

Bürgerservice:
Nur noch mit
Termin

LÜBECK. Bisher konnte in den Lübecker Bürgerservicebüros einiges ohne Termin erledigt werden. Damit ist nun Schluss. Ab sofort werden „Dienstleistungen in den Bürgerservicebüros grundsätzlich nur nach vorheriger Terminabsprache unter www.luebeck.de/termine oder telefonisch unter 0451/122 33 11 angeboten“, betont Stadtsprecherin Nicole Dorel.

Diese Termine können für die kommenden acht Wochen im Voraus gebucht werden. Dadurch sollte die Zahl der verbindlich gebuchten, aber nicht wahrgenommenen Termine reduziert werden. Die Erfahrung habe gezeigt, dass Termine, die mit mehr als zwei Monaten Vorlauf gebucht wurden, „nur sehr selten eingehalten werden“, sagt Dorel. Wer zeitlich flexibel ist, kann wochentags bis 8.30 Uhr unter www.luebeck.de/terminepruefen, ob durch Absagen Termine frei geworden sind. Gleiches gilt für Termine in der Folgeweche, die immer freitags gegen 12 Uhr freigeschaltet werden. In diesen beiden Zeitfenster besteht laut Dorel die Chance, kurzfristig einen Termin zu buchen.

Die Stadtsprecherin betont, dass bereits etwa 100 Dienstleistungen online und damit ohne Termin und Wartezeit erledigt werden können. Dazu gehört zum Beispiel das Beantragen eines Führungszeugnisses oder eines Wunschkennzeichens.

■ Eine Übersicht der Dienstleistungen gibt es unter www.luebeck.de/onlinedienste.

Rad kaputt? Am Holstentor gibt es eine neue Reparaturstation

Vier Mini-Werkstätten gibt es in Lübeck bereits – Vier weitere sollen folgen

LÜBECK. Rolf Hagen hält mit dem Fahrrad an der Tourist-Info am Holstentorplatz 1. Auf dem kleinen Platz links daneben steht eine rote, schmale, eckige Säule. Sie reicht ihm etwa bis zur Brust. Fahrrad-Reparaturstation steht darauf. Der 73-Jährige gehört zum ADFC Lübeck. Er will ausprobieren, wie das neue, kostenlose Angebot funktioniert.

Die Fahrrad-Reparaturstation ist nicht die erste im Stadtgebiet. Seit 2021 sind bereits drei Stationen erprobt worden: am Verwaltungszentrum Mühltentor (Kronsforder Allee 2 bis 6), in der Fackenburger Allee 27/29 und bei der Bauverwaltung (Mühlendamm 10 bis 12). Nach dem Aufbau der Station am Holstentor sollen vier weitere folgen: am Meezenring, an der Moltkestraße, am Gustav-Radbruch-Platz und an der Stadtbibliothek in Kücknitz. Alle acht Stationen sollen „Hilfe zur Selbsthilfe“ bieten. Funktioniert das?

Rolf Hagen testet Luftpumpe, inspiert Werkzeuge und hebt sein Fahrrad auf die Halterung. „An der Station sind Werkzeuge verfügbar, um kleinere Reparaturen spontan durchzuführen“, sagt er. An verschiedenen Drahtseilen hängen laut Hagen die wichtigsten Inbus- und TORX-Schlüssel für Sattelstützen, Kettenblätter, Gepäckträger und ei-



Stadt stellt neue Stationen für Fahrradreparatur auf: Rolf Hagen vom ADFC Lübeck testet die Funktionalität der Luftpumpe. Fotos: Lutz Roeßler

niges mehr. Außerdem sind Maulschlüssel, etwa für Radmuttern, vorhanden.

Besonders gut gefällt ihm die Luftpumpe (eine Universal-Adapterpumpe für verschiedene Ventile) und die Luftdruckempfehlung. Auch der QR-Code mit Reparaturanleitung sei eine gute Idee. Laut Hagen ist die wohl häufigste Panne ein Platten. Hier bietet die Station nicht nur passende Werkzeu-

ge, sondern auch praktische Reifenheber. „Flickzeug müssen die Radfahrer natürlich selber mitbringen“, betont er. Für die Reparatur kann das Rad an Griffe gehängt werden. „Dafür braucht man – je nach Fahrrad – aber schon ein bisschen Kraft oder muss sich Hilfe holen“, sagt er.

