

LÜBECK WOCHENSPIEGEL

WWW.WOCHENSPIEGEL-ONLINE.DE

Sonnabend, 11. Januar 2025 • kostenlos

Krank und nicht versichert?

In der Hansestadt werden Menschen, die nicht krankenversichert sind, nicht allein gelassen.

SEITE 2

Lümo: Erweitertes Angebot

Der Bus-on-Demand-Dienst Lümo wird auf Bad Schwartau und Stockelsdorf ausgeweitet.

SEITE 3

Grundschule wird neu gebaut

Die Grundschule am Koggenweg in Buntekuh soll künftig deutlich mehr Schülerinnen und Schüler aufnehmen.

SEITE 6

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

Nur drei Wochen Zeit für Briefwähler

Stimmzettel stehen erst ab 3. Februar zur Verfügung. Bundestagswahl am 23. Februar.

LÜBECK. Die Vertrauensfrage von Bundeskanzler Olaf Scholz am 16. Dezember hat in den Kommunen Zeitdruck ausgelöst. Bereits am 23. Februar ist die vorgezogene Bundestagswahl. Die enge Taktung ist problematisch. Denn es steht bislang nicht einmal final fest, wer zur Wahl antreten wird. „Natürlich ist die verkürzte Frist eine Herausforderung“, sagte Bürgermeister Jan Lindenau (SPD) im LN-Interview. Aber er zeigte sich zuversichtlich, dass alles klappen wird.

Stadtsprecherin Nicole Dorel verdeutlicht den knappen Rahmen. Bis zum 20. Januar können Wahlvorschläge abgegeben werden. Der Kreiswahlausschuss, der über die Zulassung entscheidet, tagt am 24. Januar. Danach folgt eine Woche Einspruchsfrist. Erst anschließend ist klar, wer auf den Stimmzetteln stehen wird. Die Druckerei produziert diese dann übers Wochenende. Die Papiere stehen – wenn alles glattgeht – ab Montag, 3. Februar, zur Verfügung. Das ist knapp drei Wochen vor der Abstimmung. Und erst dann können Wahlunterlagen an Briefwähler verschickt werden. Laut Nicole Dorel stehen sonst sechs Wochen zur Verfügung. „Das ist ein bundesweites Problem.“

Knapp wird es vor allem für Lübecker, die sich weit weg befinden – zum Beispiel in Übersee. Sie können zwar, wie alle anderen auch, die Unterlagen ab 13. Januar beantragen. Das ist auch digital möglich – unter Angabe der vollständigen persönlichen Angaben per Mail an wahlen@luebeck.de. Aber die Unterlagen machen sich erst ab 3. Februar



Die Briefwahl wird immer beliebter. Die Hansestadt Lübeck hat darauf reagiert.

Foto: Agentur 54°

per Post auf den Weg in die Ferne. Dort müssen sie schnellstmöglich ausgefüllt und zurückgeschickt werden, damit sie am 23. Februar in Lübeck vorliegen.

Einfacher haben es Menschen, die in Lübeck wohnen und Briefwahl machen möchten. Zum einen ist der Postweg schneller. Zum anderen haben sie die Möglichkeit, ihre Stimme ab dem 3. Februar in der Wahlzentrale im Rathaus (Große Börse; Eingang von der Marktseite) abzugeben. Dazu bringen sie entweder die Wahlbenachrichtigung mit. Die Schreiben werden ab dem 13. Januar verschickt. Oder aber sie zei-

gen einfach ihren Personalausweis vor. Geöffnet hat die Wahlzentrale montags bis donnerstags von 9 bis 18 sowie freitags von 9 bis 12 Uhr (am 21. Februar bis 15 Uhr). Am Sonnabend, 15. Februar, gibt es eine Sonderöffnung von 9 bis 12 Uhr.

TREND ZUR BRIEFWAHL SETZT SICH FORT

Die Stadt rechnet damit, dass sich der Trend zur Briefwahl fortsetzt. Statt 25 wird es bei dieser Wahl 54 Briefwahllokale geben. Das hat zwei Vorteile: Die Briefwahllokale können künftig den Stadt-

teilen zugeordnet werden. Und die Auszählung wird mutmaßlich schneller gehen.

Natürlich kann am Wahltag ganz herkömmlich in einem der 111 Urnen-Wahllokale abgestimmt werden. Trotz der kurzen Frist stehen alle bekannten Anlaufstellen zur Verfügung. Bei der Kommunalwahl 2023 hatte es eine Panne gegeben, weil auf vielen Wahlbenachrichtigungen falsche Adressen der Wahllokale angegeben waren. Das soll sich nicht wiederholen: „Wir haben alles geprüft und gehen davon aus, dass es reibungslos läuft“, sagt Nicole Dorel.

O. C. KATRE-SCHMUCK

Batteriewechsel sofort

Wir kaufen:

Gold, Silber, Platin, Schmuck, Diamanten, Zahngold, Bernstein, Luxusuhren

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

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

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 BRIEFMARKEN sowie alte Orden und Bilder

www.goldankauf-dose.de

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

KÜCHE?

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

individuell & familiär

Küchen
Tiefen ... hat Ihre Küche!

Schöppich

seit 1973

Bad Schwartau • www.schoepich.de

Gardinen
SCHLICHTING

Unsere Winterangebote

35 %

auf den Nählohn Ihrer neuen Dekoration

- nicht in bar auszahlabar oder mit anderen Aktionen kombinierbar

- Angebot gilt bis 31.01.2025

- Rabatt nur für Neubestellungen

Rabatt nur gegen Vorlage dieser Anzeige bei der Bestellung

Wir waschen Gardinen

35 %

auf maßgefertigte Plissees, ausgewählte Kollektion

- nicht in bar auszahlabar oder mit anderen Aktionen kombinierbar

- Angebot gilt bis 31.01.2025

- Rabatt nur für Neubestellungen

Schwartauer Allee 13a-15 • 23554 Lübeck
5 Parkplätze vor den Schaufenstern • Haltestelle Wickede Str. Linie 1 + 10
Montag - Freitag 10.00 - 18.00 • Sonnabend 10.00 - 13.00
Tel. 0451-43115 • www.gardinen-schlichting.de

Goldankauf
REWE Center Buntekuh,
Ziegelstr. 232
Tel. 0170 3411829
Täglich 10.00 - 18.00 Uhr,
Sa. bis 14.00 Uhr
www.beckergoldankauf.de

!!! Räumungsverkauf !!!

"Die kleine Fundgrube"
Second-Hand-Mode und so allerlei.
Große Burgstr. 38 in 23552 Lübeck



Finden Sie kostenlos Singles an der Ostsee!

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

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



TAFEL LÜBECK e.V.

Schulstraße 8 • 23568 Lübeck • ☎ 0451-59 95 94

info@tafel-luebeck.de • www.tafel-luebeck.de

Spendenkonto: IBAN DE17 2307 0700 0040 4244 00

BIC DEUTDE33

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

Workshop zur Gleichstellung

LÜBECK. Mit gleichstellungs- politischen Ideen und Anregun- gen können Lübeckerinnen und Lübecker am Samstag, 18. Janu- ar ins Jahr 2025 starten: Das Fra- enbüro lädt ein, konkrete Verbes- serungsvorschläge zum Thema Geschlechtergerechtigkeit in Lü- beck einzubringen.

- Was braucht es für mehr Ge- schlechtergerechtigkeit in Lü- beck?
- Wie und womit wollen wir queeres Leben in Lübeck gestal- ten?
- Was oder wen brauchen wir für ein Leben ohne Gewalt in die- ser Stadt?
- Und was sagen Kinder und Ju- gendliche (12 bis 17 Jahre) dazu?

Darum geht es bei dem Betei- ligungsworkshop des Lübecker Frauenbüros am 18. Januar.

BREITE BETEILIGUNG ERWÜNSCHT

Nach dem 1. Aktionsplan Gleich- stellung 2022-2024, der eben- falls mit breiter Beteiligung ent- wickelt wurde, sollen jetzt erneut Maßnahmen und Ideen entwik- gelt werden – als Auftakt am 18. Januar mit den Ideen und dem Wissen der Bevölkerung. Im An- schluss finden weitere Betei- ligungsrunden mit Fach-Expertin- nen und -Experten statt.

Ziel ist die Entwicklung eines 2. Aktionsplanes Gleichstellung, diesmal auch mit Maßnahmen für ein queeres Lübeck, der im Sommer 2025 der Bürgerschaft zur Beschlussfassung vorgelegt werden soll.

Der 2. Lübecker Aktionsplan Gleichstellung soll im Ergebnis konkrete Handlungsaufträge und Verantwortliche für vielfälti- ge Aktivitäten und Maßnahmen zur Umsetzung von mehr Ge- schlechtergerechtigkeit in Lü- beck benennen.

Die Anregungen und Ideen der Bürgerinnen und Bürger, die am 18. Januar eingebracht werden, bilden dafür die Grundlage. Ein spezielles Beteiligungsformat für Kinder und Jugendliche (zwölf bis 17 Jahre) ist ebenfalls dabei.

Der Beteiligungsworkshop fin- det statt von 13 bis 17 Uhr im Übergangshaus, Königstraße 54.

Eine professionelle Kinderbe- treuung ist (bei Anmeldung) ge- währleistet. Eingeladen sind alle Geschlechter.

📍 **Anmeldung bis 13. Januar per E-Mail: frauenbuero@luebeck.de.**

Krank ohne Krankenversicherung: Diese Angebote gibt es in Lübeck

In der Hansestadt werden Menschen, die nicht versichert sind, nicht allein gelassen.

LÜBECK. Irgendwann ist jeder mal krank. Aber nicht jeder, der krank ist, hat auch eine Kranken- versicherung. In Lübeck werden diese Menschen nicht allein gelas- sen. Hilfe finden sie beim Gesund- heitsmobil, der Gesundheitssta- tion und dem Medibüro. Die An- gebote sind kostenfrei.

Als Thomas Müller (58) an die- sem nasskalten Tag mit dem Ge- sundheitsmobil den Lübecker Ko- berg ansteuert, wird er bereits er- wartet. Markus (38, Name geän- dert) ist obdachlos und nicht kran- kenversichert. Er hat eine Wunde an der Hand, die schlecht heilt.

„Komm erstmal rein, hier drin ist es schön warm“, sagt Müller. Die beiden kennen sich seit eini- gen Monaten. Markus setzt sich auf den blauen Behandlungsstuhl im Gesundheitsmobil und ist sichtlich froh, sich etwas aufwär- men zu können. „Meiner Hand geht es schon besser“, sagt der 38-Jährige. Während Müller die Wunde mit einer Salbe versorgt und neu verbindet, fragt er seinen Patienten, wie es ihm in letzter Zeit ergangen ist. „Ach du kennst mich ja, ich lass’ mich nicht unter- kriegen“, sagt Markus mit einem schiefen Lächeln.

„Letztes Mal hast du ja ziemlich gehustet. Ich würde dich gerne noch einmal abhören“, erklärt Müller. Er ist zufrieden mit dem, was er hört. Noch ein kurzer Plausch, dann macht sich Markus wieder auf den Weg. „Pass gut auf dich auf“, ruft Müller seinem Pa- tienten hinterher.

Der 58-Jährige ist einer von zwei hauptamtlichen Mitarbei- tern des Lübecker Gesundheits- mobilis. Hinzu kommen 13 ehren- amtliche Helfer, neun Ärztinnen und Ärzte, zwei Krankenschwes- tern und zwei Fahrer. Weitere eh- renamtliche Mitstreiter sind laut Müller jederzeit willkommen.

Das spendenfinanzierte Ge- meinschaftsprojekt von den Jo- hannitern und der Gemeindedia- konie gibt es bereits seit 2007 – „und es ist nach wie vor einzig- artig in Schleswig-Holstein“, sagt Müller, der seit Anfang 2008 da- bei ist. Jährlich versorgt das Ge- sundheitsmobil zwischen 600 und 700 Klientinnen und Klienten.



Thomas Müller ist von montags bis freitags mit dem Gesundheitsmobil in Lübeck unterwegs. An diesem Tag macht er auf dem Koberg Sta- tion. Foto: Lutz Roeßler

Das Fahrzeug hat eine medizini- sche Grundausstattung an Bord, mit der das Team „kostenlos und vertraulich“ helfen kann. „Etwa 30 Prozent unserer Patienten ha- ben keine Krankenversicherung“, sagt Müller. Dass auch viele Lübe- cker mit Krankenversicherung das niedrigschwellige Angebot nut- zen, hat vielfältige Gründe. „Manch einer geht nicht zum Arzt, weil er sich schämt oder Angst hat oder sich für nicht War- tezimmer-tauglich hält“, erklärt Müller. „Viele entscheiden sich erst in dem Moment, in dem sie das Gesundheitsmobil sehen.“ Deshalb sind der 58-Jährige und seine Kollegin Sabine Steen oft zu Fuß in der Stadt unterwegs und sprechen Menschen an, von denen sie annehmen, dass sie ärztliche Hilfe brauchen könnten.

Das Gesundheitsmobil macht von montags bis freitags an elf Stellen im Stadtgebiet Station. Auf dem Parkplatz der MuK steht es zum Beispiel donnerstags von 11 bis 11.30 Uhr und an der Ma-

rienkirche dienstags von 11 bis 12 Uhr. Darüber hinaus gibt es mit der Gesundheitsstation am Mühlen- torplatz 1 auch eine feste Anlauf- stelle, in der zum Beispiel Blut ab- genommen werden kann und weitergehende Untersuchungen möglich sind.

Was das Gesundheitsmobil der- zeit nicht anbieten kann, ist eine zahnärztliche Behandlung. „Unser Zahnarzt ist mit 80 Jahren in den Ruhestand gegangen“, sagt Müller. Die Suche nach einem Nachfolger war bisher erfolglos. Wer bei Zahnproblemen Bera- tungsbedarf hat, kann sich telefo- nisch beim Gesundheitsmobil melden unter 0451/58010671. Bei Behandlungsbedarf ist die nächste Anlaufstelle für Men- schen ohne Krankenversicherung das Zahnmobil der Caritas in Ham- burg.

