

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

# lebensart

WESTKÜSTE / DITHMARSCHEN / NORDFRIESLAND / STEINBURG

MAI & JUNI 2025 • KOSTENLOS

## MAILIGHTS IM NORDEN

DAS IST LOS IN DER REGION

8. MAI 1945

80 JAHRE FRIEDEN



**GUTES**  
VOM HOF.SH

[nah.sh/deutschlandticket](http://nah.sh/deutschlandticket)



Deutschland-  
ticket

**EIN ECHTES  
KNALLERANGEBOT**

**KAUF'S  
BEI UNS!**



Fahrplan und  
Tickets findest  
du in der  
NAH.SH-App.



**NAH.SH**

Der Nahverkehr

**Schleswig-Holstein**  
Der echte Norden



**MARION LASS**  
Redakteurin

# Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie haben uns entdeckt und mitgenommen. Das war eine gute Entscheidung, denn in der neuen Lebensart im Norden, Ausgabe Westküste, haben wir wieder ein buntes Themen-Potpourri für Sie zusammengestellt.

## REISESPASS UND TEUFELSSAGEN

Unsere Themen drehen sich um Ausflüge in den Nationalpark Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer. Wir berichten über die Insel- und Halligwelt und stellen interessante Fahrradtouren an der Westküste vor. Außerdem statten wir dem Roten Haubarg in Witzwort einen Besuch ab und schreiben über die Teufelssage. Auch die Schlacht bei Hemmingstedt, die sich in diesem Jahr zum 525. Mal jährt, ist Thema.

Wer es ein bisschen leichter mag, für den teilt unsere Kollegin Kerstin Werbelow ihr Reise- fieber mit uns. Es geht nach Kenia. Schauen Sie rein, tolle Fotos!

## 80 JAHRE FRIEDEN

In der Mai-Ausgabe beschäftigen wir uns zudem mit einem denkwürdigen Jubiläum: Am 8. Mai feiern wir „80 Jahre Frieden“. Was haben wir in den vergangenen Jahrzehnten für ein

Glück gehabt: Frieden! Wir durften wachsen, aufbauen, uns ausprobieren, glücklich sein und expandieren. Wir durften die ersten Schritte der Demokratie gehen und die Freiheit entdecken. Was für ein Geschenk! Gerade in der derzeitigen politisch angespannten Lage war es uns wichtig, an dieses Jubiläum zu erinnern und die Zeit des Aufbaus nach dem Zweiten Weltkrieg aufzuzeichnen. Vielleicht auch um zu sagen: So ein Krieg darf nie wieder passieren!

*Marion Lass*



### ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir **Gutes vom Hof.SH**. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 56

Titel: Sven Sindt

# ALTES STAHLWERK

NEUMÜNSTER



## MUTTERTAG IM ALTEN STAHLWERK

Verwöhnen Sie Ihre Mama an ihrem Ehrentag **am 11. Mai 2025** mit den leckersten Gerichten aus der Stahlwerkküche. Schenken Sie Ihrer Mama unvergessliche, gemeinsame Stunden mit Ihnen und kulinarische Genüsse vom „Muttertags-Lunchbuffet“, köstlichen Desserts und Kaffee- & Teespezialitäten.

Nehmen Sie Platz am liebevoll gedeckten Tisch und lassen Sie sich begeistern von der vielfältigen Auswahl an frischen Salaten, Frühlingsgemüsen u.a. Spargel, Variationen von Edelfischen, Roastbeef und vegetarischen Gerichten. Mit Freude bringen wir den Frühling auf den Teller.

Unser Service-Team empfängt Sie **ab 12 Uhr** mit einem Glas leckeren Stahlwerk-Sekt. Wir haben unser Haus für Sie festlich dekoriert und sorgen für eine besondere Festtagsstimmung. Der Festtags-Lunch beinhaltet ein Glas Chardonnay-Sekt, die Teilnahme am Lunchbuffet, Säfte sowie Kaffee- & Teespezialitäten.

## 55 € PRO GAST

Kinder bis zum 4. Lebensjahr sind zum Lunch eingeladen und die 5- bis 12-Jährigen schlemmen für die Hälfte.

Um Tischreservierungen wird gebeten!

## FOLLOW US & TAG US

ON FACEBOOK & INSTAGRAM



## Altes Stahlwerk JoPi Hotel GmbH

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

# THEMIEN

MAI & JUNI 2025

## COVER | Gutes vom Hof.SH

Mmmhhh! Direkt vom Hof ..... 56

## DAS IST LOS

in den Monaten Mai und Juni ..... 6

130 Jahre NOK – Kanalgeburtstag ..... 14

## UNTERWEGS AUF DEN INSELN UND HALLIGEN

Ein Leben mit Ebbe und Flut..... 18

Halligen – unsere schönen Perlen..... 20

Pellworm – eine besondere Insel ..... 22

## UNTERWEGS IN NORDFRIESLAND

Sagenhaft & Lecker, Roter Haubarg..... 24

KZ-Gedenkstätte – Start der Sonntagsführungen.... 27



18

HALLIGEN – LEBEN MIT EBBE UND FLUT



14

130 JAHRE NOK  
KANALGEBURTSTAG

4 Lebensart

## AUSFLÜGE & REISEN

Freizeitbäder ..... 28

Liebeserklärung an KENIA ..... 30

## MODE & BEAUTY

Frühlingsfummel ..... 34

Für die schönsten Momente im Leben..... 36

Leder-Liebliche..... 39

Top-Model werden..... 40

## GESUND UND FIT BIS INS ALTER

Wie wohl fühlen Sie sich in Ihrer Haut?..... 52

## UNTERWEGS IN DITHMARSCHEN

Büsum – Radelparadies am

längsten Radweg der Welt..... 44

Heide – Schnack mit dem Bürgermeister ..... 45

Dithmarscher gegen Goliath ..... 46

Weg frei für das neue Kreisgebäude..... 50

## SO SCHMECKT DER NORDEN

Spargel mal anders..... 54

Mmmhhh! Direkt vom Hof ..... 56

Kabeljau mit würziger Haube und Estragonsoße ..... 58



60

GLÜCKSTÄDTER MATJESWOCHE

UNTERWEGS IN STEINBURG

Sooo lecker! Glückstädter Matjeswochen ..... 60  
 Willkommen auf der Fleth-Tour ..... 62

KUNST & KULTUR

Ausstellungen ..... 64

80 JAHRE FRIEDEN

1945 – endlich Frieden ..... 68  
 Sind Nissenhütten innen rund? ..... 74

HAUS, HOF UND GARTEN

Terrasse und Garten 2.0..... 76

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial..... 3  
 Impressum ..... 82



30

LIEBESERKLÄRUNG AN KENIA

Fotos: Kerstin Werbelow (1) / GDM (1) / Adobe Stock (2)

4 x im Jahr nur

25€

STATT 33,90€

Hol' dir jetzt  
 das ausgesagteste  
 Airfryer Magazin  
 Deutschlands!



**BESTELLE GLEICH JETZT:**  
[www.zaubertopf.de/airfryer-megadeal](http://www.zaubertopf.de/airfryer-megadeal)

Das Angebot gilt nur  
 bis zum 30.06.2025!



**AIR FRYER**  
 by ZauberTopf



AKTIONSMONAT NATURERLEBNIS

# RAUS INS GRÜNE!

*Der Aktionsmonat Naturerlebnis bietet die Möglichkeit, vom 1. bis 31. Mai bei über 800 von Natur- und Landschaftsführern\*innen begleiteten Ausflügen und Exkursionen die heimische Tier- und Pflanzenwelt in ganz Schleswig-Holstein mit allen Sinnen zu entdecken.*

Das Programm reicht von Wattwanderungen über naturkundliche Fahrradtouren bis hin zum Hüttenbau im Wald und begeistert Schleswig-Holsteiner\*innen und Tourist\*innen von jung bis alt gleichermaßen. Ob zu Fuß oder mit dem Fahrrad, ob eher erlebnisorientiert, kreativ oder naturwissenschaftlich – der Aktionsmonat Naturerlebnis hält für jede Altersgruppe etwas Passendes parat.

Beim Aktionsmonat Naturerlebnis handelt es sich um ein Draußen-Lernangebot, das Wissensvermittlung mit spielerischem Natur-

erleben verbindet. Diese besondere Art der Annäherung an Flora und Fauna soll Ihnen Zusammenhänge verdeutlichen, Ihre Naturkenntnisse erweitern und vertiefen, Ihr Verständnis für die Belange der Natur wecken und Ihre Achtung gegenüber Ihrer Umwelt stärken. Denn: Was der Mensch schätzt, das schützt er auch. Infos rund um den Aktionsmonat und das Programm finden Sie unter [www.aktion-naturerlebnis.de](http://www.aktion-naturerlebnis.de).

---

**1. bis 31. Mai • in ganz Schleswig-Holstein**



Am 18. Mai startet der Gottorfer Landmarkt mit sehr fokussierten Angeboten und Aussteller\*innen in eine neue Ära.

# EIN FESTTAG FÜR ALLE SINNE

Der **Gottorfer Landmarkt** auf der Schleswiger Museumsinsel Schloss Gottorf will sich am 18. Mai neu erfinden. Von 10 bis 18 Uhr können Sie sich von über 100 Aussteller\*innen sowie zahlreiche Kulturangebote begeistern lassen.

Die Weichen in Richtung Zukunft sind gestellt, wenn die 24. Auflage des beliebten Gottorfer Landmarkts beginnt. Im Zentrum stehen entsprechend dem neuen Konzept dann Themen wie Nachhaltigkeit, Innovation, Kreativität und natürlich Bio. „Wir möchten gemeinsam mit allen Beteiligten herausfinden und zeigen, wie nachhaltigeres Leben, Genuss, Entspannung und umweltbewusstere Mobilität möglich sind. Zum Teil gelingt dies durch innovative, zukunftsweisende Technologien. Zum anderen hilft aber auch der Blick zurück und die Errungenschaften unserer Vorfahren, um traditionelle Techniken neu zu interpretieren“, sagt dazu Cornelia Geitmann vom Veranstaltungsmanagement der Landesmuseen. Angesprochen sind von jeher ganz besonders auch Familien mit Kindern, auch das Publikum, das nur selten oder gar nicht in der Regel Museen besucht, denn erst das große Kulturangebot der beiden auf Schloss Gottorf beheimateten Landesmuseen machen den Gottorfer Landmarkt zu einem Fest für alle Sinne – auch mit dem Sonderausstellungshighlight 2025: „Wikinger Dämmerung. Zeitenwende im Norden“ (bis 2. November).

## DIE LANDMARKT-SCHWERPUNKTE

Für den Start in eine neue Landmarkt-Zeitrechnung stehen vier verschiedene Themenbereiche, die allesamt dem facettenreichen Begriff „Nachhaltigkeit“ Rechnung tragen: erstens das Innovationsforum mit spannenden Innovationen und Technologien, Wissenschaft zum Anfassen und Austauschen, Energie, Bauen, Wohnen, Mobilität; zweitens „So klappt Nachhaltigkeit im

Alltag | Mitmachdorf“ mit traditionellen (Handwerks-)Techniken und Produkten mit Gewinn für die nachhaltigere Zukunft (z. B. Eingemachtes, natürlich kleiden, besonders langlebige) Produkte aus nachhaltigen Materialien) sowie Upcycling- und Recyclingideen und passenden Produkten; drittens „Pflanzen und Tiere – natürlich biologisch“ mit nachhaltiger Landwirtschaft und Tierhaltung, Bio-Lebensmitteln, nachhaltigem Gärtnern, Selbstversorgen, Imkerei, Müllvermeidung, Naturschutz, nachhaltigen Materialien und schließlich viertens „Nachhaltig erholt – Lounge“ mit entschleunigenden Urlaubs- und Ausflugsmöglichkeiten in Schleswig-Holstein, Naturkosmetik, Genuss im Einklang mit der Natur, Entspannung zu Hause oder in ganz besonderen Herbergen.

**18. Mai, 10 bis 18 Uhr**  
**Schloss Gottorf, Schleswig**  
**landesmuseen.sh**

## NACHHALTIG ANREISEN

### AUF ZUM GOTTORFER LANDMARKT

Es wird darum gebeten, die Anreise zum Gottorfer Landmarkt mehr denn je im Sinne der Veranstaltung möglichst umweltfreundlich zu gestalten und zu Fuß, mit dem Rad oder dem ÖPNV zu kommen. Auch einen eignen Shuttle-Bus gibt es wieder. Er startet wie gewohnt am Parkplatz Marktkauf und an der Haltestelle Schleswig Bahnhof und bringt Besucher\*innen bequem bis zum Oberlandesgericht. Am Eingang vor der Nordbrücke (Windallee am Kreishaus) stehen ausreichend bewachte Fahrradparkplätze zur Verfügung.

