

Mehr Bewegung – weniger Ballast

Interdisziplinäres Programm von ZIMT und der BSG Eutin verbindet Sport, Ernährung und soziale Kompetenz.

EUTIN. Nach der erfolgreichen Premiere im Vorjahr bereiten das Zentrum für interdisziplinäre modulare Trainingsprogramme (ZIMT) und die BSG Eutin aktuell die zweite Auflage ihrer gemeinsamen professionellen Hilfe für Kinder und Jugendliche mit Übergewicht und Adipositas vor.

Das Repertoire besteht aus wöchentlichem Bewegungstraining – geplant jeweils freitags außerhalb der Ferien von 16.30 bis 18 Uhr in der Sporthalle der Eutiner Albert-Mahlstedt-Schule – und zweiwöchentlichem Ernährungs- oder sozialem Kompetenztraining für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer – geplant jeweils freitags von 15.30 bis 16.30 Uhr – sowie zweiwöchentlichem Elternschulung – geplant jeweils von 16.30 bis 17.30 Uhr parallel zum Bewegungstraining. Abgerundet wird das Angebot mit Familienkochen, das dreimal im Laufe des Jahres in der Eutiner Wilhelm-Wisser-Schule stattfinden soll. Insgesamt stehen zwölf Plätze für junge Menschen im Alter von acht bis 17 Jahren zur Verfügung.

Übergewichtige Kinder und Jugendliche haben oft den Spaß an Bewegung verloren, den ihnen



Jasmin Beck, Bewegungstrainerin in der ersten Auflage des ZIMT-Projekts im Vorjahr, mit einigen damaligen Teilnehmern aus der BSG Eutin. Foto: Carsten Stender, Kreissportverband Ostholstein

ZIMT wieder zurückgeben möchte. Denn Bewegung und gesunde Ernährung sind nun mal die Basis für persönliches Wohlbefinden – und das nicht nur körperlich. Für das psychische Wohlbefinden sorgen auch die Trainingseinheiten „Soziale Kompetenz“, die zum Beispiel Themen wie Ängste,

Mobbing, Trennung und Medienkonsum behandeln. Beim Ernährungstraining werden alltagsrelevante Informationen über Ernährung, Lebensmittelkunde und Essverhalten vermittelt, um alte Verhaltensmuster und Essgewohnheiten aufzubrechen und Strategien zu entwi-

ckeln, die zu einer erfolgreichen Lebensstiländerung führen sollen. Daher kümmert sich ein professionelles Team aus Bewegungs-, Ernährungs- und Kompetenztrainerinnen und -trainern umfassend um die jungen Schützlinge und nehmen dabei auch bewusst die Eltern mit ins

Ein Termin beim Bürgermeister

MALENTE. Die erste Bürger-sprechstunde in diesem Jahr findet am kommenden Donnerstag, 26. Februar, in der Zeit von 15 bis 17 Uhr im Rathaus Malente, 1. Stock, Zimmer 23/24, statt. Pro Person plant der Bürgermeister Heiko Godow 20 Minuten ein. Das bedeutet allerdings, dass die Termine begrenzt sind. Die Terminvergabe erfolgt über die Assistenz des Bürgermeisters Dagmar Philipp unter Tel. 04523/992029 oder per E-Mail an dagmar.philipp@gemeinde-malente.landsh.de. Wer ein dringendes Anliegen hat, kann dies vorab einfach per Post oder per E-Mail an info@gemeinde-malente.landsh.de mit dem Stichwort „Bürgersprechstunde“ an die Gemeinde Malente schicken, die sich schnellstmöglich darum kümmern wird.

Boot und in die Verantwortung.

„Das Programm ist von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt, die bei Vorliegen der medizinischen Voraussetzungen die Kosten ganz oder teilweise übernehmen“, erklärt Barbara Sylla, Organisatorische Leiterin von ZIMT.