„Neben medizinischer Bera- tung und Behandlung bieten wir auch Gespräche auf Augenhö- he“, betont Müller. Sein erklärtes Ziel: „Ich möchte, dass unsere

Klienten wieder besser auf sich achtgeben und sich – gegebenen- falls mit entsprechender Unter- stützung – um eine Krankenver- sicherung kümmern, um so wieder in die Regelversorgung zu kom- men.“

Auch beim von Medizinstuden- tinnen und -studenten sowie weite- ren Freiwilligen betriebenen Medibüro in der Großen Burgstra- ße erhalten Menschen ohne Kran- kenversicherung medizinische Hil- fe. Das Projekt besteht seit 2012, seit 2022 ist es ein eingetragener Verein. „Der Erstkontakt läuft telefonisch. Wir verschaffen uns einen Überblick, laden die Klien- ten gegebenenfalls zu uns ein und vermitteln sie stets an Praxen oder Kliniken weiter“, erklärt Medizinstudentin Lea Schwerin (27) vom Vorstand des Medibüros, das unter 01577/9338144 erreichbar ist.

Einige Arztpraxen würden die vermittelten Patienten pro bono behandeln, nehmen also kein Geld dafür. Andere bieten die Be-

handlung vergünstigt an. Wenn dies nicht möglich ist, versucht das durch den Integrationsfonds ge- förderte Medibüro, zumindest einen Teil der Kosten zu überneh- men. „Doch unser Budget ist be- grenzt und die Förderung musste bisher jährlich neu beantragt wer- den“, erklärt Lea Schwerin. Aber nun ist Besserung in Sicht: Im Haushaltsbeschluss stehen für das kommende Jahr 10.000 Euro und für 2026 sogar 15.000 für das Me- dibüro.

Wenn das Geld knapp wird, starten die Ehrenamtlichen Spen- denaufrufe oder Soli-Partys, sagt Schwerin, „aber das Geld reicht trotzdem nie“. Ihr bitteres Fazit: „Wir können die Versorgungslü- cke nicht einmal ansatzweise schließen, sondern sie nur ein biss- chen kleiner machen.“ Es sei ein Grundfehler im System, dass es zwar „ein Recht auf notwendige und angemessene medizinische Behandlung gibt, dieses aber über Ehrenamtler und Spenden ge- währleistet werden soll“. **GRI**

AUS DER GESCHÄFTSWELT

Wertvolle Inspirationen rund um die Gesundheit

LÜBECK. Gesünder ernähren, mehr Sport treiben, mehr Zeit mit der Familie und Freunden verbrin- gen und mit dem Rauchen aufhö- ren. Diese und weitere Neujahrs- vorsätze haben sich viele vorge- nommen. Wer gesunde Balance zwischen Bewegung und Ent- spannung erleben sowie ein rauchfreies Leben führen möchte, findet in den Gesundheitskursen der AOK NordWest dafür die bes- ten Voraussetzungen. Mit den Gesundheitskursen der AOK NordWest genießt jeder in Lübeck „Gesunde Vorteile“. „Dem- nächst starten wieder diverse Kur- se in Lübeck. Alle Kurse werden von qualifizierten Fachkräften ge- leitet“, so AOK-Serviceregionslei- ter Reinhard Wunsch. Anmeldun- gen sind ab sofort möglich. Die Kursteilnahme ist kostenfrei für AOK-Kunden.

Der Kurs „Achtsamkeitstrai- ning (MBSR)“ richtet sich an Menschen, die in ihrem täglichen Leben Stress vorbeugen oder be- wältigen wollen und sich mehr Gelassenheit wünschen. Das wis- senschaftlich fundierte und wirk- same Programm der Stressbe-



Demnächst starten in Kurse mit noch freien Plätzen. Foto: AOK/Colourbox

wältigung basiert auf angeleite- ten Achtsamkeitsübungen im Liegen, Sitzen, Stehen und Ge- hen. Hierbei geht es darum, inne- zuhalten, im Hier und Jetzt anzu- kommen, sich selbst zu spüren, um den alltäglichen Herausfor- derungen gewachsen zu sein. Die praktischen Übungen wer- den durch Gespräche und Kurz- vorträge ergänzt. Der Kurs star- tet am Donnerstag, 6. Februar.

Wer entspannt ins neue Jahr starten möchte, ist bei „Yoga-

zeit“ am Donnerstag, 13. Febru- ar genau richtig. Die Kursteilneh- merinnen und -teilnehmer erler- nen über acht Wochen Bewe- gungs- und Entspannungsübun- gen sowie eine besondere Atem- technik.

„Faszien-Fit“, ein Kurs, der quasi unter die Haut geht und so- mit die eher passiven Strukturen erreicht. Regelmäßige Faszien- arbeit sorgt nicht nur für mehr Beweglichkeit und Ausdauer, sondern vermindert auch

Schmerzen des Bewegungsap- parats und aktiviert das Immun- system. Wie Faszien trainiert werden können und was das be- wirkt, lernen Interessierte ab Donnerstag, 13. Februar kennen.

Sich selbst und dem Leben achtsamer zu begegnen und die Balance zu schaffen, zwischen dem, was einem wichtig ist und dem, was andere sich von einem wünschen. Diese spannenden Themen lassen sich im Kurs „Le- be Balance“ mit effektiven Übungen durch speziell geschul- te Trainerinnen und Trainer be- antworten. Start in ein Leben in Balance ist ebenfalls am Don- nerstag, 13. Februar.

Die komplette Übersicht zu al- len Kursen in der gesamten Re- gion sowie zu den AOK-liveonli- ne-Kursen gibt es unter www.aok.de/nw. Anmeldungen sind entweder dort online mög- lich oder telefonisch im AOK-Prä- ventions-Team bei Nicole Bartos unter der kostenfreien Rufnum- mer 0800 2655-506547. Alle AOK-Präventionsangebote sind kostenfrei für AOK-Kundinnen und -Kunden.

Wahlhelfer gesucht

LÜBECK. Am Sonntag, 23. Fe- bruar, wird der Deutsche Bundestag neu gewählt. Eine Wahl kann nur durchgeführt werden, wenn die Bürger aktiv am Ablauf mit- wirken. Vor diesem Hintergrund sucht die Hansestadt Lübeck noch Wahlhelfer.

Wahlhelfer werden können al- le, die auch zur Bundestagswahl 2025 wahlberechtigt ist. Dies sind alle deutschen Staatsange- hörigen, die am Wahltag das 18. Lebensjahr vollendet haben, seit drei Monaten den Hauptwohn- sitz in Deutschland haben und nicht per richterlicher Entschei- dung vom Wahlrecht ausge- schlossen wurden.

Fünf bis sechs Wahlhelfer bil- den einen Wahlvorstand, der am Wahlsonntag die ordnungsge- mäße Stimmabgabe und Stimm- auszählung sicherstellt. Die Mit- wirkenden kümmern sich vor Ort um die Überprüfung der Wahlbe-

rechtigung, die Stimmzettelaus- gabe, die Ermittlung der Wahlbe- teiligung und die Feststellung des Abstimmungsergebnisses.

Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Notwendiges Wissen wird entweder durch eine Schulung oder durch Informa- tionsmaterial vermittelt. Soweit möglich erfolgt ein Einsatz in Wohnortnähe.

Für das Ehrenamt wird ein Erfri- schungsgeld zwischen 50 und 75 Euro gezahlt. Der Betrag wird nicht auf Sozialleistungen ange- rechnet. Darüber hinaus besteht für die Dauer der Tätigkeit ein Unfallversicherungsschutz.

📍 **Alle, die Interesse haben bei der Wahl und Auszählung mitzuwir- ken können sich im Wahlbüro unter Telefon 0451/ 1221230 oder www.luebeck.de/wahlen bezie- hungsweise per E-Mail an wahlen@luebeck.de melden.**

Tanzbar mit Funk, Soul und Disco

INNENSTADT. Am Sonnabend, 18. Januar, öffnet die Tanzbar, Mühlenstraße 53, ab 20 Uhr wie-

der ihre Türen für alle, die Lust ha- ben auf Funk, Soul und Disco zum Abtanzen. Der Eintritt ist frei.

Lümo auch in Stockelsdorf und Bad Schwartau verfügbar

Gebietsausweitung des On-Demand-Angebots der Stadtwerke Lübeck Mobil.

LÜBECK/ STOCKELSDORF/ BAD SCHWARTAU. Mobil mit Lümo – ab sofort auch über die Grenzen der Hansestadt hinaus: Mit der Ausweitung des Betriebsgebiets auf Stockelsdorf und Bad Schwartau können Einwohner das On-Demand-Angebot der Stadtwerke Lübeck Mobil künftig jeden Abend nutzen. Lümo ergänzt den regulären Busfahrplan freitags, samstags und vor Feiertagen von 20 bis 4 Uhr und sonntags bis donnerstags von 20 bis 1 Uhr. Damit trotz des größeren Betriebsgebiets keine langen Wartezeiten für Kunden entstehen, wurden drei weitere elektrische Fahrzeuge angeschafft. Insgesamt ist Lümo damit mit bis zu zehn Fahrzeugen unterwegs, die teilweise auch Rollstühle befördern können.

FORSCHUNGSPROJEKT FÜR ZUKUNFTSFÄHIGE MOBILITÄT

Möglich macht dies die Förderung des BMBF in Höhe von etwa 1 Million Euro für das Forschungsprojekt in Lübeck der Stadtwerke Lübeck Mobil und der Universität zu Lübeck. Anhand von Lümo wird hierbei bis Ende Juni 2026 an zukunfts-fähigen Mobilitätsangeboten geforscht, die sich an den Mobilitätsbedürfnissen der Bürger orientieren. Die Erweiterung auf die Nachbarkommunen Stockelsdorf und Bad Schwartau war Voraussetzung für die weitere Förderung, damit Erkenntnisse über Effekte und Mobilitätsbe-



Freuen sich über die Gebietsausweitung: Tim Schrills (v. l., Universität zu Lübeck), Andreas Ortz (Geschäftsführer Stadtwerke Lübeck Mobil), Dr. Katrin Engeln (Bürgermeisterin Bad Schwartau) und Julia Samtleben (Bürgermeisterin Stockelsdorf) Foto: Stadtwerke Lübeck

dürfnisse, die über kommunale Grenzen hinausgehen, gewonnen werden können. Dazu soll im Rahmen des Projekts ein Bürger:innenrat geschaffen werden, in dem eine zufällig ausgewählte Gruppe von Bürgern ihre Perspektive einbringen kann. Die bisherigen wissenschaftlichen Untersuchungen der Universität zeichnen ein positives Bild. Laut der durchgeführten Workshops, Umfragen und Untersuchungen fühlen sich die Lübecker bei der Nutzung des On-Demand-Angebots sicher, schätzen dessen Flexibilität und

sind so motivierter den ÖPNV mehr zu nutzen. Dieses positive Feedback bestätigen auch die Nutzungszahlen, denn seit Januar 2023 haben rund 80.000 Fahrgäste Lümo genutzt – bis zu 320 Menschen pro Nacht. Diese Zahlen zeigen, dass Lümo bei den Bürger:innen eine hohe Akzeptanz findet und ein zentrales Mobilitätsbedürfnis am Abend und in der Nacht befriedigt.

SO FUNKTIONIERT DIE NUTZUNG

Wie auch in Lübeck ist die Bu-

chung einer Lümo-Fahrt über die Lümo-App sowie unter der Service-Nummer 0451/8887070 innerhalb der Betriebszeiten möglich. Die Fahrt mit Lümo erfolgt zu den Fahrpreisen des Schleswig-Holstein-Tarifes, zuzüglich eines Komfortzuschlages in Höhe von einem Euro pro Fahrt und Person. Besonders vorteilhaft ist dies für Abo- und Zeitkartenkunden mit einem vorhandenen, gültigen Ticket, da für sie lediglich der Komfortzuschlag anfällt.

➔ Weitere Informationen unter luemo.swhl.de.

Angebote des Tanzclubs Hanseatic

LÜBECK. Der Tanzclub Hanseatic Lübeck, Falkenstraße 37a, bietet Möglichkeiten für Einsteiger und Fortgeschrittene, sich zu Cha Cha Cha, Rumba, Langsamer Walzer oder Tango sportlich zu betätigen. Es gibt auch Angebote für Videoclip/HipHop, Zumba und Jazztanz. Am Freitag, 17. Januar, startet darüber hinaus eine neue Gruppe mit tänzerischer Gymnastik von 10.45 bis 11.45 Uhr. Für ältere Menschen gibt es die Rubrik Erlebnistanz und Tanzen im Sitzen. Kindergruppen werden ebenso unterrichtet. Darüber hinaus gibt es auch einen Tanzkreis LSBT*Q. Wer neugierig geworden ist, kann einfach reinkommen und mitmachen. Ein kostenloses Probetraining ist dreimal möglich. Parkplätze gibt es direkt vor der Tür, ebenso eine Bushaltestelle.

➔ Weitere Informationen unter www.tc-hanseatic.de oder Telefon 0451/33050.

Gewaltfreie Kommunikation

ST. LORENZ NORD. Die Frauenberatungsstelle Aranat, Steinrader Weg 1, bietet ab Montag 20. Januar, von 17.30 bis 19.30 Uhr für Frauen einen Einführungskurs mit vier Terminen zum Thema „Gewaltfreie Kommunikation“ an. Es geht darum, neue Wege aufzuzeigen, mit konfliktvollen Situationen einen wertschätzenden Umgang zu finden. Die Veranstaltung wird geleitet von Natalie Stamer, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, und kostet je nach Einkommen zwischen 15 und 60 Euro. Um Anmeldung wird gebeten unter Telefon 0451/4082850 oder info@aranat.de.



Jetzt auch in
Bad Schwartau
und
Stockelsdorf

Mit Lümo: Aber sicher!

Der **On-Demand-Bus** in der Region Lübeck. Ihr Lümo für spontane oder geplante Fahrten. Sie buchen per **App** oder **Telefon** – wir bringen Sie **sicher, bequem und preiswert** an Ihr Ziel. Mehr Infos unter: luemo.swhl.de





Blasenschwäche? Wir helfen Ihnen!

Telefon: 0451 / 39 890 – 5725

Inkontinenz BERATUNGSZENTRUM
Bad Schwartau - kostenlos & individuell - **EINZIGARTIG!**

Termin einfach online buchen
www.unizell.de/inkontinenzberatung/
oder einfach QR-Code scannen



unizell MITGLIED IM FÖRDERKREIS Deutsche Kontinenz Gesellschaft Unsere Marken  
unizell Medicare GmbH • Pohnsdorfer Straße 3 • 23611 Bad Schwartau

Geschäftswelt

– Anzeige –

Abnehmen gemeinsam ist einfach einfacher

Am 7. Januar sind wir in 23564 Lübeck, Bäckerstr. 11 ins Jahr 2025 gestartet.

Die Kurse finden das ganze Jahr dort statt, immer Di. 16.30, Mi. 18.30 und Fr. 11.15 Uhr.