# Gottorfer Landmarkt

innovativ | nachhaltig | kreativ | bio



**So. 18. Mai**  
**10–18 Uhr**

Eintritt 7 €, Kinder frei

**Buchen Sie jetzt Ihr Online-Ticket**



[schloss-gottorf.de/landmarkt-tickets](https://schloss-gottorf.de/landmarkt-tickets)



**Museumsinsel Schloss Gottorf**

Landesmuseen SH

gefördert von

Sparkasse

PROVINZIAL

DAS SOMMERFEST AN DER ELBE  
LIVE MUSIK | OPEN-SHIP | MATJESMEILE | SPIEL & SPASS

58.  GLÜCKSTÄDTER  
**MATJES**  
WOCHEN  
12 13 14 15 JUNI 2025

# lebensart

**DIE JUNI-AUSGABE  
ERSCHEINT AM 01. JUNI 2025**

Anzeigenschluss ist am 15. Mai!  
Sie erreichen uns unter:

**INFO@VERLAGSKONTOR-SH.DE,  
TEL: 0431 - 200 766 503**

**42. Norddeutscher  
Kunst-  
Handwerker-  
Markt 10-18 Uhr**

**Pfingsten  
2025**

vom 7. bis 9. Juni

rund um die Galerie Hansen  
**in Süderschmedeby**  
BAB-Abfahrt Tarp  
15 km südlich von Flensburg

[www.norddeutscherkunsthandwerkermarkt.de](http://www.norddeutscherkunsthandwerkermarkt.de)

**DAS IST LOS**



Foto: FRIEDAkomplott

## BEI MIR ZU HAUS, UM FÜNF?

Das Kultur- und Bürgerhaus Marne lockt im Mai mit einer Komödie: In Zeiten von Dating-Plattformen erzählen zwei Thirty-Somethings, die zufällig im selben Haus wohnen, von ihren analogen Bemühungen, die perfekte Partnerin beziehungsweise den perfekten Partner zu finden. So kommt es für Ihn und Sie immer um fünf Uhr zu einem Date, das stets anders läuft als geplant. Das Bonner Schauspiel-Ensemble FRIEDA komplott präsentiert die rasante Komödie von Pierre Chesnot über zwei Singles und neun Dates – frei nach dem Motto: „Warum denn in die Ferne schweifen, wenn an der nächste Ecke schon wer anderes steht“. Regie führt Wolfgang A. Wirringa. Es spielen Fabio Sorgini und Barbara Wegener. Der Eintritt kostet 20 Euro; Jugendliche zahlen 10 Euro.

**17. Mai, 19:30 Uhr, Kultur- und Bürgerhaus, Marne**

## Kunsthandwerk ENTDECKEN



Fotos: Galerie Hansen

Am Pfingstwochenende findet auf dem Gelände rund um die Galerie Hansen in Süderschmedeby der 42. Norddeutsche Kunsthandwerkermarkt statt. An den drei Tagen werden von 10 bis 18 Uhr selbst hergestellte Waren von den 150 Ausstellenden präsentiert und verkauft: Unikate aus den verschiedensten Textilien, (Edel-)Metall, Keramik, Stein, Holz, Glas oder Leder. An einigen Ständen kann man die Entstehung von Kunstwerken mitverfolgen und Kinder können auch ihr handwerkliches Geschick erproben. Für das leibliche Wohl ist sowohl mit Herzhaftem als auch mit süßen Leckereien gesorgt. Der Eintritt ist frei. Weitere Informationen unter [www.norddeutscherkunsthandwerkermarkt.de](http://www.norddeutscherkunsthandwerkermarkt.de)

**7.-9. Juni, Galerie Hansen, Süderschmedeby**



NEUES ZUHAUSE GESUCHT

# Jack

## STARKE HUNDESEELE



Der kleine Jack muss noch viel kennenlernen.

Jack ist ein bunter Mischlingsrüde, dem das Tierheim Ahrenshöft nach einer beschlagnahmten Kettenhaltung die Chance auf ein besseres Leben gibt. Er ist seinen Bezugspersonen gegenüber sehr anhänglich und verschmüsst – doch Vertrauen will er sich erst erarbeiten. Jack braucht klare Regeln, konsequente Führung und Menschen, die Erfahrung im Umgang mit verhaltensoriginellen Hunden haben. Alltägliche Dinge wie Pfoten abwischen oder Tierarztkontrollen kennt er nicht und reagiert in Stresssituationen mit Abwehrverhalten. An der Leine läuft er bereits gut, genießt Spaziergänge und zeigt sich im Tierheim stubenrein. Mit Artgenossen ist er aufdringlich und sozial noch unerfahren. Kinder, Katzen und Kleintiere sollten nicht im neuen Zuhause leben. Jack trägt problemlos einen Maulkorb, der ihm Sicherheit und neue Lernchancen bietet. Einen Kennenlerntermin können Interessierte vereinbaren per E-Mail an [info@tierheim-ahrenshoeft.de](mailto:info@tierheim-ahrenshoeft.de) oder unter Tel.: 04846 / 6127.

## DIE TEICHSAISON IST GESTARTET

Der Frühling ist in vollem Gange und nicht nur in der Natur gedeihen Flora und Fauna prächtig, sondern auch in unseren Gärten. Während wir den Gartenteich in der kalten Jahreszeit getrost ruhen lassen konnten, erwacht dieser nun ebenso aus dem Winterschlaf wie Hortensien, Rosen und Co. Mit der richtigen Pflege kann ein Teich zu einer kleinen Oase werden, die Ruhe und Entspannung spendet. Aber gerade zu Beginn ist der Weg dorthin manchmal mühsam und überfordernd und kann einige Fragen aufwerfen. In solchen Fällen ist es wichtig, einen kompetenten und verlässlichen Partner in Sachen Beratung rund um den Teich zu haben. Das freundliche Team der „Zoo & Co. Trede und von Pein“-Filialen hilft da gern weiter. Die Kund\*innen werden hier von der Wasseranalyse über das Leben im und am Teich bis hin zur passenden Filtertechnik umfassend beraten – damit der Start in die neue Teichsaison entspannt und ohne großen Aufwand gelingt! [www.tredeundvonpein.de](http://www.tredeundvonpein.de)

Foto: Trede und von Pein



*Wir sind Ihr Partner für Ihr Tier, Zuhause und im Urlaub!*



**Bei uns findet sich alles für:**

- Ernährung
- Spiel & Spaß
- Unterwegs
- Gesundheit
- Pflege

**Öffnungszeiten:**  
Mo-Fr: 9-19 Uhr  
Sa: 9-18 Uhr

**Ihr Zoo & Co. Team Heide!**

**ZOO & Co. Heide**  
Hamburger Str. 129 • 25746 Heide  
Tel: 04 81 / 78 70 366  
[www.zooundco-heide.de](http://www.zooundco-heide.de)

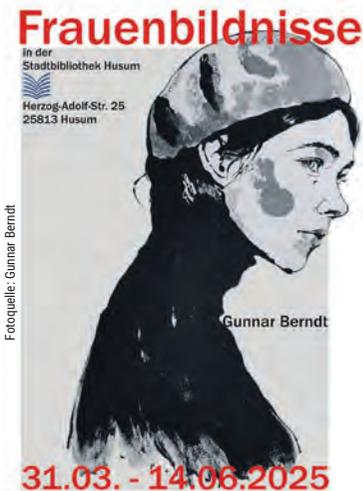
**ZOO & Co. Kiel**  
Adelheidstraße 14 • 24103 Kiel  
Tel: 04 31 / 66 15 70  
[www.zooundco-kiel.de](http://www.zooundco-kiel.de)

**ZOO & Co. Itzehoe**  
Otto-Hahn-Str. 2 • 25524 Itzehoe  
Tel: 0 48 21 / 60 08 81  
[www.zooundco-itzehoe.de](http://www.zooundco-itzehoe.de)

# Frauenbildnisse

Noch bis zum 14. Juni ist die Bilderausstellung des Mildstedter Künstlers Gunnar Berndt in den Räumen der Husumer Stadtbibliothek zu sehen. Sie zeigt Frauenbildnisse. Die ausschließlich in schwarz-weiß gehaltenen Monotypien zeigen Portraits, Rückenansichten, prominente wie unbekannte Frauen. Fast immer erscheinen die Bilder in Kombination

mit überwiegend selbstverfasster Lyrik, was sie aus dem rein Bildhaften heraus in einen Raum aus individuellen Denkansätzen hebt. Niemals nimmt der Künstler ein Ergebnis vorweg oder schränkt die eigenständige Bildinterpretation ein und legt dennoch den für ihn typischen Hauch von Wehmut und Sehnsucht über seine Arbeiten. Gunnar Berndt ist durch seine Veröffentlichungen auf Instagram unter „gunnarlebowski“ bekannt. Mehr unter [www.stadtbibliothek-husum.de](http://www.stadtbibliothek-husum.de)



Fotoquelle: Gunnar Berndt

Bis zum 14. Juni, Stadtbibliothek, Husum



# DIEK ROCK FESTIVAL

Am 14. Juni ertönt wieder Musik am Nordstrander Deich. Ab 16 Uhr laden Karen und Clemens Brüchmann im Engländer Kroog zum Diek Rock Festival ein.

Der Engländer Kroog ist ein historisches Gebäude auf Nordstrand – mit einer sehr alten Geschichte. Seit 2021 besitzen Karen und Clemens Brüchmann die Gaststätte und haben sie mit viel Liebe zum Detail renoviert und mit historischen Möbelstücken und Gemälden eingerichtet, die einzigartige Geschichten erzählen. Sie erweiterten den Kroog um ein Seitengebäude und eine Terrasse, die den Charme des Hauses perfekt ergänzen.

## BELIEBTE EVENTLOCATION

Der Engländer Kroog ist eine beliebte Eventlocation für Hochzeiten, Geburtstage und Feiern für jeden Anlass geworden. Besondere Highlights sind das öffentliche Grillen, die Kneipenabende und die Musikveranstaltungen, die sowohl bei Einheimischen als auch bei Gästen sehr beliebt sind.

## DIEK ROCK FESTIVAL IM JUNI

Gerade jetzt am 14. Juni findet ab 16 Uhr das Diek Rock Festival statt – mit Musik von Space-9, Terranoid, Häwelmon und GOTO. Für das leibliche Wohl sorgen kulinarische Leckereien, Cocktails, Bier und mehr. „Coole Fans kommen mit dem Rad“ lautet hier das Motto. Karten gibt es über Facebook bei Antje Scholz sowie über die Handy-Nr.: 0162 340 49 47. Die Tickets kosten 20 Euro für Erwachsene, 10 Euro für Teens, Kinder zahlen nichts.

**14. Juni, 16 Uhr**  
**Engländer Kroog, Nordstrand**

Foto: Adobe Stock

# FASHIONSHOW TRIFFT FRÜHJAHRSTRENDS

Modfans aufgepasst: Am 9. Mai lädt das Husumer Modehaus CJ Schmidt erneut zur beliebten Trendmodenschau ein. Präsentiert werden die neuesten Fashiontrends für das Frühjahr. Ein besonderes Highlight neben den frühling-frischen Outfits ist der Auftritt der aktuellen Top Models um 16 und 18.30 Uhr.

Auch in diesem Jahr sucht das Husumer Modehaus die Top Models Schleswig-Holstein. Das Besondere: Der Model-Contest richtet sich an Frauen in den Alterskategorien ab 35 Jahren, ab 45 Jahren und ab 55 Jahren. Erfahrung als Model oder eine bestimmte Konfektionsgröße sind nicht gefragt, was zählt sind Ausstrahlung und Lust auf Mode. Zeitgleich mit der Trendmodenschau startet die Bewerbungsphase für die neue Staffel. Vielleicht ist der Model-Contest auch etwas für Sie? Ihre Platzkarte erhalten Sie online über den QR-Code oder unter [www.cjschmidt.de/eintrittskarten](http://www.cjschmidt.de/eintrittskarten).



Foto: CJ Schmidt



**9. Mai | 16 Uhr und 18.30 Uhr**  
**CJ Schmidt Modehaus | Krämerstraße 1-7, Husum**



Foto: Adalbe Stock

## 18. Lauf zwischen den Meeren VON HUSUM NACH DAMP

Das Land zwischen Nord- und Ostsee ist vielseitig und damit einzigartig wie kein anderes Bundesland. Genauso einzigartig ist der Lauf zwischen den Meeren, bei dem die Teilnehmer\*innen das Land zwischen den Meeren – zwischen Husum und Damp – als Team gemeinsam erkunden und in Laufabschnitten durchqueren. Ein Lauf, der nicht nur die Küsten von Nord- und Ostsee verbindet, sondern auch die Menschen dieser Region. Beim Lauf zwischen den Meeren zählt neben der Individualleistung auch die Gemeinschaftsleistung der 800 Teams mit bis zu zehn Athlet\*innen aus dem Breiten- und Spitzensportbereich. Der Lauf startet in Husum (Schiffbrücke). Die schnellsten Staffeln benötigen für die 95,1 Kilometer lange Strecke ca. 5 Stunden und 10 Minuten und erreichen das Ziel gegen 14.15 Uhr. Mehr Infos unter [www.lauf-zwischen-den-meeren.de](http://www.lauf-zwischen-den-meeren.de).

