste Bedingungen bieten, wenn es um Verdienstmöglichkeiten oder Arbeitszeit- und Urlaubsregelungen geht. Als Beispiele seien darüber hinaus nur Gleitzeit, jährlicher Lehramtszuschuss, 30 Tage Urlaub und betriebliches Gesundheitsmanagement genannt.“

In den vergangenen Jahren sind die Stadtwerke Eutin stetig gewachsen und orientieren sich gezielt an den Anforderungen, die die immer stärker an Bedeutung gewinnende Energiebranche mit sich führt. Eine gute Ausbildung ist von hoher Bedeutung, denn es werden überall Fachkräfte für die Zukunft gesucht. Dazu erläutert Theres Hilpert, Referentin für Personalma-

nagement, Personalentwicklung und Personalmarketing bei den Stadtwerken Eutin: „Unsere Ausbildungsprogramme sind darauf ausgelegt, nicht nur Wissen zu vermitteln, sondern auch praktische Fähigkeiten zu entwickeln, die unseren Auszubildenden eine hervorragende theoretische und praktische Basis für ihre berufliche Zukunft bieten. Bei den Stadtwerken Eutin verstehen wir, dass Bildung der Schlüssel zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung ist. Daher legen wir großen Wert darauf, unseren Auszubildenden ein umfassendes und vielseitiges Lernumfeld zu bieten.“

**Stadtwerke Eutin GmbH**  
**Theres Hilpert, Referentin für Personalmanagement**  
**Holstenstraße 6**  
**23701 Eutin**  
**Tel. 04521/ 705 379**  
**[personalmanagement@stadtwerke-eutin.de](mailto:personalmanagement@stadtwerke-eutin.de)**

## Viele Stellen sind noch unbesetzt

Im Bezirk der Arbeitsagentur Lübeck, der die Hansestadt Lübeck und den Kreis Ostholstein umfasst, ist die Arbeitslosigkeit im September 2023 im Vergleich zum Vormonat zurückgegangen und zum Vorjahr angestiegen.

Insgesamt waren in Lübeck und Ostholstein 13 910 Frauen und Männer arbeitslos gemeldet, 518 Personen (3,6 Prozent) weniger als im Vormonat und 507 (3,8 Prozent) mehr als im Vorjahr. Die Arbeitslosenquote liegt bei 6,2 Prozent. Im September 2023 wurden 642 Stellen neu zur Besetzung angeboten. Der Bestand bleibt auf einem hohen Niveau und bei 4624 Stellen werden noch Mitarbeitende gesucht.

Im Kreis Ostholstein waren im September 4712 Arbeitslose gemeldet. Die Arbeitslosigkeit sank um 268 (5,4 Prozent) zum Vormonat und stieg um 137 (3,0 Prozent) zum Vorjahr an.

### Du hast Lust auf eine abwechslungsreiche und spannende Ausbildung?

Bei den Städtischen Betrieben Eutin, Stadtentwässerung, erwarten Dich vielseitige und interessante Aufgaben in einem Beruf mit Zukunft.

Ausbildung zur  
**FACHKRAFT FÜR ABWASSERTECHNIK**  
(w/d/m) bei der Stadtentwässerung Eutin

Ausbildungsbeginn: 01.08.2024  
Ausbildungszeit: 3 Jahre  
Voraussetzung: guter Mittlerer Schulabschluss

Weitere Informationen findest Du auf unserer Homepage **[www.staedtische-betriebe-eutin.de](http://www.staedtische-betriebe-eutin.de)** unter Stellenangebote/Ausbildung.

Für Fragen rund um die Ausbildung steht Dir gerne Herr Sobotta unter der Rufnummer 04521/705-545 zur Verfügung.

**Städtische Betriebe Eutin**  
**Stadtentwässerung**  
**Holstenstraße 6 in 23701 Eutin**

FEINE FLEISCH- UND WURSTWAREN

## Wilhelm Brandenburg

Seit 1885

Als Produktionsbetrieb Wilhelm Brandenburg sind wir ein Tochterunternehmen der REWE Group. Mit unserer Arbeit sorgen wir dafür, dass viele Haushalte täglich mit frischem Fleisch-, Wurst- und Schinkenspezialitäten versorgt werden. Was 1885 als traditionelle Metzgerei begonnen hat, ist heute ein großes und modernes Unternehmen mit 6 Standorten und über 3.300 Mitarbeitern.