Neu: Am Fr. 17.01. findet um 16.30 Uhr eine Infoveranstaltung in der Physiotherapie S. Kruesmann statt, Waisenallee 7 in Lübeck.

Haben genügend Personen Zeit und Interesse, ihre gesunde Ernährung auf den neusten wissenschaftlichen Stand zu bringen? Egal ob Du abnehmen möchtest oder das Gewicht halten.

Alle meine Präventionskurse sind Krankenkassen zertifiziert!

Der 8 Wochenkurs kostet inkl. Biomessung und Unterlagen 159 € und wird von der Krankenkasse mit 75 - 100 % bezuschusst.

Keine Zeit 8 - 10 Wochen zum Kurs zu kommen? Dann hätte ich für Dich Einzelberatung, Online Programm oder einen Detoxkurs im



Angebot. Der nächste Detoxkurs- Richtig entgiftet um den Körper zu entzuckern und einen guten Säure Basen Haushalt herzustellen findet am 11.01. von 15 - 17 in der Bäckerstraße statt. Für Fragen stehe ich Ihnen gerne unter: 0173-7416263 zur Verfügung.

Mehr unter:
www.abnehmen-hoff.de
Praxis für Ernährungsberatung
Anya Hoff
Bäckerstr. 11
23564 Lübeck

Das war Lübeck vor 50 Jahren.



224 Seiten, Format: 23,8 x 29,0 cm

Lübeck: Königstraße 67 A,
Bad Segeberg: Kurhausstraße 12

Lübecker Nachrichten 

15 JAHRE SCHMELZER... HÖRSYSTEME

SCHMELZER FEIERT GEBURTSTAG!

Mit großem Stolz blickt Schmelzer Hörsysteme im Jahr 2025 auf 15 erfolgreiche Jahre zurück! Was am 13. Januar 2010 mit der Eröffnung des ersten Fachgeschäfts in Glinde begann, hat sich zu einer echten Erfolgsgeschichte entwickelt. Damals wagte Felix Schmelzer mit nur 27 Jahren den Schritt in die Selbstständigkeit – trotz eisiger Temperaturen am Eröffnungstag war es ein voller Erfolg. Heute zählt das Familienunternehmen 18 Standorte in der Region, und weitere Eröffnungen sind bereits in Planung.



Das Team in Glinde – hier begann unsere Geschichte.

EINE ERFOLGSGESCHICHTE, DIE VERBINDET

Aus dem ersten Fachgeschäft mit drei Mitarbeitern in Glinde hat sich ein erfolgreiches Familienunternehmen entwickelt, das mit über 80 engagierten Mitarbeitern modernste Hörsysteme, individuellen Service und eine einladende Atmosphäre in allen Fachgeschäften bietet.

Seit 2016 ist Christoph Schmelzer, der Bruder von Felix Schmelzer, Teil des Teams. Mit seinem Sohn Ben, der 2023 eine Ausbildung zum Hörakustiker

begann, setzt die nächste Generation die Familientradition fort. Egal ob in Trittau, Travemünde, Lübeck oder Geesthacht – Schmelzer Hörsysteme ist für alle da, die auf hochwertige Hörlösungen und beste Beratung setzen. Dabei fördert das Unternehmen Nachwuchstalente und bietet spannende Karrieremöglichkeiten – vom Auszubildenden bis hin zur Betriebsleitung.

FREUNDLICHKEIT, EHRlichkeit, KOMPETENZ

Unser Ziel bei Schmelzer Hörsysteme ist seit 15 Jahren unverändert: Jedem Kunden den Weg zum



DIE SCHMELZER GARANTIE*

- ★ 4 Jahre Garantie
- ★ 2 Jahre Garantie auf IDO's
- ★ 3 Jahre 50% Verlustschutz
- ★ Bestpreis-Garantie

bestmöglichen Hören zu verhelfen. Mit der Schmelzer-Garantie bieten wir ein „Rundum-Sorglos-Paket“. Hörsysteme können unverbindlich in der gewohnten Umgebung getestet werden, um das perfekte Modell für die individuellen Bedürfnisse zu finden – für ein Hörerlebnis, das rundum begeistert.

VERANTWORTUNG FÜR MENSCH UND NATUR

Bei uns ist soziales Engagement fest in der Unternehmensphilosophie verankert. Wir sind der Überzeugung, dass erfolgreiche Unternehmensführung mit sozialer Verantwortung eng verbunden sein sollte.

Wir engagieren uns aktiv für den Umweltschutz, indem wir Bäume zur CO²-Kompensation pflanzen und Blumensträußen verschenken, um blühende Lebensräume für Bienen entstehen zu lassen. Gebrauchte Hörgeräte werden an Kinder in ärmeren Ländern in Zusammenarbeit mit dem Lionsclub gespendet, und das Kinderhaus „Blauer Elefant“ wird durch regionales Sponsoring sowie Geld- und Sachspenden unterstützt.

Mit großer Freude feiern wir als Familienunternehmen unser Jubiläum mit tollen Angeboten und bedanken uns bei allen Kunden und Mitarbeitern, die diesen Erfolg möglich gemacht haben. Wir freuen uns auf viele weitere Jahre voller Innovation, Service und herzlichem Engagement!

Kommen Sie vorbei und feiern Sie mit uns!

WELCHES HÖRSYSTEM PASST ZU MIR?

Nutzen Sie die Gelegenheit, verschiedene Hörsysteme kostenfrei und unverbindlich zu testen und zu vergleichen – sowohl in Bezug auf Preis als auch Leistung.

KOMFORT-KLASSE

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

PHILIPS

TOP NULLTARIF-HÖRSYSTEM

Übertrifft Krankenkassen-Anforderung
Mikrofonautomatik • Bluetooth ...

Beltone

PREMIUM KLASSE

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

optimushearing
MORE THAN JUST HEARING

AUSPROBIEREN, VERGLEICHEN & PROFITIEREN!

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

Das Schmelzer Nulltarif-Hörsystem überzeugt durch eine kompakte Bauweise, starke Leistung und Bluetooth-Kompatibilität und übertrifft damit die Anforderungen der Krankenkassen.

Die Hörsysteme der Komfort- und Premium-Klasse bieten modernste Technik und einen natürlichen, hochauflösenden Klang. Hinter-dem-Ohr-Hörsysteme bieten Funktionen wie Smartphone-Anbindung, TV- und Musik-Streaming sowie eine

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

einfache App-Steuerung. Dank Akku-Technologie sind sie den ganzen Tag nutzbar, ohne Batteriewechsel. Im-Ohr-Hörsysteme sind klein, maßgeschneidert und bieten eine perfekte Passform für leichten bis mittleren Hörverlust. Testen Sie unverbindlich in Ihrem gewohnten Umfeld und finden Sie das passende Hörsystem für sich.

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin für Ihre individuelle Höranalyse und lassen Sie sich von unseren Experten kompetent und bedarfsgerecht beraten – wir freuen uns auf Sie!

ERÖFFNUNGEN DER SCHMELZER FACHGESCHÄFTE 2010 – HEUTE:

GLINDE	2011	TRITTAU	2015	BARSBÜTTEL	2017	LÜBECK SCHLUTUP	2019	REINBEK	2021	GROBHAUSDORF RATZBURG	2023	SCHWARZENBEK GEESTHACHT HL CAMPUS CENTER
2010	STOCKELSDORF	2013	BARGTEIHEIDE	2016	TRAVEMÜNDE	2018	AHRENSBURG LÜBECK ZENTRUM	2020	BAD OLDERSLOE	2022	BAD SCHWARTAU MÖLLN	2024

* Beim Kauf eines Hörgerätes erhalten Sie die Schmelzer Garantie. Diese beinhaltet vier Jahre Garantie, auf Optimus Hearing Hörsysteme 5 Jahre Garantie (davon ausgeschlossen sind Hörer, Otoplastiken und Ladestationen). Auf Im-Ohr Hörsysteme 2 Jahre Garantie, sowie drei Jahre 50% Verlustschutz für alle Hörsysteme. Das heißt, dass Sie bei Verlust eines Hörgerätes in den ersten drei Jahren nach Kaufabschluss nur 50% Ihres privaten Eigenanteils bezahlen.
** Anmeldefrist ist bis zum 31. Januar 2025 und das Angebot dann gültig bis zum 30.04.2025. Der Wertgutschein in Höhe von 100 € wird mit dem Kaufabschluss der hier beworbenen Hörsysteme ausgehändigt, oder direkt vom Kaufpreis abgezogen. Das Angebot ist nicht mit weiteren Aktionsangeboten kombinierbar.

ZUR TERMINVERGABE: schmelzer-hoersysteme.de

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

Lübeck Campus
Alexander-Fleming-Str. 1
23562 Lübeck
T 0451 – 498 986 86

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

Lübeck Schlutup
Mecklenburger Str. 67
23568 Lübeck
T 0451 – 450 563 20

Stockelsdorf
Ahrensböcker Str. 34 – 36
23617 Stockelsdorf
T 0451 – 880 515 95

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

Wegen neuer Wohngebiete: Grundschule in Buntekuh wird neu gebaut

Starker Zulauf in den kommenden Jahren erwartet – Einrichtung am Koggenweg braucht mehr Platz – Baubeginn offen.

LÜBECK. Der Wohnpark am Wiesental wird bereits bewohnt. Auf dem früheren Sellschop-Gelände an der Moislinger Allee entsteht ein Wohngebiet für 1000 Menschen. Die neuen Wohngebiete haben Folgen für die Grundschule am Koggenweg in Buntekuh: Das städtische Gebäudemanagement (GMHL) plant einen Ausbau von drei auf fünf Züge – also fünf Parallelklassen pro Jahrgang. Das bedeutet deutlich mehr Schülerinnen und Schüler.

Die Stadt will dafür ein neues Schulgebäude bauen. Wie das aussehen könnte, dazu gibt es jetzt immerhin einen Entwurf: Der Architektenwettbewerb für die neue Grundschule am Koggenweg in Buntekuh ist beendet, zwei Hamburger Büros haben gewonnen.

„Traumhaft gut“, kommentiert Schulleiter Jörg Rosenberger auf LN-Anfrage diese Nachricht. „Ich freue mich riesig, für die Kinder und das Kollegium. Um die Schule entsteht ein Wohngebiet nach dem anderen, und da gehört eine vernünftige Infrastruktur nun mal dazu.“

Jörg Rosenberger kämpft seit gut acht Jahren für eine Erweiterung der Schule. 2017 prognostizierte ein von der Stadt beauftragter Schulentwicklungsplaner, dass am Koggenweg acht weitere Klassen- und Ganztags-

räume nötig seien. Im Januar 2020 erklärte die damalige Bildungssenatorin Kathrin Weiher, dass wegen des großen Ansturms auf die Grundschule in Container ausgewichen werden müsse.

Aktuell werden rund 300 Schülerinnen und Schüler am Koggenweg unterrichtet, 25 Lehrkräfte und weitere 25 Mitarbeiterinnen zählt die Ganztagsbetreuung. Künftig werden es mindestens 400 Schülerinnen und Schüler sein. Schon jetzt nehme die Zahl der Anmeldungen zu, berichtet der Schulleiter.

Wann der Bau beginnt, kann das Gebäudemanagement der Hansestadt noch nicht sagen. „Der Wettbewerb diente der Gewinnung eines geeigneten Architekten und Freiraumplaners auf Grundlage eines Entwurfsgedankens“, erklärt eine Stadtsprecherin, „in die eigentliche Planung des Gebäudes sind wir noch nicht eingestiegen.“

UNTERRICHT SOLL WÄHREND DES NEUBAUS WEITER LAUFEN

Der Entwurf der siegreichen Hamburger Architekturbüros habe die Jury „durch die stimmige Verknüpfung mit dem städtebaulichen Umfeld sowie dem bestehenden Ensemble aus Mensa und Sporthallen auf dem Schulgelände“ überzeugt. Der



Die Grundschule am Koggenweg in Buntekuh soll neu gebaut und erweitert werden. Bereits neu ist die Mensa (links).

Foto: Agentur 54°

Neubau werde aus nachhaltigen Materialien errichtet und bestehe durch „soveräne Schlichtheit“, befand die Jury, die aus renommierten Architektinnen, Landschaftsarchitekten sowie Vertretern der Stadtverwaltung bestand.

Wann immer der Neubau beginnt, er wird für die Schulgemeinschaft eine Herausforderung werden. „Der Unterricht

soll während der Bauphase im alten Schulgebäude weiterlaufen, und der Neubau entsteht auf dem jetzigen Schulhof“, erklärt Jörg Rosenberger auf LN-Anfrage den Ablauf. „Anschließend erfolgt der Abriss des alten Gebäudes. Auf dieser Fläche entsteht dann der neue Schulhof.“

Auch zu den Kosten des Neubaus kann das städtische Ge-

bäudemanagement zum jetzigen Zeitpunkt noch keine belastbaren Aussagen machen, „da wir uns noch in einem sehr frühen Stadium der Planung befinden“. 2023 hatte die Verwaltung fünf Varianten für eine Erweiterung geprüft, zwei kamen in die engere Wahl – beide sahen einen Ersatzneubau auf dem Schulgelände vor. Die Kosten für beide Lösungen wurden damals

auf jeweils 17 Millionen Euro geschätzt.

