

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

FLENSBURG / SCHLESWIG / NORDFRIESLAND

NOVEMBER 2024 • KOSTENLOS

FESTLICHE HIGHLIGHTS

VORWEIHNACHTSZEIT IM NORDEN

SCHÖNE GESCHENKE

PRÄSENTIDEEN ZUM FEST



Juweliere & Uhrmacher
BEHRENDT



Das Shoppingcenter im Herzen von Heide

Die perfekte Einkaufswelt für die ganze Familie.
Hier finden Sie wetterunabhängig und barrierefrei:
Fashion, Beauty, Lebensmittel, Gastronomie und Dienstleistungen.

Parken auf 370 Parkplätzen.
Die Parkflächen sind ab 06.30 bis 22.30 Uhr geöffnet.
Shoppen von Montag bis Freitag von 09.00 bis 19.00 Uhr und am
Samstag von 10 bis 16 Uhr.
Kaufland von Montag bis Samstag von 08.00 bis 21.30 Uhr.



HEIDER
MARKTPASSAGE

Markt 43 · 25746 Heide
marktpassage@centim.de
Tel. 0481 787 60 887

**von Allwörden
ONLY**

TATTOO FASHION
Whatever u think we ink

VERO MODA®



mister★lady



NEW YORKER

New York Nails

BARMER



egw:wirtschaftsförderung
Entwicklungsgesellschaft Westholstein

SCHUHPARK



HANNA WENDLER
Chefredakteurin

Liebe Leserin, lieber Leser,

der November hat zu Unrecht den Ruf, ein trüber und grauer Monat zu sein, der melancholische Stimmungen aufkommen lässt – das stellt auch Meeno Schrader in seiner aktuellen Kolumne fest. Auch der Blick aus dem Fenster widerlegt diese Vorurteile rasch: Die Natur begrüßt uns mit bunten Herbstfarben und fröhlichem Laubrascheln und selbst spätsommerliche Stunden sind laut unseres Wetterexperten in den kommenden Wochen noch möglich. Und auch die folgenden Seiten beweisen, dass der November im Norden so einiges zu bieten hat.

VORWEIHNACHTLICHE FREUDEN

Wir zeigen Ihnen zum Beispiel, wie Sie die Schätze, welche die Natur uns zurzeit schenkt, in einem selbst gebastelten Kranz verewigen können. Perfekt, um der Wohnung noch schnell einen herbstlichen Zauber zu verleihen, bevor der Winter über den Norden hereinbricht. So gemütlich wir es uns in den eigenen Wänden auch gemacht haben, es gibt zahlreiche Gründe, diese in den kommenden Tagen zu verlassen: Mit stimmungsvollen Veranstaltungen läutet der Norden nämlich die Vorweihnachtszeit ein – lesen Sie in unserer Rubrik

„Das ist los“ und auf unseren Veranstaltungsseiten, was Sie diesen Monat auf keinen Fall verpassen sollten.

GESCHENKE-GUIDE

Apropos verpassen – haben Sie schon an die Weihnachtsgeschenke gedacht? Falls nicht, kein Problem! Wir haben auf unseren Geschenkeseiten ganz viele Präsentideen zum Fest zusammengetragen.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Vorweihnachtszeit und viel Freude mit der aktuellen Ausgabe.

Hanna Wendler



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen **Juweliere und Uhrmacher Behrendt**. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 52.

ALTES STAHLWERK

NEUMÜNSTER



TRADITIONELLES
MARTINSGANS-
ESSEN



MARTINSGANS- ESSEN AM 10. NOVEMBER 2024 ZUM DINNERBUFFET

Das Glück aus dem Ofen am Sonntag, für die ganze Familie. Knusprig aus dem Ofen wird der Gänsebraten live tranchiert und mit Rotkohl, Speckrosenkohl, Maronen und Knödeln wird das Martinsessen zu einem Hochgenuss.

zum Mittagsbuffet ab 12 Uhr: 63 € pro Gast
zum Dinnerbuffet ab 17 Uhr: 58 € pro Gast

- Unsere Gänse kommen frisch vom Hof Bimöhlen! -

Kinder bis zum 4. Lebensjahr sind zum Essen eingeladen und die 5- bis 12-jährigen schlemmen für die Hälfte!

Gleich Tisch reservieren!
www.altes-stahlwerk.com



FOLLOW US & TAG US

ON FACEBOOK & INSTAGRAM



Altes Stahlwerk JoPi Hotel GmbH
Rendsburger Straße 81 | 24537 Neumünster
Tel. 04321 55600 | info@altes-stahlwerk.com
Sitz der Gesellschaft: JoPi Hotel GmbH
Nordhackstedter Str. 8a | 24980 Hörup

THEMIEN

NOVEMBER 2024

COVER | Juweliere & Uhrmacher Behrendt GbR
25 Jahre Schmuckträume 52

UNTERWEGS & UP-TO-DATE
Rote Straße 6
Trends & News im November 8
Winterliche Vorfreuden:
Das ist los im November 12

VORWEIHNACHTLICHE FREUDEN
Eine Hamburger Tradition:
der Adventskranz..... 22
Kranz mit Glanz:
selbstgebastelter Herbstkranz..... 24

GESCHENKE-GUIDE
Wundervolle Präsentideen 28

SO SCHMECKT DER NORDEN
Buchvorstellung: Salzig & süß..... 34



24
Kranz mit Glanz



34
Salzig & Süß

HIN & WEG
Traumhaftes Mauritius 42

MODE & BEAUTY
Geschenke, die von Herzen kommen..... 46
Favoriten des Monats: Lieblingsprodukte 50
25 Jahre Schmuckträume 52

MENSCHEN AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN
Erfinderclub Schleswig-Holstein e. V. :
Unsere Tüftler des Nordens 56

HAUS, HOF & GARTEN
Moderne Küchen & schicke Esstische:
Küchenzauber & Tischkultur 60

GESUND & FIT BIS INS ALTER
Da kamen die Oldies in Fahrt..... 72
Ein Gefühl von Geborgenheit:
willkommen im Valentinerhof..... 76

TRAUER & ABSCHIED
Trauer ist keine Krankheit 78



12

WINTERLICHE VORFREUDEN

KUNST & KULTUR

Ausstellungen im November 84
 Veranstaltungshighlights 88

KOLUMNEN

Fru Jürs vertellt 82
 Meenos Wetterwelt 97

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial 3
 Impressum 98
 Vorschau Dezember 98



46

GESCHENKE, DIE VON HERZEN KOMMEN

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag

Seit 1910 -
für Ihre Gesundheit



- Reha
- Sanitätsartikel
- Orthopädie
- Pflege

Kowsky

SANITÄTSHAUS

Webseite: www.kowsky.com

Mit 15 Filialen für Sie vor Ort
Tel. 04321-9945-0

Tönninger
Weihnachtsereignis
 Packhaus am Hafen

Jeden Samstag & Sonntag im Advent + 29.12.24
11:00 - 18:00 Uhr | Eintritt frei



Nordseerurlaub
Tönning
 Die Erholungs- und Luftkurort



29.11. - 21.12.
**PUNSCH
 IM HOF**
 Fr.: 14-22 Uhr
 Sa.: 12-22 Uhr



Stilvoll genießen
 — seit 1976 —

Für die kleine Sause zu Hause!

Orig. Braasch Punsch

Das Original ... hausgemacht ... nach altem Familienrezept ... einfach köstlich!

- | | | | |
|--------------------------|------|------------------------|--------------|
| 1,0-l-Flasche | 9,95 | 3,0-l-Bag-in-Box | 22,50 |
| ab 6 Fl.je Flasche | 9,50 | ab 3 Stück | je Box 21,50 |
| ab 12 Fl.je Flasche | 8,95 | ab 6 Stück | je Box 20,50 |
| ab 18 Fl.je Flasche | 8,80 | | |



Rote Straße 26-28 · Große Straße 24
 24937 Flensburg · Tel. 0461 - 14 16 00
 Online-Shop: www.braasch.sh

BRAASCH
 WEIN & RUMHAUS



DAMENMODEN ✨ **ACCESSOIRES**

Backstage · OSKA · by basics · PRIVATSACHEN · esmeralda
 Ania Schierholt · Hannes Roether · eve in paradise ...



Inh. Claudia Erdmann · Rote Straße 18-20
 Di-Fr 10-13 Uhr/14-18 Uhr · Sa 10-16 Uhr · Tel. 0461 245 93



NITU

KREATIVE
 HAARKULTUR

Betty Nitu &
 Tanita Berg

Termine nach
 Absprache

Rote Straße 15b · 24937 Flensburg
 Tel. 0461/16 82 87 10



Fensterkonzert
 mit Piffari am
 7. Dezember
 um 15 Uhr





VORFREUDE
IST..DIE
SCHÖNSTE
FREUDE ...



contor | rote straÙe 24 im krusehof | 0461 1826220
onlineshop: www.contor-design.com



Lucia-Umzug
am 13. Dezember
um 16.30 Uhr

**ROTE
STRASSE**
FLENSBURG
www.rotestrasse.de

TRENDS & NEWS

IM NOVEMBER 2024

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.



NEU:

WONDER GLOW NACHTCREME

Die Wonder Glow Nachtcreme lässt mit hochwertigen Ölen und Hyaluron Rötungen und Entzündungen abklingen, verbessert die Hautbarriere und Durchfeuchtung, fördert die Regeneration über Nacht und sorgt für frische Haut mit einem wunderbaren Sunrise Glow. www.inspira-cosmetics.com

„Wanderschönes Schleswig-Holstein“

75 WANDERROUTEN VON SIEGRID BEYER



In dem neu erschienen Buch „Wanderschönes Schleswig-Holstein“ zeigt Siegrid Beyer Ihnen 75 Wandertouren durch unseren schönen Norden.

Die ausführlich beschriebenen Touren in ihrem Buch hat sie alle selbst ausgewählt und erwandert. Sie führen nach Neumünster, in den Aukrug, in die Nähe von Plön, Preetz und Kiel oder in die Lübecker Bucht, die Kreise Pinneberg, Stormarn oder Segeberg. Ergänzt werden sie mit persönlichen Tipps,

Informationen zu den Strecken und Fotos. Es gibt stets einen Hinweis, wo das Auto geparkt werden kann, und eine kurze Beschreibung des Weges mit Sehenswürdigkeiten, Pflanzen und Tieren. Darüber hinaus gehört zu jeder Wanderroute ein beschrifteter Kartenauszug von Komoot-Karten zur besseren Orientierung.

SIEGRID BEYER: WANDERSCHÖNES SCHLESWIG-HOLSTEIN. SELBSTVERLAG, 144 SEITEN, 11,99 EURO

SAUBERE SACHE!

Die wunderbaren Seifen von Kinfill für Hände, Körper und Haar reinigen und pflegen mit natürlichen Zutaten.

Perfekt ergänzt werden sie von der stilvollen Schale, welche die Seife zwischen den Anwendungen sauber und trocken hält und gleichzeitig ein echter Blickfang ist! www.kinfill.com



WILLER.WALD: HOLSTEIN KIEL TAUSCHT BALL GEGEN SPATEN



Mittlerweile sind sie nicht nur Profis am Ball, sondern auch am Spaten: Die Holstein-Kiel-Spieler Shuto Machino, Phil Harres und Max Geschwill griffen am 16. Oktober tatkräftig zu, um in den Hüttener Bergen junge Bäume für den Willer.Wald in fruchtbaren Boden zu bringen. Bei bestem Herbstwetter und unterstützt von Wolfgang Schwenke, kaufmännischer Geschäftsführer von Holstein Kiel, Familienrepräsentant Thomas Willer, Axel Niesing, dem geschäftsführenden Gesellschafter Anton Willer, Förster Rolf-Martin Niemöller und 20 Zweitklässler*innen der Grundschule Ascheffel pflanzten die „Sportfreunde Willer“ rund 60 Laubbäume für den Neuwald.



ERFOLGREICHER ABSCHLUSS BEIM STADTRADELN

Auch in diesem Jahr kann der Klimapakt Flensburg mit dem Ergebnis seiner alljährlich stattfindenden Radelkampagne „Stadtradeln Flensburg – wir radeln immer noch!“ eine positive Bilanz ziehen: Insgesamt wurden 108.901 Kilometer in einem dreiwöchigen Zeitraum von 195 Teams bzw. 623 Radfahrenden absolviert. Dies entspricht einer Länge von circa 2,5 Weltumrundungen! Beteiligt haben sich 77 Unternehmen und zwölf Schulen. Und auch die damit verbundene CO₂-Einsparmenge – im Vergleich zur Autonutzung – von 18 Tonnen kann sich sehen lassen. Mehr Informationen zu den Ergebnissen und dem Klimapakt Flensburg e. V. unter www.klimapakt-flensburg.de.



NEU:

OH DU GENUSS- VOLLE WARTEZEIT!

Tag für Tag hält dieser Adventkalender eine neue Tee-Überraschung bereit. Außerdem bringen Ihnen zahlreiche digitale Erlebnisse Weihnachten täglich etwas näher. Sammeln Sie mit Geschick Teezutaten in Ihre virtuelle Tasse oder verwandeln Sie sich selbst in den Nikolaus. www.sonnentor.com

Fotos: Sonnentor (1) / Klimapakt Flensburg e.V. (1)

Der Lebensart Newsletter

Kostenlos jeden Mittwoch:
das Neueste aus Hamburg und
Schleswig-Holstein.
Mit Veranstaltungstipps fürs
Wochenende & kostenloses Digital-Abo.



Scan
me!



www.lebensart-sh.de/newsletter



CONTOR – Flensburgs
ältester Concept-Store seit 1999

SACHEN, DIE GLÜCKLICH MACHEN!

Seit 25 Jahren bietet CONTOR ausgewählte Geschenke und Design-
objekte in dem hübschen Concept-Store in der Roten Straße an.



Das Team von CONTOR:
Katja Harding, Stefan Moser und
Kerstin Müller-Intemann (v. l.)

Schon bevor Hygge in aller Munde war, fing das Team von CONTOR an, eine kleine aber feine Kollektion skandinavischer und europäischer Kunsthandwerker*innen und Designlabels zusammenzustellen, die neben den eigenen Produkten in dem Concept-Store in Flensburgs Altstadt verkauft wurden. Nicht nur die räumliche Nähe war dabei ausschlaggebend, auch die Gestaltungsprinzipien skandinavischen Designs passen perfekt zum Geschmack des hübschen Ladens in der Roten Straße: einfach, funktional, langlebig und natürlich – oder ohne viel „Gedöns“, wie man in Flensburg sagt.

GEMEINSAME LEIDENSCHAFT

Keramikerin Katja Harding, Goldschmiedin Kerstin Müller-Intemann und Tischler Stefan Moser haben sich in Flensburg auf der Werkkunstschule kennengelernt und 1999 gemeinsam das CONTOR im Krusehof eröffnet. Für die drei gibt es nichts Schöneres, als kleinere und größere Design-Juwelen zu entdecken, die das Leben schöner machen. Dafür reisen sie umher, wälzen Kataloge, sprechen mit Gestalter*innen, Handwerker*innen und Künstler*innen. Kein Urlaub ohne Inspiration, keine Messe ohne

kritischen Filterblick, kein geselliger Abend ohne neue Ideen! In ihrem kleinen Laden im Krusehof und auch online präsentieren die drei ihren gesamten Fang. Die fröhliche Mischung aus witzigen kleinen Geschenkartikeln und gut designten Gebrauchsgegenständen überzeugt seit Jahren die Flensburger Stammkundschaft und auch die vielen Tourist*innen, die verstärkt im Sommer durch die Rote Straße und ihre Kaufmannshöfe bummeln. 2006 wurde CONTOR dafür von der „Brigitte“ in die Liste der besten Läden in Deutschland aufgenommen!

PERSÖNLICHER SERVICE

Bei der Auswahl der Produkte kommen hauptsächlich kleine, innovative und noch unbekanntere Designer*innen und Firmen aus ganz Europa zum Zuge. Damit garantiert das CONTOR nicht nur die Qualität der einzelnen Produkte, hier soll auch immer das Originaldesign und nicht ein in Fernost zusammengeschustertes Plagiat zu sehen sein. Und auch mit dem Onlineshop versuchen die drei ihrem Anspruch an Qualität und Persönlichkeit treu zu bleiben: Jedes Päckchen wird liebevoll gepackt und mit einem handschriftlichen Gruß versendet. Das kommt gut an und manchmal gibt es dafür sogar eine Dankesmail oder Postkarte von zufriedenen Kund*innen – das Leben kann so schön sein!

CONTOR, Rote Str. 24, Flensburg
Tel.: 0461 / 18 26 220, www.contor-design.com





Neu: der DGS-Solarschulkurs in Glücksburg.

DGS-SOLARSCHULE BIETET INTENSIVKURS AN

Solarmodule und -speicher sind so günstig wie nie. Für eine Anlagenplanung müssen Berater*innen jedoch mehr im Blick haben als nur eine optimale Südausrichtung, daher sind unabhängige Solarfachberater*innen gefragter denn je. Deutschlands nördlichste Solarschule, artefact in Glücksburg, bietet Fachbetrieben und Quereinsteiger*innen einen Intensivkurs an. Er findet vom 19. bis zum 22. November statt und führt in die Grundlagen von Photovoltaik und Solarberatung ein, greift aber auch Trends und Perspektiven auf. Mit Bestehen der Abschlussprüfung kann das Zertifikat der Deutschen Gesellschaft für Solarenergie erworben werden. Infos unter www.artefact.de.

Fotos: artefact Glücksburg (1) / Felix König (1)

Wer möchte ins Schleswig-Holstein Festival Orchestra 2025

JETZT ANMELDEN!



„Let’s make music as friends“ – unter diesem Leitspruch des Dirigenten und SHMF-Mitbegründers Leonard Bernstein kommen zur Festivalsaison des Schleswig-Holstein Musik Festivals (SHMF) über 100 junge Musiker*innen verschiedener Nationen im Nordkolleg Rendsburg zusammen, um das Schleswig-Holstein Festival Orchestra (SHFO) zu bilden. Seit seiner Gründung im Jahr 1987 genießt das Orchester, das sich jedes Jahr neu zusammensetzt, einen ausgezeichneten Ruf. Ab sofort können sich junge Talente aus aller Welt für den Festivalsommer 2025 bewerben. Die Anmeldung ist bis zum 1. Dezember für die Probespiele in Südamerika bzw. bis zum 15. Dezember in Europa unter www.shmf.de/fo möglich.

Jetzt auch in Flensburg

12x HYUNDAI
für Sie im Norden



Unser Arne Hinrichsen und Daniel Palau

Nord-Ostsee Automobile
Lust auf Leistung

HYUNDAI Center Flensburg
Zur Bleiche 46
24941 Flensburg
Tel. 0461 509 098 0

Weitere HYUNDAI Center in Eckernförde, Heide, Husum, Schleswig, Marne, Itzehoe, Neumünster, Hamburg-Harburg, Hamburg-Bergedorf, Schwarzenbek, Bad Belzig

hyundai.nord-ostsee-automobile.de

HYUNDAI

WINTERLICHE VORFREUDEN

Der Duft von Glühwein und Gebäck liegt in der Luft und die nordisch kühle Brise weht uns um die Nase ... Endlich beginnt die gemütliche Jahreszeit, die wir mit unseren Liebsten verbringen, und das Weihnachtsfest lässt auch nicht mehr lange auf sich warten.

Wo Sie sich schon mal so richtig in Adventsstimmung bringen können, verraten wir Ihnen auf den folgenden Seiten!



Husum ERSTRAHLT BEIM LICHTKUNSTFEST

Erstmals findet in der Nordsee-Stadt Husum vom 7. bis 10. November ein Lichtkunstfest statt. An fünf Standorten bringen der Lichtdesigner Michael Kantrowitsch und die mitwirkenden Künstler*innen die Stadt jeden Abend zum Leuchten. Unter dem Oberthema „Tiden – Mythen – Elemente“ widmen sich die Lichtkunst-Installationen den Wurzeln der Heimat, dargestellt durch die vier Elemente Luft, Wasser, Feuer, Erde. Sie spielen in der Geschichte Husums zentrale Rollen und werden von Zitaten Theodor Storms untermalt. Standorte, an denen die Kunstwerke zu bestaunen sein werden, sind das Rathaus, das Alte Rathaus, das Torhaus, das Schloss vor Husum und die Stadtkirche St. Marien. Die offizielle Eröffnung findet am 7. November um 18 Uhr am Alten Rathaus statt.

7. bis 10. November • verschiedene Orte in Husum

ENTSPANNUNG PUR



Wer dem Alltag für eine Weile entfliehen möchte, findet in der **Fördeland Therme** in Glücksburg einen Ort der Erholung und des Vergnügens. Diese Wellnessoase an der Ostsee bietet für Besucherinnen und Besucher jeden Alters ein umfassendes Erlebnis. Die Fördeland Therme lädt mit ihrem 31°C warmen Wasser und einer Vielzahl von Wasserattraktionen zu einem unvergesslichen Tag ein. Im Kinderbecken treffen die Kleinen auf die liebevoll gestalteten Wasserspielfiguren Johnny und Emma, die ihnen das Element Wasser spielerisch näherbringen. Ein besonderes Highlight ist der Freundetarif, bei dem jeden Freitag und in den schleswig-holsteinischen Ferien das zweite Kind freien Eintritt genießt. Erwachsene Besucher*innen finden in der Saunaabteilung ihre Ruheoase. Hier werden stündlich wechselnde Aufgusszeremonien angeboten, die Gelegenheit geben, den Alltag hinter sich zu lassen. Der angrenzende Saunagarten mit Ausblick in die Natur und Ruheräume laden zum Verweilen ein. Mittwochs steht für Gäste ab 50 Jahren zusätzlich Aqua Fitness auf dem Programm, um das körperliche Wohlbefinden zu fördern. Mehr Informationen finden Sie unter www.foerdeland-therme.de.

Fotos: Adobe Stock (1) / Fördeland Therme Glücksburg (1)



Freies Erzählen

Ohne Auswendiglernen oder Angst vor den Zuhörer*innen frei erzählen und damit das Publikum begeistern – authentisch, selbstbewusst, ohne Ähs. Dazu ohne Sorge, den Faden zu verlieren oder gar einen Blackout zu haben. Das klingt toll, oder? Und das Beste: Es ist leicht zu lernen! Unsere inneren Bilder führen uns sicher durch unsere

Geschichte! Eine einfache Technik unterstützt Sie dabei zuverlässig. Erleben Sie, wie Worte lebendig werden – im Ohr und im Herzen. Der nächste Schnupperkurs findet vom 10. bis 12. Januar statt.



Märchen-Atelier
„Die grüne Schlange“
Neukirchen 83,
Steinbergkirche
Tel.: 04632 / 87 66 77
www.maerchen-atelier.de

FÖRDELAND THERME

WOCHENPROGRAMM

<p style="text-align: center; margin: 0;">MONTAG</p>	<p style="text-align: center; margin: 0;">50+Angebot mit Aquagymnastik</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">Therme: 9,50 € Sauna: 16,50 €</p>
<p style="text-align: center; margin: 0;">DIENSTAG</p>	<p style="text-align: center; margin: 0;">GESCHLOSSEN</p>
<p style="text-align: center; margin: 0;">MITTWOCH</p>	<p style="text-align: center; margin: 0;">Frühschwimmen (6:00-10:00) & 50+Angebot mit Aquagymnastik</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">Therme: 9,50 € Sauna: 16,50 €</p>
<p style="text-align: center; margin: 0;">DONNERSTAG</p>	<p style="text-align: center; margin: 0;">2 für 1</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">Sauna- und Freundetarif</p> <p style="text-align: center; margin: 0; font-size: 0.8em;">Sauna: Beim Kauf einer Sauna-Tageskarte erhält die 2. Person freien Eintritt. Freundetarif: Ein Kind zahlt den vollen Eintritt und das 2. Kind hat freien Eintritt.</p>
<p style="text-align: center; margin: 0;">FREITAG</p>	<p style="text-align: center; margin: 0;">Familientag</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">1 Erw. mit bis zu 3 Kindern 19,00 € 2 Erw. mit bis zu 3 Kindern 29,00 €</p>
<p style="text-align: center; margin: 0;">Mondscheintarif</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">Therme: 11,00 € Sauna: 18,00 €</p>	



Westküsten- „Metropölchen“ Husum

MEHR ALS EINEN AUSFLUG WERT

Die Lichtkunstfest-Premiere und der Weihnachtsmarkt lassen Nordfrieslands Hauptstadt erstrahlen.

Gerade eben ließ die goldene Herbstsonne die Bäume rund um das Schloss vor Husum, das einzige Schloss an der Nordseeküste Schleswig-Holsteins, noch in bunten Farben leuchten. Nun weht eine steife Brise durch den Hafen der Storm-Stadt und bringt die noch verbliebenen Schiffe zum Schaukeln. Wie schön es jetzt ist, in einem der Cafés oder Restaurants einzukehren und sich von innen mit Süßem oder Herzhaftem aus der Region zu wärmen. In den zahlreichen persönlich geführten Geschäften lässt es sich hervorragend nach Geschenken stöbern sowie saisonale Deko und Bekleidung entdecken.

LICHTERGLANZ AN DER NORDSEE

Die Premiere des Lichtkunstfest Husum holt vom 7. bis 10. November die Elemente Luft, Wasser, Feuer und Erde als leuchtende Installation in die historischen Gebäude der Innenstadt. Der verkaufsoffene Sonntag am 10. November endet mit dem großen Laternenumzug „Husum leuchtet“. Und ab dem 18. November locken dann der Duft von gebrannten Mandeln und Glühwein auf den Husumer Weihnachtsmarkt rund um die „Tine“ und in die festlich geschmückten Gassen.

AUF TOUR DURCH HUSUM

Wer sich einer der angebotenen Stadt- oder Nachtwächterführungen anschließt, erfährt auch, wie sich Husums bekanntester Sohn, Dichter Theodor Storm, mit der angeblich so „dunklen Jahreszeit“ anfreundete. Die verschiedenen Husumer Themenführungen ergeben zusammen mit einem leckeren Essen auch eine unvergessliche Weihnachtsfeier für Betriebe, Vereine und Freunde. Ansprechpartner ist die Tourist Information Husum unter Tel.: 04841 / 898 70.

NORDFRIESISCHER KULTURGENUSS

Ein Muss in der Vorweihnachtszeit ist der Besuch im Husumer Weihnachtshaus. Traditionelles Kunsthandwerk und liebevolle Details machen die einmalige Sammlung sehenswert. Beliebt sind auch die Führungen und Lesungen im Storm-Haus. Konzerte von Klassik bis Jazz, von Pop bis Rock tragen zur stimmungsvollen Atmosphäre in der Stadt bei. Vom „Schlossvergügen“ (30.11.) bis zur Kreativmesse „einzigARTig“ (1.12.), vom Kinder-Musical (5. und 6.12.) bis zum Mitsing-Konzert (22.12.) ist der Husumer Veranstaltungskalender gut gefüllt.



HUSUMER WEIHNACHTSMARKT

vom 18.11. bis 28.12.
(geschlossen am 24.11. und 25.12.)

HILFREICHE LINKS

- Advent & Weihnachten in der Husumer Bucht: www.husum-tourismus.de/weihnachten
- Shopping-Tipps: www.husum-tourismus.de/shopping
- Gastronomie-Tipps: www.husum-tourismus.de/gastronomie
- Veranstaltungskalender: www.husum-tourismus.de/veranstaltungen
- Unterkunft buchen: www.husum-tourismus.de/buchen

Tourist Information Husum / Husumer Bucht

Großstraße 27, Husum

Tel.: 04841 / 898 70

info@husum-tourismus.de

www.husum-tourismus.de



NEUE WINTERSAISON IM SPEICHER

Das stimmungsvolle, gastliche Haus im Zentrum von Wanderup ist endlich wieder mit seinem Café, der kunsthandwerklichen Adventsausstellung und einem kleinen, feinen Kulturprogramm geöffnet.

Schon beim Betreten empfängt der Duft von Kaffee, Backwaren, Kerzen und antikem Holz die Gäste – heimelig, warm und herzlich geht es hier zu: Überall im Haus sorgen vertraute und fröhliche Gesichter dafür, dass die hier verbrachte Zeit zu einem besinnlichen und erholsamen Ausflug aus einem teils immer hektischer werdenden Alltag wird.

ADVENTSAUSSTELLUNG

Im Obergeschoss lädt die Adventsausstellung von Maren Petersen und ihren Aussteller*innen zu einem weihnachtlichen Bummel ein und bietet viele Inspirationen und Dekorationsideen für die kommende gemütlichste Zeit des Jahres. Damals wie heute ist ein Besuch in dem über mehrere Etagen aufwendig dekorierten, alten Dachstuhl insbesondere in der Weihnachtszeit ein Erlebnis: Weihnachtsstimmung satt zum Stöbern und Mitnehmen... gute Gespräche mit den „Speicher-Damen“ gehören oft dazu.

GASTRONOMIE IM HAUS

In kuschelig warmen, liebevoll hergerichteten Räumen servieren die vielen bekannten Gesichter der „Speicher-Familie“ bei Kerzenschein die Spezialitäten der hauseigenen Backstube in gewohnter Qualität und Verbindlichkeit. Besondere Leckerbissen in der Adventszeit sind hier neben den berühmten Torten aus eigener Produktion ab dem 1. Advent Bratäpfel und Fliederpunsch – selbstverständlich ebenso aus eigener Herstellung. In den Abendstunden bei kulturellen Veranstaltungen werden als herzhaft Alternativen zusätzlich Flammkuchen- und Suppenspezialitäten serviert.

BUNTES KULTURPROGRAMM

Ein besonderes ist auch wieder das Kulturprogramm, das ab Mitte Dezember weihnachtliche Veranstaltungen bereithält. Den Anfang machen am Donnerstag, 19. Dezember, um 15 Uhr die bekannte Wanderuperin Doris Müller und die plattdeutsche Sängerin Inge Lorenzen mit der musikalischen Lesung „Wiehnachten - allöverall“, in der sie besinnliche plattdeutsche Lieder und Geschichten zum Weihnachtsfest präsentieren. Ein weiterer Leckerbissen wird am Freitag, 20. Dezember, um 20 Uhr geboten: Die beiden Schauspieler Silke Roca und Peter G. Dirmeier (Echtzeit Entertainment Hamburg) sind wieder mit ihrer szenischen Weihnachtslesung „Lametta-Rauschen“ zu Gast.

BESUCH IM WEIHNACHTSDORF

Zu guter Letzt empfiehlt sich noch ein Besuch im „Weihnachtsdorf Wanderup“ am 1. Adventswochenende: An der außergewöhnlichen, dorfübergreifenden Großveranstaltung beteiligt sich selbstverständlich auch der Speicher mit seinem kompletten Angebot und bietet mit dem überdachten, stimmungsvollen Punschhof direkt an der „Weihnachtsdorf-Meile“, in dem wiederum nur Spezialitäten aus eigener Herstellung angeboten werden, eine weitere Attraktion.

Mehr Infos und das gesamte Programm unter www.speicher-wanderup.de

Adventsausstellung
im November und Dezember
Speicher Wanderup, Wanderup



Kunsthandwerkliche Weihnachtsausstellung

Vorfreude auf Advent im Speicher Wanderup



Willkommen im urgemütlichen Speicher-Café

Vertraute Qualität in persönlicher Atmosphäre:
* * Trümmertorten-Variationen, fair gehandelter Bio-Kaffee,
Waffeln u.v.m. – ab 1. Advent Bratäpfel und Fliederpunsch.

Kulturelle Leckerbissen in der Winterzeit

Musikalische Lesung:

Donnerstag, 19. Dezember 2024 – 15 Uhr: * * *

**Doris Müller &
Inge Lorenzen:**
„Wiehnachten
– allöverall“ * * *



Besinnliche plattdeutsche Lieder und Geschichten. Der stimmungsvolle Klassiker in unserem Programm bei Trümmertorte und Kerzenschein im Speicher-Café.