**Wir suchen für unseren Standort in Timmendorfer Strand:**

- Produktionshelfer (m/w/d)
- Verpackungshelfer (m/w/d)
- Kantinenhilfe (m/w/d)
- Versandhelfer (m/w/d)
- Fleischer (m/w/d)
- Fachkraft für Lebensmitteltechnik (m/w/d)
- Maschinen- und Anlagenführer (m/w/d)

**Was wir Ihnen bieten:**

- eine Organisation, in der Sie wachsen und sich wohlfühlen können
- einen krisenfesten Arbeitsplatz sowie abwechslungsreiche Aufgabenstellungen in einem dynamischen Team kombiniert mit guter Work-Life-Balance
- vielseitige Trainings- und Weiterbildungsangebote zur Förderung der individuellen Stärken
- Zugang zu Corporate Benefits und vergünstigten Angeboten (u.a. Reisen, Events und Shopping)
- Urlaubs- und Weihnachtsgeld
- umfangreiches Angebot an Sozialleistungen, z.B. einer freiwilligen betrieblichen Altersvorsorge der REWE Group

**Ansprechpartnerin:** Frau Bianka Hesse  
[bianka.hesse@rewe-group.com](mailto:bianka.hesse@rewe-group.com)  
+49 4503 3513-117  
[www.wilhelmbrandenburg.de](http://www.wilhelmbrandenburg.de)

**ZFA (m/w/d)**

in Vollzeit/Teilzeit zum nächstmöglichen Zeitpunkt für die **Behandlungsassistentz** (gerne auch Wiedereinsteiger) gesucht.

Bewerbung an  
**Zahnärzte Ratekau, Dr. Ricarda Baucks,**  
Rosenstraße 2, 23626 Ratekau,  
Tel. 04504-4040, E-Mail: [info@zahnarztteratekau.de](mailto:info@zahnarztteratekau.de)

## Starte dein Berufsleben bei den Stadtwerken Eutin

Die Stadtwerke Eutin GmbH ist ein regionales sowie zukunftsorientiertes Energie- und Telekommunikationsunternehmen. Mit über 100 Mitarbeiter\*innen versorgen wir die Bürgerinnen und Bürger Eutins und die der Holsteinischen Schweiz mit Strom, Gas, Wasser, Wärme, Glasfaser, Straßenbeleuchtung und Mobilität. Dabei übernehmen wir die Betriebsführung für die Städtischen Betriebe Eutin sowie für weitere Beteiligungen an Unternehmen in der Region Ostholstein.

Ein Teil des Stadtwerke-Teams zu sein bedeutet, mit uns die Zukunft zu gestalten und mit Leidenschaft an den gemeinsamen Zielen von morgen für eine nachhaltige, umweltverträgliche und sichere Energieversorgung zu arbeiten.

Wir suchen zum **01.08.2024** folgende Auszubildende:

**Industriekaufleute (m/w/d)**

**Elektroniker für Betriebstechnik (m/w/d)**

...du willst studieren?  
Dann haben wir das energiegeladene Studium zum **01.08.2024** in Kooperation mit der Fachhochschule Westküste für dich!

**Duales Studium Management und Technik (B. Sc.)**

**Anlagenmechaniker (m/w/d)**

**Fachangestellte für Bäderbetriebe (m/w/d)**

**Duales Studium Green Building Systems (B. Eng.)**

Weitere Informationen findest du auf [www.stadtwerke-eutin.de](http://www.stadtwerke-eutin.de).

**Deine Vorteile:**

Berufe mit hoher Zukunftsperspektive, attraktive Ausbildungsvergütung, Betriebliches Gesundheitsmanagement, flexible Arbeitszeiten/Gleitzeit, jährlichen Lehramtszuschuss, moderne Büroausstattung, super Teamgeist, 30 Tage Urlaub... und vieles mehr!

Sende uns deine Bewerbung bis zum **31.10.2023** mit tabellarischem Lebenslauf, Zeugnissen und gerne mit Foto per E-Mail oder Post an:

**Stadtwerke Eutin GmbH | Personalabteilung**  
**Holstenstraße 6 | 23701 Eutin | [personalmanagement@stadtwerke-eutin.de](mailto:personalmanagement@stadtwerke-eutin.de)**  
Bei Fragen steht dir Theres Hilpert (04521/705-379) gerne zur Verfügung.  
**Wir freuen uns auf dich!**

## IMMOBILIENVERKAUF

## HÄUSER

**WIR BAUEN IHR TRAUMHAUS UND SIND DIE PARTNER FÜR PHOTOVOLTAIK-LÖSUNGEN!**

*Bock auf Strom? Mach ihn selbst!*

**CONTRACT Vario**  
Endlich zuhause!  
TRAUMHÄUSER SEIT 1996

Contract-Vario GmbH  
Zu den Gränden 14  
23623 Ahrensböck-Dakendorf  
Telefon: 04505 5805-0

