

Lübecker
Literaturtreffen
im Grass Haus

INNENSTADT. Zum 19. Mal lädt das Günter Grass-Haus am Samstag, 1. März, zum Lübecker Literaturtreffen ein. Ab 19 Uhr lesen in den Lübecker Kammerspielen die Autor:innen Daniela Danz, Laura Freudenthaler, Thomas Hettche, Finn Job, Dagmar Leupold, Jonas Lüscher, Inger-Maria Mahlke, Fridolin Schley, Feridun Zaimoglu und Tilman Spengler aus ihren neuesten Werken. Die Begrüßung spricht Lübecks Kultursenatorin Monika Frank. Am Vortag diskutieren die Autor:innen unter Ausschluss der Öffentlichkeit über ihre neuesten Manuskripte. Diese Werkstattgespräche werden im ehemaligen Büro von Günter Grass in der Glockengießerstr. 21 geführt. Die Schriftsteller:innen setzen damit die im Jahr 2005 von Günter Grass ins Leben gerufene Tradition fort.

Der Eintritt beträgt 17 Euro, ermäßigt 12 Euro. Karten sind an der Kasse im Theater Lübeckoder online unter <https://grass-haus.de/> bzw. <https://www.theaterluebeck.de/> erhältlich.

Ü60 Tanzparty
im Sachers

LÜBECK. Von Ü60ern für Ü60er: Die nächste Rock-Beat-Soul Ü60-plus Tanzparty findet am Donnerstag, 6. Februar, um 20 Uhr im Sachers an der Huxstraße statt. Sie findet jeden ersten Donnerstag im Monat statt. Der Eintritt ist frei.

Das neue AOK
Kursprogramm

Jetzt noch freie Kursplätze in Lübeck buchen.

LÜBECK. Gesünder ernähren, mehr Sport treiben, mehr Zeit mit der Familie und Freunden verbringen und mit dem Rauchen aufhören. Diese und weitere Neujahrsvorsätze haben sich viele vorgenommen. Wer gesunde Balance zwischen Bewegung und Entspannung erleben sowie ein rauchfreies Leben führen möchte, findet in den Gesundheitskursen der AOK NordWest dafür die besten Voraussetzungen. Mit den Gesundheitskursen der AOK NordWest genießt jeder in Lübeck „Gesunde Vorteile“. „Demnächst starten wieder diverse Kurse in Lübeck. Alle Kurse werden von qualifizierten Fachkräften geleitet“, so AOK-Serviceregionsleiter Reinhard Wunsch. Anmeldungen sind ab sofort bei Anna-Lena Seegert unter der kostenfreien Rufnummer 0800 2655-505623 oder online unter aok.de/nw möglich. Die Kursteilnahme ist kostenfrei für AOK-Kunden.

Der Kurs „Aktiv abnehmen! Bewusst essen“ startet am Freitag, 21. Februar. Mit gutem Wissen genussvoll essen und dabei abnehmen, ist das Motto dieses Angebotes. Durch Änderungen im Essverhalten und Bewegung wird das Wohlfühlgewicht erreicht.

Lust auf ein echtes Kraftworkout mit und ohne Gerät in einem Fitnessstudio? Dann ist



Demnächst starten in Lübeck noch Kurse mit freien Kursplätzen. Anmeldungen sind ab sofort unter der kostenfreien Rufnummer 0800 2655-506547 oder online unter aok.de/nw möglich.

Foto: AOK/Colourbox /hfr.

der AOK-Kurs „Kraftworkout im Studio“ genau richtig. In zehn Wochen geht es rund um das Thema Muskelaufbau, Tipps zu Bewegungsmöglichkeiten im Alltag und echte Fitness. Trainiert wird in der Gruppe und doch ganz individuell. Auch ein sehr effektives Trainingsprogramm für zu Hause ist Bestandteil dieses neuen Kurskonzepts. Die zehnwöchige Kraftworkout-Kurse im Studio starten ab Mittwoch (5. März), Freitag (7. März) und Montag (10. März).

