

# LÜBECK WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 27. Januar 2024 • kostenlos

## Wo entstehen Solaranlagen?

Lübeck will bis 2035 klimaneutral werden. Dafür muss die Produktion erneuerbarer Energien noch deutlich steigen. **SEITE 2**

## 50 Jahre AWO Treff Schlutup

1974 als „Altentclub“ in der Gaststätte Weißer Schwan gegründet feierte der AWO Treff jetzt Jubiläum. **SEITE 3**

## Karten für Premiere zu gewinnen

Das Schauspiel „Platonow“ von Anton Tschechow feiert am 4. Februar Premiere. Wir verlosen Karten dafür. **SEITE 2**

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

## Wer will Passat Chor leiten?

**TRAVEMÜNDE.** Der Passat Chor aus Lübeck-Travemünde ging 1976 aus dem Männerchor der Travemünder Liedertafel von 1843 hervor und hat sich seitdem dem Erhalt seines Patenschiffs, der Viermastbark „Passat“ verschrieben. Die 30 aktiven Sänger im Alter von Mitte 30 bis Mitte 80 suchen einen neuen Chorleiter oder Chorleiterin. Proben sind jeden Donnerstag ab 18.30 Uhr im Gesellschaftshaus, Torstraße 1. Weitere Info bei Jonny Holm, Telefon 0170/ 922 10 69.

## Halteverbote am Brink

**ST JÜRGEN.** In der Ratzeburger Allee zwischen Am Brink und Hohelandstraße werden nach Angaben des Bereichs Stadtgrün und Verkehr im Rahmen der Gefahrenabwehr in der nächsten Zeit absolute Halteverbote eingerichtet. Da in diesem Bereich immer wieder Fahrzeuge parken, werde die Sicht beim Ausfahren aus der Straße bei der Wasserkunst in die Ratzeburger Allee in beide Fahrtrichtungen sehr stark eingeschränkt. Die Behörde bittet um Verständnis und Beachtung dieser Maßnahme.

## Fitness-Taekwondo 60+

**LÜBECK.** Jeden Donnerstag von 10 bis 11 Uhr findet bei der Lübecker Turnerschaft, Possehlstraße 5, ein Training für den ganzen Körper in Form von „Fitness-Taekwondo 60+“ statt. Der Einstieg ist jederzeit auch für Sportanfänger geeignet. Teilnahme als Vereinsmitglied oder mit 10er-Karte. eine Schnupper-Teilnahme ist möglich. Info unter Telefon 0157/ 34 84 05 81.



## Kunsthalle at Night – Tanz im Museum

Schon mal im Museum getanzt? Dass man im Museum nicht immer leise sein muss, beweist die Kunsthalle St. Annen: Unter dem Motto „Kunsthalle at Night“ findet dort am Donnerstag, 1. Februar, von 18 bis 24 Uhr eine Party statt mit allem, was dazugehört: Nach einem Screening des Filmprojekts „Die Welt mit deinen Augen“ in Kooperation mit der Kulturakademie der Diakonie Nord Nord Ost, legen die DJ's cochi.us, Jonathan Grope und Mell G auf. Zu Beats von Bouncy Tech House, UK-Bass und Electronica darf getanzt werden, für coole Drinks ist im Kunstcafé gesorgt. Selbstverständlich darf auch die Ausstellung „Hello Lübeck – Dialoge mit der Kunsthalle St. Annen“ besucht werden. „Kunsthalle at Night“ ist ein Kooperationsprojekt

der Kunsthalle St. Annen und der Kulturakademie Nord Nord Ost und wird gefördert durch die Possehl-Stiftung. Die Veranstaltung soll einen Ort der Begegnung zur Förderung einer offenen Gesellschaft schaffen. Der Eintritt ist frei. Aufgrund der begrenzten Raumgröße wird um Reservierung eines Tickets unter <https://kunsthalle-st-annen.de/veranstaltung-buchen?vid=9311> gebeten. Weitere Termine für „Kunsthalle at Night“ sind für 11. April und 18. Juli geplant. **FOTO: KÖNIG**

➤ Weitere Informationen gibt es auf der Webseite der Kunsthalle St. Annen unter <https://kunsthalle-st-annen.de/>

**Dach Solar GmbH**

**PHOTOVOLTAIK**  
vom Fachbetrieb vor Ort

**ALLES AUS EINER HAND**

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

Rudolf-Diesel-Str. 22, 23617 Stockelsdorf | 0451-120 150-0  
[info@dachsolar.de](mailto:info@dachsolar.de) | [www.dachsolar.de](http://www.dachsolar.de)

**Gold & Silber**  
Wir zahlen hohe Preise für  
Besteck und Schmuck,  
Brillanten und Uhren, Münzen,  
Zahngold und Bernstein

**ANTIK & KUNST**  
Breite Str. 4 neben der Schiffergesellschaft  
direkt am Koberg  
☎ 7 25 56 • Gutachten  
Suche Montblanc-Füller  
sowie alte Orden, Teppiche,  
Asiatika und Bilder

[www.goldankauf-dose.de](http://www.goldankauf-dose.de)

**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

\*\*\*\*\*

**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)

**WolleHobby**  
und Hobby  
Lübeck GmbH & Co. KG

**WSV**  
bis zum 10.02.2024  
**Strickgarn**  
z.B. 100 g  
ab **1.00**  
10,00 €/kg

Lübeck, Fleischhauerstr. 64-74,  
Tel.: 04 51 / 7 07 24 11  
Mo.-Fr. 9-18:30 Uhr, Sa. 10-16 Uhr  
[www.wolleundhobby.de](http://www.wolleundhobby.de)

**O. C. KATRE-SCHMUCK**  
Wir kaufen:  
**Gold, Silber,  
Palladium, Platin,  
Schmuck, Diamanten,  
Zahngold, Bernstein, Luxusuhren**

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

Bitte helfen Sie Menschen mit Behinderungen.  
Bitte online spenden unter: [www.bethel.de](http://www.bethel.de)

**UK SH**  
UNIVERSITÄTSKLINIKUM  
Schleswig-Holstein

## Rauchen Sie oder haben Sie geraucht? Sind Sie zwischen 55 und 79 Jahre alt?

Melden Sie sich im Rahmen der Hanse Solace Studie zum kostenlosen Lungencheck an:  
[www.hanse-lungencheck.de](http://www.hanse-lungencheck.de)

**HANSE Studie SOLACE**  
Kofinanziert von der Europäischen Union



**KÜCHE?**

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

**individuell & familiär**

**Schöppich**  
seit 1973  
Bad Schwartau • [www.schoeppich.de](http://www.schoeppich.de)

**Feuchtigkeit und Nässe**  
„Wir lösen Ihre Probleme“

**Nasse Wände? Feuchte Keller?**  
**Abdichten und Trockenlegen ohne aufzugraben**

- Kellersanierung • Schimmel-Saniersysteme • Malerarbeiten
- Elastische Fugen • Balkon-/Terrassen-Sanierung
- Balkonbeschichtung • Flachdachabdichtung • Betonsanierung

**Fritz Flink**  
Meisterbetrieb seit 35 Jahren

23689 Pansdorf ☎ 04504-4770

**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)



# Lübeck braucht Solaranlagen auf mindestens 200 Hektar

Um bis 2035 klimaneutral zu werden, muss die Hansestadt Lübeck Flächen finden, auf denen Photovoltaik möglich ist.

**LÜBECK.** Lübeck will bis 2035 klimaneutral werden. So hat es die Bürgerschaft beschlossen. Um das Ziel zu erreichen, muss die Produktion erneuerbarer Energien massiv hochgefahren werden. Eine Investorengruppe, die aus Lübecker Landwirten und Projektentwicklern besteht, will für 70 Millionen Euro einen bis zu 119 Hektar großen Solarpark bei Beidendorf bauen. Das Thema Sonnenenergie beschäftigte jetzt auch den Bauausschuss der Lübecker Bürgerschaft. Dietmar Weiß vom Bereich Stadtplanung erläuterte den Politikerinnen und Politikern dort den Stand der Dinge bei Photovoltaik in Lübeck. Wegen des Beschlusses der Bürgerschaft steige der Bedarf an Solarflächen in Lübeck bis 2035 auf 200 Hektar. Die Erzeugung von Wärme und E-Mobilität seien dabei noch gar nicht berücksichtigt. „Der tatsächliche Bedarf wird höher sein.“ Die Rechtslage ist kompliziert, verdeutlichte Dietmar Weiß den Politikern. Trotzdem seien die Verfahren insgesamt beschleunigt worden. Um geeignete Areale für Photovoltaik auszumachen, hat sich die Stadt zunächst Flächen in Außenbereichen angesehen, die durch ihre Lage an Bundesstraßen, Autobahnen oder der Deponie ohnehin belastet sind. Ihre Größe reicht aber nicht aus. Also



Auf der Deponie Niemark erzeugt eine Photovoltaikanlage klimaneutrale Energie.

wurde weitergesucht. Der Blick ging daraufhin auf alle landwirtschaftlichen Flächen im Außenbereich. Das Ergebnis: Die Stadt hat 177 Hektar Land identifiziert, auf denen Solaranlagen privilegiert errichtet werden dürfen. Es handelt sich dabei um vorbelastete Flächen an Autobahnen und dem übergeordneten Schienennetz. Bei weiteren 235 Hektar sieht die Stadt keine größeren Hindernisse, dort ist aber ein Bauplan notwendig. Diese Flächen liegen an Bundesstraßen, dem untergeordneten Schienennetz oder in Bereichen, die ohnehin infrastrukturell vorgeprägt

sind. Mit Blick auf das große Vorhaben in Beidendorf sagte Weiß, dass dort acht bis neun Hektar, die in einem 200-Meter-Korridor an der Autobahn liegen, privilegiert seien. Für den Rest der Fläche sei die Aufstellung eines Bauplanes notwendig. Ein Stück weiter in Vorrade planen die Stadtwerke Lübeck direkt an der A 20 ein weiteres Solarprojekt. Es soll 19 Hektar groß werden. Dort ist Weiß zufolge ein Baubeginn Ende 2024 möglich. Es soll in einem 200-Meter-Korridor entlang der Autobahn realisiert werden. Eine Erweiterung mittels B-Plan ist an dieser Stelle laut Stadt

nach den aktuellen Regeln aber nicht möglich. Der Strom soll von dort über das Umspannwerk Rottebek ins Netz kommen. Im Masterplan Klimaschutz berichtete die Stadt im März 2023, dass in Lübeck bislang Photovoltaikanlagen mit einer Leistung von 22,2 Megawatt Peak (MWp) installiert seien. Zum Vergleich: Die geplante Anlage in Beidendorf soll bis zu 140 MWp Leistung bringen. Die Stadtwerke-Anlage bei Vorrade soll zehn MWp stark sein. Laut Masterplan haben in Lübeck ungefähr 80 Prozent der Solaranlagen eine geringere Leistung als 10 Kilowattpeak (kWp), was einer durchschnittlichen Solaranlage für ein Einfamilienhaus entspricht. Die bislang größten Anlagen sind mit bis zu 750 kWp auf Gewerbedächern und der Deponie Niemark installiert. Auf kommunalen Dächern sind es derzeit 159 kWp, die größte Anlage steht auf der Emil-Possehl-Schule mit 75 kWp.

In Travemünde errichten Stadtwerke Lübeck und Lübecker Hafen-Gesellschaft (LHG) aktuell drei große Solaranlagen auf Dächern. Die erste Anlage mit einer Leistung von rund 720 kWp soll im ersten Quartal in Betrieb gehen. Es folgen zwei weitere Anlagen mit 2800 beziehungsweise 1500 kWp.

# Karten gewinnen für „Platonow“-Premiere

**LÜBECK.** „Platonow“, ein Schauspiel von Anton Tschechow ist bald am Theater Lübeck zu sehen. Für die Premiere am Sonntag, 4. Februar, um 18.30 Uhr in den Kammerspielen verlosen wir 3x2 Karten. Pit Holzwarth inszeniert Tschechows erstes Bühnenstück als psychologischen Kriminalfall um den Zyniker Michail Platonow: Seine eigenen Ideale hat Platonow längst verraten, dennoch träumen sowohl die Generalswitwe Anna als auch die frisch vermählte Sofia von einem neuen Leben an seiner Seite. Und obwohl Platonow selbst verheiratet ist, macht er

beiden Frauen Versprechungen, die er nicht halten kann und entfacht so einen Orkan aus Leidenschaft und Rache... Mitwirkende der Inszenierung sind Astrid Färber, Johannes Merz, Vasiliki Roussi, Andreas Hutzel, Susanne Höhne, Sven Simon, Henning Sembritzki, Michael Fuchs, Lilly Gropper und Heiner Kock.