Im Oktober hat die Grundschule bereits die neue Mensa gefeiert. Bislang mussten die Schülerinnen und Schüler im Vereinsheim des benachbarten SC Buntekuh zu Mittag essen. Die neue Mensa, an der rund ein Jahr gebaut wurde, bietet 142 Sitzplätze auf 210 Quadratmeter und kostete 5,5 Millionen Euro. **DOR**

Unsere besten Winterreisen-Highlights 2025

Mit modernen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin

Code: RB 02 – 1

REISEBÜRO
Behrens

Buchbar auch
im Internet:
SCAN ME



2-Tage Reise



Zum „Polenmarkt“ bei Stettin

mit First-Class-Hotel in Top-Lage

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im Radisson-Blu Hotel • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Tel. • 1 x Frühstücksbuffet • kostenlose Nutzung des Hotelschwimmbades • Freizeit zum Shoppen und Bummeln in Stettin am 1. Tag • Besuch des großen Polenmarktes in Linken am 2. Tag vormittags

Reisetermine:

- 01.02. – 02.02.2025
- 22.02. – 23.02.2025

pro Person im DZ
nur € 119,90
EZ-Zuschlag: € 39,-

2-Tage Reise



Winterschnäppchen Harz

Schlachtfestbuffet – Brockenbahn - Hexenabend

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im historischen Komforthotel nebst Gästehaus • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV • 1 x Harzer Frühstücksbuffet • 1 x Schlachtfestbuffet mit warmen u. kalten Spezialitäten des Harzes • „Hexenabend“ im Hotel • am 1. Tag Fahrt nach Wernigerode, Fahrt mit der „Brockenbahn“ bis Schierke • Rückfahrt über Braunlage

Reisetermine:

- 07.02. – 08.02.2025
- 08.02. – 09.02.2025
- 14.02. – 15.02.2025

pro Person im DZ
nur € 159,90
kein EZ-Zuschlag

3-Tage Reise



Rügen im Winter

Inselrundfahrt • Stralsund • Fischland Darß Zingst

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 2 x Übernachtung im IFA-Hotel Binz • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, Föhn, TV, Tel. • 2 x Frühstücksbuffet • 2 x Abendbuffet inkl. 1 Tischgetränk • große Inselrundfahrt Rügen mit Reiseleiter • Anreise mit Besichtigung in der Hansestadt Stralsund • Rückfahrt über die Inselkette Fischland/Darß/Zingst mit Aufenthalt in Wustrow • Kurtaxe

Reisetermine:

- 31.01. – 02.02.2025
- 28.02. – 02.03.2025

pro Person im DZ
nur € 279,90
EZ-Zuschlag: € 129,-

6-Tage Reise



Wintertraum Schwarzwald

Panorama-Zugreise • Schwarzwaldrundfahrt • Straßburg

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 5 x Übernachtung im Hotel „Roter Buhl“ im Schwarzwald • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Tel. • 5 x Frühstücksbuffet • 5 x 3-Gang-Abendmenü • Schwarzwaldrundfahrt mit Reiseleiter • Elsassrundfahrt mit Reiseleiter • Schwarzwald-Bahnen-Fahrten • Musikabend im Hotel

gegen Aufpreis buchbar:

- Tagesfahrt in die Schweiz nach Basel, p.P. € 22,-

Reisetermin:

- 09.02. – 14.02.2025

pro Person im DZ
nur € 499,90
EZ-Zuschlag: € 79,-

8-Tage Reise



Sonneninsel Usedom – Top Hotel

„Platino Mare“

Winter-Kurreise „de Luxe“

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 7 x Übernachtung im Wellness-Resort „Platino Mare“ in Swinemünde • 7 x Frühstücksbuffet • 7 x Abendessen inkl. Getränke zum Abendessen • Physiotherapeutische Beratung mit Therapieplan • 2 Anwendungen pro Werktag lt. Therapieplan • freie Nutzung von Schwimmbad u. Sauna • Bademantel auf dem Zimmer • Abendprogramm

Reisetermine:

- 08.02. – 15.02.2025
- 15.02. – 22.02.2025

pro Person im DZ
nur € 639,90
EZ-Zuschlag: € 249,-

4-Tage Reise



Entdeckerfahrt nach Edinburgh

mit Top-Hotel zum Schnäppchenpreis
inkl. Stadtrundfahrt Edinburgh

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 2 x Übernachtung an Bord Amsterdam – Newcastle – Amsterdam mit DFDS-Fähren inkl. 2-Bett-Kabinen mit DU/WC inkl. großem Frühstücksbuffet • 1 x Übernachtung im Komforthotel in Edinburgh m. Frühstücksbuffet • alle Zimmer m. Bad o. DU/WC, TV, Tel. • große Stadtrundfahrt in Edinburgh m. Reiseleitung

Reisetermine:

- 23.02. – 26.02.2025 – € 299,90
- 23.03. – 26.03.2025 – € 319,90

Reisepass erforderlich!

pro Person im DZ/DKI
ab € 299,90
EZ/EKI-Zuschlag: € 119,-

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



Volker Fliegner geht in den Ruhestand

LÜBECK. Der langjährige Geschäftsführer der Lübecker Wochenspiegel Zustell GmbH, Volker Fliegner, geht in den wohlverdienten Ruhestand. Er hat durch seine Kompetenz und sein Fachwissen mehr als 25 Jahre lang Einfluss auf die Geschehnisse und die Belange der Logistikbereiche der Zustellung und den Transport von Tageszeitungen, Briefsendungen und Anzeigenblättern genommen. Die Geschäftsführung und Kollegen wünschen ihm für seine nun ausschließlich privaten Beschäftigungen eine glückliche Zeit mit viel Freude und vor allem Gesundheit. Seine Kollegen heben zum Abschied besonders seine Hilfsbereitschaft und seinen Einsatz hervor. „Nutze nun die Zeit für alles, was Dir Freude bereitet“, wünschen sie ihm. „Herzlichen Dank und eine gute Zeit!“

Foto: LN

Lübecks älteste Gilde sucht Nachwuchs

Schiffergesellschaft feiert 2026 ihr 625-jähriges Jubiläum – Seit fünf Jahren ist auch eine Kapitänin dabei.

LÜBECK. Eine Schiffergesellschaft in der Schiffergesellschaft: Was rätselhaft klingt, ist schnell geklärt. Lübecks älteste Gilde – die Schiffergesellschaft – tagt in dem historischen, verpachteten Restaurant Schiffergesellschaft in der Breiten Straße. 2026 wird die Seefahrer-Gilde 625 Jahre alt. Im Jahre 1401 als St.-Nikolaus-Bruderschaft gegründet, mischt heute die erste und einzige Frau in der Geschichte der Gilde mit. Die Kapitänin Silke Lehmköster ist im Jahre 2019 dazugestoßen. Sie ist auf Großcontainerschiffen der Reederei Hapag Lloyd zur See gefahren und soll nicht die einzige Frau in den Reihen der „Seebären“ bleiben, wünscht sich der Ältermann, der Chef der Gilde, Kapitän Paul Bauer.

„Die Seeschifffahrt hat sich total gewandelt“, sagt der 77-Jährige. „Längst ist es kein Job mehr, in dem nur Männer dominieren. Inzwischen gibt es viele Frauen, die das große Schiffspatent in der Tasche haben und die vielfältigen Aufgaben an Bord erledigen.“ Apropos erledigen: Heute geht es bei den Schifferbrüdern natürlich nicht mehr um das Ausstellen von Schiffspässen, das Bewachen der Häfen oder die Beratung des Stadtsenats. Auch die Streitigkeiten unter hansischen Seeleuten werden hier nicht mehr ausgetragen. Stattdessen kümmert man sich unter anderem um den Erhalt historischer Häuser.

Die gemeinnützig tätigen Schifferbrüder laden außerdem jährlich Honoratioren aus Lehre und Forschung, der Politik und Kultur, aus Vereinen und Verbänden sowie aus Handel, Wirtschaft und Verkehr, Fischerei, Kirche und den Behörden zum zünftigen Schmaus ein. Jetzt holt sich die Truppe fachkundige Unterstützung an Bord: Natascha Reyes Gamero, die Tochter Bauers, will bei der Konzeption der Feierlichkeiten helfen. Die 52-Jährige verrät: „Die 625-Jahrfeier wird kein Jubiläum hinter verschlossenen Türen sein“, sagt die international erfahrene Marketing-Expertin. „Ziel soll sein, dass die Lübeckerrinnen und Lübeck um die alte Gilde wissen sollen.“

Beim 600-Jährigen war der damalige Bundespräsident Johannes Rau zu Gast. Kommt wieder ein Staatsoberhaupt? „Wir werden sehen“, sagt Kapitän Bauer, der sich den Besuch von Frank-Walter Steinmeier wünscht. Was er sich auch wünscht, sind neue Mitglieder. „Gerne auch jüngere“, so Bauer. Schließlich gelte es, mit der Zeit zu gehen, und den Fortbestand der einstigen Zunft zu sichern. Wer sich bewerben will, muss unter anderem das große Kapitänspatent besitzen.

JAC



Kapitän Paul Bauer und seine Tochter Natascha Reyes Gamero bereiten schon die 625-Jahr-Feier vor. Foto: Agentur 54°



„Sandkönigin“ Irina Titova zu Gast im Kolosseum

Sie besitzt ein außergewöhnliches Talent: Irina Titova rieselt in atemberaubender Geschwindigkeit Bilder aus Sand auf eine von unten beleuchtete Glasscheibe, während das Publikum diesen Prozess auf einer Leinwand beobachtet. In ihrer Sandmalerei-Show „Es war einmal in Hollywood“ lässt die Künstlerin für flüchtige Augenblicke die schönsten und bekanntesten Filmszenen aus der amerikanischen Traumfabrik entstehen – vom Außerirdischen E.T. über den Filmkuss aus „Casablanca“ bis hin zu „Forrest Gump“, begleitet von der Stimme von Sky Du Mont als Erzähler und den berühmten Filmmelodien. Zu sehen ist das am 16. Januar ab 20 Uhr im Kolosseum, Kronsfordter Allee 25. Mehr unter www.kolosseum-luebeck.de. Foto: Veranstalter

Siebdruck-Workshop im Museum

LÜBECK. Aus der Workshop-Reihe „Inspirier Dich! Inspire Yourself!“ findet im Rahmen der Ausstellung „Extra Time“ von Heather Phillipson am Sonntag, 12. Januar, ab 13 Uhr ein dreistündiger Workshop rund um das Thema Siebdruck in der Kunsthalle St. Annen statt. Gemeinsam mit der Kunstschule Lübeck lädt die Kunsthalle

St. Annen ein selbst kreativ zu werden. Die Teilnahme beträgt 20 Euro, für ermäßigte und für Kinder und Jugendliche 4 Euro. Die Tickets sind im Museumsshop oder online unter <https://kunsthalle-stannen.de/veranstaltung-buchen?vid=10195> erhältlich. Die Teilnahme wird ab zwölf Jahren empfohlen.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

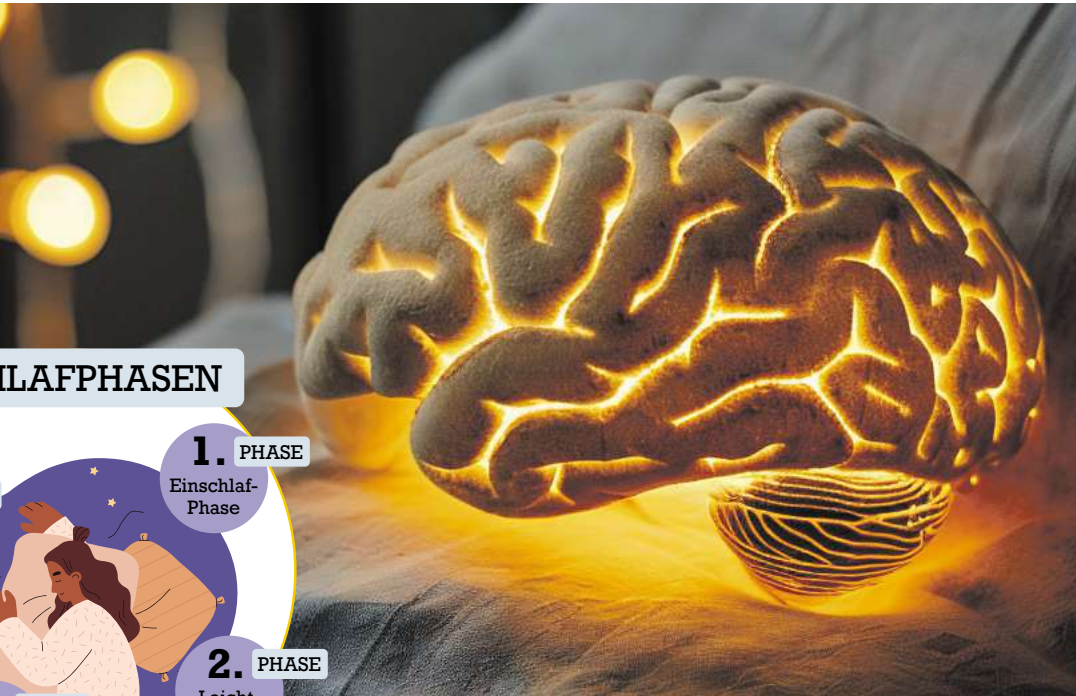
Wundermittel Schlaf: Effizienter, fokussierter, kreativer

Wie wichtig guter Schlaf für unseren Alltag ist

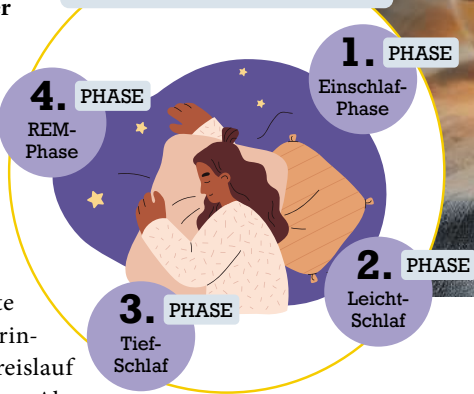
Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und



SCHLAFPHASEN



unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag

z.T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden

und Erkältungen oder Infekte befürchten.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einem erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel

Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit fast 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tief schlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholen in den Tag starten können.

„Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“

Fördert
nicht nur das
Ein-, sondern
auch das
Durchschlafen¹



- keine Schläfrigkeit am Folgetag
- macht nicht abhängig
- wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt
- mit hochdosiertem Baldrian(wurzelextrakt)


Baldriparan®
Stark für die Nacht

Für Ihre Apotheke:
PZN 00499175

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen

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


Pferde- rasse		Wasser- strudel	am Rande			Buch der Bibel (Hosea)			längere Diskus- sion		ei- förmige Gebilde			land- wirtsch. Arbeit		kleine Brücke		Autor von 'Ariane' † 1931		wüstes Gelage		Napo- leons Exil (Insel)		Wahl- zettel- kästen		Fremd- wortteil: jenseits (lat.)		Nord- euro- päer		süd- deutsch: Haus- flur		Auf- gaben- gebiet				ägypti- scher Sonnen- gott
										Fleisch- ver- ächter														Wasser- sportler												
US- Filmstar (Burt)			Küchen- gerät							Berg- bach			tadeln, bevor- munden											große Be- geiste- rung		Kurort in Gra- bünden						Männer- name		röm. Zahl- zeichen: 490		
						einfach			weißes liturgi- sches Gewand							Segel- tau			ab- schlie- ßen																	
Treppe			Gefolge			Haar- büschel											Wund- starr- krampf									grob gemah- lenes Getreide			ein Tanz (Kw.)							
Taste am Video- rekorder		Jagd- kanzel																		nordi- scher Donner- gott			schnelle Raub- katze										brasil- iani- scher Bundes- staat			
									Lärm, Krach																											
						geliehen, auf ...			eine Seekuh											US- Bundes- staat									Firmen- zeichen			mandel- förmiger Heiligen- schein				
gehär- tetes Eisen	Reiter- sitz	unver- seht			brasil- iani- scher Fußball- star															ein Priester				erwar- tetes Ver- halten				höcker- loses Kamel								
Einzahl																																				
						Trost- losig- keit			Abk.: Milli- ampere											griech. Göttin, Mutter d. Winde								Käufe- rin		bayrisch: nein						
Dienst- grad			med. verwen- dete Droge																	Insel- staat im Pazifik			große Schräg- fläche am Berg			gerippter Stoff							Hoch- gebirgs- weide			
Mietauto mit Fahrer						deutsche Vorsilbe																							Tibet- gazelle							
									großes Ge- wässer											Patron v. Bayern und München											Früchte der Buchen					
Jahr- zehnt			feiner Unter- schied		eh. rus- sische Raum- station																						islam. Rechts- wissen- schaft			Höhen- zug bei Braun- schweig						
Glanz- punkte	Gewürz- blatt	Meeres- nym- phen							gerad- linig																										niedere Pflanze	
						Braut- werber		Abk.: Eintritts- alter		Fremd- wortteil: zwei	prüfen			große Reise- lust				heißes Rum- getränk	alkohol. Hopfen- getränk		deutsche Vorsilbe	Ab- lehnung							Vorname Redfords			Faultier				
Betreuer im Stadion		Binde- wort (je - ...)		See- räuber														Beweis- stück							Amts- tracht			wirklich								
						süd- amerika- nischer Kuckuck					japa- nische Keramik		positiv, opti- mistisch							bayeri- sche Porzel- lanstadt	Ballett- röck- chen	Gegen- teil von Praxis														
Unter- körper- teil							be- stimmter Artikel (2. Fall)		Leicht- kalk- beton								Halbton unter G		altgriech. Philo- sophen- schule								arabisch: Sohn						Gott eines german. Kults			
				männ- licher franz. Artikel		Geliebte des Zeus							Initialen Delons		Schau- der											chines. Bezeich- nung Buddhas		chem. Zeichen für Eisen			Laut des Ekels					
Schlaufe			antikes Zupf- instru- ment							Raben- vogel								tiefe Frauen- stimm- lage						Kränk- ung, Belei- digung												
US- Filmstar (Julia)								Wirbel- sturm											Gewerbe- fläche																	



Widder

21.03. - 20.04.


Sie pochen auf Ihre Freiheit. Ihr Partner hat dieses Recht auch. Bringen Sie sich stärker im Job ein, mit kreativen Vorschlägen zum Beispiel! Zeit zum Relaxen – eine laue Woche!



Löwe

23.07. - 23.08.


Ein roter Liebesteppich rollt vor Ihre Füße. Gut Ding will Weile haben: Lassen Sie eine Entscheidung reifen. Unruhe wegen eines Fehlers? Das können Sie vielleicht noch korrigieren...



Schütze

23.11. - 21.12.


Ihre Ausstrahlung beflügelt. Sie kriegen Liebesfeedback en masse! Ihr Machtinstinkt trägt. Drängen Sie sich nicht nach vorn. Kompliment – Sie verhalten sich in einem Konflikt fair!



Wassermann

21.01. - 19.02.


Nur noch Liebe im Kopf? Kosten Sie das Gefühl aus! Ihr Arbeitsberg wird in dieser Woche erheblich kleiner. Sie sind überaus mittelsam. Lassen Sie aber andere auch zu Wort kommen.



Stier

21.04. - 20.05.


Lassen Sie sich bei leidenschaftlichen Gesprächen zu nichts hinreißen. Ziehen Sie Bilanz und setzen Sie neue Ziele. Richten Sie sich nach Ihren Stärken, wenn Sie neue Projekte angehen.



Jungfrau

24.08. - 23.09.


Schmetterlinge im Bauch? Derzeit ist das eher Hunger... Sie wollen zu viel, zu schnell. Korrigieren Sie Ihre Ziele. Spie-len Sie gegenüber Freunden nicht den Prinzipienreiter.



Steinbock

22.12. - 20.01.


Eine einfühlsame Phase – Ihr Partner dankt es Ihnen! Mit Ihrer Kreativität schießen Sie übers Ziel hinaus. Realistisch bleiben! Sie sind harmonisch gestimmt. Das färbt auf andere ab!



Fische

20.02. - 20.03.


Wenn Sie etwas auf Distanz gehen, laden Sie Ihre Liebesakku wieder auf. Ihre Ideen verpuffen, wenn sie nicht konsequent verfolgt werden. Haben Sie keine Angst vor gewagten Aktionen.



Zwillinge

21.05. - 22.06.


Liebe heißt: über kleine Fehler hinwegsehen. Halten Sie sich dran! Ihre diplomatische Ader ist gefragt: Sie können schlichten. Zwingen Sie sich dazu, abends völlig abzuschalten.



Waage

24.09. - 23.10.


Ob als Single oder in der Partnerschaft: Sie übernehmen die Initiative. Sie sind frustriert, weil einiges schief läuft. Ruhe bewahren! Nutzen Sie die Woche, um alte Kontakte zu pflegen.



Krebs

22.06. - 22.07.

In der Beziehung knistert es: zuerst negativ, dann positiv. Setzen Sie gegenüber Ihren Kollegen klarere Grenzen. Ihr Perfektionsdrang lähmt Sie. Lassen Sie mal fünf gerade sein!




Skorpion

24.10. - 22.11.

Egotrips sind manchmal in Ordnung. Aber der Partner kriegt dafür ein Extrabonbon! Sie setzen Ellenbogen ein. Bleiben Sie fair! In ruhigen Stunden sollten Sie Ihre Lebensplanung überdenken.

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

Lösungen
der Vorwoche



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

GESUNDHEITS-TIPP

Prostata – Vorsorge erspart spätere Beschwerden

Ab 45 besteht für Männer der Anspruch auf die Vorsorgeuntersuchung der Prostata. Diese Drüse, die bei erwachsenen Männern in Größe und Form ungefähr einer Kastanie entspricht, hat nicht nur einige wichtige Aufgaben, sondern kann auch alleine wegen ihres natürlichen Wachstums für manche Beschwerden sorgen. So spielt die Prostata eine wesentliche Rolle bei der Fruchtbarkeit, ist aber auch häufig schuld an Problemen beim Wasserlassen.

In erster Linie erfüllt die Vorstehdrüse, wie sie auch genannt wird, zwei Funktionen:

- Herstellung eines Sekrets, das circa ein Drittel des Spermas ausmacht
- Gewährleisten, dass durch den Harnleiter entweder ausschließlich Urin oder nur Sperma nach außen gelangen kann. Letzteres passiert durch ein System von Muskeln.

Die Prostata ist also wichtig für die Fortpflanzung, verfügt aber auch über die Eigenschaft, mit zunehmendem Alter wieder weiter zu wachsen. Deswegen kann es vor allem bei älteren Männern zu einer Vergrößerung kommen, die wiederum für unangenehme Begleiterscheinungen sorgen kann.

größerung verursachen kann, zählen unter anderem Entzündungen, für die die Drüse vergleichsweise anfällig ist. Symptome, die darauf hindeuten, sind beispielsweise:

- häufiges Wasserlassen, bei dem nur eine geringe Menge Urin abgegeben wird
- Schmerzen beim Wasserlassen oder auch bei der Ejakulation
- Blut im Urin

Auch Schmerzen in der Leiste, beim Stuhlgang oder ein Gefühl von Druck im Bereich des Damms können Hinweise sein. Die Behandlung einer solchen Prostatitis erfolgt über Antibiotika.

Außerdem kann eine Vergrößerung die bereits erwähnten Schwierigkeiten beim Wasserlassen nach sich ziehen. Dies hängt unter anderem mit der Position der Prostata im Körper zusammen: Sie liegt unterhalb der Blase und umschließt den Beginn der Harnröhre. Auf der Rückseite grenzt sie an den Mastdarm. Bei einer zu starken Vergrößerung kann sie deswegen die Harnröhre zusammendrücken, bis hin zu einem Blasenverschluss, der im schlimmsten Fall lebensgefährlich werden kann.

Nach einer Operation

der Prostata kann es außerdem zu Erektionsproblemen kommen. Sonst ist die Prostata in aller Regel nur selten daran beteiligt, wenn eine erektile Dysfunktion auftritt.

Tatsächlich zählt jedoch auch Prostatakrebs zu den häufigsten Krebsarten und gleichzeitig zu den häufigsten tödlichen Krebserkrankungen bei Männern.

DAMIT MAN(N) GESUND BLEIBT

Um die Prostata gesund zu halten, empfiehlt sich prinzipiell ein gesunder Lebensstil mit einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend Bewegung. Vor allem mit der mediterranen oder auch der asiatischen Küche tut man seiner Prostata etwas Gutes. Lebensmittel, die sich besonders positiv auswirken, sind unter anderem Brokkoli, Haferflocken und grüner Tee.

Darüber hinaus ist es sinnvoll, über seinen Schatten zu springen und zur Vorsorge zu gehen. Im Gegensatz zu Frauen sind Männer wahre Vorsorgemuffel und nehmen solche Angebote deutlich seltener wahr. Dabei gibt es so einige Gründe, die dafür sprechen, vor allem die Früherkennung von Krebserkrankungen, die für den Behandlungserfolg ganz entscheidend ist. Unter bestimmten Bedingungen empfiehlt es sich sogar, nicht bis zum 45. Lebensjahr zu warten, zum Beispiel bei familiärer Vorbelastung: Sind bereits Fälle von Prostatakrebs in der Familie vorhanden, wird empfohlen, bereits im Alter von 40 Jahren zur Untersuchung zu gehen.

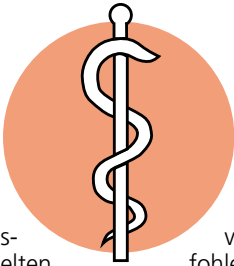
Spätestens wenn bereits Beschwerden vorhanden sind, die auf Erkrankungen der Prostata hindeuten können, ist es wichtig, sich an den Arzt zu wenden, damit die Ursache festgestellt werden kann.

KEINE SCHEU VOR DER UNTERSUCHUNG

Dass Männer nicht gern zum Prostatacheck gehen, liegt vor allem in der Art der Untersuchung. Für die Tastuntersuchung führt der Arzt einen Finger ein kleines Stück rektal ein, denn vom Enddarm aus lässt sich die Prostata gut tasten. Auch wenn dieser Teil der Untersuchung ein wenig unangenehm sein kann, ist er nicht schmerzhaft und auch schnell vorbei.

Sollte sich die Prostata vergrößert haben, kann dies durch eine reine Tastuntersuchung festgestellt werden. Was die Untersuchung jedoch nicht kann, ist, genauen Aufschluss darüber zu geben, mit welcher Art der Vergrößerung man es zu tun hat. Wird eine Vergrößerung festgestellt, sind also weitere Untersuchungen erforderlich.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken



TYPISCHE BESCHWERDEN

Zu den klassischen Problemen, die die Prostata bzw. ihre Ver-



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

Füllungen ab 2025 amalgamfrei

Diese Füllungen zahlt die Kasse.

Seit dem 1. Januar 2025 ist die Verwendung von Amalgam bei Zahnfüllungen bis auf wenige Ausnahmefälle verboten. Hintergrund des Verbots ist die EU-Quecksilberverordnung. Sie hat zum Ziel, die Verbreitung von Quecksilber in der Umwelt einzudämmen. Wichtig zu wissen: Gesetzlich Versicherte haben als Grundversorgung nun Anspruch auf eine amalgamfreie Füllung im Seitenzahnbereich, ohne dass für sie zusätzliche Kosten entstehen. Wer sich darüber hinaus für eine höherwertigere Alternative entscheidet, muss - wie bisher auch - die Mehrkosten selber tragen.

„Zahnärztinnen und Zahnärzte beraten ausführlich zu den verschiedenen Alternativen für eine Zahnfüllung. Gemeinsam mit ihren Patienten oder ihren Patientinnen entscheiden sie, welches Füllungsmaterial individuell am besten geeignet ist“, erklärt Dirk Kropp, Geschäftsführer der Initiative proDente e.V.

Seit dem 1. Januar 2025 übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen im Bereich der Seitenzähne selbsthaftende Füllungen wie sogenannte Glasionomerzemente aus speziellen Glas-Pulvern. Für diese ausreichende und zweckmäßige Grundversorgung entstehen Patienten keine zusätzlichen Kosten. Die selbsthaftenden Füllungen können direkt an die Zahnoberfläche binden und benötigen daher keine Klebemittel. Sie sind dadurch einfach und sicher anzuwenden. In begründeten Ausnahmefällen übernehmen die gesetzlichen Kranken-

kassen auch die Kosten für Bulk-Füllungen, also einfach zu verarbeitende Kunststoffe.

Wählen Patienten eine höherwertigere Versorgung wie z.B. eine Komposit-Füllung, ist diese aufwändiger. Die gesetzlichen Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten in Höhe der Grundversorgung. Darüber hinaus anfallenden Kosten müssen Versicherte selber tragen.

MÜSSEN BESTEHENDE AMALGAM-FÜLLUNGEN RAUS?

Amalgam besteht etwa zur Hälfte aus Quecksilber. Dieser als potenziell giftig geltende Stoff ist im Amalgam jedoch fest gebunden. Aus ausgehärteten Amalgam-Füllungen tritt kein messbares Quecksilber aus. Nur das Legen und Entfernen von Amalgam-Füllungen setzt geringe Mengen Quecksilber frei. Daher gilt: So lange die Füllungen nicht beschädigt sind, besteht kein Anlass sie auszuwechseln. Erst wenn die Amalgam-Füllungen undicht sind oder sich ein Spalt zum Zahn gebildet hat, müssen sie entfernt werden. Die Zahnärztin oder der Zahnarzt überprüft die Füllungen regelmäßig bei den Kontrolluntersuchungen. Das Amalgam-Verbot betrifft also nur neue Füllungen. Und die kommen seit dem 1. Januar 2025 nur noch dann zum Einsatz, wenn sie aus zahnmedizinischen Gründen zwingend notwendig sind. Dies kann z.B. bei Allergien der Fall sein oder bei Menschen, die sich nur unter Narkose behandeln lassen.

ANZEIGE

Brüchige Nägel: Worauf Betroffene vertrauen



Brüchige Nägel können schnell ungepflegt wirken und unser Selbstbewusstsein mindern. Unterstützung bietet eine spezielle Nährstoffkombination.