Wer ein effektives und zugleich gesundheitsförderndes Ausdauertraining auf stationä-

ren Fahrrädern und zu aktuellen Beats testen möchte, der sollte sich zum Indoor-Cycling, Start ab Freitag, 21. März, anmelden.

Die komplette Übersicht zu allen Kursen in der gesamten Region sowie zu den AOK-liveonline-Kursen gibt es unter www.aok.de/nw. Anmeldungen sind entweder dort online möglich oder telefonisch bei Anna-Lena Seegert unter der kostenfreien Rufnummer 0800 2655-505623. Alle AOK-Präventionsangebote sind kostenfrei für AOK-Kundinnen und -Kunden.

Präventionskurse in der Region

Aktiv abnehmen - Bewusst essen
(10x 90 min) freitags, ab 21. Februar, um 18:00 Uhr in der Familienbildungsstätte

Kraftworkout im Studio (10x 90 min)
mittwochs, ab 5. März, um 11:00 Uhr und freitags, ab 7. März um 18:00 Uhr im City-Gym in Lübeck
und montags, ab 10. März, um 16:30 Uhr im BODYBALANCE-Travemünde

Indoor-Cycling (1x 75 min)
Freitag, 21. März, um 18:00 Uhr bei der Lübecker Turnerschaft von 1854 e. V.

Jetzt anmelden: **0800 2655-185229** oder online auf aok.de/nw

AOK NordWest. Die Gesundheitskasse.

Exklusiv + kostenfrei
nur für AOK-Versicherte

JOKA FACHBERATER

Ihr JOKA Fachberater.
Im Februar mit 10% Rabatt auf alle Polsterstoffe + Sonnenschutz

Der Raumausstatter
bromberger
„Mit uns liegen Sie richtig“

Arnimstraße 16, 23566 Lübeck
Telefon: 0451 860576
E-Mail: info@bromberger-hl.de
www.bromberger-hl.de

Parkett | Teppich | Designböden | Sonnenschutz | Wohnstoffe

Laser statt Brille
in der Augenarztpraxis
Dr. med. Anna Wagner am Kaufhof

Seit Oktober 2024 wird in der Augenarztpraxis am Kaufhof in Lübeck das neue innovative Laserverfahren SmartSurf^{ACE} angewandt. Die Lebensqualität der Patienten wird deutlich erhöht, endlich ist keine Brille mehr notwendig.

„Mit unserem hochmodernen Excimer-Laser (SCHWIND AMARIS 750S) mit dem 6D Eyetracking System bieten wir Ihnen die Möglichkeit, Ihre Sehkraft auf ein neues Level zu heben, ohne Ansaugung, ohne Schnitt“, sagt Augenärztin Dr. Anna Wagner. Bevor sie ihre Augenarztpraxis am Kaufhof 2019 eröffnet hat, war die erfahrene Medizinerin viele Jahre als Fachärztin in einer großen Augenarztpraxis in Lübeck und in der Universitäts-Augenklinik Lübeck tätig.

„Neben den normalen Sprechstunden, in denen Erwachsene und Kinder täglich versorgt werden, ist mir sehr wichtig, neue innovative Therapien für meine Patienten anzubieten. Die schmerzfreie, präzise und schnelle SmartSurf^{ACE} Methode kann die Lebensqualität deutlich verbessern. Wir setzen auf höchste Sicherheitsstandards und Zufriedenheit.“

Neben einer ausführlichen Diagnostik des hinteren Augenabschnitts bietet die Praxis seit 2024 auch eine optische Kohärenztomografie des vorderen Augenabschnitts, einschließlich der Hornhaut-Topografie, zur Diagnostik und Therapieplanung von hornhautdegenerativen Veränderungen im vorderen Augenabschnitt an.