Informationen zum Gesamtangebot, Trainingsinhalten, Anmeldemodalitäten und vielem mehr erhalten Interessierte unter der kostenlosen Telefonnummer 0800/44554455 sowie per E-Mail an info@zimt-nord.de oder unter www.zimt-nord.de. Ansprechpartner bei der BSG Eutin ist Frank Lunau, flunau@bsgeutin.de



Das Kalenderblatt für den Monat Mai zeigt die Straße Langer Kö-nigsberg, wo die Wurzeln des Eutiner Gesundheitswesens liegen. Foto: Büro für Eutiner Stadtgeschichte

Kalender über vergessene Orte

EUTIN. Lost Places, also vergessene Orte, sind das Thema des Kalenders „Eutin in alten Ansichten“ fürs Jahr 2027. Die Herausgeber Regine und Karlheinz Jepp vom Büro für Eutiner Stadtgeschichte haben dafür ihr umfangreiches Archiv durchforstet, Fotos herausgesucht und detailreiche Begleittexte verfasst.

Es geht um Orte, die aus dem Bewusstsein gerückt sind. Wie der erste Kindergarten der Stadt mit dem heu-

te recht befremdlichen Namen „Kleinkinderbewahranstalt“. Berichtet wird auch von der Fernmeldeausbildungsstätte in Pulverbeck, die 1917 als Versuchsanlage für Funktelegraphie angelegt wurde, vom Riemann-Gedenkstein und vom Kavalierhaus des Schlosses, das heute die Eutiner Landesbibliothek beherbergt. Der Kalender ist für 14 Euro bei der Buchhandlung Hoffmann in der Peterstraße und in der Tourist-Info Eutin am Markt erhältlich. **BEN**

Saisonstart für die „FeierAbendMusik“

MALENTE. Am kommenden Donnerstag, 26. Februar, startet um 19.30 Uhr in der Lieg-halle des Malenter Kurparks die erste „FeierAbendMusik“ des Jahres. Gäste dürfen sich dieses Mal auf den Kieler Folk-Sänger Brendan Lewes freuen.

Der 34-jährige Brendan Lewes stammt aus Nordengland und entdeckte dort seine Passion für die Punkrock-Protesthymnen der frühen 2000er-Jahre. Jetzt – mit einer Akustikgitarre, einer Mundharmonika und seiner Stimme ausgestattet – verbindet er den rebellischen Geist seiner Jugend mit den zeitlosen Melodien des Folk.

Mittlerweile lebt Brendan Lewes seit neun Jahren in Kiel und ist ein bekanntes Gesicht in den Clubs und Irish Pubs Norddeutschlands. Er nutzt die Bühne als Ort des kulturellen Austauschs, lernt die Kultur seines Wahllandes kennen und bietet im Gegenzug seine Musik an. Dabei möchte der Künstler seine Folk-Wurzeln mit aktuellen Themen verbinden. Seine Ein-

flüsse reichen von den Folk-Revival-Sängern des New Yorks der 1960er-Jahre bis zu den pulsierenden Rhythmen von Reggae und jamaikanischem Ska.

Für Getränke ist gesorgt. Das Konzert endet gegen 21 Uhr. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Für den Künstler geht während des Konzerts der Hut rum.



Am 26. Februar ist Brendan Lewes in Malente zu Gast. Foto: Kai Joachim Kokott

Kirche wird zur Bühne für Tanz und Erinnerung

EUTIN. Am heutigen Sonnabend, 21. Februar, bringt das „impuls“-Tanztheater seine aktuelle Produktion „Heute wie damals?“ ab 19 Uhr in der Eutiner Michaeliskirche, Schloßstraße 2, auf die Bühne. Knapp 30 Jugend-

liche im Alter von zehn bis 19 Jahren haben das Stück gemeinsam mit der Choreografin und Tanzpädagogin Ulrike Pfeiffer erarbeitet. Ausgangspunkt waren Themen, die die jungen Menschen in einer zunehmend verunsichern-

den Welt bewegen: Ausgrenzung, Diskriminierung, Flucht, Radikalisierung und Angst. Bereits in der Brainstorming-Phase überraschten sie mit Zitaten der Holocaust-Überlebenden Margot Friedländer. Die 2023 gestorbene Zeitzeugin überlebte Verfolgung, Deportation und das KZ Theresienstadt. Bis ins hohe Alter setzte sie sich für Erinnerung, Aufklärung und Menschlichkeit ein.