Wer wünscht sich nicht schöne und feste Fingernägel? Leider gibt es nur allzu viele Ursachen, die unsere Nägel spröde und trocken machen, wodurch sie leichter abbrechen. Oft reicht schon häufiges Händewaschen oder der regelmäßige Kontakt mit Putzmitteln aus. Jetzt im Winter kommen noch die kalten Außentemperaturen sowie die trockene Heizungsluft hin-

zu, die den Nägeln ebenfalls Feuchtigkeit entziehen.

Die gute Nachricht: Es gibt eine Möglichkeit, die Nägel wieder zu festigen – man muss nur wissen wie!

Keine Frage der Pflege

Die Schönheitsindustrie wirbt gerne mit zahlreichen Pflegeprodukten, die eine schnelle Lösung bei Nagelproblemen versprechen. Ein gutes Beispiel hierfür ist etwa Nagelöl, das in der Drogerie gerne als Hilfe bei brüchigen Nägeln

angepriesen wird. Experten sind sich jedoch einig: Nagelöl pflegt zwar die Nagelhaut, kann aber nicht in die Nagelplatte einziehen. Der Nagel wird somit in seiner inneren Struktur nicht gestärkt. Auch die richtige Schneide- bzw. Feil-Technik ist ein solcher Fall: Natürlich kann man dadurch einem häufigen Abbrechen vorbeugen (z. B. indem man die Nägel möglichst kurz trägt, sodass diese seltener einreißen), das Grundproblem eines zu trockenen bzw. spröden Nagels ist damit aber auch nicht gelöst.

Stärkung von innen

Während konsequente Pflege richtig und wichtig ist, sollte man für eine langfristige Stärkung der Nägel nicht außen, sondern im Inneren des Nagels ansetzen. Das geht am besten mit einer optimierten Nährstoff-Versorgung. Denn werden die richtigen Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente zugeführt, gelangen diese über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo sie das gesunde Wachstum der Nägel fördern. Sie wirken also nicht bloß oberflächlich, sondern packen das Problem wortwörtlich an der „Wurzel“.

Welche Nährstoffe?

Zu den wichtigsten Nährstoffen zählen:

- **Silizium** (aus Goldhirse und Kieselerde) als wichtiger Bestandteil fester Nägel. Das wichtige Spurenelement trägt auch zur Elastizität bei, was gerade bei spröden Nägeln wichtig ist.
- **Natürlicher Schwefel** (oft als „MSM“ abgekürzt) befindet sich von Natur aus im Körper und ist ein Strukturelement der Nägel. Steht nicht ausreichend davon zur Verfügung, werden sie brüchig.
- **Biotin** unterstützt die Einlagerung des oben genannten Schwefels in den Nagel – das wiederum erhöht den Keratin-Anteil, der ausschlaggebend für feste Nägel ist.

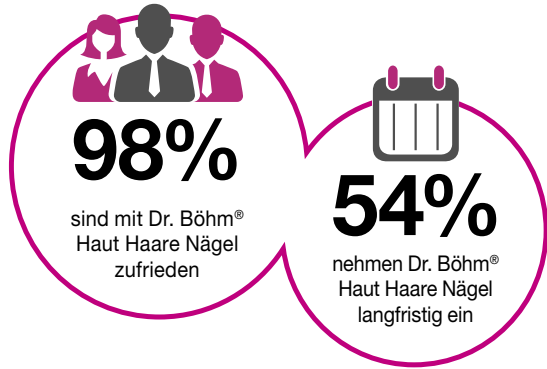
Apotheken-Tipp

Ein Produkt, das all diese Nährstoffe in idealer Dosierung vereint, ist Dr. Böhm® Haut Haare Nägel. Die rein natürlichen, in Österreich entwickelten Tabletten sind auch in

deutschen Apotheken erhältlich und konnten bereits viele Anwender überzeugen. Eine groß angelegte Umfrage bestätigt: Von über 130 Teilnehmern waren 98% zufrieden oder sehr zufrieden.¹

Tipp: Die besten Ergebnisse werden bei kurmäßiger Einnahme über mindestens 2–3 Monate erzielt.

¹Kundenbefragung seit 2018



APOTHEKEN-TIPP bei brüchigen Nägeln



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Die österreichische Nr. 1 bei brüchigen Nägeln²

Bestehen Sie auf das Original! Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie. **PZN: 15390975**

²Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel It IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2024.

Qualität
zertifiziert gemäß
DIN EN ISO 9001:2015

PINGUIN APOTHEKEN

EISKALT
REDUZIERT*



DIE GRÖSSTE AUSWAHL IN LÜBECK ZU TOP-PREISEN

Grippostad
24 Kapseln
gegen
grippale
Infekte

**39 %
gespart**

statt ~~16,37 €~~

9.95*
€



**Bronchicum
Elixier**
100 ml

**24 %
gespart**

statt ~~9,90 €~~

7.55*
€

l = 75,50 €



Dolo Dobendan
36 Lutschtabletten

**21 %
gespart**

statt ~~15,49 €~~

12.25*
€



ACC akut 600
Hustenlöser
40 Brause-
tabletten

**39 %
gespart**

statt ~~32,61 €~~

19.61*
€



Umckaloabo
50 ml

**31 %
gespart**

statt ~~23,70 €~~

16.45*
€



l = 329 €

Paracetamol ratiopharm
20 Tabl.

**50 %
gespart**

statt ~~3,99 €~~

1.99*
€



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



**PINGUIN
APOTHEKEN**

Inhaber Jörg Ortmann e. K.

Diclox forte Ratiopharm
20 mg/g Gel
150 g

**35 %
gespart**

statt ~~26,16 €~~

16.95*
€



kg = 113 €

Rufen Sie uns an oder bestellen Sie unter: www.pinguinapotheke24.de

*Für alle Produkte gilt zu Risiken u. Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker - Dieser Preis gilt nach den gesetzlichen Bestimmungen, wenn diese Arzneimittel zu Lasten der gesetzlichen Krankenkassen abgegeben werden - Gilt nicht für verschreibungspflichtige Arzneimittel.

Angebote gültig vom 11.01.2025 - 18.01.2025

**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

FINDE DEINEN
TRAUMJOB
IM NORDEN

KÜSTENFISCHER.DE

DSR Asset Management GmbH

Mitarbeiter*innen
Haustechnik
(m/w/d)

Vollzeit, Teilzeit

Lübeck

Technische Hochschule Lübeck

Referent / Referentin (m/w/d) für Strategiekoordination

Vollzeit

Lübeck

Frank Böhrns Steuerberater

Steuerfachangestellte / Steuerfachwirte / Bilanzbuchhalter (m/w/d)

Vollzeit

Lübeck

G.U.T. Feldtmann KG

Mitarbeiter im Außendienst mit Schwerpunkt Haustechnik/ SHK (m/w/d)

Vollzeit

Lübeck

Kreis Ostholstein

Verfahrensbetreuer/in (m/w/d)

Vollzeit

Eutin

Berufsbildungsverein des Dachdeckerhandwerks MV und SH e.V.

Dachdeckermeister - Ausbildungsmeister im Dachdeckerhandwerk (m/w/d)

Vollzeit

Lübeck

StattAuto eG - Carsharing für Lübeck und Kiel

Fachkoordinator:in für IT und Projektmanagement

Vollzeit

Lübeck, Kiel

13.687 Stellen und 6.446 Arbeitgeber warten auf Dich.

Café für Krebspatienten

LÜBECK. Eine unvorhergesehene Krankheit wie Krebs stellt die Betroffenen vor große Herausforderungen – auch im sozialen Bereich. Daher widmet sich das Patientencafé im Café Steinhäuser, Am Burgfeld 3, am 14. Januar von 15 bis 17 Uhr genau diesem Thema. Als Referentin ist Sabine Apostel, Mitarbeiterin in der Beratungsstelle für Erwachsene und Senior*innen (BES) der Hansestadt Lübeck, eingeladen.

Nach einem kleinen Vortrag steht die Beraterin im Anschluss für Fragen zur Verfügung. Im Fokus des Patientencafés steht der Austausch der Betroffenen mit Gleichgesinnten. In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen können sich alle Anwesenden über ihre Erfahrungen mit der Krankheit austauschen, sich gegenseitig informieren oder auch über ganz Alltägliches plaudern.

■ Eine Anmeldung bei Veronika Dörre per E-Mail an doerre@krebsgesellschaft-sh.de ist erforderlich. Alternativ kann auch unter Telefon 0162/ 4212883 eine Nachricht hinterlassen werden.

Tee-Zeit wird zur Tanz-Zeit

LÜBECK. Bei der nächsten Kochbuchbibliothek am Sonntag, 12. Januar, um 14 Uhr im Blauen Salon im Bürgerhaus Vorwerk-Falkenfeld, Elmar-Limberg-Platz 4, lautet das Motto: „Tee-Zeit wird zur Tanz-Zeit“. Caro Müncheberg singt aus ihrem Repertoire bekannte alte und neue Schlager, internationale Hits und Evergreens.

Weg mit dem Weihnachtsbaum: Abfuhr hat begonnen

Die Entsorgungsbetriebe Lübeck holen die Tannen bis zum 17. Januar ab – Auch Wertstoffhöfe nehmen Gewächse an.

LÜBECK. Der Dreikönigstag am 6. Januar markiert in vielen Haushalten das Ende der Weihnachtszeit. In den Wohnzimmern hat dann ein treuer Begleiter der zurückliegenden Festtage ausgedient und keinen Platz mehr: der Weihnachtsbaum. Bei der Frage, wie und wo sie ihre Tanne entsorgen können, bekommen die Lübeckerinnen und Lübecker Hilfe von den städtischen Entsorgungsbetrieben (EBL).

Bis zum 17. Januar holen die EBL die ausrangierten Bäume ohne vorherige Anmeldung ab. Anwohner müssen ihren Baum dafür lediglich am Abholtag der Biotonne „gut sichtbar und abgeschnitten“ bis 6 Uhr an die Straße legen. Den individuellen Abfuhrtag der Biotonne in ihrer Straße können die Lübecker im Online-Abholkalender einsehen.

Die EBL entsorgen nur Weihnachtsbäume, die am Straßenrand liegen. Befindet sich ein Baum auf einem Privatgrundstück, holen die Betriebe diesen nicht ab. Das gilt auch für Tannen, deren Stamm länger als 2,50 Meter ist. In diesem Fall können Anwohner ihren Baum jedoch in zwei Teile sägen. Die Ent-

Auch bei der Familie der Lübeckerin Ida (11) kommt der Weihnachtsbaum weg. Foto: Roeßler

sorgungsbetriebe bitten außerdem darum, die Bäume erst am Abholtag selbst an den Straßenrand zu legen.

Wer keine Biotonne hat, kann seinen Weihnachtsbaum auch bei einem der Wertstoffhöfe der EBL abgeben. Dort nehmen die Mitarbeiterinnen und Mitarbei-

ter die Tanne bis zum 18. Januar kostenlos entgegen. Nach Ablauf der Frist kostet die Abgabe vor Ort 2,80 Euro je angefangenem halben Kubikmeter.

Die drei Wertstoffhöfe der Entsorgungsbetriebe Lübeck befinden sich in der Posener Straße 25 (Wertstoffhof Mitte, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 8 bis 17 Uhr, Samstag 8 bis 12 Uhr), am Möllering 8 (Wertstoffhof Herrenwyk, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 8 bis 17 Uhr, Samstag 8 bis 12 Uhr) und am Raabrede (Wertstoffhof Niemark, Öffnungszeiten Montag bis Freitag 7 bis 17 Uhr, Samstag 8 bis 13 Uhr).

„Unser Angebot, Weihnachtsbäume abzuholen, wird Jahr für Jahr sehr gut angenommen“, sagt Mirko Wetter, Sprecher der EBL. Bei der Abfuhr 2024 hätten seine Kollegen 157 Tonnen Weihnachtsbäume eingesammelt. 2023 waren es 164 Tonnen.

Die an Weihnachten Licht und Gemütlichkeit spendenden Gewächse werden von der EBL in einem Biomassewerk geschreddert und zu Kompost verarbeitet. Ein Teil des Komposts findet später in der Landwirtschaft neue Verwendung. **B. STREBEL**

STELLENMARKT

Wir suchen dringend
Mitarbeiter (m/w/d)
für unseren
Hausnotruf/Rufbereitschaft.
Auf 556-€-Basis /
7-9 Tage im Monat.
☎ 0177 / 266 11 38

Suche eine zuverl., erfahrene Haushilfe, bei guter Bezahlung. ☎ (0 451) 308 536

Seniorenbetreuung im Raum Kücknitz/ Tra vemuende gesucht? Erf. Betreuungskraft bietet stundenw. Hilfe für Senioren im Rahmen einer geringf. Beschäftigung. Referenzen vorh. ☎ 0451-30400706

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

Suche Reinigungskraft für Büro u. Haushalt. ☎ (0 451) 69 33 76 06

„Danke für alles!“

www.sos-kinderdoerfer.de

Hansestadt LÜBECK

Wir stellen ständig für alle Stadtteile ein:

Reinigungskräfte (23,50 Std./Woche)

für den Bereich Gebäudemanagement für die Unterhaltsreinigung in Schulen, Kitas und Verwaltungen.

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

Entgeltgruppe 1 TVöD - Kennziffer 001 / 2024

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

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

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

Erzieher
(m/w/d/) gesucht

Für unsere kleine individuelle Kita suchen wir zur Verstärkung unseres Teams zu sofort eine/n motivierte/n und engagierte/n Erzieher/in in Vollzeit oder Teilzeit 30 Std./Wo. im Krippenbereich.

Außerdem haben wir noch einen FSJ/BFD Platz zu besetzen.

Wir freuen uns auf Bewerbungen per E-Mail unter stoppelhoppser-tzl@t-online.de oder per Post an:

Kita
Die Stoppelhoppser
Seelandstraße 3 • 23569 Lübeck

DRK-Kreisverband Lübeck e.V.

Deutsches Rotes Kreuz

WERDEN SIE AKTIV!

Engagieren Sie sich ehrenamtlich beim DRK Lübeck

Ihre Einsatzmöglichkeiten:

- Bereitschaft/Sanitätsdienst
- Rettungsdienst
- Besuchsdienst

- Integrationshilfe
- Wasserwacht
- Kleiderläden

Mehr Informationen erhalten Sie unter Tel. 0451 48 15 12-0

www.drk-luebeck.de

Landgericht in Lübeck hat neuen Präsidenten

LÜBECK. Wechsel am Landgericht in Lübeck: Zum 1. Januar hat Carsten Löbbert die Leitung des Landgerichts übernommen. Das hat das Landgericht kürzlich mitgeteilt.