**🎟 Tickets gewinnen kann, wer uns am Sonnabend oder Sonntag, 27. oder 28. Januar, unter Telefon 0137 / 880 14 28 anruft. (Telemedia interactive GmbH; Kosten pro Anruf 0,50 Euro aus dem deutschen Festnetz und aus dem Mobilfunknetz).**



„Platonow“, ein Schauspiel von Anton Tschechow, hat am 4. Februar Premiere im Theater Lübeck. Foto: Theater Lübeck

ANZEIGE

## Thema nächtlicher Harndrang: „Ich konnte endlich wieder durchschlafen!“



**Eine Betroffene berichtet, wie Sie ihren nächtlichen Harndrang in den Griff bekam.** Nächtlicher Harndrang ist eine häufige Beschwerde: Millionen von Menschen aller Altersgruppen leiden darunter. Frauen ab 45 sind besonders oft betroffen. Die häufigen nächtlichen Toilettengänge führen zu unruhigem Schlaf und lästiger Müdigkeit tagsüber. So erging es auch Eva R. (53): „Es hat mit den Wechseljahren begonnen – irgendwann habe ich bemerkt, dass ich immer öfter auf die Toilette musste. Zu-

nächst nur am Tag, dann aber auch in der Nacht. Ab einem gewissen Zeitpunkt konnte es schon mal passieren, dass ich dreimal aufstehen musste.“ **Sensible Blasenwand** Eva R. beschreibt den typischen Hergang von nächtlichem Harndrang. Denn in der Regel sind es hormonelle Umstellungen (etwa im Zuge der Schwangerschaft, aber eben auch in den Wechseljahren), die verantwortlich für die häufigen Toilettengänge sind. Diese können dazu beitragen, dass die Blasenwand immer sensibler wird und in

der Folge oft schon bei kleinsten Urinmengen das Signal zur „Entleerung“ ans Gehirn sendet. Eine häufige Begleiterscheinung ist eine sogenannte Belastungsinkontinenz, bei der Betroffene schon bei geringen körperlichen Anstrengungen (z. B. Lachen oder Niesen) kleine Mengen Harn verlieren. **Geheimtipp aus Österreich** Während eines Skiurlaubes in Österreich entdeckte Eva R. dann aber in der Apotheke ein Präparat, das ihr endlich Unterstützung bietet: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die rein pflanzlichen

Tabletten enthalten einen hochdosierten Extrakt aus Kürbiskernen, die schon seit jeher erfolgreich in der Pflanzenheilkunde verwendet werden. Da die natürlichen Inhaltsstoffe einige Zeit brauchen, um sich im Körper anzureichern, wird ihr eine längerfristige Einnahme über mehrere Wochen empfohlen. „Ich konnte es kaum glauben, habe mir dann aber doch zwei Packungen gekauft. Und tatsächlich bemerkte ich, nach etwa zwei Monaten der konsequenten Einnahme eine deutlich spürbare Veränderung“, ist Eva R. begeistert.

**Durch Studien belegt** Die Erfahrungen von Eva R. und zahllosen anderen Anwenderinnen von Dr. Böhm® Kürbis für die Frau werden auch von der Wissenschaft bestätigt. So zeigt eine Studie: Durch die regelmäßige Anwendung eines hochdosierten Kürbiskern-Extraktes kann der nächtliche Harndrang um fast die Hälfte gesenkt werden.<sup>2</sup> Besonders schön für die Betroffene: „Mittlerweile bekomme ich die Kürbis-Tabletten von Dr. Böhm® auch hier in Deutschland – so kann ich laufend etwas für meine Blase tun.“

**Unser Tipp:** Wenn auch Sie die natürliche Kraft der Kürbiskerne für Ihre Blase nutzen wollen, bestehen Sie in der Apotheke auf das Original von Dr. Böhm®. Nur so können Sie sich der ausreichend hohen Dosierung und der Qualität sicher sein. Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau noch vorrätig sein, bestellt es Ihre Apotheke sicher gerne für Sie.



<sup>1</sup> Name und Alter geändert. <sup>2</sup> Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61

## APOTHEKEN-TIPP

### Dr. Böhm® Kürbis für die Frau

Nahrungsergänzungsmittel

- ✔ Stärkt die Blasenmuskulatur
- ✔ Rein pflanzlich
- ✔ Kurmäßige Einnahme empfohlen

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



Kursus  
Obstbaumschnitt

**LÜBECK.** Am Sonnabend, 3. Februar, bietet Biotopmaker einen Kurs zum Thema Obstbaumschnitt an. Wie schneide ich meinen Obstbaum, damit er gesund erhalten bleibt und einen guten Ertrag bringt? Im Theorie-Teil erfahren Sie Wissenswertes zum Obstbaumschnitt und über die Bedingungen, die Obstbäume zum Gedeihen benötigen. Ziel ist es, u.a. Schnittfehler zu vermeiden. Im praktischen Teil werden gemeinsam Alt- und Jungbäume bearbeitet. Die Veranstaltung findet auf der Hanse-Obst-Wiese an der Rübenkoppel, Lübeck statt.

➔ **Anmeldung und weitere Info** auf [www.biotopmaker.de](http://www.biotopmaker.de)

Hochzeitsmesse  
auf Gut  
Pronstorf

**PRONSTORF.** Am 3. und 4. Februar 2024 laden die Hochzeits-Komplizen zur wohl schönsten Hochzeitsmesse der Region nach Gut Pronstorf. Zukünftige Brautpaare können sich jeweils von 10 bis 18 Uhr auf ein vielfältiges Programm freuen, das zum Gucken, Staunen, Genießen, Entdecken und Mitmachen einlädt. Als Highlight dürfen sich die Besucher am Sonntag auf einen Auftritt von Florian Künstler freuen, der mit seinem Song „Kleiner Finger-Schwur“ die Herzen erobert hat. Der Ring zum Song wurde von Katja Krieglstein von der Bad Schwartauer Goldschmiede Krieglstein gefertigt.

➔ **Weitere Info unter** [www.hochzeits-komplizen.de](http://www.hochzeits-komplizen.de)

50 Jahre  
AWO Treff Schlutup

Ein Erfolgsmodell: Wie aus einem Altenclub im „Weißen Schwan“ der AWO Treff Schlutup wurde

**SCHLUTUP.** Das 50-jährige Jubiläum wurde mit einem Empfang im AWO Treff gefeiert. Eindrucksvoll schilderte Hartmut Sörensen aus dem AWO Vorstand, wie aus dem 1974 gegründeten Altenclub Schlutup, der sich zweimal wöchentlich in der Gaststätte „Weißer Schwan“ traf, in 50 Jahren ein moderner AWO Treff in eigenen, hellen Räumen mit vielfältigen Angeboten für Seniorinnen und Senioren geworden ist. Er bedankte sich dafür ausdrücklich bei Brunhilde Schöttler, die die Einrichtung 40 Jahre ehrenamtlich leitete und sich immer wieder für die Belange der Senioren einsetzte. „Die Beliebtheit und Notwendigkeit des Treffs zeigt sich auch in den Gästezahlen. So wurden in 2023 weit über 9000 Teilnehmer an Angeboten gezählt,“ berichtete Hartmut Sörensen.

„Der Grund dieser Erfolgsgeschichte“, so Bürgermeister Jan Lindenau, der ebenfalls zu den Gratulanten gehörte, „liegt sicher zu einem erheblichen Teil in der Kontinuität in der ehrenamtlichen Leitung.“ Er dankte den Ehrenamtlichen für ihr Engagement und überreichte Irmgard und Hans-Jürgen Wicke, die den Treff seit 10 Jahren ehrenamtlich leiten, einen großen Lübeck-Leuchter mit Gravur.

Die Angebote im AWO Treff Schlutup reichen von Tanztée über PC Beratung bis zu Bewe-



Erfolgreiche Arbeit: Irmgard Wicke, Hans-Jürgen Wicke und Hartmut Sörensen (von links) Foto: AWO

gungsangeboten, Fotovorträgen und vielem mehr. Sie werden alle von Ehrenamtlichen gemacht und immer wieder den Wünschen der Gäste angepasst. So

war es auch kein Wunder, dass sich rund 20 Ehrenamtliche erhoben und dem Ehepaar Wicke für deren großen Einsatz in den letzten 10 Jahren applaudierten.

Sonntagsvorlesung zum Thema Dickdarmkrebs

**LÜBECK.** Am 4. Februar hält Frau Prof. Dr. Stefanie Derer-Petersen die letzte Sonntagsvorlesung der Universität zu Lübeck in diesem Wintersemester. Das Thema ist Dickdarmkrebs, eine der häufigsten Krebsarten weltweit, mit einem starken Anstieg bei Personen im jüngeren Erwachsenenalter. Die Entstehung von Dickdarmkrebs wird in hohem Maße durch westli-

che Ernährungsgewohnheiten, die mit chronischen Entzündungen, Übergewicht und einem dauerhaft erhöhten Blutzuckerspiegel verbunden sind, in Verbindung gebracht. Dies und vieles mehr erläutert Prof. Dr. Stefanie Derer-Petersen am Sonntag im Lübecker Rathaus. Im Anschluss steht sie für Fragen zur Verfügung. Studien haben gezeigt, dass der

Lebensstil das Auseinanderdriften unseres chronologischen und biologischen Alters begünstigen kann und somit das Risiko, an einem Dickdarmkrebs zu erkranken, vor allem bei jüngeren Menschen erhöht sein kann. Der Begriff „biologisches Alter“ beschreibt hierbei Veränderungen der biologischen Fitness unserer eigenen Körperzellen. In diesem Kontext wird eine

Studie am UKSH Campus Kiel vorgestellt, die untersucht, wie Ernährung das biologische Alter unserer Zellen im Dickdarm beeinflusst und somit das Risiko einer Dickdarmkrebskrankung besonders bei jungen Erwachsenen fördert.

➔ **Der Eintritt in den Audienzsaal des Lübecker Rathauses ist wie immer frei, Beginn ist 11:30 Uhr.**

Unsere Winterangebote

35%

auf den Nählohn Ihrer neuen Dekoration

- nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
- Angebot gilt bis 29.02.2024
- Rabatt nur für Neubestellungen

Wir waschen Gardinen

35%

auf maßgefertigte Plissees, ausgewählte Kollektion

- nicht in bar auszahlbar oder mit anderen Aktionen kombinierbar
- Angebot gilt bis 29.02.2024
- Rabatt nur für Neubestellungen

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

### KOKUBU - The Drums of Japan

**6. Februar 2024 19:30 h MuK**

Magische Japan-Reise zwischen artistischem Trommelsturm und zarten Bambusflötentönen  
Eine der größten Trommelshows der Welt

Nach den grandiosen Publikums- und Kritiker-Erfolgen ihrer Deutschland-Gastspiele 2019 und 2020 und 2023 ist das Ensemble mit Sound of Life 2024 zurück auf den Bühnen Europas. Neben der authentischen und hypnotisch-faszinierenden Energie dieser spektakulären Show verfolgt KOKUBU noch einen weiteren Ansatz: die tiefgreifende Spiritualität Japans wird mit jedem Ton erlebbar gemacht. 2024 kommen drei große O - Daiko Trommeln zum Einsatz und geben der Gruppe einen noch imposanteren Auftritt. Ein neues Bühnenbild und eine spektakuläre Lichtkonzeption runden das außergewöhnliche Trommelevent ab. Tickets unter [www.reservix.de](http://www.reservix.de) und an allen bekannten Vorverkaufsstellen

### Helfen Sie uns durch ehrenamtliche Mitarbeit in den Ausgabestellen bzw. im Fahrdienst oder unterstützen Sie uns mit einer Spende.

**TAFEL LÜBECK e.V.**  
Schulstraße 8 · 23568 Lübeck · ☎ 0451-59 95 94  
[info@tafel-luebeck.de](mailto:info@tafel-luebeck.de) · [www.tafel-luebeck.de](http://www.tafel-luebeck.de)  
Spendenkonto: IBAN DE17 2307 0700 0040 4244 00  
BIC DEUTDE33

Pflege24Nord

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

WWF

Jetzt Pate werden!

**ERLEBEN SIE DAS ABENTEUER PATENSCHAFT**

Schützen Sie bedrohte Arten wie Tiger, Luchse oder Orang-Utans und ihre Lebensräume. Die Natur braucht Freunde – werden Sie Pate!