## Lübeck - Kronsforde

Einfamilienhaus in Feldrandlage, ca. 140 m² Wfl., ca. 100 m² Nutzfl., ca. 750 m² Grdst., ger. Wohn-/Esszimmer mit Kamin, Schlaf-/Arbeitszimmer mit Gartenblick, mod. Duschbad mit Fußboden-Hz., gr. Terrasse mit Außenkamin und Markise, Feldrandlage mit freiem Blick, 2 Einzelgaragen und 2 Stellplätze, gr. Werkstattraum, Kunststofffenster 2022 erneuert., Bj. 1972, Erbpacht 2.175,66 Euro p. a., Restlaufzeit bis 31.12.2069, B: 91,0 kWh/(m²a), Kl: C, Öl-ZH, KP: 280.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Lübeck

Attraktives Reihennittelhaus in begehrter Wohnlage von St. Gertrud, ca. 100 m² Wohnfl., zzgl. ca. 30 m² ausgebaut. Dachgeschoss, ca. 165 m² Grdst., 5 Zi., Wohn-/Essbereich mit Kamin, offene Küche, modernes Duschbad & Gäste-WC, Sonnenterrasse und Loggia, Bj. 1979, V: 52,8 kWh/(m²a), Kl: B, Viessmann Öl-Hzg 2008, KP: 380.000,- € 0451-80094110 von-wuefling-immobilien.de

## Wohntraum unter Reet!

Historisches Einfamilienhaus mit ca. 2829 m² großem, parkähnlichen Grundstück, ca. 200 m² Wohnfläche, Bj. 1939, saniert 1999, 6 Zimmer, Landhausküche, Specksteinofen, große Süd-West-Terrasse, Brunnen und Bachlauf, Gartenteich, Holzhütte, Gewächshaus, Doppelcarport, B: 121,2 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-ZH aus 2022, Kaufpreis: 845.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

**Bad Schwartau, Top Einfamilienhaus,**  
Bj. 1974, Wfl. 120 m², 5 Zim., EBK, Vollbad + Dusche, WC, Vollkeller, Terr., Loggia, EL-Grundst. 284 m², Garage, **KP € 465.000,-** Energiebedarfsausweis 180,2 kWh / F / Gas

**60 Jahre Erfahrung - Ihr Vorteil**

**Tel. 0451 - 2 77 77**  
**Nehlsen**  
www.immo-nehlsen.de

Nutzen auch Sie unsere Erfahrungen!

## Lübeck - Kücknitz

Gemütliches Reihennittelhaus, ca. 100 m² Wfl., ca. 50 m² Nutzfl., ca. 211 m² Grdst., 5 Zi., lichtdurchflutetes WZ, Parkettböden, Terrasse mit Außenkamin und Markise, Flurbereich mit Oberlicht, Vollkeller mit Sauna u. Partyraum, Bj. 1978, V: 152,4 kWh/(m²a), Kl: E, Gas-HZ aus 2021, Erbpacht 386,12 EUR p.a.; Restlaufzeit bis 2073, 289.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

**Nördlich Neustadt (12 km),** Walmdach-winkelbungalow, 139 m² Wfl., 5 Zi., neue EBK, 905 m² Grdst., sehr gepflegt, Carport, EVA 55,93 kWh/(m²a), Kl: B, Flüssig-gas, Bj. 2004, € 398.000,-  
**LBS Immobilien GmbH,** Jan-Pieter Frick, ☎ 04561-9065, www.frick-immobilien.de

**ESPLANADE IMMOBILIEN**

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

**Großzügiges Einfamilienhaus in herrlicher Lage direkt am Naturschutzgebiet und der Traveniederung**

802 m² Grundstück, ca. 306 m² Wohn- und Nutzfl., 8 Zimmer, Fußbodenheizung (EG), Kamin, 3 Bäder, Gäste-WC, Kamin, herrlicher Garten, ausgebauter Vollkeller, Carport, Sackgassenlage, Bj. ca. 1984, Gas-thermie (Bj. ca. 2006), Verbrauchsausweis, D, 102,1 kWh **KP 585.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

## Grove-Immobilien

Mit über 40 Jahren Immobilienerfahrung verkaufen, vermieten und verwalten wir kostengünstig auch Ihre Immobilie.