Traditionell ungewöhnlich kurz vor Weihnachten:

Freitag, 20. Dezember 2024 – 20 Uhr:



Lametta-Rauschen 2024: Szenische Weihnachtslesung

mit Texten bekannter Autoren.
Echtzeit Entertainment Hamburg –
Silke Roca und Peter G. Dirmeier:

Altbekanntes, Bewährtes und Neues – gespickt mit reichlich Humor ... gerne auch mal schwarz. * * *

Samstag, 15. Februar 2025 – 20 Uhr:

Marius Rothe singt!

Kurzweilig, witzig, pikant!
Ein Abend, so spritzig wie
Champagner – zum Lachen,
Träumen und Nachdenken.

Gesamtkunstwerk Marius Rothe
stößt geknallt im Fundus der
UFA-Zeit und entführt – begleitet
von dem Pianisten Nikolai Juretzka – sein Publikum auf
unterhaltsame Weise in längst vergangene Zeiten ... * * *



Samstag, 22. Februar 2025 – 20 Uhr:



Für immer

– Stück in 3 Akten
Nach dem großen Erfolg von
„Wetterleuchten“ präsentiert
das Echtzeit-Ensemble erneut
ein Stück von Daniel Call auf
unserer Bühne.

... über die Beziehung zweier
Menschen – wie sie sich lieben und hassen, aneinander
gewöhnen und auf die Nerven gehen, sich zusammen- und
auseinanderleben, sich raufen und zusammenraufen.
Es springt zwischen Gegenwart, Vergangenheit und Traum ...
Es spielen: Silke Roca & Peter G. Dirmeier,
Echtzeit Entertainment Hamburg. * * *

Kartenvorverkauf und Reservierung direkt im Speicher,
* * per Telefon oder E-Mail: speicher-wanderup@t-online.de



Freitag · Samstag
Sonntag · 14-18 Uhr
Kultur und Feiern
auch zu Sonderzeiten

Flensburger Str. 10
24997 Wanderup
Telefon 04606 1212
f speicherwanderup

DAS IST LOS



TANNENBAUMRICHTFEST MIT LATERNENUMZUG

Am 15. November freut sich Kappeln auf sein traditionelles und stimmungsvolles Tannenbaumrichtfest, das vom Innenstadtkreis ausgerichtet wird! Ein XXL-Weihnachtsbaum, den die Firma TREETEC umsonst schlägt, wird mithilfe eines Krans, der kostenfrei von der Firma Brückner Rohrtechnik GmbH zur Verfügung gestellt wird, vom Nordhafen zum Rathausmarkt transportiert. Dort wird der Baum in der besinnlichen Jahreszeit eine festliche Stimmung verbreiten. Auf seinem Weg wird der Baum von einem fröhlichen Laternenumzug, dem Bläsercorps und Fackelträgern der Jugendfeuerwehr Kappeln begleitet. Um 16.30 Uhr startet der Umzug am Brückenkopf.

15. November • Rathausmarkt, Kappeln



Ocean Summit: MEERESMITMACHTAG

Im Rahmen des Ocean-Summit-Vorhaben Meeresschutzstädte Schleswig-Holstein sind am Samstag, 16. November, Meeressfans allen Alters zum „Meeresmitmachtag“ in die Flensburger Innenstadt eingeladen. Verstreut über verschiedene Orte werden von morgens bis abends lokale Akteur*innen aus den Bereichen Meeres- und Klimaschutz, nachhaltige Bildung und Entwicklung, Einzelhandel und Tourismus sowie Kultur und Kunst ein kleines, feines Info- und Mitmach-Programm auf die Beine stellen. Ziel ist es, dass interessierte Bürger*innen ein wenig in Aktionen, Wissen und Vorhaben rund um den Meeresschutz in Flensburg eintauchen können, mit Akteur*innen ins Gespräch kommen und kleine Wissenshappen über das Meer vor unserer Tür erhalten. Sämtliche Angebote an diesem Tag sind kostenfrei. Der Meeresmitmachtag startet um 10 Uhr und endet am Abend mit einem Soli-Konzert im Kulturcafé Tableau. Mehr Infos unter www.ocean-summit.de.

16. November • Flensburger Innenstadt

Wintergast ❄️
Handwerks- und Kunstausstellung



22.-24. November 2024

Öffnungszeiten
Freitag 14 - 19 Uhr
Sa. & So 11 - 18 Uhr

Hafenwerk
Harniskai 4
24937 Flensburg

Samstag 19 Uhr
Konzert: Ladylike

www.hafenwerk.net



„Wintergast“ im Hafenwerk 2024



Zum 17. Mal freuen sich die Handwerker*innen des Hafenwerks, ihre Werkstatt direkt an der Hafenkante für die diesjährige „Wintergast“-Kunstausstellung zu öffnen und für drei Tage einen Ort der Begegnung zu schaffen. In gemütlicher Atmosphäre präsentieren 25 Aussteller*innen, die aus verschiedenen Orten anreisen, ihre Werke in den Werkstatträumen des denkmalgeschützten ehemaligen Silogebäudes

des direkt am Flensburger Hafen. Von hochwertigstem Kunsthandwerk bis zu originellen Zweckentfremdungen reicht das Spektrum. Auch das Wintergastcafé, ein buntes Kinderprogramm und musikalische Leckerbissen locken ein vielfältiges Publikum auf die Wintergast. Mehr Infos unter www.hafenwerk.com.

22. bis 24. November • Hafenwerk, Flensburg

Anti-Aging durch
Ästhetische Medizin

B!

bechtel-aesthetics

Privatpraxis für Ästhetische Medizin

Meine Praxen stehen für 15 Jahre Erfahrung und über 30.000 Behandlungen auf dem Gebiet der sanften Ästhetischen Medizin ohne Skalpell.

Als Ärztin lege ich größten Wert darauf, Ihnen alle Behandlungstechniken so verständlich zu erklären, dass Sie danach in der Lage sind, sich eine Meinung zu bilden und für sich selbst - mit meiner Hilfe - zu entscheiden, welche Behandlung die Beste für Sie ist.

Vereinbaren Sie gern ein kostenloses, persönliches Beratungsgespräch mit mir.



Susanne Bechtel
Susanne Bechtel
Ärztin

Vereinbaren Sie ein
kostenloses Beratungsgespräch

Privatpraxis Hamburg

Colonnaden 104 · 20354 Hamburg
040 / 81 95 67 88

Privatpraxis Neumünster

Heinrich-Hartwig-Straße 14 · 24539 Neumünster
04321 / 85 39 533

Privatpraxis Timmendorfer Strand

Poststraße 55 · 23669 Timmendorfer Strand
04503 / 89 81 800

Privatpraxis Risum-Lindholm

Grutstich 13 · 25920 Risum-Lindholm
04661 / 95 70 999

BEHANDLUNGSPORTFOLIO

RADIESSE FACELIFT

Zurück zu den alten Konturen. Hebt Jochbogen, Wangen und Jawline wieder an, baut Handrücken, Hals und Dekollete wieder auf, verjüngt und strafft das Bindegewebe nachhaltig.

BOTOX & CO

Stirn- und Zornesfalten, Augenbrauenlift, Krähenfüßchen, Halsfalten, Zähneknirschen und übermäßiges Schwitzen effektiv behandeln.

HYALURON

Natürliches Volumen für Lippen, Nasolabialfalten, Mundwinkelfalten, eingefallene Schläfen, Ohrläppchen und Nasen- Kinnkorrektur.

FETT-WEG-SPRITZE

Störende Fettpolster im Bereich Wangen, Doppelkinn, Bauch, Hüfte, Rückenfalten, Knie, Oberarm und Oberschenkel werden dauerhaft aufgelöst und das Bindegewebe wird gleichzeitig gestrafft.

PROFILO

Perfekte Haut durch Hightech-Hyalron für den absoluten Glow im Bereich von Stirn, Wange, Hals, Dekollete, Körper und Händen, sowie Plissee-falten.

FADENLIFTING

Wangen, Jochbogen und Hals werden durch gezieltes Einbringen der auflösbaren Fäden angehoben und gestrafft.

www.bechtel-aesthetics.de



bechtel_aesthetics



DAS IST LOS



Hygge, Herz & Lichterglanz AUF DEM FLENSBURGER WEIHNACHTSMARKT

Auch in diesem Jahr wird die Tradition an der Flensburger Förde fortgeführt: Der Flensburger Weihnachtsmarkt öffnet vom 25. November bis zum 31. Dezember seine Pforten.

Mit festlichem Lichterglanz und nordisch inspirierten Hütten verwandelt sich das Zentrum der Hafenstadt in eine stimmungsvolle Weihnachtswelt. Ein Hauch von Hygge durchzieht die Fußgängerzone, wo Kunsthandwerk und kulinarische Spezialitäten in den hübschen Buden zwischen Süder- und Nordermarkt angeboten werden.

Die feierliche Eröffnung des Weihnachtsmarktes findet am Montag, dem 25. November, um 17 Uhr auf dem malerischen Südermarkt statt. Im Mittelpunkt steht erneut die beeindruckende

Weihnachtspyramide und ein besonderes Highlight ist das feierliche Illuminieren der prächtigen Südermarkt-Tanne, begleitet von einem Countdown, der den offiziellen Startschuss für das weihnachtliche Treiben gibt. Die festlich dekorierte „Hyggemeile“ erstreckt sich wie gewohnt vom Südermarkt über den Holm und die Große Straße bis hin zum Nordermarkt. Dieses Jahr sorgt das neue „Winterhygge“ für ganz besondere Weihnachtsatmosphäre. Eine besondere Attraktion für die Kleinen ist der Kinderwunschaum, an dem Kinder ihre Weihnachts-

wünsche hinterlassen können. Die Erwachsenen dürfen sich währenddessen auf kulinarische Köstlichkeiten freuen, die von Green Kitchen mit Liebe und Kreativität zubereitet werden. Weitere Informationen finden Sie auch unter www.flensburger-foerde.de/weihnachtsmarkt.

**25. November bis 31. Dezember
Holm, Große Straße, Nordermarkt**

**&
25. November bis 23. Dezember
Südermarkt**

Fotos: Tourismus Agentur Flensburger Förde (2)



25.11. - 31.12. in der Flensburger Altstadt
Mo. - Sa. 11:00 - 22:00 Uhr | **So.** 11:00 - 20:00 Uhr
24. + 31.12. bis 14:00 Uhr | **25. + 26.12.** geschlossen



ERLEBNISMEILE

Flensburg.City

Flensburger Förde

OSTSEE

Gefördert durch



Bundesministerium
für Wohnen, Stadtentwicklung
und Bauwesen

Zukunftsfähige
Innenstädte und Zentren



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Das Stadtmuseum Schleswig lädt auch dieses Jahr wieder zu seinem stimmungsvollen Weihnachtsmarktwochenende ein.



Eine magische Weihnachtsmarktatmosphäre bieten die Gebäude des Günderothschen Hofes.

WEIHNACHTSZAUBER

Auch in diesem Jahr öffnet das **Stadtmuseum Schleswig** wieder seine Tore für eine der stimmungsvollsten vorweihnachtlichen Veranstaltungen im Norden: den traditionellen Weihnachtsmarkt vom 29. November bis 1. Dezember.

Seit über 40 Jahren bildet der historische Gebäudekomplex des Günderothschen Hofes den zauberhaften Rahmen für erlesenes und besonderes Kunsthandwerk verschiedenster Macharten. Das vielfältige Angebot lässt nicht nur die Herzen von Kunstliebhabern höherschlagen. Ein umfangreiches Rahmenprogramm möchte vielmehr die ganze Familie begeistern.

Und es bietet sich die Möglichkeit, neben dem festlich beleuchteten Weihnachtsmarkt auch alle Ausstellungen zu besichtigen. Für das leibliche Wohl wird ebenfalls gesorgt: Das Café Friedrich im Teddy Bär Haus verwöhnt mit frisch gebackenem Kuchen und Kaffee. Im Außenbereich stehen köstliche Grillspezialitäten, vegetarische und vegane Angebote sowie

diverse Hoferzeugnisse bereit. Ein Termin, den Sie sich auf jeden Fall im vorweihnachtlichen Kalender notieren sollten. Unter www.stadtmuseum-schleswig.de gibt es weitere Informationen für Sie.

29. November bis 1. Dezember, Fr 15–18 Uhr, Sa + So 11–17 Uhr, Stadtmuseum Schleswig



OH DU FRÖHLICHE... GRACHTENWEIHNACHT 2024

Im Advent wird es in Friedrichstadt wieder sehr romantisch. Das kleine, gemütliche Weihnachtsdorf auf dem Marktplatz lockt mit kleinen Holzhütten, aus denen weihnachtliche Dekoration, Bastel- und Handarbeiten und Leckereien aus den heimischen Werkstätten und Küchen angeboten werden. Vorweihnachtliches Glück finden sich hier in allen Winkeln und Ecken rund um den festlich geschmückten und hell erstrahlenden Tannenbaum. Am Freitag sammelt man sich zum „Anpunsch“ im Schein von Feuerschalen am Tannenbaum und genießt die Atmosphäre. In der Altstadt haben die Geschäfte am Freitagabend und am Samstag geöffnet und laden zum gemütlichen weihnachtlichen Geschenkekauf ein. Zaubrerhafte weihnachtliche Geschichten werden in der Stadtbücherei vorgelesen und die Stadtwichtel freuen sich am Wichtelstützpunkt über viele Stadtwichtelpakete. Mehr Infos unter www.friedrichstadt.de.

**29. November bis 1. Dezember
Marktplatz, Friedrichstadt**





Axel Krohn (r.), Sparda-Bank Hamburg, nahm den Dank von Anne-Mette Noack, Geschäftsführerin der Stiftung Buchkultur und Leseförderung des Börsenvereins des Deutschen Buchhandels, und Kaspar Pflaum, Projektleiter Leseförderung, entgegen.

WER LIEST AM BESTEN VOR?

*Der Vorlesewettbewerb des Deutschen Buchhandels ist mit 600.000 Schüler*innen einer der größten Schülerwettbewerbe Deutschlands. Er steht unter der Schirmherrschaft des Bundespräsidenten.*

+Seit 2017 wird der Vorlesewettbewerb von der Sparda-Bank Hamburg eG gefördert. „Als Genossenschaftsbank engagieren wir uns gemeinsam mit unseren Mitgliedern für unsere Region und freuen uns, den Vorlesewettbewerb auch in diesem Jahr zu unterstützen. Mit unserem Engagement möchten wir helfen, den Kindern den Spaß und die Freude am Lesen und Vorlesen näher zu bringen. Wer Bücher liest, erhält Zugang zu Wissen und Bildung und schult gleichzeitig seine Fantasie und Vorstellungskraft“, sagt Axel Krohn, Pressesprecher der Sparda-Bank Hamburg eG, der die Schüler*innen der 6. Klassen aller Schulformen einlädt, am Wettbewerb teilzunehmen.

ABLAUF DES WETTBEWERBS

Der Wettbewerb startet jährlich im Oktober. Teilnehmende Schulen ermitteln die besten Vorleser*innen zunächst innerhalb der Klassen. Im Januar und Februar beginnen dann die Stadt- bzw. Kreisentscheide, im März und April folgen die Bezirksentscheide, im Mai die Landesentscheide, und im Juni dürfen sich die Besten der Besten im Finale messen. Dann geht es nach Berlin. Dort wird der oder die Bundesieger*in ermittelt.

VORLESEWETTBEWERB SEIT 1959

Der Vorlesewettbewerb des Deutschen Buchhandels wird seit 1959 jährlich von der Stiftung Buchkultur und Leseförderung des

Börsenvereins des Deutschen Buchhandels in Zusammenarbeit mit Buchhandlungen, Bibliotheken, Schulen und anderen kulturellen Einrichtungen durchgeführt. „Wir freuen uns auf den 66. Vorlesewettbewerb und danken der Sparda-Bank Hamburg für die wertvolle und kontinuierliche Unterstützung. Sie hilft uns dabei, den Wettbewerb weiter so professionell und attraktiv zu gestalten und leistet somit einen nachhaltigen Beitrag zur Leseförderung“, ist Anne-Mette Noack, Geschäftsführerin der Stiftung Buchkultur und Leseförderung des Börsenvereins des Deutschen Buchhandels, glücklich über diese großartige Unterstützung. Mehr Infos auf www.vorlesewettbewerb.de



EINE REISE DURCH SCHILLERENDE SHOWWELTEN

Die größte Pferdeshow Europas ist wieder unterwegs und verzaubert das Publikum mit einem atemberaubenden Programm, das die schönsten Schaubilder aus den letzten Jahren auf ganz neue Weise interpretiert.

„CAVALLUNA – Grand Moments“ ist ein Feuerwerk der Emotionen, das Groß und Klein fasziniert, berührt und zum Staunen bringt. Rund 60 Pferde und die besten Reiter*innen Europas begeistern gemeinsam mit einer hochkarätigen Tanzkompanie das Publikum, unterstützt von emotionaler Musik und beeindruckenden Licht- und Spezialeffekten. Die Zuschauer*innen erleben eine Reise durch schillernde Showwelten

und herausragende Reitkunst. Erzählt wird die Geschichte des in die Jahre gekommenen Showreiters Trol, der, je älter er wird, mehr und mehr Angst hat, eines Tages seine Freunde aus der Showwelt nicht mehr wiedersehen zu können. Daraufhin hat Trol eine Vision, in der er die außergewöhnlichsten Momente seiner Karriere noch einmal erlebt, und es erschließt sich ihm nach und nach das Besondere, das ihn mit den

Reiter*innen, Tänzer*innen und Musiker*innen verbindet: tiefste Freundschaft, Liebe, Freude, Humor, Trauer, Romantik, Angst, Freiheit, Kraft, Schönheit, Begeisterung – kurz: das Leben. Von Oktober 2024 bis Juni 2025 gastiert „CAVALLUNA – Grand Moments“ in über 30 Städten in Europa. Informationen und Tickets zur Show gibt es unter www.cavalluna.com und unter Tel.: 01806 / 73 33 33.

Fotos: CAVALLUNA

CAVALLUNA

PASSION FOR HORSES



GRAND MOMENTS



04. - 05.01.25 Hamburg
29. - 30.03.25 Kiel

EINE HAMBURGER TRADITION

DER Advents- KRANZ

Neben dem Weihnachtsbaum, dem Besuch auf dem Weihnachtsmarkt und gemütlichen Abenden mit den Liebsten darf auch eine andere Tradition niemals fehlen: der klassische Adventskranz. Ein langjähriger Brauch, der seinen Ursprung tatsächlich auch hier bei uns im Norden hat.



DER ERSTE ADVENTSKRANZ

Unseren heutigen Klassiker mit vier Kerzen auf Tannengrün gab es in dieser Form allerdings nicht von Anfang an. Die Tradition geht auf den evangelischen Theologen Johann Hinrich Wichern zurück, der 1839 im Betsaal des „Rauhen Hauses“, einer Einrichtung für benachteiligte Kinder, die erste Ausführung eines Adventskranzes kreierte.

Advent
ADVENT
EIN
Lichtlein
Brennt.

DIE TAGE ZÄHLEN

Die roten Kerzen zeigten die Werktage bis Weihnachten an und die weißen die Adventssonntage, die die Kinder noch von dem lang ersehnten Fest der Liebe trennten. Die Zahl der Kerzen variierte zwischen 23 bis 28, je nachdem, wie viele Tage vom ersten Advent zum Fest übrig waren. Jeden Tag wurde eine weitere Kerze angezündet, sodass die Kinder verfolgen und mitzählen konnten, wie die Zeit bis Weihnachten verging. Dabei schärfen sie auch gleich ihr Zählgeschick.

EINS
DANN
Zwei
dann
DREI
dann
VIER

FÜR DIE KINDER ZUM FEST

Die Kinder in der Einrichtung warteten ungeduldig auf das kommende Weihnachtsfest und fragten immer wieder, wie lange es denn noch dauert, bis es endlich so weit ist. Das Warten erleichterte er ihnen schließlich damit, dass er ihnen einen eigenen kleinen Adventskranz baute – den ersten seiner Art. An einem alten Wagenrad wurden 23 kleine rote und 4 große weiße Kerzen befestigt. Diese erste Form des Kranzes wird ihm zu Ehren auch heute noch als „Wichernkranz“ bezeichnet.



EINE TRADITION ...

Im Laufe der Zeit entwickelte sich dieser „Wichernkranz“ zum heutigen Adventskranz. Um 1860 wurde der Holzkranz erstmals mit Tannengrün geschmückt und die Anzahl der Kerzen reduzierte sich auf die heute üblichen vier – eine für jeden Adventssonntag. Die Funktion der Kerzen blieb: Anhand der Adventssonntage zählen wir herunter, wann das langersehnte Weihnachtsfest endlich da ist. Diese praktischere Version mit vier Kerzen setzte sich zunächst in evangelischen Kirchen und Haushalten durch, bevor sie auch in der katholischen Tradition Einzug hielt.

... NIMMT GESTALT AN

Adventskränze gibt es heute in allen möglichen Formen und Farben. Seien es modern minimalistische Gestelle aus Metall, hübsch dekorierte Tablettts oder echt nordische Kränze aus Treibholz: Der Brauch bleibt bestehen und erzeugt Vorfreude auf das Fest der Liebe. Übrigens: Im „Rauhen Haus“ in Hamburg brennt noch heute zur Weihnachtszeit ein Adventskranz so groß wie ein Wagenrad mit einer Kerze für jeden Tag des Advents.



SELBSTGEBASTELTER HERBSTKRANZ

KRANZ MIT GLANZ

Ob zur Herbst- oder auch zur kommenden Adventszeit: Traditionelle Kränze gibt es bei uns im Norden zu jeder Gelegenheit. Um einen eigenen Herbstkranz für Ihr Zuhause zu basteln, brauchen Sie auch gar nicht viel. Viele Bastelmaterialien für die Deko des Kranzes finden Sie in der Natur um Sie herum. Alles andere haben Sie vielleicht schon im Haus oder Sie können es im Bastel- oder Dekogeschäft Ihres Vertrauens organisieren.

DAS BENÖTIGEN SIE:



Legen Sie zunächst das Moos so auf dem Rohling zurecht, dass er gut damit bedeckt ist und möglichst nirgendwo der Rohling durchschimmert. Das kann auch ruhig ungleichmäßig sein, da die Dekorationen noch die Form ausgleichen können.

Jetzt wird vorsichtig der Draht um das Kranz-Moos-Konstrukt gewickelt, um das Moos am Rohling zu befestigen. Zum Ende sollte der Draht schön fest gewickelt sein, damit er etwas im Grün versinkt und nicht mehr zu sehen ist. Wickeln Sie den Draht so oft um den Kranz, bis es sich für Sie stabil genug anfühlt.

Wenn Sie den Draht einmal um den kompletten Kranz gewickelt haben, schneiden Sie ihn ab und verzwirbeln Sie die beiden Drahtenden fest miteinander, sodass sich nichts von dem Moos ungeplant lösen kann.



KLEINER TIPP

Womit Sie Ihren Kranz dekorieren, können Sie je nach Jahreszeit variieren. Für die kommende Weihnachtszeit können Sie beispielsweise auch statt Moos Tannengrün verwenden und kleine Kugeln und Baumdekorationen auf den Kranz kleben. So haben Sie ruckzuck Ihren eigenen Adventskranz gebastelt.

Jetzt können Sie kreativ werden! Nehmen Sie sich Ihre Dekorationen zur Hand, mit denen Sie Ihren Kranz dekorieren möchten. Diese können Sie nach Herzenslust auf dem Kranz platzieren und befestigen. Das können Sie entweder mit dem Draht machen (gerade bei dünnen Zweigen und leichten Materialien bietet sich diese Art der Befestigung an) oder mit einer Heißklebepistole (für schwerere Dekorationen).

Zu guter Letzt können Sie noch kleine Ausbesserungen machen und Stellen abdecken, an denen vielleicht noch etwas Draht durchscheint. Achten Sie darauf, dass der Kleber gut getrocknet ist, bevor Sie den Kranz bewegen.

Den Kranz können Sie sich jetzt entweder liegend als Dekoration hinstellen oder ein hübsches Band durch den Kranz fädeln und ihn aufhängen.

EIN JAHR LITERATURFREUDE!

Sichere Dir jetzt Deine Literatur-Flatrate 6 x im Jahr plus 2 Sonderhefte frei Haus:
Ein Jahr unabhängige Rezensionen und neue Bücherwelten!



Jahres-Kombi-
Abo
41,90 €



ABO-ID: BU00PLU19

KEINE AUSGABE VERPASSEN:
buecher-magazin.de/abo
oder QR-Code scannen



Inkl. Prämie und ePaper als App für iOS und Android. Laufzeit: 1 Jahr (anschl. monatlich kündbar)

Geschenke

GUIDE

Besondere Auswahl für die Festtage – von stilvollen Kleinigkeiten bis hin zu unvergesslichen Erlebnissen.

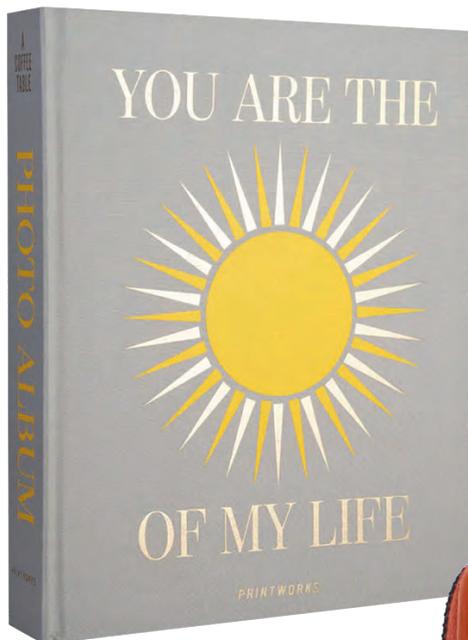
WOHLIGE WÄRME

Die „Huge Hug“ ist eine extra große, kabellose Wärmendecke mit Infrarot-Technologie und wiederaufladbarer Batterie. Sie bietet drei Wärmestufen und lässt sich über das Smart Label steuern. Dank des leistungsstarken Lithium-Ionen-Akkus sorgt sie bis zu 6 Stunden für wohlige Wärme. www.stoov.de



DUFTERLEBNIS

Die Isparta Duftkerze bringt den Zauber der türkischen Damaszener Rose nach Hause. Hergestellt aus Rapswachs, entfaltet sie einen eleganten Rosenduft, der für eine berausende Atmosphäre sorgt. www.les-destinations.de



WEIHNACHTLICHE KREATIVITÄT

Das LEGO® Icons Weihnachtskranz-Bauset sorgt für festliche Stimmung. Egal ob als Kranz oder Girlande – mit Tannenlaub, Beeren und Zimtstangen kann sich kreativ ausgetobt werden. Perfekt für die kalte Jahreszeit und ideal für LEGO®-Fans sowie Deko-Liebhaber*innen. www.lego.de



STILVOLL ERINNERUNGEN FESTHALTEN

Das Fotoalbum im Coffeetablebook-Look bewahrt die schönsten Momente auf hochwertigem, schwarzem Fotopapier und wird zum dekorativen Highlight auf dem Couchtisch. Erhältlich in verschiedenen Designs auf www.printworksmarket.com



ELEGANT

Die Geldbörse aus Feinsynthetik mit Reißverschluss in Flecht-Optik ist ein echter Hingucker und bietet viel Platz für Bargeld und Karten. www.emilyundnoah.com

KREATIVE MIXKUNST

Das „The Drop Cocktail-Set“ von MasterPRO bringt Cocktailkunst auf ein neues Niveau. Die hochwertigen Bar-Tools erleichtern das Mixen und schaffen außergewöhnliche Cocktail-Momente. Ideal für Dinnerpartys oder als besonderes Geschenk. Erhältlich in Silber, Schwarz und Kupfer im **Amazon-Shop** von MasterPRO.



VIELSEITIGE ELEGANZ

Zwei vergoldete Halsketten, eine davon mit einem Anhänger aus schwarzem Achat, aus der ACT-Kollektion von Pilgrim sind vielseitig kombinierbar und verleihen jedem Look das gewisse Etwas. Kann einzeln oder im Layered-Look getragen werden. www.pilgrim.net



ORDNUNG FÜR DIE TECHNIK

Das smarte Etui aus recyceltem Material hält alles an seinem Platz. Mit dehnbaren Netztaschen und einer Innentasche für Ladegeräte bietet es optimalen Stauraum und einfachen Zugriff – robust und praktisch für unterwegs. www.bellroy.de



HANDWERKS-KUNST

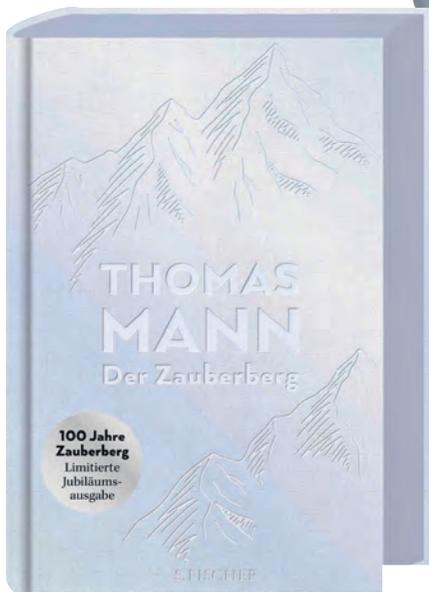
In der alten und zeitaufwendigen Handwerkstechnik der Formverleimung werden die Stehlampen aus Massivholz von Speicherart individuell gefertigt. Jede Lampe ist einzigartig und schafft eine ganz besondere Wohlfühlumgebung. Preise ab 297,90 Euro, erhältlich bei www.speicherart.de.



LITERARISCHES MEISTERWERK

Vor 100 Jahren erschien erstmals „Der Zauberberg“ von Thomas Mann. Aus diesem Anlass ist nun eine Jubiläumsausgabe des großartigen Romanklassikers mit der fesselnden Geschichte von Hans Castorp in limitierter Auflage und bibliophiler Ausstattung erschienen.

Thomas Mann: Der Zauberberg.
S. Fischer Verlag, 1119 S., 58 Euro



ENTSPANNUNG FÜR DIE SINNE

Der warme Grounding Raumduft von BABOR entführt auf eine Reise der Entspannung. Ätherische Öle und ein Akkord weißer Blüten schaffen eine angenehme Atmosphäre. Holzige Noten von Patchouli und Zedernholz vereinen sich mit Bergamotte und Vetiver für wohltuende Behaglichkeit. www.babor.de



SOUND ON

Die preisgekrönten EAH-AZ80 True Wireless Earbuds von Technics sind jetzt in Midnight Blue erhältlich. Von natürlich klingenden Stimmen bis hin zu kraftvollen Bässen und alles dazwischen – die Kopfhörer bieten einen satten, umfassenden und weitreichenden Klang mit weichen und detaillierten Highlights. www.technics.com



KUNST SCHENKEN

Ihre Liebsten sind so individuell, wie die Kunst vielfältig ist? Mit einem Gutschein für das Angebot von Bildergipfel können die Beschenkten aus dem reichhaltigen Sortiment oder auch nach eigenen Motiven ein hochwertiges Bild in Museumsqualität auswählen. Den Gutscheincode erhalten Sie mit dem ausgesuchten Gutschein-Motiv sorgfältig verpackt per Kurier. www.bildergipfel.de

IT'S TEATIME!

Das perfekte Geschenk für die nächste Tee-party: Sechs leckere Bio-Teesorten warten darauf, verkostet zu werden. Eine schöne Geschenkidee im schicken Präsentkarton. Exklusiv erhältlich auf www.sonnentor.com.