**24. Mai • Schiffbrücke, Husum**

# DIE MAGIE DES WATTENMEERES



Foto: Nospa

Naturfotograf Martin Stock und Thomas Menke, Vorsitzender des Vorstandes der Nospa (v. li.)

Die nos.FOTOMENTA entführt dieses Jahr in die atemberaubende Landschaft des UNESCO-Welterbes Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer. Naturfotograf Martin Stock zeigt mit seiner Ausstellung „Im Spielball der Gezeiten“ eindrucksvolle Fotografien, die den Nationalpark in seiner unberührten Schönheit darstellen. Anlässlich des 40. Jubiläums des Nationalparks Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer wird das Portfolio des Naturfotografen noch bis zum 30. Oktober in der Nord-Ostsee Sparkasse Schleswig präsentiert.

# AKTIONSMONAT NATURERLEBNIS

Über 800 spannende Ausflüge in die Natur  
 Schleswig-Holsteins vom 1. bis 31. Mai 2025

[www.aktion-naturerlebnis.de](http://www.aktion-naturerlebnis.de)

DAS IS



Fotos: Klassiker-Tage Schleswig-Holstein

ROLLENDE LEGENDEN

# 11. Klassiker-Tage

*Am 24. und 25. Mai verwandeln sich die Holstenhallen Neumünster erneut in ein Paradies für Oldtimer-Fans: Bereits zum elften Mal laden die Klassiker-Tage Schleswig-Holstein (KTSH) zu einem Wochenende voller Nostalgie, Technik und Leidenschaft ein.*

Mit rund 150 Ausstellern auf 14.000 m<sup>2</sup> Hallenfläche und zusätzlich 30.000 m<sup>2</sup> Freigelände ist die Veranstaltung längst das zentrale Oldtimer-Event im Norden – und zieht Besucher\*innen nicht nur aus Schleswig-Holstein und Hamburg, sondern auch aus Niedersachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Skandinavien an.

Die KTSH sind mehr als eine Messe: Sie verbinden Teilemarkt, Fahrzeugtreffen und Sonderausstellungen zu einem einzigartigen Erlebnis. 2025 steht die Sonderschau dabei ganz im Zeichen japanischer Klassiker. Wie in Deutschland gibt es auch bei den Autobauern in Fernost eine traditions- und

erfolgreiche Historie im Fahrzeugbau. Präsentiert werden Klassiker bekannter Marken wie Honda, Mazda, Nissan und Toyota. Ein weiteres Highlight: die charmant moderierte Fahrzeugpräsentation durch Georg Meyering auf dem Oldtimerareal der Württembergischen Versicherung. Dazu kommen die beliebten Sternfahrten am Messesamstag aus acht Städten, denen sich Oldie-Fahrer nach Anmeldung gerne anschließen können, sowie das große LKW- und Bustreffen. Mehr Infos unter [www.ktsh.de](http://www.ktsh.de).

**24. und 25. Mai • Holstenhallen, Neumünster**

**Sonderschau:  
Japanische Klassiker**



Die   
**Oldtimer**  
Messe im Norden  
**24. - 25. Mai 2025**  
**Holstenhallen**  
Neumünster  
[www.ktsh.de](http://www.ktsh.de)

Samstag, 24.05.2025 | 09:00 - 18:00 Uhr  
Sonntag, 25.05.2025 | 09:00 - 17:00 Uhr





Foto: Peter Rathmann

## PETER RATHMANN STILL-LIVE – FOTOGRAFIEN

Der **Museumsverbund Nordfriesland** lädt zur Vernissage der Sonderausstellung Peter Rathmann – still-live – Fotografien 1981 – 2023 ein. Die Eröffnung findet am Sonntag, 4. Mai, um 11:30 Uhr im Rittersaal des Husumer Schlosses statt. Nach einer Begrüßung durch Tanja Brümmer, Direktorin Museumsverbund NF, gibt Kunsthistoriker Dr. Thomas Gädeke eine Einführung in das fotografische Werk von Peter Rathmann. Die Ausstellung „still-live“ zeigt eine Auswahl von Aufnahmen aus über vier Jahrzehnten – von frühen Schwarz-Weiß-Arbeiten bis hin zu aktuellen fotografischen Stillleben. Die Ausstellung konzentriert sich aber vorrangig auf die intensive Beschäftigung mit der Stillleben-Fotografie. Sie ist bis zum 2. November zu sehen.

**4. Mai bis 2. November, Schloss vor Husum, Husum**

## FILMFÖRDERUNG „NORDLICHTER“



Foto: NDR

Zu den bisherigen „Nordlichtern“ gehört u. a. die Serie „Festmachen“, die in diesem Jahr mit einem Grimme-Preis ausgezeichnet wurde.

Auch 2025 haben junge norddeutsche Filmemacher\*innen die Chance, ihr erstes fiktionales Projekt mithilfe der „Nordlichter“-Förderung zu realisieren. NDR, MOIN und nordmedia stellen pro Projekt bis zu 1,15 Millionen Euro bereit. Bewerbungen sind noch bis zum 15. Mai möglich. Mindestens zwei Schlüsselpositionen (Regie, Drehbuch, Produktion) müssen von Talenten aus Niedersachsen, Hamburg oder Schleswig-Holstein besetzt sein. Gefördert werden kreative Projekte mit norddeutschem Bezug, Diversität und nachhaltiger Produktion. Die Ausstrahlung erfolgt im NDR, in der ARD-Mediathek sowie möglicherweise im Kino. Mehr Infos: [www.nordlichter-talents.de](http://www.nordlichter-talents.de)

# HEIDER MARKTFRIEDEN MIT FREILICHT- SCHAUSPIEL

Zum 18. Mal findet vom 11. bis zum 13. Juli 2025  
der Heider Marktfrieden auf dem historischen  
Marktplatz in Heide statt.



Foto: R. Turchetto

Tausende Besucher\*innen erleben dort ein mittelalterliches Spektakel mit Markt, Musik und Schauspiel. Der Ursprung des Festes liegt im Jahr 1447, als das Dithmarscher Landrecht mit Paragraph 70 den „Market Vrede“ – den Marktfrieden – einführte. Händler\*innen standen fortan unter dem Schutz der Bauernrepublik und konnten sicher handeln.

### AB IN EINE ANDERE ZEIT

Wie vor 500 Jahren erwacht das Mittelalter im Rahmen des Festes erneut zum Leben: Händler\*innen, Handwerker\*innen, Gaukler\*innen und Musiker\*innen beleben den größten un bebauten Marktplatz Deutschlands. Gewürze, Handwerk, Speisen und Unterhaltung entführen die Besucher\*innen in eine andere Zeit.

### HÖHEPUNKTE DES FESTES

Die Mittelalterband Fabula sorgt mit historischen Instrumenten für musikalische Stimmung. Für Kinder gibt es Tiere zum Streicheln sowie Planschbecken und Heuhaufen zum Spielen. Das Profi-Dorf Fogelvrei zeigt Handwerkskunst und Lagerleben. Das Freilichtschauspiel „Der Wind, das Meer und die Wogen der Freiheit“ erzählt die Geschichte der Dithmarscher Bauernrepublik, mit Fokus auf die Schlacht bei Hemmingstedt. Regie führt erstmals Christian Bergmann. Zudem ziehen farbenfrohe Festumzüge durch die Stadt. Es gibt Musik, Tanz und historische Gewänder.

### GROSSES HÖHENFEUERWERK

Am Samstag um Mitternacht krönt ein großes Höhenfeuerwerk das Fest. Alle sind willkommen – mit oder ohne Gewandung. Ein Fest für Mittelalterfreund\*innen jeden Alters. Weitere Informationen unter [www.heider-marktfrieden.de](http://www.heider-marktfrieden.de)

DAS IST LOS

# 130 KANALGEBURTSTAG JAHRE NOK



Foto: Adobe Stock

# KANALGEBURTSTAG 130 JAHRE NOK

*Der Nord-Ostsee-Kanal (NOK) ist eine der bedeutendsten Wasserstraßen der Welt.*

*In diesem Jahr wird er 130 Jahre alt und das wird vielerorts gefeiert.*

Den Grundstein für das Bauwerk hat im Juni 1887 Kaiser Wilhelm I. in Kiel-Holtenau gelegt. Acht Jahre später, 1895, konnte sein Enkel Kaiser Wilhelm II. den Kanal einweihen. Sein erster Name war entsprechend auch „Kaiser Wilhelm Kanal“.

## ABKÜRZUNG

Seit seiner Eröffnung verbindet er die Nordsee mit der Ostsee und als eine der meistbefahrenen Künstlichen Wasserstraßen weltweit spielt der Kanal eine zentrale Rolle für den internationalen Handel und die Schifffahrt, denn mit einer Länge von etwa 98 Kilometern ermöglicht er eine erhebliche Zeitersparnis für die Schifffahrt, da die Route um Dänemark herum entfällt.

## DEUTSCHE INGENIEURSKUNST

Der NOK wurde in den letzten Jahrzehnten stetig weiterentwickelt und wird auch künftig eine tragende Rolle im internationalen Seeverkehr spielen. Mit Millionen von Schiffen, die den Kanal bereits passiert haben, bleibt die Wasserstraße ein beeindruckendes Zeugnis deutscher Ingenieurskunst. Die Zukunft des Kanals wird auch weiterhin von Modernisierungen geprägt sein, damit er für kommende Generationen erhalten bleibt.

## FEIERLICHKEITEN AM KANAL

Zum 130. Geburtstag sind entlang des Kanals kleine und große Feierlichkeiten geplant, zum Beispiel in Brunsbüttel. Dort wird vom 4. bis

zum 6. Juli rund um die Schleusen-Promenade, die Schleusenstraße und den Gustav-Meyer-Platz gefeiert. Am Freitagabend geht es um 18 Uhr mit Live-Musik auf dem Gustav-Meyer-Platz los. Am Samstag und Sonntag gibt es dann jede Menge buntes Programm mit Info-Ständen, Essen und Trinken sowie der Sonderveranstaltung „Brunsbüttel Beweg Dich“. Und am 6. Juli ist zudem ein Verkaufsoffener Sonntag mit Shoppingspaß für Jung und Alt geplant. Gefeiert wird am Freitag von 18 bis 24 Uhr, am Samstag von 14 bis 24 Uhr und am Sonntag von 12 bis 18 Uhr. Der Eintritt frei. Jung und Alt sind herzlich willkommen.

Entdecke die Schleusenstadt!



[Brunsbuettel.de](https://brunsbuettel.de)

Bei uns ist immer was los, von **Schleusenführungen** bis hin zu **Konzerten**: Alle Event-Tipps sind im digitalen Veranstaltungskalender zu finden.



Brunsbüttel

# GASTLICHKEIT MIT AUSBLICK

Wer einmal die maritime Terrasse des Burger Fährhauses besucht hat, weiß: Hier trifft kulinarischer Hochgenuss auf „die weite Welt“. Idyllisch am Nord-Ostsee-Kanal gelegen, verzaubert das Hotel/Restaurant seine Gäste mit regionaler Küche und einem faszinierenden Blick auf den Kanal.

Das Burger Fährhaus ist etwas ganz Besonderes. Schon beim Betreten des Hauses spürt man die familiäre Atmosphäre und fühlt sich willkommen; ob beim spontanen Besuch oder bei einer großen Feier. Besonders stolz ist man hier auf seine in liebevoller Handarbeit hergestellten Torten und Kuchen, die saisonal wechselnden Gerichte aus moderner deutscher Küche sowie auf das hauseigene Bier „Fährhaus Bräu“. Gekocht wird „feinheimisch“ – also mit Zutaten aus der Region – frisch, saisonal und ohne Fertigprodukte. Seit 2018 gehört das Burger Fährhaus übrigens zum gleichnamigen Verein „Feinheimisch – Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.“, der für regionale Küche steht.

## EIN ORT ZUM FEIERN

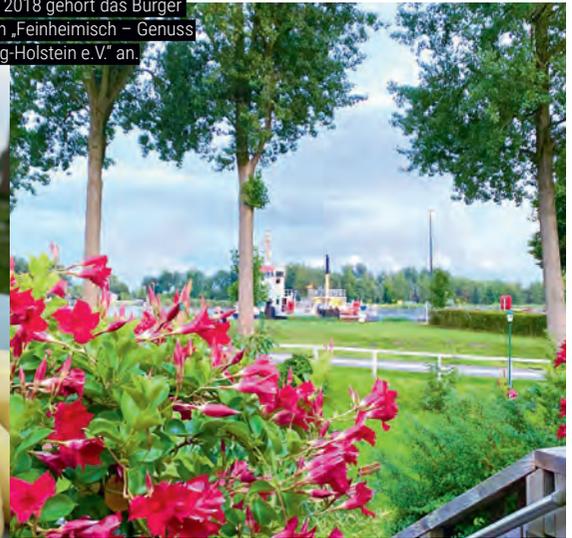
Ob Frühstücksbuffet, Langschläferfrühstück, Brunch oder Themenbuffets – regelmäßig lädt das Fährhaus zu kulinarischen Erlebnissen ein. Doch das Hotel/Restaurant ist nicht nur ein Ort zum Verweilen und Genießen. Hier wird auch gerne und ausgiebig gefeiert. Ob Hochzeiten, Geburtstage, Taufen oder Weihnachtsfeiern –

Fotos: Burger Fährhaus



hier wird jede Veranstaltung stilvoll und mit viel Liebe zum Detail ausgerichtet. Je nach Anlass bietet das Haus Platz für rund 90 Gäste. Für Gruppen ab 20 Personen werden gerne individuelle Menü- oder Buffet-Arrangements erstellt. „Denken Sie an rechtzeitige Reservierung“, freut sich das Team auf Anfragen.