Die Augenarztpraxis am Kaufhof verfügt über das gesamte Spektrum

der therapeutischen Lasertherapie für den vorderen und hinteren Augenabschnitt: YAG-Laser zur Behandlung des Nachstars nach einer Grauer-Star-Operation und zur Vorbeugung eines Glaukomanfalls (Grüner Star), selektiver Laser-Trabekuloplastik (SLT), einer wirksamen Lasertherapie, die den Augeninnendruck beim Glaukom (Grüner Star) reduzieren kann, und Argon-Netzhautlaser, der eingesetzt wird, um die Netzhaut um einen Riss oder ein Loch in der Netzhaut herum zu veröden. Die Laserbehandlungen finden in separaten Sprechstunden statt, sodass die Behandlungen ohne Wartezeit, schmerzfrei und ungestört durchgeführt werden können.

Sanfter Eingriff mit der SmartSurf^{ACE} Methode

„In meiner Augenarztpraxis am Kaufhof setzen wir auf die SmartSurf^{ACE} Methode mit dem weltweit modernsten Excimer-Laser, der die Behandlung von Fehlsichtigkeit auf ein völlig neues Niveau hebt.

Mit SmartSurf^{ACE} können wir Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit, Hornhautverkrümmung und Al-

Sanft und berührungslos – ohne Ansaugung, ohne Schnitt, ohne Inzision – SmartSurf^{ACE}



tersichtigkeit bis zu einer bestimmten Stärke korrigieren“, erklärt Dr. Anna Wagner.

Ohne Ansaugung, ohne Schnitt, ohne Inzision – sanft und berührungslos wird die Fehlsichtigkeit durch die oberste Hornhautschicht hindurch abgetragen. Der Excimer Laser SCHWIND AMARIS führt die Sehkorrektur in einem einzigen Schritt durch. Der Heilungsprozess ist kürzer, und die Sehleistung steigert sich deutlich schneller als bei den traditionellen Oberflächenbehandlungen.

Sicherheit wird auch während des Eingriffs großgeschrieben: Ein ausgeklügeltes Eyetracking-System überwacht und steuert den Laservorgang, sodass die Behandlung bei unwillkürlichen Augenbewegungen sofort unterbrochen wird. Laser und Eyetracker arbeiten besonders schnell, damit die Hornhaut nicht austrocknet. Ein echter Vorteil, denn durch hohe Verfahrenspräzi-



sion werden Strukturveränderungen verhindert.

Vor der OP wird sorgfältig selektiert

Bevor die Laser-OP stattfindet, werden die Patienten sorgfältig selektiert und gründlich untersucht. Dabei wird insbesondere geprüft, ob die Hornhaut für die Laser-Eingriffe geeignet ist. Anschließend werden wichtige Hornhautparameter ausgemessen und berechnet. Für diese Untersuchungen wird das moderne Hornhaut-Topografie-Gerät MS 39 von Schwind eingesetzt. Die Daten werden feh-

lerfrei an das Lasersystem übertragen. „Wenn Sie älter als 18 Jahre sind und Ihre Brillenwerte stabil sind, könnte es sinnvoll sein, einen Termin bei uns zu vereinbaren. Wir können Ihnen helfen, die besten Optionen für Ihre Sehkraft zu besprechen, insbesondere wenn LASIK nicht in Frage kommt, bei bestimmtem Berufsgruppen (z.B. Polizist)“, empfiehlt Dr. Anna Wagner.

Zusätzlich gibt es eine Ästhetik-sprechstunde. Im eigenen OP werden Blepharoplastiken, operative Straffung der Augenlider, angeboten. Auch die Behandlung von Gesichtsfalten mit Botox und Hyaluronsäure gehört zum Angebot.

Infoveranstaltung:
11. März

Infoveranstaltung zum Laserverfahren SmartSurf^{ACE} für Patienten:

Um den Patienten das Verfahren zu erläutern, werden regelmäßige Informationsveranstaltungen zum Thema „Refraktive Chirurgie“ angeboten. Die Informationsabende finden 1x pro Quartal jeweils am Dienstag um 16 Uhr in der Praxis am Kaufhof statt. Der nächste Informationsabend ist für den 11. März geplant.

Refraktive Sprechstunde:

Nach Absprache, Anmeldung unter Telefon 0451 / 317 96 57