FAST ZEHN JAHRE PRÄSIDENT AM AMTSGERICHT

Löbbert war früher unter anderem Richter am Landgericht Lübeck. Von 2005 bis 2015 war er zunächst Vizepräsident des Amtsgerichts der Hansestadt, 2015 wurde er dann Präsident.

Mit dem jetzigen Amtswechsel folgt er nun auf Dr. Silke Schneider. Die Lübecker Juristin war zum 1. August 2024 als neue Finanzministerin in die Landesregierung Schleswig-Holstein eingetreten. Die frühere Finanzstaatssekretärin wurde damit wiederum Nachfolgerin von Monika Heinold (Grüne), die sich aus der aktiven Politik zurückziehen wollte.

In der Zwischenzeit führte vorübergehend der Vizepräsident des Landgerichts in Lübeck, Dr. Marcel Ernst die Amtsgeschäfte. Nach einem Beschluss des Richterwahlausschusses des Landtags ist Carsten Löbbert schließlich am 19. Dezember in Kiel von Justizministerin Prof. Dr. Kerstin von der Decken zum Präsidenten ernannt worden.

DAS SIND DIE AUFGABEN DES PRÄSIDENTEN

Von jetzt an wird Löbbert die Dienstgeschäfte am Landgericht Lübeck aufnehmen, die feierliche



Gemeinsam bei der Vorstellung des sanierten Gerichtsgebäudes des Amts- und Landgerichts vor zwei Jahren: Carsten Löbbert und Dr. Silke Schneider. Jetzt ist Löbbert neuer Präsident des Landgerichts und damit Nachfolger von Schneider. Foto: Agentur 54°

Amtseinführung mit der Justizministerin ist aber erst für den 17. Januar vorgesehen. Zu den Aufgaben des Landgerichtspräsidenten gehört nicht nur die Leitung des Landgerichts Lübeck selbst. Er übernimmt auch die Dienstaufsicht über die sechs Amtsgerichte, die in den Landgerichtsbezirk fallen – dazu gehören Oldenburg/Holstein, Eutin, Ratzeburg, Schwarzenbek, Reinbek und Ahrensburg.

Einen Nachfolger beziehungsweise eine Nachfolgerin für Carsten Löbbert gibt es bislang noch nicht – die Stelle des Präsidenten des Amtsgerichts Lübeck ist aktuell ausgeschrieben.

Das Amtsgericht rechnet nach eigenen Angaben damit, dass die Stelle durch den Richterwahlausschuss und durch die Justizministerin im Laufe dieses Jahres wieder besetzt werden wird.

AUS DER GESCHÄFTSWELT

Blasenschwäche: Produkte für mehr Leichtigkeit im Alltag

BAD SCHWARTAU. Kein Sport mehr, kein Theaterbesuch, weil die Blase nicht mitspielt? Inkontinenz, die rund zehn Millionen Menschen bundesweit betrifft, muss kein Hinderungsgrund sein. Mit der richtigen Unterstützung kann das Leben weiterhin aktiv und erfüllt sein. Die Firma unizell Medicare GmbH aus Bad Schwartau bietet persönliche Produktberatung und kostenlose Musterpakete an, damit Produkte bequem getestet werden können, bevor eine Entscheidung getroffen wird. Sie übernimmt auch die Rezeptabwicklung mit der jeweiligen Krankenkasse und bietet ein breites Sortiment an Hygieneartikeln für jeden Bedarf an. Die Belieferung erfolgt diskret in neutralen Kartons.

Die Beschaffenheit von Inkontinenzprodukten ist entscheidend für die Lebensqualität. Hier gibt es ein großes Produktsortiment, das sich in Material, Maße und Saugstärke unterscheidet. Die Auswahl des richtigen Artikels ist abhängig von Inkontinenzart, Schweregrad, Gewicht, Größe und den individuellen An-



Die Firma unizell hat eine große Auswahl an Inkontinenzprodukten im Sortiment. Foto: unizell

sprüchen der Betroffenen. Produktanpassungen an die sich immer wieder verändernden Gegebenheiten und Bedürfnisse bieten sicheren und zuverlässigen Schutz und Komfort. So werden

Terminbuchung für Beratung unter Telefon 0451/ 398905725 oder einfach QR Code scannen.

Sicherheit und Diskretion gewährleistet, sich wieder frei bewegen und problemlos am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können.

Terminbuchung für Beratung unter Telefon 0451/ 398905725 oder einfach QR Code scannen.



unizell Medicare GmbH
Pohnsdorfer Str. 3
23611 Bad Schwartau
E-Mail: homecare@unizell.de

IHK berät Unternehmer

LÜBECK. Ein Unternehmen zu führen, eigene Ideen zu verwirklichen und selbstständig zu handeln muss kein Wunschtraum sein. Die IHK zu Lübeck will Menschen für das Unternehmertum begeistern. Die Übernahme eines Betriebes ist eine Möglichkeit für den Einstieg in die Selbstständigkeit. Zugleich will die IHK Unternehmer dafür sensibilisieren, eine Übergabe rechtzeitig einzuleiten. In ihrer kostenfreien Beratung „Stabwechsel“ informieren die Berater der IHK regelmäßig Mitglieder, die eine Unter-

nehmensnachfolge planen oder bald einleiten wollen. Der nächste Online-Termin ist am Mittwoch, 15. Januar. Die Beratung erfolgt in Einzelgesprächen.

Externe Experten und IHK-Berater erstellen Leitfäden zu den Themen Vorbereitung und Organisation der Unternehmensnachfolge und Auswahl von Nachfolgekandidaten sowie Aufbau von Finanzierungen. Die Beratungszeit ist auf eine Stunde begrenzt.

Die Anmeldung erfolgt über www.ihk.de/sh/sprechtag

„Herz an Herz“ in der MuK

LÜBECK. Die Hochzeitsmesse „Herz an Herz“ findet am 11. und 12. Januar zum 26. Mal in Musik- und Kongresshalle statt. Dann wird es im Foyer wieder jede Menge Anregungen und die neuen Trends zum Thema Heiraten geben. Aber auch wer ein anderes großes Fest plant, wird vielfältige Inspirationen finden.

Gut 90 Aussteller aus mehr als 30 hochzeitsnahen Branchen präsentieren ein Angebot mit vielen Highlights. Ganz gleich, welche Vorstellungen Paare von ihrer Hochzeit haben und auch,

wenn sie noch gar nicht recht wissen, wie ihr schönstes Fest im Leben aussehen soll, finden sie auf der Messe Festkleider, den passenden Schmuck, Ideen für die Dekoration und vieles mehr. Wie immer gibt es auch ein Bühnenprogramm mit viel Show, Live-Musik und Unterhaltung.

Geöffnet ist jeweils von 10 bis 17 Uhr. Die Tageskarte kostet zehn Euro. Kinder bis zu 12 Jahren haben in Begleitung Erwachsener freien Eintritt. Tickets sind bei Eventim oder an der Tageskasse erhältlich.

Top-Tagesfahrten 2025 im Norden!

REISEBÜRO Behrens

Mit modernen Fernreisebussen ab Lübeck, Bad Schwartau und Eutin

Bilke-Brennen auf Nordstrand
inklusive 1 Becher Glühwein

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

Reisetermin 2025:
• Fr., 21.02.

pro Person nur
€ 29.90

Küstentörn mit großem Frühstücksbuffet
Kombinierte Bus- & Schiffsreise mit den TT-Line-Fährschiffen

Fahrt entlang der Küste von Travemünde mit der TT-Line nach Rostock. Genießen Sie das Frühstücksbuffet an Bord. Busfahrt in die Hansestadt Rostock zum Stadtbummel.

Reisetermine 2025:
• Do., 13.02. • Mi., 19.03. • Di., 15.04.
• Mi., 07.05. • Do., 22.05. • Di., 03.06.* • Mi., 18.06.*
• Mi., 02.07.* • Do., 11.09. • Do., 09.10.

pro Person ab
€ 69.90

* Saisonzuschlag p.P. € 6,-

Flensburg mit Brauereibesichtigung
Neugier auf Norddeutsch: FLENS hautnah

Flensburg erleben und genießen. Auf der Rundtour durch die Flensburger Privatbrauerei erleben Sie spannende Einblicke in den Brauprozess, sehen das FLENS als Kinohelden und genießen am Ende das eine oder andere Pilsener oder alkoholfreie Getränk bei einer Verkostung mit deftigem Brotzeit.

Reisetermine 2025:
• Do., 06.03. • Fr., 02.05.

pro Person nur
€ 52.90

Grünkohl „Satt“ und Lüneburg
mit allem, was dazugehört

Hausgemachter, frischer Grünkohl, Bregenwurst, Schweinebacke und Kasslerbraten bis zum Abwinken. Dazu gibt es die berühmten kleinen Heidekartoffeln in Butter und Zucker geröstet. Anschließend Fahrt ins wunderschöne Lüneburg mit Zeit zur freien Verfügung.

Reisetermine 2025:
• Mi., 22.01. • Di., 04.02.

pro Person nur
€ 59.90

Miniatur Wunderland Hamburg
Inklusive Eintrittskarte Miniatur Wunderland (ohne Wartezeit ins Wunderland)
4-stündiger Aufenthalt in Hamburg

Bestaunen Sie in der Hamburger Speicherstadt die größte Modelleisenbahnanlage der Welt. Das Miniatur Wunderland Hamburg wächst ständig um Länder oder Städte.

Reisetermine 2025:
• Do., 23.01. • Mo., 17.02. • Mi., 12.03.

pro Person nur
€ 54.90

„Bremen Tattoo“ mit 10 Nationen!
Inklusive Eintrittskarte PK 3 um 15.00 Uhr

Mit weit mehr als 700 Teilnehmern aus mehr als 10 Nationen geht das „Bremen-Tattoo“ 2025 an den Start mit einer weltweit einzigartigen Musikshow der Spitzenklasse mit Top-Musikern, Tanz und Gesang.

gegen Aufpreis buchbar:
• Eintrittskarte PK 2: € 10,- / Eintrittskarte PK 1: € 20,-

Reisetermin 2025:
• So., 19.01.

pro Person ab
€ 99.90

Der Stint ist da!

Dieser leckere kleine Fisch gehört zur Lachsfamilie und wird nur kurze Zeit gefangen. Freuen Sie sich auf ein Stint- und Fischbuffet in der südlichen Lüneburger Heide. Außerdem gibt es noch weitere Fischfilets, verschiedene Matjesspezialitäten, Saucen, Bratkartoffeln, Speckkartoffeln, usw. Auf dem Rückweg fahren wir am Nachmittag in die Salzstadt Lüneburg inkl. Freizeit.

Reisetermine 2025:
• So., 23.03. • So., 30.03. • Fr., 04.04.
• Mi., 09.04.

pro Person nur
€ 56.90

Maritimer Erlebnistag: Helgoland mit dem „Halunder-Jet“ ab Hamburg
mit extra-langem Aufenthalt!

Willkommen an Bord des größten & schnellsten Katamarans in der Deutschen Bucht. Erleben Sie Komfort & Schnelligkeit hautnah. Sie bekommen fest reservierte Plätze an Bord während der 3,5-stündigen Überfahrt. Kein Ausbooten erforderlich, der Jet landet direkt am Südhafen.

Reisetermine 2025: • 14.01., 05.05., 16.06.

pro Person ab
€ 119.90

Mindestteilnehmerzahl 30 Personen. Für Mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet. Personalausweis erforderlich.

Reiseveranstalter: Reisebüro Behrens GmbH | Riemannstraße 26 | 23701 Eutin
Telefon: 04521-77937-0 | E-Mail: info@behrens-reisen.de

Beratung & Buchung: ☎ 04521-77937-0

GESCHÄFTLICHE EMPFEHLUNGEN

Kinderpflegedienst
Lübeck

Alles Gute für 2025

Erwachsenen-intensivpflege

Kinderpflege int | amb | WG

Wohngemeinschaft Intensivpflege

Ambulante Pflege

Assistenzpflege

Betreutes Wohnen

Wund-management

Kranken-transporte

Fachabteilung Heimbeatmung

Pflegeberatung

Palliativ-versorgung

Ausbildung

Kinderpflegedienst Lübeck Bei der Lohmühle 7 23554 Lübeck
www.kinderpflegedienst-luebeck.de ☎ 0451 - 120 110 70

weitere Standorte: Bad Segeberg, Dörnick/Plön, Geesthacht, Groß Grönau, Helgoland, Kiel, Neumünster, Reinfeld, Schwerin

MARKTPLATZ

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

2 Sofas 3er (B/T/H 217x101x75), 150€ und 2er (B/T/H 175x101x75) 125€, Leder beige, 1A Zust., je 2 Armlehnen klappbar + Kopfteilverstellung. ☎ (0172) 4122687

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

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

Wohnungsauflösung am 11.-12.01.25, ab 10 - 15 Uhr. Ewerstr. 27, 23556 Lübeck, verk. Möbel, Geschirr, Waschmaschine AEG, Lampen, Essstisch mit 4 Stühlen, Garderobe, Da.-Kleidung Gr. 40-44 u. He.-Kleidung Gr. 50-52.