RATZFATZ FRISCH & FALTENFREI

Mit seinem einklappbaren Design ist der Philips 3000 Series Steamer der ideale Travel-Buddy zum Auffrischen und Glätten der Kleidung und passt in jedes Handgepäck. Der Steamer ist innerhalb von 30 Sekunden einsatzbereit und ideal für empfindliche Stoffe geeignet. www.philips.de



PRAKTISCH & STILVOLL

Der Einkaufstrolley von Andersen Shopper® Manufaktur ist praktisch, stilvoll und langlebig. Ein Geschenk, das Freude bereitet und den Alltag erleichtert. www.andersen-shopper.de



FÜR HAUSTIGER

Die handgefertigte PEBBLE Filzhöhle bietet Katzen einen kuscheligen Rückzugsort. Dabei ist das Material besonders hygienisch, denn Wollfilz besitzt einen selbstreinigenden Effekt und ist geruchsneutral. Während die Filzhöhle im Winter Wärme und Behaglichkeit ausstrahlt, ist sie im Sommer angenehm kühl. In drei Farben erhältlich bei www.lucybalu.com.



FÜR NOSTALGIKER*INNEN

Klars Geschenkset „Retro Seifen“ entführt mit verlockenden Düften in die 20er-, 50er- und 70er-Jahre. www.klarseifen.de

GUTES TIMING

Unsere Ansprüche an einen Kalender sind so verschieden wie unsere Tagesabläufe. LEUCHTTURM1917 bietet hochwertige Kalender in vielen verschiedenen Modellen, Farben, Einbänden und Formaten an – egal, ob Sie lieber in Tagen, Wochen oder Monaten planen, viel oder wenig Raum für Ihre eigenen Notizen benötigen. www.leuchtturm1917.de





TRADITIONELL

Die traditionellen Herrnhuter Weihnachtssterne bestehen aus Papier oder Kunststoff, haben eine charakteristische Form mit 25 Zacken und sind in verschiedenen Größen und Farben für Innen und Außen erhältlich. www.kaskade-flensburg.de



GALAKTISCH!

Der kleine Astronaut holt die Sterne vom Himmel und projiziert diese direkt an die eigenen vier Wände! Mit der Fernbedienung bietet das „Galaxy“-Nachtlicht viele Einstellungsmöglichkeiten: Sternennebel, Sterne, sieben verschiedene Farben, eine Timer-Funktion und unterschiedliche Helligkeiten und Geschwindigkeiten.

www.kaskade-flensburg.de

HANDGEFERTIGT

Handgefertigtes aus Keramik, Wolle, Holz und Papier finden Sie bei KeramikZeiten. Inhaberin Cornelia Voigt-Clausen präsentiert hier ein ausgesuchtes Sortiment: Gute Qualität, fair gehandelte Produkte und aufwändige Handarbeit stehen dabei immer im Fokus! www.keramikzeiten.de



Kartenständer für 7 Euro
und Karte Adventskalender
für 4 Euro von Eulenschnitt

Wärmflasche von
Dorothee Lehnen 44 Euro



Dose von
Wildlife
Garden,
66 Euro



Waldohreule
von Wildlife
Garden,
90 Euro.

Galaktisches Leuchten



Holt euch das
UNIVERSUM
nach Hause!

Kaskade
Wir wollen doch nur spielen.

Große Straße 21-23 • Flensburg
Tel. 0461 29806
www.kaskade-flensburg.de

[Instagram](https://www.instagram.com/kaskadeflensburg) #kaskadeflensburg

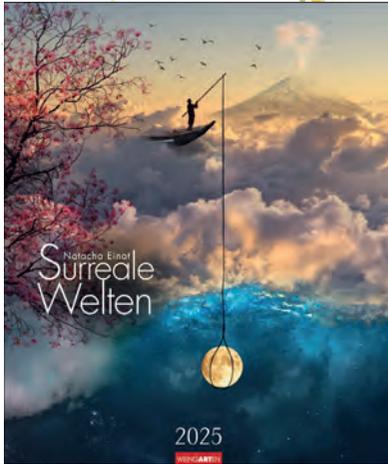
Keramik © Zeiten

Herbst/Winter 2024



Rote Str. 15c • Tel: (04 61) 430 73 84 • www.keramikzeiten.de

GESCHENKE



SURREAL

Mit einem Kunstwandkalender kommt ein Jahr lang große Freude ins Haus. Eine Besonderheit ist der Weingarten-Kalender „Surreale Welten“ mit Bildern von Natascha Einat, denn jeden Monat bergen ihre wunderbaren Motive aufs Neue Überraschungen. **Surreale Welten 2025, 46 x 55 cm, 30 Euro**



FUNKTION TRIFFT ÄSTHETIK

Der Pilo 2 Fusselrasierer vereint Effizienz mit sanfter Pflege. Mit sechs Präzisionsklingen und einer großen Rasierfläche entfernt er Fussel und Knötchen von verschiedensten Materialien schnell und gründlich. www.steamery.de

SKANDINAVISCH COOL

Die Wilfa Performance Thermo bringt modernes Design und erstklassige Funktionalität direkt aus dem Norden. Mit der Edelstahl-Thermoskanne hält sie den Kaffee bis zu 3,5 Stunden warm. Ein abnehmbarer Wasserbehälter, die präzise Temperaturkontrolle und die anpassbare Durchflussgeschwindigkeit sorgen für ein optimales Brühergebnis. www.wilfa.de



SCHICKER SHOPPER

Dieser große Shopper mit zwei Traggriffen und längenverstellbarem Umhängeriemens aus Feinsynthetik mit Kunstpelz-Optik wird bestimmt zum neuen Lieblingsbegleiter und fügt sich perfekt in jede Situation ein. www.emilyundnoah.com



KUSCHELIG

Die unglaublich weiche Kuschedecke aus hochwertiger Baumwolle bietet mit 210 x 150 cm genug Platz für zwei und wird nachhaltig in Österreich gefertigt. In drei Farben erhältlich bei www.blanketino.de.

DIY-KULTUREN

Das Fairment Mega Starter Set enthält alles, was man zum Fermentieren benötigt: für Kombucha, Wasserkefir, Milchkefir, wilde Fermente, veganen Joghurt und Sauerteig. So wird Fermentieren zum Kinderspiel – lecker, gesund, nachhaltig und günstig. Das perfekte Geschenk für Gourmets. www.fairment.de





BLICKFANG IM BAD

Die Seifenschale aus Emaille ist klassisch und modern zugleich und besonders widerstandsfähig. Dank des integrierten Abtropfgitters weicht die Seife nicht auf. In verschiedenen Farben erhältlich bei www.klarseifen.de.



ADVENT, ADVENT

Die Metallschale SUND mit fünf magnetischen Kerzenhaltern verwandelt sich mit etwas Deko im Handumdrehen in einen individuellen Adventskranz und lässt sich ohne Kerzen auch als praktisches Tablett oder Obstschale verwenden. www.contor-design.com

FÜR TIERFREUND*INNEN

Endlich Schluss mit herumstehenden Futterschüsseln: Die Fressnapferhöhungen erleichtern Hunden und Katzen nicht nur die Nahrungsaufnahme, sondern schonen Nacken und Gelenke der Fellnasen und sehen auch noch gut aus. Preise ab 117,90 Euro, erhältlich bei www.speicherart.de.



RATESPASS

Die Herausforderung bei HINT besteht darin, wirklich alles zu zeichnen, zu erklären, zu mimen oder zu summen. Sie sollten sich aber vor wilden Vermutungen hüten, denn es gibt immer einen verbotenen Begriff, den die Teamkolleg*innen nicht erraten dürfen. Wer schafft es, die HINT-weise richtig zu deuten? www.asmodee.de



An dem 1. & 2. Weihnachtsfeiertag und an Silvester (bis 23 Uhr) verwöhnen wir euch mit exklusiven Menüs. Erfahrt hier mehr über unsere Homepage, per Mail, oder telefonisch. Reservieren Sie rechtzeitig einen Tisch um das genießen zu können!

Regionale, frische Küche, atemberaubender Blick auf Natur, Ostsee & Einzigartiges Ambiente!



Buchen Sie auch unser „Aschberg Arrangement“

Dies beinhaltet eine Übernachtung inklusive Frühstück im Doppelzimmer mit einem Aperitif und einem 3-Gänge Menü für 2 Personen für 222,00 €. Buchen Sie jetzt per Mail, oder telefonisch. Wir freuen uns auf ihre Reservierungen!



Wenn Sie Fragen haben, oder gerne einen Tisch oder ein Zimmer reservieren möchten, kontaktieren Sie uns gerne telefonisch unter Tel. 0 43 53 / 99 80 00 - 10 oder per Mail an folgende Email-Adresse rezeption@panorama-aschberg.de.

Huk's RESTAURANT

Öffnungszeiten

Montag

Abend-à la carte 16 bis 21 Uhr (Restaurantschluss 22 Uhr)

Dienstag bis Sonntag

À la carte 12 bis 21 Uhr
Kaffee & Kuchen: 14:30-17 Uhr (Restaurantschluss 22 Uhr)



Huk's Restaurant
Panorama Hotel Aschberg
Aschberg 3, 24358 Ascheffel
Tel: +49 (0) 4353-99-8000-10
www.panorama-aschberg.de

SALZIG & SÜSS

Wenn der Backofen glüht und es überall herrlich duftet, dann ist Heimgelikeit pur angesagt.

Eine wunderbare Auswahl an Backrezepten versammelt die Hamburger Autorin und Influencerin Milena Kraus in ihrem neuesten Werk „Salzig & süß“. Neben herzhaften und süßen Köstlichkeiten finden Sie darin auch kreative DIY-Ideen für ein schönes Zuhause.



FLAMM- KUCHEN

MIT FEIGEN, TRAUBEN,
MANGOLD, SPINAT &
ZIEGENKÄSE

ZUTATEN FÜR 1 FLAMMKUCHEN

Für den Teig

- 250 g Dinkelmehl 630 1
- EL Olivenöl
- 1 TL Apfelessig
- 2 Prisen Salz
- 125 ml Wasser

Belag

- 125 g Crème fraîche
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1 Rolle Ziegenkäse
- 1 rote Zwiebel
- 10 Trauben
- 3 Feigen
- 10 Blätter Babyspinat
- 1 Handvoll Pinienkerne
- Öl, zum Anrösten

ZUBEREITUNG:

1. Für den Teig alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten und in beiden Fällen etwa 20 Minuten ruhen lassen.
2. Den Backofen auf 220 °C Umluft vorheizen.
3. Für den Belag die Crème fraîche mit Salz und Pfeffer würzen. Den Flammkuchenteig direkt auf einem Backpapier sehr dünn ausrollen und dieses auf ein Backblech ziehen. Den Ziegenkäse und die Zwiebel in Scheiben bzw. Ringe schneiden, die Crème fraîche auf den Teig streichen und mit dem Käse und den Zwiebeln belegen.
4. Den Flammkuchen im vorgeheizten Backofen 10–15 Minuten kross backen, herausnehmen und mit den Trauben, Feigen und dem Babyspinat belegen. Die Pinienkerne in einer Pfanne mit etwas Öl anrösten und den Flammkuchen damit bestreuen.

BLUT-ORANGEN-LOAF MIT MOHN

ZUTATEN FÜR 1 KASTENFORM

- 1 Blutorange
- 260 g Butter, plus mehr für die Form
- 240 g Zucker
- 4 Eier
- 260 g Dinkelmehl Type 630
- 1 TL Backpulver
- 1 EL Mohnback (backfertige Mohnzubereitung)
- Abrieb von 1 unbehandelten Orange
- Zuckerguss
- 1 Blutorange
- 200 g Puderzucker

Außerdem:

- 6 Scheiben Blutorange (optional)

ZUBEREITUNG:

1. Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen und eine Kastenform ausbuttern.
2. Die Blutorange auspressen und 40 ml des Safts beiseitestellen. Die Butter und den Zucker in der Küchenmaschine cremig aufschlagen, nacheinander die Eier einrühren. Das Mehl und das Backpulver vermengen und nach und nach vorsichtig unterrühren. Schließlich den Mohnback, die Orangenschale und den Blutorange-saft hinzugeben und alles rasch zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig in die Backform füllen und den Kuchen etwa 40–50 Minuten backen (Stäbchenprobe: mit dem Holzstäbchen prüfen, ob noch Teigreste daran haften). Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen.
3. Für den Zuckerguss die Blutorange auspressen. Den Puderzucker mit 35 ml Saft glatt rühren und den Guss auf dem vollständig ausgekühlten Kuchen verteilen. Nach Belieben mit Orangenscheiben dekorieren.



UNSER BUCHTIPP



SALZIG & SÜSS

Milena Kraus begeistert auf Instagram täglich Tausende Menschen mit kreativen Back- und Bastelideen für die ganze Familie. Mit „Salzig & süß“ erschien nun jüngst ihr drittes Buch, in dem sie ihre außergewöhnlichen Rezepte und DIY-Anleitungen versammelt. Freuen Sie sich auf deftige Leckereien für die Lunch-Box oder das Abendessen, süße Verführungen für die Kaffeetafel und selbst gemachte Schönheiten für ein gemütliches Zuhause.

Milena Kraus,
Christian Verlag, 192 Seiten, 29,99 Euro

GEMÜTLICHER WINTERGENUSS IM PIER 54

Die Sommersaison im wiedereröffneten Pier 54 war ein voller Erfolg. Nun freuen sich Inhaber Steven Gottburg und sein Team, das etwas ruhigere Winterkonzept rund um das Thema Fisch umzusetzen.

Hell, modern und voller maritimer Details: Wer das Bistro und Restaurant **Pier 54** direkt an der Glücksburger Promenade betritt, würde nicht vermuten, dass hier im Frühling noch alles im Umbruch war. Komplettsaniert, vergrößert und im April mit neuem Konzept wiedereröffnet, strahlt das Strandbistro in neuem Glanz. Nach der gelungenen Wiedereröffnung freut sich besonders Küchenchef Frank Kolodzey auf die Wintersaison.

REGIONALE FISCHKÜCHE

„Nachdem der Sommerbetrieb super geklappt hat, setzen wir jetzt unsere Pläne für einen

gepflegten Restaurantbetrieb um. So habe ich endlich Zeit zum kreativen Kochen“, freut sich der Küchenchef. Statt Eis, Crêpes, Getränken und kleinen Speisen, die durch aktuelle Tagesgerichte ergänzt wurden, liegt der Fokus im Winter auf regionaler Fischküche. Das kleine, aber feine Angebot besteht aus ganzen Fischen, Fischfilets in verschiedenen Variationen und einer gemischten Seafood-Platte. Aber auch Gäste, die keinen Fisch mögen, werden hier fündig.

FÜR JEDEN GESCHMACK

„Es werden auch immer zwei, drei Gerichte mit herzhafter Hausmannskost auf Fleisch-Ba-

sis angeboten, die mit saisonalem Gemüse wie Steckrübe, Spitzkohl, Rote Beete oder Grünkohl spielen“, ergänzt Kolodzey. So ist für jeden Geschmack etwas dabei. In Hinblick auf die nahende Weihnachtszeit verrät er: „Natürlich werden wir auch Ente und Gans anbieten – zu Weihnachten dann auch zum Mitnehmen.“ Schauen Sie vorbei und genießen Sie köstliche Speisen mit Blick auf die Flensburger Förde!

**PIER 54,
KIRSTENSTRASSE 1A, GLÜCKSBURG
TEL.: 04631 / 577 02 35
KONTAKT@PIER-54.DE, WWW.PIER-54.DE
GEÖFFNET: MI-SO, 12-21 UHR**



In der Wintersaison liegt der Fokus auf regionaler Fischküche.

EISSTOCKBAHN- SPASS IM STAHLWERK: Auf los geht's los!

Ab November wird es sportlich auf der Eisstockbahn im **Hotel Altes Stahlwerk** in Neumünster!

Egal, ob für die Weihnachtsfeier, ein Firmen-event oder als amüsanter Zeitvertreib während des Hotelaufenthalts – auf der Kunststoffbahn, die alljährlich pünktlich zur Wintersaison ins Stahlwerk lockt, geht es um Geschicklichkeit und vor allem jede Menge Spaß. Das Spielprinzip ist einfach: mit einem Stock so nah wie möglich an einem markierten Punkt landen. Gespielt wird mit acht Eisstöcken – und das am besten mit Freund*innen, Kolleg*innen oder der Familie. Die Eisstockbahn bietet sportlichen

Spaß sowohl für kleine Gruppen als auch für größere Teams bis zu 30 Personen. Das Eisstockschießen ist in Verbindung mit einer Veranstaltung, Weihnachtsfeier, Tagung, einem Restaurantbesuch oder als Hotelgast buchbar. In Kombination mit dem Christmas-Time-Arrangement ist es das Rundum-Sorglos-Paket für Ihre Weihnachtsfeier oder zur Einstimmung auf die festliche Zeit. Das Eventteam des Stahlwerks berät Sie gern! Weitere Infos unter www.altes-stahlwerk.com.

ADVERTORIAL



INFOS

EISSTOCK- SCHIESSEN IM STAHLWERK

Pro Stunde:

5 Spieler 93 Euro
10 Spieler 186 Euro
20 Spieler 372 Euro
30 Spieler 558 Euro

Bitte beachten:

Mindestbuchungspreis 93 Euro.
Für jeden zusätzlichen
Spieler 18,60 Euro.
Alle Preise inkl. MwSt.



HOT „APEROL“

ZUTATEN FÜR 4 GLÄSER

- 400 ml Apfelsaft
- 600 ml trockener Weißwein
- 2 Zimtstangen
- 150 ml „Aperol“
- Saft von 1 Zitrone
- Orangenscheiben

ZUBEREITUNG

1. Apfelsaft, Weißwein und Zimtstangen in einen Topf geben und bei geringer Hitze 8 Minuten erwärmen.
2. Zimtstangen entnehmen, „Aperol“ und Zitronensaft zugeben und verrühren.
3. Auf Gläser verteilen und mit Orangenscheiben garniert servieren.

ZUCKERRAND

Für den Zuckerrand, der an Schnee erinnert, die Glasränder mit einem Stück Orange einreiben, kopfüber in eine Schale mit weißem Zucker tauchen und fest werden lassen.



Restaurant Tastruper Krog

- Gemütliche Einkehr zu Speis und Trank
- Außengastronomie
- Leckere Speisen der Saison
- Großer Saal für Hochzeiten, Familienfeiern und Beerdigungen

Täglich außer Dienstag und Mittwoch
von 11.30 Uhr - 14.00 Uhr & 17.30 Uhr - 21.30 Uhr geöffnet

Inh. Chris Henningsen
Tastruper Weg 90, 24943 Tastrup, tastruperkrog@web.de
0461 - 402 614 28

WESTERKRUG

HOTEL • RESTAURANT • SAALBETRIEB

FESTE FEIERT MAN AUF DEM LAND!

UNSERE GEFFLEGTEN SÄLE WARTEN AUF SIE

– VON 25 BIS 200 PERSONEN –

DENKEN SIE JETZT SCHON AN DIE PLANUNG
IHRER FESTIVITÄT!

HUSUMER STRASSE 26 • 24997 WANDERUP

TEL. 0 46 06 / 2 70

WWW.HOTEL-WESTERKRUG.DE

Miesmuscheln mit Schalotten und Estragon-Buttersauce

Zutaten für 2 Personen:

1,5 kg Muscheln, 200g Schalotten
3 EL gehackter Estragon
1 1/2 EL fein gehackter Knoblauch
1 TL abgeriebene Schale (Bio Zitrone)
175 ml Weißwein, 75 g Butter
100 g Crème fraîche
etwas grobes Meersalz,
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer,
2 große Eiertomaten, entkernt und
fein gewürfelt, 1 Baguette,
4 EL gehackt glatte Petersilie



Butter im Topf zerlassen. Schalotten und Knoblauch in der Butter anbraten. 1 EL Estragon und Zitronenschale unterrühren. Dann den Wein dazu und zum Köcheln bringen. Muscheln hinzufügen und in der Buttermischung wenden. Deckel auf den Topf bis sich die Muscheln geöffnet haben. Muscheln mit einem Schaumlöffel in eine Schüssel geben. Den Garsud mit Crème fraîche und 1 EL Estragon vermengen. Sauce heiß werden lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Muscheln in die Sauce und alles heiß werden lassen.

Tomaten, Petersilie und restlichen Estragon auf Muscheln streuen.
Dazu Baguette.

Guten Appetit !

Öffnungszeiten Fischgeschäft:

Di. – Fr.: 8.00 – 18.00 Uhr
Sa.: 8.00 – 13.00 Uhr

Mittagstisch:

Di. – Fr.: 11.30 – 14.00 Uhr

▶ Tel. 0461-99936736



Fördestraße 65 (Am Twedter Plack)
24944 Flensburg · www.flensburger-fischkate.de

Hirschgulasch

MIT KARTOFFELWÜRFELN

ZUBEREITUNGSZEIT
100 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 40 ml Öl
- 700 g Hirschgulasch
- 40 g Tomatenmark
- 2 TL Wildgewürz
- 1 Lorbeerblatt
- 200 ml Rotwein
- 350 ml Wildfond
- Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln schälen und würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Öl in einen großen Topf geben, Zwiebeln und Knoblauch bei mittlerer Hitze 3 Minuten anschwitzen.
2. Das Hirschgulasch dazugeben und 10 Min. anbraten. Tomatenmark, Wildgewürz, Lorbeerblatt, Rotwein, Wildfond, 1 TL Salz sowie ½ TL Pfeffer zufügen und alles 90 Minuten bei schwacher Hitze schmoren. Regelmäßig durchrühren.
3. Währenddessen in einem weiteren Topf die Kartoffelwürfel in leicht gesalzenes Wasser geben und 20 Minuten kochen, anschließend abgießen.
4. Das Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Kartoffeln servieren – zum Beispiel in kleinen gusseisernen Brättern.



AUSSERGEWÖHNLICHER GENUSS

Das 38. Schleswig-Holstein Gourmet Festival bietet noch bis in den April hinein unvergessliche Gaumenfreuden. Mit diesen Highlights startet die Eventreihe ins neue Jahr – übrigens eine hervorragende Geschenkidee für Gourmets!



QUIRIN BRUNDOBLER IM HOTEL DER SEEHOF (RATZEBURG)

Am 24. und 25. Januar kommt Sternekoch Quirin Brundobler nach Ratzeburg und kredenzt erstmals ein Menü im Rahmen des SHGF. Der Küchenchef des Restaurants Grace aus dem Hotel Das James in Flensburg begeistert mit Nordic Cuisine.

5-Gang-Menü inkl. Getränken: 195 Euro.
Buchung unter info@der-seehof.de.



CARMELO GRECO & BENEDETTO RUSSO IM ROMANTIK HOTEL WALDSCHLÖSSCHEN (SCHLESWIG)

Sonst im „Ristorante Carmelo Greco“ in Frankfurt am Main beheimatet, verwöhnen Sternekoch Carmelo Greco und sein junger, aufstrebender Küchenchef Benedetto Russo in Schleswig am 1. und 2. Februar mit „bella cucina italiana“.

5-Gang-Menü inkl. Getränken: 215 Euro.
Buchung unter reception@hotel-waldschloesschen.de.



HEIKO ANTONIEWICZ IM ROMANTIK HOTEL KIELER KAUFMANN (KIEL)

Heiko Antoniewicz ist nicht nur Spitzenkoch, sondern auch Alchemist der Aromen. Ihn erlebt man selten in Restaurants, sondern auf Reisen und in seinem „Kochlabor“. In Kiel trifft er am 8. und 9. Februar auf Kieler-Kaufmann-Küchenchef Lasse Knickrehm.

5-Gang-Menü inkl. Getränken: 219 Euro.
Buchung unter info@kieler-kaufmann.de.



TONY HOHLFELD IM VITALIA SEEHOTEL (BAD SEGEBERG)

Seit 2015 führt der Zwei-Sterne Koch Tony Hohlfeld das Jante in Hannover, ein Ort, an dem man kulinarisch in Erinnerungen schwelgen und Neues entdecken kann. Am 14. und 15. Februar begeistert er in Bad Segeberg mit „No Waste“-Küche und Heimatverbundenheit.

5-Gang-Menü inkl. Getränken: 195 Euro.
Buchung unter info@vitaliaseehotel.de.

GEMEINSCHAFTSTISCHE FÜR SINGLES

Ein Fünftel der Schleswig-Holsteiner*innen lebt allein. Doch das ist kein Grund, auf ein genussvolles Dinner zu verzichten! Das SHGF bietet auf Nachfrage Gemeinschaftstische für Alleinreisende an und entspricht dem Zeitgeist mit einem tollen Konzept. Es lohnt sich also für Interessierte, bei den teilnehmenden Betrieben nachzufragen! Das gesamte SHGF-Programm gibt's unter www.gourmetfestival.de.



9. November, 19:00 Uhr

MUSCHELLESEN

Muschelsuppe, Zwischengericht, Muscheln

26,90 €

pro Person

STEAK-WOCHEN

jedes Gericht
unter

bis 10. November

Steakgerichte von hiesigen Rindern
und Schweinen

28,00 €

15. November und 20. Dezember, 19:30 Uhr

WHISKY TASTING

mit dem Whiskybotschafter Ralf Spletstößer
aus Eutin, jeweils mit Essen und Unterhaltung

69,00 €

pro Person

16. Nov., 19:00 Uhr und 17. Nov., 11:30 Uhr

GRÜNKOHLESEN

mit Kasseler, Kochwurst, Schweinebacke,
Bratkartoffeln und süßen Kartoffeln

23,90 €

pro Person

24. Nov., 11:30 Uhr

MEHLBEUTELESEN

Leckeres für die ganze Familie,
Kinder von 6-14 Jahren zahlen
pro Lebensjahr 1,00 €

16,90 €

pro Person

29. November, 19:00 Uhr

SPARERIBS- UND SCHNITZEL-EVENING

Für Fleisch- und Knochenjäger

25,90 €

pro Person

13. Dezember, 19:00 Uhr

COMEDY OP PLATT

mit Jens Wagner & Grünkohl Satt

39,00 €

pro Person

25. Dezember, 11:30 Uhr

WEIHNACHTSBÜFETT

Kunder von 6 bis 14 Jahren zahlen
pro Lebensjahr 1,00 €

44,50 €

pro Person

31. Dezember, 20:00 Uhr (Einlass 19:00 Uhr)

SILVESTERPARTY

Musik bis zum frühen Morgen.
Festpauschale (Trinken & Essen inkl.)

85,00 €

pro Person

Wir bitten um Reservierung bis spätestens fünf Tage vor dem Termin.

Restaurant - Saal - Clubzimmer
Fremdenzimmer - B & B - Biergarten

www.luehrs-landgasthof.de

**GESUNDE
GESCHMACKSVIELFALT**

Die KoRo-Drogerie verzaubert in diesem Jahr mit zwei süßen Adventskalendern, die klassisch oder vegan eine abwechslungsreiche Auswahl an köstlichen Überraschungen beinhalten. Hinter jedem Türchen verbergen sich hochwertige Snacks und Feinkostprodukte, die für natürliche Zutaten und besondere Geschmacksvielfalt stehen. Die bunte Mischung aus Nüssen, Trockenfrüchten, Schokolade und weiteren Leckereien sorgt für ein gesundes und schmackhaftes Adventserlebnis. In diesem Sinne: Merry Snackmas! **Erhältlich für 54,95 Euro unter www.korodrogerie.de**

KULINARISCHE ADVENTS- KALENDER

Für Gourmets ist die Zeit rund um Weihnachten einfach herrlich, denn zu jeder Gelegenheit wird geschlemmt und genossen. Um die Wochen bis zum großen Fest so richtig zu zelebrieren, sind Adventskalender genau das Richtige.



EXQUISITER GENUSS

Der Gourmet-Adventskalender des Feinkosthändlers Franck & Olivier bietet französische Delikatessen aus der Gascogne. Mit feinen Produkten wie Entenleber, Bayonne-Schinken, Wild-Patés, Terrinen und Pralinen wird die Adventszeit zu einem kulinarischen Erlebnis! Die luxuriösen Köstlichkeiten sind das perfekte Geschenk für Gourmets. Jedes Produkt ist zudem in einem eleganten Schmuckkarton verpackt. **Erhältlich für 89,90 Euro bei www.franck-olivier.de/gascogne.**



HOTEL & RESTAURANT
Schimmelreiter
CAFÉ & BAR
Wir freuen uns auf Ihre Reservierung!

Silvesterfeier im Schimmelreiter

Begehen Sie den Jahreswechsel 2024/2025 feierlich bei uns im Schimmelreiter in Silberstedt bei leckerem Essen und Musik & Tanz.

Blumig, festlich geschmückt - begrüßen wir Sie mit einem spritzigen Aperitif und verwöhnen Sie dann mit einem kulinarisch, vielfältigen Silvesterbuffet, mit kalten und warmen Speisen - herzlich in der Mitte und süß zum Ende.

Den Abschluss nach dem Essen bildet ein Schimmelreiter Aquavit. Danach können Sie ausgelassen bei stimmungsvoller Musik bis in den nächsten Morgen tanzen.

Um Mitternacht stoßen wir mit einem Glas Sekt gemeinsam auf das neue Jahr an und servieren Ihnen traditionell Berliner und einen herzhaften Snack. Beginn ist um 19.00 Uhr.

Preis pro Person inkl. Musik, Aperitif, Buffet, Schnaps, Glas Sekt & Mitternachtsimbiss: 95,50 €

Hauptstraße 58 - 60 | 24887 Silberstedt | Telefon: 0 46 26 - 18 48 60
www.schimmelreiter-silberstedt.de



VOLLER WÜRZE

Der Adventskalender der beliebten Gewürzmarke ist gefüllt mit 24 hochwertigen Gewürzen und Gewürzmischungen. Von Avocado-Topping über Ofengemüse-Gewürzmix bis hin zu Knoblauch-Pfeffer - hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Besonders hervorzuheben: Alle Gewürze sind in Originalgröße enthalten! Dazu gibt es das brandneue Just Spices Nudel-Kochbuch mit über 100 Rezepten. **Erhältlich für 99,99 Euro bei www.justspices.de.**

FRÜHSTÜCKSFREUDEN

So lässt es sich in den Tag starten! mymuesli bietet drei prallgefüllte Adventskalender, die jeden Morgen muffel zum frühen Vogel werden lassen, damit es zeitig an den Frühstückstisch gehen kann. 24 leckere Überraschungen warten jeweils in der Müsli- oder Porridge-Version, der Deluxe-Kalender bringt sogar noch hochwertiges Zubehör mit. **Erhältlich ab 59,95 Euro bei www.mymuesli.de.**



Fotos: Hersteller



PALAZZO BITTET ZU TISCH!

Am 8. November startet der **Cornelia Poletto PALAZZO** in Hamburg in seine neunte Spielzeit – mit neuem Menü, neuer Show und einem neuen Standort.

„Willkommen Lebenslust“ ist eines der Leitmotive von PALAZZO, das Lebensfreude in Form von Genuss, Humor, Entertainment und einem besonderen Ambiente vereint. Jedes Jahr bietet die Dinner-Show vertraute Elemente wie ein köstliches 4-Gang-Menü und ein unterhaltsames Programm, aber immer auch frische Überraschungen. Vom 8. November bis 9. März 2025 findet die Show nun in Altona statt.

LACHEN, STAUNEN, GENIESSEN

Cornelia Poletto hat wieder ein besonderes Menü kreiert, vom Thunfisch-Tatar über eine grüne Minestrone bis hin zum Rinderbraten mit Polenta und einem Zitronen-Dessert. Es gibt auch vegetarische und kindgerechte Alternativen. Begleitet wird das Essen von der neuen Show „Family Affairs“, einer humorvollen Inszenierung, die eine ungleiche Familie bei einer amüsanten Feier zeigt. Hier treffen exzentrische Charaktere aufeinander, begleitet von beeindruckender Artistik und viel Humor. Mehr unter www.palazzo.org.

Fotos: PALAZZO, Sarah Gullheim



CORNELIA POLETTA
PALAZZO
DIE DINNER-SHOW IM SPIEGELPALAST

Neuer Standort in Hamburg-Altona!