Kostenlose Informationen: WWF Deutschland, Tel.: 030.311 777-702 oder im Internet: [wwf.de/paten](http://wwf.de/paten)

Geschäftswelt

– Anzeige –

## Plissee-Rabattaktion bei M-Line

Plissees machen jeden Raum schöner.

Die Firma M-Line hat sich an ihrem Standort in Ratekau sehr gut etabliert. Der Familienbetrieb findet großen Anklang, so die Inhaberin Monika Koptein.

Informieren Sie sich über die besonderen Preise in den Bereichen Plissee und Wabenplissee. Das Teba Wabenplissee hilft Ihnen, Energie zu sparen und trotzdem Wärme und Wohlfühlgefühl in den eigenen vier Wänden zu genießen.

Das kleine, aber wirkungsvolle Geheimnis des Wabenplissees liegt in den sechseckigen Luftpolstern, die sowohl Wärme als auch Kälte am Fenster abfangen. Bis zum 17. Februar gibt es im Plissee Bereich **33% Rabatt** auf die tollen hochwertigen Produkte sowie **10% Rabatt** auf Insektenschutz von Teba. Ab einer Bestellung von 5 Plissees werden keine Montagekosten berechnet. Natürlich können Sie auch eine Beratung hinsichtlich der anderen Produkte Sonnenlicht- und Insektenschutz erhalten.

**Schneiden Sie diesen Artikel aus und schon profitieren Sie von dem tollen Rabatt.** Lassen Sie sich unverbindlich beraten.

**M-Line Sonnenschutz & Ambiente Monika Koptein**  
Bäderstraße 24 | 23626 Ratekau  
Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. 10-17 Uhr, Mi., Fr. 10-16 Uhr  
Tel. 0 45 04 / 20 50 22  
[www.mline-sonnenschutz.de](http://www.mline-sonnenschutz.de); [info@mline-sonnenschutz.de](mailto:info@mline-sonnenschutz.de)  
Instagram: @m\_line\_sonnenschutz; Facebook: @mlinesonnenschutz

Inhaberin Monika Koptein und Mitarbeiterin Ann Kathrin Scholmeyer sind begeistert von der Teba Plissee Kollektion

## Welche weiterführende Schule für mein Kind?

Jetzt erfahren, welche Schule in Ihrer Region am besten abschneidet unter [www.LN-online.de/schulcheck](http://www.LN-online.de/schulcheck)

Unterstützung bei dieser Frage gibt es im großen LN-Schulcheck.

QR-Code scannen. Und immer informiert sein.

### Lübecker Nachrichten

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (rnd)



**FEIERN SIE MIT UNS!**  
**Am 3. Februar 2024**  
von 10 bis 14 Uhr

## UMZUG DER FIRMENZENTRALE

Der Neubau bietet mehr Platz, Service und Innovation!

Hinter Marco Wilms, Geschäftsführer sowie dem gesamten Team von Ostsee-Medizintechnik GmbH liegen turbulente Tage, Wochen und Monate. Der Grund für diese besondere Stimmungslage liegt am Bau der neuen Firmenzentrale, ca. 8 km vom langjährigen Standort im Gleisdreieck 34 entfernt.

Nach mehr als einem Jahr intensiver Planung und Bauzeit wurden im Januar 2024 die neuen Räumlichkeiten der Firmenzentrale von Ostsee-Medizintechnik bezogen. Neben dem geräumigen Sanitätshaus befinden sich dort auch modernste Werkstätten und ein Schulungszentrum.



Baubesichtigung mit der Firma Montagebau Hansa GmbH: v.l.n.r. Tobias Ahrholz (Bauingenieur), Denny Zech und Marco Wilms (Ostsee-Medizintechnik), Gerrit Gerdtz (Bauingenieur).

Das neue Gebäude ist unter der Adresse Estlandring 7 im Gewerbegebiet Genin in Lübeck zu finden. Zahlreiche Parkplätze stehen den Kunden fortan zur Verfügung. Die Kabinen für die Versorgung mit orthopädischen Hilfsmitteln, wie z.B. Beinprothesen, Einlagen und Maßschuhen sind jetzt viel geräumiger. Die Werkstattflä-

chen wurden erweitert, und die Anzahl der verfügbaren Räume wurde erhöht.

Das neue Firmengebäude rundum gelungen. Helle Räume und ein tolles Serviceangebot stehen den Kunden seit Mitte Januar zur Verfügung. Auch für die Mitarbeiter erhöht sich die Motivation enorm.

Der Umzug in die neue Firmenzentrale war unumgänglich, da sich das Team von Ostsee-Medizintechnik GmbH in den vergangenen Jahren ständig vergrößert hat. Neben weitläufigeren und modernen Geschäftsräumen sind besonders die unmittelbare Nähe zu den öffentlichen Verkehrsmitteln und der Komfort, den ein neues Gebäude bietet, ausschlaggebend für die Wahl des neuen Firmensitzes.

Das neue Hauptgebäude wird den erhöhten Ansprüchen der Ostsee-Medizintechnik GmbH an die Infrastruktur und Ausstattung gerecht. Es verfügt neben modernen orthopädischen Werkstätten und Büro- und Schulungsräumen über große Lagerflächen für zahlreiche Reha-Hilfsmittel.

Der Anproberaum für individuelle Hilfsmittel ist mit einer neu eingerichteten Gang- und Haltungsanalyse ausgestattet und erfüllt die Anforderungen der Pass-teilehersteller für Prothesen und Orthesen und die neuesten gesetzlichen Qualitätsstandards.

Mit dem Umzug in das neue Gebäude möchte die Ostsee-Medizintechnik GmbH ihren Kunden ein noch höheres Maß an Service und Qualität bieten.

„Der Bezug der neuen Räumlichkeiten stellt einen weiteren Meilenstein in unserer erfolgreichen 28-jährigen Firmengeschichte dar. Damit bieten wir unseren Mitarbeitern ein hochmodernes und attraktives Arbeitsumfeld, in dem sie sich wohlfühlen und das die

Zusammenarbeit und den Teamgeist fördert. Genau wie regelmäßige und zielgerichtete Entwicklungs- und Weiterbildungsmaßnahmen gehört auch das zu den zentralen Voraussetzungen für eine langfristige Mitarbeiterbindung“, so Marco Wilms, Geschäftsführer von Ostsee-Medizintechnik.

Die Investition in den Stammsitz von Ostsee-Medizintechnik stellt einen wichtigen Meilenstein in der Innovations- und Servicestrategie des Orthopädietechnik-Unternehmens dar.

*„Wir möchten diesen besonderen Anlass nutzen, um Ihnen – unseren geschätzten Kunden, herzlich für Ihre entscheidende Rolle an unserem langjährigen Erfolg zu danken. Ohne Ihre Unterstützung und Zusammenarbeit wäre diese positive Entwicklung nicht denkbar gewesen.“*

*Sie sind herzlich eingeladen am 3. Februar 24 am Tag der offenen Tür gemeinsam mit uns zu feiern!“*

Ihr Marco Wilms



**OSTSEE  
MEDIZINTECHNIK**  
SCHULUNGSZENTRUM

**SICHERN SIE SICH SCHON JETZT UNSERE MODERNEN UND VERKEHRSGÜNSTIG GELEGENEN SCHULUNGSRÄUME!**



Das neue Ostsee-Medizintechnik Schulungszentrum finden Sie im Estlandring 7 in 23560 Lübeck. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel. 0451 – 290 71 50 | g.schuetz@ostsee-mt.de

- Räumlichkeiten im 1. OG, mit Fahrstuhl und barrierefreiem Zugang
- 2 Schulungsräume, 40 m² & 120 m², Trennwand entfernbar
- 35 Tische, 70 Stühle (erweiterbar auf 100 Stühle)
- Neuestes technisches Equipment
- Im Erdgeschoss steht ein weiterer 18 x 6 m langer Raum zur Verfügung, der für Workshops u.v.m. benutzt werden kann
- Eine komplett ausgestattete Küche
- Auf Anfrage sind Getränke & Catering zubuchbar
- Verkehrsgünstige Lage: 5 min vom Autobahnkreuz Lübeck (Abfahrt BAB 20 Lübeck-Genin)
- Parkplätze stehen zur Verfügung

Bei Bedarf bieten wir eine Gang- und Haltungsanalyse an.



**Reservierungen nehmen wir ab sofort gern entgegen!**

# GROSSE ERÖFFNUNGSFEIER

## TAG DER OFFENEN TÜR in der neuen Geschäftsstelle Zentrale & Werkstatt

**Kommen Sie vorbei:**  
**Estlandring 7 in**  
**23560 Lübeck-Genin**

Am 3. Februar 2024 öffnen wir von 10 bis 14 Uhr unsere Türen und laden Sie herzlich ein, einen besonderen Tag mit uns zu verbringen. Erleben Sie ein abwechslungsreiches Programm und der Möglichkeit, unsere neue Zentrale und Werkstätten zu erkunden.

- **WERKSTATTFÜHRUNGEN:** Erhalten Sie exklusive Einblicke in unsere modernen Werkstätten und erfahren Sie mehr über unsere innovativen Arbeitsprozesse.
- **E-MOBIL-PROBEFAHREN:** Tauchen Sie ein in die Welt der Elektromobilität und testen Sie unsere neuesten Modelle bei einer Probefahrt.
- **SOLLSO® LAUFRAD PROBEFAHREN:** Entdecken Sie die Welt der nachhaltigen Mobilität mit dem umweltfreundlichen sollso® Lauftrad. Probieren Sie es selbst aus!
- **GLÜCKSRAD:** Drehen Sie am Glücksrad und gewinnen Sie!
- **EINFÜHRUNG GANGANALYSE:** Erfahren Sie, wie eine professionelle Ganganalyse Ihnen helfen kann, Ihren Gang zu verbessern und Ihre Gesundheit zu fördern.
- **ROLLIBASKETBALL ZUM MITMACHEN:** Wir laden Sie ein, aktiv teilzunehmen und die Herausforderungen dieses aufregenden Rollstuhlsports auszuprobieren. Machen Sie mit!
- **FUSSDRUCKMESSUNG:** Nutzen Sie die Gelegenheit, eine präzise Fußdruckmessung durchführen zu lassen. Erhalten Sie wertvolle Informationen für Ihr Wohlbefinden und Ihre Fußgesundheit.

**Wir freuen uns darauf, Sie an diesem Tag begrüßen zu dürfen!**



Werkstattführungen E-Mobil-Probefahren  
sollso® Lauftrad Probefahren Glücksrad  
Einführung Ganganalyse  
Rollibasketball zum Mitmachen Fußdruckmessung

## DIGITALE MESSTECHNIK FÜR KOMPRESSIONSSTRÜMPFE UND BANDAGEN

Ostsee-Medizintechnik setzt auf innovative Messtechniken für eine optimale Versorgung im Bereich medizinischer Hilfsmittel. Der Bodytronic von Bauerfeind ermöglicht eine präzise und kontaklose 3D-Vermessung der Beine bis zur Hüfte.

Mit der automatischen Drehplattform und schneller Datenerfassung wird nicht nur eine effiziente Anwendung für Patienten und Fachpersonal gewährleistet, sondern auch die Basis für die Auswahl passgenauer Kompressionsstrümpfe und Bandagen geschaffen.

Die grafische Darstellung von Belastungssituationen erlaubt eine umfassende Analyse, während die detaillierte Dokumentation eine präzise Nachverfolgung und Anpassung der Versorgung ermöglicht.

Diese innovative Nutzung von Hilfsmitteln verbessert nicht nur den Arbeitsablauf im Sanitätshaus, sondern stellt sicher, dass die Patienten individuell betreut werden.



**Vereinbaren Sie gleich einen Termin in unserer Zentrale in Lübeck, Tel. 0451 – 290 71 50.**

**ZENTRALE | SANITÄTSHAUS | WERKSTÄTTEN | SCHULUNGSZENTRUM**

**Estlandring 7 NEU 23560 LÜBECK Tel. 0451 290 71 50**

Für Sie vor Ort: Seit fast 30 Jahren sind wir Spezialist im Orthopädietechnik-Handwerk und bieten Ihnen die gesamte Leistungspalette eines Sanitätshauses!