**GROVE** 0451-30 47 67 50  
**IMMOBILIEN** Grove-Immobilien.de

## EIGENTUMSWOHNUNGEN

## Lübeck

Schöne 3 Zimmer Wohnung in der Nähe des Stadtparks! Zentrale Lage, Stadtpark- und Wakenitznähe, 2. OG, helle Wohnung, Wannenbad, geräumige Einbauküche, großer Südwestbalkon, Kellerraum, Hinterhaus mit Blick ins Grüne, Tiefgarage, Bj. 1972, V: 121 kWh/(m²a), Kl: D, Öl-Hzg., KP: 180.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Lübeck - Altstadt

Moderne vermietete 3-Zimmer-Eigentumswohnung, zentral gelegen, ca. 86 m² Wfl., großzügiger Wohn-/Essbereich mit offener Küche, Duschbad, Eingangsbereich mit Garderobe, Gegensprechanlage, Aufzug in alle Etagen, Mieteinnahmen ca. 11.940,- € NKM p.a., Bj. 2012, V: 36,2 kWh/(m²a), Kl: A, Gas-BHKW, KP: 345.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

**ESPLANADE IMMOBILIEN**

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

**Timmendorfer Strand – Exklusives Appartement mit traumhaftem Ausblick aus der 26. Etage**

Eigentumswohnung im Plaza Premium Hotel, Wfl. ca. 36 m², 1 Zimmer, Baujahr ca. 1972, 26. Etage, Duschbad, Pantryküche, Balkon, Hausgeld 206 € p. m., Kellerabteil, verschiedene Serviceangebote des Hotels nutzbar, Bedarfsausweis, Gaszentralheizung, C, 91,4 kWh **KP 290.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

## Reinfeld

Charmantes EFH mit traumhaften ca. 945 m² Grundstück, ca. 150 m² Wfl. verteilt auf Hauptwohnbereich und Einliegerwhg., Küche mit Zugang zum Garten, WZ mit Kachelofen, Terrasse, Gartenhaus, Carport u. 2 Kfz-Stellplätze, Bj. 1955, B: 225,2 kWh/(m²a), Kl: G, Gas-ZH, KP: 360.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-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: 170.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## ANLAGEOBJEKTE

**ESPLANADE IMMOBILIEN**

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

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

Wohn-/ Geschäftshaus, 7 Einheiten, Grdst. 422,00 m², Gesamtl. ca. 710,00 m², ME IST gesamt p.a. ca. 90.854,88 €, Mietsteigerungspotenzial, Wohnteil: Bj. ca. 1850, Gasheizung, Bedarfsausweis, C, 90,9 kWh/(m²a), Nicht-Wohnteil: Bj. 1850, Gasheizung, Bedarfsausweis, Wärme 155,5 kWh/(m²a), Strom 21,4 kWh/(m²a) **KP 2.250.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

## Schönberg

Attraktive Kapitalanlage! Großes Mehrfamilienhaus mit weitläufigem Grundstück in Schönberg, ca. 793 m² vermietb. 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-wuefling-immobilien.de

## Schönberg

Saniert und Vollvermietet! MFH mit Nebengebäude im Herzen von Schönberg, ca. 557 m² vermietb. 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-wuefling-immobilien.de

## Stockelsdorf

Gemütliches EFH mit Einliegerwohnung, ca. 165 m² Wfl., ca. 112 m² Nutzfl., ca. 766 m² Grdst., 6,5 Zi., Bj. 1967, zwei Kaminöfen, Esszimmer mit Zugang zur SW-Terrasse, großer Pool, bodentiefe Fensterlelemente, variabel nutzbare Einliegerwhg. im OG, B: 185,6 kWh/(m²a), Kl: F, Gas-ZH, 495.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

**ESPLANADE IMMOBILIEN**

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

**Willkommen Zuhause – gemütliche Eigentumswohnung in Bad Schwartau**

Eigentumswohnung, Grdst. 1.116 m², Wfl. ca. 112,50 m², 3,5 Zimmer, Hausgeld 223,36 € p.m. (inkl. Instandhaltungsrücklage), nach WEG aufgeteilt, Einzelgarage, Bj. ca. 1974, Gasheizung, Verbrauchsausweis, D, 124,2 kWh/(m²a) **KP 275.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

## 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-wuefling-immobilien.de

## Scharbeutz

Zu Fuß zum Strand von Scharbeutz! ETW mit ca. 68 m² Wohnfläche, 2 Zimmer, 2 Balkone, offene Einbauküche mit Essplatz, großzügiges Wohnzimmer mit Panoramafenster, Duschbad, Bj. 1973, V: 171,9 kWh/(m²a), Kl: F, Gas-ZH, KP: 315.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