Immer lecker! Seit 2018 gehört das Burger Fährhaus dem Verein „Feinheimisch – Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.“ an.



## ÜBERNACHTUNG MIT AUSBLICK

Wer nach einem genussvollen Abend nicht mehr nach Hause fahren möchte, dem stehen sechs stilvoll eingerichtete Gästezimmer zur Verfügung. Ein Highlight ist die Junior Suite mit Kanalblick – sie steht ab Mai 2025 wieder zur Verfügung. Die Suite liegt im ersten Stockwerk und verfügt über 4 Schlafplätze und einen fantastischen Ausblick.

## ÖFFNUNGSZEITEN

Das Burger Fährhaus ist von Mittwoch bis Sonntag von 12 bis 22 Uhr geöffnet. Täglich wird von 9 bis 11 Uhr ein Frühstücksbuffet angeboten – bitte mit Anmeldung. Auch Hunde sind im Restaurant willkommen, ebenso wie kleine Gäste – denn Kinderfreundlichkeit wird hier großgeschrieben. Alle aktuellen Veranstaltungen, kulinarischen Highlights und Termine auf [www.burger-faehrhaus.de](http://www.burger-faehrhaus.de).



Mit bestem Blick auf den Kanal lädt das Burger Fährhaus zum Schlemmen ein.



# Eröffnungskonzert des folkBALTICA FESTIVALS

IM NORDSEECONGRESS-  
CENTRUM HUSUM

Zur Eröffnung der 20. Ausgabe des Musikfestivals  
folkBALTICA gibt es ein besonderes Konzert im  
Großen Saal der Messe Husum & Congress.

Vom 17. bis zum +25. Mai bringt das Festival jährlich Folkmusik aus Deutschland und Skandinavien auf kleine und große Bühnen im südlichen Dänemark sowie im nördlichen Schleswig-Holstein. Beim Eröffnungskonzert im Konzertsaal des NCC der Messe Husum werden unter der künstlerischen Leitung von Harald Haugaard Highlights aus dem Gesamtprogramm dargeboten, insbesondere aus den Werken von Gjermund Larsen, dem norwegischen Kompo-

nisten, Geiger und diesjährigen „folkBALTICA Hauskünstler“. Das Orchester „folkBALTICA Ensemble“ setzt sich dabei aus 40 jungen Musiktalenten zusammen, die alle im Alter zwischen 15 und 25 Jahren sind und sowohl aus Deutschland als auch aus Dänemark stammen. Zum Eröffnungskonzert treten auch der Chor der Theodor-Storm-Schule Husum unter der Leitung von Verena Boecker auf sowie verschiedene Solistinnen und Solisten aus dem Festivalpro-

gramm. Die diesjährige Jubiläumsausgabe steht unter dem zweisprachigen Motto „Der Lenz kommt! · Våren kommer!“. Dieses Thema wird während des Konzerts auch in einleitenden, gesprochenen Beiträgen aufgegriffen. Infos zum Programm unter [folkbaltica.de](http://folkbaltica.de) oder [messehusum.com/veranstaltung/](http://messehusum.com/veranstaltung/).

**18. Mai, 18.30 Uhr**  
**Messe Husum & Congress**



Foto: MHC

## STADTRADELN 2025: STEINBURG IST DABEI!



Sandra Ludwigh (Klimaschutzbeauftragte Kreis Steinburg) und Hündin Timmy unterwegs mit einem E-Lastenrad durch Steinburg.

Foto: Sandra Ludwigh

Es geht in die 9. Runde für den Kreis Steinburg: Gemeinsam mit Brokdorf, Glückstadt, Itzehoe, Kellinghusen, Krummendiek, Oldendorf, Sankt Margarethen, Wacken und Wewelsfleth heißt es wieder „Radeln für ein gutes Klima“. „Wir laden Sie herzlich ein, beim STADTRADELN in die Pedale zu treten, um gemeinsam vom 10. bis zum 30. Mai Fahrradkilometer zu sammeln“, so Steinburgs Klimaschutzbeauftragte Sandra Ludwigh. Die Aktion soll möglichst viele Menschen zum Umsteigen auf das Fahrrad bewegen. Der Kreis Steinburg lobt Preise für die besten Teams aus. Bei den Kategorien Grund- und weiterführenden Schulen erhalten dieses Jahr sogar jeweils die drei besten Teams einen Preis. Infos unter: [www.stadtradeln.de/kreis-steinburg](http://www.stadtradeln.de/kreis-steinburg).

**10. bis 30. Mai • Kreis Steinburg**

# TÖNNING *presents*

**DIE BESTEN TRIBUTE-/COVERBANDS!**

<b>ELTON AND THE JOELS</b> THE MUSIC OF ELTON JOHN & BILLY JOEL	<b>10.05.25</b>
<b>IT'S ALL PINK</b> THE ORIGINAL PINK TRIBUTE SHOW	<b>07.06.25</b>
<b>REPOLICE</b> A TRIBUTE TO STING AND THE POLICE	<b>12.07.25</b>
<b>STILL COLLINS</b> THE BEST OF PHIL COLLINS & GENESIS	<b>30.08.25</b>

**IM PACKHAUS  
AM HAFEN TÖNNING**

Ticket-Infos:  
[www.toenning.de](http://www.toenning.de)




UNTERWEGS IN DER INSEL- UND HALLIGWELT

WILLKOMMEN IN DER INSEL- UND  
HALLIGWELT NORDFRIESLANDS

# EIN LEBEN MIT EBBE UND FLUT

*Im Nordwesten Schleswig-Holsteins liegt eine Region von außergewöhnlicher Schönheit:  
die Insel- und Halligwelt Nordfrieslands. Geformt von Wind, Wasser und Gezeiten,  
erzählen die Orte hier Geschichten vom Leben mit dem Meer und der Natur.*

Bei so viel Wind, Weite und Watt kommen nicht nur Urlauber\*innen ins Schwärmen. Auch die Einheimischen sind ergriffen vom Panorama.

Fotos: Adobe Stock



 **FRS SYLTFÄHRE**

bis zu  
**32**  
Abfahrten täglich

© FRS Syltfähre / Martin Etsen

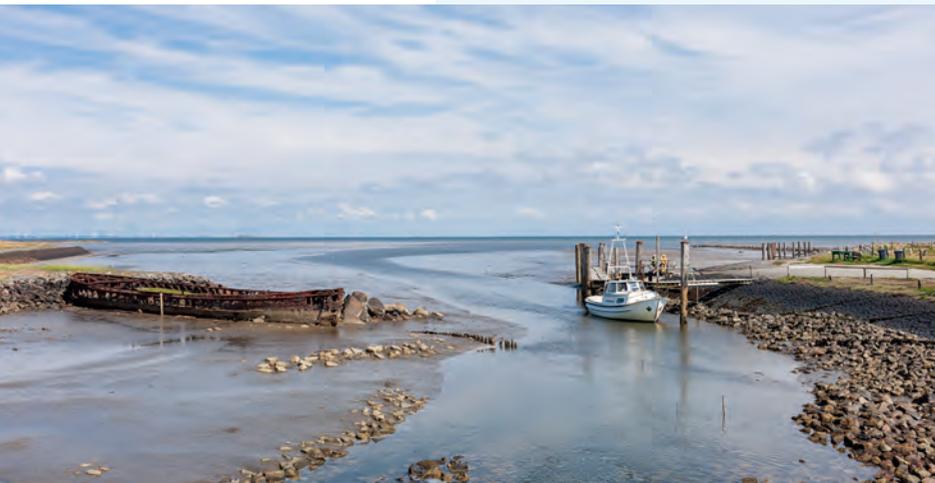
Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

**Seeluft statt Zugluft**



Tel. 0461 864 - 601 · Buchen Sie jetzt Ihre nächste Fahrt auf [www.frs-syltfaehre.de](http://www.frs-syltfaehre.de).





Was für eine Kulisse. Wer Ruhe und Erholung sucht, der ist in der Insel- und Halligwelt genau richtig.



Wer auf den Halligen Urlaub bucht, erlebt das Ursprüngliche, das Echte.

Die nordfriesischen Inseln Sylt, Föhr und Amrum sind vielen bekannt. Sie sind ein bisschen auch die Hotspots der Insel- und Halligwelt. Sie locken nicht nur mit weißen Sandstränden, reetgedeckten Häusern, einer wunderschönen Natur und einer gesunden Brise frischer Meeresluft, sondern auch mit buntem Programm. Wer hier seinen Urlaub verbringt, kann herrlich abschalten und bekommt gleichzeitig ein bisschen Action geboten.

### DIE HALLIGEN – EINE ANDERE WELT

Wem das zu viel Trubel ist, dem offenbart sich ein bisschen abseits des bunten Treibens eine weitere faszinierende Welt: die beschauliche Insel Pellworm und die nordfriesischen Halligen – winzige, nicht eingedeichte Marschinseln mitten im Wattenmeer. Wer eine Hallig wie Langeneß oder Hooge besucht, betritt eine andere Welt. Die Häuser stehen hier auf sogenannten Warften, künstlich aufgeschütteten Hügeln, die Schutz vor den Sturmfluten bieten. Denn bei Landunter werden die Wiesen der Halligen überspült. Wenn das passiert, ragen nur noch die

Warften wie kleine Inseln aus der silberglitzernen Wasseroberfläche heraus.

### DIE STILLE ÜBER DEM WATT

„Hier lebt man nicht gegen das Meer, sondern mit ihm“, wissen die Hallig-Bewohner\*innen. Sie kennen die Eigenheiten des Meeres und die Stille, die über dem Watt liegt, wenn das Wasser geht und man über den Meeresboden gehen kann. Die Tierwelt der Insel- und Halligwelt ist ebenso beeindruckend: Millionen Zugvögel rasten hier jedes Jahr, Seehunde sonnen sich auf Sandbänken, und mit etwas Glück lässt sich sogar ein Schweinswal blicken.

### UNESCO-WELTNATURERBE

Die Insel- und Halligwelt ist Teil des Nationalparks Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer, der wiederum UNESCO-Weltnaturerbe ist – und in diesem Jahr seinen 40. Geburtstag feiert. Er ist nicht nur ein Paradies für Naturfreunde, sondern auch ein Mahnmal für den achtsamen Umgang mit der Umwelt, denn die Region ist nicht nur landschaftlich besonders schön,

sondern auch verletzlich. Der Klimawandel und der steigende Meeresspiegel stellen die Bewohner\*innen vor große Herausforderungen.

### ZURÜCK ZUR NATUR

Trotzdem – oder gerade deshalb – zieht es immer mehr Menschen in dieses „Land zwischen Himmel und Meer“. Wer hierherkommt, reist nicht nur geografisch, sondern auch innerlich ein Stück weit – zurück zur Natur, zur Langsamkeit und zur Kraft der Elemente.

Die Halligen besitzen keine Deiche wie die Inseln. Hier sind die Häuser auf Warften gebaut, die vor der Nordsee schützen sollen.



## Der schönste Weg nach Helgoland



## Mittwochs bis zu 3 Kinder kostenfrei!

Denn mittwochs ist Familien-Tag.

Scan mich für mehr Infos.



→ Ab Hamburg, Brunsbüttel und Cuxhaven

# HALLIGEN – UNSERE SCHÖNEN PERLEN

*Mitten im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer liegen sie verstreut wie Perlen im Blaugrau der Nordsee: unsere Halligen, klein und ursprünglich. Wer sie besucht, taucht in eine ganz eigene Welt ein.*



Die Halligen gehören zum Biosphärenreservat Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer und bieten einen einzigartigen Lebensraum für Mensch und Tier. Ein typisches Merkmal sind ihre Warften – künstlich aufgeschüttete Hügel, auf denen die Häuser vor den Launen der Nordsee geschützt stehen, denn durch die fehlenden Deiche kommt es auf den kleinen Eilanden oft zu Überschwemmungen.