**WEITERE STANDORTE IN IHRER NÄHE:**

LÜBECK  
Schlutuper Str. 7  
Tel. 0451 582 412 88

LÜBECK  
Moisliger Allee 6b  
Tel. 0451 498 25 43

TRAVEMÜNDE  
Am Dreilingsberg 7  
Tel. 04502 880 97 07

TIMMENDORFER STR.  
Birkenallee 1  
Tel. 04503 898 98 72

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

**www.ostsee-medizintechnik.de**





FINDE DEINEN  
TRAUMJOB  
IM NORDEN

KÜSTENFISCHER.DE

Technische Hochschule Lübeck  
Ausbildungsplatz zur/zum Chemielaborant/in (m/w/d)

Ausbildung

Lübeck

Europäisches Hansemuseum Lübeck gGmbH  
Teamleitung Museumsshop/Ticketing (m/w/d)

Vollzeit

Lübeck

ZVO Energie GmbH  
Planungsingenieur (m/w/d)

Vollzeit

Sierksdorf

Timmendorfer Strand Niendorf Tourismus GmbH  
Ausbildung zur/m Kauffrau/-mann für Tourismus und Freizeit

Ausbildung

Timmendorfer Strand

Mea Vita Neumünster GmbH  
Haus Uhlensee  
Pflegedienstleistung (m/w/d)

Vollzeit

Mölln

Knabe + Horn GbR  
Bauleitungsbüro  
Bauleiter Hochbau (w/m/d)

Vollzeit

Lübeck

Diakonische Dienstleistungsgesellschaft mBH  
Reinigungskräfte (m/w/d)

Voll- o. Teilzeit

Neustadt

12.699 Stellen  
und 6.200 Arbeitgeber  
warten auf Dich.

# Mit den Schmelzer Testwochen gut ins neue Jahr gestartet

ANZEIGE

Testen Sie kostenlos und unverbindlich alle Hörsysteme Klassen beim Hör-Experten.

Als regionales Familienunternehmen ist es Schmelzer Hörsysteme wichtig eine gute Produktvielfalt mit verschiedenen Preis- und Leistungsstufen anzubieten. Deshalb ist der Hörakustiker direkt Anfang des Jahres mit den Testwochen: „Welches Hörsystem passt zu mir?“ durchgestartet. Bis Ende des Monats haben Sie nun noch die Möglichkeit alle Hörgeräte-Klassen zu testen und wenn Sie sich für ein Hörsystem entschieden haben, erhalten Sie sogar einen 100 Euro Gutschein.

„Gern beraten wir Sie zu den verschiedenen Hörsysteme-Modellen. Vielleicht sind Sie interessiert an fast unsichtbaren Im-Ohr Hörsystemen die in einem 3D Druckverfahren hergestellt werden. Dann gibt es noch kleine Akku-Hörsysteme mit exzellentem, natürlichen Klang oder vielleicht interessieren Sie sich für unser modernes Nulltarif-Hörsystem, dessen Technik den Anforderungen der Kranken-

Christoph Schmelzer am Philips Stand. Lassen Sie sich gern von uns beraten.

Foto: Schmelzer

kasse deutlich übertrifft“, erklärt Christoph Schmelzer.

Seit zwei Jahren ist Schmelzer Hörsysteme nun autorisierter Vertriebspartner von Philips und ist von den Hörsystemen der beliebten Marke überzeugt. „Freuen Sie sich auf den Februar und

März, die beiden Monate stehen bei uns unter dem Motto „Philips Im-Ohr Hörsysteme – maßgefertigt zum Hörerfolg“. In diesen Wochen können Sie die Im-Ohr Hörsysteme von Philips in Ihrem Alltag ausprobieren. Ob zu Hause, beim Sport oder spa-

zieren gehen, ob beim einkaufen, beim Schnack mit dem Nachbarn oder sogar in einem Konzert. Quasi überall und das kostenlos und unverbindlich bis zu 4 Wochen“, berichtet der Geschäftsführer.

Service wird bei Schmelzer Hörsysteme groß geschrieben. Mit 4 Jahren Garantie auf Hörsysteme, 2 Jahren Garantie auf Im-Ohr Hörsysteme, 3 Jahre 50% Verlustschutz und einer Bestpreis-Garantie bietet das Familienunternehmen quasi ein Rund-um-Sorglos-Paket.

Unsere Fachgeschäfte in Ihrer Nähe:  
Lübecker Innenstadt, Holstenstraße 9, Tel: 0451 - 613 058 23  
Stockelsdorf, Ahrensböcker Straße 34-36, Tel: 0451 – 880 515 95  
Travemünde, Vorderreihe 8-9, Tel: 04502 – 88 69 900  
Schlutup, Mecklenburger Straße 67, Tel: 0451 – 4505 6320  
Bad Schwartau, Markttwiete 6, 0451 – 709 852 50

## Dornbreite startet mit viel Musik ins neue Jahr

LÜBECK. Outer Rim Experience (ORE) treten am 27. Januar im Festsaal Dornbreite (Am Grenzwall 20 - 22, Lübeck) auf. Die Ü-50 Coverband aus dem Lübecker bis Hamburger Raum bestehend aus 4 Jungs und einem Mädels existiert seit über 14 Jahren und spielt seit 8 Jahren in derselben Besetzung. Das Repertoire besteht aus Songs der späten 60er

(Nutmash - Tina Turner), Rockmusik aus den 70er und 80er Jahren (AC/DC oder Radar Love von Golden Earring) sowie auch Popmusik aus den 2000 er Jahren (z.B. Viva la Vida von Coldplay). Es existiert ausdrücklich kein kultureller Anspruch, das Ziel ist gemeinsam Spaß auf und vor der Bühne zu haben. Sie bezeichnen sich selbst als die etwas andere

Coverband, bei der eine folgende Welt Karriere ausgeschlossen wird. Der Eintritt beträgt 10 Euro an der Abendkasse.

Eine Woche später am 3. Februar 2024 findet an gleicher Stelle von RADIO LÜBECK und Eichstaedt Veranstaltungen die erste Schlager Tanz Party 2024 statt. Beginn ist um 21 Uhr. Weitere Infos unter schlagerparty.de

Outer Rim Experience. Foto: HFR

RENAULT CLIO  
Sofort verfügbar

Renault Clio Evolution SCe 65  
Ab mtl.

149 €

Leasing: Fahrzeugpreis: 16.980 €. Leasingsonderzahlung: 2.413,92 €. Laufzeit: 60 Monate. Gesamtleistung 50.000 km. Monatsrate: 149 €. Gesamtbetrag: 11.353,92 €. Ein Kilometer-Leasingangebot für Privatkund/-innen von Renault Financial Services, Geschäftsbereich der RCI Banque S. A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstr. 1, 41468 Neuss. Gültig bis 29.02.2024.  
Renault Clio SCe 65, Benzin, 49 kW: Gesamtverbrauch (l/100 km): niedrig: 6,4; mittel: 4,9; hoch: 4,5; Höchstwert: 5,6; kombiniert: 5,2; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert (g/km): 118. Renault Clio: Gesamtverbrauch kombiniert (l/100 km): 7,0 - 4,3; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert (g/km): 122 - 96 (nach gesetzl. Messverfahren, Werte nach WLTP).  
Abb. zeigt Renault Clio Esprit Alpine mit Sonderausstattung.

Ihr Renault Händler in Lübeck und Bad Malente  
www.LZautomobile.de

Fragen Sie uns nach unseren Angeboten.

Lüdemann & Zankel AG  
Kruppstraße 4 - 6  
23560 Lübeck-Genin  
Tel.: 0451/58906-0

Autohaus Zankel e.K.  
Lütjenburger Straße 98  
23714 Bad Malente  
Tel.: 04523/9866-0

## Rückenschule für Senioren

ST. JÜRGEN. Am Donnerstag, 1. Februar, beginnt in der Begegnungsstätte „Mönkhofer Weg“ der Diakonie Nord Nord Ost, am Mönkhofer Weg 60, ein neuer Gesundheitskurs. Von 11-12 Uhr wird der Kursus „Seniorengerechte Rückenschule“ angeboten: Mit Stabilisations- und Aktivierungsübungen soll der Rücken wieder in Schwung gebracht werden. Der Kurs wird durch die Krankenkassen bis zu 100 Prozent erstattet.

Anmeldungen nimmt Kursleiterin Simone Scharwies, staatlich geprüfte Gymnastik- und Rückenschullehrerin, telefonisch unter der Nummer 0451/ 4082712 oder per Mail an sport-simone@gmx.de entgegen.

## Natur und Heimat wandert

LÜBECK. Am Mittwoch, 14. Februar, führt eine rund 11 km lange Halbtagswanderung um den Behlendorfer See. Treffen ist um 8.50 Uhr in der Bahnhofshalle am Lübecker Hauptbahnhof/Hintereingang. Der Preis für Gäste beträgt vier Euro. Nähere Auskunft gibt es bei Marion Gillwald, Telefon 0451/ 44890.

Am Sonnabend, 17. Februar, bietet der Verein Natur und Heimat e.V. eine ca. 16 km lange Tageswanderung von Reinbek über Bergedorf nach Allermöhe an. In Bergedorf ist eine Einkehr geplant. Treffen ist um 8.50 Uhr in der Bahnhofshalle am Lübecker Hauptbahnhof/Hintereingang. Der Preis für Gäste beträgt vier Euro. Nähere Auskunft bei Iris Toelle, Telefon 0151 /58894910.



# Junge Geflüchtete für Theaterprojekt gesucht

Einjähriges Theaterprojekt der Gemeindediakonie soll die Biografien der Darsteller szenisch aufbereiten.

**LÜBECK.** Teilnehmende gesucht: Abdulla Mehmud vom Jugendmigrationsdienst der Gemeindediakonie Lübeck und der Lübecker Theaterpädagoge Kai Kloth suchen Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 16 bis 26 Jahren mit Fluchthintergrund. Sie planen ein einjähriges Theaterprojekt, bei dem die Biografien der interkulturellen Darstellerinnen und Darsteller szenisch aufbereitet und gegen Ende des Jahres als Theaterstück öffentlich aufgeführt werden. Los geht es ab dem 7. Februar von 18 bis 20 Uhr im Andreas-Wilms-Haus, Huxtertorallee 1, danach wird immer mittwochs zur selben Zeit dort geprobt. Wer erst später einsteigen kann,

ist ebenfalls willkommen.

Sowohl Kai Kloß (54) als auch Abdulla Mehmud (63) haben Erfahrungen mit Theaterprojekten in Zusammenarbeit mit Geflüchteten. Der politisch engagierte Mehmud floh selbst 1990 als Kurde aus dem Irak, berät seit vielen Jahren junge Geflüchtete, hat auch interkulturelle Theaterstücke geschrieben und Produktionen in Lübeck aufgeführt. Der freiberufliche Kunst- und Theaterpädagoge sowie Psychodrama-Leiter Kai Kloß leitet Theaterworkshops und Fortbildungen für Jugendliche und Erwachsene und hat verschiedene interkulturelle Projekte umgesetzt, auch in Zusammenarbeit mit dem

Theater Lübeck. Gedacht ist an eine feste Gruppe von sieben bis zehn Teilnehmenden. Kai Kloth ist es wichtig, dass alle gleichberechtigt und auf Augenhöhe miteinander arbeiten: „Mein Konzept ist partizipativ und folgt dem Veto-Prinzip nach Maïke Plath. Dabei geht es um Selbstverantwortung. Die Jugendlichen erarbeiten selbst ihre Geschichten und die Themen, die sie interessieren.“ Er könne sich auch vorstellen, dass die Akteure im Stück zumindest teilweise ihre jeweilige Muttersprache sprechen. „Das lässt dem Publikum Raum für Erlebnisse, die nicht mit der Sprache ausgedrückt werden können“, ist er überzeugt.

Das Theaterprojekt mit Unterstützung des Lübecker Flüchtlingsforums wird von der Possehl-Stiftung und dem Kirchlichen Entwicklungsdienst (KED) der Nordkirche gefördert. Für die vollständige Finanzierung fehlen dem Team noch rund 3500 Euro. Auch ein Raum für die Aufführung Ende 2024 wird noch gesucht.