Das Fest der Sinne!
08. November bis 09. März

MOËT & CHANDON
HAMBURG ZWEI
PAULANER
FAUSTBERG
ZWIEMEL
ALLWÖRDEN



TRAUMHAFTES MAURITIUS

*Unser Bericht entführt in zwei Traumhotels, in denen Luxus und Erholung eins werden.
Von weißen Sandstränden bis zum erstklassigen Service – Mauritius, ein wahres Paradies.*

Von Lisa Kim Ernst

Türkisblaues Wasser, Palmen am Strand und strahlender Sonnenschein – all das erwartet Reisende auf der traumhaften Insel Mauritius. Diese kleine Oase im Indischen Ozean ist ein wahres Paradies auf Erden. Die unberührten Strände und das kristallklare Wasser locken Besucher aus aller Welt an und versprechen unvergessliche Erlebnisse. Zwei Wochen waren wir auf dieser zauberhaften Insel und hatten das Vergnügen, zwei Luxushotels zu besuchen und uns dort von Kopf bis Fuß verwöhnen zu lassen.

ENTSPANNUNG & LUXUS

Das „Anantara Iko Mauritius Resort & Villas“ ist an der Südostküste von Mauritius gelegen und bietet nicht nur Luxus und Entspannung, sondern auch eine atemberaubende Kulisse für eine unvergessliche Auszeit. Schon der Weg zum Hotel ist sehr entspannt, dank der Nähe zum Flughafen dauert die Fahrt hierher gerade einmal zehn Minuten. Als wir in der geschlossenen Hotelanlage ankommen, umgibt uns sofort eine absolute Ruhe, das Urlaubsgefühl setzt direkt ein und wir können uns einfach fallen lassen. Das gesamte Team des Hotels macht es leicht, die Alltagsorgen zu vergessen und einen rundum

perfekten Aufenthalt zu genießen. Der Blick aufs Meer von unserem Zimmer und die kleinen Gesten des Hotels begrüßen uns täglich und zaubern uns jedes Mal ein Lächeln ins Gesicht. Das Zimmer bietet alles, was wir brauchen: ein gemütliches Bett, ein riesiges Badezimmer mit Dusche und Badewanne, einen Balkon mit Lounge und außerdem viel Platz für Kleidung und Co.

KULINARISCHE VIELFALT

Das kulinarische Angebot des Hotels ist ebenso vielfältig wie exquisit. Mit vier verschiedenen Restaurants, die indische, asiatische, französische und kreolische Küche anbieten, werden

ANANTARA IKO MAURITIUS RESORT & VILLAS

Instagram:
@anantaraikomauritius



Das große Zimmer mit Blick aufs Meer war ein absolutes Highlight und ließ keine Wünsche offen.

Anantara auch Aktivitäten wie Bogenschießen, Fahrradtouren in der Umgebung, Yoga im Wald und sogar Rum-Verkostungen, Smoothie- und Kochkurse an, die tolle Einblicke in die mauritische Kultur bieten. Einmal haben wir sogar das Vergnügen, an einer fabelhaften Strandparty teilzunehmen. Wir lernen weitere Gäste und das Team näher kennen und haben jede Menge Spaß. Mit leckeren Häppchen und Cocktails lassen wir den Abend an einer kleinen Feuerstelle ausklingen – wie im Traum!

wir täglich aufs Neue verwöhnt. Ein absolutes Highlight ist unser romantisches Candle-Light-Dinner im Weinkeller „1884“, umgeben von erlesenen Weinen aus aller Welt. Hier genießen wir ein exklusives Dinner mit köstlichem Hummer und persönlicher Begrüßung vom Küchenchef. Ein ganz besonderes Erlebnis, das man so kein zweites Mal haben wird.

Im Spa werden wir mit luxuriösen Massagen und traditionellen Behandlungen verwöhnt. Mit mehreren Behandlungsräumen, einem traditionellen Hammam, Ayurveda-Anwendungen, einem Schönheitssalon, zwei Entspannungsbereichen und einem Whirlpool bietet das Spa alles, um Körper und Geist in absolute Ruhe zu versetzen.

STRANDVERGNÜGEN & AKTIVITÄTEN

Der hoteleigene Strand ist ein wahres Paradies, wo wir die Seele baumeln lassen können sowie einige Aktivitäten ausprobieren, wie Bootstouren, Tretbootfahren oder auch gemütliches Schnorcheln. Zusätzlich dazu bietet das

Zusammenfassend ist das „Anantara Iko Mauritius Resort & Villas“ der ideale Ort für eine erholsame Auszeit abseits des Trubels. Die abgeschiedene Lage ermöglicht es, die paradisiische Umgebung zu genießen und trotzdem ganz einfach und schnell viele Spots auf der Insel zu erreichen. Nach einer Woche geht es für uns in Richtung Norden zu unserem nächsten Aufenthalt, um die Insel noch weiter zu erkunden. ▶

In den Restaurants wurden wir jeden Tag von morgens bis abends rundum kulinarisch verwöhnt.

Schwimmen mit Blick auf das Meer oder ein Sonnenbad genießen – einfach traumhaft.



Der Empfangsbereich des Hotels beeindruckt mit seiner stilvollen und unglaublich einladenden Atmosphäre.

Traumhafte Kulisse: ein 35 Hektar großer tropischer Garten mit zahlreichen Palmen und exotischen Pflanzen, ein feinsandiger, weißer Strand an einer türkisfarbenen Lagune.



Nach einer einstündigen Taxifahrt erreichen wir das „Trou aux Biches Beachcomber Golf Resort & Spa“ im Nordwesten der Insel, in dem wir einige weitere Tage das Paradies erleben dürfen. Inmitten eines 35 Hektar großen tropischen Gartens mit zahlreichen Palmen und exotischen Pflanzen erwartet uns ein weißer Sandstrand an einer türkisfarbenen Lagune – eine traumhafte Kulisse. Das Resort beeindruckt nicht nur optisch, sondern bietet auch eine tolle Atmosphäre zwischen schicken Pavillons und Blick aufs Meer.

VON SPORT BIS BEAUTY

Die Unterkünfte reichen von großzügigen Suiten im Chalet-Stil bis hin zu privaten Villen inmitten üppiger Gärten, zu denen man auf Wunsch mit dem Caddy gebracht und auch jederzeit hin- und hergefahren wird. Der Ozean ist immer in Reichweite und lädt zum Entspannen im warmen, kristallklaren Wasser ein. Der private Strand bietet ruhiges Wasser, perfekt zum Schwimmen. Wir probieren verschiedene Wassersportarten wie Wasserski und das Fahren auf Mini-Segelbooten aus und haben eine Menge Spaß auf dem Wasser. Für Diving-Fans gibt es ein Tauchzentrum vor Ort, während Sportbegeisterte auf eigenen Tennisplätzen, im modernen Fitnessstudio oder beim Golfen auf dem Green Fee trainieren können. Der luxuriöse Spa-Bereich mit 20 charmanten Holzhütten bietet Erholung pur bei Massagen und individuellen Beautybehandlungen. Wir genießen hier eine Rundum-

wöhnung und lassen diese wundervolle Auszeit mit einer Tasse Tee im Ruhebereich ausklingen. Das Hotel führt sogar eine eigene Reihe von Beautyprodukten, die nachhaltig auf Mauritius hergestellt werden und einfach fantastisch auf der Haut sind. Ein wundervolles Andenken auch für zu Hause, so lässt sich ein Stück Mauritius ins eigene Badezimmer bringen.

FÜR JEDEN GESCHMACK

Die kulinarische Vielfalt des Resorts erstreckt sich über sechs Restaurants mit Aromen von asiatisch über indisch bis italienisch. Jeden Tag probieren wir uns durch immer neue Köstlichkeiten. Im Hauptrestaurant empfängt ein reichhaltiges Buffet die Gäste mit wechselnden Themen. Lunch gibt es für uns meist im Restaurant direkt am Strand, mit Blick auf das glitzernde Meer unter strahlendem Sonnenschein – ein absolutes Highlight. Im indischen Restaurant werden wir nicht nur von den authentischen Gerichten, sondern auch von einer einladenden Atmosphäre begeistert, die den prächtigen Palästen Indiens in nichts nachsteht. Begleitet wird unser Besuch an diesem Abend von einem Musiker, der eine traditionelle Sitar spielt. Neben all den anderen kulinarischen Erlebnis-

sen dürfen wir bei einer privaten Weinverkostung außerdem noch eine absolute Besonderheit probieren: Takamaka, einen mauritischen Wein, der aus Litschis hergestellt wird – köstlich!

Was jeden einzelnen Besuch in den Restaurants des Resort eint, ist, dass der Service immer Weltklasse ist. Jeder Wunsch wird uns mit Leichtigkeit erfüllt – dem Team merkt man stets an, dass es den Aufenthalt seiner Gäste unvergesslich machen möchte. Trotz vieler Zimmer und Suiten wirkt das Resort dank seiner großzügigen Anlage nie überfüllt. Es ist herrlich, abends durch die Gärten zu schlendern, den Sonnenuntergang am Meer zu beobachten und den Abend dann mit kühlen Cocktails und toller Live-Musik ausklingen zu lassen.

SHOPPING IM PARADIES

In der hoteleigenen Boutique können wir sogar ausgiebig shoppen. Dort gibt es eine große Auswahl an eigener Mode vom Beachcomber, die sowohl perfekt für den Strand als auch für den Abend ist, sowie schöne Souvenirs, Kinderprodukte und Kleidung zum Golfen und Tennisspielen. Direkt nebenan findet sich zudem ein Juwelier, der Luxusmarken wie Cartier anbietet. Wer mag, kann

TROU AUX BICHES
BEACHCOMBER GOLF
RESORT & SPA

Instagram:
@trouauxbichesbeachcomber



Zum Lunch gibt es unter anderem leichte Speisen direkt am Strand. Abends kann man in einem der sechs Restaurants à la carte oder am Buffet essen gehen. So bietet jeder Tag etwas Neues!

sich hier langersehnte Wünsche erfüllen und hat ein tolles Andenken aus dem Urlaub für die Ewigkeit. Das Beachcomber lässt keine Wünsche offen und hat uns den Alltag komplett vergessen lassen – so sollte es im Urlaub sein.

HIER & DORT WUNDERVOLL

Beide Hotels haben uns absolut begeistert. Trotz ihrer unterschiedlichen Lage bieten beide einzigartige Erlebnisse und sind kaum miteinander vergleichbar – abgesehen vom exzellenten Service und der atemberaubenden Kulisse. Für einen absoluten Traumurlaub, der schon lange auf der Wunschliste steht, können wir beide Hotels also wärmstens empfehlen. Und auch die Insel selbst ist einfach ein Ort, der keine Wünsche offen lässt. Unbedingt muss man sich die Zeit nehmen, Mauritius ausgiebig zu erkunden. Es gibt so viel zu entdecken, von den Zuckerrohrfeldern bis hin zu den Naturparks mit ihren Wasserfällen und den faszinierenden Naturschauspielen wie der Siebenfarbigen Erde. Diese Reise wird uns sicherlich noch lange in Erinnerung bleiben.

Fotos: Beachcomber Resorts & Hotels (1) / Lisa Kim Ernst (1)

Jetzt im Buchhandel

IHRE GESUNDHEIT

HEILWISSEN FÜR KÖRPER
UND SEELE

50%
SALE

NUR NOCH
14,95 €



JETZT BESTELLEN UNTER:

[www.naturapotheke-magazin.de/
gesundleben](http://www.naturapotheke-magazin.de/gesundleben)

amazon.de
ISBN: 978-3-96417-229-7

AUCH ÜBERALL IM BUCHHANDEL:

bücher.de

Thalia

Hugendubel
Das Lesen ist schön!

OSIANDER.de

Meyersche.de

fm



Tasche IDA, in rot, 189,95 Euro



Uhrenboxen 3er, 89,95 Euro
und 1er, 49,95 Euro, Taschen-
Entleerer rund, 39,95 Euro

GESCHENKE, DIE VON HERZEN KOMMEN

Wenn der Duft von Tannenzweigen und warmes Kerzenlicht unseren Raum erfüllen, ist die Magie der Weihnachtszeit spürbar. Jetzt ist die Zeit der besonderen Momente, in denen sich unsere Gedanken um Geschenkideen drehen, die Wärme, Geborgenheit und Wertschätzung vermitteln.

HOCHWERTIGE LEDERWAREN

Wer auf der Suche nach genau solchen Geschenken ist, wird bei **KEINE SCHWESTER**, einem norddeutschen Label für hochwertige Lederwaren, fündig. Die handschmeichelnden Accessoires aus fein gearbeitetem Leder vereinen zeitlosen Stil mit einer Liebe zum Detail, die jedes Stück einzigartig macht. Das Sortiment wächst stetig und bietet neben Geldbörsen, Lippenstift-Boxen und Utensilos immer wieder spannende Neuheiten: elegante runde Taschen-Entleerer, edle Uhrenboxen und formschöne Taschenanhänger – alles praktische Begleiter, die dank des durchdachten Designs und der langlebigen Qualität überzeugen.

PERSÖNLICH MIT MONOGRAMM

Besonders persönlich wird es mit einem neuen Highlight: KEINE SCHWESTER bietet die

Möglichkeit, Leder-Anhänger mit individuellen Monogrammen zu versehen. Dank einer Prägemaschine erstrahlen die Initialen der Beschenkten in glänzendem Gold oder Silber auf hochwertigem Rindsleder, das in 31 verschiedenen Farben erhältlich ist. Ein stilvolles Accessoire, das jeder Hand- oder Reisetasche eine persönliche Note verleiht und zugleich ein Statement von Eleganz und Individualität setzt.

Die kleinen Lederwaren von KEINE SCHWESTER sind wunderschöne, langlebige Begleiter, die Freude schenken und im Alltag immer wieder an besondere Momente erinnern. Genau das richtige Geschenk für Menschen, die uns wichtig sind.

www.keineschwester.de



ERLEBNIS- WELT BEI CJ SCHMIDT

Das Modehaus CJ Schmidt in Husum lädt in den kommenden Wochen zu zahlreichen Veranstaltungen ein, die Shopping und Genuss auf besondere Weise verbinden.

Eines der Highlights ist der Shopping-Sonntag am 10. November, der im Rahmen des ersten Lichtkunstfestes in Husum stattfindet. Von 12 bis 17 Uhr freuen sich die Geschäfte in der Innenstadt auf Besucher. „Genießen Sie die zauberhafte Atmosphäre der beleuchteten Stadt und verbinden Sie den Besuch des Lichtkunstfestes mit einem entspannten Einkaufsbummel in unserem Haus“, lädt Geschäftsführer Christian Rugen herzlich ein.

WEIN & GENUSS – 21. BIS 23. NOVEMBER

Liebhaber guter Weine und kulinarischer Spezialitäten dürfen sich auf das Wochenende vom 21. bis 23. November freuen. Bei „Wein & Genuss“ erwartet die Besucher eine Auswahl erlesener Weine und regionaler Delikatessen. Ein besonderes Highlight ist das Late Night

Bei „Wein & Genuss“ wird Getränke Tadsen mit erlesenen Weinen vertreten sein.



Shopping am Freitag, 22. November. „Lassen Sie sich in aller Ruhe von den neuesten Modetrends inspirieren und kulinarisch verwöhnen.“

LATE NIGHT SHOPPING IM ADVENT

An zwei Samstagen im Advent, dem 7. und 14. Dezember, können Shopping-Begeisterte bis 20 Uhr nach Herzenslust stöbern und sich von der weihnachtlichen Stimmung im Damen-, Herren- und Sporthaus sowie im Home & Living im THEO Shoppingcenter inspirieren lassen.

MOTTO-WOCHENENDEN IM DEZEMBER

Besonders stimmungsvoll werden die beiden Dezember-Wochenenden, die jeweils unter einem besonderen Motto stehen. Vom 5. bis zum 7. Dezember lautet das Motto „Lecker Weihnacht“: Regionale Anbieter präsentieren ihre Spezialitäten. „Probieren Sie handgemachte Delikatessen und begeben Sie sich auf eine Genussreise durch

Nordfriesland.“ Am zweiten Dezember-Wochenende vom 12. bis zum 14. Dezember dreht sich alles um „Dein persönliches Geschenk“. „Lassen Sie sich Handtücher, Hemden oder Bademäntel mit Initialen besticken oder verschenken Sie personalisierte Weihnachtskugeln. Die perfekte Gelegenheit, um einzigartige und liebevoll gestaltete Weihnachtsgeschenke zu finden“, verspricht das CJ Schmidt-Team und freut sich auf viele Besucher.

SHOPPEN MIT TERMIN – EIN GANZ BESONDERER SERVICE

Das Modehaus CJ Schmidt bietet seinen Kunden einen ganz besonderen Service – Shoppen mit Termin. „Suchen Sie ein Outfit für einen besonderen Anlass oder einen ganz neuen Look? Ihr Berater ist nur für Sie da und berät Sie individuell in entspannter Atmosphäre – ganz ohne Zeitdruck. Buchen Sie Ihren Termin unter 04841 / 88 08 85 oder online unter www.cjschmidt.de/modehaus/shoppen-mit-termin.“

www.cjschmidt.de



Weihnachtsstimmung pur. Im Home & Living im THEO Shoppingcenter kann man sich wunderbar inspirieren lassen.

MVStyle

WEIN & GENUSS

21.-23.11. Genießen Sie ein
besonderes Shopperlebnis

CASHMERE CORNER

Ein Hauch von Luxus
Neue Farben, neue Styles

10.11.
SHOPPING
SONNTAG

12-17 Uhr

OUTDOOR

Bei Wind und Wetter: Die neuen
Outdoorjacken sind stylische
Begleiter mit Funktion



Alle Aktionen und
Events auf einem Blick


CJ SCHMIDT
SEIT 1876 IN HUSUM

 **ONLINE
SHOPPEN**
WWW.CJSCHMIDT.DE

FAVORITEN DES MONATS LIEBLINGSPRODUKTE

Persönliche Produktempfehlungen aus der Redaktion.



Murad.
ENVIRONMENTAL
SHIELD™

Vita-C Triple
Exfoliating Facial
Exfoliant triple
action pour le
visage Vita-C

GLÄTTEND

Klinisch erwiesen, glättet das Triple Exfoliating Facial das Hautbild so effektiv wie eine Mikrodermabrasion-Gesichtsbehandlung in nur einer Anwendung. www.muradskincare.de



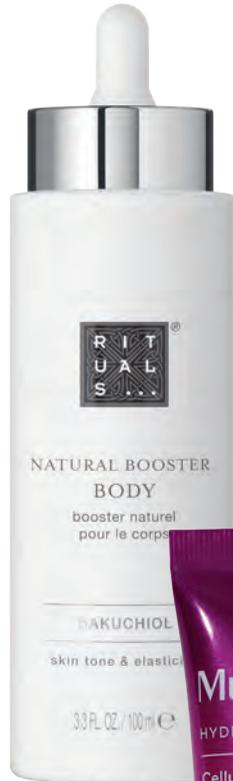
TAUTROPFEN
a drop of nature
REPAIRING
BAOBAB
BERUHIGENDES GESICHTSÖL
CALMING FACIAL OIL

BERUHIGEND

Das beruhigende Gesichtsol pflegt anspruchsvolle Haut mit natürlichen Inhaltsstoffen wie Baobaböl, Johannisbeersamenöl und Bisabolol. www.tautropfen.com

SANFT

Diese seifenfreie Clean Beauty Bar reinigt und pflegt Haut und Haar sanft und verwöhnt mit einem zarten Duft. www.rituals.com



RITUALS
NATURAL BOOSTER
BODY
booster naturel
pour le corps
BAKUCHIOL
skin tone & elasticity
3.3 FL. OZ. / 100 ml e

BERUHIGT & REPARIERT

Intensiv beruhigende Nachtmaske mit Heidelbeer-Omegas, die trockene, gerötete und raue Haut auf Zellebene repariert. www.muradskincare.de



PRÄZISE & MAKELLOS

Unsere Lieblings-Beauty-Tools für Brows & Skin in einem Set – für präzise gestylte Augenbrauen und makellos glatte Haut, auch unterwegs. www.tweezerman.de

PFLEGE-BOOSTER

Dieser Hautpflege-Booster sorgt mit Bakuchiol, einer natürlichen Retinol-Alternative, für einen ebenen Hautton. www.rituals.com



Murad.
HYDRATION
Cellular Hydration
Repair Mask
Masque réparateur
avec hydratation
cellulaire



LA BIOSTHETIQUE®
PARIS
COLOUR SYSTEM
glam
+ colour
Icy Crystal
07.IV
Colouring
Mask
Masque colorant
Farbmáske
200 ml e 6.7 fl.oz.

PFLEGEN

Mandelöl eignet sich zur sanften Pflege des gesamten Körpers und spendet Haut, Haaren oder Nägeln die benötigte Feuchtigkeit, wirkt antioxidativ und unterstützt die natürliche Schutzbarriere. www.von-kinsky.shop



VON KINSKY
NATURKOSMETIK
BIO
MANDELÖL
100 ml e

FARBBRILLANZ

Die Haarmaske mit Farbpigmenten und Farbschutz wirkt intensiv pflegend und verleiht blondem Haar einen kühlen Kristallton mit eisig strahlenden Reflexen. www.labiosthetique.de



DER PERFEKTE GÜRTEL

*Der Nordform Gürtel ist ein Gürtel ohne Löcher,
One Size und mit der Freiheit zu wählen.*

Der Nordform Gürtel kommt ohne Löcher aus, stattdessen ist auf der Rückseite eine mikroverstellbare Trackline eingnäht. Der Gürtel kann mit einer Genauigkeit von 0,5 Zentimetern gestrafft werden – 600 % mehr als ein Standardgürtel mit fünf Löchern. Alle Gürtel werden in einer Länge von 135 cm geliefert. Das bedeutet, dass sie für alle mit einer Taillenweite von 40 bis 125 cm geeignet sind. Wenn Sie Ihren Gürtel erhalten, schneiden Sie den Riemen einfach so zu, dass er perfekt passt.

WAHLFREIHEIT

Alle Gürtel passen zu allen Schnallen. Ganz gleich, ob Sie sich für Riemen aus Full-Grain-Leder, Canvas oder beidem entscheiden, alle Teile passen immer zusammen. Im praktischen Dreier-Set wählen Sie zum Beispiel drei Riemen und drei Schnallen aus, die alle untereinander kombinierbar sind – so erhalten Sie Gürtel, die zu jedem Anlass und Outfit passen!

www.nordformstore.de

Fotos: Nordform (1) / Nordform – Leo Keller (1)



GOLD SCHMIEDE

R

REICH

- Anhänger in Gold mit Boulderopal -

Anfertigung · Umarbeitung
Reparatur · Goldankauf

www.goldschmiede-reich.de

Mühlenholz 26 · Flensburg/Fruerlund
Tel. 0461-33339

SALON AESTHETIK

A

OKSANA BERG

AM MARKT 6
24955 HARRISLEE
TEL.: (0461) 7 54 85

ÖFFNUNGSZEITEN:
DI. - FR.: 08:30UHR - 18:00UHR
DO: 08:30UHR - 20:00UHR
SA.: 08:00UHR - 13:00UHR



GLEITSICHTBRILLE ALLES KOMPLETT

Brillenfassung mit Gleitsicht-Kunststoffgläsern von Falcon®, angefertigt in Ihrer Sehstärke, mit Super-Entspiegelung und Hartschicht.

FÜR NUR

€ 249,-

KOMPLETT

Herbstliche Grüße!



Birte Meyer
Inhaberin



Apenrader Str. 2 • 24939 Flensburg
+49 461 - 42119 • die-brille-gmbh.de
[diebrilleflensburg](https://www.instagram.com/diebrilleflensburg)
 VI TALER DANSK!



25 JAHRE SCHMUCKTRÄUME BEI JUWELIERE UND UHRMACHER BEHRENDT

Seit mittlerweile 25 Jahren bietet Juweliere und Uhrmacher Behrendt in Flensburg hochwertige, handgefertigte Lieblingsstücke an.

Als kleiner Familienbetrieb öffnete Juwelier Behrendt im März 1999 seine Türen im CITTI-Park in Flensburg. Das kleine Team bestand damals aus Gründer Sascha Behrendt, seiner Frau Eva Behrendt und zwei weiteren Angestellten, darunter auch Kai Behrendt. Über die Jahre wurde das Waren- und Serviceangebot stetig erweitert, unter anderem auch durch einen Goldschmied und Uhrmacher, die Teil des Teams wurden.

NEUE WEGE

Im Jahr 2013 folgte schließlich während des Umbaus des CITTI-Parks in Flensburg auch der Umzug des Geschäfts in größere Räumlichkeiten. Die Goldschmiede und Uhrmacherwerkstatt wurden in diesem Zuge ebenfalls erweitert und Kai Behrendt nahm in diesem Jahr die

Position des Gesellschafters des jetzt **Juweliere und Uhrmacher Behrendt** genannten Geschäfts an. Im Zuge der Umbauten eröffnete außerdem das Rauschmeyer Trauringstudio, das das Sortiment noch einmal um maßgeschneiderte Trauringe erweiterte.

HANDGEFERTIGTER SCHMUCK

Im Jahr 2020 entstand schließlich auch die Schmuckmarke „Fördeleben“. Inspiriert von der nordischen Natur, hält die Schmuckkollektion diese Schönheit in Gold und Silber fest. An verschiedenen Stränden entlang der Flensburger Förde wurden die schönsten Muscheln und andere Schalentiere gesammelt und in den Edelmetallen gegossen. Aus diesen 1:1 abgeformten wurden schließlich wundervolle Schmuckstücke entworfen und in Flensburg handgefertigt.

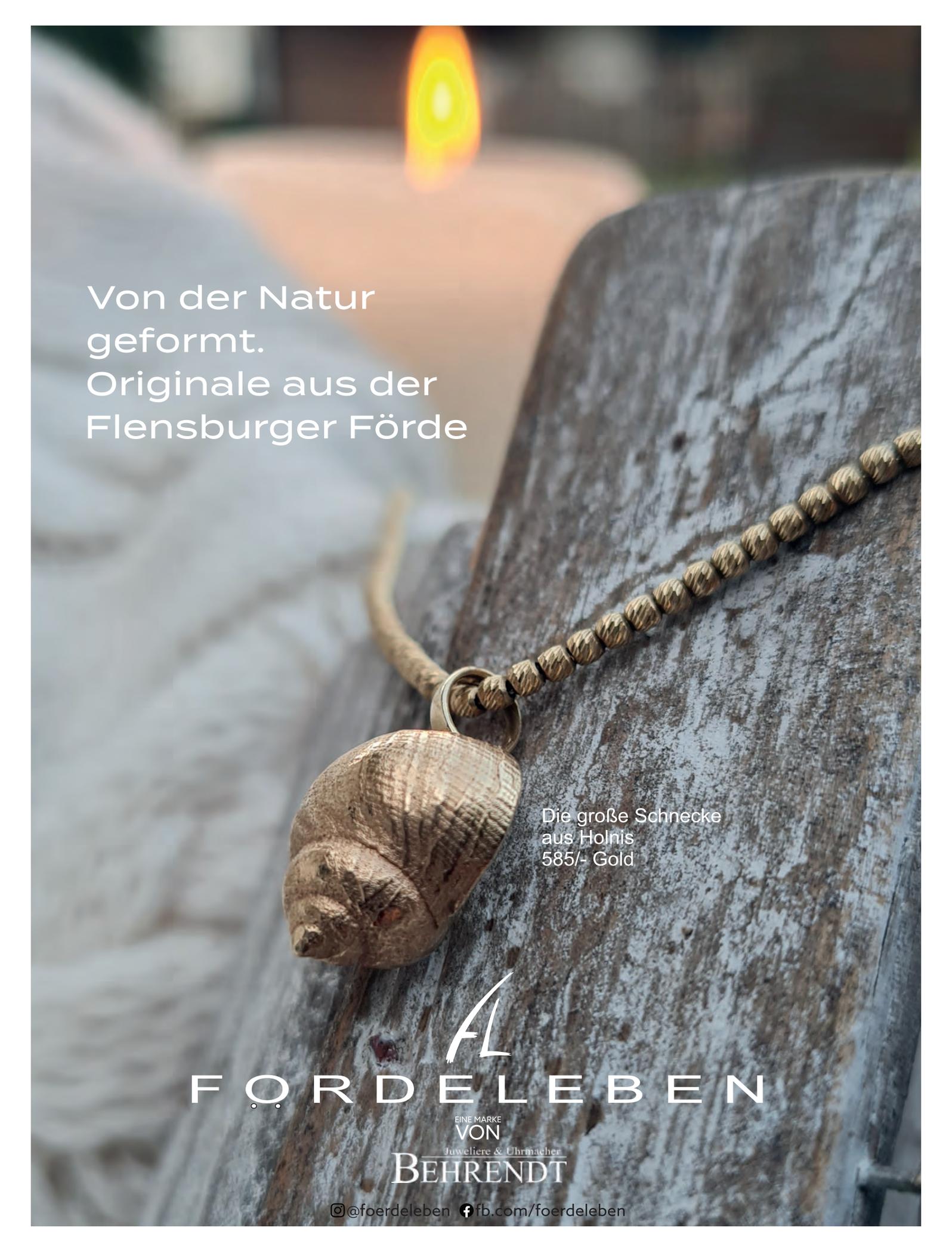


Sascha und Kai Behrendt blicken zurück auf 25 Jahre gemeinsame Arbeit.

EINE GRÖSSE IM NORDEN

Heute bildet Juweliere und Uhrmacher Behrendt einen der größten Juwelierbetriebe in Schleswig-Holstein. Dazu gehören fünf Goldschmiede und vier Uhrmacher. Das Geschäft gilt mittlerweile als eine beliebte Anlaufstelle für das gesamte Umland Flensburgs sowie für Kund*innen aus dem dänischen Raum. Das Angebot umfasst maßgeschneiderte Schmuckstücke und Trauringe, Reparaturservices, eine Uhrmacherwerkstatt sowie eine Goldschmiede.

Juweliere und Uhrmacher Behrendt
Langberger Weg 4, Flensburg
Tel.: 0461 / 57 00 766, www.juwelier-behrendt.de



Von der Natur
geformt.
Originale aus der
Flensburger Förde

Die große Schnecke
aus Holnis
585/- Gold


F O R D E L E B E N

EINE MARKE
VON
Juweliere & Uhrmacher
BEHRENDT

 @foerdeleben  fb.com/foerdeleben

SWEET DREAMS

Kissenbezüge aus Seide bieten nicht nur besten Schlafkomfort, sondern schonen auch Haut und Haar.

Seidenkissenbezüge bieten zahlreiche Vorteile für Haut und Haar. Aufgrund der glatten Oberfläche entstehen weniger Reibung und Irritationen, was hilft, Haarbruch und Spliss zu reduzieren. Lockiges oder welliges Haar bleibt länger definiert und weniger frizzig. Für die Haut ist Seide besonders sanft und absorbiert im Vergleich zu Baumwolle weniger Feuchtigkeit, was die Haut hydratisiert hält und Faltenbildung vorbeugen kann. Darüber hinaus ist Seide hypoallergen und ideal für Menschen mit empfindlicher Haut oder Allergien geeignet. Curly N Covered bietet hochwertige Seidenkissenbezüge aus reiner Maulbeerseide 22 Momme Grad 6A in verschiedenen Größen und Farben an – für himmlischen Schlafkomfort wie auf Wolken! Die perfekte Ergänzung sind die Seiden-Turbane, die das Haar über Nacht extra schützen und pflegen.

www.curlycovered.com

Himmlicher Schlafkomfort mit Seidenkissenbezügen



Schlafhauben aus Seide schützen und pflegen das Haar über Nacht.

NEU: Festigende Pflege MIT BLAUEM ENZIAN & EDELWEISS

Die neue Anti-Aging-Linie von Weleda sorgt für strahlende Haut.