## LUST AUF LAND UNTER?

Land unter ist ein besonderes Schauspiel – wenn die Nordsee bei Sturmflut über die ungeschützten Flächen der Hallig schwappt und nur noch die Warften aus dem Wasser ragen. Zwischen November und März kann dieses Naturphänomen bis zu 20 Mal auftreten. Dann wird es still auf den Halligen. Das Leben pausiert und man erlebt die raue Schönheit der Nordsee in ihrer eindrucksvollsten Form. Solche Urlaube bucht man am besten jetzt in der Saison.

## ZEHN HALLIGEN

Insgesamt gibt es zehn Halligen im Schleswig-Holsteinischen Wattenmeer. Sie heißen Langeneß, Hooge, Nordstrandischmoor, Oland, Gröde, Habel, Norderoog, Süderoog, Südfall und Hamburger Hallig. Viele Halligen bieten Übernachtungsmöglichkeiten an, ideal für Ruhe- und Erholungssuchende, doch nicht jede Hallig ist bewohnt. Und jede Hallig ist anders, erzählt ihre eigene Geschichte und lässt die Besucher\*innen in die Tradition der Seefahrer- und Walfängerzeit sowie ins heutige Alltagsleben eintauchen.

## HOOG – ALLES, WAS MAN BRAUCHT

Hallig Hooge zum Beispiel bietet für einen schönen Urlaub alles, was man braucht: Pensionen, Restaurants, Imbiss und Cafés sowie etwa 350 Gästebetten. Im Sommer erwartet die Besucher\*innen ein buntes Programm aus Vorträ-

gen, Führungen und Filmabenden. Museen und Ausstellungen gewähren spannende Einblicke in die Geschichte der Hallig und das Leben mit dem Meer. Ruhe und Erholung gibt es hier obendrauf. Und wer Spaß an Gruselgeschichten hat, kann den Hooger Spukpfad erkunden. Die Geschichten rund um die Hallig, gesammelt von den Autoren Uwe Voehl und Jörg Kleudgen, sind zu einem Sammelobjekt geworden. Der Hooger Spukpfad präsentiert neun dieser Geschichten, die stimmungsvoll an den Schauplätzen der Hallig vorgetragen werden – per Hörspiel. Ein QR-Code ermöglicht den kostenlosen Download.

## LANGENESS – DIE GROSSE

Langeneß ist flächenmäßig die größte Hallig mit 106 Einwohner\*innen. Weitläufig und ruhig geht es hier zu, fernab vom großen Tourismus. Wer dieses wunderschöne Eiland besucht, genießt die ungestörte Weite und kann die Seele baumeln lassen. Gäste sollten unbedingt der



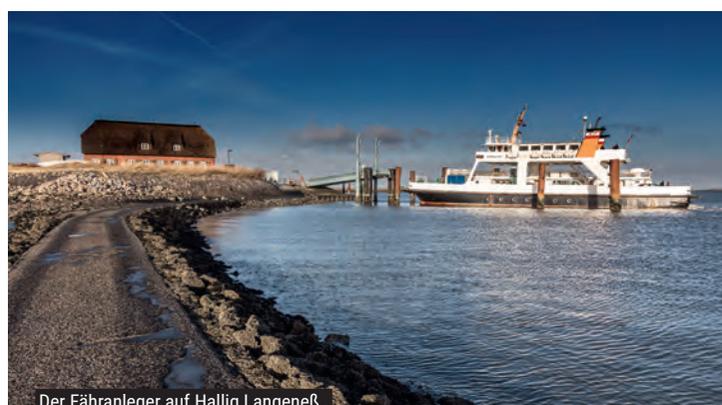
Die Bockmühle auf der Hallig Langeneß bei Sonnenuntergang.



Was für eine Landschaft! Da kommen selbst die Einheimischen ins Staunen.



Ein Urlaub auf der Hallig bedeutet Idylle pur.



Der Fähranleger auf Hallig Langeneß.

Wer Näheres über das Biosphärenreservat Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer und Halligen oder die Anreise erfahren möchte, darf sich an Kai Hillmann, den Projektmanager Tourismus, wenden.

**Tourismus-Service**  
**k.hillmann@hooge.de**  
**Tel.: 04849 / 9100**  
**www.hooge.de**

## BIOSPHERE DIE HALLIGEN



idyllischen Warftkirche einen Besuch abstatten. Restaurant, Hofladen, Imbiss und Kiosk sichern die Versorgung mit kulinarischen Köstlichkeiten. Die Anreise erfolgt mit der Fähre ab Fährhafen Schlüttsiel.

### OLAND – DIE LÜDDE

Oland ist mit nur 20 Bewohner\*innen die ruhigste unter den Halligen. Hier beginnt das Abenteuer bereits bei der Anreise, denn diese erfolgt per Lorenbahn – einer kleinen offenen Bahn, die mitten durch das Watt fährt. Auf der Hallig erwartet die Gäste dann vor allem Ruhe, und im Sommer freut sich der Halligkrog auf Gäste.

### GRÖDE – DIE URSPRÜNGLICHE

Hallig Gröde ist mit nur zehn Bewohner\*innen eine der kleinsten selbstständigen Gemeinden Deutschlands. Hier gibt es keine Autos, keinen Lärm, keine Eile – nur Natur, eine kleine Kirche und Schafe. Gröde hat keine festen Fährverbindungen

und ist nur bei ausreichendem Wasserstand und passender Windsituation mit dem Schiff vom Fährhafen Schlüttsiel zu erreichen.

### NORDSTRANDISCHMOOR – LEBEN MIT DEN GEZEITEN

Auf Nordstrandischmoor, auch gerne Lüttmoor genannt, leben rund 20 Menschen. Hier gibt es sogar eine kleine Schule und Gästebetten für zwölf Besucher\*innen. Ein gezeitenunabhängiger Lorendamm verbindet die Hallig mit dem Festland. Die Familien hier besitzen eigene Loren, mit der die Gäste anreisen – von Lüttmoorsiel aus. Das allein ist schon ein echtes Highlight.

Wattwanderungen durch zum Teil tiefen Schlick gehören zu den einzigartigen Erlebnissen rund um Nordstrandischmoor, bevor es in den Hallig-Krog geht, wo nordfriesische Klassiker wie Fischfrikadellen, Pharisäer und hausgemachtes Halligbrot serviert werden.

### KAFFEE MIT SCHUSS

Für kulinarische Genüsse sorgen beim Hallig-Besuch nordfriesische Spezialitäten. Fragen Sie nach frischen Krabben, leckerer Fischpfanne oder dem legendären „Pharisäer“ – das ist ein köstlicher Kaffee mit einem Schuss Rum und Sahnehaube, der traditionell gerne mit einem Augenzwinkern serviert wird.

### URLAUB MIT TIEFGANG

Ganz gleich, ob Sie im Frühling die ersten Vogelzüge beobachten, im Sommer im Watt spazieren, im Herbst dem Sturm trotzen oder im Winter die klare Luft genießen möchten – die Halligen bieten zu jeder Jahreszeit ein Erlebnis für Körper, Geist und Seele.

Ein glücklicher Gast brachte es mal auf den Punkt: „In der Beschränkung des Wesentlichen liegt der Reiz.“ Und genau das macht die Halligen aus: Hier zählt nicht das Mehr, sondern das Meer.



# PELLWORM

## EINE BESONDERE INSEL FÜR BESONDERE MENSCHEN

*Sie lieben die Weite, die Stille, Schafe und grüne Deiche?*

*Dann ist Pellworm der ultimative Reisetipp für Sie.*

**W**ährend Sylt, Föhr und Amrum mit unterhaltsamen Angeboten locken, überzeugt die Insel Pellworm auf eine ganz eigene Weise – als ruhige, naturverbundene Alternative – und als Tor zur Sternenwelt, denn Pellworm wurde wegen der geringen Lichtverschmutzung von der International Dark Sky Association als Sterneninsel anerkannt. Die drittgrößte nordfriesische Insel steht für Stille, Weite und eine besondere Form der Entschleunigung, die gerade in unserer heutigen Zeit so wohltuend wirkt. Mitten im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer gelegen, präsentiert sich Pellworm als Rückzugsort für alle, die das Ursprüngliche suchen. Hier ist das Tempo langsamer, die Luft salziger, der Horizont weiter. Kein Lärm, keine Hektik – nur das Kreischen der Möwen, das Blöken der Schafe auf dem Deich und das sanfte Rauschen der Nordseewellen.

### IM RHYTHMUS DER GEZEITEN

Auf Pellworm lebt man mit der Natur. Ebbe und Flut geben den Takt vor für die Menschen,

die hier wohnen. Rund 1200 Einwohner\*innen zählt die Insel. Viele von ihnen leben vom Tourismus, von der Landwirtschaft oder von der See. Beeindruckend ist die Verbundenheit zur Tradition. Der historische Leuchtturm, das Wahrzeichen der Insel, ragt seit über 100 Jahren rot-weiß gestreift in den Himmel. Von seiner Plattform bietet sich ein Blick über die Halligen, das Wattenmeer – und bei klarer Sicht bis zur Küste Schleswig-Holsteins. Hier oben kann man sich sogar das Ja-Wort geben, ebenso wie an vielen weiteren Orten auf der Insel. Ein echtes Angebot für Romantiker\*innen.

### URLAUB WIE FRÜHER – MIT KOMFORT

Menschen, die den Weg nach Pellworm finden, erwartet kein Massentourismus, sondern Herzlichkeit. Die Insel bietet gemütliche Ferienwohnungen, Reetdachhäuser und kleine Hotels. Und besonders beliebt ist der Urlaub auf dem Bauernhof. Wer hierherkommt, sucht nicht das Nachtleben, sondern den Sternenhimmel. Nicht das Großstadtflair, sondern die Stille der Natur.

Fahrradfahren auf dem Deich, Wattwanderungen mit erfahrenen Führer\*innen, Vogelbeobachtungen oder einfach ein Spaziergang am Meer – das ist Pellworm.

### ZUKUNFTSORIENTIERT

Trotz aller Ursprünglichkeit tickt die Insel modern. Pellworm ist Vorreiter in Sachen erneuerbare Energien: Windkraft, Solarenergie und Biogasanlagen sorgen dafür, dass die Insel energetisch weitgehend autark ist. Der Weg zeigt: Tourismus und Umweltbewusstsein müssen kein Widerspruch sein.

### ENTSCHLEUNIGUNG MIT AUSSICHT

Pellworm ist nicht laut, nicht schnell, nicht glamourös. Genau das macht den Reiz aus. Die Insel ist ein Ort für Menschen, die innehalten wollen. Die wieder spüren möchten, wie gut einfache Dinge tun: barfuß durchs Watt laufen, den Sonnenuntergang auf dem Deich beobachten oder einfach mal wieder durchatmen. Vielleicht ist Pellworm nichts für jeden, aber vielleicht genau das, was Sie gerade brauchen?

# INSELHOCHZEIT

## JA-WORT AUF PELLWORM

Auf dem „Fleckchen Glück“, wie die traumhaft schöne Insel Pellworm auch gerne genannt wird, lässt es sich nicht nur toll Urlaub machen, sondern auch in kleiner Runde heiraten oder das Eheversprechen erneuern.

### HOCHZEIT IM LEUCHTTURM

Wenn Sie das Maritime lieben, ist eine Leuchtturm-Hochzeit auf der Nordseeinsel für Sie genau das Richtige: Das Brautpaar steigt zu zweit oder in Begleitung der Hochzeitsgäste die 140 Stufen zum höchsten Leuchtturmstandesamt im Norden hinauf. Auf dem Weg lernen Sie die Geschichte des Pellwormer Leuchtturmes kennen.

### WEIT HINAUS ZUM RUNGHOLTURM

Eine Trauung auf dem Rungholtturm, mitten im herrlichen Wattenmeer, macht den schönsten Tag im Leben zu einem maritimen Highlight. Das in der obersten Etage des Turms gelegene, zu drei Seiten verglaste Trauzimmer bietet einen traumhaften Rundumblick von der schönen Insel Pellworm, weit übers Wattenmeer, bis hin zum Festland.



Heiraten auf der Insel:  
Auf der Nordsee-  
insel Pellworm werden  
Wünsche wahr

### DEICH-HOCHZEIT

Direkt am Strand heiraten mit Meeresrauschen, Salzgeschmack in der Luft und den Seevögeln als Hochzeitsgesellschaft: Das erleben Sie bei Ihrer eigenen Deich-Hochzeit. In einem Strandkorb direkt am Deich geben Sie sich das Ja-Wort, mit Blick auf das Wattenmeer oder die Nordsee.

### KAMIN-HOCHZEIT

Wenn sich draußen das raue Nordseewetter zeigt, sitzen Sie im traditionellen, behaglich warmen Kaminzimmer und genießen in romantischer Stimmung Ihre Hochzeit. Von November bis März wird das Trauzimmer in die „gute Stube“ vom Friesenhof verlegt – mit direktem Blick in das lodernde Feuer des Kamins.