**➡ Interessierte Mitspielerinnen und -spieler können sich an Abdulla Mehmed wenden: Telefon: 0451/ 613201-14, Mobil/Signal: 0179/ 5372222.  
E-Mail: [a.mehmed@gemeindediakonie-luebeck.de](mailto:a.mehmed@gemeindediakonie-luebeck.de)**



**Abdulla Mehmud vom Jugendmigrationsdienst.**  
Foto: Valeska Achenbach

# Holtex

**Schnäppchen-  
alarm**

## Einzelteile bis zu 70 % reduziert!

### DAMEN

große Auswahl

#### Hosen

verschiedene Modelle  
+ Farben

Gr. 36-52  
~~59,95~~ 39,95

**5.00**

#### Fleeceweste

verschiedene Farben

Gr. S-3XL  
~~24,95~~

**10.00**

#### Fleece-/

#### Sweatjacke

z.T. mit Kapuze,

Gr. S-3XL  
~~39,95~~

**19.95**

#### Flanellhemd

kariert,

kuschelig warm

Gr. M-3XL  
~~59,95~~

**19.95**

große Auswahl

#### Pullover

viele verschiedene

Modelle

+ Farben

Gr. S-XXL  
~~59,95~~

**29.95**

#### Thermohose

Form Greta + Cora

Gr. 38-48, 19-24

~~69,95~~

**29.95**

### HERREN

#### Marken-Stretchhose

##### + Jeans

diverse Modelle,

Farben +

Größen

**10.00**

#### Sweatshirt +

#### Pullover

riesige Modellauswahl

in vielen Größen

**15.00 20.00 25.00**

#### Autofahrer-Cordhose

schwarz, marine

cognac o. stein

Gr. 50-64, 25-32

~~59,95~~

**25.00**

#### Softshelljacke

verschiedene Farben,

mit Kapuze

innen kontrastfarbig,

Gr. S-3XL

~~59,95~~

**25.00**

#### Steppjacke o.

#### Steppweste

Wählen Sie selbst!

verschiedene Farben,

Gr. L-8XL

~~99,95~~

**50.00**

### WÄSCHE

#### Trägerhemd mit Spitze

#### dazu passender Slip

rot + flieder

Gr. 38-46

~~12,95~~

Gr. 48-52

~~14,95~~

**6.95**

**8.95**

#### Damen-Nachthemd

100% Baumwolle, verschiedene

Modelle, Gr. 36-54

~~24,95~~

**9.95**

#### Damen-Schlafanzug lang

100% Baumwolle, verschiedene

Farben, Gr. 36-54

~~34,95~~

**19.95**

#### Herren-Unterhemd

weiß, Fein- u. Doppelripp

100% Baumwolle, Gr. 5 – 10

#### passender Slip

#### mit Eingriff

~~8,95~~

je nur

**2.00**

#### Jogging-/Freizeithose

mit Motivprint 100% Baumwolle

blau

Gr. 48-106

</


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

**Wir kaufen Ihren PKW!**

**Henning Automobile**

**V O L V O**

Volvo PKW Vertragswerkstatt  
Inh. Torsten Henning  
Tel. 04 51 / 48 66 34-0  
Fackenburger Allee 78b · 23554 Lübeck



## Wassermann

21.01. - 19.02.

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

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

[illegible]



# Das Digitale Wohnzimmer

Frischer Wind in der Königsstraße mit dem neuen LN Digital Store

**LÜBECK.** Der 15. Januar 2024 ist ein Grund zum Feiern: Seit knapp zwei Monaten lädt der LN Digital Store in der Königsstraße Besucher in eine gemütliche Atmosphäre ein, ein Ort, der als neuer Heimathafen für die Lübecker Nachrichten fungiert und Gäste dazu einlädt, sich wie zu Hause zu fühlen. Die Besucher:innen haben hier die Gelegenheit, die digitale LN nicht nur zu lesen, sondern zusätzlich hautnah am Bildschirm zu erleben und auszuprobieren. Der moderne Anstrich sowie die freundliche Dekoration bilden das Herzstück des LN Digital Stores in der Lübecker Innenstadt.

Seit dem 17. November 2023 können Interessierte das Angebot nutzen, LN EPaper oder LN Plus vor Ort zu testen. Dieser Service erfreut sich großer Beliebtheit bei den Kund:innen. Im Gegensatz zu eventuellen Vermutungen, dass persönliche Beratung in Zeiten der Digitalisierung zurückgehen könnte, betont Jörg Mikolajewski aus der Marketingabteilung der LN: „Interessierte haben hier die Möglichkeit, sich intensiv über Produkte, Vorteile und besondere Angebote unverbindlich und vor allem persönlich beraten zu lassen.“ Kund:innen, die von den Angeboten überzeugt sind, können hier nicht nur ein Abo für LN+ und das E-Paper abschließen, sondern auch direkt ein Ta-



Im LN Media Store Königsstraße werden die Kunden und Leser kompetent beraten. Foto: Sanner

blet erwerben. „Wer möchte, kann sich sein Tablet auch gleich vor Ort einrichten lassen und es direkt mitnehmen“, fügt Mikolajewski hinzu.

### LN TICKETWELT JETZT IM LN DIGITAL STORE

Und das Beste? Der LN Digital Store beherbergt auch die LN-Ticketwelt, die den Kundinnen vielfältige Angebote rund um Konzerte und Veranstaltungen bietet. Die bisherige Bilanz des LN

Digital Stores fällt äußerst positiv aus. „Wir sind dabei, den LN Digital Store weiter zu optimieren und an die Bedürfnisse unserer Leserinnen anzupassen“, erklärt Mikolajewski. „Kundenanregungen wurden dankend aufgenommen, nun geht es darum, diese in die Realität umzusetzen“, ergänzt er. Der LN Digital Store ist nicht nur ein Ort des Fortschritts, sondern vor allem ein Ort des Miteinanders – fast wie im Wohnzimmer der eigenen vier Wände!

# Yoga für Schwangere und zur Stabilisierung der Hormone

**LÜBECK.** Für Schwangere ab der 16. Schwangerschaftswoche bietet die VHS Lübeck ab Donnerstag, 8. Februar, einen speziellen Yogakurs an. Mit Atemübungen, Yogaübungen und -haltungen sowie Meditationen erhalten Schwangere eine Vielzahl an Hilfsmitteln für den Alltag. Kenntnisse werden nicht vorausgesetzt. (Kurs-Nr. 301-774F, 7 Termine, 42,- Euro, erm. 27,50 Euro). Wer an diesem Kurs teilnehmen möchte, aber an diesem Termin verhindert ist, kann sich den 16. Mai vormerken – dann findet ein zusätzlicher Kurs

Schwangerschaftsyoga statt. (Kurs-Nr. 301-784F, 8 Termine, 47,50 Euro, erm. 31,50 Euro) Passend zum Thema gibt es am Donnerstag, 7. März, einen Yogakurs, der den Hormonhaushalt während unterschiedlicher Zyklus- und Lebensphasen nachhaltig stabilisieren soll. Unter dem Titel „Move with your Cycle“ wird angestrebt, durch hormonelles Gleichgewicht das körperliche sowie mentale Wohlbefinden zu steigern. Die positiven Einflüsse können während der drei Phasen des Menstruationszyklus, aber auch in der Perime-

nopause (ab Ende 30) und in der Menopause erfahren werden. (Kurs-Nr. 301-764F, 14,50 Euro, erm. 10,50 Euro) Darüber hinaus bietet die VHS am Samstag, 9. März, unter dem Titel „Selbstbewusste Frauen haben mehr vom Leben“ einen Kurs zur Persönlichkeitsentwicklung an. (Kurs-Nr. 106-110F, 22,- Euro, erm. 15,- Euro)

**Interessierte können sich online anmelden über [www.luebeck.de/vhs](http://www.luebeck.de/vhs) oder über die VHS Geschäftsstelle in der Huxstraße 118-120, Tel. (0451) 122-4021.**

## RANZENPARADE IM LUV SHOPPING

26.01.2024 & 27.01.2024

Mit vielen tollen Aktionen, wie Sonderverkauf von Schulranzen durch Leder Freytag, gratis Fotopoint, Mitmachaktionen bei EDEKA Martens, Ballonkünstler Salvatore Sabbatino, u. v. m.!

### 10 € LUV-Gutschein

für die ersten 150 Ranzenkäufe

Dänischburger Landstraße 81 | 23569 Lübeck | [www.luvshopping.de](http://www.luvshopping.de) |

# KNUTZEN HOME

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

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

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

## PLISSEES NACH MASS

BERATUNG UND AUFMASS **KOSTENLOS** BEI IHNEN ZU HAUSE!

BIS ZU

# 35%

RABATT AUF DIE

Sun\*Light

KOLLEKTION

## WOHNACCESSOIRES & DEKOARTIKEL

In unseren Filialen

Entdecken Sie unser großes Sortiment an Dekoobjekten, Kunstblumen, Vasen, Bildern und dazu passende Heimtextilien.

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

Herz-Kreislauf-System: Unser Lebensmotor

Das Herz-Kreislauf-System, mit dem Herzen als zentralem Motor, ist entscheidend für unsere Gesundheit. Neben physischen Herzerkrankungen gibt es auch das faszinierende Phänomen des „gebrochenen Herzens“, das emotionale und physische Aspekte verbindet. Erfahren Sie hier mehr darüber.

Herz-Kreislauf-System: Grundlagen

Das Herz-Kreislauf-System, bestehend aus Herz und Blutgefäßen, ist essentiell für das Leben. Es versorgt den Körper mit Sauerstoff und Nährstoffen und hilft, Abfallstoffe zu entsorgen. Das Herz, als zentrale Pumpe, hält dieses System in Gang.

Das Herz pumpt Blut durch ein dichtes Netzwerk von Blutgefäßen, versorgt Muskeln und Organe mit Sauerstoff und Nährstoffen. Es ist ein lebenswichtiges Organ und besteht aus vier Hohlräumen – zwei Kammern (Ventrikel) und zwei Vorhöfen (Atrien) – sowie vier Herzklappen. Die koordinierte Kontraktion der Kammern ermöglicht die kontinuierliche Blutzirkulation. Im Ruhezustand schlägt unser Herz etwa 70 Mal pro Minute und steigert seine Aktivität bei Anstrengung, um den Sauerstoffbedarf der Muskeln zu decken.

**Herzerkrankungen: Eine stille Gefahr:** Herzerkrankungen sind vielfältig und können von koronaren Herzerkrankungen bis zu Herzrhythmusstörungen reichen. Mithilfe von Herzkrankgefäßen versorgt sich das Herz selbst mit

Sauerstoff und Nährstoffen. Ablagerungen in diesen Gefäßen können den Blutfluss jedoch stören und zum gefürchteten Herzinfarkt führen, sobald ein Blutgerinnsel ein Gefäß blockiert. Ein Herzinfarkt, oft ausgelöst durch derartige, verstopfte Herzkranzgefäße, ist eine der häufigsten Todesursachen. Rauchen, Übergewicht und hoher Blutdruck erhöhen das Risiko erheblich.

**Herz-Kreislauf-Stillstand: Ein Notfall:** Beim Herz-Kreislauf-Stillstand handelt es sich um eine plötzliche Unterbrechung der Herzfunktion. Er ist eine der dritthäufigsten Todesursachen außerhalb des Krankenhauses in Deutschland und erfordert sofortige medizinische Maßnahmen.

**Bedeutung der Ersten Hilfe:** Da viele Herz-Kreislauf-Stillstände zu Hause auftreten, ist die Kenntnis und das Vertrauen in Laienreanimation von unschätzbarem Wert. Eine sofortige Herzdruckmassage durch Anwesende kann die Überlebenschancen dramatisch erhöhen, indem sie sie verdoppelt bis verdreifacht. Schulungen und Kurse sind weit verfügbar und werden dringend empfohlen.



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

**Das „Gebrochene Herz“-Syndrom:** Das Gebrochene-Herz-Syndrom, auch als Stress-Kardiomyopathie bekannt, ist eine seltene, akut einsetzende Funktionsstörung des Herzmuskels, die meist durch starke emotionale oder physische Stressfaktoren ausgelöst wird, wie den Verlust eines geliebten Menschen. Ältere Frauen sind häufiger betroffen.

Die Symptome ähneln denen eines Herzinfarkts, einschließlich Brustschmerz und Atemnot. Die gute Nachricht ist, dass das Gebrochene-Herz-Syndrom meistens vorübergehend ist und sich das Herz normalerweise vollständig erholt. Allerdings unterstreicht das Phänomen auch die Verbindung zwischen emotionaler und kardiovaskulärer Gesundheit. Die Pflege der mentalen Gesundheit ist somit ein wichtiger Teil der Herzgesundheit.

**Vorbeugung und Bewusstsein:** Das Herz, als Motor unseres Herz-Kreislauf-Systems, spielt eine zentrale Rolle in unserer Gesundheit. Es ist ein lebenswichtiges Organ, das sowohl physische als auch emotionale Aspekte unserer Gesundheit beeinflusst. Die Bewusstseinsbildung und Prävention von Herzerkrankungen, Herz-Kreislauf-Stillstand und Phänomenen wie „das gebrochene Herz“ sind wichtig, um die Gesundheit zu fördern und Leben zu retten.