Gerade bei tiefen Falten benötigt die Haut eine Pflege, die sowohl aufpolternd als auch glättend wirkt. Die Hochleistungsformel mit einzigartigem Collagen+ Active Complex aus Blauem Enzian, Edelweiß und Centella asiatica der neuen Pflegelinie von Weleda verleiht der Haut ein strahlend jungliches Aussehen mit einem gesunden Glow, egal in welchem Alter: Tiefe Falten und Pigmentflecken werden reduziert, die Zellerneuerung gefördert und die Hautbarriere gestärkt sowie mit Feuchtigkeit versorgt. Die Konturen sind definiert, Falten sichtbar gemildert und die Haut fühlt sich natürlich gepflegt an. Dank floraler und aromatischer Noten von feinem Lavendel und fruchtiger Mandarine duftet die Linie besonders wohltuend, während der balsamische, holzige Duft von wertvollem Sandelholz der Komposition eine zusätzliche Tiefe verleiht.

www.weleda.de



DEUTSCHLANDS NACHHALTIGES MEDIENHAUS



Bei uns gibt's die modernsten Studios für Videos, Reels, Podcasts und Räume für Deine Tagung.

PODCASTS | WEBINARE | REELS | VIDEO | FOTOSTUDIO
FILMSTUDIO | PRÄSENTATIONEN | SEMINARE | KONFERENZEN



Jährlich
100 Mio.
Video Views*

Diese Marken
vertrauen uns:



Wir haben die Räume, Equipment, technischen Support. Ihr produziert selbst oder wir für euch – **alles ist möglich im Green Campus!**

Ruft einfach mal durch!

☎ 0431 20076600

✉ t.moeller@falkemedia.de

*Im falkemedia Green Campus 2023 Social Media und YouTube Videos eigene und Fremddaten mit einer jährlichen Gesamtreichweite von über 100 Millionen Views.

Hätten Sie's gewusst?!

Das Rauhe Haus wurde 1833 vom Sozialreformer Johann Hinrich Wichern gegründet. Seine Ideen gaben 1848 auf dem Wittenberger Kirchentag den Anstoß zur Gründung der „Inneren Mission“, dem Vorläufer all dessen, was heute als Diakonie bekannt ist.



Als Pastor Johann Hinrich Wichern (1808–1881) in Hamburg ein Wagenrad mit kleinen roten und vier dicken weißen Kerzen bestückte und den Kranz in den Betsaal des „Rauhen Hauses“ brachte, konnte er nicht ahnen, dass dieser als erster Adventskranz der Welt gelten würde.



Barbie feierte 1959 auf der Spielwarenmesse in New York ihr Debüt. Der Ursprung für die Idee einer solchen Puppe lag 1951 bei der Bildzeitung: Dort erschuf Karikaturist Reinhard Beuthin eine Comic-Figur namens „Lilli“. 1955 wurde eine kleine Puppe mit dem Namen Lilli erschaffen – nach der Comicfigur und Entwürfen von Max Weißbroth, Firma Hausser in Coburg. Ruth Handler entdeckte die „Bild-Lilli“ in Europa und kreierte eine amerikanische Puppe namens Barbie.



Viele Erfindungen und auch Erfinder*innen stammen aus Schleswig-Holstein und Hamburg. Passend zum Erfindertag am 9. November gibt Ingeborg Backhaus, Vorsitzende des Erfinderclubs Schleswig-Holstein, Einblicke in die Arbeit der „modernen Tüftler des Nordens“ – unter ihnen viele Physiker*innen und Ingenieur*innen.

ERFINDERCLUB SCHLESWIG-HOLSTEIN E.V.

UNSERE „TÜFTLER“ DES NORDENS

Wenn die Mitglieder des Erfinderclubs Schleswig-Holstein e. V. einmal im Monat zusammenkommen, um sich im Stammlokal „La Perla“ in Flintbek über ihre neuesten Ideen auszutauschen, sprühen die Gehirnzellen Funken, denn sie haben schon so manche grandiose Erfindung zum Patent geführt. Aber Achtung: Hier muss Stillschweigen bewahrt werden!

von Marion Laß

Haben Sie auch manchmal clevere Ideen, die die Welt ein kleines bisschen verbessern würden? Dann Achtung: Sprechen Sie mit niemandem darüber! Diesen weisen Rat gibt uns Ingeborg Backhaus während unseres Gesprächs und sie muss es wissen, denn die Vorsitzende des Erfinderclubs Schleswig-Holstein e. V. hat schon viele potenzielle Patent-Neuheiten scheitern sehen, weil im Vorwege darüber gesprochen wurde und diese somit schon quasi „veröffentlicht“ und nicht mehr schützensfähig waren. „Eine Patentanmeldung kann nur genehmigt werden, wenn noch niemand etwas darüber erzählt oder veröffentlicht hat“, erklärt die Wenningstedterin. „Wenn man es auch nur einer Person erzählt, besteht immer die Gefahr, dass diese es weitererzählt. Deshalb gibt es bei uns im Club den Ehrenkodex, dass über alles, worüber wir uns unterhalten, Stillschweigen bewahrt wird. Damit sind wir alle geschützt“, sagt die Vorsitzende.

VOM HÄCKSLER ZUM WASSERRAD

Und es ist schon einiges an Ideen geboren worden im Erfinderclub Schleswig-Holstein: Von Sven Lorenschait stammt zum Beispiel ein Häcksler, der den Gartenabfall so klein schreddert, dass er als Dünger benutzt werden kann. Hartmuth Drews hat ein Wasserrad mit integriertem Stromgenerator erfunden, während Hans-Jürgen Lenz schon vor Jahren eine Straße, die Strom erzeugt, in die Welt gebracht hat.

Dies ist ein Akku-Unkraut-Beseitiger mit Kantenreiniger, erfunden von Christian Petersen.

VON MATRATZEN BIS ZUM BIENENSCHUTZ

Erfinder-Kollege Gerhard Winter hat mit einer von ihm erstellten neuen Generation von Matratzen die Firma Laroma in Schleswig gegründet. Christian Petersen hat im Club die meisten erfolgreich verwerteten Erfindungen

auf den Markt gebracht, wie den Akku-Unkraut-Beseitiger mit gleichzeitigem Kantenreiniger und etliche weitere Erfindungen. Mit Gerhard Winter und Dr. Viktor Reigel hat Christian Petersen derzeit zum Schutze der Bienen, die mit der Varroamilbe befallen sind, das Bienenstock MAJA Anti-Milben-Dosierungs-

Die Mitglieder des Erfinderclubs Schleswig-Holstein sind regelmäßig auf der IENA in Nürnberg vertreten und bringen auch Medaillen nach Hause.

Klaus Dieter Will hat eine optische Kontrolle für den Ausdehnungskörper im Heizungssystem erfunden.



Der von Sven Lorenschait erfundene Häcksler erhielt seinerzeit „Gold“.



Hilfe bei der Darmkrebsvorsorge: ein Einsatz, den man in die Toilette einlassen kann

Hartmuth Drews hat ein Wasserrad mit integriertem Stromgenerator erfunden.

Zum Schutz der Bienen wurde das MAJA Anti-Milben-Dosierungs-Kit erfunden.



Kit erfunden, das die Milben vertreibt, aber den Bienen nicht schadet. Diese Erfindung hat eine Goldmedaille auf der IENA gewonnen, der Erfinder-Messe, die einmal im Jahr in Nürnberg stattfindet. Gleichzeitig hat er auch eine neue sensationelle Erfindung in Arbeit, nämlich einen Kühlschrank, der durch Ozon-Verdunstung die Verderblichkeit der Lebensmittel verhindert. Dieses Projekt, ebenfalls mit einer Goldmedaille prämiert, wird mit der Uni Magdeburg zum europäischen Forschungsprojekt.

GOLD- UND SILBERMEDAILLEN

Klaus-Dieter Will hat eine optische Kontrolle für den Ausdehnungskörper im Heizungssystem erfunden. Sie verhindert, dass man aufwendige Arbeiten machen muss, um den Fehler zu finden. Ingeborg Backhaus selbst hat eine Halterung für ein Buch bzw. Smartphone oder Tablet erfunden. Auch ihr in die Toilette einzulegender Einsatz (zum Beispiel bei der Darmkrebsvorsorge) hat eine Medaille erhalten. „Auf der IENA haben wir seit Jahren etliche Gold- und Silbermedaillen gewonnen“, berichtet Ingeborg Backhaus stolz. Doch sie weiß auch, dass es zukünftig nicht einfacher wird, mit einer guten Idee auf den Markt zu kommen – um letztendlich auch Geld damit zu verdienen. „Wir sind alle keine Verkäufer*innen und uns fehlen oft die Verbindungen zum Markt“, gesteht sie und berichtet von einer ihrer Ideen: einem

regulären Duschkopf, jedoch mit Hohlräumen für Salze und Lotionen im Griff, um am Ende des Duschens den Körper damit zu berieseln. „Einen Prototyp dafür zu erstellen, kann Tausende kosten“, weiß sie. „Die Unternehmen, die so etwas übernehmen und herstellen könnten, verfügen über eigene Ingenieure, von denen – für gute Gehälter – solche Erfindungen erwartet werden. Deshalb ist das Interesse der Konzerne an unseren Erfindungen meistens eher gering.“

25 JAHRE ERFINDERCLUB

Der Erfinderclub hat gerade sein 25. Jubiläum gefeiert. „Früher gab es für gute innovative Ideen noch Unterstützung von Seiten der Regierung, heute nicht mehr. Die Regierung unterstützt eher die Institute und Universitäten. Die freien Erfinder müssen sich selbst finanzieren und mit eigenem Geld die Prototypen erstellen. Damit geht aber leider auch ein gutes Stück ‚deutsche Innovation‘ dahin“, findet Ingeborg Backhaus und spricht die immer schwieriger werdenden Bedingungen auf dem Markt an.

„Bei uns im Club wird Stillschweigen bewahrt. So sind wir alle geschützt.“

Ingeborg Backhaus,
1. Vorsitzende Erfinderclub
Schleswig-Holstein

PATENTE SIND TEUER

„Um ein Patent auf eine echte Erfindung anzumelden, muss erstmal für teures Geld international recherchiert werden. Das passiert in der Regel beim Patentamt in München, und das dauert ein Weilchen“, sagt sie. Der von allen Mitgliedern geschätzte Patentanwalt Dierk Hansmann rät: „Wichtig ist, dass man sich immer konkret mit dokumentierten Schutzansprüchen von einer ähnlichen Erfindung unterscheidet.“ Man kann dann ein Gebrauchsmuster oder gleich ein Patent beantragen. Die meisten Erfinder*innen streben erst ein kostengünstigeres deutsches Patent an. „Wir warten immer noch auf ein vereinfachtes europäisches Patent, das es leider noch nicht gibt! So muss man für jedes einzelne europäische Land einen Patentschutz erwerben. Der ist für rund 6000 Euro zu haben. In China und den USA ist ein Patent wesentlich einfacher zu bekommen“, weiß die Vorsitzende. „Aber die Deutschen lieben ja ihre Gesetze und stehen sich manchmal selber im Weg.“

HÖHLE DER LÖWEN

Als leidenschaftliche Erfinderin verfolgt Ingeborg Backhaus natürlich auch regelmäßig die TV-Sendung „Die Höhle der Löwen“ und ist immer wieder beeindruckt, wie professionell die zum Teil sehr jungen Erfinder*innen dort auftreten – von der Herstellung über den Vertrieb bis zum Marketing. „Ich bewundere die Teilnehmer*innen sehr. Mir fehlte bislang der Mut, meine Herzens-Erfindung dort vorzustellen“, sagt sie ehrlich. „Eines unserer Mitglieder, Jens Schlappkohl-Berlitz, war mal dort und hat den Gummiring vorgestellt, den er zum Holzhacken erfunden hat. Das war eine tolle Sache.“

JUNGE LEUTE WILLKOMMEN

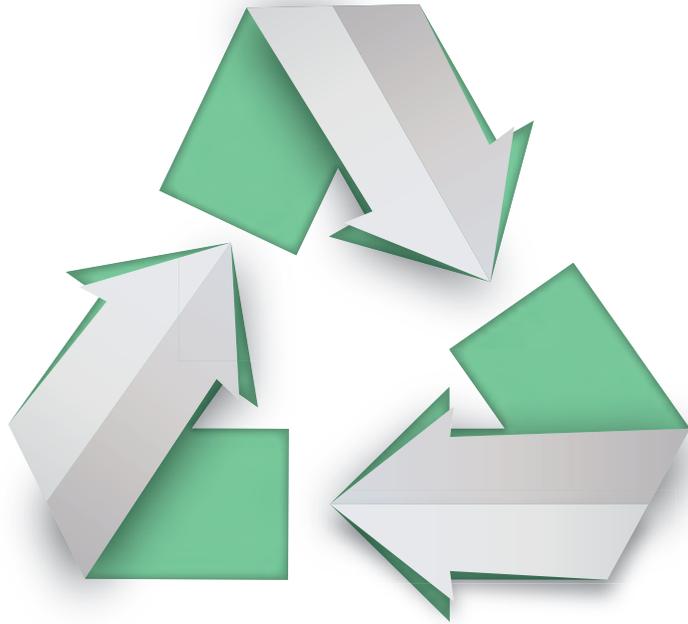
Trotz der Hürden, die eine Erfindung nehmen muss, ist Ingeborg Backhaus der Meinung: Erfinden ist schön! „Es ist immer wieder befriedigend, eine Lösung gefunden zu haben“, sagt die Vorsitzende und lädt junge Leute ein, dem Erfinderclub Schleswig-Holstein beizutreten. „Unsere Mitglieder kommen in die Jahre. Wir können frisches Blut in unseren Reihen gebrauchen – insbesondere Menschen, die Verbindungen zu Wirtschaft, Marketing und Vertrieb haben und uns in die richtige Spur leiten“, lädt sie ein, an einer Sitzung teilzunehmen. Aber, pssst! Vergessen Sie den Ehrenkodex nicht: Stillschweigen!

Hartmuth Drews probiert den von Ingeborg Backhaus erfundenen Smartphone- bzw. Buchhalter aus.



Sven Lorenscheit bekam eine Goldmedaille für seinen Häcksler.





ENTSCHEIDE DICH FÜR PAPIER

72 % aller Papp- und Papierprodukte werden zu neuen Erzeugnissen recycelt – damit haben sie eine der höchsten Recyclingquoten aller wiederverwertbaren Materialien in ganz Europa.

Confederation of European Paper Industries (CEPI), 2021 and Eurostat, 2020.



Entdecke Papier-Geschichte(n) auf de.lovepaper.org mit Papier-(F)akten, Kreativ-Ideen, Blog-Beiträgen uvm.





MODERNE KÜCHEN UND SCHICKE ESSTISCHE Küchenzauber & TISCHKULTUR

*Die Küche ist das Herz des Hauses. Sie ist der Ort, an dem köstliche Gaumenfreuden entstehen und Freund*innen und Familie zum Kochen, Genießen, Klönen und Feiern zusammenkommen. Entdecken Sie aktuelle Küchentrends und schöne Esstische, die den Wunsch nach wohnlichem Ambiente und moderner Funktionalität vereinen.*

In der heutigen Zeit sind Küchen längst nicht mehr nur funktionale Räume, in denen Mahlzeiten zubereitet werden. Sie haben sich zu zentralen Treffpunkten entwickelt. Eine moderne Küche vereint Stil, Komfort und Effizienz – ein Raum, der gleichermaßen für das Kochen, Essen und Beisammensein gestaltet ist. Moderne Essplätze mit stilvollen Tischen und Stühlen stehen im Mittelpunkt der

Küchengestaltung. Hier verschmelzen Ästhetik und Funktionalität auf beeindruckende Weise.

TISCHE – GERNE AUSZIEHBAR

Die Auswahl an Esstischen reicht von minimalistischen Modellen aus Holz oder Glas bis hin zu modernen Designs aus Metall oder Stein. Dabei ist Flexibilität ein Schlüsselfaktor: Ausziehbare Tische, die sich an verschiedene Anlässe

anpassen lassen, sind besonders beliebt. Stühle in modernen Küchen sind nicht nur bequem, sondern oft auch wahre Designobjekte. Ergonomisch geformte Stühle, häufig aus Materialien wie Kunststoff, Leder oder Stoff, kombinieren hohen Sitzkomfort mit stilvollem Design. Sie sind in einer breiten Palette an Farben erhältlich, was individuelle Gestaltungsmöglichkeiten bietet. Dabei wird auch auf Nach-



In der Küche kommen Familie und Freund*innen zusammen. Daher ist ein wohnliches Ambiente gewünscht.



Die Auswahl an Esstischen reicht von Modellen aus Holz oder Glas bis hin zu modernen Designs aus Metall oder Stein. Dabei ist Flexibilität gefragt!



Früher wurde in der Küche gekocht, heute wird in der Küche gelebt.

haltigkeit geachtet: Viele Hersteller setzen auf recycelte Materialien und langlebige Produkte, die nicht nur gut aussehen, sondern auch umweltfreundlich sind.

Eine besondere Rolle spielt die Integration von offenen Wohnküchen. Hier verschwimmen die Grenzen zwischen Küche und Wohnbereich, was einen fließenden Übergang zwischen Kochen, Essen und Entspannen ermöglicht. Ein stilvoller Essbereich wird dabei zum Herzstück der Wohnung, an dem sich das Leben abspielt. Dabei sind Küchen und Essplätze längst zu einem zentralen Element der Wohnkultur geworden.

DIGITALISIERUNG – AUCH IN DER KÜCHE

Mit der zunehmenden Digitalisierung sind auch smarte Küchenelemente nicht mehr wegzudenken. Beleuchtungssysteme, die sich dem Tageslicht anpassen, oder intelligente Geräte, die über das Smartphone gesteuert werden können, tragen dazu bei, den Alltag noch komfortabler zu gestalten.

Fotos: Adobe Stock (3)

Digital lesen UND SPAREN!

Lesen Sie „So is(s)t Italien“ als E-Paper - wann und wo Sie wollen - und sichern Sie sich viele Vorteile

JETZT FÜR NUR 1 EURO TESTEN*

Bestell-NR: SII22EPA

www.soisstitalien.de/E-Paper-Probabo

* Nach 1. Ausgabe direkt ins Jahresabo (39,90 Euro für 8 Ausgaben) wechseln.
 ** Bezogen auf die einmalige Testausgabe für 1 Euro. Im E-Paper-Abo sparen Sie mit jeder Ausgabe 20 Prozent im Vergleich zum gedruckten Magazin.



Neue
 Küchenideen
 finden Sie
 bei uns



HAUS, HOF & GARTEN

MUST-HAVES
FÜR DIE KÜCHE

Stylish & praktisch: Diese Utensilien sorgen für unbegrenztes Kochvergnügen!



MIT ALLEN SINNEN

Das hochwertige All-Senses-Set von Zwiesel Glas macht modernen Weingenuß ganz einfach: Mit vier Weingläsern „Fruchtig & Fein“, begleitet durch vier Wasserbecher, eröffnet das Bundle in limitierter Auflage völlig neue sensorische Möglichkeiten.
www.zwiesel-glas.com



EFFIZIENZ TRIFFT ELEGANZ

Das Dreier-Set Parallele aus italienischem Olivenholz und rostfreiem Stahl mit exzellenter Schärfe besteht aus: Spickmesser (8 cm Klinge), Tranchiermesser (16 cm Klinge), Kochmesser (20 cm Klinge).
www.opinel.com

EDLER TEEGENUSS

Die Teekanne Duet® Eva von Bredemeijer gibt es jetzt in neuen Farben und Größen. Mit doppelter Isolierwand bleibt der Tee bis zu einer Stunde heiß, und dank der tropffreien Tülle wird das Einschenken besonders komfortabel.
www.bredemeijer.de



KÜSTENFEELING

Der Carbonator 3 in der Sand-Edition beeindruckt mit einer sandfarbenen, rauen Oberfläche, die an Strandlandschaften erinnert. Mit seinem minimalistischen Edelstahlgehäuse und einer präzisen Sprühdüse vereint er Stil und Funktionalität.
www.aarke.com



DIE PFANNE FÜR ALLE

Die spülmaschinenfeste Klamer-Edelstahlpfanne überzeugt durch edles Design, hochwertige Verarbeitung und eine lange Lebensdauer. Im praktischen Dreier-Set gelangen Ihnen Steak, Gemüse, Fisch oder Bratkartoffeln im Handumdrehen.
www.klamer-home.com



KLEIN, ABER OHO!

Mit dem Mini-Brotbackautomaten SD-PN100 ist gesundes Backen ganz einfach. Er backt Brote in kleinen Größen und ist damit wie gemacht für kleine Haushalte und weniger Lebensmittelverschwendung.
www.panasonic.com



ALLES. AUSSER GEWÖHNLICH



nolte
KÜCHEN

FÖRDE KÜCHEN

· FLENSBURG · SCHWENTINENTAL · SIEK · HEIDE · TEL. 04 61 - 50 00 00 - 0 · WWW.FOERDEKUECHEN.DE



EINFACH GESÜNDER KOCHEN.

Die neuen **Serie 8 accent line** Backöfen. Neues Design, innovatives Bedienerlebnis: Die accent line Modelle der neuen Serie 8 überzeugen mit dem weiterentwickelten Design der carbon black Reihe. Der neue digitale Bedienring, der perfekt in die Glasblende eingeschliffen ist, verschmilzt die digitale Welt mit der analogen zu einem ganz besonderen Back- und Kocherlebnis. Die Glasflächen präsentieren sich in einem besonders tiefen Schwarz, der dezente schwarze Edelstahlgriff fügt sich elegant in das harmonische Gesamtbild ein.

 **BOSCH**



**TOPFSET IM WERT
VON 629 € UVP
GESCHENKT!**

EINFACH QR-CODE
SCANNEN, BERATUNGSTERMIN
VEREINBAREN UND BEIM KAUF
EINER FREI GEPLANTEN KÜCHE
DEIN TOPFSET GLEICH
MITNEHMEN.



INDIVIDUELL MIT HPL

Nimmt man die Verschönerung des Zuhauses selbst in die Hand, lassen sich nicht nur persönliche Wünsche umsetzen, sondern es winken auch Kosteneinsparungen.

Wie vielseitig sich High Pressure Laminate (HPL) für kreative Gestaltungskonzepte rund um Möbelbau, Verblendungen und Co. eignet, zeigt Gutta mit seinem breiten Sortiment an HPL-Schichtstoffplatten, die dank eines praktischen Konfigurators

HPL-Schichtstoffplatten sind leicht zu reinigen, was sie auch für den Einsatz in der Küche – etwa als Arbeitsplatte, als Spritzschutz oder als Akzentwand – prädestiniert.



HPL-Schichtstoffplatten sind für verschiedenste DIY-Projekte einsetzbar. Zum Beispiel bei neuen Küchenfronten in Weiß oder in trendiger Betonoptik.

passgenau nach den Vorgaben zugeschnitten und innerhalb von zwei Wochen nach Hause geliefert werden. Neben individuellen Maßen und Farbwünschen können hier auch Angaben zu Formfräsungen, Bohrungen, Ausschnitten oder Kantenbearbeitung gemacht werden.

KÜCHENFRONTEN ODER -RÜCKWÄNDE

Im Innenbereich können die HPL-Schichtstoffplatten etwa für Küchenfronten und -rückwände, Tischplatten und Raumtrenner oder Dekorflächen an Wand und Decke mit versteckter Akzentbeleuchtung genutzt werden. Die porenfreien Oberflächen sind hygienisch, schmutzabweisend und leicht zu reinigen. Auch farblich eröffnet sich mit zahlreichen Varianten wie modernem Anthrazit, dezentem Beige, Betonoptik oder kräftigem Oxidrot ein großer individueller Gestaltungsspielraum, der optimal auf die vorhandene Inneneinrichtung zugeschnitten werden kann.

AUCH FÜR DEN AUSSENBEREICH

Beim Einsatz im Außenbereich – etwa als Fassaden- und Balkonverkleidung, als Sichtschutz oder Mülltonnenversteck – sollte ausschließlich auf Gutta Bau- und Fassadenplatten mit spezieller UV-Beschichtung zurückgegriffen werden. Den cleveren Konfigurator, Produktinfos und mehr finden Hobby-Handwerker*innen unter www.platten-zuschnitt.com. Mehr auch unter www.gutta.de und www.homeplaza.de.

Fotos: epr/Gutta/AdobeStock_329015507_beton (1) / epr/Gutta/diz26278 – stock.adobe.com (1)

Aktion im November & Dezember:

25% Rabatt
auf alle Tische von **hammel**

+ zusätzlich **10% Rabatt**
auf alle Stühle von **hammel**
(nur in Kombination mit Kauf eines Tisches)



handmade in denmark



dan·bo
MØBLER

Altholzkrug 35 • 24976 Handewitt
Tel. 0461-91025 • Mail info@danbo.de

MUSTERKÜCHEN- ABVERKAUF BEI HANSENS KÜCHENTREFF

Der Musterküchenabverkauf bei Hansens KüchenTreff in Schleswig bietet eine ideale Gelegenheit, hochwertige Küchen zu attraktiven Preisen zu erwerben.

Fotos: Hansens KüchenTreff



Klar und funktional: Moderne Küchen überzeugen mit reduzierter Ästhetik



Rustikal und gemütlich: Küchen im Landhausstil sprühen Wärme und eine wohnliche Atmosphäre aus

Normalerweise haben Küchen keine Saison, gefragt sind sie sommers wie winters. Aber wenn man einen Blick in die Kalender der großen Studios und Fachmärkte wirft, dann gibt es einen Zeitpunkt, den man möglichst

nicht verpassen sollte, wenn man sich nach einer neuen Küche umschaut: den Musterküchenabverkauf der großen Studios, so wie es Hansens KüchenTreff eines ist. Wem Musterküchenabverkauf zu umständlich klingt, der kann auch Sortimentswechsel sagen und kommt zum gleichen Ergebnis: Bei Hansens KüchenTreff, dem Küchenstudio mit der größten Küchenauswahl in der Schleswiger Region, muss Platz geschaffen werden: Die neuen Kollektionen rollen an. Der Sortimentswechsel ist da, die neuen Musterküchen von Nobilia und Häcker wollen präsentiert werden. Also müssen die aktuellen Modelle Platz machen. Jetzt ist damit der optimale Zeitpunkt gekommen, sich bei **Hansens KüchenTreff** nach einer neuen Küche umzusehen. Oder vielleicht nach einem neuen Einbaukühlschrank, einem Geschirrspüler, Backofen oder Kochfeld. Denn auch deren neue Modelle brauchen Platz. Sagen wir es einfacher – jetzt ist die Zeit für Schnäppchen!

In Hansens KüchenTreff an der Marie-Curie-Straße kauft man übrigens im Direktvertrieb und ohne kostentreibende Umwege: Die Berater*innen im Schleswiger Fachmarkt bestellen ohne Zwischenhändler*innen direkt beim Hersteller – zu den attraktiven Konditionen des größten Küchen-Einkaufsverbandes in Deutschland. www.hansens-kuechentreff.de.



SORTIMENTSWECHSEL
BIS ZU **30%** AUF MUSTERKÜCHEN
BIS ZU **70%** AUF AUSSTELLUNGSGERÄTE



**KÜCHE IST UNSER HANDWERK
SEIT 1984**



Hansens KüchenTreff

Marie-Curie-Straße 15, Schleswig

Telefon 04621 5721

www.hansens-kuechentreff.de



„WIR LIEBEN HÄUSER“

Seit 1877 ist das Unternehmen Vierck Schwedenhäuser eng mit dem Werkstoff Holz verbunden. Was als kleines Sägewerk in Angeln begann, hat sich in den folgenden fast 150 Jahren zu einem Spezialisten für nachhaltiges und ökologisches Wohnen entwickelt. Heute ist der Bau von Häusern aus Holz die Spezialität der Firma.

„Unsere Schwedenhäuser bieten nicht nur ein gemütliches Zuhause, sondern auch ein gesundes Lebensumfeld. Dank einer besonders guten Dämmung mit hohem Wohnwert sind unsere Häuser energieeffizient und schützen vor Kälte und Lärm. Die CO₂-neutrale, biologische und ‚wohngesunde‘ Zellulosedämmung sorgt für optimalen Komfort – im Sommer wie im Winter“, erklärt Geschäftsführer Carsten Vierck.

NACHHALTIGKEIT UND ÖKOLOGIE IM FOKUS

„Wir orientieren uns an den Bedürfnissen unserer Kunden und legen größten Wert auf Nachhaltigkeit und Ökologie. Unsere Häuser werden individuell geplant und gebaut, wobei wir nachwachsende und natürliche Baustoffe verwenden“, so Vierck. Damit leistet die Firma

einen großen Beitrag zum Klima- und Umweltschutz.

VIelfÄLTIGE GESTALTUNGSMÖGLICHKEITEN

Die Fassaden können als Holz-, Stein- oder Putzfassade ausgeführt werden. Auch Mischversionen sind möglich, um jedem Kundenwunsch gerecht zu werden. Materialien und Prozesse werden laufend durch das HFB-Institut nach DIN 1052 überwacht, um eine optimale Qualitätssicherung zu gewährleisten.

INDIVIDUELLE LÖSUNGEN FÜR JEDEN KUNDEN

„Unsere Schwedenhäuser bieten vielfältige Möglichkeiten hinsichtlich Design und Architektur“, zeigt Carsten Vierck die enorme Flexibilität

auf. „Wir setzen individuelle und persönliche Wünsche kostengünstig um. Ob das ‚Materialhaus‘, das kostengünstig selbst aufgebaut werden kann, das ‚Rohbauhaus‘ oder das ‚Ausbauhaus‘ – wir schaffen Raum für Eigenleistungen und ermöglichen einen schlüsselfertigen Einzug.“

VERGÜNSTIGTE KONDITIONEN

Auch nach dem Einzug stehen die Kunden bei Vierck im Mittelpunkt und profitieren von den attraktiven Konditionen, denn mit der VIERCK-BONUSCARD erhalten sie Toppreise zu Handwerkerkonditionen und finden in den Ausstellungen des Bauzentrums alles für Haus und Garten.

Vierck Schwedenhäuser, Sörup
www.vierck-schwedenhaeuser.de

Fotos: Vierck Schwedenhäuser GmbH

Wir lieben Häuser!

MODERNE HOLZHÄUSER IN BELIEBTER SKANDINAVISCHER BAUWEISE

Schwedenhäuser
VIERCK



BAHNHOFSTRASSE 53 • 24966 SÖRUP • TEL.: 04635-2929-0 • WWW.VIERCK.DE

TISCHLEIN DECK DICH

*Stilvolle Tischvielfalt gibt es bei
Broocks Wohnen & Garten in Gettorf.*

Gerade in der gemütlichen Jahreszeit, wenn das Wetter uns häufiger nach drinnen lockt, wird das Zuhause zum Rückzugsort. Was gibt es da Schöneres, als nach einem Spaziergang gemeinsam mit der Familie an einem neuen, stilvollen Esstisch Platz zu nehmen? **Broocks Wohnen & Garten in Gettorf** bietet eine beeindruckende Auswahl an hochwertigen Tischen für jeden Geschmack.

VOM TISCH ZUR TAFEL

Das flexible Tischsystem von Broocks ermöglicht es, den eigenen individuellen Trautisch zu gestalten. Für nahezu unendliche Gestaltungsmöglichkeiten stehen Massivholzplatten in verschiedenen Holzarten und -farben, über 17 Unterkonstruktionen, elf Kanten- und zehn Plattenformen zur Auswahl. Besonders beliebt sind derzeit die handwerklich perfekt gefertigten Auszugstische, die sich mühelos in großzügige Tafeln verwandeln lassen.



Flexible Tischsysteme ermöglichen es, den eigenen Trautisch zu finden.

KLASSISCHER LANDHAUSSTIL

Auch Liebhaber des klassischen Landhausstils kommen bei Broocks Wohnen & Garten auf ihre Kosten – passend zum Wohnkonzept gibt es hier die geeigneten Tische. „Selbstverständlich finden Sie bei uns auch bequeme Stühle, auf denen Sie lange, gemütliche Abende verbringen können“, freut sich das Broocks-Team darauf, zusammen mit den Kund*innen das perfekte Esszimmer-Ensemble zu finden.