### HALLIG-HOCHZEIT

Heiraten mal ganz anders: Bei einer Hallig-Hochzeit werden Sie mitten auf der Nordsee

getraut und erleben einen unvergesslichen Tag auf der Hallig Süderoog, die auch das Herz der Nordsee genannt wird. Ihr Trauzimmer, in dem die standesamtliche Trauung vollzogen wird, befindet sich auf dem Schiff, das Sie sicher in den Hafen der Ehe bringt. Auf der Hallig Süderoog können Sie auch eine freie Trauung feiern.

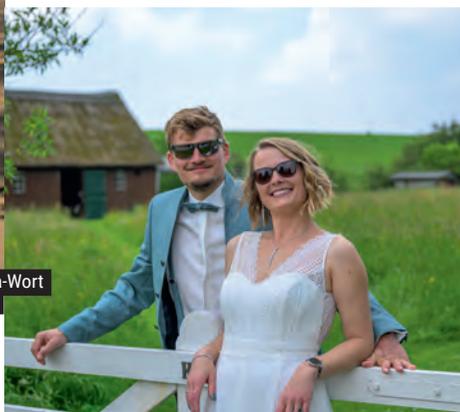
### HOCHZEIT UNTER DEN STERNEN

Was kann es Schöneres geben, als sich direkt unter dem Sternenhimmel das Ja-Wort zu geben? Erleben Sie Ihre Hochzeit direkt am Deich oder im Trauzimmer des Rungholtturmes mit freiem Blick auf den Himmel. Sie haben die Wahl, sich in den Sommermonaten am Deich in einem Strandkorb oder ganzjährig in dem zu drei Seiten verglasten Trauzimmer des Rungholtturmes nach Anbruch der Dämmerung das Ja-Wort zu geben.

**Kur- und Tourismusservice Pellworm**  
Uthlandestr. 2, Pellworm, Tel.: 04844 / 189 25  
info@leuchtturm-hochzeit.de  
www.inselhochzeit.de



Geben Sie sich das Ja-Wort  
direkt am Meer





## DIE LIEBE, DER TEUFEL UND EIN ZERSCHLAGENES FENSTER

# SAGENHAFT & LECKER

*Sie sind jemand, bei dem es gerne ein bisschen gruselig zugehen darf? Dann dürfte der Besuch des Roten Haubargs genau das Richtige für Sie sein. Das Haus mit Restaurant und Museum sorgt mit einer Legende für Gänsehaut-Momente.*

Eingebettet in die Marschen der Halbinsel Eiderstedt, ist der majestätisch anmutende Haubarg von Weitem zu sehen. Das Baudenkmal aus dem 17. Jahrhundert ist entgegen seinem Namen weiß und kommt mit einer uralten Legende daher.

### DER PAKT MIT DEM TEUFEL

Hier soll der Sage nach einst ein armer junger Mann in einem bescheidenen Haus gelebt haben. Er war in die Tochter des reichen Schmieds verliebt, der gegenüber von ihm wohnte. Doch während das Mädchen und ihre Mutter ihm wohlgesonnen waren, wollte der Vater von einer Heirat nichts wissen. Ihm war der junge Mann zu arm. In seiner Verzweiflung versprach der Jüngling

dem Teufel seine Seele, wenn dieser ihm in einer einzigen Nacht ein großes Haus mit 100 Fenstern bauen würde. Mit der Fertigstellung des Gebäudes vor dem ersten Hahnenschrei sollte der Pakt vollzogen sein. Und tatsächlich: Der Teufel erschien!

In dieser Nacht zerstörte er das alte, kleine Haus und baute in Windeseile ein großes mit neuen Mauern. Der junge Mann, von Angst erfüllt, konnte den Baufortschritt nicht länger ertragen. Er floh ins Haus des Schmieds und weckte die Frauen, ohne sich jedoch zu trauen, sein Geheimnis zu offenbaren. Als die Mutter einen Blick aus dem Fenster warf und plötzlich ein riesiges Gebäude sah, dessen Dach gerade gedeckt wurde, gestand der junge Mann, dass er dem Teufel seine Seele verkauft hatte.

Sobald der Bau vollendet sei und der Hahn krächte, würde er seine Seele verlieren. Daraufhin eilte die Mutter zum Hühnerstall, packte den Hahn und schüttelte ihn so kräftig, dass er lauthals krächte.

### VERTRAG NICHT ERFÜLLT

Mit dem Hahnenschrei hatte der Teufel seinen Teil des Vertrags also nicht erfüllt und flüchtete wütend durch ein Fenster des Haubargs. Es soll bis heute defekt sein ... Der Schmied, beeindruckt vom wertvollen Anwesen des jungen Mannes, gab diesem schließlich seine Tochter zur Frau. Noch heute erinnert eine Bronzefigur vor dem Gebäude des Haubargs an diese schaurig-schöne Sage: Auf einem Findling vor dem Haubarg sitzt er, der Teufel in Lebensgröße. ▶

Der Rote Haubarg ist von Weitem sichtbar. Die Sage sowie das Café und das Museum locken zahlreiche Gäste an.



## EIN LEBENDIGES DENKMAL

Wer Lust hat, den Roten Haubarg zu besuchen, findet hier kein herkömmliches Museum. In den Ausstellungsräumen gibt es weder Vitrinen noch Texttafeln, Grafiken oder Medienstationen. Stattdessen lässt das Ausstellungsformat das Haus und die ausgestellten Exponate selbst zu Wort kommen. Der Rote Haubarg lebt und atmet. Die eigenwilligen Exponate sind geschwätzig und launisch. Und die Besucher\*innen werden Teil der Geschichte des Hauses – schon beim Reingehen. Hölzern ist hier nur die imposante Vierkant-Konstruktion, unter deren Dach die Exponate mit den

Die lebensgroße Bronzefigur des Teufels erinnert an die schaurig-schöne Sage, die vom Roten Haubarg erzählt wird.



Peter Rathmann 04.05. – 02.11.2025

# still-live

Fotografien 1981–2023

Museumsverbund Nordfriesland SCHLOSS VOR HUSUM Schloss vor Husum König-Friedrich-V.-Allee 25813 Husum Öffnungszeiten Di bis So 11:00 – 17:00 Uhr

## Der Rote Haubarg

Restaurant | Café | Terrasse | Museum

Der Rote Haubarg liegt zwischen Witzwort und Simonsberg in einem wunderschönen alten Garten abseits der Ortschaften in freier Natur.

Unsere warme Küche ist durchgehend geöffnet. Egal ob zur Mittagszeit, zur Kaffeestunde oder am Abend, der Rote Haubarg ist ein Besuch wert.

Öffnungszeiten: 11.00 - 21.00 Uhr

Öder besuchen Sie während Ihres Aufenthalts unser hauseigenes Museum. Hier bekommen Sie einen Einblick in das Leben und die Geschichte der Eiderstedter Bauern.

Der Rote Haubarg · Inhaber Wioletta Gattorf  
Sand 5 · 25889 Witzwort  
Tel.: 0 48 64 - 845 · gattorf@roterhaubarg.de  
[www.roterhaubarg.de](http://www.roterhaubarg.de)

- ▶ Besucher\*innen einen Klönschnack halten und ihre Befindlichkeiten, Gedanken und Erinnerungen teilen. Auch ein Geräte-Chor ertönt von Zeit zu Zeit vom Kornboden hinab.

### KULINARISCHE LECKEREIEN IM RESTAURANT

Das angeschlossene gemütliche Restaurant im Haubarg lädt die Gäste dazu ein, sich in friesischer Atmosphäre kulinarisch verwöhnen zu lassen. Es hat 90 Sitzplätze und ist in verschiedene Stuben aufgeteilt. Im Sommer bietet die Terrasse mit 80 Plätzen einen wunderbaren Ort zum Verweilen. Der Saal, Peerstall genannt, ist mit 60 Plätzen ideal für Gruppen und Vereine. Hier werden gerne auch Familienfeste gefeiert. Wer die Geschichte Nordfrieslands erleben möchte, sollte dem Roten Haubarg einen Besuch abstatten – nicht nur wegen der beeindruckenden Architektur, sondern auch wegen der Lege, die hinter jeder Ecke zu flüstern scheint. Mehr auf [www.roterhaubarg.de](http://www.roterhaubarg.de).

Quellen: [www.roterhaubarg.de](http://www.roterhaubarg.de), [www.wikipedia.org/wiki/Roter\\_Haubarg](http://www.wikipedia.org/wiki/Roter_Haubarg), [www.stiftung-nordfriesland.de](http://www.stiftung-nordfriesland.de), Lokale Sagen aus Eiderstedt

Heute dient der stattliche Haubarg als Museum und Restaurant. Die Gäste werden eingeladen, sich in der urigen friesischen Atmosphäre kulinarisch verwöhnen zu lassen.



## EIN MUSEUM MIT VIELEN ÜBERRASCHUNGEN

*Die Haubarge auf Eiderstedt gehören zu den größten Wohn-Stall-Häusern der Welt. Mit dem 17 Meter hohen Dach ist der Rote Haubarg einer der größten und durch seine Nutzung als Museum und Restaurant öffentlich zugänglich.*

Der Museumsbereich im Wirtschaftsteil bietet den Gästen freie Sicht auf die imposante Dachkonstruktion. Innovativ wie die Bauweise eines Haubargs vor 400 Jahren ist auch das neue Museumskonzept: Die Gäste werden von den Exponaten angesprochen. Die Ausstellungsstücke haben Stimmen und Persönlichkeiten, teilen ihre Gedanken mit und reagieren auf die Besucher\*innen, während diese das Haus und die Umgebung entdecken.

### 400 JAHRE HAUBARG-GESCHICHTE

Zusätzlich zur lebendigen Ausstellung gibt das hörspielartige Objekt-Theater des Haubargs zur

vollen Stunde Einblick in 400 Jahre Haubarg-Geschichte.

Der erste von vier Akten handelt von der Entstehungsgeschichte des Roten Haubargs, die als Teufelssage bekannt ist. Sie ist um 12 und um 16 Uhr zu hören. Um 13 und 17 Uhr folgt „Ein stürmischer Abend. Von Leseratten, Außensport, Schauergeschichten und dressierten Kühen“, um 14 und um 18 Uhr geht es im dritten Akt um „die Suche nach den historischen Wurzeln des Roten Haubargs“, und um 15 und 19 Uhr heißt es „(P)flug durch das Bauernjahr – Von Feldarbeit, Blutmehlbeuteln, wütendem Mastvieh und Stallmist bis zur Hüfte.“

ADVERTORIAL

Der Museumsbereich besteht aus einer Inszenierung: Die Gäste werden von den Exponaten angesprochen.



### HISTORISCHE GARTENANLAGE

Auch beim Spaziergang durch die historische Gartenanlage informiert der Rote Haubarg auf unterhaltsame Weise, denn der neu angelegte Garten wurde durch eine Hörführung komplettiert. Diese können die Gäste über QR-Codes auf den Sitzbänken abrufen. Der Eintritt ist frei. Ein Besuch lohnt sich!

**Roter Haubarg • Sand 5 • 25889 Witzwort  
geöffnet: 11 bis 21 Uhr, donnerstags Ruhetag  
[www.museum-roterhaubarg.de](http://www.museum-roterhaubarg.de)**

# START DER SONNTAGSFÜHRUNGEN

Seit April finden in der KZ-Gedenkstätte Husum-Schwesing wieder regelmäßig Führungen statt. Treffpunkt ist sonntags um 15 Uhr vor dem „Haus der Gegenwart“. Die Führungen werden von ehrenamtlichen Guides durchgeführt und sind kostenfrei.

Das Konzentrationslager in Husum-Schwesing wurde Ende September 1944 eingerichtet. Bis zu 2500 Menschen aus 13 Nationen wurden nach Husum-Schwesing verschleppt, um unter widrigsten Bedingungen den sogenannten „Friesenwall“ auszuheben. Als sich die Wehranlage entlang der Nordseeküste als militärisch sinnlos erwies, wurde das Konzentrationslager am 29. Dezember 1944 geräumt. Mindestens 300 Menschen starben infolge körperlicher Schwerstarbeit, Hunger und Folter.

## EINE GEDENKSTÄTTE

Seit den 1980er Jahren erinnert eine Gedenkstätte auf dem Gelände des ehemaligen Konzentrationslagers an die Verbrechen, die über Monate hinweg an diesem Ort begangen wurden. 2017 wurde sie um eine Außenausstellung und das Seminarhaus „Haus der Gegenwart“ erweitert. Im Rahmen von Workshops kann sich vertiefend und gegenwartsbezogen mit Fragen und Denkansätzen zum Umgang mit der NS-Vergangenheit und der heutigen Gesellschaft auseinandergesetzt werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, bei größeren Gruppen freuen sich die Verantwortlichen jedoch über



Ehrenamtliche Guides bieten Führungen durch die KZ-Gedenkstätte Husum-Schwesing an.

einen Hinweis unter Tel.: 04841 / 897 30 oder per Mail an [gedenkstaette@nordfriesland.de](mailto:gedenkstaette@nordfriesland.de). Wetterfeste Kleidung ist von Vorteil, da die Führungen draußen stattfinden. Weitere Infos unter [www.husumschwesing.de](http://www.husumschwesing.de) oder auf dem Instagram-Kanal [@husumschwesing](https://www.instagram.com/husumschwesing).