**ESPLANADE IMMOBILIEN**

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

**Historisches Geschäftshaus im Herzen der Lübecker Altstadtinsel**

ca. 500 m² Gesamtl., ca. 500 m² vermietbare Fl., 266 m² Grdst., 3 Gewerbeeinheiten, Mieteinnahmen p.a. SOLL 48.120 €, denkmalgeschützt, Gas-Zentralheizung, Energieausweis lt. Gesetz nicht erforderlich **KP 735.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

## Lübeck - St. Lorenz

Gepflegtes Mehrfamilienhaus in zentraler Lage, 4 verm. WE, ca. 188 m² vermietb. Fläche, ca. 115 m² Eigenland-Grdst., laufend instandgehalten, 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-wuefling-immobilien.de

**HANSE-UND NISTADT GREIFSWALD**

5x 12 WE + Stellpl. + Bauland  
EA: BJ1985/V/Gas/88kWh  
**Carina Neumann-Immobilien**  
Tel. 0173 6009292

**ESPLANADE IMMOBILIEN**

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

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

ca. 1.906 m² Gesamtfläche, 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 3.875.000,- €**

**Kontaktieren Sie uns gerne!**

**ESPLANADE IMMOBILIEN**

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

**Vielseitiges Wohn- und Geschäftshaus mit Garage, Parkplätzen und großem Eigenlandgrundstück in Stockelsdorf**

Wohn-/ Geschäftshaus, 6 Einheiten, Grdst. 1.1610,00 m², Gesamtl. ca. 564,00 m², ME IST gesamt p.a. ca. 43.140,00 €, Mietsteigerungspotenzial, KP/m² ca. 1.409,57 €, Faktor 18,3, Wohnteil: Bj. ca. 1965, Gasheizung, Verbrauchsausweis, F, 175,8 kWh/(m²a), Nicht-Wohnteil: Bj. 1965, Gasheizung, Verbrauchsausweis, Wärme 151,5 kWh/(m²a), Strom 18,1 kWh/(m²a) **KP 790.000,- €**

**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-wuefling-immobilien.de

## IMMOBILIENKAUFGESUCHE

## HÄUSER

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

**60 Jahre Erfahrung - Ihr Vorteil**

**Tel. 0451 - 2 77 77**  
**Nehlsen**  
www.immo-nehlsen.de

## Bis 1,5 Mio € gesucht!

Für einen Neurochirurgen suchen wir ein hochwertiges EFH mit mind. 6 Zimmern in bevorzugter Wohnlage von Lübeck. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Bis 300.000 € gesucht!

Angestellter Malermeister aus Lübeck sucht EFH zum Renovieren. Bis 300.000 €. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Bungalow gesucht!

Für ein Pensionärspaar aus Travemünde suchen wir einen gemütlichen Bungalow mit pflegeleichtem Garten in ruhiger Wohnlage. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## DHH o. RH ges.!

Buchhalterin aus Timmendorf sucht für ihre Tochter und sich eine gepflegte DHH oder ein Reihenhäus bis 350.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Energiesparhaus ges.!

Wissenschaftlicher Mitarbeiter der Universität zu Lübeck sucht für seine Frau und sich ein modernes Energiesparhaus in Uni-Nähe. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Grömitz gesucht!

Vierköpfige Familie aus Grömitz sucht ein modernes Haus in Grömitz und näherer Umgebung. Bis 750.000 Euro. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## KLEINE FAMILIE SUCHT WOHNGLÜCK:

EFH o. DHH in Trittau/Grande/Witzhave. Gerne auch Renovierungsbedürftig. KP bis € 315.000,- -- Auch Sa./So. und nach Feierabend. Tel.: 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

## KNISTERN SOLL ES: Pärchen sucht EFH o.

DHH mit Kamin und Garten in Trittau u.U. Gerne auch mit Carport. KP bis € 425.000,- -- Auch Sa./So. und nach Feierabend. ☎ 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

## Kündigung wegen Eigenbedarfs

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

## ZIMMERN SUCHT EFH MIT ANBAU-MÖGLICHKEIT:

Kleines Haus mit Erweiterungsmöglichkeit durch einen Holzrahmenbau. KP bis max. € 375.000,- -- Auch Sa./So. und nach Feierabend. ☎ 04102-8243050, www.kriechimmobilien.de

## Waldrandlage gesucht!

Für einen Forstwirt und seine Familie suchen wir ein Haus in Waldrandlage mit großem Grundstück in Ostholstein. Bis 400.000 €. 0451-8009410 von-wuefling-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**  
**Nehlsen**  
www.immo-nehlsen.de

## Lübeck - St. Gertrud

Kapitalanlage mit Potenzial! Vermietbare Fläche ca. 239 m², 257 m² Grdst., Bj. 1906, 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-wuefling-immobilien.de