TV / FOTO / PHONO / ELEKTRONIK

Kofferradio von JVC mit Kassetten- u. CD-Player, Preis VHB. ☎ 0173 / 6322580

NAVI von Auto Becker, OVP, Preis VHB, ☎ 0173 / 63 22 580

Digitalkamera Canon Ixus 951S m. Zubehör 60€; Diaprojektor Leitz Pradovit RC m. Zubehör 50€ Fotos: ☎ 01573-8795700

BEKANNTSCHAFTS-ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Adelheid, 77 Jahre jung, hier aus d. Gegend, bin schlank, etwas vollbusig, gute Hausfrau u. Köchin mit einem großen Herz, ich suche einen lieben Mann (Alter egal), bei getrenntem oder zusammen wohnen. Gerne würde ich Sie auf Kaffee und Kuchen einladen, damit wir uns näher kennenlernen können. pv Tel. 0151 - 20593017

Attraktive, schlanke Marianne, 67 J., seit kurzem verwitwet, langjährige Stationsleiterin im Krankenhaus, bin eine herzengute Frau, (kinderlos). Ich mag das häusliche Leben, koche u. backe leidenschaftlich gern, die Zweisamkeit vermisse ich sehr. Ich wünsche mir nochmal e. zärtlichen Mann an meiner Seite. pv, Tel. 0160 - 97541357

VERSCHIEDENES

VERSCHIEDENES

Flohmarktartikel - Alles muss raus! Geschirr, Gläser, Vasen, Steakbesteck, Lampen, gerahmte, alte Städteansichten, Reitstiefel u. Cowboystiefel Gr. 42, Staffelei m. Malkasten, antiquarische Bücher, Puppenbücher, Militaria (Bw), Bouleku-geln, Gesellschaftsspiele, elektr. Werkzeug, div. Kleinkram, Elektro- u. TV-Zu-behör, Info u. Fotos: ☎ 01573- 879 5700

MUSIK

Hammond-Orgel von Yamaha, Preis VHB, ☎ 0173 / 63 22 580

LANDWIRTSCHAFT

Suche Quicke Frontlader und DDR-Kar-toffeltischen, 2x1m ☎ (0 173) 6 083 788

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

KUNST- UND SAMMLERMARKT

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

Briefmarken in orig. Alben "Olympische Spiele 1984" zu verk. ☎ 0176/47800871

Suche alte Glasnegative ☎ 01 70-386 18 11

DIENTSTLEISTUNGEN

Garten- u. Winterdienst ☎ 0451/4005385

VERSCHIEDENES

VERSCHIEDENES

Christus - für Dich gestorben

Bootstrail/Handtrailer von Heine-mann zu verschenken ☎ 0177/9574405

Student bietet Hilfe im Alltag bei PC, Smartphone, TV. ☎ 0155 / 107 427 63

Suche trockenen Stellplatz f. Wohn-wagen, 5,75m, im Großraum Scharbeutz ☎ 0176/55662921

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / -WAGEN

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

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN HÄUSER

ESPLANADE IMMOBILIEN

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

Energieeffizienzklasse: A+ Doppelhaushälfte mit hervorragender Energieeffizienz und viel Platz im Hochschulsstadtteil

ca. 142 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, Vollbad, Dachgeschoss bereits ausgebaut, Terrasse/Garten, 2 Außenstellplätze, Baujahr: ca. 2008, Wärmepumpe/Fernwärme, Geothermie, Verbrauchsausweis, A+, 18 kWh/(m²*a)

KP 575.000,- €

Kontaktieren Sie uns gerne!

ESPLANADE IMMOBILIEN

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

Ruhig Wohnen und den Strand so nah Scharbeutz, ca. 39 m², 2 Zimmer, 2023/24 renoviert, 1. OG, Balkon, Bj. 1972, EnV, 242,53 kWh/(m²*a), G. Gas, 212.000,- € (zzgl. 3,33 % inkl. MwSt. Käuferprov.)

moellerherm-immobilien.de 0800-77 16 100

Persönlich gut beraten

MÖLLERHERM IMMOBILIEN

ESPLANADE IMMOBILIEN

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

Hanseatische Rarität „Hamburger Kaffeemühle“ Großzügiges Jugendstil-Anwesen

ca. 275 m² Gesamtfl., Bj. ca. 1929, aktuell 2 Wohneinheiten, nutzbar als Ein- oder Zweifamilienhaus, freie Lieferung, herrlich eingewachsenes Grundstück mit 3.464 m² (hiervon 1.780 m² ausgewiesenes Gartenland), hohe Decken, Holzdielen, Sprossenfenster, Kassettentüren, Kapitänszimmer, Terrasse, Garage, Ölheizung (Bj. ca. 2011), Bedarfsausweis, F, 160,7 kWh

KP 745.000,- €

Kontaktieren Sie uns gerne!

Bäk

Charmantes EFH mit Einlieger-Whg., ca. 160 m² Wohnfl., davon ca. 73 m² ELW, ca. 861 m² Eck-Grundstück, 8 Zimmer, geräumiges Entree, Küche mit E-Geräten, Wohn- und Esszimmer mit Terrassenzugang, SZ, Duschbad, Teilkeller, BJ 1973, B: 272,3 kWh/m² p.a., Kl. H, Gas- ZH, KP: 330.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Historisches EFH...

...mit Reetdach! Ca. 2.829 m² parkähnlichem 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: 800.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Ihr Glück für 2025: Grömitz - Verkauf von/an privat. Stilvolles EFH in ruhiger Sackgassenlage, ca. 170 m² Wohnfl., 6 Zimmer, umlaufende Sonnenterrasse, ca. 80 m² Vollkeller mit Infrarotkabine, großz. Wohn- u. Esszimmer, Landhaus-Wohnküche, Gäste-WC mit Dusch-anschlüssen, VB mit Badewanne u. Du-sche, el. Rollläden, Strom-WP mit Klimaanlage, FBH im EG und Bad, Doppelcarport, Außen-SP, Bj. 2007, V: 63,8 kWh/(m²a), Kl. B, Erd-WP, KP: 975.000€. ☎ (0 151) 212 40 771

Lensahn

Charmantes Einfamilienhaus in Sackgassen-lage, ca. 150 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, WZ mit Essbereich, Gäste-WC u. Wannenbad, EBK inkl. E-Geräten, Garage, Vollkeller, Süd-Terrasse, Balkon, ca. 597 m² Grundstück, Bj. 1973, Bj. 1973, B: 127,0 kWh/m² p.a., Kl. D, Öl-Hz., KP: 395.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

ESPLANADE IMMOBILIEN

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

Wohnen mit Meeresbrise Scharbeutz, ca. 45 m², Erdgeschoss, 2 Zim., Terrasse, TG-Stellplatz, Bj. 1998, EnB, 86,50 kWh/(m²a), G. Gas, 339.000,- € (zzgl. 3,33 % inkl. MwSt. Käuferprov.)

moellerherm-immobilien.de 0800-77 16 100

Persönlich gut beraten

MÖLLERHERM IMMOBILIEN

Buchen Sie Ihre Kleinanzeige unter

Tel.: 04 51/144-11 11

wochen spiegel

Heiligenhafen

Hochwertige 2-Zi.-Whg. in Strandnähe! Ca. 51 m² Wohnfl., WZ mit Süd-Balkon, offene EBK aus 2023, DB, Abstellraum u. Keller-raum, Außenstellplatz vorh., ca. 500 m zum Strand, Bj. 1994, V: 65 kWh/m² p.a., Kl. B, Gas-Hz., KP: 275.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Dassow - Pötenitz

Traumhafte 2,5-Zimmerwhg. an der Ostsee, ca. 74 m² Wohnfl., 1. OG, helles Wohn-u. Esszimmer, offene Küche inkl. E-Geräten, mod. gestalteter GR, Bj. 2015, B: 100,7 kWh/(m²a), Kl. D, Gas-FBH, KP: 295.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

ETW in 23560 HL - St. Jürgen zu verk., 2 Zi., Balkon, gr. Keller, PKW-Stellpl., 64,85 m², 170.000 € ☎ 0176-30010109

Lübeck - Kücknitz

Charmantes Reihennittelhaus in ruhiger Lage, ca. 88,75 m² Wohnfl., 3 Zi., ca. 157 m² Erbpacht-Grundstück, Erbpacht: 34,55 € p.a., Restlaufzeit bis: 31.03.2058, ger. Küche, helles Wohn- und Esszimmer, SZ, helles DB, Dachboden als Ausbaureserve, Vollkeller mit Gäste-WC, PKW-Außenstellplatz, Terrasse mit Glasüberdachung, BJ 1961, B: 281 kWh/(m²a), Kl. H, Strom-NSP, KP: 180.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Breitenfelde

Moderner Wohnraum mit liebevoll angelegtem Garten, DHH mit ca. 160 m² Wohnfl., 5 Zi., mod. Landhausküche, offener Wohn-/Essbereich, Kaminofen, Vollbad, HWR, ca. 250 m² Grdst., Solaranlage, Carport, Bj. 2015, V: 30,9 kWh/m² p.a., Kl. A, Gas-Heizung, KP: 475.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Bülow

Modernes Generationshaus auf ca. 2.000 m² Grdst., ca. 217 m² Wohnfl., WZ mit Kamin, großz. SZ, helles Badezimmer, offene EBK mit Kochinsel, umfangr. Sanierung zw. 2013-2023, Aufteilung in zwei sep. WE mögl., Warmwasseraufbereitung über Solarthermie, Bj. 1929, B: 82,31 kWh/(m²a), Kl. C, Gas-FBH, KP: 445.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Mölln

Charmanter Winkelbungalow in Seenähe! Ca. 182 m² Wohnfl., 5 Zi., ca. 804 m² Grdst., EBK im Landhausstil, helles WZ/EZ, Galerie im OG, SZ mit en-suite-Bad, Gäste-WC m. Du-sche, HWR, FBH im EG, Teilkeller, Doppelcarport m. Wallbox, Solarthermie, Bj. 2007, Bj. 2007, V: 122,1 kWh/m² p.a., Kl. D, Pellet-Hz., KP: 650.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Scharbeutz - Klingberg

Stilvolles Einfamilienhaus mit traumhaftem Garten! Ca. 185 m² Wohnfläche, ca. 901 m² Grundstück, hochw. Ausstattung, großz. Wohn-/Esszimmer mit Terrassenzugang, offene Designer-Küche, mod. DB, Vollbad im OG, HWR, Bj. 2012, V: 88,4 kWh/m² p.a., Kl. C, Gas-FBH, KP: 875.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

ZFH mit viel Potenzial...

... in ruhiger Lage von Stuenborn. Insg. 6,5 Zimmer auf ca. 200 m² Wohnfl., je eine W/E im EG u. OG, Terrasse u. Balkon, 2 EBK inkl. E-Geräten, 2 DB, Bj. 1965, B: 133 kWh/m² p.a., Kl. E, Öl, Öl-Heizung, KP: 300.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

Sierksdorf

Moderne, möblierte ETW, ca. 50 m² Wohnfl., 2 Zimmer, heller Flur, offene EBK, mod. WB, WZ mit Ethanol-Kamin, hochw. vergl. Balkon, Feuerturm, mögl. Bj. 1971, B: 157,1 kWh/m² p.a., Kl. E, FW-FW, KP: 175.000,- € 0451-8009410 von-wuefling-immobilien.de

ESPLANADE IMMOBILIEN

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

Freie Lieferung - direkt an der Vorderreihe Eigentumswohnung mit Balkon, Wasserblick und Stellplatz

ca. 66,62 m² Wohnfläche, MEA 597/10.000stel., Hausgeld 540,- € inkl. Instandhaltung, Baujahr ca. 1965, 3 Zimmer, Vollbad + Gäste WC, Balkon, 1 Außenstellplatz, Keller, Dachboden, Verbrauchsausweis, Gaszentralheizung, D, 122,9 kWh/(m²*a)

KP 389.000,- €

Kontaktieren Sie uns gerne!

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

LN Digital Store

LN Digital und Persönlich

Tauchen Sie ein in die digitale Welt der LN!

Besuchen Sie unseren LN Digital Store in der Königstraße 67A in Lübeck und testen Sie unser E-Paper interaktiv. Für eine individuelle Beratung vereinbaren Sie gerne unter 0451 / 144 1634 Ihren Termin.

Profitieren Sie von exklusiven Angeboten vor Ort.

„Mit dem Mollii Suit
kann ich mich wieder
freier bewegen und
den Alltag leichter
bewältigen.“

Ben Mausbach, MS-Patient

FORTSCHRITTLICHE HILFE BEI MS & SCHLAG- ANFALL!

Mit dem EXOPULSE MOLLII SUIT
aktivieren Sie Ihre Muskeln für
mehr Lebensqualität!

EXOPULSE
MOLLII SUIT
CERTIFICATE
EXPERT*

SCAN ME!



10 GEBURTSTAGS- %RABATT**



**OSTSEE
MEDIZINTECHNIK**

SANITÄTSHAUS & ORTHOPÄDIETECHNIK



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

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

Wenn Sie mit einschränkenden Bewegungsstörungen
durch **Multipler Sklerose, Schlaganfall, Zerebralparese,
Fibromyalgie** und anderen neurologischen Erkrankungen
Ihren Alltag bestreiten müssen, kann der **EXOPULSE MOLLII
SUIT** Ihnen mittels Knopfdruck die Möglichkeit verschaffen,
nach einer kurzen Stimulationszeit die Symptome einer
Spastik zu reduzieren und Schmerzen zu lindern.

Mit dem **EXOPULSE MOLLII SUIT** von Ottobock bieten wir
Ihnen jetzt ein sicheres und einfaches Hilfsmittel, das Ihre
Bewegungsfreiheit und Lebensqualität erhöhen kann.

Der **EXOPULSE MOLLII SUIT** von Ottobock bietet die
Möglichkeit, die **Muskelspannung** zu **normalisieren**.
Er kann dabei unterstützen, verschiedenen Formen der
Muskelverkürzung oder Muskelsteifigkeit vorzubeugen.

Durch die **niederfrequente Elektrostimulation** kann die

spastische, verspannte und schmerzende Muskulatur
gelockert werden. Schmerzen, die im Zusammenhang mit
Spastik auftreten, können reduziert werden.

Mit seinen **58 Elektroden** stimuliert der Anzug bis
zu 40 wichtige Muskeln im Körper. Er besteht aus
einer Hose, einem Oberteil und einer abnehmbaren,
programmierbaren Kontrolleinheit und wird individuell
auf die Bedürfnisse jedes Anwenders abgestimmt.

Der **EXOPULSE MOLLII SUIT** ist in **Kinder-, Herren-
und Damengrößen von 104 cm bis XXXL erhältlich**.
Er eignet sich sowohl für den Einsatz im privaten als
auch im klinischen Umfeld, ist für alle Altersgruppen
leicht anzuwenden und lässt sich **wie ein gewöhnliches
Kleidungsstück** tragen. Dabei kann ein positiver Effekt
erzielt werden, der **bis zu 24 Stunden** anhält.

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

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

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

UNSERE STANDORTE IN IHRER NÄHE:

LÜBECK
Estlandring 7
Tel. 0451 290 71 50

NEU

LÜBECK
Schlutuper Str. 7
Tel. 0451 582 412 88

LÜBECK
Moislinger 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

* Mit der offiziellen Zertifizierung als Exopulse-Mollii-Experte durch Ottobock wird unser umfassendes Fachwissen in der Anwendung und Wirkungsweise des Exopulse Mollii Suit bestätigt.
** Der Rabatt gilt vom 01.01. – 31.01.2025 auf das hier beworbene Produkt im Privatverkauf und wird bei Kaufabschluß der Gesamtsumme abgezogen.