**Immer sonntags, 15 Uhr, KZ-Gedenkstätte Schwesing**



## INTERESSANTE FÜHRUNG IM MAI WER ZWITSCHERT DENN DA?

Im Rahmen des Aktionsmonats Naturerlebnis 2025 lädt die Volkshochschule Leck in Kooperation mit dem Naturschutzverein Südtondern e. V. zur besonderen Naturerlebnisführung ein.

Am Donnerstag, 8. Mai, findet von 19 bis 20.30 Uhr eine Vogelstimmenführung auf dem Gelände des GreenTEC Campus in Enge-Sande statt. Treffpunkt ist am Eingang des Campus. Eine vorherige Anmeldung bei der Volkshochschule Leck ist erforderlich. Entlang des Natur- und Nachhaltigkeitslehrpfades lernen die Teilnehmenden, die unterschied-

lichen Vogelstimmen zu erkennen und den jeweiligen Arten zuzuordnen.

### AUF DEM NATURLEHRPFAD

Die Mitnahme eines eigenen Fernglases ist möglich und willkommen. Es wird empfohlen, festes Schuhwerk und Mückenschutz mitzubringen. Die Teilnahmegebühr beträgt 6 Euro. Für be-

stimmte Personengruppen kann eine Ermäßigung gewährt werden. Eine Beratung dazu ist bei der vhs Leck möglich.

### UNBEDINGT ANMELDEN

Anmeldungen bis zum 5. Mai bei der vhs Leck, Tel.: 04662 / 45 39 oder per E-Mail an [info@vhs-leck.de](mailto:info@vhs-leck.de).

# FRISCHE LUFT TANKEN

*Gehen Sie mit uns auf Entdeckungstour durch den Norden –  
denn selten ist es schöner als jetzt!*



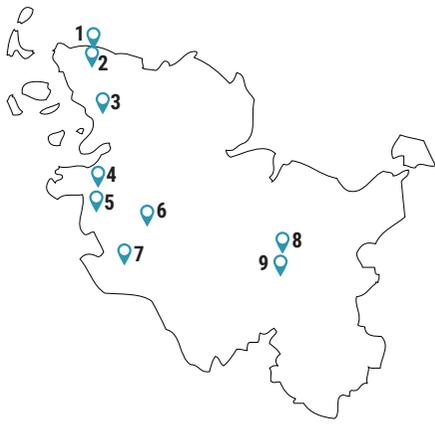


Foto: Adobe Stock

Freibäder in Schleswig-Holstein

# AB INS KÜHLE NASS

*Wenn die Tage länger und die Temperaturen wärmer werden, zieht es Groß und Klein wieder ins Freibad. Schleswig-Holstein bietet eine beeindruckende Vielfalt an Freibädern, die mehr sind als nur Orte zum Schwimmen: Sie sind Treffpunkt, Wohlfühloase und Urlaubersatz direkt vor der Haustür.*

## UNSERE FREIBAD-TIPPS FÜR SCHLESWIG-HOLSTEIN

### 1. FREIBAD SÜDERLÜGUM

Am Sportplatz, Süderlügum  
Highlights: weitläufig, entspannte Atmosphäre, überdachtes Kinderbecken  
Öffnungszeiten: täglich 14–20 Uhr

### 2. FREIBAD KLIXBÜLL

Schulstraße 7, Klixbüll  
Highlights: Naturidyll, ländlich gelegen, sehr gepflegt  
Öffnungszeiten: Mo–Fr 15–19.30 Uhr, Sa & So 14–19.30 Uhr

### 3. FREIBAD BREDSTEDT

Süderstraße 61, Bredstedt  
Highlights: Kletterwand, Kinderbecken, Strömungskanal  
Öffnungszeiten: Mo–So 13–19.30 Uhr

### 4. FREIBAD TÖNNING

Strandweg 2, Tönning  
Highlights: neu gestaltet, ideale Anlage für Familien  
Öffnungszeiten: täglich 11–19.30 Uhr

### 5. FREIBAD WESSELBUREN

Alte Schützenwiese 10, Wesselburen  
Highlights: großzügiger Kinderbereich, familiäre Atmosphäre  
Öffnungszeiten: Mo 12–16 Uhr, Di–So 12–19 Uhr

### 6. FREIBAD ALBERSDORF

Weg zur Badeanstalt 20, Albersdorf  
Highlights: Riesenrutsche, Strömungskanal, schöne Liegewiese  
Öffnungszeiten: täglich 10–19 Uhr

### 7. FREIBAD ST. MICHAELISDONN

Burger Straße 18a, St. Michaelisdonn  
Highlights: ruhige Lage, grüne Umgebung  
Öffnungszeiten: täglich 14–20 Uhr

### 8. FREIBAD TRAPPENKAMP

Waldstraße 1, Trappenkamp  
Highlights: Sprungturm, Sportbecken, familienfreundlich  
Öffnungszeiten: Mo–Fr 14–19 Uhr, Sa + So 11–19 Uhr

### 9. FREIBAD WAHLSTEDT

Scharnhorststraße 2, Wahlstedt  
Highlights: Kletterwand, moderne Beckenlandschaft, familienfreundlich  
Öffnungszeiten: Mo–Fr 11–19 Uhr, Sa + So 9–17 Uhr

Ob rasante Rutsche, Strömungskanal oder gemütliche Liegewiese – jedes Freibad hat seinen ganz eigenen Charme und bietet ideale Bedingungen für Familien, Sportler\*innen und Erholungssuchende. Was viele der schleswig-holsteinischen Freibäder dabei besonders macht, ist das Engagement der Menschen vor Ort. Viele Anlagen werden von Gemeinden oder Fördervereinen mit viel Leidenschaft betrieben – und das spürt man bei jedem Besuch. Schattige Plätze, liebevoll gepflegte Anlagen und kleine Gastronomien laden zum Verweilen ein.

Wir haben in der Redaktion Tipps für besonders schöne Schwimmbäder im Norden gesammelt – auf dass wir in den kommenden Wochen viele erholsame Stunden dort verbringen dürfen!

## TECHNIK, DIE BEGEISTERT: MP-POOLS GMBH

Zahlreiche Bäder im Land erstrahlen dank der Arbeit von MP-Pools GmbH, einem erfahrenen Fachbetrieb aus Stolpe, in neuem Glanz. Neben öffentlichen Freibädern ist das Unternehmen auch Experte für die Planung und Umsetzung privater Pools.



**MP-Pools GmbH**  
Wankendorfer Straße 16, Stolpe  
Tel.: 04326 / 28 84 90  
[www.mp-pools.de](http://www.mp-pools.de)



Der Kontrast zwischen der roten Lateriterde und den majestätischen Elefanten in der untergehenden Sonne schafft ein atemberaubendes Naturschauspiel im Tsavo-Nationalpark.

# MEINE LIEBESERKLÄRUNG AN KENIA

*Als ich im Januar zum zweiten Mal nach Kenia reiste, wusste ich bereits, dass mich etwas Besonderes erwarten würde. Was ich nicht ahnte: wie tief mich dieses Land erneut berühren würde.*

VON KERSTIN WERBELOW

## JAMBO!

Bei unserer Ankunft in Mombasa, einer pulsierenden Hafenstadt, tobt das Leben. Der Verkehr hier ist ziemlich chaotisch. Wild blinkende Matatus und Tuk Tuks, das Fortbewegungsmittel der ersten Wahl, bahnen sich ihren Weg, Verkehrsregeln gibt es nicht wirklich und wo Platz ist, wird sich durchgequetscht. Die Fahrt zur Unterkunft ist immer ein Erlebnis. Auch

ich selbst durfte mich einmal hinter das Steuer eines Tuk Tuks setzen. Natürlich fernab vom bunten Straßenverkehr, der war mir dann doch ein wenig zu chaotisch und der kenianische Linksverkehr war mir auch nicht ganz geheuer.

## WILLKOMMEN IM PARADIES

Bei der Ankunft im Resort werden wir direkt von ein paar lustigen Äffchen und der gleiß-

den kenianischen Sonne begrüßt. Am mehr als 30 Kilometer langen Diani Beach lässt es sich definitiv aushalten. Ich verbringe Stunden damit, am endlosen weißen Strand entlang-zuwandern. Dieser Ort ist einfach magisch, das Rauschen der Wellen und der Anblick des türkisblauen Meeres lassen mich allen Stress vergessen. Bei bis zu fünf Metern Tidenhub ist sogar das vorgelagerte Riff sichtbar, welches



Colobus-Affe im Hotel: So niedlich sie auch sind, es ist Vorsicht geboten. Die Kleinen sind richtige Rabauken.



mich als begeisterte Schnorchlerin fasziniert – die Unterwasserwelt ist einfach atemberaubend! Delfine, Schildkröten, Seegurken und sogar Clownfisch Nemo – sogar mit der ganzen Familie im Schlepptau – begegnen uns unter dem Meeresspiegel. Auch Schildkrötenester kann ich im Sand am Strand erspähen.

### BEEINDRUCKENDE TIERWELT

Mein absolutes Highlight ist die Safari durch den Nationalpark Tsavo East. Obwohl wir die „Big Five“ nicht komplett zu Gesicht bekommen, werde ich die Begegnungen mit Löwenfamilien, Elefanten und Giraffen nie vergessen. Besonders die „roten Riesen“, wie meine Lieblingstiere, die Elefanten, genannt werden, sind beeindruckend. Fast geräuschlos ziehen sie zu Hunderten durch den roten Staub, der nach so einer Pirschfahrt auch unsere Haut rot gefärbt hat. Bei den Übernachtungen in den Lodges während der Safari fühle ich mich der Wildnis so nah wie nie zuvor. In der dunklen Savanne direkt vor unserem ▶

Wenn der Selfie-Partner mehr Streifen hat als das Lieblingskleid: Lebensart-Mitarbeiterin Kerstin Werbelow auf Kuschelkurs mit einem Zebra.



## HIN & WEG



Weißer Strand, gesäumt von Palmen, trifft auf den indischen Ozean: Diani Beach wird oft als die „Perle Kenias“ bezeichnet.



Kerstin on tour: So ein Tuk Tuk ist schon ganz schön praktisch!

► Fenster können wir unfassbare tierische Geräusche wahrnehmen, wie zum Beispiel Löwen auf der Jagd. Auch Affen sorgen mit wildem Geschrei für Stimmung. Ich kann jede\*m nur empfehlen, eine Safari zu machen – es ist einfach unbeschreiblich! Der wohl bekannteste Nationalpark in Kenia ist die Massai Mara im Südwesten, von der Küste innerhalb einer Stunde mit dem Propellerflugzeug zu erreichen. Das Gebiet ist die Heimat der Massai – deren traditionelle Lebensweise und Bräuche kennenzulernen, steht im nächsten Jahr auf jeden Fall auf unserer Bucket List, denn die traditionell gekleideten Massai-Krieger gehören zum alltäglichen Bild in Kenia und machen neugierig.

## HAUTNAH

Ein magischer Moment für mich ist das Füttern eines Galagos, auch Buschbaby genannt, in der Dämmerung. Dazu geht es mit dem Tuk Tuk in den Busch. Sobald es dunkel wird, zeigen sich die kleinen Affen, und so still und leise sie gekommen sind, verschwinden sie auch wieder im Dickicht. Diese niedlichen Äffchen haben es mir wirklich angetan. Die samtweichen Pföt-

chen, mit denen sie mir die Bananen vorsichtig aus den Händen nehmen, zu berühren, ist ein wundervolles Gefühl. Schon mal eine Giraffe gefüttert oder ein Zebra gestreichelt? In Kenias Wildlife-Parks sind solche tollen Erlebnisse



In unserer Lodge „Lions Hill“ hat diese kleine Katze ihre großen Schwestern im Blick.



Eine beeindruckende Kultur: ein traditionell gekleideter Massai

- ▶ möglich. Hier erfahre ich auch viel über den Schutz der Umwelt und der einheimischen Tiere. In Kenia ist mittlerweile Einwegplastik verboten, und es wird viel gegen Plastik in den Meeren getan. Viele Naturparks werden stark geschützt und Schüler\*innen lernen schon sehr früh, wie wichtig der Umweltschutz ist.

### HAKUNA MATATA

Was mich am meisten beeindruckt, sind die Menschen Kenias. Ihre Lebensfreude, Freundlichkeit, der Optimismus und ihre Neugier berühren mich tief. Überall läuft Musik, es wird getanzt und man wird angelächelt. Ich habe viel von ihrer Lebenseinstellung gelernt – „Pole pole“ (immer mit der Ruhe) und „Hakuna matata“ (kein Problem) sind nun auch meine Mottos geworden.

Kenia hat mein Herz gestohlen, und ich weiß, dass ich immer wieder zurückkehren werde. Bis zum nächsten Mal, du wunderschöner Flecken Erde!