Unser Herz braucht unsere ständige Aufmerksamkeit und

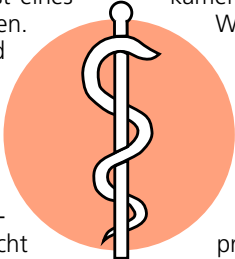
Pflege. Bei gesundheitlichen Fragen und Bedenken ist es insofern immer ratsam, einen Facharzt zu konsultieren. Regelmäßige Kontrollen des Blutdrucks und Cholesterinspiegels sind wichtig. Gesunde Ernährung, Bewegung, Stressmanagement, ausreichend Schlaf und gegebenenfalls Medikamente können helfen, diese Werte zu regulieren.

**Herzratenvariabilität und Biofeedback: Schlüssel zur Stressbewältigung:** Gerade negativer Stress kann Bluthochdruck und Herzprobleme verursachen.

Neben Techniken wie Meditation, tiefen Atemübungen und regelmäßigen Pausen ist Biofeedback eine effektive Methode, um unser Bewusstsein für körperliche Reaktionen wie Herzschlag und Blutdruck zu steigern.

Die Herzratenvariabilität, kurz HRV, zeigt, wie flexibel unser Herz auf unterschiedliche Situationen reagiert. Veränderungen in der HRV finden sich häufig bei stressbedingten Erkrankungen wie Depressionen und Burnout. Biofeedback ist eine Technik, die die HRV nutzt, um zu verstehen, wie unser Herzschlag und unsere Atmung zusammenarbeiten. Besonders bei Stress hilft regelmäßiges Biofeedback-Training, Herzrate und Atmung bewusst in Einklang zu bringen. Dies fördert nicht nur einen gesunden Lebensstil, sondern kann das Risiko für Herzerkrankungen verringern.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken



Übermotivation mit Folgen

Alles und sofort erledigen kann zum Burnout führen.

Präkrastination tritt immer häufiger im Arbeitsalltag auf. Sie ist ein Phänomen der Neuzeit, denn die Digitalisierung und moderne Arbeitswelt begünstigen das Präkrastinieren. Wer dazu neigt, meint, Aufgaben immer sofort erledigen zu müssen. Diese Übermotivation kann auch weitreichende Folgen haben. Sie fangen schon ganz einfach an: Wer zu schnell und überlegt arbeitet, macht eher Fehler. Die Betroffenen wollen Aufgaben direkt abarbeiten, um sie aus dem Kopf zu bekommen - oder auch, um sich Anerkennung zu verschaffen. Das kann aber auch schnell in einem Burnout enden“, so Annegret Finnern Spezialistin für psychosoziale Gesundheit der AOK NordWest.

Das ständige Erledigen von Aufgaben ohne Pausen bringt nicht die erhoffte Entlastung. Denn kaum ist eine Aufgabe erledigt, kommt schon die nächste. Finnern: „Durch die moderne Technik sind wir immer und überall erreichbar und die Erwartungshaltung steigt“, was sich zum Beispiel an dem häufig verwendeten Begriff ‚asap‘ - ‚as soon as possible‘, zu Deutsch: ‚so schnell wie möglich‘ ausdrückt. Es entsteht eine Übermotivation, die durchaus negative Folgen haben kann: „Wir sind nur noch daran interessiert, die To-do-Liste schnell abzuhaken. Dabei kann es leicht zu Ungenauigkeiten und Fehlern kommen oder sogar zu falschen Entscheidungen“, meint Finnern.

Vor allem im Joballtag kommt es häufig zu Präkrastination - manch-

mal auch der Grund dafür, dass private Termine und Verpflichtungen verschoben werden. Wegen der vielen als wichtig und dringend empfundenen Aufgaben im Beruf kommen Freizeit, Partner oder Kinder dann oft zu kurz. „Die Last unerledigter Aufgaben löst bei Betroffenen so starken Stress aus, dass sie die Aufgaben schnell erledigen wollen, um den Stress abzubauen. Dabei lässt sich diese Belastung durch ein überlegtes Arbeitsmanagement und gezielte Pausen genauso gut reduzieren“, sagt Finnern.

Als ersten Schritt empfiehlt sie, Aufgaben zu priorisieren: Sich vor der Arbeit einen Überblick verschaffen und die Aufgaben nach Wichtigkeit ordnen und abarbeiten. E-Mails nicht immer sofort lesen, sondern nur zu bestimmten Zeiten und nach Dringlichkeit bearbeiten. Das hilft, im Arbeitsfluss zu bleiben. Handys sollten nicht mit in Meetings genommen oder dort ausgeschaltet werden. Das vermeidet Stress durch Multitasking. Damit können Arbeitsprozesse und Ergebnisse wirklich wahrgenommen werden.

Finnern: „Voraussetzung ist auch, dass sich die Betroffenen selbst bewusst machen, was wirklich wichtig und dringend ist. Und diesen Schritt überspringen Präkrastinierer eher, arbeiten Aufgaben zwanghaft schnell ab und legen damit den Grundstein für die Entwicklung eines Burnouts.“

➔ Weitere Infos auch auf [www.stress-im-griff.de](http://www.stress-im-griff.de)

Gesundheit

ANZEIGE

Winterblues in den Muskeln? Zahlreiche Menschen profitieren von diesem CBD Gel

Die eisige Kälte im Winter strapaziert die Muskeln, Bewegung und sportliche Aktivitäten beanspruchen sie zusätzlich. Ein wahrer Winterblues für die Muskeln. Viele Menschen verlassen sich daher auf Rubaxx Cannabis CBD Gel – dem Nr. 1 Gel aus der Apotheke für die Pflege beanspruchter Muskeln.

Helmut W. liebt wie viele den Wintersport, doch entsprechend strapaziert sind seine Muskeln nach einem Tag in den Bergen. Denn durch körperliche Aktivitäten werden die Muskeln beansprucht, dazu gehören im fortgeschrittenen Alter auch schon alltägliche Bewegungen wie ausgiebige Winterspaziergänge. Daher ist es wichtig, die beanspruchten Muskeln und Verspannungen zu pflegen.



„Ich habe Rubaxx öfters nach dem Sport aufgetragen und die Muskeln entspannen sich dadurch deutlich. Es lässt sich leicht auftragen. Sehr empfehlenswertes Produkt!“ (Irene T.)



Besonders in der kalten Jahreszeit klagen viele Menschen über beanspruchte Muskeln.

Seine Frau Ulrike ist froh, dass er Rubaxx entdeckt hat: „Mein Mann ist mehr als zufrieden, er meinte, das Gel ist das Beste, das er bisher verwendet hat, er geht mit Freude wieder

Ski fahren!“ Schnell hat sich das im Bekannten- und Familienkreis herumgesprochen, erzählt Ulrike weiter: „Seine Schwester hat es nun auch, sie ist auch sehr begeistert.“ Immer mehr

Vitamin D: die Power für Knochen und Muskeln

Vitamin D, bekannt für den Erhalt normaler Knochen, ist ebenso wichtig für eine normale Muskelfunktion. Doch eine 40-jährige Person bildet nur noch etwa 75 % Vitamin D selbst, während eine 70-jährige Person nur noch die Hälfte bilden kann. Unser Tipp: das pureSGP Vitamin D3 1.000 I.E., das aus hochqualitativem, geschmacksneutralem Kokosöl besteht und eine optimale Aufnahme im Körper ermöglicht.

Menschen greifen zum Nr. 1 CBD Gel aus der Apotheke: Rubaxx Cannabis CBD Gel. Was steckt dahinter?

Zertifiziertes Cannabis Gel mit hohem CBD-Gehalt

Experten haben sich umfassend mit dem Trendstoff CBD aus der Cannabispflanze beschäftigt und konnten aus der Cannabisorte sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren. Mit einer Dosierung von ~600 mg CBD ist Rubaxx Cannabis CBD Gel das Nr. 1 CBD Gel in deutschen Apotheken! Das Cannabis CBD

Gel ist mit Menthol und Minzöl angereichert, zur Pflege beanspruchter Muskeln und wird unter höchsten Qualitätsstandards in Deutschland hergestellt. Bei jeder Produktion wird streng darauf geachtet, dass die geforderte Menge an CBD im Produkt enthalten ist. Verbraucher können das Gel je nach Bedarf mehrmals täglich auf die Haut auftragen. Das Gel wird ganz einfach an der entsprechenden Körperstelle einmassiert. Aufgrund der leichten Formel zieht das Gel schnell ein und fettet nicht.

**Tipp für unsere Leser**

Jetzt Rubaxx CBD Gel auf [pureSGP.de](http://pureSGP.de) online bestellen und gratis Vitamin D3 sichern!

**pureSGP.de**

**UVP 14,99 € GRATIS\***

\*Bei einer Bestellung von Rubaxx Cannabis CBD Gel; nur solange der Vorrat reicht

FULMINAN

Für sichtbar schöne und strahlende Haut



Der Wunsch einer jeden Frau: schöne Haut! Doch mit dem Alter erschlafft die Haut an den typischen Problemzonen wie Gesicht, Dekolleté, Arme und Oberschenkel. Der Grund: Die körpereigenen Kollagenspeicher leeren sich. Doch Sie können etwas tun! Der beliebte Kollagen-Drink Fulminan (Apotheke) gibt reifer Haut, was sie braucht: Er führt dem Körper bioaktive Kollagen-Peptide zu, die Kollagenspeicher werden wieder aufgefüllt!

Zusätzlich enthält Fulminan ausgewählte Vitamine und Mineralstoffe, die ein strahlendes Hautbild unterstützen können: Vitamin C fördert eine normale Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut. Kupfer, Zink und Biotin tragen u. a. zu einem normalen Bindegewebe bzw. zum Erhalt normaler Haut bei. Vitamin E schützt die Zellen vor oxidativem Stress.

Machen auch Sie den Kollagen-Drink zu Ihrem täglichen Beauty-Ritual und fragen Sie in Ihrer Apotheke nach Fulminan!

Mit wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen

Für Ihre Apotheke: (PZN 13306108)



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

(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

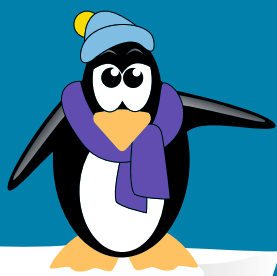
\*CBD Gele; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 06/2023 • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 600 mg CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert



Qualität  
zertifiziert gemäß  
DIN EN ISO 9001:2015

# PINGUIN APOTHEKEN

EISKALT  
REDUZIERT\*



## DIE GRÖSSTE AUSWAHL IN LÜBECK\*

### Grippostad C

24 Kps.  
gegen grippale  
Effekte +  
Erkältungskrankheiten



38 %  
gespart

9.85\*  
€

statt 15,97 €

### Bepanthen Wund- und Heilsalbe

50 g



30 %  
gespart

8.35\*  
€

statt 11,97 €

1 kg = 167 €

### Vigantol 1000 IE

Vitamin D3  
100 Stck



22 %  
gespart

6.95\*  
€

statt 8,98 €

### Sinupret extract

20 Stck.



30 %  
gespart

10.85\*  
€

statt 15,55 €

### GeloRevoice Halstabletten

20 Stck



28 %  
gespart

7.45\*  
€

statt 10,40 €

### Synofen 500 mg/200 mg

20 Tabl.



34 %  
gespart

6.95\*  
€

statt 10,48 €

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



PINGUIN  
APOTHEKEN

Inhaber Jörg Ortmann e. K.

### ACC akut

40 Brausetabl.

zur Lösung von  
Schleim in den  
Atemwegen



36 %  
gespart

19.95\*  
€

statt 31,51 €

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 27.01.2024 - 03.02.2024

Am Hauptbahnhof/  
ZOB  
Konrad-Adenauer-Str. 1  
Tel.: 0451/82966

Im Hochschulstadtteil /  
Im Campus  
Alexander-Fleming-Str. 1  
Tel.: 0451/292 896 66

In der Mühlenstraße  
Südl. Altstadt  
Mühlenstr. 37  
Tel.: 0451/707 510 10

In der Königstraße  
auf 2 Etagen / EG + 1. OG  
Königstr. 59-63  
Tel.: 0451/292 75 55



STELLENMARKT

Wir suchen  
Zusteller\*innen

im gesamten Lübecker Stadtgebiet und Umland sowie im Verbreitungsgebiet Bad Schwartau, Seeretz, Pansdorf, Scharbeutz, Eutin und Malente  
Bei freier Zeiteinteilung am Freitag oder Samstag in deinem direkten Umfeld.