## Lübeck - St. Lorenz Süd

Voll vermietetes Mehrfamilienhaus, 9 Wohneinheiten, 1 Gewerbeeinheit, gepfl. Zustand, ca. 590 m² vermietb. Fläche, derzeit Nettokaltmiete i.H.v. 47.880,- EUR p.a., Fensterlelemente, Dachrinnen und Fallrohre 2022 erneuert, zentrale Lage, wenige Gehminuten zum Hbf, ca. 408 m² Grdst., Bj. 1980, Energieausweis in Erstellung, KP: 1.100.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## 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-wuefling-immobilien.de

## GRUNDSTÜCKE

**23611 Sereetz**  
15 min zur Ostsee, attr. Baugrundstück, in ruhiger Lage mit sehr guter Infrastruktur u. Verkehrsanbindung, 1.611 m², Ideal für Neubau v. z.B. Reihenhäusern. KP 250 €/m².  
☎ 0170 - 576 77 16

**Verk. 5 ha Ackerland** in der Gemeinde Alt-Mölln. Flur 5 Flurstück 15. Gesamtmeszahl 15600, Pachtvertrag läuft noch bis 2030, Pachteinnahmen 3000 €, Preis VB 199.000 €. ☎ (0178) 9 610 249

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

**GROHMANN IMMOBILIEN**  
IMMOBILIEN SEIT 1978

## Reihenhaus gesucht!

Junge Familie aus Lübeck sucht ein gemütliches Reihenhaus bis 250.000 €. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Ruhige Lage ges.

Lagerfacharbeiter und seine dreiköpfige Familie suchen ein Reihenhaus ab 100 m² Wohnfläche in familienfreundlicher Lage. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Scharbeutz gesucht!

Dreiköpfige Familie aus Scharbeutz möchte sich vergrößern und sucht ein Einfamilienhaus ab 160 m² Wohnfläche und mit mind. 5 Zimmern u. Garage o. Carport. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

**Suchen zwischen SE - HL - Ahrensböck ein EFH / DHH mit Garten, Nebengebäude und Werkstatt für Handwerker**

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf**

**Tel. 0451 - 2 77 77**  
**Nehlsen**  
www.immo-nehlsen.de

**„OSTSEEPERLEN“**  
Bungalow, EFH, MFH u.a. für HH-Kunden gesucht.  
**Carina Neumann-Immobilien**  
Tel. 0173 6009292

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

## Priwall gesucht!

Steuerberater aus Nordwestmecklenburg sucht auf dem Priwall ein gemütliches Haus mit min. 70 m² Wohnfläche und 3 Zimmern. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Reetdachhaus ges.!

Für einen Garten- und Landschaftsarchitekten suchen wir ein charmanteres Reetdachhaus im Kreis Ostholstein. Bis 600.000 €. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## EIGENTUMSWOHNUNGEN

## 4-Zimmer-ETW ges.!

Für ein junges Polizistenpaar aus Lübeck suchen wir eine großzügig geschnittene Eigentumswohnung mit Balkon oder Terrasse und Kfz-Stellplatz. Bis 400.000 €. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

## Moderne ETW gesucht!

Pensionär aus Grömitz sucht eine moderne und hochwertig ausgestattete Eigentumswohnung ab 100 m² Wohnfläche. 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de



**Fleischerei Lohff**  
Catering - tägl. Mittagstisch  
Tel. 0 45 02 / 23 03 + 26 34  
www.Lohff.de

**Möbeltischlerei**  
**Hans Baras**  
Tel. 0 45 02 / 99 79 81  
www.baras.de

**Kuschinsky**  
**Sanitär + Heizung GmbH**  
Tel. 0 45 02 / 51 27  
www.kuschinsky-gmbh.de

**Maurermeister**  
**Frank Zingler**  
Tel. 0 45 02 / 84 48 01  
www.frankzingler.de

**Glaserei Schulze**  
**Thorsten Weigel**  
Tel. 0 45 02 / 24 74  
www.glaserei-schulze.de

**Malereibetrieb**  
**Jonas Gatzke e.K.**  
Tel.: 0 45 02 / 8 88 75 03  
www.malereibetrieb-gatzke.de

**Raumausstattung**  
**Torsten Schewe**  
Tel. 0 45 02 / 30 79 07  
www.polsterei-schewe.de

**Elektroinstallation**  
**Elektro Stasch**  
Tel. 0 45 02 / 88 0 87-0  
www.stasch-haustechnik.de

**Allianz Versicherung**  
**Travemünde**  
Tel. 0 45 02 / 31 23  
michael.schaeper@allianz.de  
michael.winkelmann@allianz.de

**Malermeister**  
**Sven Bockmeyer**  
Tel. 0 45 02 / 7 14 16

**David Gebäudedienste**  
**Travemünde**  
Tel. 01 71 / 5 17 91 15  
www.david-gebaeuedienste.de

**FB datentechnik GmbH**  
**Frank Barthel**  
Tel. 0 45 02 / 31 11  
www.fb-it.de

**Tischlerei**  
**Die Holzwürmer**  
Tel. 0 45 02/99 97 06

**Grafik Kontor Lübeck**  
**Design- und Werbeagentur**  
Tel. 0 45 02 / 88 07 13  
www.grafikkontorluebeck.de

**Zimmerei**  
**Stephan Kanow**  
Tel. 0 45 02 / 77 06 39

**Friseur am Meer**  
**Regina Balko**  
Tel. 0 45 02 / 22 90  
www.barbier-austel.de

**Küstenkälte**  
**Lars Koslowski**  
Tel.: 0171/6424485  
www.kuestenkaelte.de

**Malermeister**  
**Marvin Biesterfeldt**  
Tel.: 04502/7889827  
www.malermeister-biesterfeldt.de

**Elektro Stürholdt**  
Tel. 0 45 02 / 49 03  
www.elektro-stuerholdt.de

**Heizung + Sanitär**  
**Meyer Ivendorf**  
Tel. 0 45 02 / 88 0 87 77  
www.stasch-haustechnik.de

## Den eigenen Strom selbst produzieren

Photovoltaik-Anlagen sind momentan ein ganz großes Thema.



Photovoltaik-Anlagen werden gerade bei Nutzung von Wärmepumpenanlagen immer häufiger installiert. Foto: hfr

**TRAVEMÜNDE.** Das Thema erneuerbare Energien ist ein riesiges Thema, gerade auch im Hinblick auf den Klimawandel. Die Elektromobilität, Heizungsanlagen mit hohem Anteil an regenerativen Energien und hohe Energiekosten lassen den Bedarf an Photovoltaik-Anlagen hochschnellen. „Die Nachfrage ist groß“, bestätigt auch Marc Stasch, Elektrotechnikmeister und Geschäftsführender Gesellschafter der Elektro Stasch GmbH in Travemünde.

„Wir planen Photovoltaik-Anlagen, führen eine Wirtschaftlichkeitsberechnung durch und bauen als kleine Fachfirma vor Ort die Anlagen selbst auf“, so Stasch. Damit liegt das Projekt von den Zähleranträgen und der Anmeldung beim Netzbetreiber bis hin zur Montage auf dem

Dach und der Verdrahtung mit Anschlüssen komplett in einer Hand.

Oft werden Photovoltaik-Anlagen auch in Kombination mit einer Wärmepumpenanlage installiert. „Für eine schnellere Amortisation so einer Anlage kann eine Photovoltaik-Anlage sinnvoll sein“, erklärt Stasch. Damit die Kommunikation an den Schnittstellen zwischen Speichergerät und Wärmepumpenanlage funktioniert, ist eine richtige Steuerung nötig. Für die Elektromobilität wäre auch die Kombination mit einer Wallbox denkbar.

Letztlich ergeben sich in diesem geschlossenen System drei Abnehmer: das Fahrzeug, der Speicher und die Wärmepumpe. Mit der Einspeisung beim Netzbetreiber sind es sogar vier Ab-

nehmer. Insgesamt lassen sich so die Nebenkosten verringern, gleichzeitig wird die Umwelt geschont und der Eigentümer wird unabhängiger vom Energieversorger. Gegebenenfalls lassen sich sogar Fördermittel nutzen.

Das Thema regenerative Energien ist zurzeit also sehr spannend und bietet auch beruflich viele interessante Aspekte. Der Bedarf an Fachpersonal ist da. „Wir suchen Nachwuchs für unseren Betrieb, sowohl Gesellen als auch Auszubildende“, sagt Stasch abschließend. **HÖ**

**Elektro Stasch GmbH**  
**Torstraße 42**  
**23570 Travemünde**  
**Telefon 04502/ 8 80 87 77**  
**Mail: info@stasch-haustechnik.de**  
**Internet: www.stasch-haustechnik.de**

## Individuelle Möbel für jeden Bedarf

Tischlerei Baras sorgt mit kreativen Ideen für die perfekte Raumgestaltung.

**TRAVEMÜNDE.** Besondere Innenräume erfordern besondere Lösungen, damit der vorhandene Raum optimal ausgenutzt werden kann. Die Tischlerei Baras ist dafür bekannt, mit kreativen Ideen Wohn- oder Geschäftsräume individuell zu gestalten.