Mehr Informationen unter www.broocks-moebel.de

Foto: Broocks Wohnen & Garten

Schöner Essen



AUSZIEHTISCH RIO

Anpassungsfähig: Rio hat ein leicht zu handhabendes Auszugssystem mit einer oder zwei ausklappbaren Erweiterungsplatten von 1 x 100 cm oder 2 x 60 cm. Grundlängen 160 | 180 | 200 | 220 cm. Metallfuss in schwarz. Erhältlich mit vielen naturbehandelten Holzarten und verschiedenen Untergestellen. **Ab 2.666,-** | wie Abbildung 2.827,- in Eiche 90 x 180-300 cm.

BROOCKS
WOHNEN & GARTEN

Kieler Chaussee 12 | 24214 Gettorf
T 04346 / 7435
www.broocks-moebel.de

Öffnungszeiten

Montag – Freitag 10 – 18.30 Uhr
Samstag 10 – 17 Uhr



Die Haustür-Modelle AMBIENTE von noblesse verleihen dem Eingangsbereich eine unvergleichliche Ausstrahlung. Elegant wirken etwa Intarsien in Gold- oder Bronzeoptik, die in breite Design-Fräsungen eingebettet sind.



Modelle im Wildlife-Design öffnen die Tür zu neuen Welten. Während das Modell Kalahari mit warmen Farben und geschwungenen Mustern afrikanisches Flair verprüht, entfacht ein Glasdruck mit Blätter-Motiv naturnahes Dschungel-Feeling.

ECHTE HINGUCKER

Mit den neuen AMBIENTE Haustür-Modellen von noblesse muss im Eingangsbereich niemand mehr auf 08/15 setzen – ganz im Gegenteil!

Für goldene Eleganz sorgt zum Beispiel die Kombination aus Alu-Haustüren in schlichtem Schwarz oder Weiß mit Intarsien in Goldoptik und stylischen Design-Fräsungen.

Ein echter Architektenliebling sind Haustüren mit 3D-Alu-Design-Profilen, die Geradlinigkeit in Perfektion ausstrahlen. Die Profile können für homogene Gestaltungskonzepte sogar an der Fassade fortgeführt werden. Zudem bietet noblesse Glasflächen, auf denen mittels Lasertechnik durch kleine Punkte mondäne Motive wie zum Beispiel attraktive Bergwelten entstehen.

Auch ein fotorealistischer Glasdruck mit beidseitig sichtbarem Blätter-Motiv ist möglich. Bei beiden Gläsern sorgt eine unsichtbar integrierte LED-Beleuchtung für spannende Effekte. Ein buchstäbliches Highlight bilden leuchtende Edelstahl- oder Schalenriffe – manche sind sogar mit einem Dämmerungssensor ausgestattet.

Mehr unter www.noblesse-epr.de und www.homeplaza.de. (epr)

Fotos: epr/noblesse HAUSTÜREN



THOMSEN-SPÄNE

Ihr Partner für Holzfasermaterialien

Lecker Chaussee 14 | Handewitt | 04608 492 | thomsen-kg.de



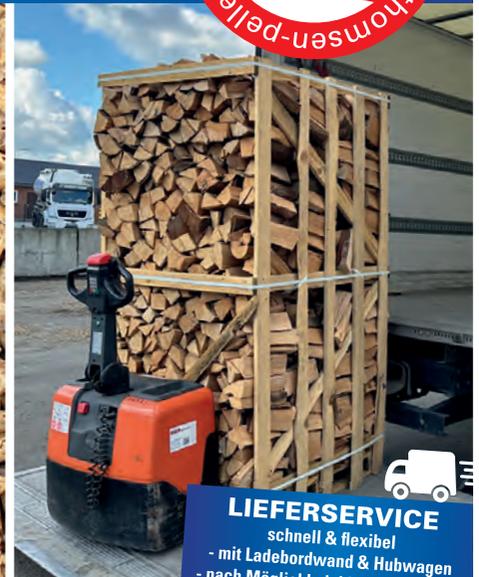
KAMINHOLZ BRIKETT

- Einweg-Holzboxen
- Kaminholz
- Nadelholzklötze
- RUF-Brikett
- Pinikay Eichen Holzbrickett
- Pollmeier Premium Buchenbrickett



HOLZ-PELLETS

- Holzpellets - lose eingeblasen - auf Palette
- ✓ ENplus A1
- ✓ HD- & PEFC Qualität



LIEFERSERVICE

- schnell & flexibel
- mit Ladebordwand & Hubwagen
- nach Möglichkeit bis in die Garage

Besuche unseren **ONLINE-SHOP**

Schnelle & flexible **LIEFERUNG**

Attraktive **ANGEBOTE**

thomsen-pellets.de



*Stilvoller Wetterschutz auf Maß: Glas-Terrassendach TERRAZZA PURE.
Genießen Sie das Draußensein viele Tage länger im Jahr!*

Gönnen Sie sich mehr Wohnkomfort! Mit einem Glas-Terrassendach wird der Übergang zwischen Haus und Garten fließend. Es entsteht ein gut geschützter, lichtdurchfluteter Raum, der zu entspannten, geselligen und genussvollen Stunden einlädt.

Als weinor Top-Partner empfiehlt OPTIMAL Bautechnik das Terrassendach TERRAZZA PURE. Mit seiner klaren, kubischen Form setzt es einen stilvollen Akzent auf Ihrer Terrasse. Dank des innovativen Glasauflagen-Systems mit integrierter Neigung für zuverlässige Entwässerung kommt TERRAZZA PURE ohne die sonst übliche sichtbare Dachneigung aus. Für die individuelle Gestaltung stehen Ihnen mehr als 200 Gestellfarben zur Wahl, sodass die Konstruktion auch optisch harmonisch auf die

vorhandene Architektur abgestimmt werden kann. Für stimmungsvolle Beleuchtung mit einem riesigen Spektrum an Farbtönen sorgen LED-Bänder in den Pfosten und Dachträgern.

Ihre Unabhängigkeitserklärung ans Wetter!

An kühlen Tagen sorgt das optionale Infrarot-Heizsystem für wohlige Wärme – ganz ohne Vorlaufzeit. Dabei ist die Heizung energieeffizient, sicher und umweltfreundlich.

Bei intensiver Sonneneinstrahlung schafft eine unter- oder aufgesetzte Wintergartenmarkise angenehmes Raumklima.

Das Dach TERRAZZA PURE kann sofort oder auch zu einem späteren Zeitpunkt mit festen oder verschiebbaren Ganzglas-Elementen ausgestattet werden. So entsteht ein Kalt-Wintergarten, auch Glasoase® genannt. Bei OPTIMAL Bautechnik erhalten Sie alles aus einer Hand – perfekt aufeinander abgestimmt.

**Aktion nur vom
01.10. – 15.12.2024**

Beim Kauf eines weinor Glas-Terrassendachs gratis mit dazu:
weinor Heizsystem Tempura / Tempura Quadra



statt
z. B.

~~820,-~~ €
Jetzt 0,- €

Jetzt das Glas-Terrassendach TERRAZZA PURE „live“ erleben – in unserer Muster-Ausstellung in Schwentimental!

Optimal Bautechnik GmbH
Preetzer Chaussee 57
24222 Schwentimental
Telefon: 0431 - 137 76
Telefax: 0431 - 140 67
E-Mail: kiel@optimal-bautechnik.de
www.optimal-bautechnik.de

Optimal Bautechnik



Elektro Erichsen GmbH & Co.KG
 Schausender Weg 16
 24960 Glücksburg
 Telefon: 0 46 31 - 966
 www.elektro-erichsen.de

DIENSTLEISTUNGEN FÜR PRIVAT- U. GEWERBEKUNDEN

- Elektroinstallation
- Neu- und Altbau
- Sat-Anlagen
- Beleuchtungsanlagen
- KNX / EIB Systeme
- Hauskommunikation
- EDV Netzwerkverkabelung
- Photovoltaikanlagen
- Reparaturservice
- Notdienst
- Elektro-Groß- und Kleingeräte
- Energieberatung
- E-Check

strom - aber sicher!

MOLZEN

Gewerbe-, Industrie- und Wohnungsbau Umbau- und Reparaturarbeiten

Henning Molzen
 Bauunternehmen GmbH & Co. KG
 Hallenbau Molzen GmbH

Schleswiger Str. 60 • 24986 Satrup
 Tel. 0 46 33 / 95 24 0 • www.molzen.de • info@molzen.de

Friedrichsen
 Schädlingsbekämpfung

• Schädlingsbekämpfung • Holz- u. Bautenschutz
 • Vogelabwehr • Desinfektion

Husum: 04841 / 66 86 32 Schleswig: 04621 / 3 96 93 91
 info@friedrichsen-husum.de Flensburg: 0461 / 49 28 99 79

www.friedrichsen-husum.de

FÖRDESOLAR
 SOLARANLAGEN | INFRAROTHEIZUNGEN

Ihr Partner für Solaranlagen und Infrarotheizungen aus Flensburg.

Starten Sie jetzt mit uns Ihre nachhaltige Zukunft!
 Einfach unverbindlich beraten lassen.

Lust auf eine regionale Energiegemeinschaft? Hier informieren!

Fon: 0461-315 44 888 | Mail: kontakt@foerde-solar.de | www.foerde-solar.de

HAUS, HOF & GARTEN

UNSER BUCHTIPP

RATGEBER HEIZUNG



Steht ein Wechsel der Heizungsanlage an, stellt sich schnell die Frage: Welche Heizung darf überhaupt eingebaut werden? Und welche passt zum Haus? Spätestens bis 2045 müssen alle Heizungen vollständig mit erneuerbaren Energien betrieben werden. Und dank attraktiver Förderprogramme einerseits und der steigenden CO2-Abgabe andererseits zahlt sich der Wechsel oft schnell aus.

Der „Ratgeber Heizung“ der Verbraucherzentrale stellt verschiedene Heizungsarten vor: von der Wärmepumpe über den Anschluss an ein

Wärmenetz, die Pelletheizung oder Solarthermie-Anlage bis zum Blockheizkraftwerk. Er begleitet bei der Planung und Umsetzung des Projekts Heizungsaustausch und liefert die passenden technischen Lösungen hierfür. Das Buch enthält Beispielrechnungen, Checklisten und Tipps. Ein Online-Tool bietet ein interaktives Werkzeug, um die Wirtschaftlichkeit der geplanten Maßnahme abzuschätzen.

Johannes Spruth, „Ratgeber Heizung“, 6. Auflage, Verbraucherzentrale NRW, 240 S., 24 Euro

UNSER BUCHTIPP

ALTBAULIEBE AN DER NORDSEE



Sandra und Tom von @MiMaMeise sind Altbau- und designverliebte Katzenfans und Naturverrückte. In ihrem ersten Buch laden sie in ihre wunderschöne Altbauwohnung ein. Sie geben Einblicke in die Entwicklung der Wohnräume, verraten, wie sie den Charme ihrer Wohnung mit Mut zur Farbe und der Wertschätzung von Historie sanft modernisiert haben, und teilen ihre Lieblingsrezepte und besten DIY-Projekte. Dazwischen präsentiert Hobbyfotograf Tom seine zahlreichen Lieblingsplätze in der Umgebung, die er in großartigen

Bildern festhält. Und auch in Sandras und Toms Zuhause ist die Nähe zum Meer und die Liebe zur Natur einfach überall zu spüren. Beide leben nach 15 Jahren im Hamburger Schanzenviertel seit 2016 an der Nordseeküste in Cuxhaven und lassen dort ihrer Kreativität freien Raum. Auf Instagram teilen sie ihre Leidenschaft für schöne Einrichtung und Naturfotografie.

Sandra Maria Lörch und Tom Oehne, Altbauliebe an der Nordsee, frechverlag, 144 Seiten, 28 Euro

Das rockt: Die Möbelkollektion Vrock von Voglauer kombiniert warme Naturhölzer mit kühlem Stein.

WARM TRIFFT KÜHL „ROCK-STARS“

Bei der Möbelkollektion Vrock treffen die Werkstoffe Holz und Stein aufeinander.



Zu den ausgeklügelten Details gehören optionale Spots, die den kraftvollen Alpengranit zum Leuchten bringen.

Almhütten gehören zu den Alpen wie Leuchttürme zur Küste. Die malerischen Berghütten mit ihrem rustikalen Charme bestehen meist aus Holz und Stein – Werkstoffe, die traditionell in der Region vorkommen und untrennbar mit dem Alpenraum verbunden sind. Kein Wunder also, dass der Massivholzprofi Voglauer aus Abtenau im Salzburger Land für seine Möbelkollektion Vrock auf genau diese Materialien zurückgreift und sorgfältig ausgewählte, warme Naturhölzer mit archaisch kühlem Stein kombiniert.

HIER TRIFFT ALPENGRANIT AUF ALTEICHE

Schwarzgrauer Alpengranit trifft wahlweise auf Alteiche rustiko oder Wildnuss, wobei die schroffe, wassergestrahlte Oberfläche des Steins einen kraftvollen Kontrast zur gebürsteten oder geölten Holzoberfläche bildet.

Die alpin inspirierten, puristisch-modernen Naturholzmöbel für Diele, Ess- und Wohnzimmer sind nicht nur schön, sondern überzeugen auch mit vielfältigen Funktionen. (epr) Mehr unter www.voglauer.com.

Fotos: epr/Voglauer

KNUTZEN
W O H N E N

Hürup

Hauptstraße 57
04634 - 93 830

Kappeln

Mehlbydiek 1
04642 - 91 310

Niebüll

Ostring 4
04661 - 90 200

Husum

Schobüller Str. 52
04841 - 77 69 10

Heide

Hamburger Str. 109
0481 - 68 010

Unsere Öffnungszeiten finden Sie unter www.knutzen.de

50
JAHRE
KNUTZEN
Wir feiern!

JETZT ABER FIX!

Unsere Deals gibt es nur noch bis zum **9. November!**



Hier können Sie unsere Jubiläums-Gutscheine bequem herunterladen.



Helmut Erichsen, 2. Vorsitzender der Oldtimerfreunde Angeln und Bewohner Günther Rath

Da kamen die Oldies in Fahrt

Ein ganz besonderes Ereignis fand kürzlich in der Alloheim Senioren-Residenz „Valentinerhof“ statt. Dort trafen Oldtimer und Oldies aufeinander und hatten ordentlich Spaß.

In Zusammenarbeit mit dem Oldie-Club einer Mitarbeiterin, den „Oldtimerfreunden Angeln“, und dem Oldtimerverein der Feuerwehr Stadt Flensburg stand bei der Aktion „Erinnerungen in Fahrt – Senior*innen und Oldtimer“ alles im Zeichen der Zeit, als die Senior*innen noch jung waren.

ERINNERUNGEN WURDEN WACH

Erinnerungen an längst vergangene Tage wurden lebendig, als zahlreiche Oldtimer-Fahrzeuge aus verschiedenen Epochen auf dem Gelände der Residenz ausgestellt wurden. Die Bewohner*innen hatten die Gelegenheit, die historischen Fahrzeuge zu bewundern und sich mit den stolzen Besitzer*innen auszutauschen. Für viele war es eine Reise zurück in ihre Jugend, als die Klassiker noch das Straßenbild prägten.

MOTORTALK UND FLOTTE MUSIK

Die Veranstaltung bot den Senior*innen eine tolle Gelegenheit, sich über ihre eigenen Erlebnisse auszutauschen. Begleitet wurde das Event von Oldie-Musik, die die Teilnehmer*innen in die 50er- und 60er-Jahre zurückversetzte. Für das leibliche Wohl sorgte die hauseigene Küche mit Bratwürsten, während der mobile Eiswagen die nötige Erfrischung bot.

VOLVO – DAS SCHÖNSTE FAHRZEUG

„Unsere Senior*innen freuten sich schon sehr lange auf dieses Event“, berichtet Sebastian Joseph, Residenzleiter des „Valentinerhofs“ in Flensburg. „Es war eine wunderbare Gelegenheit, in Erinnerungen zu schwelgen, mit Oldtimer-Liebhaber*innen ins Gespräch zu kommen und vielleicht sogar eine kleine Runde zu drehen.“ Als Highlight wurde das schönste Fahrzeug gekürt. „Tatsächlich hat am Ende das Fahrzeug unserer Mitarbeiterin gewonnen, ein schöner schwarzer Volvo“, so Joseph. Auch für jene Bewohner*innen, die nicht mehr so mobil sind, war das Event ein Highlight. Allein das Sehen und Hören der Oldtimer sowie die lebendige Atmosphäre im und am Haus ließen Erinnerungen aufleben.

Die Kombination aus historischen Fahrzeugen, nostalgischer Musik und dem regen Austausch zwischen den Generationen machte diesen Tag zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Beteiligten – für die Bewohner*innen ebenso wie für die Oldie-Fahrer*innen.

Seniorenwohnanlage
„Valentinerhof“ Flensburg
flensburg@alloheim.de



Bewohnerin Elisabeth Böttcher vor dem Siegerfahrzeug



Der wunderschöne „Buckelvolvo“ PV 444 wurde zum Siegerfahrzeug gekürt.



NATÜRLICHE HILFE

Nahrungsergänzungsmittel können dabei helfen, den Körper mit wichtigen Nährstoffen zu versorgen, insbesondere in Zeiten erhöhten Bedarfs.

In unserer modernen Lebensweise ist es nicht immer möglich, alle benötigten Vitamine, Mineralien und Spurenelemente in ausreichender Menge über die Nahrung aufzunehmen. Bei Stress, Krankheit oder intensiver körperlicher Belastung kann der Bedarf erhöht sein und Ergänzungsmittel können dann

eine sinnvolle Unterstützung sein. Auch in der kühleren Jahreszeit, die oft auch mit einer erhöhten Infektanfälligkeit einhergeht, ist eine gute Nährstoffversorgung wichtig. R(h)ein Nutrition bietet qualitativ hochwertige Nahrungsergänzungsmittel für viele verschiedene Bedürfnisse an. Alle Produkte

werden aus besten Rohstoffen ohne unnötige Inhalts- oder Zusatzstoffe hergestellt. Wählen Sie aus dem breiten Sortiment genau die Stoffe, die Sie zur Unterstützung Ihrer Gesundheit brauchen.

www.rheinnutrition.de

Fotos: Rhein Nutrition (4) / Adobe Stock (1)

Einladung zum Gratis-Hörtest.

Gemeinsam für mehr Hörgesundheit – Experten empfehlen, ein Mal pro Jahr das Gehör überprüfen zu lassen.

Kommen Sie jetzt zum kostenlosen und unverbindlichen Hörtest mit Ergebnis in nur 15 Minuten.

Julia Heiß
Hörakustikmeisterin bei
OHRWERK Hörgeräte



Wir freuen uns auf Ihre Terminvereinbarung bei:

OHRWERK Hörgeräte GmbH, Stadtweg 59,
24837 Schleswig, Telefon: (0 46 21) 9 77 99 30

DAS BESTE HÖREN

www.ohrwerk-hoergeraete.de

OHRWERK 
HÖRGERÄTE

Akupunktur und moderne Intimbehandlung

Tradition trifft Innovation in der Gynäkologie

Im Gynaekologikum Flensburg treffen altbewährte Heilmethoden auf modernste medizinische Technik.

Ein Schwerpunkt liegt auf der Anwendung der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zur Unterstützung der weiblichen Gesundheit.

Insbesondere die Akupunktur dient dem Flensburger Team bei einer Vielzahl von Beschwerden. Gleichzeitig bietet das Zentrum eine innovative, schmerz- und hormonfreie Lasertherapie zur Verbesserung des Intimwohlbefindens. Diese beiden Ansätze – TCM und moderne Technologien – vereinen sich in einem Behandlungsangebot, das auf die individuellen Bedürfnisse von Frauen eingeht.



Ob bei Wechseljahresbeschwerden oder Regelschmerzen – das Team des Gynaekologiums Flensburg kann helfen.

AKUPUNKTUR IN DER FRAUENHEILKUNDE

Seit Jahrhunderten spielt die TCM in China eine zentrale Rolle bei der Behandlung von Frauenbeschwerden und ist heute auch in der westlichen Medizin etabliert. Durch das gezielte Setzen von Nadeln werden Energieflüsse stimuliert und das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist wiederhergestellt.

Diese Behandlungsmethode hilft Frauen bei einer Vielzahl von Beschwerden, darunter Wechseljahresbeschwerden, Regelschmerzen, Prämenstruelles Syndrom, Schlafstörungen oder bei Kinderwunsch sowie bei Schwangerschaftsbeschwerden und zur Geburtserleichterung.

„Wir nehmen uns Zeit für eine ausführliche Anamnese, um eine individuelle Therapie zu erstellen“, erklärt das Team des Gynaekologikum Flensburg. Die Akupunkturbehandlungen dauern ca. 20 bis 30 Minuten und verlaufen weitgehend ohne Nebenwirkungen.

MODERNSTE BEHANDLUNG MIT DEM CO2RE® INTIMA LASER

Während die Akupunktur auf traditionellen Heilmethoden beruht, geht die Praxis auch mit innovativen Technologien auf intime Gesundheitsprobleme ein. Besonders für Frauen, die unter vaginaler Trockenheit oder einem Spannungsverlust der Vaginalmuskulatur leiden, bietet der CO2RE® Intima Laser eine effektive Lösung. Die Behandlung dauert nur etwa 10 Minuten und wirkt durch gezielte Laserimpulse, die die Regeneration des Gewebes fördern und die Feuchtigkeitsproduktion steigern.

Besonders für Frauen in den Wechseljahren oder nach einer natürlichen Geburt kann diese sanfte Methode eine deutliche Verbesserung des Wohlbefindens bewirken.

Ob traditionelle Akupunktur oder moderne Lasertherapie – das Gynaekologikum Flensburg bietet ein ganzheitliches und individuelles Konzept, das die Bedürfnisse jeder Patientin in den Mittelpunkt stellt.

„Vereinbaren Sie direkt einen Termin bei uns. Wir beraten Sie gerne“, freut sich das Team auf interessierte Kundinnen.



- Sanfte Laserbehandlung zur **Regeneration des Scheidengewebes**
- Stellt die **Elastizität des Gewebes mit Kollagen** wieder her
- Reduziert Störungen im Genitalbereich wie **Jucken, Trockenheit u. leichte Inkontinenz**
- Nur **drei ambulante Behandlungen** erforderlich, Besserung meist schon nach erster Anwendung

Partnerschaftsgesellschaft Dr. med. Callsen •
Dr. med. Puhmann • Dr. med. Lehmann-Petersen
Gynaekologikum
Flensburg • Privatärztliche Gemeinschaft

Medicum im CITTI-Park • Telefon 0461 - 90 415 444
www.gynaekologikum-flensburg.de

Gynaekologikum Flensburg,
Flensburg
Tel.: 0461 / 90 41 54 44
www.gynaekologikum-flensburg.de

Set Kissennebel –
entspannend und
beruhigend



SWEET DREAMS

Die luxuriösen Kissensprays von Kinfill entspannen Körper und Geist und sorgen so für erholsamen Schlaf.



Die Kissensprays verbessern den Schlaf, indem sie eine beruhigende und angenehme Atmosphäre schaffen. Mit natürlichen Inhaltsstoffen sorgen sie nicht nur für einen angenehmen Duft, sondern haben auch eine entspannende Wirkung auf Körper und Geist. Kinfill setzt dabei auf Nachhaltigkeit:

Die Sprays werden in stilvollen, nachfüllbaren Glasflaschen geliefert, was den Plastikverbrauch reduziert und umweltfreundlich ist. Durch das Aufsprühen auf Kissen, Bettwäsche oder auch in den Raum entfaltet sich der Duft sanft und sorgt für eine wohltuende Atmosphäre, die das Einschlafen erleichtert und den Schlaf vertieft.

Ideal für Menschen, die eine natürliche Alternative zu synthetischen Raumdüften suchen und gleichzeitig Wert auf Nachhaltigkeit legen.

www.kinfill.com

Fotos: Kinfill (3)

Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf gegen Herzkrankheiten.

Helfen Sie mit
www.herzstiftung.de/spenden



HEUCHERT SANITÄR

Alles aus einer Hand!



Der Partner für Ihr neues barrierefreies Bad!!!

Glücksburg / Flensburg
Tel. 0 46 31 / 86 12 • Mobil: 01 70 / 2 33 92 84



NEPAL © VISUM / Panos Pictures / Brian Sokol

LEBEN RETTEN ÜBER DAS EIGENE LEBEN HINAUS

UNTERSTÜTZEN SIE ÄRZTE OHNE GRENZEN MIT IHREM TESTAMENT. Mehr Informationen finden Sie in unserer Broschüre „Ein Vermächtnis für das Leben“:



www.aerzte-ohne-grenzen.de/testamentsspende

Ansprechpartnerinnen:
Sinah Scheffler und Katharina Nägler
Telefon: 030 700 130-145
Mail: testament@berlin.msf.org



EIN GEFÜHL VON GEBORGENHEIT

Willkommen im Valentinerhof

Die Alloheim Senioren-Residenz Valentinerhof in Flensburg vereint liebevolle Betreuung mit professioneller Pflege in familiärer Atmosphäre. Lernen Sie ein engagiertes Team kennen, das täglich für das Wohlbefinden seiner Bewohnerinnen und Bewohner sorgt.

LEITUNG & VERWALTUNG:



Jördis Kühn und Maike Franzen-Güthlein sorgen für einen reibungslosen Ablauf

DIE GUTEN SEELEN DES HAUSES

Frau Jördis Kühn und Frau Maike Franzen-Güthlein sorgen im Valentinerhof dafür, dass alles rund läuft. Neben administrativen Aufgaben stehen sie als Verwaltungsmitarbeiterinnen oft im direkten Kontakt mit Angehörigen und sind die ersten Ansprechpartnerinnen für Fragen zu Pflegekassen oder behördlichen Anliegen



Thomas Broschinski arbeitet seit unglaublichen 47 Jahren im Haus

PFLEGE:



Benjamin Gehl koordiniert die fünf Bereichsleiter der Alloheim Senioren-Residenzen

INDIVIDUELLE BETREUUNG MIT NEUEM SPIRIT

Herr Benjamin Gehl, der Pflegedienstleiter, koordiniert die Pflege im Haus mit einem dynamischen Team. Die fünf neuen Wohnbereichsleiter haben frischen Wind in den Valentinerhof gebracht, was sowohl bei den Bewohner*innen als auch bei den Mitarbeiter*innen positiv ankommt. Herr Stefan Blankenstein, seit 25 Jahren im Dienst, und Frau Daniela Schäfer sind maßgebliche Ansprechpartner*innen in der Pflege und bringen langjährige Erfahrung mit.



Johanna Asmussen-Jammermann führt das Team Sozialer Dienst

SOZIALER DIENST:



Kreative Köpfe: Viktorija Kostova, Jusra Kareem und Franziska Neels (v. l.)

KREATIVITÄT UND ENGAGEMENT

Unter Johanna Asmussen-Jammermanns Leitung organisiert der soziale Dienst vielseitige Aktivitäten, die durch Kreativität und frische Ideen überzeugen. Ob therapeutische Betreuung oder Veranstaltungen – das Team rund um Viktorija Kostova, Jusra Kareem und Franziska Neels ist stets darum bemüht, das Leben der Senioren lebendig zu gestalten.



Inge Mordhorst kümmert sich als stellvertretende Küchenleitung um das leibliche Wohl der Bewohnerinnen und Bewohner

DIE KÜCHE:

GENUSS AUS REGIONALEN ZUTATEN

Frau Inge Mordhorst und ihr Team beweisen täglich, dass Seniorenverpflegung alles andere als eintönig sein muss. Die enge Zusammenarbeit mit regionalen Lieferanten garantiert frische und gesunde Mahlzeiten, die den Essenswünschen der Senioren gerecht werden. Auch auf süße Leckereien, die täglich frisch gebacken werden, muss nicht verzichtet werden.

SAUBERKEIT MIT HERZ

Yvonne Ertelt und ihr Team kümmern sich mit Hingabe um die Reinigung im Valentinerhof. Mit umweltfreundlichen Mitteln sorgen sie für eine saubere und hygienische Umgebung, die den hohen Standards entspricht und zur Sicherheit aller beiträgt.

HAUSTECHNIK: DIE STILLE KRAFT IM HINTERGRUND

Michael Johannsen und Otto Bartz sind die wahren Helden hinter den Kulissen, die sicherstellen, dass der Betrieb des Hauses reibungslos läuft. Ob Reparaturen oder Unterstützung bei Veranstaltungen – die beiden sind stets zur Stelle und geben dem Haus eine verlässliche Grundlage.

Der Valentinerhof ist mehr als nur eine Residenz; er ist ein Zuhause, das durch das Engagement und die Hingabe seines Teams zum Leben erweckt wird. Sie sind herzlich eingeladen, die liebevolle Atmosphäre selbst zu erleben.

HAUSWIRTSCHAFT & REINIGUNG:

Für Ann-Kathrin Mommsen, Marie Broselge und Karolina Kaliciak (v. l.) steht die Sauberkeit an höchster Stelle



Yvonne Ertelt verkörpert die „Mutti des Teams“



ALLOHEIM SENIENEN-RESIDENZEN
 SENIENENWOHNANLAGE VALENTINERHOF
 VALENTINERHOF 2 • 24941 FLENSBURG
 TEL.: 0461/902 66 10 • MOBIL: 0157/80 60 97 49

TRAUER IST KEINE KRANKHEIT

Wenn Kinder einen nahestehenden Menschen verlieren, bricht für sie die Welt zusammen. Der Schmerz über den Verlust und die Sehnsucht nach dem Vertrauten sind überwältigend. Der Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V. begleitet diese Kinder durch die dunkelste Zeit ihres Lebens.

Wenn Mutter, Vater oder ein anderer geliebter Mensch stirbt, stürzen Kinder und Jugendliche in eine seelische Krise. Oft fühlen sie sich allein und missverstanden, übernehmen Rollen, die sie überfordern. Sie wollen stark sein und ihre eigene Trauer verstecken, um niemanden weiter zu belasten. Viele haben das Gefühl, mit ihren Emotionen allein zu sein und ziehen sich zurück. Auch die Angehörigen sind mit der Situation oft überfordert, da sie selbst in ihrer Trauer gefangen sind.

GEBORGEN IN TRAUERGRUPPEN

„Bei uns finden Kinder und Jugendliche den Raum, den sie brauchen, um ihre Trauer zu verarbeiten. In den Trauergruppen am Standort Kiel erleben sie, dass sie mit ihren Gefühlen nicht allein sind“, erläutert Caroline Krüger, verantwortlich für Fundraising, Veranstaltungsplanung und Öffentlichkeitsarbeit im Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V. „Die Gruppen werden von engagierten Ehrenamtlichen begleitet. Auch eine pädagogische Fachkraft ist vor Ort. Und während die Kinder sich austauschen, finden auch die Angehörigen der Kinder in separaten Gesprächsrunden Unterstützung.“

RUNDES JUBILÄUM

Im August 2004, also vor 20 Jahren, wurde der Verein gegründet. Seitdem hat er zahlreiche Kinder und Jugendliche begleitet. „Unsere Türen stehen für alle offen. Wir begegnen den Kindern und ihren Familien mit Achtsamkeit und Respekt, unabhängig von ihrem Hintergrund“, betont Caroline Krüger.



Im Trauerfall brauchen Kinder den Raum, um ihre Trauer zu verarbeiten.



BERATUNGSGESPRÄCHE

Der Verein bietet außerdem Beratungsgespräche für betroffene Familien, Schulen und pädagogische Einrichtungen an – nicht nur in akuten Trauerfällen, sondern auch präventiv. Das Angebot gilt für ganz Schleswig-Holstein. „Wir wollen diesen jungen Menschen helfen, ihren Weg durch die Trauer zu finden“, sagt Caroline Krüger. „Dabei ist es uns wichtig, das Verständnis in der Gesellschaft zu fördern. Kinder, die einen Elternteil oder ein Geschwisterkind verloren haben, werden oft ausgegrenzt, weil sie als ‚anders‘ wahrgenommen werden“, weiß sie aus Erfahrung. „Unser Ziel ist die Enttabuisierung von Sterben, Tod und Trauer. Nur so kann die Einsamkeit, in der sich viele trauernde Kinder

und Jugendliche gefangen sehen, überwunden werden.“ Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V. setzt sich dafür ein, das Umfeld der trauernden Kinder zu informieren und zu unterstützen. „Wir möchten das Bewusstsein in der Gesellschaft dafür schärfen, wie wichtig es ist, sensibel mit trauernden jungen Menschen umzugehen“, betont Caroline Krüger.