Du bist gerne draußen unterwegs! Dann ist die Zustellung des Wochenspiegels genau das richtige für dich.

Wir bieten einen Minijob auf geringfügiger Basis / Nebenjob. Wir bieten eine fundierte Einarbeitung. Einen Zustellwagen. Eine gute Betreuung durch unser Vertriebsteam. Die Stelle ist geeignet für Schüler\*innen, Studenten\*innen und Rentner\*innen, die im Zustellgebiet zu Hause sind.

Wenn wir dein Interesse geweckt haben, bewirb dich noch jetzt mit den folgenden Daten: Vor- und Nachname, vollständige Adresse, Geburtsdatum, Handynummer und eine gültige E-Mail-Adresse! Bei Minderjährigen bitte auch die Kontaktdaten der Erziehungsberechtigten mit angeben.

Komm in unser Team.

Wir freuen uns dich kennen zu lernen.

Lübecker Nachrichten Zustell GmbH  
Niederlassung Lübeck  
Andreas Haake, Personalrecruiter  
Herrenholz 12, 23556 Lübeck, ☎ 0451-144 1234  
✉ andreas.haake@nordbrief-ostsee.de  
www.lokalboten.de



Für den Bereich der Tertiären Leistungen in der AMEOS Gruppe suchen wir an den Standorten in Lübeck

Reinigungskräfte (m/w/d)

in Voll-, Teilzeit oder auf Minijob-Basis.

Nähere Infos zur Stelle, sowie die Möglichkeit zur Online-Bewerbung auf:  
www.ameos.eu.

Ansprechpartnerin ist Frau Husemann, unter Tel.: 0178 95 04 243.

Suche Arbeit im Bereich der Badezimmer-Sanierung - Fliesen, Mauern, Klempnern Malern. ☎ 0157 - 8783 8999

BOBZIN  
Gebäudereinigung GmbH

Reinigungskräfte (m/w/d) gesucht,

- Lübeck, Kitas, ab 16.00 Uhr,
- Hamberge, Kita, 16.00 Uhr,
- Bad Segeberg, Praxis, ab 18.00 Uhr

Anrufe bitte ab Montag 8.00 Uhr  
☎ 04 51- 3 96 96 0, www.bobzin-gmbh.de

Hilfe bei Pflege gesucht

Rollifahrerin, 57 J., Nähe Friedhofs-allee/HL, sucht ab März '24 Hilfe bei der Pflege (Aufstehen, Duschen, Anziehen), morgens ab ca. 6:30 Uhr für etwa 2 Std., Erfahrung vorteilhaft, Spaß a. d. Arbeit u. Lachen ebenso. Bei Interesse bitte melden unter ☎ 0176 2320 2675

Wir su. fleißige MA auf Minijob-Basis, handverkl. Geschick wäre von Vorteil, mitzupacken ist wünschenswert sowie positives Denken ist Pflicht, als Begleitung f. unseren Monteur. ☎ 0451/490060 j.lau@der-einrichter-bueromobel.de



Wir suchen ab sofort eine/n  
Pflegefachfrau/  
Pflegefachmann

(m/w/d) – für den Wachkoma-Bereich

Vollzeit, Teilzeit, GfB

Brutto-Gehalt bis zu 3.800 €\*

Zulagen & Jahressonderzahlung\*\*

bereits inklusive

\*Gehaltsbeispiel bei Vollzeit-Anstellung

\*\*13. Monatsgehalt oder monatl. Auszahlung

Wir freuen uns auf  
Deine Bewerbung!

Frau Sabrina Zander

E-Mail: einrichtungsleitung@haus-eichenhof-luebeck.de

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

Lukrative Einstiegsmöglichk., 40€/Std. u. mehr, nbfl./hbf. ☎ (0 160) 5 858 232

Reinigungskraft (m/w/d)

3x wöchentl. vormittags (gesamt 8 Std.) in Lübeck gesucht.

Firma Alkiewicz, ☎ 0175/1626262



WOCHENSPIEGEL-STELLENMARKT



WIR BRAUCHEN deine Energie!

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.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir in Vollzeit (39 Stunden/Woche) eine/n qualifizierte/n

Glasfasermonteur:in (m/w/d)

Das Aufgabengebiet:

- Montage, Spleißenarbeiten und Inbetriebnahme von LWL-Kabelnetzen
- Leitungsverlegung im Innen und Außenbereich
- Inbetriebnahme, Einmessung und Entstörung von Breitbandkabelanlagen
- Qualitätsmessungen und Messprotokollierungen
- Erfassung und Erstellung der technischen Dokumentation von aktiven und passiven Systemen und Diensten
- Zuverlässige Kontrolle von Qualität, Terminen und Kosten
- Ausgeprägte Kunden- und Serviceorientierung
- Teilnahme an der Rufbereitschaft (wochenweise)
- Unterstützende Aufgaben im Bereich technische Verwaltung (Kommunikation mit Kunden, Aufmaßprüfung und Abrechnung)

Ihre Kompetenzen:

- Abgeschlossene technische Ausbildung als Kommunikationselektroniker/Fernmeldemonteur idealerweise mit der Fachrichtung Informations- und Telekommunikationstechnik
- Einschlägige Berufserfahrung in der Montage von LWL-Kabelanlagen
- Kenntnisse im Bereich der Netzwerktechnik
- Selbstständige und strukturierte Arbeitsweise kombiniert mit Durchsetzungsvermögen und guter Kommunikationsfähigkeit
- Ausgeprägte Teamorientierung und kooperativer Umgang mit Baupartnern
- Gute Kenntnisse mit Microsoft Office Produkten und ein ausgeprägtes Zahlenverständnis
- Eigenverantwortliche und teamorientierte Arbeitsweise, Flexibilität und Einsatzfreude
- Führerschein der Klasse B/BE

Ihre Vorteile:

Hohe Zukunftsperspektive, Fortbildungsmöglichkeiten, flexible Arbeitszeiten/Gleitzeit, attraktive Vergütung nach TVV, betriebliche Altersvorsorge, betriebliches Gesundheitsmanagement, Bikeleasing, moderne Büroausstattung und Arbeitsmittel, super Teamgeist, 30 Tage Urlaub ...und vieles mehr.

Jetzt bis zum 31. März 2024 bewerben!

Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen (Anschreiben, Lebenslauf und Zeugnisse) mit Angabe Ihrer Einkommensvorstellung und Verfügbarkeit einfach online über unser Stellenportal hochladen unter:

www.jobs.stadtwerke-eutin.de

Bei Fragen steht Ihnen gerne Frau Tarnowski unter der Rufnummer 0 45 21 – 705 460 zur Verfügung.

Wir bitten um Verständnis, dass wir keine entstehenden Reisekosten übernehmen.

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

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

TV / FOTO /  
PHONO / ELEKTRONIK

AV Receiver Denon AVR X 6200 W zu verk. für 490 €. ☎ 04504/4781

Kaufe Amateurfunk-Nachlässe, Elektronenröhren, Messgeräte usw. ☎/WhatsApp 0174/7681154, vintronic@t-online.de

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Wiking PKW u. LKW, 1:87, ca. 150 Stück, Preis VB. ☎ 0163/7066796

HOBBY UND FREIZEIT

Alte Münzen v. Sammler ges.

☎ 01 71/6403700

MARDER-Holzkastenfälle, Lebendfalle auch f. Waschbär zu verk. ☎ 01 73/9528174

SAMMLER zahlt 100€ für CARL ZEISS Klapp-LUPE, Einschlaglupe, tropfenförmig, Vergrößerung 10x. 0152 52076236, kleinesmuseum@web.de

BOOT- / WASSERSPORT

Altes Motorboot, Coronet 24 Fuß, 1 Motor. Z- Antrieb, reparaturbedürftig, aus Krankheitsgründen gegen Gebot zu verk. ☎ 0160/98577198

TIERMARKT

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

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE /  
-WAGEN

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

Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen! ☎ 0800-1860000 (kostenlos) www.ankaufwohnmobile.de

VERSCHIEDENES

Alte Briefmarkensammlungen/Nachlässe v. priv. Sammler gesucht. Diskretion u. Barzahlung werden zugesichert. Gerne auch Münzen. ☎ 0171/7088641

Christus - für Dich gestorben

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

Ledersofa, dkl.-braun, 1,80m breit, ausklappb. Kopfteile, leichte Gebrauchsspuren, an Selbstabholer in HL zu verschrenken ☎ 0451/794134

Mathe-Nachhilfe (weibl.) v. privat in HL gesucht, zur Vorb. auf MSA-Prüfung (mittl. Schulabschl.) ☎ (0 157) 527 27 891

Rose Mölln bittet um erneuten Kontakt zur Zimmernachbarin, Sana Kliniken HL, November 2022.

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

BEKANNTSCHAFTS-  
ANZEIGEN

SIE SUCHT IHN

Ich Barbara, 78 Jahre, mit schöner Figur und etwas mehr Oberweite, bin vertrauensvoll, fahre gern Auto, liebe Musik u. Fernsehhabende, die schwere Zeit der Trauer habe ich überwunden, nun möchte ich wieder nach vorne schauen, deshalb suche ich e. lieben Mann (Alter egal). Ich fühle mich sehr einsam u. würde mich gerne mit Ihnen verabreden. PV Tel. 0151 – 20593017

Ich, Cornelia, 73 J., sehe gut aus, habe eine tolle, schlanke Figur mit schöner Oberweite, bin herzlich u. zärtlich, leider schon verwitwet, lebe ganz allein in meiner Wohnung, bin an nichts gebunden, ich fahre gern Auto u. liebe es den Haushalt zu führen. Bitte melden Sie sich heute noch, wir könnten getrennt oder auch zusammenwohnen. Sie dürfen auch älter sein. PV Tel. 0170 – 7950816

DISKRETE TREFFS

Zum KuscheIn - körperliche Nähe und mehr - wünscht sich großzügiger 70er zu sich eine anschlugsame Frau, vielleicht wird auch mehr daraus. Zusch. an Z14008132

KONTAKTBÖRSE /  
EROTIK

Dunja, rote H., gr. OW ☎ 016393 16290

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Eigentumswohnung Bad Schwartau  
3 Zimmer, 78 qm, Balkon, Tiefgarage, Keller, ruhig gelegen, Heizkessel 2022 erneuert. Bad renovierungsbedürftig. VB 245.000 EUR. Besichtigung 21.01.24 und 28.01.24 von 15.00 bis 17.00 ☎ 04 51 81 04 28 92

Lübeck - Kücknitz

Vermietete 2-Zimmer-ETW mit ca. 47,65 m² Wfl., EBK, Wannebad, Balkon, Kellerraum und Dachbodenabteil vorh., Außenstellplatz, Wohnanlage auf ca. 8.796 m² Erbpachtgrundstück, Bj. 1962, V: 119 kWh/(m²a), Kl: D, FW-Hz, KP: 64.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Grömitz

Penthouse Wohnung in Strandnähe! 4 Zi., ca. 90 m² Wfl., EBK, bodentiefe Tür- und Fensterelemente, ca. 60 m² umlaufende Dachterrasse, ca. 1,2 km zum Strand von Grömitz, ab 01.12.2023 frei, Bj. 2000, V: 134,8 kWh/(m²a), Kl: E, Gas-ZH, KP: 495.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Familienfreundliche ETW in St.Lorenz Nord

96 m², 3-Zimmer, DG, Garten, viel Stauraum, 239.000 € VB, verkehrsberuhigte Sackgasse ☎ 0171-9314740

Lübeck - Kücknitz

1-Zimmer-ETW mit ca. 36,14 m² Wfl., EBK, Wannebad, Balkon, Kellerraum und Dachbodenabteil vorh., Außenstellplatz, Wohnanlage auf ca. 8.796 m² Erbpachtgrundstück, Bj. 1962, V: 126 kWh/(m²a), Kl: D, FW-Hz, KP: 80.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Lübeck - St. Getrud

Perfekt geschnittene, renovierungsbed. 3-Zimmer-Wohnung zentraler Lage, ca. 78 m² Wfl. im Hochparterre, Wohnzimmer mit Balkon, helle EBK, Wannebad mit WMA, separates Gäste-WC, Hauptschlafzimmer zum Garten, überdachter Stellplatz, Bj. 1972, V: 134 kWh/(m²a), Kl: E, Gas-Hz. aus 2005, KP: 225.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Mölln