Gerade Wohnräume mit kleinen Grundrissen müssen gut durchdacht eingerichtet werden. Möbel von der Stange passen da oft nicht hinein. Und so sorgt Tischlermeister Stefan Baras mit seinem Team dafür, dass beispielsweise kleine Ferienwohnungen ausreichend Platz zum Wohnen bieten. Eine geschickte Ausnutzung liefert ausreichend

Stauraum, sodass alles seine Platz findet.

„In einer Ferienwohnung haben wir ein neues Schrankbett in einer Nische eingepasst“, erzählt Baras. Das alte Bett war durch eine Wasserschaden unbrauchbar geworden. Das neue Bett wurde als Doppelbett gestaltet, das auch einzeln aufklappbar ist. Gasdruckfedern sorgen dafür, dass es leicht ein- und auszuklappen ist.

Die Oberschränke bieten ausreichend Stauraum, da sie etwas vorgezogen sind. Ein Regal mit Lichtleiste schafft Ablageflächen, ein kleines integriertes Tischchen bietet Platz für eine Nachtsch-



Passt perfekt in die kleine Ferienwohnung: Tischlermeister Stefan Baras hat ein Schrankbett genau in dieser Nische eingepasst. Foto: Anja Höttsch

lampe und Kleinigkeiten. Alles ist in schlichtem Weiß gehalten.

„Die Herausforderung war hier, dass das Schrankmodul sehr eng eingepasst werden musste“, so der Tischlermeister. Zusätzlich

musste auch noch eine Steckdose verlegt werden, die sich in der Nische befand. Gerade solche Herausforderungen machen die Projekte jedoch interessant für das Team der Tischlerei Baras. **HÖ**

**Tischlerei Baras**  
**Reepschläger Str. 5**  
**23556 Lübeck**  
**Telefon 0451/ 89 29 07**  
**Mail: info@baras.de**  
**Internet: www.baras.de**

**LOHFF'S**  
Ihre Fleischerei seit 1873

**Fachgeschäft**  
**für regionale**  
**Spezialitäten**

**Bayerische Wochen Am Dreilingsberg**  
**Freuen Sie sich vom 9. bis 21. Oktober 2023**  
**auf deftige Schmankerln, z. B.**  
**Entenkeulen in leckerer Soße:**  
gegrillt, beste Qualität, so knusprig, so zart! 1 Stück **9,95 €**

www.lohff.de Travemünde info@lohff.de  
Am Dreilingsberg 2 – Tel. 0 45 02/26 34

**Frank Zingler**  
Maurermeister

• **Reparatur**  
• **Umbau • Anbau**  
• **Sanierung**  
• **Fliesenarbeiten**  
• **Schimmelbekämpfung**

Am Dreilingsberg 9  
23570 Lübeck  
Tel. 0 45 02 / 844 801  
Fax 0 45 02 / 844 823  
E-Mail: info@frankzingler.de

**HANS BARAS**  
TISCHLEREI MÖBELWERKSTÄTTEN

**Inneneinrichtung aus kreativer Hand**

Einbauschränke Ladenbau Küchen  
Praxen Büroeinrichtungen Badmöbel

Telefon 0451/89 29 07

www.baras.de

**Kuschinsky**  
**SANITÄR UND HEIZUNG GMBH**

**Am Dreilingsberg 1 • Tel. 04502 / 51 27 + 5121**  
**23570 Travemünde • mail@kuschinsky-gmbh.de**



**Dank des Fronius GEN24 Plus nutzen Sie mit ihrer PV-Anlage auch Notstrom**

Das Herz Ihrer PV-Anlage Fronius GEN24 Plus ist der Wechselrichter, mit dem Sie selbstgewonnene Solarenergie flexibel und im Notstromfall direkt nutzen können.

Mit dem Hybridwechselrichter holen Sie sich 24 Stunden Sonne ins Haus. Denn der Fronius GEN24 Plus ermöglicht den Anschluss von Batteriespeicher und macht Sie so noch unabhängiger in der Energieversorgung.

Strom, Wärme, Kälte, E-Mobilität - alles ist möglich.

Volle Sonnenkraft für Ihre Energiewende mit dem Fronius GEN24 Plus



**ELEKTRO | ALTERNATIVE ENERGIEN | HEIZUNG | SANITÄR**

Elektro-Stasch GmbH | MEYER Ivendorf Sanitär- und Heiztechnik GmbH | Torstr. 42 | 23570 Travemünde | Tel.: 04502 88087-77 | info@stasch-haustechnik.de | www.stasch-haustechnik.de