MIT EINER SPENDE UNTERSTÜTZEN

Wer den Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V. unterstützen möchte, kann dies mit einer Spende auf das Konto DE 71 2105 0170 1400 0610 89, Förde Sparkasse, tun. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.trauernde-kinder-sh.de.



EIN LICHT FÜR UNSERE LIEBEN

Grablampen haben in einem sich verändernden kulturellen und technologischen Umfeld immer ihren Platz behalten und sogar noch an Bedeutung gewonnen.

Grablampen, auch als Seelenlichter bekannt, sind tief in vielen Kulturen verwurzelt. Sie stehen symbolisch für das ewige Leben und die Erinnerung an Verstorbene. Ursprünglich aus Materialien wie Ton, Glas oder Metall gefertigt und mit Kerzen oder Öllichtern betrieben, wurden diese Lichter als Ausdruck von Trauer und Hoffnung entzündet, um die Seele der Verstorbenen zu ehren und auf ihrer Reise zu begleiten.

WANDEL IN DESIGN UND TECHNIK

Heutzutage sind sie beliebter denn je, erleben aber einen Wandel in Design und Technik. Moderne Varianten aus Edelstahl, Bronze oder Glas wirken stilvoller und passen sich mit minimalistischen Formen der Friedhofsland-

schaft an. Technologische Innovationen wie batteriebetriebene und solarbetriebene Lampen erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Besonders Solarleuchten sind praktisch – sie laden sich tagsüber auf und leuchten in der Nacht, was den Aufwand der Pflege deutlich reduziert.

DIE EMOTIONALE BEDEUTUNG BLEIBT

Trotz dieser Veränderungen bleibt die emotionale und symbolische Bedeutung von Grablampen unverändert. Sie sind nach wie vor ein wichtiges Ritual für Angehörige, um die Verbindung zu ihren Liebsten aufrechtzuerhalten. Das Licht spendet Trost und steht für die fortdauernde Erinnerung. Da ist es egal, ob es eine traditionelle

Kerze oder ein LED-Licht ist. An Gedenktagen wie Allerheiligen oder Totensonntag schaffen die vielen leuchtenden Lampen ein eindrucksvolles Bild der kollektiven Trauer und des gemeinsamen Gedenkens.

NACHHALTIGKEIT

Auch der Trend zu Nachhaltigkeit beeinflusst die Entwicklung von Grablampen. Umweltfreundliche Materialien und energiesparende Technologien wie LED-Lampen und Solarmodule sorgen dafür, dass diese Symbole nicht nur schön, sondern auch zukunftsfähig sind. So verbinden moderne Grablampen-Tradition mit Innovation und bleiben ein wichtiger Bestandteil der Trauer- und Erinnerungskultur.

Fotos: Adobe Stock (1)

unter allen wipfeln ist ruh.
Waldbestattung im RuheForst® Flensburger Förde / Glücksburg.

Informationen unter:

Telefon: (04631) 40 91 39 2

E-Mail: info.ruheforst-gluecksburg@forst-sh.de

Internet: www.ruheforst-gluecksburg.de



RuheForst. Ruhe finden.

Ein wertvolles Leben verdient
einen bewussten Abschied.

FW

Bestattungsinstitut
FRIEDRICH WARNEKE

BAHNHOFSTRASSE 11- GLÜCKSBURG - TEL: 04631-40 95 10



Bestattungsvorsorge.

**Mein letztes Drehbuch
schreibe ich selbst.**

**Friedrich
Berg**
Bestattungen
Abschied gestalten

Mathildenstraße 35
24937 Flensburg
Tel. 0461 141110

Süderstraße 80
24955 Harrislee
Tel. 0461 700370



**Wir sollten häufiger
über den Tod sprechen!**

*Damit wir unsere
letzten Wünsche kennen.*

 **Günter Fries**
BESTATTUNGSINSTITUT

Grüner Winkel 4, 24972 Steinbergkirche · Telefon 04632-84220
www.bestatter-fries.sh

sven höch
GRABDENKMÄLER

*Die Erinnerungen an einen Verstorbenen,
sind in unseren Gedanken.
Setzen Sie ein Zeichen mit einem schönen Grabmal.
Wir nehmen uns die Zeit, die Sie brauchen,
um Ihre Wünsche zu erfüllen.*

Richard-Wagner Straße 60
24943 Flensburg-Adelby
Tel. 0461 - 6 16 14 · s-hoeh@t-online.de
www.svenhoech.de

TRAUER



ERINNERUNG, DIE BLEIBT

*Erinnerungsschmuck hat eine lange Tradition
und dient als sichtbarer Ausdruck von Trauer
und Erinnerung an geliebte Menschen.*

Bereits im viktorianischen Zeitalter trugen Hinterbliebene Medaillons, die Haare oder Bilder der Verstorbenen enthielten. Auch heute ist Erinnerungs- oder auch Trauerschmuck ein Weg, um die emotionale Verbindung zu den Verstorbenen aufrechtzuerhalten.

FINGERABDRUCK IN GOLD

In den letzten Jahren erfährt der Erinnerungsschmuck eine Weiterentwicklung. Heute wird zum Beispiel der Fingerabdruck des Verstorbenen in das Schmuckstück eingearbeitet. Dabei wird der individuelle Abdruck in Anhänger, Ringe oder Armreifen graviert oder als Relief gegossen. Dies verleiht dem Schmuck eine ganz besondere Einzigartigkeit.

EHERINGE UMARBEITEN

Gerne wird auch der Ehering nach dem Verlust der Eltern oder des Partners bzw. der Partnerin in Erinnerungsschmuck umgearbeitet. Viele Hinterbliebene lassen den Trauring durch das Hinzufügen von Gravuren oder Edelsteinen zu einem einzigartigen Erinnerungsstück gestalten. So bleibt der Ehering nicht nur ein Symbol für die Liebe, sondern wird zu einem bleibenden Zeichen der Verbundenheit, das über den Tod hinausgeht. Für viele ist dies ein tröstlicher Weg, um den bzw. die verstorbene*n Partner*in auch weiterhin symbolisch nah bei sich zu tragen.

Ob als diskretes Andenken oder sichtbares Zeichen der Trauer – Erinnerungsschmuck hilft, den Verlust zu verarbeiten und die Erinnerung an einen geliebten Menschen lebendig zu halten.

DEN ABSCHIED SELBER PLANEN

Wie wir uns unseren Abschied und unsere Beisetzung wünschen, ist eine sehr persönliche Angelegenheit, die wir rechtzeitig regeln sollten. In diesem Zusammenhang informiert das Stryi-Team aus Flensburg am 21. November auch über die Vorsorgevollmacht.



**INFO-
VERANSTALTUNG**
21. November 15 Uhr
im Gemeindezentrum
Frøerlundhof 1

Solange wir geistig fit sind, machen wir uns in der Regel wenig Gedanken, wie es wäre, wenn wir nicht mehr selbst alle Entscheidungen treffen können. Aber dieser Fall kann schneller eintreffen als uns lieb ist.

ANGEHÖRIGE ENTLASTEN

Wie ein Blick in die Statistik zeigt: Aktuell sind etwa zwei Millionen Menschen in Deutschland an Demenz erkrankt, jedes Jahr kommen mehr als 400.000 Menschen dazu. Dann sind Unterla-

gen wie eine Vorsorgevollmacht, eine Patientenverfügung und eine Bestattungsvorsorge sehr wichtig, um die eigenen Wünsche durchzusetzen und die Angehörigen von schwierigen Entscheidungen zu entlasten.

UNTERSTÜTZUNG ANNEHMEN

Das Team von Stryi Bestattungen nimmt Sie bei der Hand und kann Ihnen viele wichtige Tipps rund um einen individuellen, selbstbestimmten Abschied geben, aber auch

zu den genannten Unterlagen. Die kostenfreie Info-Veranstaltung am Donnerstag, 21. November, ist eine gute Gelegenheit dafür. Oder Sie rufen einfach unter Tel.: 0461 / 31 44 499 an und vereinbaren einen unverbindlichen Beratungstermin. Gerne auch per Mail an info@stryi.de.

Stryi Bestattungen
Mürwiker Straße 132, Flensburg
www.stryi.de

ABSCHIED GESTALTEN MIT LIEBE ZUM DETAIL

*In den schweren Momenten des Abschieds steht **Bestattungen Hansen** Ihnen helfend zur Seite. Auch Trauerreden werden individuell im Haus verfasst.*



Als Bestatterin und Trauerrednerin ist Meike Marquardt eine einfühlsame Begleiterin im Trauerfall und unterstützt Kund*innen bei der Planung und Umsetzung von Trauerfeiern. Ihre Reden verfasst sie für die Hinterbliebenen individuell und persönlich. Mal wird es durch die Geschichten traurig, aber auch der ein oder andere Lacher ist erlaubt, wenn über das Leben mit all seinen Höhen und Tiefen erzählt wird.

Die Trauerfeiern finden oftmals in dem Bestattungshaus Hansen in Wanderup statt. Aber auch bei den Angehörigen vor Ort oder auf dem Friedhof direkt am Grab bietet Frau Marquardt ihre Unterstützung an und begleitet Sie sogar zur See, um eine würdevolle Verabschiedung zu ermöglichen. Der Ruheforst bietet ebenfalls einen besonderen Rahmen für eine stimmungsvolle Abschiedsfeier. Hinterbliebene haben so die Freiheit, den Abschied ganz nach ihren persönlichen Vorstellungen zu gestalten. Mehr Infos unter www.bestattungshaus-hansen.de.

TREE OF LIFE - BAUMBESTATTUNGEN

Letzte Ruhestätte im eigenen Garten ermöglichen



*Bestattungen
Hansen*

Inh. Stefan Marquardt, Bestattermeister
bestattungshaus-hansen.de

Wanderup
04606-9657853
Langenhorn/Bredstedt
04671-9337616
Sillerup/Großenwiehe
04604-389



BIRGITT JÜRS

De Leev to de plattdütsche Spraak hett Birgitt Jürs vun eern Grotvader mitkreegen. Siet över 25 Johren schrifft de Niemünsteranerin „Riemels, Leeder un Vertellen“, weer 15 Johr as free Mitarbeiderin bi den „Holsteinischen Courier“ un giffet eer Wark geern bi Lesungen to’n Besten. Siet 2007 bringt se de leevswerten Eegenschaften vun de Norddütschen in eer monatliche Kolumne in de „Lebensart“ to Papeer – jümmer ut den heiter-ironischen Blickwinkel un mit fi enet Gefühl för Land, Lüüd un Wöör.

FRU JÜRS VERTELLT

JOHRESTIEDEN- SCHNACK

Dat geiht op Meddag to un Chrischan Möller sett sick op de Rentnerbank. He mutt mol eben een Paus maaken bi de Goornarbeit. Duert nich lang, dor kümmt Guschi Sievers dorto. „Segg mol, hest du dat ok leest, dat een Trupp vun Weetenschaftler rut-finnen wüllt, wat de Lüüd in de ünnerscheidlichen Länner sick ünnerscheidlich ünnerhoolt? Se nööm dat Johrestiedenschnack. Weest du wat dat to bedüüden hett?“ „Nee“, seggt Chrischan dröög, „kiek, dor kümmt Arthur. He driggt ok de Goornklamotten – also ole Manchesterbüx un de Jack, de vör fiefontwintig Johren mol modern weer.“ „Wat smuster-grient ji beiden?“, fragt Arthur. „Sünd ji mit den Goorn al trech? Allens klor för den Winter?“ De beiden Mannslüüd nicköppt un bericht, dat de Rotkohl in den Keller liggt, de Rosenkohl noch Frost kriegen schall un dat Land för de Fröh-johrsbestellung al umgragt is. „Ick heff sogor de Tulpenzibbeln in de Eer!“, vertellt Guschi. „Dat is för miene Mathilde elk een Fröhjohr dat Schönste in den Goorn.“ Denn seggt de drie

erstmal een Tied lang nix. Se kennt sick al lang. Dor brukt dat nich mehr so veel Wöör.

GOODET GEFÖHL

Arthur süftz: „Hebbt ji ok al den Karkhoff trech?“ Dor mutt Chrischan smustern. „Gertrud is al dorbi, de Priesen to verglieken. Elk een Johr löppt se rüm un kiekt, wat de Kränze un Gestecke för dat Graff in de Bloomenladens kost. Denn krigg ick Anwiesung, wat för Gröntüg un wat för een Dekoratschon dütt Johr in Mode is.“ Guschi un Arthur kiekt sick fragend an. „Wuso kriggst du Anwiesung, wenn se den Kranz oder dat Gesteck doch in den Laden köfft?“ Man Chrischan hört gor nich richtig to. He vertellt jümmer wieder: „Dütt Johr brukt se Nordmannsdann, tomindest twee degde Twiegen. Dor baabenop kaamt twee bit drie lütterere Twiegen vun den Wacholder un ok vun den Lebensboom. Dat Ganze ward mit Bloomendraht tosaamenbunnen. In de Warksteed hett se mi grote un lütte Dannen- un Kieferntappen hinleggt. De schall ick mit witte Farv annalen. Dormit dekoreert Gertrud denn

woll dat Gesteck so, as dat dütt Johr ansegg is.“ De beiden Mannslüüd nicköppt. Se künnst sick woll vörstellen, woans de Naversch dat Gröntüg to een ansehnlichet Gesteck trechmaakt. Man se hebbt jümmer noch nich verstahn, worüm Gertrud sick ok na de Priesen erkunnigt. „Tja“, lacht Chrischan, „se nümmt denn dat düerste Angebot as Bispill dorför, wat wi allens spoort, wiel se dat Gesteck doch jümmer sülden maakt. Denn gaht wi beiden mit so’n richtig goodet Gefühl op den Karkhoff.“ Op eenmol tippt Guschi sick mit den Wiesfinger an den Kopp. „Nu weet ick, wat een Johrestieden-Klönnsnack is. Üm düsse Tied ünnerhoolt wi uns doch jümmer över de sülbigen Saaken, is eben November. – So, nu mutt ick aber tosehen, dat ick ut de Goornklamotten rut kaam, anners dörf ick bi Mathilde nich an den Meddagdisch.“

UNSER BUCHTIPP

BESONDERE
RUHESTÄTTEN



Friedhöfe sind besondere Orte mit einer ganz eigenen Aura. Parkfriedhöfe beispielsweise sind Plätze, die viele Menschen mit ihrem reichen Baumbestand anziehen – wie der Ohlsdorfer Friedhof in Hamburg. Dazu lockt der Besuch der Grabstätten berühmter Persönlichkeiten. Aber es gibt auch ganz andere Formen von Bestattungsorten, wie das Buch „Die faszinierendsten Friedhöfe der Welt“ auf eindrucksvolle Weise zeigt. Es ist eine bildreiche, überaus interessante Reise von Kontinent zu Kontinent, die eine atemberaubende

Vielfalt an ganz unterschiedlichen Grabstätten und Bestattungsriten samt einigen Kuriositäten bietet sowie ein betörendes Panorama der letzten Ruhe präsentiert.

Rita Henss: Die faszinierendsten Friedhöfe der Welt
Kunth Verlag, 304 S., 32,95 Euro



BLUMEN FÜR JEDEN ANLASS

Neben individueller Floristik für Hochzeits-, Braut- und Trauergestecke bietet **Floral Art** professionelle Garten- und Landschaftspflege an. Egal, ob es sich um geschäftliche oder private, große oder kleine Anlässe handelt, an den beiden Standorten in Flensburg und Tarp finden Kund*innen die perfekte florale Begleitung. In diesem Monat stehen die Feiertage Allerheiligen und Totensonntag an. Passend dazu stellt das Team von Floral Art handgefertigte Blumenarrangements und Gestecke zusammen, die eine warme und liebevolle Atmosphäre versprühen, um an diejenigen zu gedenken, die nicht mehr unter uns sind. Die freundlichen Mitarbeitenden stehen Ihnen außerdem bei der Gartenpflege im Herbst mit Rat und Tat zur Seite und geben Tipps, was bei der Vorbereitung auf den Winter zu beachten ist. Mehr Infos unter www.floral-art-tarp.de.

Fotos: Floral Art (1)

Mit der Harley bis zum Grab? Kein Problem.
Ihre Bestattung – ganz individuell.

www.bestattungen-schleswig.de

BESTATTUNGEN BECK	Bismarckstr. 21 24837 Schleswig 0 46 21 - 2 56 44	BESTATTUNGEN Willy Jochims	Friedrichstr. 54 24837 Schleswig 0 46 21 - 3 27 39
-----------------------------	---	--------------------------------------	--

MIT DEN LETZTEN WÜNSCHEN
AM ZIEL ANKOMMEN.
Bestattungsvorsorge.

Bestattungen Timm

eggebek **04609/363**
Tarp **04638/213 53 63**

www.bestattungen-timm.de

Floral ART
Hochwertige Floristik für jeden Anlass

- Kreative Floristik**
Hochzeitsfloristik, Trauerfloristik, Geburtstage & Jubiläen, uvm.
- Individuelle Raumbegrünung**
Business jeglicher Art, Pflanzen, Sträuße & Co. Mitarbeiter- und Kundengeschenke
- Garten- und Landschaftspflege**
Für Privatpersonen, Für Businesskunden Ferienwohnungen

Floral ART e.K
Inhaber: Dennis Dieck

Flensburg, Am Friedenshügel 22 | Tarp, Stapelholmer Weg 18
0461 88 99 81 50 | 04638 227 90 99
info@floral-art-flensburg.de | info@floral-art-tarp.de

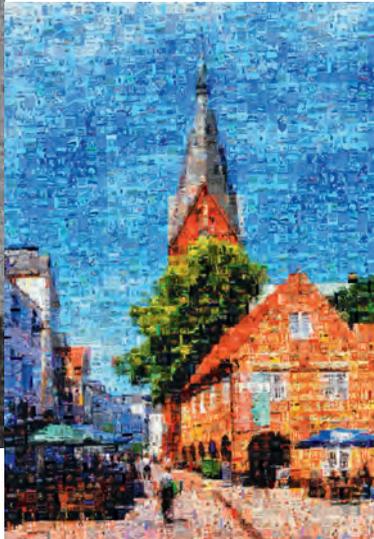
AUSSTELLUNGEN

IM NOVEMBER 2024



Iliya Zhelev – David Bowie in black and white

Iliya Zhelev – Flensburg



EIN INTERNATIONAL GEFRAGTER MANN

Die **Galerie „Bilder im Hof“** in der Roten Str. 16 in Flensburg präsentiert bis zum 23. November die Ausstellung „Von Flensburg bis New York“ mit Bildern des zur ersten Garde zeitgenössischer Künstler zählenden Iliya Zhelev.

Die Malerei von Iliya Zhelev nimmt in der aktuellen Kunstszene eine interessante, weil ungewöhnliche Position ein, denn sie bewegt sich zwischen Gegenständlichkeit und Abstraktion, folkloristischer Verwurzelung und ungebundener Weltläufigkeit. Seine Gemälde sind von einer blühenden Farbigkeit geprägt. In ihnen erzählt er Geschichten über das Leben und stellt dem Betrachter fantasievolle Bilder vor Augen, voll von Heiterkeit und menschlicher Wärme. Wenn man in ein Kaleidoskop blickt, eröffnet

sich ein Farbraum aus magisch wirkenden Formen. Diese Wirkung geht, verbunden mit rätselhaft-märchenhaftem Charakter, von vielen Werken des Künstlers aus. Die Betrachter*innen geraten in den Sog einer malerischen Welt, die mit kleinteiligen Elementen ein eigenes, unabhängiges Universum der Kunst erschaffen. Die Ausstellung ist dienstags bis freitags jeweils von 10 bis 18 Uhr sowie samstags von 10 bis 16 Uhr zu sehen. Unter www.bilder-im-hof.de sind weitere Informationen verfügbar.

BESONDERER LESETIPP

EIN ENTDECKER



Vittorio Bottego (1860–1897) war nicht nur ein italienischer Soldat im Offiziersrang, sondern zugleich auch ein begeisterter und zugleich skrupelloser Entdecker. Auf zwei Reisen ging er, um für Italien ein Stückchen vom afrikanischen Kolonialkuchen abzuschneiden. Beide Reisen, die erste 1892/93, die zweite 1895/97, führten Bottego ins nordöstliche Afrika nach Somalia, Äthiopien und Eritrea. Von der zweiten Expedition kehrte Bottego nicht zurück, sondern wurde erschossen. Gianfranco Calligaris erzählt in seinem brillanten Roman „Wie ein wilder Gott“ die spannende Lebensgeschichte von Vittorio Bottego. Dabei gelingt es ihm, die Welt vor gut 130 Jahren vor unseren Augen wieder aufleben und uns so an dieser Zeit und Bottegos Schicksal teilhaben zu lassen.

Gianfranco Calligaris:
Wie ein wilder Gott
Paul Zsolnay Verlag, 206 S., 24 Euro



Gustav Mennicke – Friesin

EIN EIGENER künstlerischer Weg

Das **Nordfriesland Museum. Nissenhaus** präsentiert bis zum 26. Januar 2025 die Sonderausstellung „Gustav Mennicke (1899–1988) – Immer wieder selbst“.

Gustav Mennicke war ein Maler, der impulsiv und intuitiv mit den Farben und Formen arbeitete. Immer wieder sind es bestimmte Themen, die ihn faszinierten und die er in Öl, Aquarell, als Druckgrafik oder Zeichnung umsetzte. Wiederholungen, Variationen und Weiterentwicklungen lösen die Darstellungen im Laufe des Schaffens aus dem linearen System. Aufgelöste Flächen lassen wolkige, ineinandergreifende Strukturen entstehen. Mennicke berief sich auf das Naturbild, sodass die Farbe das Motiv emotional kraftvoll gestaltet. Es ist eine künstlerisch stilistische Eigenständigkeit, die Mennicke auszeichnet.

Nach der Ausbildung in Bielefeld, Dresden und Berlin entzog sich Mennicke mit der selbstgewählten Isolation dem Kunstbetrieb der nationalsozialistischen Diktatur. Persönlicher Kontakt zur „Halliggräfin“ Diana Gräfin von Reventlow-Criminil ermöglichte ihm ab 1932 längere Aufenthalte auf der Hallig Südfall. 1935 ließ sich Mennicke mit seiner Familie endgültig auf Föhr nieder. Hier arbeitete der Maler ein halbes Jahrhundert in absoluter Abgeschlossenheit nur noch für seine Kunst, die aufgrund seines Desinteresses am Verkauf nur das Existenzminimum sicherte. Konkret standen Menschen und Landschaften – Friesinnen, die „Muschelsucherin“, der sinnbildhafte Steuermann, der Schimmelreiter oder das „Konzert“ – im Fokus seines Schaffens. Die Arbeiten Gustav Mennickes erregten in der frühen Nachkriegszeit größte Aufmerksamkeit – Ablehnung und Zustimmung gleichzeitig. Zu seinem Freundes- und Bekanntenkreis zählten viele Größen der Kunstgeschichte, darunter Emil Nolde, Otto Dix, Otto Gussmann, Peter August Böckstiegel und Joachim Ringelnatz. Unter www.museumsverbund-nordfriesland.de finden Sie weitere Informationen zu der Schau.



Spende und werde ein Teil von uns.
seenotretter.de



Einsatzberichte, Fotos, Videos und Geschichten von der rauen See erleben:

[f](#) [t](#) [i](#) [v](#) **#teamseenotretter**



Konstruktive Kunst

Im **Richard-Haizmann-Museum Niebüll** zeigt der Kunstverein Niebüll die Ausstellung „Tina Hahn: Konstruktivismus“. Die in Wuppertal geborene, heute in Hamburg und Südfrankreich lebende Künstlerin wurde vielfach ausgezeichnet und international präsentiert. Seit 2005 setzt sie sich verstärkt mit konstruktiv-konkreten Farb- und Formkompositionen auseinander. Dies spiegelt sich auch in dieser Ausstellung wider, die noch bis zum 24. November geöffnet ist. Weitere Informationen gibt es unter www.haizmann-museum.de sowie www.tinahahn.de.



Tina Hahn – ohne Titel



Unbetitelttes Werk von Tina Hahn



Werk von Andrea Claussen



Skulptur „Marie“ von Birgit Bock

SIEBENTE

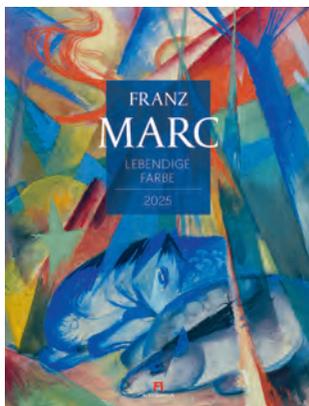
Gemeinschaftsausstellung

Das **Mikkelberg – Center for nordisk kunst og cricket** in Hattstedt rückt eine Gruppe von Kunstlehrer*innen der ehemaligen Arbeitsgruppe NF des BDK (Bund Deutscher Kunsterzieher) ins Blickfeld.

Die Ausstellung „Künstlerfreunde VII“ zeigt Kunst aus den Bereichen Malerei und Grafik sowie Plastiken, Skulpturen und Glasobjekte. Die teilnehmenden Künstler*innen sind Birgit Bock, Ahrend Boockhoff, Gudrun Brunck, Andrea Claussen, Heike Dittrich, Jons Drawert, Sophie Gruzman-Jarczyk, Christine Guthoff, Elisabeth Hagopian, Ute Klemke, Solvejg Lorenzen-Rüscher, Carlos Morscheck, Jörg Petersen, Günther Pfeiffer, Ulla Schmitt, Corinna Trebes und Peter Warmke. Der Ausstellungsort befindet sich auf dem alten Mühlenberg östlich des Ortskerns von Hattstedt und ist bis zum 15. Dezember freitags bis sonntags jeweils von 12 bis 16 Uhr geöffnet. Vor Ort ist laufend eine Person aus dem Kreis der Ausstellenden anwesend.

Unter www.mikkelberg.de finden Sie weitere Informationen.

BLICKFÄNGER



Franz Marc 2025
50 x 66 cm
42 Euro

Ein schöner **Kunstwandkalender** lässt Ihnen zwölf Monate lang das Herz aufgehen und ist dazu eine herrliche Zierde. Wie wäre es beispielsweise mit zwölf Motiven von Franz Marc (1880–1916)? Dessen farbindensive Bilder gehören zu den beliebtesten Werken überhaupt. Im Kalender „Franz Marc 2025“ nehmen insbesondere eindrucksvolle Bilder von Rehen und Pferden einen breiten Raum ein. Ein weiterer Tipp ist der vielfältige Kalender „KunstGeschichten 2025“ mit Bildern von Manet, Pissarro, Kirchner, Renoir, Macke, Morisot, Kandinsky, Monet, Beckmann, Moran, Van Gogh sowie Signac. Zu den wundervollen Bildabbildungen gibt es jeweils ein Foto des gemalten Ortes sowie eine Erläuterung. Erhältlich sind die beiden sowie weitere Kalender in vielerlei Größen und Ausführungen im Handel und über die Website www.ackermann-kalender.de.



KunstGeschichten 2025
50 x 66 cm
48 Euro



zu Hause die Welt entdecken



Auch Tietze
Schmuck öffnet
in der Flensburger
Rosenstraße 2 ihr
Atelier am 2. und
3. November.

Ateliertage Flensburg

Flensburger Künstler*innen öffnen zum fünften Mal ihre Ateliers. Am 2. und 3. November können die Gäste dann wieder vor Ort erleben, wie Kunst und Kunsthandwerk entstehen. In 48 Ateliers präsentieren sich jeweils von 11 bis 17 Uhr rund 60 Kreative in ihren Ateliers und Werkstätten. Es sind ganz unterschiedliche Kunstformen wie beispielsweise Malerei, Druck, Objekt, Holz, Fell, Keramik, Glasmosaik, Illustration, Grafik, Figurentheater, Aktionskunst, Installation, Bildhauerei, Skulptur oder Schmuck bei den **Ateliertagen Flensburg** zu entdecken. Alle Informationen zu den beteiligten Kunstschaffenden sind für Sie unter www.ateliertage-flensburg.de verfügbar.

VERGNÜGLICHES BUCH

FRÜHSTÜCK AM RANDE DER APOKALYPSE



Was haben Familienalltag und Weltuntergang, globale Krisen und Mutters Kreuzwörtertsel, Putin und Pilzsaison gemeinsam? Sie existieren gleichzeitig und schaffen damit eine Normalität, die vielen nicht ganz normal erscheint. Und doch haben wir uns irgendwie darin eingerichtet. Tatsächlich war die Sorge, der Himmel könne uns auf den Kopf fallen, hierzulande schon immer weit verbreitet. Dabei liegen die Herausforderungen des Lebens oft in der Suche nach dem Ladekabel oder einem Tenor mit neun

Buchstaben. Ein Glück, dass es einen Chronisten gibt, der diese eigenartige Situation mit Humor beschreibt und mit unbeirrbarem Optimismus zu verstehen versucht ...

Wladimir Kaminer: Frühstück am Rande der Apokalypse.
Doldmann Verlag, 224 S., 22 Euro

JETZT GASTFAMILIE WERDEN!

Als Gastfamilie für eine*n von über 500 Austauschschüler*innen aus aller Welt erleben Sie eine neue Kultur in den eigenen vier Wänden. Vorbereitet und begleitet werden Sie von der erfahrenen Austauschorganisation Youth For Understanding (YFU).

Ihr Gastkind freut sich schon auf Sie!

gastfamilien@yfu.de

www.yfu.de

040 22 70 02 -0

Gemeinnütziger
Schüleraustausch
seit 1957

VERANSTALTUNGSTIPPS

IM NOVEMBER 2024

GUITAR HEROES FESTIVAL



Am ersten Novemberwochenende lockt das Guitar Heroes Festival in Joldelund mit international renommierten Blues-Rock-Acts ins „Gerd’s Juke Joint“. Am 1. November erwarten Sie Beaux Gris Gris & The Apocalypse, gefolgt von der preisgekrönten Nick Moss Band aus Chicago. Am 2. November brillieren Saron Crenshaw & Blind B & The Visionairs und die Southern-Rock-Band Stone Senate. Freuen Sie sich auf ein musikalisches Feuerwerk, begleitet von kulinarischen Genüssen. Karten gibt es im Vorverkauf für 34 Euro (zzgl. Gebühren) und an der Abendkasse für 40 Euro.

1. bis 2. November • Gerd’s Juke Joint Joldelund

LUZIES LICHTERFEST

Ab dem 3. November entführt Sonja Langmack mit ihrem mobilen Theaterstück „Luzies Lichterfest“ in eine magische Tierwelt. Dieses zauberhafte Stück für Kinder ab 3 Jahren erzählt von der kleinen Schlange Luzie, die ein buntes Lichterfest für alle Tiere organisiert. Trotz ihrer Unterschiede kommen alle zusammen, um zu tanzen und zu feiern. Doch ein besonderes Paar Socken sorgt fast für Aufruhr. Begleiten Sie Luzie und ihre Freunde bei diesem fröhlichen Abenteuer.

3. November, 11 Uhr • Schleswig, Trauminsel





TANZTHEATER: DORNRÖSCHEN

Erleben Sie die magische Neuinterpretation des Balletts „Dornröschen“ von Emil Wedervang Bruland, zur Musik von Pjotr Iljitsch Tschaikowski. Der Schleswig-Holsteinische Sinfonieorchester verzaubert ab dem 2. November mit einer farbenprächtigen und musikalisch raffinierten Aufführung, die Sie in die Märchenwelt von Charles Perrault entführt. Die Vorstellungen in Flensburg beginnen Samstags um 19 Uhr und Sonntags um 18 Uhr. Lassen Sie sich von der Geschichte der schlafenden Prinzessin Aurora und dem tapferen Prinzen Désiré verzaubern.

2. November, 19 Uhr • Stadttheater Flensburg



CANTUS AVIUM COPENHAGEN

Der Johannisklang Flensburg lädt am 8. November zu einem besonderen Konzert mit dem renommierten dänischen Vokalquintett Cantus Avium Copenhagen ein. Das Quintett, bestehend aus führenden Interpret*innen der englischen Renaissance-Polyphonie, präsentiert Werke von William Byrd, darunter seine eindrucksvolle Messe für fünf Stimmen. Diese Musik, inspiriert von Byrd selbst, wird durch selten aufgeführte fünfstimmige Werke ergänzt, die Themen wie Verlust und Trost berühren. Erleben Sie einen Abend voller musikalischer Tiefe und Renaissance-Klänge.

8. November, 19.30 Uhr • St. Johannis Flensburg

Fotos: Henrik Matzen (1) / Cantus Avium Copenhagen (1)



**Tickets
jetzt
erhältlich!**

22. - 24. November 2024
folkBALTICA Ensemble & Gäste

Herbstkonzerte
Flensburg · Husum · Gråsten

Tickets: folkbaltica.de

Fahrzeugsattlerei

Jekat

Inhaber Thomas Samuelsens



Autosattlerei • Cabriovertdecke • Sitzreparatur • Möbelpolsterei
Bootsplanen • LKW-Planen • Sonnenschutz • Pavillons • Schirme
Vorzelte • Terrassenplanen • Windschutzte

Jekat Fahrzeugsattlerei • Hinrich-Schmidt-Strasse 19 • 25746 Heide • Tel. 04 81 / 7 35 35
Sattlerei Nordfriesland • Industriestrasse 3 • 25813 Husum • Tel. 048 41 / 77 04 70
www.sattlerei-nordfriesland.com

DEINE ZEIT. DEIN ENGAGEMENT.

Für mehr Nachhaltigkeit & soziale Gerechtigkeit.




BFD bei den Tafeln

In der Lebensmittelausgabe, in der Sortierung, im Büro oder im Fahrdienst – es gibt viele Möglichkeiten, sich im Bundesfreiwilligendienst bei den Tafeln einzubringen.

➤ **Wir freuen uns auf dich!**
www.tafel.de/bfd



TAFEL
DEUTSCHLAND

Die 66. Nordischen Filmtage Lübeck

Die Nordischen Filmtage Lübeck zählen zu den traditionsreichsten Filmfestivals weltweit und bieten seit 1956 ein besonderes Schaufenster für Filme aus dem Norden und Nordosten Europas.

Anfang November verwandelt sich Lübeck fünf Tage lang in ein Zentrum des internationalen Filmschaffens und präsentiert neue Spiel-, Dokumentar- und Kurzfilme aus Ländern wie Dänemark, Estland, Finnland und Schweden. Als einziges Festival in Deutschland legt es den Fokus auf die nordische und baltische Kinolandschaft. Das Programm umfasst ein Kinder- und Jugendfilmangebot, Serien aus Skandinavien und dem Baltikum sowie innovative 360°- und VR-Filme. Eine Retrospektive beleuchtet bedeutende Filme und Persönlichkeiten der Filmgeschichte. Das Filmforum ist ein besonderes Highlight, das Werke aus Norddeutschland präsentiert. Seminare, Diskussionen und Konzerte bereichern das Festivalprogramm zusätzlich. In diesem Jahr wird das Programm durch ein Klangbilderkon-

zert mit den „Wood Works“, einer Sammlung skandinavischer Folkmelodien, erstmals bereichert. Diese Veranstaltung markiert den Auftakt der 66. Nordischen Filmtage. Weitere Höhepunkte sind die nordische-Filmtage-Party, ein Filmfrühstück und „Lübeck in alten Amateurfilmen“. Den Abschluss bildet die 360-Grad-Liveshow „Sounds of the Ocean“. Am Sonntag um 20.15 Uhr im InfinityDome laden Walgesänge, Live-Musik und Meeresbilder zu einer Reise in die Unterwasserwelt ein. Erleben Sie die faszinierende Welt der nordischen Filme bei den 66. Nordischen Filmtagen Lübeck.

4. bis 11. November • Lübeck



PETER UND DER WOLF

Am 10. November führt das Hermannshof-Theater als Gastspiel das zaubernde musikalische Märchen „Peter und der Wolf“ im Kultur- und Bürgerhaus Marne auf. Dieses Stück, frei nach Sergej Prokofjew, erzählt die Geschichte des kleinen Peter, der die Warnungen seines Großvaters ignoriert und sich auf ein gefährliches Abenteuer mit einem großen grauen Wolf einlässt. Mithilfe eines kleinen Vogels gelingt es Peter, den Wolf zu überlisten – nur die Ente ist leider baden gegangen! Ein spannender Nachmittag für die ganze Familie, der zeigt, dass Mut und Klugheit siegen können.

10. November, 16 Uhr • KBH, Marne

NO OTHER LAND

Ab dem 14. November kommt der preisgekrönte Dokumentarfilm „No Other Land“ ins Kino. Der Film erzählt die Geschichte einer palästinensischen Gemeinde im Westjordanland, die unter israelischer Besatzung um ihren Fortbestand kämpft. Der junge, palästinensische Aktivist Basel Adra kämpft seit seiner Kindheit für den Bestand der Dorfgemeinde Masafer Yatta in der Westbank. Als Basel den israelischen Journalisten Yuval Abraham trifft, dokumentieren sie ab sofort gemeinsam den Widerstand gegen die israelische Administration. Vor der Kamera reflektieren sie ihre Gedanken und Gefühle, die komplexe Lage und ihre jeweiligen Rollen, in denen sie selbst als Palästinenser und Israeli den Konflikt aus unterschiedlichen Blickwinkeln erleben. Dieser Film wirft Fragen zum Nahost-Konflikt auf, die aktueller nicht sein könnten.

Ab dem 14. November in den Kinos



Fotos: Olaf Matzahn (1) / Nastja Zukanova (1) / No other land (1)

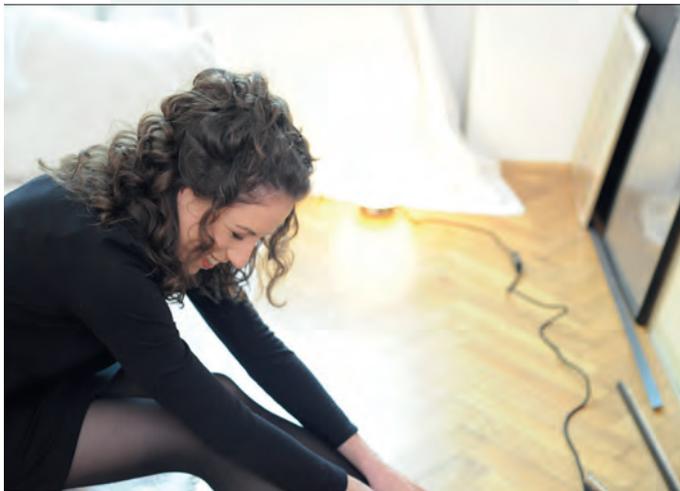


SEBASTIAN FITZEK

Die größte Thriller-Tour der Welt

Der Bestsellerautor Sebastian Fitzek geht auf spektakuläre Thriller-Tour und kommt am 15. November in die Campushalle Flensburg! Mit einer einzigartigen 360-Grad-Bühne präsentiert Fitzek den spannendsten Adventskalender der Welt, der jeden Abend vom Publikum mitentschieden wird. Hinter 24 Türen entfaltet sich eine fesselnde Show basierend auf seinem neuesten Psychothriller. Die Mischung aus Lesung und packender Bühnenshow verspricht ein unvergessliches Erlebnis, das die Grenzen zwischen Fiktion und Realität verschwimmen lässt. Seien Sie dabei, wenn Fitzek live pure Spannung garantiert.

15. November, 20 Uhr • Flensburg Campushalle



LAURA KONJETZKY

Die preisgekrönte Konzertpianistin und Komponistin Laura Konjetzky zeigt am 16. November ihr faszinierendes Programm, das sich den Tänzen der Klaviermusik aus drei Jahrhunderten widmet. Von Chopins Polonaise und Walzern bis hin zu modernen Stücken von Philip Glass und einem neuen Werk von Konjetzky selbst, bietet dieser Abend eine beeindruckende Vielfalt an Klangwelten. Freuen Sie sich zudem auf Werke von Piazzolla, Satie und Schulhoff. Ein Muss für Liebhaber*innen der Klaviermusik.

16. November, 19.30 Uhr • KBH, Marné

Fotos: booking@more (1) / Yvonne Kranz (1)



FEIER MIT UNS!

DAS X=MAS SPECIAL



Für Firmen- und Weihnachtsfeiern:

- freier Eintritt, Begrüßungssekt (oder Bier/Wein/Softdrink)
- Spielerklärung Roulette durch einen Croupier
- Dauer ca. 45 Minuten inkl. einiger Probespiele
- erstes Spielkapital 25,- € in Glücksjetons + eine kleine Weihnachtsüberraschung

ab 8 Pers.

€ 25,00 p. P.



DIE FOLKBALTICA HERBSTKONZERTE

Vom 22. bis 24. November lädt folkBALTICA herzlich zu ihren bezaubernden Herbstkonzerten in Flensburg, Husum und Gråsten ein, die mit einem vielseitigen Programm aufwarten. Den Auftakt macht am Freitag das folkBALTICA Ensemble in der Waldorfschule Flensburg. Dort erleben Sie eine beeindruckende Vielfalt an Instrumenten und eine mitreißende Spielfreude, die für ein unvergessliches Konzerterlebnis sorgt. Begleitet wird das Ensemble vom Duo Fromseier & Hockings, das mit einem Repertoire aus traditionellen Stücken, eigenen Kompositionen und kreativen Arrangements begeistert. Am Samstag wird das Ensemble und das dänische Duo von dem Oberstufenchor der Theodor-Storm-Schule Husum unterstützt, und zeigt dadurch eindrucksvoll, wie junge Talente gefördert werden. Den krönenden Abschluss der Konzertreihe bildet am Sonntag ein Auftritt in der Schlosskirche Gråsten, der in intimer Atmosphäre das Publikum ein letztes Mal in diesem Jahr verzaubern wird. Informationen zu den Herbstkonzerten sowie Tickets finden Sie auf www.folkbaltica.de.

22. bis 24. November, jeweils 15 und 18.30 Uhr • Flensburg, Husum und Gråsten



THE PILGRIMAGE

Das 17. ComingHome Concert präsentiert: „THE PILGRIMAGE“. Der mit „Bester Gitarrist National“ ausgezeichnete Flensburger Arne Jansen bringt musikalische Schwergewichte mit: Anders Jormin am Kontrabass und Uwe Steinmetz am Saxophon. Das Trio stellt in Arnes ehemaligem Gymnasium ihre neue CD mit melodischen Eigenkompositionen vor, die sich dem Streben nach spirituellen Elementen in der Musik widmen. Freuen Sie sich auf eine Mischung aus nordischem Jazz, Folklore und Popmusik. Der Eintritt ist ab 19.15 Uhr, Tickets gibt es an allen Vorverkaufsstellen.

30. November, 20 Uhr • Altes Gymnasium Flensburg

92 lebensart



HADES TÄNZE II

Lassen Sie sich in die mystische Sphäre der Zwischenwelten entführen in diesem zweiten Teil der Hades-Tänze. Richard Wester präsentiert die arabische Welt, vom Isis-Kult der alten Ägypter bis hin zu islamischen Begräbnisritualen. Der palästinensische-syrische Musiker Mahmoud Hamad spielt Lieder über Liebe und Tod, ein achtköpfiges Impro-Ensemble des Koorleins Flensburg singt ein vertontes Gedicht über Abschied und Gefühle und die Choreografin Stela Korljan gestaltet einen Tanz zwischen Mensch und dem Boten der Götter. Verpassen Sie nicht dieses gefühlvolle Konzert, das einen anderen Zugang zu Trauer eröffnet und dabei voll ist von Energie und rhythmischer Power.

23. November, 19 Uhr • Kapelle Friedeshügel

FESTLICHES BAROCKKONZERT

Passend zum Advent lädt die St. Laurentius Kirche zu Munkbrarup am 30. November zu einem festlichen Barockkonzert mit Werken von Bach und Händel ein. Erleben Sie strahlende Trompetenklänge und harmonische Orgelmusik, begleitet von jubelnden Hörnern und Oboen. Ein Kieler Kammerorchester unter der Leitung von Professor Bernhard Emmer und der junge Organist Matthias Schmidt sorgen für ein musikalisches Erlebnis der besonderen Art. Der Eintritt ist frei, jedoch wird um eine Spende gebeten.

30. November, 18 Uhr • St. Laurentius Kirche zu Munkbrarup



STARTSCHUSS!

Am 30. November um 20 Uhr ist es soweit: Ingo Appelt präsentiert sein neues Programm „Startschuss!“ im Kühlhaus Flensburg. Als Ritter des schonungslosen Humors zieht er mit dem Ruf „Hurra, uns geht's schlecht!“ in den Kampf gegen den allgemeinen Verdross. Voller Ingosteron und Begeisterung für das Matriarchat, übergibt er die Zügel an die Frauen und bringt die Menge zum Lachen. Zu jedem Ticket gibt es das Gratis-Seminar „Betreutes Hassen mit Ingo Appelt“, einlösbar direkt während der Show. Verpassen Sie diesen Abend nicht, um sich von Appelts Humor mitreißen zu lassen.

30. November, 20 Uhr • Kühlhaus Flensburg



MUSIK UND WORTE

Lassen Sie sich verzaubern bei einem musikalisch-inspirierenden Highlight mit C.B.Green und René Borbonus! Musik und Worte verbindet eine jahrhundertealte Liebe. Als sich C.B. Green und René Borbonus zum ersten Mal trafen, spürten beide die Kraft dieser magischen Verbindung aus Klang und Text. Beide waren sofort Feuer und Flamme für die Idee eines gemeinsamen Abends voller musikalisch-inspirierender Interpretationen. An diesem gefühlvollen, tiefsinnigen Abend geht es um das, was uns zaudern lässt – aber auch um das, was uns verzaubert. In beeindruckender Weise verbinden C.B. Green und René Borbonus fein gesponnene Worte mit berührenden Klängen, sodass eine völlig neue Harmonie entsteht, in der alle Grenzen just in diesem Moment aufgehoben sind und die Welt da draußen ferner denn je erscheint. Dieser Abend bietet eine Reise der Entschleunigung.

16. November, 20 Uhr • Das James Hotel Flensburg

Das James

COZY SPA TIME

So schön kann der Herbst an der Flensburger Förde sein.


**JETZT
SPA-AUSZEIT
GÖNNEN!**



ORIENTAL HAMAM RITUAL

Eine wohlige Reise in den Orient

Das reinigende Peeling mit dem Seidengloveschuh und die Massage mit feinstem Seifenschaum auf dem warmen Stein lässt Sie in eine tiefe Entspannung fallen.



SPA, SPORTS & BREAKFAST

Mit Schwung in den Tag starten an den Tagen Montag bis Freitag.

-  SPA-Nutzung mit Zutritt zur Saunalandschaft und Rooftop-Pool 8.30-14.30 Uhr
-  Sportkurs ab 9.00 Uhr Aqua Fitness sowie Yoga / Body Workout im Wechsel
-  Gemütliches Breakfast im SPA-Restaurant „The Roof“

Das James
www.dasjames.com
Fördepromenade 30
24944 Flensburg/Sonwik
contact@dasjames.com
 0461 167 236 514





HOLIDAY ON ICE

Unter dem Motto „Feel the City Beat!“ tauchen Sie bei der Show HORIZONS in die pulsierende Atmosphäre einer Großstadt ein. Die Show verbindet Weltklasse-Eiskunstlauf, beeindruckende Akrobatik und innovative Bühnentechnik. Verpassen Sie nicht dieses faszinierende Spektakel!

22. bis 24. November • Wunderino Arena Kiel



WEIHNACHTSKONZERT MIT SIMON & JAN

Am 13. Dezember findet ein vorweihnachtliches Akustik-Konzert mit dem Liedermacher-Duo Simon & Jan in der St.-Marien Kirche Norderbrarup statt. Das Duo hat in Kneipen begonnen, jetzt sind sie auf den großen Bühnen der Republik gelandet. Sie wurden mit fast allen Kabarett-Preisen, aus dem deutschsprachigen Raum, ausgezeichnet. Abendfüllende Programme, Auftritte im Fernsehen – sie haben sich die Bühne mit Stoppok, Hannes Wader, Konstantin Wecker und Reinhard Mey geteilt, ihr eigenes Label gegründet und ein kleines Festival ins Leben gerufen, auf dem sich die Großen der Szene tummeln. Simon & Jan präsentieren jetzt das Beste aus 16 Liedermacher-Jahren. Tickets gibt es für 20 Euro unter www.kulturwert.info oder in der Buchhandlung Schröder in Süderbrarup.

13. Dezember, 19.30 Uhr, St. Marien-Kirche Norderbrarup



HERMAN VAN VEEN

Am 8. November 2025 kehrt der niederländische Sänger und Liedertexter Herman van Veen mit seinem Programm „Achtzig“ nach Flensburg zurück. Geboren am 14. März 1945 in Utrecht, begann seine beeindruckende Karriere im Jahr 1965 mit seinem Soloprogramm „Harlekijn“. Seither hat er die Welt bereist und über einhundertachtzig CDs, zahlreiche Bücher und Theaterstücke veröffentlicht. Auch als Maler ist er seit über einem Jahrzehnt erfolgreich. Freuen Sie sich auf einen unvergesslichen Abend im Deutschen Haus Flensburg.

8. November 2025, 20 Uhr • Deutsches Haus Flensburg

SCHUBYS BUCHTIPP

STEFAN GREBE: DIE ÜBERMACHT



Erstlingsthiller des Filmproduzenten Stefan Grebe und dann auch noch richtig spannend und erschreckend. Wollen die Chinesen unter Präsident Xi wirklich die Weltherrschaft?
******* 5 von 5 Sternen**
 Die Wahrheit über das größte Geheimnis Chinas
 Nachdem eine chinesische Spitzenwissenschaftlerin im deutschen Fernsehen vor laufenden Kameras gestorben ist, soll der ehemalige BND-Mitarbeiter Robert Forster herausfinden, warum. Kurze Zeit später bekommt in China die Nichte der Toten, Maria, eine geheimnisvolle Nachricht ihrer Tante zugespielt, die

sie vor dem größten Geheimnis von Chinas Regierung warnt. Maria müsse auf einem USB-Stick gespeicherte Informationen unbedingt nach Deutschland bringen. Während Maria versucht, aus China zu flüchten, kommt in Berlin auch Robert langsam hinter die Pläne der Chinesen, die alle Menschen im Westen bedrohen. Nur gemeinsam können er und Maria das Vorhaben noch vereiteln – doch dafür müssen sie lang genug überleben ...

Lübbe, 445 Seiten, ISBN: 978-3-7577-0078-2

Rette jeden Tag Tierleben!
Ganz leicht mit der kostenlosen
VeganStart-APP.



VEGANSTART.de

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store



Mit der Veganstart-App erhältst du Rezepte, Tipps und Infos für den einfachen Umstieg.

PETA

VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS



MARCO GIANNI

Am 29. November kommt der Comedian Marco Gianni live ins Deutsche Haus in Flensburg. Mit mehreren hundert Millionen Video-Aufrufen und ausverkauften Live-Shows hat sich Marco eine beeindruckende Fan-Gemeinde aufgebaut. In seinem Bühnenprogramm legt er den Finger in die Wunden des realen Lebens. Ob Sketche, Parodien, Songs oder Stand-ups – Marco erfindet sich immer wieder neu und überrascht selbst die erfahrensten Comedy-Fans. Sein unverwechselbarer Humor spricht Generationen von GenZ über Millennials bis hin zu Boomern an.

29. November, 20 Uhr • Deutsches Haus, Flensburg

POLIZEI SHOW

Polizei und Feuerwehr laden Sie herzlich zum 70. Jubiläum der Polizei Show in Kiel ein! Am 9. November bietet die Wunderino Arena um 13.30 Uhr und 18 Uhr ein einzigartiges Spektakel. Ursprünglich als „Sportschau der Polizei“ im Jahr 1952 ins Leben gerufen, zeigt die Polizeishow heute nicht nur sportliche Fähigkeiten, sondern auch beeindruckende und informative Beiträge zu den vielseitigen Bereichen der Polizei und Feuerwehr. Erleben Sie Einblicke in Einsatzlagen der 1. und 2. Einsatzhundertschaft sowie Auftritte der Diensthundeführer mit ihren vierbeinigen Kollegen. Ein besonderes Highlight ist die Motorradstaffel der Polizei Hamburg mit modernen und historischen Motorrädern. Musikalische Einlagen, hochkarätige Artistik und humorvolle Moderation durch den Comedian Ingo Oschmann sorgen für beste Unterhaltung.

9. November, 13.30 und 18 Uhr • Wunderino Arena Kiel



DA CAPO UDO JÜRGENS

Die Original-Show mit dem Orchester Pepe Lienhard und Gästen. Er war zweifelsohne einer der beliebtesten, meist gefeierten und größten Entertainer, Songschreiber und Komponisten Deutschlands: die Musiklegende Udo Jürgens. Wie kein anderer verstand es der charismatische Weltstar, sein Publikum zu unterhalten und vor allem auch zu berühren. Im kommenden Jahr wäre Udo Jürgens 90 Jahre alt geworden, zudem jährt sich im Dezember 2024 sein Todestag zum zehnten Mal. Es ist an der Zeit, sein musikalisches Erbe, aber auch seine einzigartige Karriere, respektvoll zu würdigen. Unter dem Titel „Da Capo Udo Jürgens“ hat die brandneue Show im Herbst 2024 Premiere, die eine phänomenale Weltkarriere gebührend feiert.

5. November, 19.30 Uhr • Wunderino Arena Kiel



195 JAHRE AKKORDEON

Feiern Sie das Akkordeon beim Konzert „Von Maritim bis Modern – von Swing bis Pop“ am 8. November um 19 Uhr im Bürgerzentrum Büdelsdorf. Unter der Leitung von Finn Niclas Scharf und moderiert von Meike Salzmann präsentiert das Akkordeonorchester Eckernförde ein vielseitiges Programm. Freuen Sie sich auf Hits wie „Copacabana“ und „Time of my life“. Das Orchester, begleitet von Keyboards und Percussion, schafft einen beeindruckenden Klangkörper. Reservierungen per E-Mail sind möglich, der Eintritt ist frei, jedoch sind Spenden willkommen.

8. November, 19 Uhr • Bürgerzentrum Büdelsdorf



MEENO SCHRADER

Schon seit seinem 15. Lebensjahr ist das Wetter für Meeno Schrader weit mehr als nur Small Talk. Er hat es an den unterschiedlichsten Plätzen der Welt „getestet“ und lebte und arbeitete unter anderem in Australien, Korea, der Karibik und den USA. Seit 2002 ist er der „Wetterfrosch“ des Schleswig-Holstein-Magazins beim NDR. In der Lebensart verrät er jeden Monat einen Gedanken aus seinen Wetterwelten.

MEENOS WETTER FÜR DEN NOVEMBER

DRAUSSEN VOR DER TÜR

Gehören Sie auch zu denjenigen, die sich schnell mal von äußeren Dingen beeinflussen und dirigieren lassen? Wenn zum Beispiel jemand an Ihnen vorbeigeht, ein Eis in der Hand, ein Speiseeis selbstverständlich. Gleich müssen Sie auch ein Eis haben. Die Papillen machen auf, es geht nicht anders. Die Sehnsucht ist riesig – selbst jetzt zu dieser Jahreszeit.

MYTHOS NOVEMBER-WETTER

Wir haben November. Obwohl, Letzteres ist nur noch ein schwaches Argument der Ausrede. Die Anzahl der noch geöffneten Eistheken zeigt: Hier ist noch Nachfrage, draußen zu sitzen. Von wegen Wintereinbruch. Es setzt sich aus dem Sommer noch immer fort. Offensichtlich lässt sich auch im November noch draußen vor der Tür Geld verdienen. Genauso wie mit den vielen

Bistros mit Tischen und Stühlen, an denen ich vorhin auf dem Weg nach Hause vorbeifuhr. Die Läden waren erstaunlich gut besucht. Und das geht schon seit Wochen so. Unten am Wasser waren 75 Prozent der Plätze belegt. Das passt so gar nicht in das Bild der grauen Eminenz, als die der November in Büchern und Filmen gerne dargestellt wird. Edgar Wallace kann nicht im November produziert worden sein, auch wenn es immer behauptet wird.

BODENFROST NICHT IN SICHT

In dieselbe Richtung weist die Frage, ob in diesem Monat mit dem ersten Wintereinbruch zu rechnen ist. Wenn damit der erste strenge Bodenfrost gemeint ist, dann lautet die Antwort: Nein! Auch wenn einige meinen, dies sei angesichts des Klimawandels eine mutige Entscheidung. Klimawandel macht das Wetter

extrem. Das heißt, Ausschläge nach oben sind genauso gut möglich wie nach unten. Stopp! Das ist nicht ganz richtig. Wenn Nord- und Ostsee nahezu zwei Grad wärmer sind als früher (seit 1957), muss diese Wärme zum Gefrieren erstmal aufgebracht werden, bevor es ins Minus geht. Das ist eine Menge Holz und vermindert die Wahrscheinlichkeit eines Wintereinbruchs noch mehr gegen null. Und dann die Bauernregeln! Damit will ich gar nicht erst anfangen. Es lässt sich also noch so manche Stunde draußen vor der Tür verbringen – selbst eine spätsommerliche Stimmung ist noch möglich. Der Wärmerekord für Schleswig liegt bei 20,2 Grad.



IMPRESSUM

Lebensart im Norden

erscheint kostenlos am Monatsanfang.
www.lebensart-sh.de, www.verlagskontor-sh.de

Verlagskontor Schleswig-Holstein GmbH
Exerzierplatz 3, 24103 Kiel

Büroleitung:

Friederike Schmidt, Tel.: 0431 / 200 766 503

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Geschäftsführer (V.i.S.d.P.):

Benjamin Haben, b.haben@falkemedia.de, Tel.: 0431 / 200 766 61

Chefredaktion:

Hanna Wendler, redaktion@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 508

Redaktion:

Anne-Kristin Bergan, Dr. Heiko Buhr, Birgitt Jürs, Kristina Kröger, Marion Laß,
Mareike Neumann, Dr. Meeno Schrader, Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Mirjam Stein, Annelie Teßmann, Finja Thiede, Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow

Art-Direktion:

Lisa Kim Ernst, l.ernst@falkemedia.de, Tel.: 0171 / 437 36 80

Grafik:

Sandra Huege, Zlatan Rasidovic, Maren Urvat, Sonja Woldt

Anzeigengestaltung:

Nicolas Rexin, nicolas.rexin@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0176 / 638 678 14

Fotos:

Natascha Mundt, Regine Sauerberg, Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Anzeigen
anzeigen@verlagskontor-sh.de

Hamburg Nord, Lübeck, Norderstedt, Alstertal & Walddörfer, Ahrensburg (22.000 Ex.):
Heinke Blume:
heinke.blume@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 943 699 44, Mobil: 0151 / 171 685 74

Martina Baumann:
martina.baumann@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 83 0198 00

Hamburg West, Elbvororte, Pinneberg, Itzehoe (22.000 Ex.):
Renate Wietzke:
renate.wietzke@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 512

Martina Baumann:
martina.baumann@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 83 01 98 00

Heinke Blume:
heinke.blume@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 943 699 44,
Mobil: 0151 / 171 685 74

Birgit Ziemann:
birgit.ziemann@verlagskontor-sh.de
Tel.: 04106 / 62 64 75

Kiel, Probstei, Eckernförde (22.000 Ex.):
Regine Sauerberg:
regine.sauerberg@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0151 / 17 16 85 77

Frank Barghan:
f.barghan@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0171 / 412 43 89

Flenburg, Schleswig, Nordfriesland (22.000 Ex.):
Oliver Schmuck:
oliver.schmuck@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0461 / 840 84 74

Stefan Gruber:
stefan.gruber@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0160 / 830 45 71

Neumünster, Rendsburg, Mittelholstein (22.000 Ex.):
Anne-Kristin Bergan:
akb@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 503

Frank Barghan:
f.barghan@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0171 / 412 43 89

Westküste (20.000 Ex.):
Renate Wietzke:
renate.wietzke@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 512
Oliver Schmuck:
oliver.schmuck@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0461 / 840 84 74

Überregional:
Jörg Stoeckicht:
stoeck@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 61

Gesamtauflage:

Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionsschluss:

Jeweils der 15. des Vormonats, es gilt die Preisliste Nr. 15

Druck: Eversfrank Gruppe | Frank Druck GmbH & Co. KG, Preetz

Abonnement: 30 Euro / 12 Ausgaben

IBAN: DE51 2003 0000 0015 7770 30

Bitte Namen und vollständige Anschrift unter Verwendungszweck.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Alle Fotos, Beiträge und vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Abdruck nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Veranstaltungsinweise sind kostenlos. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Termine werden kostenlos veröffentlicht. Keine Gewähr für die Richtigkeit.

VORSCHAU

IN DER NÄCHSTEN **Lebensart**

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LEBENSART ERSCHEINT AM 1. DEZEMBER



WEIHNACHTS- UND ADVENTSMÄRKTE

Das Weihnachtsfest ist zum Greifen nah! Und was wäre die besinnliche Zeit ohne Glühwein, Gebäck und Leckereien auf dem Weihnachtsmarkt? Die schönsten und gemütlichsten Adventsmärkte haben wir natürlich für Sie zusammengefasst, damit Sie auch keinen Markt in Ihrer Nähe verpassen.

ES IST ANGERICHTET: STILVOLL FEIERN

Das Schönste am Weihnachtsfest ist doch das gemütliche Zusammensitzen mit den Liebsten und das gemeinsame Schlemmen über die Feiertage. Damit auch Sie sich das perfekte Weihnachtessen zubereiten können, haben wir genau die richtigen Inspirationen für Sie parat. Und ohne jetzt zu viel verraten zu wollen: Es wird richtig lecker!



DA GEHT UNS EIN LICHT AUF: LAMPEN & BELEUCHTUNG

Ein Zuhause kann die schönsten Tapeten, die stylischsten Möbel und den hochwertigsten Fußboden haben – was jedoch nicht zu unterschätzen gilt, ist, all das auch mit dem richtigen Licht in Szene zu setzen. Ob gemütliche Abende oder fokussierte Arbeit im Homeoffice: Wie Sie für die richtige Beleuchtung sorgen, zeigen wir Ihnen in der nächsten Ausgabe!



100% Recycling • 100% Ökostrom

Der Inhalt der „Lebensart im Norden“ wird auf 100% Recycling Papier der Steinbeis Papierfabrik in Glückstadt gedruckt.

Unsere Druckerei - Frank-Druck ist ebenfalls in Schleswig-Holstein beheimatet und produziert unter anderem zu 100% mit Ökostrom.

So schonen wir nicht nur die Umwelt und reduzieren Lieferwege, sondern erhalten auch Arbeitsplätze in der Region.

Zur CO₂-Kompensation startet falkemedia in 2022 ein eigenes Waldaufforstungsprogramm.



Der liebevoll gestaltete Sylt Fräulein ...

Wandkalender

29,99 €



Jetzt bestellen unter: www.falkemedia-shop.de und auf [amazon.de](https://www.amazon.de)



Ohne euch geht's nicht!

„RUND-UM-DIE-UHR- MAMA-TAXI“

Ihr verdient den besten Kfz-Schutz im Norden

...und gut.



Ob im dichten Stadtverkehr oder auf der freien Landstraße –
Ihr haltet den Alltag am Laufen. **Wir halten euch den Rücken frei.**
Mit unserem Versicherungsschutz, auf den ihr euch verlassen könnt.

 **Itzehoer**
Versicherungen
... und gut ✓