Damit die Stationen immer nutzbar sind, wurde ein Wartungsvertrag aufgesetzt. „Nach

erfolgreicher Ausschreibung hat die BQL Berufsausbildungs- und Qualifizierungsagentur Lübeck GmbH den Zuschlag erhalten. Alle Stationen werden regelmäßig kontrolliert, ob alle Werkzeuge vollständig vorhanden sind“, teilt die Stadt mit. Sollte bei der Nutzung einer Station Mängel auffallen, können diese per Online-Formular unter <https://bql.gmbh/fahrrad-servicestationengemel->



Das Rad kann an den Griff gehängt werden und für Reparaturanleitungen gibt es einen QR-Code.



Diebstahlgesichert: Die Werkzeuge sind mit Drahtseilen an den Stationen befestigt.

det werden. Die Wartung der Reparaturstationen findet der Experte vom ADFC unerlässlich. „Beim Mühltentor fehlten zuletzt leider einige Werkzeuge“, sagt Hagen und weiter: „Außerdem sollte das Ganze in das neue Geoportal der Stadt (<https://geoportal.smarthl.city/>) eingebunden werden, damit man das Angebot auch findet.“ Nach Angaben von Stadtsprecherin Nicole Dorel soll das „schnellstmöglich“ geschehen. **COS**

Medizin

ANZEIGE

Im Alter kann jeder etwas für seine Knochen und Knorpel tun!



Unsere Gelenke sind im Alltag enormen Belastungen ausgesetzt: Sie werden vielfach gebeugt, gestreckt und gedreht. Um Knochen und Knorpel, die wichtigen Bestandteile eines Gelenks, zu unterstützen, kann aber jeder etwas tun: mit speziellen Mikro-Nährstoffen, enthalten in Rubaxx Komplex (Apotheke). So tragen z.B. Vitamin C zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knochen- und Knorpelfunktion und Vitamin K und Magnesium für den Erhalt normaler Knochen bei. Neben 20 ausgewählten Vitaminen und Mineralstoffen enthält Rubaxx Komplex zusätzlich Kollagenhydrolysat, Glucosamin, Chondroitinsulfat und Hyaluronsäure – elementare Bestandteile des Knorpels und des Bindegewebes.

Tipp für unsere Leser



Jetzt Rubaxx Komplex auf pureSGP.de online bestellen und bis zu 20% sparen!



*gilt beim Kauf von mehreren Packungen (Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell¹

Das geht mit flüssigem Ibuprofen in Kapselform

Wenn der Schmerz überhandnimmt, dann sollte es schnell gehen. Der Griff zu Ibuprofen ist für viele Schmerzgeplagte obligatorisch. Häufig greifen wir einfach aus Gewohnheit zur herkömmlichen Schmerztablette. Doch seit ein paar Monaten greifen immer mehr Schmerzgeplagte zur innovativen Flüssigkapsel von Spalt Forte, die doppelt so schnell¹ Schmerzen bekämpft wie herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

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



immer derselbe: den Schmerz schnell abzuschalten!

Schneller schmerzfrei mit Spalt: flüssiges Ibuprofen in Kapselform

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

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

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

kapsel eingeschlossen. Im Gegensatz zur Tablettenform liegt der flüssige Wirkstoff Ibuprofen deutlich schneller frei verfügbar vor, denn er muss nicht erst im Dünndarm aufgelöst werden. So wird die maximale Konzentration von Ibuprofen im Blutplasma doppelt so schnell¹ erreicht wie bei Ibuprofen in Tablettenform. Das Ergebnis: schneller schmerzfrei mit langanhaltendem Effekt.

Fragen Sie gezielt nach Spalt Forte

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

Spalt[®]
FORTE

Von dem deutschen
Klassiker bei
Schmerzen



Doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs vom Körper¹

Bekämpft auch entzündlich bedingte Schmerzen

Wirkt langanhaltend
Rezeptfrei

Spalt schaltet den Schmerz ab - schnell!

Für Ihre Apotheke:

Spalt Forte
(PZN 00793839)



www.spalt-online.de

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