Attraktive 1-Zi.-Wohnung mit Blick ins Grüne! Ca. 30 m² Wfl., 1. OG, Küche mit WMA, WZ-SZ mit Balkonzugang, Stellpl., Keller- und Dachbodenraum, Bj. 1963, V: 157,9 kWh/(m²a), Kl: E, Gas-ZH, KP: 65.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Pötenitz

Traumhafte 2-Zimmer-ETW in Feldrandlage, ca. 63,20 m² Wfl., 1. OG, WZ mit Balkonzugang, helles Vollbad mit Fenster, EBK mit E-Geräten, mech. Außenrollläden, Keller mit WMA, gr. Gartengrundstück zur Mitnutzung, Bj. 1997, Gas-Hz. aus 2023, V: 111,5 kWh/(m²a), Kl: D, Gas-ZH, KP: 235.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

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 Pönitz

Neubaueigentumswohnung mit großem Gartengrundstück, ca. 84 m² Wfl., 3 Zi., ca. 160 m² Garten mit Sondernutzungsrecht, heller Wohn-/ Essbereich, offene EBK, 2 ebenerdige DB, sonnige Südterrasse, KfW 55 Haus, Fußbodenhz., Bj. 2022, B: 17,0 kWh/(m²a), Kl: A+, Strom-WP, KP: 425.000,- € 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

HÄUSER

Fassensdorf

Charmante Doppelhaushälfte in ruhiger Lage! Ca. 140 m² Wfl., ca. 84 m² Nutzfl., ca. 540 m² Grdst., 5 Zimmer, großzügiges Wohnzimmer, EBK, Duschbad, Dachboden, Vollkeller, Garage, Gartenlaube, Bj. 1981, B: 174 kWh/(m²a), Kl: F, Gas-ZH, Kaufpreis: 320.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Schmidt Hausvertrieb  
HOCHWERTIGE  
MASSIVHÄUSER

Um- und Anbau  
Neubau EFH/MFH  
Photovoltaik mit Speicher  
-KfW Förderung-  
Tel.:0451/88 195 15  
www.schmidt-hausvertrieb.de

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

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir in unbefristeter Anstellung einen

Berater Digital Store (d/m/w)

mit einer wöchentlichen Arbeitszeit von 25 Stunden, bzw. bis 20 Std. (z.B. Werkstudenten)

Ihre Aufgaben:

- kompetente Beratung der Kunden zu unseren digitalen Produkten, insbesondere dem E-Paper und den Tablets
- Vorstellung der digitalen Angebote
- aktiver Verkauf von Abonnements und Tablets
- Pflege und Ausbau der Kundenbeziehungen im Digital Store
- Sicherstellung eines exzellenten Kundenservices und Klärung von Kundenanfragen telefonisch und persönlich

Ihr Profil:

- Erfahrung im Verkauf und in der Kundenberatung
- Begeisterung für digitale Medien und Technologien. Sicherer Umgang mit mobilen Endgeräten - idealerweise Android und iOS

Ihr Herz schlägt für Medien? Dann freuen wir uns über Ihre aussagekräftige Bewerbung.

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

- hohe Serviceorientierung
- Kommunikationsstärke und Freude am Umgang mit Menschen
- Eigeninitiative und Teamfähigkeit
- Interesse an aktuellen Entwicklungen im Medienbereich

Wir bieten:

- eine abwechslungsreiche Tätigkeit in der Lübecker Innenstadt
- aktive Mitarbeit an der Digitalisierung eines renommierten Medienunternehmens
- Mitarbeit in einem motivierten Team
- flexible Arbeitszeitmodelle
- Weiterbildungsmöglichkeiten (z.B. über den MADSACK Medien Campus)
- JobRad, EGYM Wellpass, Jobticket









# Große Eröffnungsfeier

Tag der offenen Tür am 3. Februar in der neuen Geschäftsstelle Zentrale von Ostsee-Medizintechnik in Lübeck-Genin

**LÜBECK.** Das Sanitätshaus Ostsee-Medizintechnik lädt herzlich zur großen Eröffnungsfeier und zum Tag der offenen Tür in der neuen Firmenzentrale am Estlandring 7 in Lübeck-Genin ein. Die Veranstaltung findet am 3. Februar 2024 von 10 bis 14 Uhr statt und bietet ein vielfältiges Programm für die Besucher.

Die Highlights der Veranstaltung umfassen Werkstattführungen, E-Mobil-Probefahrten, das umweltfreundliche soliso® Laufrad zum Probefahren, ein Glücksrad mit attraktiven Gewinnen, eine Einführung in die Ganganalyse, Rollibasketball zum Mitmachen sowie Fußdruckmessungen für wertvolle Informationen zur Fußgesundheit. Die Besucher haben die Möglichkeit, die modernen Räumlichkeiten der neuen Zentrale und Werkstätten zu erkunden.

Die neue Firmenzentrale, unter der Leitung von Geschäftsführer Marco Wilms, wurde im Januar 2024 nach intensiver Planung und Bauzeit bezogen. Der Neubau, gelegen im Gewerbegebiet Genin, bietet nicht nur geräumigere Sanitätshauskabinen, sondern auch moderne Werkstätten und ein Schulungszentrum. Die Erweiterung der Werkstattflächen und die zusätzlichen Räumlichkeiten tragen dazu bei, den gestiegenen Anforderungen der Ostsee-Medizin-



Die neue Geschäftsstelle Zentrale mit Werkstätten. Foto: OMT

technik GmbH gerecht zu werden.

Marco Wilms, Geschäftsführer von Ostsee-Medizintechnik, betont die Bedeutung des Umzugs in die neue Zentrale für die Mitarbeitermotivation und die verbesserten Arbeitsbedingungen. „Damit bieten wir unseren Mitarbeitern ein hochmodernes und attraktives Arbeitsumfeld, in dem sie sich wohlfühlen und das die Zusammenarbeit und den Teamgeist fördert“, erklärt Marco Wilms. Die Nähe zu öffentlichen Verkehrsmitteln und der gesteigerte Komfort des neuen Gebäudes waren ausschlaggebend für die Wahl des Standorts.

Das neue Hauptgebäude erfüllt die erhöhten Anforderungen an die Infrastruktur und Ausstattung der Ostsee-Medizintechnik GmbH.

„Mit dem Umzug möchten wir unseren Kunden ein noch höheres Maß an Service und Qualität bieten“, so Wilms. „Die Investition in den Stammsitz von Ostsee-Medizintechnik stellt einen wichtigen Meilenstein in der Innovations- und Servicestrategie des Orthopädie-technik-Unternehmens dar“.

Marco Wilms bedankt sich bei den geschätzten Kunden: „Ohne Ihre Unterstützung und Zusammenarbeit wäre diese positive Entwicklung nicht denkbar gewesen. Sie sind herzlich eingeladen, am 3. Februar 2024 am Tag der offenen Tür gemeinsam mit uns zu feiern!“

**Ostsee-Medizintechnik GmbH, Estlandring 7, 23560 Lübeck Genin, Tel. 0451 – 290 71 50 [www.ostsee-medizintechnik.de](http://www.ostsee-medizintechnik.de)**

TESTSIEGER

Stiftung Warentest

test

GUT (2,1)

Produkt: Kobold VR7

Kategorie: Saugroboter

Ausgabe: 1/2024

www.test.de

23TP85

TESTSIEGER

Stiftung Warentest

test

GUT (2,1)

Produkt: Kobold VK7 mit Elektrobürste EB7

Ausgabe: 9/2023

www.test.de

23DZ79

Jetzt Aktionsangebote entdecken!



Wir machen uns was aus Qualität.

Und zwar die Besten!

Der Kobold VK7 Akku-Staubsauger und Kobold VR7 Saugroboter: Unsere Testsieger bei Stiftung Warentest

Vorwerk Store Lübeck  
Holstenstraße 22  
23552 Lübeck  
Telefon 0451 70794778

Öffnungszeiten  
Mo – Fr 09.30 – 18.30 Uhr  
Sa 09.30 – 18.00 Uhr

Kobold Produktvorführung zu Hause gewünscht? [www.kobold-vorfuehrung.de](http://www.kobold-vorfuehrung.de)  
Online-Shop: [www.vorwerk.de](http://www.vorwerk.de)



Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG, Mühlenweg 17 – 37, 42270 Wuppertal



Ständiges Müssen?  
Nächtlicher Harndrang?  
Das kann helfen!

Häufiger Harndrang, der Urin kommt nur noch tröpfchenweise oder die Blase fühlt sich nicht entleert an? Schuld daran ist oft die Prostata. Dieses sogenannte „Männerorgan“ kann mit zunehmendem Alter wachsen und dadurch die Harnröhre blockieren. Experten haben ein Arzneimittel namens Prostacalman entwickelt, das gleich drei Wirkstoffe in sich vereint: Serenoa repens, Pareira brava und Populus tremuloides. Diese Arzneistoffe sind dafür bekannt, u.a. den nächtlichen Harndrang zu reduzieren, den Urinfluss zu verstärken und den Restharn in der Blase zu verringern. Genial: Prostacalman beeinträchtigt nicht die Sexualfunktion. Das Arzneimittel ist rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:  
**Prostacalman**  
(PZN 13588549)



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

Abbildung Betroffenen nachempfunden.  
PROSTACALMAN Wirkstoffe: Serenoa repens a, Pareira brava a, Populus tremuloides Dtl. D2. Prostacalman wird angewendet entsprechend den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehören: Blasenentzündungen und Beschwerden beim Wasserlassen, bei vergrößerter Prostata. [www.prostacalman.de](http://www.prostacalman.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

# Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell<sup>1</sup>

Das geht mit flüssigem Ibuprofen in Kapselform

Wenn der Schmerz überhandnimmt, dann sollte es schnell gehen. Der Griff zu Ibuprofen ist für viele Schmerzgeplagte obligatorisch. Häufig greifen wir einfach aus Gewohnheit zur herkömmlichen Schmerztablette. Doch seit ein paar Monaten greifen immer mehr Schmerzgeplagte zur innovativen Flüssigkapsel von Spalt Forte, die doppelt so schnell<sup>1</sup> Schmerzen bekämpft wie herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Ein Pochen an der Schläfe, ein Stechen im Knie, ein dumpfes Dröhnen im Kopf – Schmerzen kennt jeder von uns. Besonders häufig treten Kopf- und Gelenkschmerzen auf. Manchmal begleiten uns die Schmerzen Stunden, manchmal Tage und manchmal bleiben sie sogar dauerhaft. Egal wo der Schmerz sitzt und welcher Art er auch ist, der Wunsch der Betroffenen ist



immer derselbe: den Schmerz schnell abzuschalten!

**Schneller schmerzfrei mit Spalt: flüssiges Ibuprofen in Kapselform**

Seit über 88 Jahren vertraut Deutschland auf Spalt, wenn es um Schmerzen geht. Mit Spalt Forte hat die Expertenmarke eine Flüssigkapsel

entwickelt, die mit flüssigem Ibuprofen einen deutlich schnelleren Wirkeintritt ermöglicht als herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

**Das Besondere:** 400 mg vollständig gelöstes Ibuprofen wurden in eine einen Millimeter dünne, weiche Hülle in einer innovativen Flüssig-

kapsel eingeschlossen. Im Gegensatz zur Tablettenform liegt der flüssige Wirkstoff Ibuprofen deutlich schneller frei verfügbar vor, denn er muss nicht erst im Dünndarm aufgelöst werden. So wird die maximale Konzentration von Ibuprofen im Blutplasma doppelt so schnell erreicht wie bei Ibuprofen in Tablettenform. Das Ergebnis: schneller schmerzfrei mit langanhaltendem Effekt.

**Fragen Sie gezielt nach Spalt Forte**

Neben der extra schnellen Schmerzlinderung bekämpft Spalt Forte zusätzlich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen und Fieber. Zudem sind die kleinen Kapseln leicht einzunehmen und gut zu schlucken. Kein Wunder, dass Spalt Forte Flüssigkapseln in Deutschland so beliebt sind. **Spalt – schaltet den Schmerz ab, schnell!**

Spalt<sup>®</sup>  
**FORTE**

Von dem deutschen  
**Klassiker** bei  
Schmerzen



**Doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs vom Körper<sup>1</sup>**

**Bekämpft auch entzündlich bedingte Schmerzen**

**Wirkt langanhaltend**  
**Rezeptfrei**

**Spalt schaltet den Schmerz ab - schnell!**

Für Ihre Apotheke:  
**Spalt Forte**  
(PZN 00793839)



[www.spalt-online.de](http://www.spalt-online.de)

<sup>1</sup>PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022. • Abbildung Betroffenen nachempfunden.  
SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! [www.spalt-online.de](http://www.spalt-online.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing