

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

HAMBURG WEST / ELBVORORTE / PINNEBERG / ITZEHÖE

NOVEMBER 2024 • KOSTENLOS

**FESTLICHE
HIGHLIGHTS**

VORWEIHNACHTSZEIT IM NORDEN

**SCHÖNE
GESCHENKE**

PRÄSENTIDEEN ZUM FEST



**SCHLESWIG-HOLSTEIN
GOURMET FESTIVAL**

WWW.GOURMETFESTIVAL.DE



Seeblick Genuss und Spa Resort



Romantik Hotel Friederikenhof



Zur Erholung



DAS PERFEKTE
GESCHENK

Gutscheine online
kaufen auf
www.vabali.de

vabali

spa • hamburg

TAUCHEN SIE EIN

Die Wellnessoase in Hamburg

13 Saunen · 4 Dampfbäder · 5 Pools · Naturteich · Massage · Restaurant · Hotel



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 das **Schleswig-Holstein Gourmet Festival**. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 39.



IHR TEAM FÜR EIN RUNDUM-SORGLOS-IMMOBILIEN-PAKET

Sie verdienen Kompetenz an Ihrer Seite.

Jetzt ist eine gute Zeit, sich Ihren Traum von den eigenen vier Wänden zu erfüllen. Das Angebot ist vielfältig, wir sortieren das für Sie sinnvoll vor. Trauen Sie sich, Ihre Immobilien-Fragen an uns zu stellen, wir beantworten alle bis zu ihrer vollständigen Klärung.

Das Team Westimmobilien ist breit aufgestellt und im Hamburger Westen, im Kreis Pinneberg und Umland extrem gut vernetzt. Nutzen Sie unseren Service, er reicht oft viel weiter, als vermutet.

Starten Sie jetzt mit einem kleinen Schritt!

040 84055779

Lornsenstraße 86 | 22869 Schenefeld



WWW.WESTIMMOBILIEN.DE

THEMIEN

NOVEMBER 2024

COVER | Agentur Plaß Relations

Außergewöhnlicher Genuss 39

UNTERWEGS & UP-TO-DATE

Trends & News im November 6

Winterliche Vorfreuden:

Das ist los im November 8

VORWEIHNACHTLICHE FREUDEN

Eine Hamburger Tradition:

Der Adventskranz 20

Kranz mit Glanz:

Selbstgebastelter Herbstkranz 22

GESCHENKE

Geschenke-Guide 26

HIN & WEG

Ein perfekter Tag in Göteborg 32

SO SCHMECKT DER NORDEN

Salzig & Süß 34



34

SALZIG & SÜSS



22

KRANZ MIT GLANZ

MODE & BEAUTY

Geschenke, die von Herzen kommen 42

Favoriten des Monats: Lieblingsprodukte 48

MENSCHEN AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN

Erfinderclub Schleswig-Holstein e. V. :

Unsere Tüftler des Nordens 50

HAUS, HOF & GARTEN

Heute schon Komfort von morgen genießen 54

GESUND & FIT BIS INS ALTER

Entwicklungen in der Zahnmedizin:

Ihr Mund wird Augen machen! 60

TRAUER & ABSCHIED

Professionelle Hilfe in der Trauer 66



8

WINTERLICHE VORFREUDEN

KUNST & KULTUR

Ausstellungen im November 70
 Veranstaltungshighlights 72

KOLUMNEN

Fru Jürs vertellt 68
 Meenos Wetterwelt 81

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial 3
 Impressum 82
 Vorschau Dezember 82



42

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

Emkendorfer Adventsmarkt



Gut Emkendorf

08. - 10.11.

10 bis 18 Uhr

Eintritt: 9 € (Kinder bis 16J. + Parken frei)

www.land-gefluester.de



TRENDS & NEWS

IM NOVEMBER 2024

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.



KUNSTVOLLER HERBST

Warum immer nur im Frühling frischen Wind in die eigenen vier Wände bringen? Gerade der Herbst ist doch für seine Stürme bekannt. Somit ist jetzt die beste Gelegenheit, das Heim dekorativ neu zu gestalten. Hilfe bekommen Interessierte von Martina von Wedel. In ihrem Bilder- und Rahmenladen in Hamburg bietet sie nicht nur beeindruckende Gemälde, sondern auch den passenden Rahmen dazu an. Vom preiswerten Giclée bis zum Original erhalten Kund*innen eine große Auswahl an Kunstwerken. Aber auch an nötigem Zubehör, wie Bilderleisten und Wechselrahmen, um die guten Stücke in den eigenen vier Wänden gekonnt in Szene zu setzen. Als versierte Gemälderestauratorin weiß Martina von Wedel auch Rat bei beschädigten Bildern, Verschmutzungen oder einem neuen notwendigen Firnis. Das Ziel ist eine maßvolle Restaurierung, bei der der Eindruck der Unberührtheit des Kunstwerks erhalten bleibt.

Bilder- und Rahmenladen Wedeler Landstr. 48, Hamburg
Tel.: 040 / 81 38 51, www.bilder-und-rahmenladen.de



**Bilder- und
Rahmenladen**

Martina Susan von Wedel
Gemälderestauratorin

Wedeler Landstraße 48
22559 Hamburg-Rissen

Telefon: 040/ 81 38 51
www.bilder-und-rahmenladen.de

Einrahmungen nach Maß
(über 5000 Leisten)
Vergolderrahmen, Wechselrahmen
in Holz und Aluminium
Gemälde- und Rahmenrestaurierung
in eigener Werkstatt
Gemälde, Aquarelle, Grafik und
Poster Passepartouts
Spiegel und Rahmen nach Maß,
antik und neu



„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



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.

VORVERKAUF GESTARTET:
**NORDPFERD-
 ABENDSHOW
 „WISHES“**



Im letzten Jahr begeisterte auf der NORDPFERD die fantastische Abendshow „Moments – Verloren in der Zeit“.

Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde – kaum irgendwo wird das deutlicher als auf der **Pferdemesse NORDPFERD** in Neumünster. Ein absolutes Highlight des Events: die fantastischen Abendshows, diesmal mit dem brandneuen Pferde-Theaterstück „WISHES – Zeit für Wünsche“.

Am 25. und 26. April 2025 zeigt die Pferdemesse NORDPFERD in den Holstenhallen Neumünster ein brandneues Pferde-Theaterstück: „WISHES – Zeit für Wünsche“ ist ein Feuerwerk der Impressionen mit zwölf herausragenden Schaubildern, ästhetischer Akrobatik, Feuer- und Lichteffekten, Live-Gesang und einer fantasievollen Story. Der lebhaftes Alltag in der Grundschule Brachenbüttel ist geprägt vom autoritären Schuldirektor Paulsen. Besonders die Lehrerin Maria Herbst ist ihm ein Dorn im Auge. Eines Tages ändert sich alles, als eine Reinigungskraft eine verstaubte Flasche putzt und damit einen lange vergessenen Geist weckt, der sich mürrisch und schlecht gelaunt herauswindet. Es ist Zeit für Wünsche und da kommt ein Flaschengeist gerade recht ... Unterhaltsam und gefühlvoll rankt sich die Geschichte um Pferdeschaubilder der Sonderklasse mit rund 100 wunderschönen Pferden und Kutschen. Das imposante Pferdetheaterstück wird nur zweimal zu sehen sein, sichern Sie sich also jetzt schon schöne Plätze. Tickets für die NORDPFERD vom 25. bis 27. April und die Abendshow gibt's unter www.nordpferd.de oder über Tel.: 0761 / 888 499 99.

Fotos: Messe & Marketing GmbH - Thomsen (1)

Die Welt der Pferde

... und abends ins
Pferdetheater!

25.-27.04.2025

Holstenhallen - Neumünster



**NORD
 PFERD**
 Die Welt der Pferde

Das Pferde-Event in Schleswig-Holstein!

Mehr Information: [f](https://www.facebook.com/nordpferd) [i](https://www.instagram.com/nordpferd) www.nordpferd.de

Die NORDPFERD präsentiert:
 Spektakuläres Pferdetheater in 2 Akten

WISHES Zeit für Wünsche



25. & 26. 04. 2025, 19:30 Uhr
 Holstenhallen - Neumünster

Tickets unter
www.nordpferd.de

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!



TRAVENTHALER GESTÜTS-WEIHNACHT

Wie jedes Jahr macht das Landgestüt Traventhal den Anfang mit dem ersten Weihnachtsmarkt: Wechselnde Aussteller*innen mit über 100 Ständen und vielfältigem Angebot und ganz eigenen Traventhaler Attraktionen erwarten am 2. und 3. November die Gäste. Speziell für die Kleinen gibt es auf dem Gut ein reichhaltiges Programm: Ponyreiten, die Kindereisenbahn sowie das alte, mit Lebkuchen gespickte Hexenhaus, und der Weihnachtsmann liest aus seinem goldenen Buch vor. Die zutraulichen Traventhaler Lamas und Frau Holle, die es schneien lässt, sind ebenfalls an dem Tag zu bestaunen. Man kann



aber auch einfach nur einen heißen Punsch probieren und das Markttreiben genießen. Es gibt die beliebte Erbsensuppe, Torten, Kuchen, gebrannte Mandeln, Wurst vom Holzkohlegrill und frisch gebräutes Bier aus der Landbrauerei. Der Eintritt kostet 6 Euro, für Kinder unter 12 Jahren ist er frei.

**2. und 3. November
10 bis 18 Uhr
Landgestüt Traventhal**

MODERNES, EDLES UND ORIGINELLES

In einer Wochenendausstellung findet am 9. und 10. November jeweils von 11 bis 18 Uhr im Rellinger Rathaus auf allen Etagen der sehr beliebte Kunsthandwerkermarkt statt. Frei nach dem Motto „klein, aber fein mit viel Atmosphäre“ präsentieren über 35 Kunsthandwerker*innen und Designer*innen Facettenreiches, Schönes und Bezauberndes. Gäste dürfen sich auf wundervolle Bilder, herrliche Skulpturen sowie betörenden Schmuck und noch viel mehr Begeisterndes wie Textilien, Keramik und Papier freuen. Im zweiten Stockwerk lockt dazu das gemütliche Ausstellungscafé zu entspannten Gesprächen bei Kaffee und selbst gebackenem Kuchen. Für das leibliche Wohl sorgen außerdem an beiden Tagen Frau Hansen mit ihrem Suppenmobil und Familie Sommers mit dem Brotstand und einem Brotbackofen im Außenbereich sowie das mobile Coffebike von Cay Wübbeler. Der Eintritt ist frei.

9. und 10. November • Rellinger Rathaus



Fotos: Harry Beiersdorf (1) / Bettina Greitzke (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



Moin liebe Leserinnen und Leser,

Gospelklänge aus New York,
literarische Leckerbissen und
Kunsthandwerk vom Feinsten – auch in
dieser Woche haben wir wieder die
Veranstaltungshighlights der nächsten
Tage für Sie zusammengestellt. Was in

CHRISTMAS GARDEN HAMBURG
christmas-garden.de

LOKI-SCHMIDT-GARTEN BOTANISCHER GARTEN
14. NOVEMBER 2024 – 12. JANUAR 2025



DIE GRÖSSTEN
PFEIFEN,
VON UNS
GERETTET.



Wir erhalten Einzigartiges.
Mit Ihrer Hilfe!

Spendenkonto
IBAN: DE71 500 400 500 400 500 400
BIC: COBA DE FF XXX, Commerzbank AG

www.denkmalschutz.de



DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.

Erlebe – Heile – Strahle

GUTSCHEIN
für ermäßigten Eintritt
im Wert von € 3,-.

Lebensfreude Herbstmesse
Hamburg · 22.–24.11.2024

Messehalle Hamburg-Schnelsen
100 Aussteller, 80 Events und du!

hamburg-lebensfreude.de

DAS IST LOS



STRAHLEND SCHÖN

Ab dem 14. November öffnet der Christmas Garden Hamburg die Tore für seine zweite Saison im Loki-Schmidt-Garten und begeistert das Publikum mit einem neu gestalteten Rundweg und mit unvergesslichen Highlights. In diesem Winter erwartet die Besucher*innen ein farbenfrohes Ensemble aus fantasievollen Lichtattraktionen. Der alle Sinne verwöhnende Spaziergang auf dem rund zwei Kilometer langen Rundweg des Christmas Garden Hamburg ist für viele Gäste aus Hamburg und aus der Region bereits der Beginn einer vorweihnachtlichen Tradition. Karten sind erhältlich unter www.christmas-garden.de/hamburg sowie unter www.myticket.de.

Ab 14. November • Loki-Schmidt-Garten, Hamburg



ERLEBEN – HEILEN – STRAHLEN



Auf der Lebensfreude Messe vom 22. bis 24. November in Hamburg-Schnelsen erwartet Sie dieses Jahr Außergewöhnliches: Das weltbekannte Medium Mychael Shane kommt extra aus den USA, um eine beeindruckende Edelstein-Manifestation zu präsentieren. Weitere Highlights sind die Vorträge und Workshops der Sexologin Susanna-Sitari Rescio, des Autors Keith Sherwood sowie der Schamanin Aayla. In über 80 Vorträgen und Workshops können Sie wertvolle Impulse für Gesundheit, Spiritualität und innere Balance sammeln und über 100 Aussteller*innen laden in der Messehalle Hamburg-Schnelsen dazu ein, nachhaltige Produkte und Beratungen zu entdecken. Viele Angebote können Sie direkt vor Ort ausprobieren – von japanischen Massagen gegen Verspannungen bis hin zu geführten Meditationen für eine entspannte Gedankenwelt. An allen drei Tagen sorgt Singer-Songwriterin Julilea für stimmungsvolle Konzerte. Alle Infos unter www.hamburg-lebensfreude.de.

22. bis 24. November • Messehalle Hamburg-Schnelsen

Adventszauber 2024

Scharrel
Handel
Planung
Gestaltung
Grünes Zentrum Heist

Hochmoorweg 1-5 · 25492 Heist
Telefon 04122-98740 ·  

Öffnungszeiten Adventszauber

18.-22.11. von 9-18 Uhr · Sa., 23.11. von 9-16 Uhr · So., 24.11. von 11-16 Uhr

Winteröffnungszeiten ab 2.12. unter: www.gruenes-zentrum-heist.de
Betriebsferien vom 24.12.2024 bis 9.1.2025



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



ADVENTS- UND WEIHNACHTS- MARKT IM BLUMENHOF

Der **Blumenhof Pein** in Halstenbek hat ab sofort seinen
Advents- und Weihnachtsmarkt geöffnet.

Hier entdeckt die Kundschaft viele Anregungen für die eigene vorweihnachtliche Dekoration zu Hause, aber auch DIY-Fans finden alles, was das Herz begehrt. Ob Lichterketten, Kerzen, Teller, Kugeln oder die passenden Accessoires und Schleifenbänder: Alles ist in großer Auswahl vorhanden und viele Anregungen zur Gestaltung gibt es dazu. Tanne gibt es ab November immer frisch vom Feld. Die große „Adventsausstellung“ wird am 22. November geöffnet. An

dem Wochenende wird zusätzlich mit Kaffee und Kuchen bewirtet. Freuen Sie sich auf den Duft von frischem Tannengrün und Glühwein, der durch die Gewächshäuser zieht, und lassen Sie sich verzaubern von den Adventskränzen, Gestecken und allem, was die fleißigen Floristinnen gefertigt haben. Hier finden Sie bestimmt die perfekte Dekoration für Ihr Zuhause und wunderbare Geschenkideen für Ihre Lieben. „Wir freuen uns auf eine zauberhafte

Adventszeit mit Ihnen und sind ganz sicher, dass Sie das Richtige für Ihr Zuhause bei uns finden. Dafür arbeiten wir und freuen uns auf Sie“, verspricht das Gärtner- und Floristen-Team vom Blumenhof Pein. Mehr Infos unter www.blumenhof-pein.de. Kiek doch mol in ...

**Im November
Blumenhof Pein
Dockenhudener Chaussee 96, Halstenbek**

Fotos: Blumenhof Pein (4)

Zauberhafter Advent

Freitag, 22. November bis 1. Advent

Sa. 23. November 8 – 17 Uhr · So. 24. November 11 – 16 Uhr



Weihnachtssterne
– aus eigener Anzucht –
mit Haltbarkeitsgarantie

Gestecke · Kränze
Dekoration
...mit Liebe
zum Detail!

Kiek doch mol in...

Ideen für Dich

Mo. – Fr. 8 – 18 Uhr
Samstag 8 – 16 Uhr
Sonntag 10 – 12 Uhr



Blumenhof Pein



Dockenhudener Chaussee 96 · 25469 Halstenbek · Tel. 041 01-411 88 · www.blumenhof-pein.de

ADVENTSAUSSTELLUNG

Samstag
23. Nov.
10:00-18:00 Uhr

Do-It-Yourself
Handmade
Regional

Sonntag
24. Nov.
11:00-16:00 Uhr



RUGENBARG 69

- Dieses Jahr in Meyers Welt -

AUS REGIONALER TANNE

- Adventskränze - Gestecke - Sträuße -

GENUSS-STATIONEN

- FRAU Waffel HAMBURG -

- Santos Grill Jungs -



NORDERSTEDTER

WOHNGARTEN

SHOPPING-ABEND

Freitag 15. Nov. 2024

19:00-22:00 Uhr

Tickets unter:

www.norderstedter-wohngarten.de



Rugenbarg 69 - 22848 Norderstedt
Norderstedter Wohngarten GmbH & Co.KG

Rugenbarg 69

DAS IST LOS

ADVENTSSZAUBER
UND WINTERGLANZ

LICHTERMARKT IN ELMSHORN

Vom 25. November bis 24. Dezember verzaubert
der Elmshorner Lichtermarkt wieder
Besucher*innen aus Nah und Fern.



Der Elmshorner Weihnachtsmarkt ist einer der schönsten in der Region und zieht jedes Jahr mehr als hunderttausend Besucher*innen an.

Während der Wintersaison verwandelt sich der Alte Markt an der St.-Nikolai-Kirche in einen Lichtermarkt, der seinen Namen den vielen tausend Lichtpunkten verdankt, die die Bäume auf dem Alten Markt funkeln lassen. Außerdem namensgebend ist die preisgekrönte Straßenbeleuchtung, die eigens für Elmshorn kreiert wurde.

WEIHNACHTSSTIMMUNG

In den urigen Holzhütten wird unter anderem eine Vielfalt an kulinarischen Spezialitäten angeboten. Die Klassiker Glühwein und Bratwurst dürfen natürlich auf keinem Weihnachtsmarkt fehlen, aber auch darüber hinaus bietet der Lichtermarkt eine große Auswahl an süßen und herzhaften Köstlichkeiten. Zusätzlich lockt der Lichtermarkt mit einem nostalgischen Karussell und verschiedenen Erlebnisoasen, die die Herzen von Groß und Klein höher schlagen lassen. Mehr Infos unter www.stadtmarketing-elmshorn.de.

25. November bis 24. Dezember
Alter Markt an der St.-Nikolai-Kirche, Elmshorn

Premiere in Kaltenkirchen

Das Weihnachtsrondell



Vom 27. November an schafft ein neuer Weihnachtsmarkt eine festliche Atmosphäre: Im Herzen Kaltenkirchens auf dem Rondell-Platz entsteht ein Adventstreff im skandinavischen Stil mit einem heimeligen Charakter. Der Markt ist ein Treffpunkt für die Nachbarschaft unter dem Motto „gemeinsam – fair – familiär“. Insbesondere die eigene Eisstockschieß-Bahn, die man stundenweise, aber auch mit Gruppen mieten kann, macht diesen Markt zu einem besonderen Erlebnis in der Vorweihnachtszeit. Lokale Künstler*innen präsentieren ihre handgemachten Produkte, unter denen sich auch das ein oder andere Weihnachtsgeschenk finden lässt.

27. November bis 22. Dezember • Rondell-Platz, Kaltenkirchen

TANNENGRÜN UND KAFFEEDUFT ...



... laden herzlich zum Entdecken und Genießen auf den Hof Ansgarius nach Willenscharen-Brokstedt im Naturpark Aukrug ein. Familie Fölster empfängt Sie mit täglich frischem Tannengrün aus dem eigenen Wald. Ob Nordmann oder Nobilis – zum Abdecken, Stecken oder Binden – es werden von einzelnen Zweigen, Handbunden bis 10-kg-Bunden alle Mengen angeboten. Nach dem Bummel durch die Weihnachtsscheune schmecken Kaffee, Glühwein und selbstgebackene Torten und Waffeln am Kamin richtig gut. Auf Wunsch gibt es täglich Frühstück oder Weihnachtsfeiern ab zehn Personen. Zum Adventsbrunch am Sonntag, 17. November, ab 11 Uhr lädt der festliche Kaminsaal unter anderem mit Gänsebraten zum Schmausen ein. Reservierungen können bei Sabine Fölster unter Tel.: 04324 / 1070 aufgegeben werden.

Im November • Hof Ansgarius, Willenscharen-Brokstedt

Fotos: Adobe Stock (1) / Hof Ansgarius (1)



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



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

Adventsausstellung

SUDECK

Blumen & Gestaltung

Wir laden Sie herzlich zu unserer Adventsausstellung am 24.11. von 11 bis 16 Uhr ein.

Lassen Sie sich von unseren adventlichen Ideen, bei einem leckerem Punsch und kleinen Köstlichkeiten, inspirieren.

Wir freuen uns auf Sie!

Reuterstraße 90 · 25436 Uetersen · Telefon: 04122 3166

Öffnungszeiten: Mo./Mi./Do./Fr. 8.00-18.00 Uhr

Di. 8.00-12.00 Uhr / Sa. 8.00-12.30 Uhr

info@blumen-sudeck.de · www.blumen-sudeck.de

facebook.com/blumensudeck · Instagram blumen_sudeck



PayPal



Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf gegen Herzkrankheiten.

Helfen Sie mit www.herzstiftung.de/spenden

Gut fürs Herz.

Deutsche Herzstiftung



Adventfloristik, Türschmuck, haltbare Gestecke und Kränze zum Gießen, Frischgrün-Bar, dänische Kerzen, Lichter & Geschenkideen

bis zweiten Advent	lange Samstage	extra Sonntage
Mo.-Fr.	16. & 23.11.	17. & 24.11.
9-18 Uhr	9-16 Uhr	11-16 Uhr

Lange Wochenenden Sa+So ab 11 Uhr: Wurst, Burger & Glühwein vonwaldundwiese.de



Reguläre Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9 bis 18 Uhr · Sa. 9 bis 14 Uhr
Winterpause: 2. Advent bis Ende Februar, wieder da ab 1. März 2025

Hauptstraße 43 · 25335 Bokholt-Hanredder · gruene-kugel.de ·

DAS IST LOS

BLUMIGE Grübe



Bei **Blumen & Gestaltung Sudeck** erhalten Sie fertige Sträuße in allen Preiskategorien und farblichen Varianten ebenso wie originellen Hochzeitsschmuck oder dezente Trauerfloristik, alles liebevoll und mit Gespür für das gewisse Etwas zusammengestellt. Hier finden Sie tolle Blumengrübe und Geschenkideen für jeden Anlass und Inspirationen für die kommende Adventszeit, darunter klassische Adventskränze und Gestecke mit Kerzen in den klassischen Rot- oder Cremetönen sowie moderne Highlights in den aktuellen Farben wie Brombeere, Gold und Schwarz. Die sorgsam ausgesuchten Dekoartikel laden zum Verschönern und Verschenken ein, und das erfahrene und fachkundige Team unterstützt mit kreativen Ideen. Als Fleurop-Partner kann das engagierte Team auch für Sie Blumen in die ganze Welt versenden und Ihren Liebsten so eine Freude machen – egal, wie weit entfernt sie sind. Weitere Informationen unter www.blumen-sudeck.de.

ADVERTORIAL

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

STERNENZAUBER
IN GLÜCKSTADT

Glückstädter Weihnachtsmarkt

Ein besonderes Highlight des Sternenzaubers in Glückstadt
bildet der Weihnachtsmarkt vom 13. bis 15. Dezember.



Rund um die festlich geschmückte Tanne erleuchten weihnachtlich dekorierte Holzhütten den Glückstädter Marktplatz. Besucher*innen dürfen sich auf ein zauberhaftes Angebot verschiedener Aussteller freuen, mit einer bunten Mischung aus einzigartigen Kunsthandwerk, verlockenden Back- und Süßwaren und vielem mehr. Dazu wartet die eine oder andere weihnachtliche Geschenkidee darauf, entdeckt zu werden.

GEMÜTLICHE ZEIT

Die gemütliche Atmosphäre wird zur kalten Jahreszeiten mit duftendem Glühwein, Punsch und weiteren leckeren Heißgetränken abgerundet. Kleine Gäste dürfen sich auf einen Ausflug auf dem Karussell freuen und ein paar ausgelassene Runden als Feuerwehrmann oder als Springreiter auf einem Pferdchen drehen. Ein weiterer Höhepunkt ist der Besuch des Weihnachtsmannes, der mit einer weihnachtlichen Geschichte nach Glückstadt kommen wird. Abgerundet wird die Weihnachtsstimmung mit Livemusik auf der weihnachtlichen Bühne am Kandelaber. Geöffnet ist der Glückstädter Weihnachtsmarkt am Freitag zwischen 14 und 20 Uhr, Samstag von 11 bis 21 Uhr und Sonntag von 11 bis 18 Uhr. Mehr Eindrücke zum Sternenzauber in Glückstadt sind unter www.glueckstadt-tourismus.de zu finden.

13. bis 15. Dezember • Glückstädter Marktplatz



Ein Raum für Deine Phantasie!



Schäferwagen • Badewagen • Saunawagen
Tel. 0 46 42 / 96 580 80
www.schaeferwagen-manufaktur.de



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 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.



Der liebevoll gestaltete Sylt Fräulein ...

Wandkalender

29,99 €



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

Geschenke

GUIDE

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

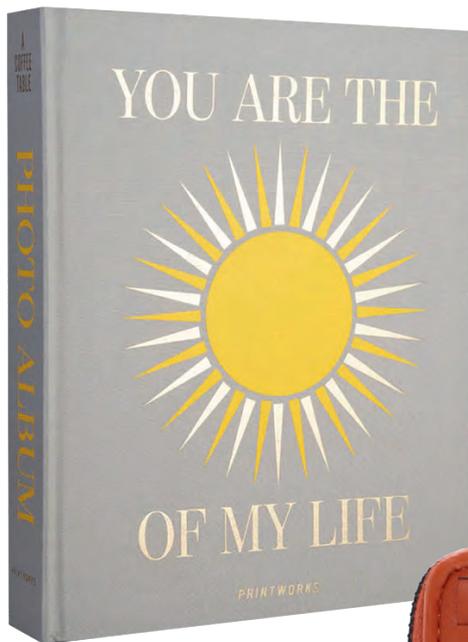
WOHLIGE WÄRME

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.



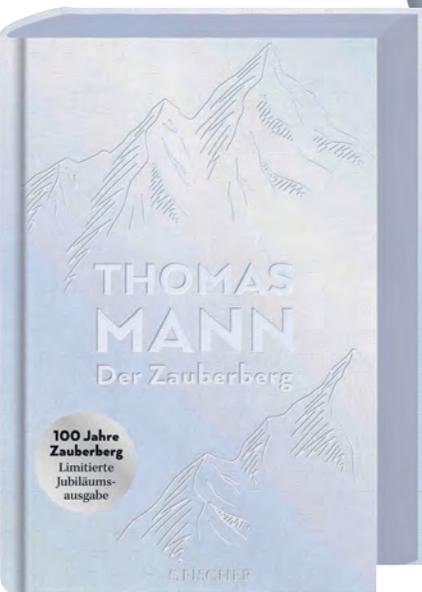
VIELSEITIGE ELEGANZ

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



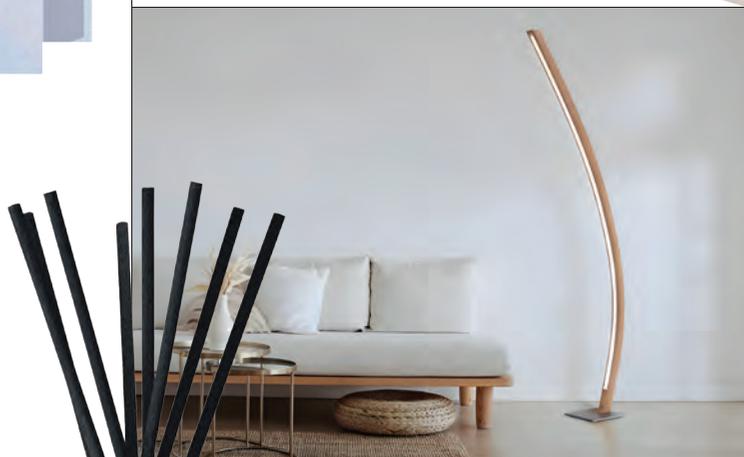
LITERARISCHES MEISTERWERK

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

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.



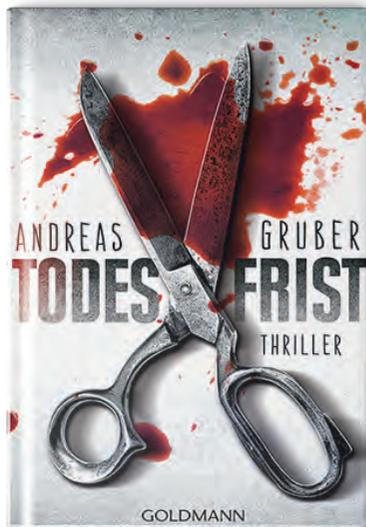
ENTSPANNUNG FÜR DIE SINNE

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



PERFIDES SPIEL

„Wenn Sie innerhalb von 48 Stunden herausfinden, warum ich diese Frau entführt habe, bleibt sie am Leben.“ Mit dieser Botschaft beginnt das Spiel eines Serienmörders. Münchens Kommissarin Sabine Nemez kämpft verzweifelt um die Zeit und entdeckt mit einem niederländischen Kollegen, dass ein altes Kinderbuch dem Täter als grausame Inspiration dient. **Andreas Gruber, Todesfrist, Goldmann, 432 S., 13 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



GOLDENE PFLEGE

Jean&Len's Limited Christmas Edition der „Rosemary & Ginger“ Handpflege verwöhnt die Sinne mit Rosmarin und Ingwer. Perfekt für geschmeidige Hände – natürlich ohne Gedöns. www.jeanlen.de



KUSCHELIG

Die unglaublich weiche Kuscheldecke 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.



IT'S TEATIME!

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

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





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.



EIN MEISTERSTÜCK

Dieser im Bourbon Fass gereifte Whisky zeigt sich facettenreich mit fruchtigen Noten von Mostbirne, Pflaume und Kirsche. Er besticht außerdem durch Noten von Salzkaramell und dunkler Schokolade. Sein Charakter ist spannungsgeladen und mundfüllend mit langem Abgang, cremig und weich, in der Nase wird er zunehmend breiter und gelbfruchtiger. www.birkenhof-brennerei.de

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.



LUXUS FÜR DIE FÜSSE

Der EMU Australia „Jolie“ ist ein warmer Hausschuh aus Wildleder, gefüttert mit australischem Lammfell. Er bietet ein bequemes Tragegefühl und eine strapazierfähige, doppelt abgedichtete Sohle für Halt und Komfort. www.emuaustralia.com

Jetzt im Buchhandel

IHRE GESUNDHEIT

HEILWISSEN FÜR KÖRPER UND SEELE

50% SALE
NUR NOCH
14,95 €



JETZT BESTELLEN UNTER:
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

Mayersche.de

fm

GESCHENKE



PLATZWUNDER

Die große Henkeltasche von Picard aus strapazierfähigem, genarbttem Echtleder kombiniert Eleganz mit Funktionalität. Der Reißverschluss sichert das Hauptfach, ergänzt durch eine Mittelwand und ein Sicherheitsfach. Ein doppeltes Handyfach und der abnehmbare, verstellbare Schultergurt sorgen für Komfort. www.picard-fashion.com

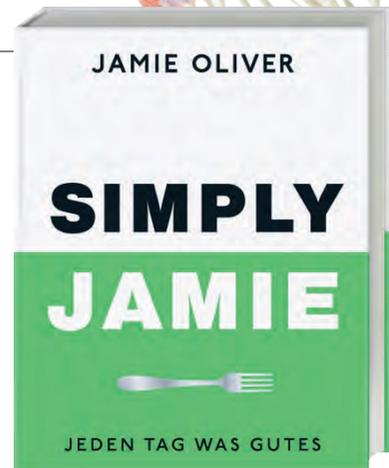
FARBSTATEMENT

Diese kuschelige Decke von KLEKKS bringt Farbe ins Wohnzimmer! Die Kombination aus Lila und Orange lässt jeden Raum erstrahlen. Aus 100 % mulesingfreier Wolle in der Größe 130x200 cm erhältlich bei: www.klekks.com. Vom 1. bis 30. November 2024 finden die „Blanket Weeks“ statt, in denen es 20% Rabatt auf alle Decken gibt.



KOCHSPASS FÜR DEN ALLTAG

Jamie Olivers neues Kochbuch „Simply Jamie“ bietet eine Vielzahl an einfachen und leckeren Rezepten, die sich perfekt in den Alltag einfügen. Von schnellen 20-Minuten-Gerichten bis hin zu besonderen Wochenend-Kreationen ist für jeden Geschmack etwas dabei. Tolle Inspirationen für die Küche mit unkomplizierten Rezepten, die garantiert gelingen. **Jamie Oliver, Simply Jamie, DK Verlag, 288 S., 29,95 Euro**



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



DUFTMOMENTE

Die Ätherische Öle Geschenk-Box „Klassiker“ von Looops vereint die beliebtesten Duftmischungen des Jahres. Die frische Bergluft von Zirbe, die beruhigende Muße von Lavendel und die belebenden Zitrusdüfte der Duftkomposition Sonnenstund bieten alle im Sinne. www.loops.com

NACHHALTIG & STILVOLL

Paveau steht für elegante, wiederverwendbare Glasflaschen und Gläser mit Rillendekor. Die Produkte sind in verschiedenen Farben erhältlich und vereinen Design und Nachhaltigkeit. Mit jedem Kauf unterstützt Paveau die Reduzierung von Verpackungsmüll und spendet für sauberes Trinkwasser. Ein ideales Geschenk, das Stil und Umweltbewusstsein verbindet. www.paveau.com





ALLES FÜR HUNDE, KATZEN & CO.

GESCHENKETIPPS FÜR UNSERE TIERISCHEN BEGLEITER

*Auch unsere geliebten Vierbeiner verdienen es, nicht nur zur Weihnachtszeit verwöhnt zu werden. Bei ZOO & Co. findet man alles, was das Herz von Tierbesitzer*innen und ihren pelzigen Freunden höher schlagen lässt.*

KOMFORT UND STIL FÜR HUNDE UND KATZEN

Ein gemütliches Hundeschlafsofa ist nicht nur ein praktisches Accessoire, sondern auch ein stylisches Möbelstück für den besten Freund des Menschen. Diese bequemen Liegeplätze bieten Hunden einen Rückzugsort, an dem sie entspannen und träumen können. Für Katzen sind hochwertige Kratzbäume ein absolutes Muss – sie bieten nicht nur die Möglichkeit zum Krallenwetzen, sondern auch einen Platz zum Klettern, Spielen und Schlafen.

SPIELSPASS UND BESCHÄFTIGUNG

Für aktive Vierbeiner wird eine breite Auswahl an Spielzeugen geboten – von robusten Kau-spielzeugen für Hunde bis hin zu interaktiven Katzenspielen, die den natürlichen Jagdtrieb ansprechen. Mit diesen Geschenken sorgen Sie für stundenlange Unterhaltung und fördern gleichzeitig die Fitness und das Wohlbefinden Ihrer Haustiere.

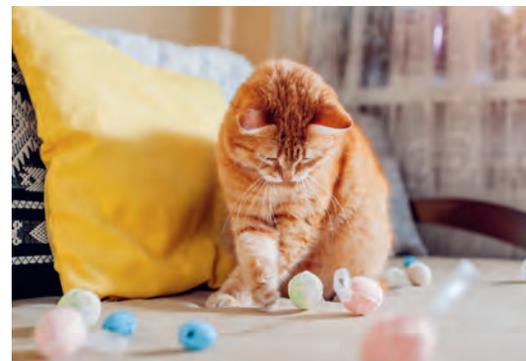
PRAKTISCHE HELFER FÜR DEN ALLTAG

Neben Spielzeug und Komfortprodukten gibt es viele praktische Dinge, die das Leben von Tierbesitzern erleichtern. Wie wäre es mit einem ergonomischen Futterspender, der frisches Wasser und Futter immer griffbereit hält? Oder stilvolle Leinen und Halsbänder, die nicht nur funktional, sondern auch echte Hingucker sind? Schauen Sie vorbei und entdecken Sie die Welt der Geschenke für Haustierliebhaber – denn unsere tierischen Begleiter verdienen nur das Beste!

Mehr Infos unter www.zooundco-itzehoe.de und www.zooundco-heide.de.

ZOO & Co.
Otto-Hahn-Str. 2, Itzehoe
Tel.: 04821 / 600 881
www.zooundco-itzehoe.de

ZOO & Co.
Hamburger Str. 129, Heide
Tel.: 0481 / 78 70 366
www.zooundco-heide.de



EIN PERFEKTER TAG IN

Göteborg

Es ist ein Leichtes, mit der Fähre von Kiel aus der schwedischen Großstadt einen Kurzbesuch abzustatten. Kaufen Sie sich dort ein Tagesticket für die Straßenbahn und machen Sie sich mit uns auf den Weg in die City!

Diese und viele weitere Tipps für Ausflüge und Reisen in Schleswig-Holstein und auch Skandinavien finden Sie auf foerdefraeulein.de.



1. EINE FIKA IN HAGA

Der erste Stopp an der Haltestelle **Jarntorget** führt in das quirlige Stadtviertel Haga. Hier begeistern nicht nur die fröhlich bunten Holzhäuschen, sondern auch die vielen inhabergeführten Einkaufsläden und schnuckeligen Cafés, die sich in der **Haga Nygata** wie Perlen an der Schnur reihen. Nach dem ausgiebigen Schaufensterbummel wird es Zeit für eine gemütliche Rast – im Schwedischen besser bekannt als „**Fika**“, also eine typisch schwedische Kaffeepause. Es heißt, man solle diesem Brauch mindestens zweimal am Tag nachkommen. Kein Problem bei so vielen Cafés, die mit Leckereien wie den köstlichen Zimtschnecken Hagabullen locken – zum Beispiel das Café Husaren in der Haga Nygata 28.

2. BLICK ÜBER DIE STADT

Nun gilt es, die genüsslich verspeisten Kalorien wieder in Bewegung umzuwandeln. Dafür bietet sich ein Spaziergang zur **Skansen Kronan** an. Die ehemalige Verteidigungsanlage aus dem 17. Jahrhundert liegt auf einem Hügel, den man über eine sehr lange Treppe erklimmen kann. Die Anstrengung zahlt sich aus! Denn oben angekommen, genießt man einen herrlichen Blick über das schöne Göteborg.



3. STADTBUMMEL

Wieder mit der Straßenbahn geht es weiter Richtung Stadtkern, denn dort befinden sich die bekanntesten Einkaufsstraßen Göteborgs: die Kungsgatan, die Kyrkogatan, die Drottninggatan und das trendige Viertel rund um die Magasinsgatan. An der Haltestelle **Brunnsparken** geht es raus aus der Bahn und rein ins Shoppinggetümmel. Es gibt unglaublich viele Geschäfte zu entdecken, bekannte Ketten, Shopping-Malls und Designerläden gehören genauso dazu, wie originelle Vintageshops und Secondhandläden. Hinzu kommt eine gigantische Auswahl an Cafés, Restaurants und Bistros.



4. AUF SCHLEMMERTOUR

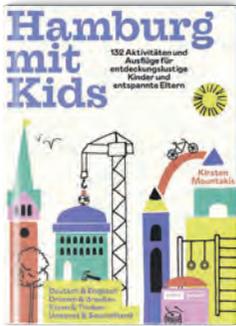
Die majestätische XXL-Zimtschnecke ist vielleicht noch nicht verdaut, aber keinesfalls sollte man sich die bekannte **Stora Saluhallen** entgehen lassen. Göteborgs größte Markthalle befindet sich in der Innenstadt am **Kungstorg**. Dort finden sich mehr als 40 Stände und Restaurants mit nationalen und internationalen Produkten. Da dürfen Köttbullar, Elchfleisch, Rentier und Lachs natürlich nicht fehlen. Hinzu kommen allerlei Feinkostprodukte, Schokolade, Bonbons, Gewürze und vieles mehr.

5. MEERESSCHÄTZE GENIESSEN

In der **Feskekörka**, zu Deutsch Fischkirche, werden frischer Fisch und Meeresfrüchte angeboten. Das Gebäude erinnert optisch an eine Kirche, daher der Name. Dort gibt es zwei Bistros, in denen man verschiedene Fischspezialitäten wie zum Beispiel ein leckeres Brot mit Krabben probieren kann. Vorab sollte man sich über die Öffnungszeiten erkundigen, damit man nicht vor verschlossenen Türen steht.



Reisebuch-Tipps



HAMBURG MIT KIDS

„Hamburg mit Kids“ bietet 132 Tipps für drinnen und draußen und lädt ein, lokale Einrichtungen aus Kultur, Gastronomie und Sport sowie familienfreundliche und inklusive Angebote kleinerer Anbieter zu entdecken. Viele Tipps sind sehr günstig oder sogar kostenlos. Das Konzept ist direkt so gut angekommen, dass die erste Auflage bereits ausverkauft ist. Im Dezember erscheint die Neuauflage, bis dahin kann man auf Kirsten Mountakis Instagram-Kanal @hamburgwithkids stöbern.

Kirsten Mountakis,
Junius Verlag, 192 Seiten, 20 Euro



DEUTSCHLAND IM WINTER

Man muss nicht in ferne Länder reisen, um Unvergessliches zu erleben. Unter dem Motto „Endlich Winter“ versammelt dieses zauberhafte Reisehandbuch Geheimtipps von knapp 50 reiseaffinen Autor*innen zu außergewöhnlichen Orten, Events und Ausflügen in ganz Deutschland. Es richtet sich damit sowohl an echte Winterfans als auch an jene, die bisher lieber am Kamin von fernen Stränden träumten, denn die vielfältigen Empfehlungen versprechen einen erlebnisreichen Winter.

Aylin und Stefan Krieger (Hrsg.),
Reisedepeschen, 192 Seiten, 22 Euro



SCHNEELUST

„Schneelust – Die schönsten Ziele für nachhaltigen Wintersport in Europa“ liefert Inspiration für Wintersportfans, die sich fragen: Wo und wie in Europa lässt sich überhaupt noch uneingeschränkter Skispaß erleben? Welche Regionen lassen sich gut mit Bus und Bahn erreichen? Welche Skigebiete setzen auf nachhaltige Formen der Energiegewinnung, um für ausreichend Schnee auf ihren Pisten zu sorgen? Auf diese Fragen liefert dieser besondere Reiseführer ausführlich Antwort.

Andreas Lesti (Hrsg.),
Polyglott, 216 Seiten, 29 Euro



WINTERZEIT AM KIEKEBERG

Alte Haustierrassen, historische Höfe und Gärten: Das **Freilichtmuseum am Kiekeberg** bietet eine Zeitreise in die ländliche Hofwirtschaft ab dem 17. Jahrhundert. Fünf Gebäude veranschaulichen den rasanten Dorfausbau in der Nachkriegszeit. Ein Geschäftshaus lädt mit typischen Läden zum Schaufensterbummel in der Vorweihnachtszeit ein.

BEI WIND UND WETTER

Das Museum bietet in seinen Häusern bei jedem Wetter spannende Ausstellungen: Das „Haus des Handwerks“ zeigt den Wandel vom traditionellen Landhandwerk vor 200 Jahren

zur modernen Dienstleistungsgesellschaft. Das „Agrarium“ veranschaulicht auf 3300 Quadratmetern die Entwicklung der Landwirtschaft und Ernährungsindustrie und in den „Spielwelten“ entdecken Besucher*innen viele Spielsachen von 1950 bis 1980 wieder. Nach einer ausgiebigen Entdeckungsreise lockt der Museums-gasthof „Stoof Mudders Kroog“ mit saisonalen, norddeutschen Gerichten. „Das Wegewitz – Museumscfé und Rösterei“ bietet eigene Kaffee-Röstungen und hausgebackenen Kuchen. Der Eintritt ist für Personen unter 18 Jahren, Mitglieder des Fördervereins des Freilichtmuseums am Kiekeberg sowie Besucher*innen mit

EINTRITT FREI UNTER 18 JAHREN

Weihnachtsmärkte des Kunsthandwerks am Kiekeberg

29.11. – 1.12. und 13. – 15.12.
10 – 18 Uhr

KIEKEBERG Freilichtmuseum am Kiekeberg kiekeberg-museum.de

Behinderung (mind. GdB 80) frei. Erwachsene zahlen elf Euro. In der Weihnachtszeit hat das Freilichtmuseum vom 26. bis 29. Dezember geöffnet. Mehr Infos unter Tel.: 040 / 790 17 60, per E-Mail an info@kiekeberg-museum.de oder unter www.kiekeberg-museum.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



RESTAURANT



Genießen Sie im November leckere Wildspezialitäten und deftigen Grünkohl!

Am Hafen 54 · 25348 Glückstadt
Tel.: 04124/1807 · www.restaurant-zur-alten-muehle.de

Für ein
besseres
Leben.
Für Mensch
und Tier.



www.provieh.de

SO SCHMECKT DER NORDEN

WEIHNACHTSFEIER MIT MALERISCHEM AUSBLICK



Idyllisch am Glückstädter Hafen gelegen, ist das beliebte Restaurant **Zur Alten Mühle** über die Stadtgrenzen hinweg vor allem als Institution für Fischspezialitäten bekannt. Inhaber Dieter Lassmann und sein Team kredenzen aber auch leidenschaftlich gern andere norddeutsche Klassiker. Ab November können sich Gäste zum Beispiel über schmackhaften Grünkohl freuen und ab dem 11. November werden Gerichte von der Gans serviert. Damit eignet sich Zur Alten Mühle perfekt für die kommende Weihnachtsfeier. Buchen Sie jetzt rechtzeitig Ihren Tisch unter Tel.: 04124 / 18 07. Weitere Informationen unter www.restaurant-zur-alten-muehle.de.

DIESE VIELFALT SCHMECKT

Seit 67 Jahren steht **Hof Dannwisch in Horst** für biologisch-dynamische Landwirtschaft. Hier werden die hofeigenen Produkte, wie der preisgekrönte Käse sowie Joghurt, Butter, Vorzugsmilch, Eier, Gemüse und Fleisch und weitere Naturkostwaren angeboten. Über den Lieferservice (shop.dannwisch.de) kann man sich das komplette Sortiment nach Hause liefern lassen. Als Einstieg in die große Auswahl eignet sich die Dannwischer Schnupperkiste mit saisonalen Hofprodukten. Auch über die solidarische Landwirtschaft, die seit 2024 besteht, kann man wöchentlich in den Genuss von saisonalem Gemüse vom Hof kommen. Natürlich ist auch der direkte Einkauf im Hofladen möglich, und zwar werktags (außer mittwochs) von 9 bis 18 Uhr sowie sonnabends von 9 bis 14 Uhr. Die Veranstaltungen laden Groß und Klein ein, die Arbeiten auf dem Bauernhof hautnah zu erleben. Termine unter shop.dannwisch.de.



Traditionell handwerklich werden die verschiedenen Käsesorten von Hofkäser Niels Lehmann hergestellt.

Fotos: Zur Alten Mühle (1) / Adobe Stock (1) / U. Gläser (1)

Hof DANNWISCH
BIOLOGISCH-DYNAMISCH SEIT 1957

BIOLOGISCH - LECKER - FRISCH

VIELFALT ERLEBEN

BIO-LIEFERSERVICE
BIO-HOFLADEN
SOLAWI

SHOP.DANNWISCH.DE
DANNWISCH 1 · 25358 HORST

demeter

Biologisch
Dynamisch
67
JAHREN



WEIHNACHTLICHE VORFREUDE

FÜR DIE GANZE FAMILIE

Am warmen Holzofen in der gemütlichen Gaststube vom **Dithmarscher Gänsemarkt** in Gudendorf beginnt nun so langsam die Vorfreude auf das Weihnachtsfest.

Und das kann man riechen. Köstlicher Duft von Gänsebraten mit Rotkohl liegt in der Luft! Die Hofküche serviert neben vielen anderen Gerichten täglich Gänsebraten klassisch mit Rotkohl und Kartoffeln oder leckere halbe Enten. Zur Kaffeezeit gibt es hausgemachte Torten und Kuchen.

WEIHNACHTSGÄNSE VORBESTELLEN

Die Markthalle lockt mit Spezialitäten von der Gans wie Gänseleberwurst oder geräucherter Gänsebrust, Nützlichem und Dekorativem für Haus und Garten und tollen Geschenkideen – nicht nur für die Weihnachtszeit. Frische Weih-

nachtsgänse oder Enten zur Abholung am 22. oder 23. Dezember können ab sofort vorbestellt werden, allerdings nur solange der Vorrat reicht.

DAUNENDECKEN ALS GESCHENK

Etwas ganz Besonderes bietet die Daunenstube. Hier gibt es Daunenbetten und Kopfkissen aus der eigenen Betten-Manufaktur. Verarbeitet werden ausschließlich die Daunen und Federn der eigenen Dithmarscher Gänse. In Handarbeit mit Liebe zum Detail entsteht so ein hervorragendes Qualitätsprodukt, das auch über das Internet unter www.gänsebetten.de zu erwerben ist. Zur kalten Jahreszeit gibt es eine große Auswahl an kuscheligen Daunendecken und Kissen. Das perfekte Weihnachtsgeschenk! Auch individuelle Kundenwünsche können übrigens in der Manufaktur realisiert werden. „Wir sind da sehr flexibel. Sprechen Sie uns einfach an“, sagt Stefan Anders.

DECKENREINIGUNG

Relativ neu im Angebot des Dithmarscher Gänsemarktes ist die Reinigung von Daunendecken und Kissen. Das Team vom Gänsemarkt steht dabei hilfreich zu Seite und berät gerne. Ein Besuch lohnt sich immer. Geöffnet ist von Dienstag bis Sonntag ab 10 Uhr. Mehr unter www.gänsemarkt.de und www.gänsebetten.de.



WEIHNACHTS-
ZAUBER
31.10. BIS
22.12.

Dithmarscher Gänsemarkt

WEIHNACHTLICHE VORFREUDE
FÜR DIE GANZE FAMILIE

Farmküche, Markthalle mit Gänsespezialitäten,
Weihnachtsgänsen und Geschenkideen,
Daunenbetten-Manufaktur + Reinigung

Geöffnet:

31. Okt. – 22. Dez., Di – So, 10 – 19 Uhr
Infos auf gänsemarkt.de

📍 @dithmarscher.gaensemarkt
Hauptstr. 1, 25693 Gudendorf

Fotos: Dithmarscher Gänsemarkt (2)



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 $\frac{1}{2}$ 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-Sternekoch 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.

Fotos: Magulski (1) / Thorsten Weigl (1) / Benedikt Roth (1) / Tony Hohlfeld (1)

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-Probeabo

* 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.

SO SCHMECKT DER NORDEN

VINOPHILE ENTDECKUNGEN

Der WEINMINI-Adventskalender von Geile Weine bietet 24 kleine Wein-Überraschungen im 100-ml-Probierformat. Winzerweine aus Deutschland, Frankreich, Portugal, Spanien und Südafrika laden dazu ein, sich durch die Weinwelt zu probieren. Von fruchtig über tiefgründig bis hin zu trocken oder feinherb ist für jeden Geschmack etwas dabei. Ein genussvoller Begleiter durch die Adventszeit.

Erhältlich für 69,90 Euro bei www.geileweine.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.**



GESUNDE GESCHMACKSVIELFALT

KoRo 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 jeweils 54,95 Euro unter www.koro.com.**



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.

FRÜHSTÜCKSFREUDEN

So lässt es sich in den Tag starten! mymuesli bietet drei prallgefüllte Adventskalender, die jeden Morgenmuffel 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.**



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 auf www.franck-olivier.de/gascogne.**



HERZERWÄRMENDE TEEMOMENTE

Der große ausfaltbare „Copper Tee“-Adventskalender bringt mit einer Vielzahl an Bio-Teesorten vorweihnachtliche Stimmung in die Stube. Als schönes Mitbringsel macht sich die kleine Version des Kalenders auch wunderbar. Beide Kalender erfreuen nicht nur durch die köstliche Tee-Vielfalt, sondern vor allem auch durch ihr zauberhaftes Design. **Erhältlich für 4,49 Euro bzw. 11,99 Euro bei www.copper-teas.de.**





PALAZZO BITTET ZU TISCH!

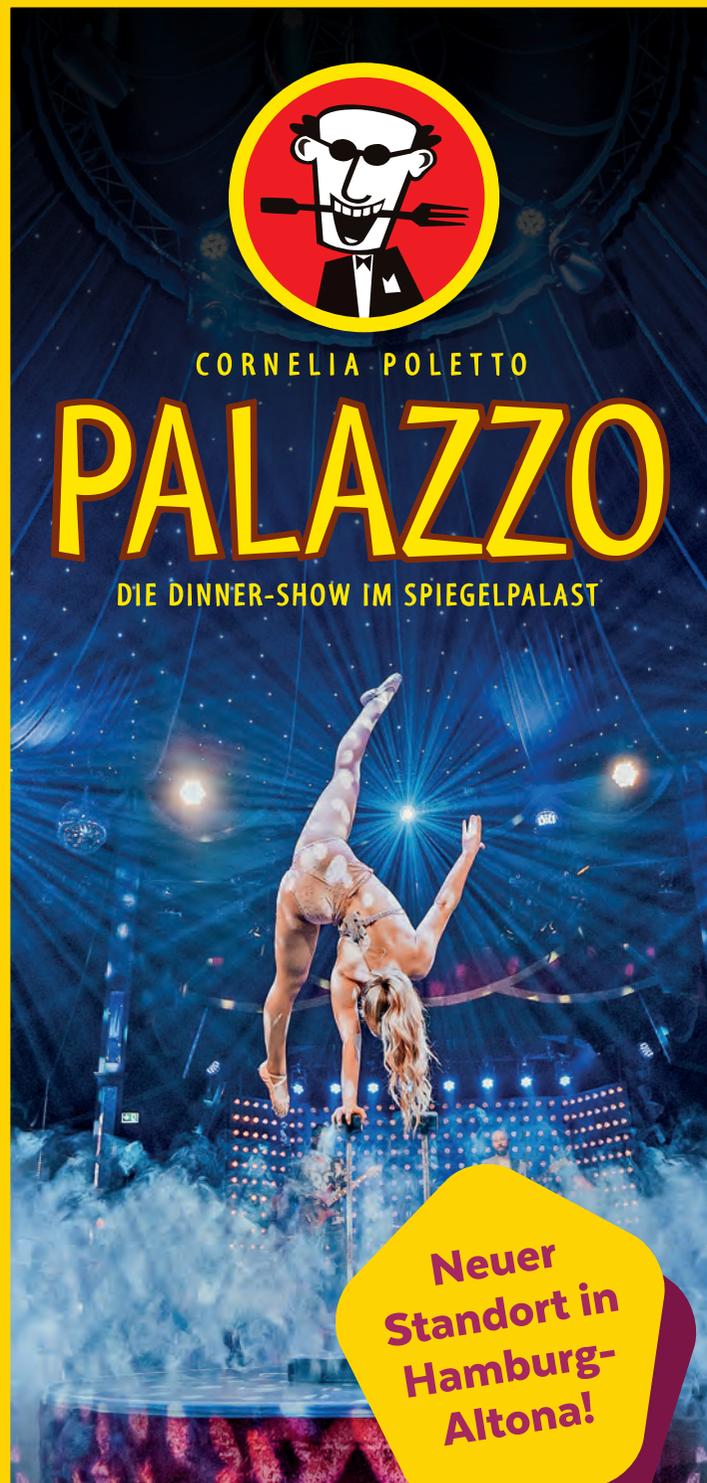
Am 8. November startet der **Cornelia Poletto PALAZZO** in Hamburg in seine neunte Spielzeit – mit neuem Menü, neuer Show und einem neuen Standort.

„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



Das Fest der Sinne!

08. November
bis 09. März



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

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.

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 eingenäht. 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



FÜR DRAUSSEN-MOMENTE
Begleitung bei Gänsehautwetter



NICHT KLEIN-KARIERT
Schal in wunder-schöner Farb-komposition



FARBEN-FROHES STREIFEN-TALENT

... vertreibt graue Gedanken durch Kuschelfaktor



GUT BESCHÜTZT
Handschuhe in vielen Farben erhältlich, für nord-deutsches Küstenwetter

ZEITLOSE MODE MIT PERSÖNLICHKEIT

Minimalistisch-skandinavisch, frisches Design, am Puls der Zeit ...

... so könnte man wohl die immer wieder neu eintreffenden Modehighlights vom Bekleidungs-geschäft **NOT NAKED** mit wenigen Worten beschreiben. Anke und Lisbeth stellen mit viel Liebe zum Detail die Kollektionen zusammen: „Entdeckt bei uns Mode, die sowohl modern als auch authentisch ist, und genießt unsere individuelle Beratung in entspannter, fast schon familiärer Atmosphäre.“

Königsstraße 4, Elmshorn, Tel.: 04121 / 262 51 89
www.notnaked.de, auch bei Facebook und Instagram

EINE SÜNDE WERT

Lakrids by Bülow und andere Geschenkideen sind natürlich auch vorhanden.



TRENDSTARK

Leo ist derzeit quasi schon ein „Muss“ – und wenn das Muster in dieser Form daher kommt, immer her damit!

ALLROUNDER

Farblich zurückhaltend überzeugt die Jacke durch die Details und ist der perfekte Modepartner für viele Looks.



NEVER SAY NEVER

Diese „Puschen“ sind und bleiben Evergreens.



FAVORITEN DES MONATS LIEBLINGSPRODUKTE

Persönliche Produktempfehlungen aus der Redaktion.



GLÄTTEND

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

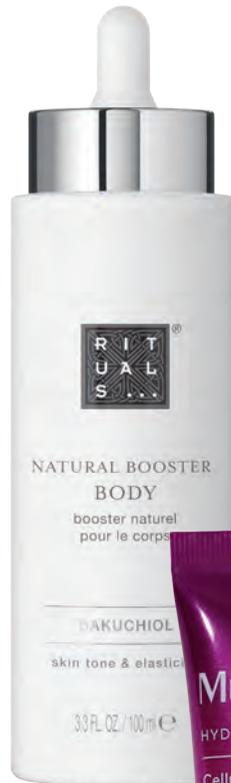
PRÄZISE & MAKELLOS

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



BERUHIGEND

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



PFLEGE-BOOSTER

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



BERUHIGT & REPARIERT

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



SANFT

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



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.vonkinsky.shop



FARBBRILLANZ

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

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.

PROPHILO

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



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 Bild-Zeitung: 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 weiter erzählt. 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

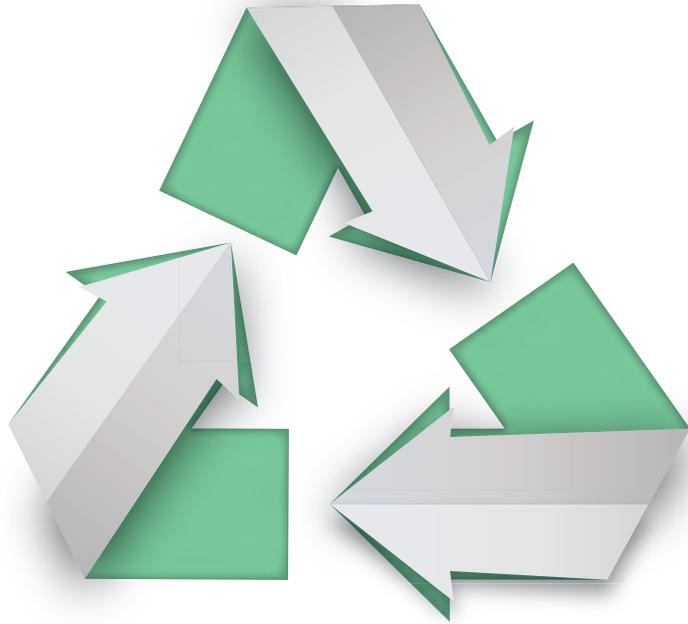
Trotz der Hürden, die eine Erfindung nehmen muss, ist Ingeborg Backhaus der Meinung: Erfinden ist schön! „Es ist immer wieder befriedigend, eine Lösung gefunden zu haben“, sagt die Vorsitzende und lädt junge Leute ein, dem Erfinderclub Schleswig-Holstein beizutreten. „Unsere Mitglieder kommen in die 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.





Angenehme Wärme schnell, sparsam und gezielt: Dafür sorgt die elektrische Boden- und Wandheizung Schlüter-DITRA-HEAT-E.

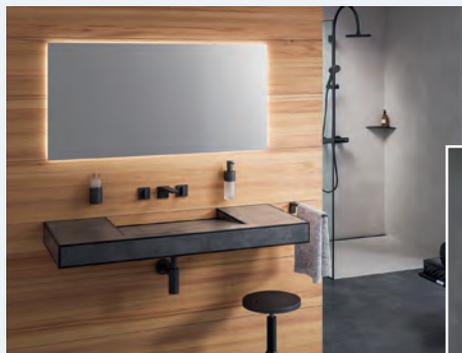
HEUTE SCHON KOMFORT VON MORGEN GENIESSEN

Ein modernes Generationenbad muss vielen Ansprüchen genügen. Es geht um Barrierefreiheit, zeitgemäße Optik, aber natürlich auch um allgemeinen Komfort.

Schwungvoller Start in den Tag, Ladestation für neue Energie am Abend, Oase der Entspannung – ein Bad hat viele Aufgaben zu erfüllen. Der Wunsch nach zeitgemäßer Ästhetik ist dabei ebenso groß wie der nach Komfort und Barrierefreiheit.

ABGESTIMMTE SYSTEMLÖSUNGEN

Intelligente, clever aufeinander abgestimmte Systemlösungen leisten beides: Mit Schlüter-KERDI-BOARD lassen sich individuell befließbare Waschtische anfertigen – auch freischwebend. Zudem ermöglicht es den einfachen Einbau von Nischen und Sitzbänken. Kombiniert mit dem bodengleichen, variabel anpassbaren Duschsystem KERDI-LINE-VARIO, der elektrischen Flächenheizung DITRA-HEAT-E für Boden und Wände und dem Lichtprofilsys-



Mit dem cleveren Komplettsset Schlüter-KERDI-BOARD lassen sich Waschtische individuell gestalten – bei Bedarf auch unterfahrbar.

Die vielseitigen LED-Module der LIPROTEC-Produktlinie ermöglichen ein kreatives Zusammenspiel von Licht und Keramik.



tem LIPROTEC entstehen Bäder, in denen sich Jung und Alt wohlfühlen. Weitere Informationen unter www.schlueter.de. (epr)



GESCHÜTZT UND SICHER

Optimalen Schutz gegen Hitze, Kälte und auch Einbrecher bietet als Spezialist für Rollläden, Plissees, Markisen & Co. die Firma Andre Gutjahr Rolladenbau – und das das ganze Jahr hindurch, denn während die Produkte im Sommer vor allem als Sonnenschutz dienen, lassen sie im Winter die Kälte draußen und bieten außerdem Sicherheit vor Einbrüchen. Die Produkte des Ellerbeker Unternehmens – etwa von der Marke Heroal – sind nicht nur echte Hingucker, sondern auch wahre Energiesparer. Das Sortiment ist breit gefächert: Von Vertikal-Rollos über Plissees von IFA-SOL, Markisen von Mobau und Motoren von Somfy ist für jeden Bedarf etwas dabei. Ein kompetenter Montage- und Reparaturservice rundet das Angebot ab. Mehr unter www.gutjahr-rolladenbau.de



DIE KÜCHE – NATÜRLICH INDIVIDUELL

Die Küche – hier wird gekocht und gegessen, hier kommen Familie und Freunde zusammen, hier spielt das Leben. Bei der Planung einer schönen aber auch funktionalen Küche ist viel zu berücksichtigen, da dieser Raum so individuell sein soll wie die Menschen, die ihn nutzen. „Das ist unser Anspruch“, sagt Thomas Pröhl, Geschäftsführer der **Peter Pröhl Fliesenhandel GmbH**. „Wir bringen Design und Funktionalität nach den Bedürfnissen unser Kund*innen zusammen.“ Das inhabergeführte Unternehmen ist seit gut 50 Jahren Experte für Fliesen und die Planung von Komplett-Bädern. Mit ihrer Erfahrung rund um Wohnraumgestaltung punkten die Badprofis seit einigen Jahren auch als zertifizierter Küchenfachhandel. „Für jeden Stil und jedes Budget finden wir die perfekte Lösung“, so Thomas Pröhl. „Mit unseren Kooperationspartner Nobilia und Siemens gestalten wir Ihre ganz persönliche Traumküche.“

Rolladen Türen Fenster
Rollos Vertikal-Lamellen
Markisen Jalousien
Reparaturservice
Wintergarten Beschattung



Sicherheit+
Sonnenschutz

André Gutjahr Rolladenbau
 Moordamm 1a · 25474 Ellerbek
 Telefon 0 41 01 - 77 66 60 · Fax 0 41 01 - 83 66 74
 E-mail: info@gutjahr-rolladenbau.de
 Internet: www.gutjahr-rolladenbau.de

WIR SUCHEN
DICH FÜR
UNSER TEAM



TelefonSeelsorge®



Interesse? Schick eine Mail an:
oeffentlichkeitsarbeit@telefonseelsorge.de

Wir sind nicht nur Bad-, sondern auch Küchenexperte!



Große Fachausstellung

Gestalten Sie mit uns Ihre Traumküche!

Bredhornweg 76 · 25488 Holm/Wedel · Tel.: 04103 - 961-0
info@proehl-fliesen.de · www.proehl-fliesen.de
 Montag - Freitag 8.00 - 18.00 Uhr · Samstag 10.00 - 13.00 Uhr



GEMÜTLICHKEIT UND WOHLIGE WÄRME

Das Eckernförder Ofenstudio realisiert mit Ihnen Ihren Traumofen und ist nun auch in Itzehoe vertreten. Heide folgt in Kürze!

Von der Beratung und Planung über den Schornsteinbau und Einbau von Kaminöfen bis hin zur vollen Ausstattung mit hochwertigem Zubehör und dem richtigen Kaminholz sorgt das **Eckernförder Ofenstudio** dafür, dass Gemütlichkeit bei Ihnen im Haus Einzug hält. Das Team rund um Geschäftsführer Michael König, der als gelernter Schornsteinfeger und Ofenbauer gemeinsam mit René Quitsch auch

die Montagen durchführt, bietet zusätzlich eine regelmäßige Wartung von Schornsteinen und Öfen an. Sollte einmal etwas mit einem Ofen nicht in Ordnung oder die Funktionalität gestört sein, bietet das zertifizierte Fachpersonal eine qualifizierte Reparatur direkt vor Ort an. Auch der Austausch von Kachelöfen und Kamineinsätzen ist für das Team aus Eckernförde kein Problem.

Das Ofenstudio Eckernförde präsentiert in der Dauerausstellung im Domstag 25 derzeit einige aktuelle, hochwertige Öfen in allen Preisklassen. Die Kund*innen können sich so vor Ort selbst ein Bild von ihrem neuen Ofen machen und sich mit fachlicher Expertise von Erika Mohr beraten lassen. Auf ausgewählte Bestandsöfen gibt es attraktive Angebote.

Eine weitere Geschäftsstelle des Eckernförder Ofenstudios wurde vor zwei Wochen in Itzehoe eröffnet. Eine weitere in Heide wird in Kürze folgen. Das Team vom Eckernförder Ofenstudio freut sich auf viele Kund*innen! Mehr Infos unter www.ofenstudio-eckernfoerde.de.

Fotos: HWAM (1) / Film Sörensen

MODULARER OFEN MIT VIELEN OPTIONEN

Wer sich für den HWAM 5500 entscheidet, entscheidet sich nicht nur für eine Wärmequelle, sondern für ein Möbelstück, an dem man sich herrlich wärmen und entspannen kann. Mit vielen verschiedenen wählbaren Modulen bekommt der Ofen seine eigene persönliche Note. Er ist in mehreren Höhen erhältlich. Mit den weiteren Modulen lässt er sich nahezu unbegrenzt erweitern.



LIFT ME UP, SCOTTI!

Wenn das Treppensteigen mühsam wird, kann ein platzsparender Homelift die Lösung sein.

Mit zunehmendem Alter lassen Kraft und Beweglichkeit nach und vieles, was früher mühelos bewältigt wurde, ist plötzlich eine Herausforderung. Dazu gehört auch das Treppensteigen, das mit der Zeit zum Hindernis werden kann.

GUTE ALTERNATIVE

Um auch im Alter weiterhin mobil in den eigenen vier Wänden zu sein, denken viele an einen Treppenlift oder an einen teuren Aufzug. Der Homelift von Lifton ist eine clevere Alternative und lässt sich auch nachträglich ins Haus einbauen – und das viel einfacher als gedacht. Ein Lifton-Profi prüft vorab die technische Machbarkeit und plant diese gemeinsam mit



Ein Aufzug in den eigenen vier Wänden steigert die Lebensqualität – und den Wert der Immobilie.



dem/der Kund*in und den beteiligten Handwerker*innen. Ein kompetenter und erfahrener Lifton-Baupartner führt dann alle baulichen Maßnahmen durch – ohne viel Schmutz und in der Regel innerhalb von 48 Stunden. Nach der Installation erhält der/die Kund*in von Lifton eine Einweisung – und schon kann es losgehen! Ein Lifton Homelift ist platzsparend im Einbau, denn er kommt mit einer Grundfläche

von knapp einem Quadratmeter aus. Benötigt werden lediglich ein Deckenausschnitt und eine Steckdose in der Nähe. Eine Baugenehmigung ist nicht erforderlich. Die Kosten liegen weit unter dem Preis eines Aufzugs und können durch Fördermaßnahmen von KfW, Pflegekasse und Co. deutlich gesenkt werden. (epf) Mehr unter www.lifton.de.



ECKERNFÖRDER
OFENSTUDIO
— KAMINÖFEN & SCHORNSTEINTECHNIK —



MAX BLANK
HIGH QUALITY

***Brennen Sie schon jetzt für die neue
Bundesimmissionsschutzverordnung?***

***Dann vereinbaren Sie jetzt einen Beratungstermin
und sichern Sie sich Ihren neuen Kaminofen.***

Eckernförder Ofenstudio GmbH
Sandberg 19 - 25524 Itzehoe
Tel. 04351 75 333 87
www.ofenstudio-eckernfoerde.de



Öffnungszeiten:
Mi.-Fr. 14-18 Uhr
Sa. 10-14 Uhr



HoWe
Horst Weige

•Umzüge •Transporte
•Entrümpelungen

- Geschultes Fachpersonal
- Büroumzüge
- Elektroarbeiten
- Möbeleinlagerungen
- Möbeltransportversicherung
- Möbelmontage durch Tischler

Ellerhoop:
04120/707940
Barmstedt:
04123/9226570
Wedel:
04103/8033903

Kostenvoranschlag, Umzugskartons sowie Anfahrt **KOSTENLOS!**

Meyer's Mühle

Hamburgs Abholmarkt
für Gartenmöbel

Jetzt die **1.000 aktuellsten Artikel** mit Foto, Text + Preisen auf unserer Homepage meyers-muehle-gartenmoebel.de und täglich von 10-18 Uhr in unserer 4.000 qm Ausstellung in Norderstedt Ohechausse 20 + Rugenborg 92 – wir liefern sofort frei Haus oder

Sie sparen noch 10% bei Selbstabholung

Meyer's Mühle
**GARTEN
TECHNIK**

ALT gegen NEU Aktion!
Informieren Sie sich jetzt bei uns!

Kettensägen • Rasenmäher • Mähroboter • Vertikutierer
und viele andere Gartengeräte

Rugenborg 51 • 22848 Norderstedt • Tel. 040-528 62 280
www.meyers-muehle-gartentechnik.de

HAUS, HOF & GARTEN



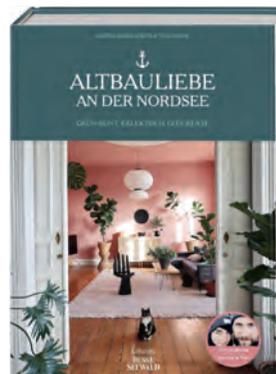
HANDLICH UND SCHNELL

Die Tielbürger TK17 Kehrmaschine ist ideal für den privaten Einsatz in Hof und Garten, auf Gehwegen und Auffahrten. Ob Frühjahrsreinigung, Laubbeseitigung oder Winterdienst – für jede Jahreszeit und jeden Zweck steht Ihnen nützliches Zubehör zur Verfügung: Kehrgutbehälter, Laubsammler, Räumschild und Schneeketten. Die Bürste kann vom Lenker aus in alle Richtungen geschwenkt werden und der Bürstendruck lässt sich fein auf die jeweilige Bodenbeschaffenheit und den Verschmutzungsgrad abstimmen. Erhältlich bei **Meyers Mühle Gartentechnik**.

Weitere Informationen unter www.meyers-muehle-gartentechnik.de.

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



*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 Glasauflagensystems 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



ENTWICKLUNGEN IN DER ZAHNMEDIZIN **IHR MUND WIRD AUGEN MACHEN!**

Die Zahnmedizin hat in den letzten Jahren enorme Fortschritte gemacht. Dank moderner Technologien und innovativer Behandlungsmethoden sind heute viele Eingriffe möglich, die früher undenkbar waren. Digitale 3D-Scans, computergesteuerte Bohrer und Implantate aus Hochleistungsmaterialien ermöglichen präzise und langlebige Lösungen. Minimalinvasive Techniken verkürzen Heilungszeiten und reduzieren Risiken. Auch die Kieferorthopädie profitiert von der digitalen Revolution, etwa durch unsichtbare Zahnschienen. Mit diesen Möglichkeiten steht einem schönen Lächeln nichts mehr im Weg.

SCHÖNES LÄCHELN UND FESTER BISS IN NUR WENIGEN WOCHEN

Zahnarzt **Dr. Christoph Becker** bietet eine spezielle Implantations-technik an, die im günstigsten Fall in einer Sitzung abgeschlossen ist. Die Behandlung ist schmerzarm und durch den geringeren Aufwand auch wesentlich günstiger als konventionelle Implantationsverfahren.

Möglich macht diese kurze Behandlungszeit das MIMI-Verfahren. Das Kürzel MIMI steht für „minimal-invasive Methode der Implantation“, also für einen möglichst kleinen Eingriff. Im Gegensatz zum konventionellen Implantationsverfahren wird die Schleimhaut weder geöffnet noch vom Knochen gelöst und nach Einbringen des Implantates wieder zugenäht. „Vielmehr wird das Zahnfleisch mit einem speziellen Bohrer auseinandergedrückt und der Knochen gedehnt. In den Bohrkanal wird das etwas breitere Implantat eingesetzt“, erläutert Dr. Becker

das Verfahren. Der Halt verstärkt sich im Laufe der Zeit, da die Knochenfasern die keramische Oberfläche des Implantates durchdringen. Die Vorteile: Schmerzen oder Schwellungen werden weitgehend vermieden, es kommt seltener zu Infektionen und die Patientinnen und Patienten können schon am nächsten Tag ihren Alltag wieder aufnehmen. Dazu ist das MIMI-Verfahren deutlich preiswerter als das konventionelle Verfahren. Optimiert wird die Planung der Behandlung durch den Einsatz eines modernen Computertomographen im Hause, der 3D-Bilder

liefert. Patientinnen und Patienten, die sich für das MIMI-Verfahren entscheiden, werden vorab ausführlich über die Behandlung aufgeklärt. In seiner Praxis bietet Dr. Becker die MIMI-Methode seit Jahren an, und darüber hinaus auch das gesamte zahnmedizinische Spektrum.

Zahnarztpraxis Dr. Christoph Becker
Eidelstedter Weg 24
Hamburg-Eimsbüttel, Tel.: 040 / 560 26 26,
Termine nach Vereinbarung
www.zahnarztpraxis-eimsbuettel.com



WAS TUN, WENN'S WACKELT?



Es gibt viele Arten von Zahnersatz, die individuell auf die Bedürfnisse der Patient*innen abgestimmt werden. Kronen zum Beispiel werden verwendet, um beschädigte oder stark mit Karies befallene Zähne zu bedecken. Brücken ersetzen einen oder mehrere fehlende Zähne, indem sie an den benachbarten Zähnen oder an Implantaten verankert werden. Teilprothesen ersetzen eine oder mehrere fehlende Zähne und werden an den verbliebenen natürlichen Zähnen befestigt, während Vollprothesen alle Zähne im Ober- oder Unterkiefer ersetzen und direkt auf dem Zahnfleisch aufliegen. Bei Einzelimplantaten werden einzelne fehlende Zähne durch eine künstliche Zahnwurzel aus Titan oder Keramik ersetzt, die in den Kieferknochen eingesetzt wird. Das Implantat erhält eine Krone. Es gibt aber auch implantatgetragene Prothesen. Diese bieten eine stabile Befestigung für Teil- oder Vollprothesen und verhindern das Verrutschen. Zahnersatz muss genauso wie natürliche Zähne gereinigt werden, um Plaque und Essensreste zu entfernen. Für herausnehmbare Prothesen gibt es spezielle Reinigungsmittel. Gute Pflege ist entscheidend, damit der Zahnersatz lange erhalten bleibt.



ZAHNEXPERTEN
DR. PILLICH

Wir stellen ein!

Wenn du als **ZMP** oder **DH** ein freundliches, qualifiziertes und dynamisches Team suchst – dann bist du bei uns genau richtig. Wir freuen uns auf deine Bewerbung an info@zahnarzt-drpillich.de



Ebertpassage 4 | 25421 Pinneberg | Telefon 04101-24499



DAS RICHTIGE LICHT

Beleuchtungskonzepte für ältere und beeinträchtigte Menschen sorgen für mehr Unabhängigkeit in den eigenen vier Wänden. Die Fachbetriebe der E-Handwerke beraten gerne.

Für ältere und in ihrer Bewegung beeinträchtigte Menschen spielen barrierefreie Beleuchtungskonzepte eine wichtige Rolle im Alltag. Eine technische Um- und Aufrüstung bietet mehr Sicherheit und die Möglichkeit, möglichst lange selbstständig in den eigenen vier Wänden zu wohnen.

STOLPERSTELLEN ERKENNEN

Durch ausreichend helle, dabei aber blend- und schattenfreie Beleuchtung werden Stolperstellen besser erkannt. Beleuchtungstechnische Lösungen, die den menschlichen Biorhythmus unterstützen, lassen sich am besten durch groß-

flächige und blendfreie Leuchten mit direkter und indirekter Lichtabstrahlung sowie Raumbegrenzungen durch reflektierende und helle Flächen an Wänden und Decken umsetzen.

NÄCHTLICHE WEGWEISER

Lichtleisten am Boden oder Orientierungsleuchten an der Wand weisen den nächtlichen Weg zur Toilette. Damit das Tasten nach dem Lichtschalter entfällt, kann dieser mit einem auffälligen Rahmen hervorgehoben werden. Die richtige Montagehöhe sorgt dafür, dass auch Rollstuhlfahrer diese mühelos erreichen können. Noch praktischer ist der Einsatz von Bewe-

gungs-, Präsenz- oder Anwesenheitsmeldern, die dafür sorgen, dass sich die Lichter automatisch bei Bewegung anschalten. Für Hörgeschädigte bietet sich außerdem die Installation einer „optischen Klingel“ an. Diese meldet mit einem Lichtsignal Besuch vor der Haustür.

ZENTRALE FERNBEDIENUNG

In Verbindung mit einer intelligenten Hausautomation kann das Licht in der ganzen Wohnung und im Außenbereich mittels einer zentralen Fernbedienung oder durch Einbindung in feste Routinen automatisch gesteuert werden. Die Fachbetriebe der E-Handwerke beraten gerne.

UNSER BUCHTIPP

HANDBUCH PFLEGE



Wenn für Pflegepersonen eine Reha in einer stationären Einrichtung ansteht, können ihre pflegebedürftigen Angehörigen dort seit Juli 2024 einfacher mit aufgenommen werden. Dies ist nur eine von vielen Verbesserungen aus dem Pflegeunterstützungs- und Entlastungsgesetz, von denen einige zum Jahreswechsel 2024 in Kraft getreten sind oder mit denen Pflegebedürftige und Angehörige im nächsten Jahr fest rechnen können: So wird ab Juli 2025 das neue Entlastungsbudget die Finanzierung von Kurzzeit- und Verhinderungspflege

erleichtern. Das „Handbuch Pflege“ der Verbraucherzentrale gibt einen Überblick über die Leistungen der Pflegeversicherung. Checklisten und Formulare helfen, die passenden Pflegeleistungen auszuwählen und richtig zu beantragen. Der Ratgeber ist bei den Verbraucherzentralen sowie im Online-Shop unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de oder unter Tel.: 0211 / 913 80 15 55 erhältlich.

Otto N. Bretzinger, Verbraucherzentrale, Ratgeber Handbuch Pflege, 198 S., 18 Euro.

Gut schlafen im Alter

Leichtes Aufstehen mit Lift

Wir nehmen uns **Zeit für die Beratung**, auch bei Ihnen **zu Hause**.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf: **040 420 27 12**



Hoheluftchaussee 19, U3 Bhf. Hoheluftbrücke, Buslinie 5
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 9–18 Uhr, Sa. 10–14 Uhr
www.moebelhaus-deubelius.de

Möbelhaus Deubelius



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)

frommer
akustik



Weltneuheit
kostenlos
Probe
tragen! *

Wenn **aufladbar**
unsichtbar wird!

Silk Charge & Go IX -
so klein und unauffällig, dass es
sich nahtlos in Ihr Leben einfügt.

Kommen Sie jetzt zu einem persönlichen
Gespräch vorbei und **testen Sie die
Zukunft des Hörens 2 Wochen
kostenlos** und unverbindlich
bei sich zu Hause.



**Sie erzählen uns Ihre Geschichte.
Wir machen Ihr Hörgerät daraus.**

*Einzulösen in allen frommer akustik Geschäften. Nur 1 Gutschein pro Person.
Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Bildnachweis: Silk Charge & Go IX von Signia

Elmshorn	Schulstr. 23, Tel. 04121-9082656 Hermann-Ehlers-Weg 4, Tel. 04121-5797363
Hamburg	Luruper Hauptstraße 158, Tel. 040-84079033 Spitzbergenweg 28, Tel. 040-28533484
Hohenlockstedt	Breite Str. 3, Tel. 04826-9504351
Tornesch	Friedrichstr. 10, Tel. 04122-4029024
Pinneberg	Heinrich-Christiansen-Str. 41, Tel. 04101-3750995

Jetzt in Ihrer Filiale anmelden
oder unter www.frommer-akustik.de



GESUND UND FIT BIS INS ALTER



KINDER AUS DEM HAUS – UND NUN? **LET'S DANCE!**

Für alle Paare, deren Kinder aus dem Haus sind und die nach einem gemeinsamen Hobby suchen, bietet die **ADTV Tanzschule Wiebke Buck** in Uetersen die perfekte Freizeitgestaltung: Tanzen!

„Lernen Sie als Einsteiger*in die wichtigsten Tänze aus unserem Welttanzprogramm kennen“, lädt die 44-Jährige Tanzlehrerin herzlich ein, das Tanzparkett, auf dem sie seit 1996 zuhause ist, kennenzulernen. Dazu gehören unter anderem Walzer, Discofox und Cha-Cha-Cha – Tänze, die sich seit Jahren auf Partys, Hochzeiten und festlichen Bällen bewährt haben.

EINSTEIGERKURSE STARTEN

Gerade aktuell bietet die Tanzschule Anfängerkurse für Erwachsene an. Sie starten im November. Zwei Termine stehen zur Auswahl: Montag, 18. November, von 19 bis 20.15 Uhr, sowie Freitag, 22. November, von 20.15 bis 21.30 Uhr. Die Kurse dauern insgesamt acht

Wochen. „Man kann die gebuchten Wochentage flexibel wechseln oder sogar zweimal pro Woche tanzen“, erklärt Wiebke Buck. Die Kurse gehen bis zum 9. Dezember 2024 und laufen dann nach der Winterpause ab dem 6. bzw. 10. Januar weiter bis in den Februar.

DISCOFOX – DAS GEHT IMMER

Der Discofox ist besonders praktisch für Tanzbegeisterte, da er auch auf kleinstem Raum gut tanzbar ist. Ein echter Allrounder! Die nächsten Einsteigerkurse starten am 6., 13. und 20. Januar jeweils von 19 bis 20.15 Uhr. Wer keinen Tanzpartner oder keine Tanzpartnerin hat, darf sich gerne bei Wiebke Buck melden. „Es ist manchmal schwierig, ich weiß, aber ruft gerne

an. Ich nehme euch in meine Liste auf, und manchmal ergibt sich etwas“, ermutigt sie.

20 JAHRE TANZ- SCHULE WIEBKE BUCK

Die ADTV-Tanzschule feierte im März ihr 20-jähriges Jubiläum. Neben Paartanz werden hier Kurse für Kinder ab drei Jahren angeboten sowie Tanzkurse für alle Altersgruppen, auch für Senior*innen: Im Club Agilando wird eine Mischung aus Linedance und Partytänzen praktiziert. Die älteste Teilnehmerin ist stolze 87 Jahre alt! Weitere Infos zum Tanzen oder zur Tanzschule unter Tel.: 04122 / 95 37 07, per Handy unter 0172 / 411 85 03 oder per einfach per E-Mail an info@tanzschule-wiebke-buck.de.

Fotos: ADTV Tanzschule Wiebke Buck

Tanzen für Kinder.
Tanzen für Jugendliche.
Tanzen für Erwachsene.
Tanzen für Senioren.

➤➤➤ **TANZEN** ◀◀◀
FÜR JEDE GENERATION



Kleiner Sand 58b | 25436 Uetersen
Telefon: 04122 953 707 | Mobil: 0172 411 85 03
Mail: info@tanzschule-wiebke-buck.de
Web: www.tanzschule-wiebke-buck.de

STETS MOBIL & SICHER MIT DEM BALANCE-E-BIKE

Mobilität ist für die meisten Menschen ein zentraler Bestandteil des täglichen Lebens. Das gilt auch im Alter. Die **Fahrradbörse Elmshorn** bietet hier eine innovative Lösung: das Balance-E-Bike.

Dieses speziell designte E-Bike ermöglicht es älteren Menschen, ihre Mobilität sicher und komfortabel zu erhalten. „Durch den tiefen Einstieg und die besondere Bauweise mit vorgezogenem Tretlager sowie niedriger Sattelhöhe können die Fahrer*innen beim Anhalten bequem mit beiden Füßen den Boden berühren“, erklärt Experte Tom Scholz von der Fahrradbörse Elmshorn in der Langeloh 65.

100 KILOMETER REICHWEITE

Dies sorgt für Stabilität beim Starten und Stoppen und für ein sicheres Fahrgefühl. Das Balance-E-Bike bietet eine Reichweite von rund

100 Kilometern, ist mit einer Shimano-7-Gang-Schaltung ausgestattet und hat 24-Zoll-Reifen. Damit eignet es sich für längere Ausflüge und den täglichen Gebrauch. „Kund*innen, die an einer Probefahrt interessiert sind, können sich vor Ort beraten lassen und das Rad testen. Vereinbaren Sie bitte einen Termin“, lädt das Team ein. Die Fahrradbörse Elmshorn betreut eine breite Kundschaft aus allen Bereichen des

Radsports, wobei ein besonderer Fokus auf den Bedürfnissen älterer Menschen liegt.

PASSENDES ZUBEHÖR

Neben einer großen Auswahl an Rädern und E-Bikes gibt es passendes Zubehör. Das Team ist werktags von 9 bis 12:30 Uhr sowie von 14 bis 18:30 Uhr und samstags ist von 9 bis 13 Uhr erreichbar. Infos: www.die-fahrradboerse.de



Tom Scholz zeigt das Balance-E-Bike, das besonders für ältere Menschen eine sichere Mobilität ermöglicht.

Foto: Fahrradbörse Elmshorn

DIE NEUE MOBILITÄT

Leicht, bequem und mit Sicherheit aus dem Haus

HASE BIKES
FAHR DEINEN EIGENEN WEG

EIN HOCH AUF DIE KOMFORTZONE LIEGEDREIRAD MIT E-MOTOR

Das LEPUS STEPS punktet mit einer Sitzhöhe von bis zu 63 cm. So kann man bequem nach unten treten, zugleich sieht man gut und wird gut gesehen. Das Aufsteigen wird zum gefahrlosen Platznehmen, indem man sich einfach seitlich niederlässt und dann ein Bein über den niedrigen Rahmen hebt.

SENIOREN-SCOOTER

Auch im Alter mobil sein und seine Unabhängigkeit behalten, diesen Wunsch haben viele ältere Menschen und steigen auf einen Senioren-Scooter um. „Ich möchte meine Mobilität erhalten und auf gar keinen Fall stürzen“, sagt Herrmann D. „Die Bedienung des Senioren-Scooters ‚Komfort‘ ist kinderleicht und absolut sicher.“

Vereinbaren Sie gern einen Termin für eine Probefahrt.
04121-7 64 63



Die Fahrradbörse

... der bessere Service für's Rad!

www.die-fahrradboerse.de

REHAFACHZENTRUM FÜR DREIRÄDER & SONDERFAHRZEUGE

Telefonische Beratung zu den Öffnungszeiten.
Abholung oder Lieferung zu Ihnen nach Hause.

Öffnungszeiten: Mo.- Fr.: 9 - 12:30, 14 - 18:30, Sa.: 9 - 13 Uhr

PROFESSIONELLE HILFE INDER TRAUER

*Trauer ist eine Emotion, die durch den Tod eines geliebten Menschen oder andere einschneidende Veränderungen entsteht. Jeder Mensch trauert auf seine eigene Weise und durchläuft dabei verschiedene Phasen – von Schock und Wut bis hin zur Akzeptanz. Es ist ein schmerzvoller Weg. Trauer ist jedoch mehr als nur Schmerz, sie ist auch ein großer Teil des Heilungsprozesses. Das wissen auch die Bestatter*innen und unterstützen ihre Kund*innen in dieser schweren Zeit nicht nur beim Organisieren der Beerdigung, sondern stehen auch bei vielen anderen Fragen beratend zur Seite. Sie wissen, was die Betroffenen gerade durchmachen und gehen empathisch auf ihre Bedürfnisse ein.*



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® Kummerfeld / Kreis Pinneberg.

Individuelle Führungen Mo. bis Fr. möglich

Informationen unter
Telefon: 04123 - 683 19 13
E-Mail: info.ruheforst-kummerfeld@forst-sh.de
Internet: www.ruheforst-kummerfeld.de



RuheForst. Ruhe finden.



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 umgrapt is. „Ick heff sogor de Tulpenzibbeln in de Eer!“, vertellt Guschi. „Dat is för miene Mathilde elk een Fröhjahr 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 Jahr 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 Jahr 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 Jahr brukt se Nordmannsdann, tomindest twee degde Twiegen. Dor baabenop kaamt twee bit drie lütter 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 Jahr 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.“



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 Jahr 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.

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.



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 Bestattungsarten, 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

Fotos: Adobe Stock (1)



A. Dohrmann

Bestattungsinstitut in vierter Generation

Hauptstraße 54 • 25469 Halstenbek
Tel.: 04101-41153 • E-Mail: dohrmann.bestatter@web.de
www.dohrmann-beerdigung.de

Otto Kuhlmann

Erd-, Feuer-, Seebestattungen
Vorsorge
Bestattungen seit 1911
Inh. Frank Kuhlmann



040.89 17 82

BAHRENFELDER CHAUSSEE 105
22761 Hamburg · Altona · Elbvororte
www.kuhlmann-bestattungen.de

Zeit für Ihre Trauer in unseren Räumen - Abschiede - kleine Trauerfeiern



ISO-zertifiziertes Fachunternehmen in der Bestatter-Innung und im Bestatterverband Hamburg

AUSSTELLUNGEN

IM NOVEMBER 2024

Malerei und Bildhauerei

Die Ausstellung „CATCH DI VIBE – Zoë Mac Taggart“ in der **Galerie III** auf der Barmstedter Schlossinsel im Rantzauer See zeigt noch bis zum 17. November Werke der britisch-deutschen Künstlerin.

Die Schau lädt dazu ein, die Stimmungen und Atmosphären, die Mac Taggart malerisch einfängt, zu erleben. Sie ist stets auf der Suche nach dem Vibe, der Essenz eines Themas oder einer Situation und bringt diese auf die Leinwand. Ihre großformatigen, farbenprächtigen Werke bieten den Betrachtenden einen emotionalen Zugang zu unterschiedlichen Themen

und Momenten. Mit fließenden Linien und lebendigen Farben versteht es die Künstlerin, ein Spannungsfeld zu schaffen, in dem konkrete Formen in abstrakte Flächen übergehen. Diese Übergänge offenbaren Widersprüche und hinterfragen tradierte Denkmuster und soziale Machtstrukturen. Weitere Informationen gibt es unter www.galerie-atelier-3-barmstedt.de.



Zoë Mac Taggart – Go Harder



Zoë Mac Taggart – The tables start turn



Zoë Mac Taggart – Pewee

BESONDERES BUCH

BEZAUBERND



15 Sagen, Geschichten, Märchen und Balladen, die die „Magie des Meeres“ widerspiegeln, sind in diesem wunderbar gestalteten Buch versammelt. Da ist beispielsweise der Butt, der der Ilsebill Wunsch um Wunsch erfüllen soll, eine Meerjungfrau mit blauen Haaren heiratet einen Fischer und ein Mann rettet seine Eltern aus einem Walbauch. Ob Schiller, Andersen, Hauff, die Gebrüder Grimm, ob Märchen aus Polynesien, Irland, Jamaika oder Japan und anderen mehr, die „Magie des Meeres“ strahlt überall in feinsten Weise durch und verückt die Leser*innen, die zugleich von den herrlichen Illustrationen von Lisa Bühner fasziniert werden. So ist das Buch ein Geschichtenschatz, den zu heben reichlich belohnt wird und der als schönes Geschenk bestimmt sehr viel Freude bereitet.

Magie des Meeres. Geschichten, Märchen und Seemannsgarn von Wellen, Wind und Wasser. Illustriert von Lisa Bühner.
Groh Verlag, 208 S., 25 Euro

Skulpturen und Illustrationen

Bettina Greitzke ist ein künstlerisches Multitalent. Ihre Kreativität im Zusammenspiel mit ihrem Lieblingswerkstoff Beton scheint grenzenlos zu sein. Ihre Bandbreite reicht von abstrakten Wandobjekten und Skulpturen bis hin zu gegenständlichen Kleinplastiken sowie Illustrationen. Mit ihrer schönen Serie „Kumpels & Trutschen“ hat sie puristische menschliche Figuren erschaffen, die in ihrem Ausdruck und ihrer Haltung aus jeder Betonpore auf wunderbare Weise norddeutsche Heiterkeit und Gelassenheit ausstrahlen. Weitere Informationen zu der Ausstellung, die vom 11. November bis zum 2. Dezember im **Brillenhaus Blankenese** läuft, gibt es unter brillenhaus-blankenese.de.



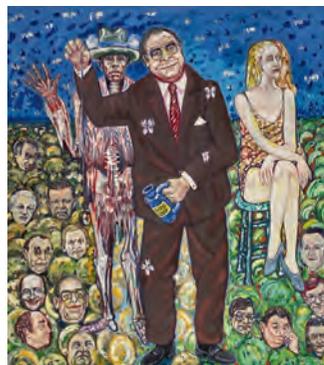
Bettina Greitzke – Sturmerprob

EINE RETROSPEKTIVE

Anlässlich des hundertsten Geburtstages des Malers, Lithografen, Radierers sowie Zeichners Heinz Peter (1924–1993) zeigt die Hamburger **Galerie Blankenese** einen Querschnitt seines Werks. Die Arbeiten Heinz Peters sind geprägt von einer kritischen politischen Einstellung und dem Interesse an der Darstellung des Menschen und seines Erlebnisraums. Konkret politische Themen griff er in der Druckgrafik auf; in der Malerei sind es Großstadtbilder, Porträts und Stilleben, häufig mit dem Memento-Mori-Motiv des Totenkopfes, die sein Werk bestimmen. Zu seinem Spätwerk zählen vor allem auch die Anfang der 1990er-Jahre entstandenen New Yorker Impressionen. Die in der Ausstellung präsentierten großformatigen Ölbilder umfassen thematisch Politik, Akte und auch die Großstadtlandschaft New York. In ihrer Farbigkeit sind die expressionistischen Werke von Heinz Peter einfach einzigartig. Mehr Informationen zu der Ausstellung finden Sie unter www.galerie-blankenese.de.



Heinz Peter – Drei Grazien



Heinz Peter – Kohlköpfe

zu **Hause** 
die **Welt** entdecken



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

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 in diesem Dezember 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, die seine phänomenale Weltkarriere gebührend feiert, in diesem Herbst Premiere.

3. November, 19 Uhr • Barclays Arena, Hamburg



THE COMFORT TOUR MIT YOTAM OTTOLENGHI



Der unnachahmliche Koch und Gastronom Yotam Ottolenghi ist in diesem Herbst erstmals live in Deutschland zu erleben! Anfang November präsentiert der gefeierte internationale Bestseller-Kochbuchautor in Hamburg nicht nur sein mit Spannung erwartetes neues Kochbuch „Comfort“, das bisher persönlichste Werk des in Israel aufgewachsenen Wahlbriten. Sondern er verrät im Gespräch mit seinen Fans auch viele wertvolle Expertentipps und erklärt auf seine entspannte Art, wie Fans in ihrer Küche den unverwechselbaren Ottolenghi-Flair verbreiten können. Außerdem wird Ottolenghi Geschichten aus seiner Kindheit sowie von seinen Reisen und aus seiner Heimat erzählen und darüber sprechen, wie diese prägenden Erfahrungen in seine stimmungsvollen Comfort-Rezepte eingeflossen sind.

6. November, 20 Uhr • Laeiszhalle, Hamburg



„DER NORDEN LIEST“ ist wieder auf Herbsttour!

Am 8. November um 20 Uhr lädt die Seminarturnhalle in Stade zu einem literarischen Abend mit Frank Schulz ein, der seinen neuen Roman „Amor gegen Goliath“ vorstellt, begleitet von Karen Duve. Moderiert wird die Veranstaltung von Alexander Solloch von NDR Kultur. Diese Lesung ist Teil der „Der Norden liest“-Herbsttour, die vom 7. November bis 11. Dezember an acht Orten Geschichten norddeutscher Autor*innen präsentiert. Erleben Sie mitreißende Literatur, die Einblicke in aktuelle gesellschaftliche Themen bietet.

8. November, 20 Uhr • Seminarturnhalle, Stade



EIN GEMEINER TRICK

Krimifans aufgepasst: Erleben Sie die spannende Kriminalkomödie „Ein gemeiner Trick“ mit GZSZ-Star Ulrike Frank am 7. November im Kleinen Theater. Die Inszenierung von Marion Kracht verspricht eine packende Mischung aus Spannung, schwarzem Humor und brillanten Dialogen. Ulrike Frank spielt die Rolle der Camille Dargus, die auf einen Erpresser trifft, der mehr als nur Geld will. Sie erkennt, dass sie die dunklen Geheimnisse ihrer Vergangenheit enthüllen muss. Aber wer mit ihr spielt, kommt nicht ungestraft davon ... Ein fesselnder Abend erwartet Sie.

7. November, 20 Uhr • Kleines Theater, Bargtheide

Fotos: Gunter Glücklich (1) / Morris Mac Matzen (1)

DU WILLST STUDIEREN, FINDEST ABER KEINE WOHNUNG?

Deshalb ist die Politik gefragt. Unterstütze unsere Aktion und gib uns deine Stimme für bezahlbaren Wohnraum.

www.mein-studentenwohnheim.de

**FAIR WOHNEN.
STARK STUDIEREN.**
DIE STUDENTEN- UND STUDIERENDENWERKE

STUDENTENWERKSH
Wir sind dein Rückenwind


YOUTH FOR UNDERSTANDING
Internationaler Jugendaustausch

Platz frei?



**WERDEN SIE JETZT GASTFAMILIE UND
ENTDECKEN SIE ZU HAUSE DIE WELT!**

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**



LANDGESTÜT TRAVENTHAL

X **GESTÜTS-WEIHNACHT**

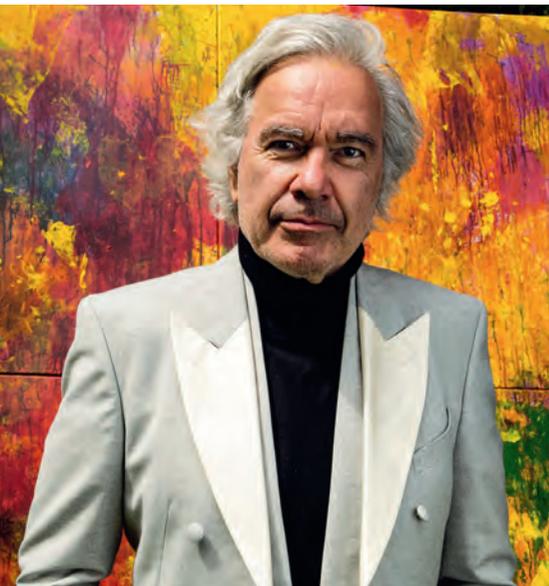
2. + 3. November

Frau Holle, Weihnachtsmann, Ponyreiten

23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de

HISTORISCHER HENGSTSAAL

1873



STEFAN GWILDIS: BUNT!

Erleben Sie den unvergleichlichen Stefan Gwildis am 8. November um 19.30 Uhr live auf der Bühne. Mit seinem neuen Album im Gepäck, das eine bunte Mischung aus Soul,

Funk, Reggae, Jazz und sogar Ska bietet, verspricht der Entertainer einen mitreißenden Abend voller Energie und Leidenschaft. Seine einzigartige Fähigkeit, das Publikum zu begeistern und eine intensive Verbindung zu schaffen, macht jedes Konzert zu einem unvergesslichen Erlebnis. Freuen Sie sich auf einen farbenfrohen Abend voller musikalischer Vielfalt.

8. November, 19.30 Uhr • theater itzehoe

Wedeler Kunstmarkt



9.11. + 10.11.2024
Rathaus Wedel
Rathausplatz 3-5
Öffnungszeiten 11:00 bis 18:00 Uhr
Eintritt frei

Kulturforum Wedel

www.kulturforum-wedel.de

WEDELER KUNSTMARKT

Stöbern Sie beim traditionellen Wedeler Kunstmarkt am 9. und 10. November. Der Markt bietet Ihnen ein hochwertiges Angebot an Kunsthandwerk und Design, präsentiert von überwiegend norddeutschen Künstlerinnen. Freuen Sie sich auf vielfältige Kunstrichtungen und inspirierende Gespräche mit den anwesenden Künstlerinnen. Seit 48 Jahren überzeugt der Markt durch ein sorgfältig ausgewähltes Sortiment künstlerischer Arbeiten. Die Eröffnung findet am 9. November um 11 Uhr statt, der Eintritt ist frei. Zudem unterstützt eine Tombola das Theater Wedel.

9. und 10. November, 11 bis 18 Uhr • Rathaus Wedel



WINGENFELDER – SCHLICHT UND ERGREIFEND

Wingenfelder, die Band der beiden Brüder Kai und Thorsten, begeistert nun seit über 13 Jahren mit ihren emotionalen Songs. Mit diesen Songs schaffen sie es, irgendwie ein Gefühl von „nach Hause kommen“ zu wecken. Die Geschichten, die sie erzählen, laden zum Träumen ein und dazu, das Leben auf Ex zu trinken. Aber: Wenn es am schönsten ist, soll man aufhören – und das tun die Brüder jetzt auch.

Allerdings nicht, ohne sich vernünftig zu bedanken und zu verabschieden.

Dafür geht die Band im November auf Abschiedstour und sagt – schlicht und ergreifend – „Tschüss!“.

8. November, 20 Uhr • FABRIK, Hamburg

Spende und werde ein Teil von uns.
seenotretter.de



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-Grad- 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 erstmals durch ein Klangbilderkonzert mit den „Wood Works“, einer Sammlung skandinavischer Folkmelodien, ergänzt. 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 laden im InfinityDome Walgesänge, Live-Musik und Meeresbilder zu einer Reise in die Unterwasserwelt ein. Mehr zum Programm der 66. Nordischen Filmtage finden Sie unter www.nordische-filmtage.de.

4. bis 11. November • Lübeck



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

#teamseenotretter



Von den Elbbrücken zur Alsterlust

Historische Fotografien von Hamburg, 1860-1927
Sammlung Uwe Ludwig



MUSEUM LANGES TANNEN UETERSEN
22. Sept. - 29. Dez. 2024
Heidgraber Str. 1 · Uetersen · Tel. 04122/979106 · www.langes-tannen.de
Öffnungszeiten: Mittwoch, Sonnabend, Sonntag 14.00 bis 18.00 Uhr
MUSEUM LANGES TANNEN



GLASBLASSING

Ein Konzert von GlasBlasSing ist wirklich kein gewöhnliches Konzert: Mit ihrem Programm „Happy Hour“ verwandelt die Gruppe alltägliche Flaschen in Klangwunder und beleuchtet die heiteren Seiten des Lebens. Lassen Sie sich von ihrer Kreativität und Musikalität begeistern, wenn selbst Trauermärsche heiter klingen und die Band ein musikalisches Glücksrad über die Songreihenfolge entscheiden lässt. Ein Abend voller Kreativität und akustischer Wonnen erwartet Sie.

14. November, 19.30 Uhr • theater itzehoe



KOKOROKO

„Heute nehmen wir euch mit auf eine Reise“ – dieses Versprechen geben Kokoroko ihren Fans bei Konzerten. Und sie halten Wort: Innerhalb kürzester Zeit können sich die Zuschauer*innen auf eine musikalische Weltreise von London über Westafrika bis nach Ost- und Südafrika machen. Die Band hat es sich zum Ziel gemacht, eine moderne Variante der UK-Afrobeat-Musik zu schaffen – und sind damit ziemlich erfolgreich! Verpassen Sie also nicht die Gelegenheit, wenn die britische Jazz- und Afrobeat-Band auch ihr deutsches Publikum mit auf eine Reise nimmt und tauchen Sie ein in die Welt der Afrobeat-Musik!

12. November, 20 Uhr • Mojo Club, Hamburg



RIVERDANCE

Im November und Dezember kommt die legendäre irische Tanzshow live nach Deutschland. In insgesamt 21 Städten dürfen sich die Fans von Riverdance auf Steptanzleidenschaft pur freuen: Neben dem meisterhaften Können der Tänzer*innen, deren rasante Steps so schnell sind, dass ihnen das bloße Auge nicht folgen kann, beeindruckt die Show mit spektakulärer Lichttechnik, LED-Wänden, einem fantastischen Bühnen- und Kostümdesign und nicht zuletzt: mit erstklassiger Live-Musik. Die Show erzählt bewegend vom facettenreichen Schicksal des irischen Volkes: von Auswanderung, Abschied, Aufbruch und Heimkehr. Damit erwecken die Tänzer*innen die Geschichte und Kultur Irlands mit synchroner Tanzperfektion und traumhaften Kostümen gekonnt zum Leben!

Tickets gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

13. November, 20 Uhr • Barclays Arena, Hamburg

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)

VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS



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 Besetzung 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

HOW TO DATE A FEMINIST

Wer ist der lupenreine Feminist – Steve, der zwar ein Mann, aber in einem Frauenprotestcamp aufgewachsen ist, oder Kate, die leider auf Machos steht? Diese und noch viele weitere Fragen stellen sich in der Komödie „How to date a feminist“ von Samantha Ellis. In diesem schlagfertigen Stück werden die Komplexitäten von Beziehungen und traditionelle Geschlechterrollen aufs Korn genommen. Kann ein Mann wirklich Feminist sein? Kann eine Frau Feministin sein, die das Bestehen des Partners auf Rücksichtnahme und Respekt nicht erotisch findet? Und wird Steves und Kates Beziehung in die Hose gehen? Finden Sie die Antworten zu all diesen Fragen heraus in „How to date a feminist“!

17. November, 19.30 Uhr • Kulturwerk am See, Norderstedt



ABDELKARIM: PLAN Z – JETZT WILL ER'S WISSEN!

Erleben Sie Abdelkarim live in seinem neuen Programm „Plan Z – Jetzt will er's wissen!“. Muss man Lebensträume aufgeben? Nicht mit Abdelkarim! Der Meister der subtilen und ehrlichen Comedy zeigt, dass das Alphabet mehr als nur Plan B bietet. Freuen Sie sich auf einen Abend voller Lacher, wenn Alltagsprobleme und absurde Situationen humorvoll unter die Lupe genommen werden. Abdelkarim ist bekannt aus Formaten wie der „heute-show“ und „Die Anstalt“ und vielfach ausgezeichnet.

20. November, 20 Uhr • Alma Hoppes Lustspielhaus, Hamburg



STEPHANIE LOTTERMOSER

Stephanie Lottermoser ist die Powerfrau der deutschen Jazzszene, die mit ihrer einzigartigen Mischung aus Jazz, Soul und Pop begeistert. Ihr aktuelles Album IN-DEPENDENCE zeugt von ihrer künstlerischen Unabhängigkeit und ihrem Bestreben, Jazz-Stereotypen zu überwinden. Mit klaren kompositorischen Linien und eingängigen Melodien schafft sie eine intime und mitreißende Atmosphäre, die emotional anspricht. Begleitet wird sie von Maik Schott (Keys), Robert Schulenburg (Bass) und Felix Lehrmann (Drums). Die in Hamburg lebende Saxophonistin und Sängerin hat bereits weltweit Erfolge gefeiert und öffnet Herzen mit ihrer groovigen Musik.

24. November, 20 Uhr • FABRIK, Hamburg

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

HOF ANSGARIUS
 * Café * Kaminsaal * Ausstellung * Forst

Tannengrün & Kaffeeduft
 Jeden Samstag + Sonntag 12.00 - 17.00 Uhr

Täglich frisches Nordmann + Nobilistannengrün
 Weihnachtsbäume zu Erzeugerpreisen

Große Weihnachtsscheune - Kaffeetrinken am Kamin
 mit selbstgebackenen Torten, Waffeln, Glühwein ect.

So. 17.11. Adventsbrunch mit Gänsebraten

Fam. Fölster - Am Wallberg 2 - 24616 Willenscharen
 Tel. 04324 1070 www.hofansgarius.de



EIN LEBEN IN FARBEN

Besuchen Sie die Ausstellung „Ein Leben in Farben“ von Rita Hintze, die vom 27. November bis zum 1. Februar nächsten Jahres läuft. Diese abwechslungsreiche Ausstellung zeigt die Vielseitigkeit der Künstlerin mit Arbeiten, die mal leise, mal laut und immer kraftvoll erscheinen. Entdecken Sie verschiedene Techniken und Formate, von Porträts über Landschaften bis hin zu Stillleben. Die dynamische Energie, die in vielen ihrer Bilder spürbar ist, lädt Sie ein, in die farbenfrohe Welt von Rita Hintze einzutauchen. Die Vernissage findet am 27. November um 19.30 Uhr statt.

Ab dem 27. November • Rathaus Wedel

BEREIT FÜR EKSTASE

Schöner die Glocken nie klingen, so viel Glitter war selten und für das Leben einen Kuss! Bei dem Party-Stück des Improtheaters „Die Steife Brise“ geht das Publikum mit auf einen beschwingten Parkour durch tiefste Träume, Sorgen, Sehnsüchte und vielleicht auch Lamettaregen. absurd-leichtes, gleichzeitig berührend-ehrliches Theater lässt dabei spontan Wünsche wahr werden und entführt das Publikum – still genießend oder heiter mitmischend – in den Bann zwischen Rausch und Realität. Voller Leidenschaft schmeißen sich die Schauspielerinnen in die aufgeworfenen Themen und kreieren Momente des Glücks, der Trauer, der Trance. Mal sehen, welche Saiten die Improvisation diesmal zum Schwingen bringt – und welche Verrücktheiten auf der Bühne uns in Ekstase versetzen werden.

3. Dezember, 20 Uhr • Haus 73, Hamburg



JAN-PETER PETERSEN KATIE FREUDENSCHUSS MAX BEIER

ALMA HOPPE 3.0

KABARETT DIE KATIBEREN

EINE FRAGE DER ÄRA

ALMA HOPPE LUSTSPIELHAUS

Generationskonflikte als kabarettische Leitkultur / Regie: Michael Elmer

ALMA HOPPE 3.0 – EINE FRAGE DER ÄRA

Endlich kommt die heißersehnte Premiere der nächsten „Alma Hoppe 3.0“-Produktion: „Eine Frage der Ära“ am 29. November. Das Kabarett-Duo ist jetzt ein Trio, mit Jan-Peter Petersen, Katie Freudenschuss und Max Beier. Drei Kabarett-Generationen treffen aufeinander und entfesseln ein Feuerwerk der Satire. In Zeiten von Klimakillern und Verteilungskriegern mobilisieren sie alle Reserven und liefern scharfsinnige Pointen. Genießen Sie einen Abend voller Gelächter, Musik und Improvisation.

29. November, 20 Uhr
 Alma Hoppes Lustspielhaus, Hamburg



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. Veranstaltungshinweise 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 Weihnachtsessen 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.

Lichtschutzfaktor

Besser gesehen werden in der dunklen Jahreszeit:
mit den Running-Artikeln aus der SportWelt.

dodenhof.de

dodenhof

**Exklusives Shopping-
Event für Running
& Sport Begeisterte**

Jeden 1. Donnerstag im
Monat von 16 - 18 Uhr
in der SportWelt

**MEHR INFOS &
ANMELDUNG HIER:**



dodenhof.de/running4friends

entdeckt bei
dodenhof

Denn es ist deine Welt.

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 ✓