Ihr Vermächtnis durchzieht die Inszenierung. Die Jugendlichen ziehen Parallelen zwischen gesellschaftlichen Entwicklungen der 1930er-Jahre und heutigen Tendenzen wie Rechtsruck, wachsender Gewalt und Ausgrenzung. Mal abstrakt, mal konkret, choreografiert, gespielt oder improvisiert: Das Ensemble verbindet Tanz, Theater, Musik und Lichtgestaltung zu einem eindringlichen

Gesamterlebnis. Immer wieder stehen Worte Friedländers im Zentrum – etwa ihr Satz: „Demokratie ist keine Selbstverständlichkeit.“

Die Aufführung findet anlässlich der Ausstellung „Frauen im Widerstand gegen den Nationalsozialismus“ statt, die ebenfalls in der Michaeliskirche eröffnet wird. Sie erinnert daran, dass nicht nur Männer, sondern auch zahlreiche Frauen Widerstand leisteten und Verfolgten halfen – darunter Maria Seidenberger, Cato Bontjes van Beek, Elisabeth Abegg und Lisa Ekstein. Mit Mut und Entschlossenheit versteckten sie Bedrohte, retteten jüdische Familien oder ermöglichten die Flucht.

Initiiert wurde der Abend von Pastorin Angelika de Oliveira Gloria von der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Eutin. Der Eintritt ist frei.



Das „impuls“-Tanztheater setzt sich in seiner neuen Produktion mit Ausgrenzung und Demokratie auseinander. Foto: Ulrike Pfeiffer

Drahtesel
Fahrräder und mehr...

**Drahtesel ist für jeden da –
Fahrräder für die ganze Familie!**

Lübecker Straße 31 · 23611 Bad Schwartau · 0451 4812590 · drahtesel-fahrrad.de

NISSAN UNWIDERSTEHLICH
ELEKTRISCH

Der neue Nissan MICRA –
100 % elektrisch

Nissan MICRA Engage

40 kWh,
max. 90 kW (122 PS),
Elektro

- Kabelloses Apple Carplay® und Android Auto™
- Intelligenter Geschwindigkeitsassistent mit Bremsfunktion
- 10,1-Zoll-Infotainmentsystem
- Ladezeit 40-kWh-Batterie mit 80 kW Ladeleistung (15% – 80%) in 30 Minuten*

Jetzt ab € 199,-¹ pro Monat leasen.

Nissan MICRA Engage 40-kWh-Batterie 90 kW (122 PS), Elektrisch: Energieverbrauch kombiniert: 14,2 (kWh/100 km); CO₂-Emissionen kombiniert: 0 (g/km); CO₂-Klasse: A.

*Ladegeschwindigkeit und -zeit können je nach Ladegerät, Batteriezustand und Umgebungstemperatur variieren. Bei kalter Witterung kann eine On-Board-Batterieheizung erforderlich sein, um die Schnellladeleistung zu verbessern. ¹Nissan Angebotspreis: € 25.652,-, inkl. Überführungskosten. Leasingsonderzahlung € 4.640,-, Laufzeit 48 Monate (48 Monate à € 199,-), 40.000 km Gesamtlauflistung, Gesamtbetrag € 10.848,-, Gesamtbetrag inkl. Leasingsonderzahlung und Überführungskosten € 15.488,-. Ein Angebotsbeispiel von Nissan Financial Services, Geschäftsbereich der RCI Banque SA. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstraße 1, 41468 Neuss. Ein Angebot für Privatkunden. Nur gültig für Leasingverträge bis zum 31.03.26. Abb. zeigt Sonderausstattung.

Süverkrüp & Zankel GmbH & Co KG
Kruppstraße 4 – 6 · 23560 Lübeck
Tel.: 0451 / 58906 – 53
SZautowelt.de