Ein einzelnes flüchtendes Zebra ist ungewöhnlich, schnell stellte sich der Grund heraus: Ein Löwenrudel war in der Nähe.

Fotos: Kerstin Weibelow



*Sichert euch jetzt euren SlowDown-Modus für entspannte Feiertage.*

Euer Weihnachten und Silvester in den SlowDown Hotels. Zurücklehnen und dabei clever sparen.

Das Besondere in jedem Zimmer: Eigene Dampfsauna, eine Küchenzeile und einen Balkon.



Angebot SlowDown Travemünde



Angebot SlowDown Bottsand | Hotel & Spa



Bedrucktes Kleid mit  
V-Ausschnitt und  
bedruckter langer Rock,  
[www.mollybracken.com](http://www.mollybracken.com)



Foto: Molly Bracken

# Frühlingsfummel

Mit luftig-leichten Outfits und coolen Accessoires begrüßen wir die schönste Zeit des Jahres.



Zurich Edge von Kapten & Son: ein Hauch von „las Strada“ – rebellisch, souverän, ikonisch und voller Attitüde, [www.kapten-son.de](http://www.kapten-son.de)

Wolkenweicher Schal aus Viskosegarnen mit Metallfäden, [www.peruvian-connection.de](http://www.peruvian-connection.de)



Ärmellose Bluse in minimalistischem Design für wärmere Tage, [www.janelushka.de](http://www.janelushka.de)



Kurzer Cardigan aus Babyalpaka-Mischung mit spitzenartigem Doppelmaschenmuster, [www.peruvianconnection.com](http://www.peruvianconnection.com)



Asymmetrisches Kleid mit weiten Ärmeln, Rüschen und Bindegürtel von Lili Sidonio, [www.molly-bracken.com](http://www.molly-bracken.com)



Lockere Hose aus Leinen-Mix mit weitem Bein, [www.cos.com](http://www.cos.com)



Klassischer und zeitloser Trenchcoat, der einfach nie aus der Mode kommt. [www.veromoda.com](http://www.veromoda.com)



Geräumiger Shopper „Madrid“ von Picard, [www.picard-fashion.com](http://www.picard-fashion.com)



Der New Balance RC42 ist inspiriert vom RC30, dem Vintage-Klassiker mit niedrigem Profil aus den 70er-Jahren, [www.stories.com](http://www.stories.com)

# FÜR DIE SCHÖNSTEN MOMENTE IM LEBEN



*Ob Konfirmation, Abschlussball,  
Hochzeit oder Jubiläum  
– bedeutende Ereignisse verlangen  
nach besonderer Garderobe  
– natürlich von Nortex.*

Zwischen „Dresscode“ oder „freier Kleiderwahl“ entstehen Fragen zum eigenen Stil und Wohlfühl-Outlet. Als der Spezialist in Schleswig-Holstein für festliche Anlassmode hat Nortex dafür die inspirierenden Antworten für Sie und Ihn. Für jeden Geschmack immer das Passende – so setzt Nortex Sie in Szene: „Sie“ hat die Wahl zwischen dezent klassischer Abendgarderobe, und figurbetonten Cocktailkleidern – „Er“ zwischen dem eleganten Herrenanzug oder der eigenen Kombination nach dem Baukastenprinzip. Die einzigartige Auswahl an Stilen, Farben, Stoffen und die Vielfalt an Passformen, Weiten und Längen garantieren dafür, jeder Persönlichkeit gerecht zu werden.

## WENN WÜNSCHE WAHR WERDEN

Ein einmaliges Einkaufserlebnis erwartet die Kund\*innen bereits bei der persönlichen Beratung. Ein kompetentes und einfühlsames Team begleitet Sie geduldig und individuell. Langjährige Erfahrung und ein gutes Gespür für Ihre Vorstellungen lassen Sie für Ihren Glücksmoment das Schönste finden. „So etwas gibt’s nur noch bei Nortex...“ Solche Kundenrückmel-

Ob Konfirmation, Abschlussball oder eine richtig tolle Partysause – bei Nortex gibt es das passende Outfit für jeden Anlass.

Wenn die Welt innehält und sich alles nur um Sie dreht, werdengroße Gefühle durch schöne Kleidung ausgedrückt.

Nortex – Ihr Team in Neumünster



Das hauseigene Änderungsatelier passt vor Ort die auserkorenen Kleidungsstücke an.

dungen kommen oft und geben dem Beratungsteam die Gewissheit, alles richtig zu machen. Unterstützt wird es dabei vom hauseigenen Änderungsatelier.

### PASSENDE ACCESSOIRES MACHEN IHRE GARDEROBE KOMPLETT

Natürlich fehlt es im Nortex Damensortiment nicht an dem passenden Paar Schuhe, der darauf farblich abgestimmten Clutch und einer großen Halskettenauswahl. Für die Herren hält Nortex

Fliegen, Plastrons, Schleifen zum Schnüren, Manschettenknöpfe und den Kummerbund zum Smoking bereit, damit Sie „rundum komplett ausgestattet“ sind.

Geöffnet ist Montag bis Freitag von 9 bis 19 Uhr und samstags von 8.30 bis 19 Uhr.

**NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG**  
**Grüner Weg 9-11 · 24539 Neumünster**  
**Telefon 04321 8700-0, Mail: info@nortex.de**  
**www.nortex.de/festliche-mode**

Für jeden Geschmack und den eigenen Stil – so setzt Nortex Sie in Szene.



Festlich in den Sommer: Sie haben Lust auf die große Garderobe? Das Nortex-Team steht beratend zur Seite.



Rot, blau oder lieber violett? Auf die junge Generation warten etliche Meter feinste Stoffe darauf, mit Leben erfüllt zu werden.



Wenn Wünsche wahr werden: Bei Nortex finden Sie für Ihren Glücksmoment das Passende.

# Die cleane Sonnenlinie VON DR. BOUHON

Mit SUN & BALANCE präsentiert  
Dr. Bouhon eine neue Generation  
Sonnenpflege, die höchste Wirksam-  
keit mit hautfreundlichen Formulier-  
ungen vereint.

Die Linie wurde speziell für sensible Haut ent-  
wickelt und bietet zuverlässigen und modernen  
UV-Schutz-Komplex, ohne umstrittene UV-Fil-  
ter. Transparent formuliert und mit pflegenden  
Wirkstoffen angereichert, ist Dr. Bouhon SUN &  
BALANCE die perfekte Wahl für sensible Haut.  
Erhältlich unter [www.drbohon.de](http://www.drbohon.de).

**Für die ganze Familie:** Der Sun Stick LSF 50 ist  
der ideale Begleiter für unterwegs (auch über  
Make-up). Dank seiner innovativen, transparen-  
ten Textur lässt er sich einfach auftragen und  
verteilen – perfekt für Gesicht und Körper.



Fotos: Adobe Stock / Hersteller



**Optimal für jeden Tag:** Für alle, die sich  
einen ultraleichten, nicht fettenden Sonnen-  
schutz wünschen, ist das wasserfeste,  
parfümfreie Sun Serum LSF 50 die ideale  
Lösung. Für Hydratation und Beruhigung sorgt  
Gurkenextrakt, während Vitamin E antioxi-  
dativen Schutz bietet.



VIER HAUTBEDÜRFNISSE, EINE LÖSUNG:

## Ampullen mit Sofort-Effekt

Die „inspira: cosmetics“-Ampullen von Skin Accents  
bieten unvergleichliche Soforteffekte  
für verschiedene Hautpflegethemen.

Ursprünglich für die Medizin entwickelt, sind Ampullen heute die  
schnellen und effektiven Schönmacher und verbessern den Hautzustand  
sicht- und spürbar. Ganz gleich, ob die Haut intensiv durchfeuchtet,  
gestrafft, der Teint verbessert oder ihr neue Energie gegeben werden  
soll, „Skin Accents by inspira: cosmetics“ hat die passende Lösung für  
die vier großen Hautpflegethemen: Hautdurchfeuchtung (Hydratation,  
Colour-Code Blaumetallic), Stimulierung müder Haut (Skin Repair, Co-  
lour-Code Rosémetallic), Straffung von Falten (Skin Firming, Colour-Co-  
de Roségold) und Lösung gängiger Beauty-Probleme (Beauty Problems  
SOS, Colour-Code Rotmetallic). In nur zwei Millilitern steckt das  
konzentrierte Wissen des „German Beauty Engineering“-Unternehmens.

[www.inspira-cosmetics.com](http://www.inspira-cosmetics.com)

# Leder-Lieblinge

Die hochwertigen Taschen und Accessoires aus Leder von KEINE SCHWESTER sind stilvolle und nachhaltige Begleiter für das ganze Leben.



**FENJA** in Nougat  
für 79,95 Euro

**IDA** in Altrosa  
für 189,95 Euro

Trends kommen und gehen, und einige leben gleichzeitig und friedlich nebeneinander her. Wertigkeit, realitätsnahes Design und eine gewisse Zeitlosigkeit rücken wieder in den Vordergrund. Das entspricht genau den Werten von KEINE SCHWESTER, dem Taschenlabel aus dem südlichen Schleswig-Holstein. Eine hochwertige Verarbeitung und das pure Design in breiter Farbpalette zeichnen ihre Echtledertaschen und -accessoires aus. Seit Beginn ihrer Firmengeschichte liegt den Inhabern Heike und Frank eine hohe Qualität, Funktionalität und pures Design sowie ein nachhaltiger Umgang mit den Ressourcen am Herzen: „Wir schätzen Authentizität, den nordischen Stil und die Haptik, Optik sowie Langlebigkeit von Leder.“ Die Produkte von KEINE SCHWESTER sind für eine lebenslange, stilvolle Begleitung zu jeder Zeit gemacht.

## TRENDFARBEN DES SOMMERS

Zu der subtilen Eleganz von KEINE SCHWESTER passen diese Trendfarben des Sommers perfekt: zartes Rosa in Harmonie mit warmen Brauntönen. Die Leichtigkeit und Romantik des Pastells werden durch satte Naturbrauntöne abgerundet, und der Look oder das Zusammenspiel der Accessoires erhalten auf diese Weise einen warmweichen und dennoch starken Look.

[www.keineschwester.de](http://www.keineschwester.de)

**Portemonnaie LIV**  
in Dunkelbraun  
für 59,95 Euro



**Tasche EBBA** in  
Dunkelbraun für 279,95 Euro,  
**Portemonnaie JYTTE**  
in Flieder für 99,95 Euro





Raus aus dem Alltag, rein ins Rampenlicht

# TOP MODEL WERDEN

Bereit für ein unvergessliches Abenteuer auf dem Laufsteg? Zum 17. Mal lädt das Husumer Modehaus **CJ Schmidt** Frauen aus Schleswig-Holstein ein, in die faszinierende Welt der Mode einzutauchen.

Das Besondere: Gesucht wird in den Alterskategorien ab 35, ab 45 und ab 55 Jahren!

Sie haben Lust, etwas Neues auszuprobieren und Mode vor Publikum zu präsentieren? Dann ist jetzt Ihre Chance! CJ Schmidt sucht Frauen, die mit Freude und Ausstrahlung die neuesten Trends präsentieren möchten. Vorkenntnisse in der Modelbranche? Absolut keine Bedingung! Ein erfahrenes Expertenteam steht den Kandidatinnen mit professionellem Catwalk-Training zur Seite und bereitet sie optimal auf ihre großen Auftritte vor.

## AUSSTRAHLUNG UND LUST AUF MODE ZÄHLEN

Was diesen Top Model-Contest so einzigartig macht? Hier geht es nicht um Idealmaße, sondern um Persönlichkeit und Ausstrahlung. „Ob jemand die Kleidergröße 36 oder 46 trägt, spielt überhaupt keine Rolle“, betont Peter Cohrs von CJ Schmidt. „Für unsere Modenschauen ist es uns wichtig, die ganze Bandbreite an Konfektionsgrößen auf dem Laufsteg zu zeigen.“

## SO WERDEN SIE ZUM GESICHT DER MODE IN SCHLESWIG-HOLSTEIN

Interessierte Frauen ab 35 Jahren können sich vom 9. bis 25. Mai auf der Website des Modehauses bewerben. Sie benötigen zwei Bilder (Porträt und Ganzkörperaufnahme). Wer

möchte, kann sich am 10. Mai von 11 bis 13 Uhr direkt im Modehaus in Husum fotografieren lassen und sich vor Ort bewerben. Über den QR-Code erhalten hierzu Sie weitere Informationen.

## DER WEG ZUM LAUFSTEG-ERFOLG

Eine Jury, in der die Hamburger Modelagentur Fashion Time, Vertreter des Modehauses CJ Schmidt und das Förde Fräulein sitzen, wird aus allen Bewerbungen rund 100 Kandidatinnen zu einem spannenden Casting einladen.

36 Teilnehmerinnen aus, die online auf der Website des Husumer Modehauses und in der Lebensart vorgestellt werden. Dann sind Sie gefragt: Sie wählen aus jeder Alterskategorie je eine Favoritin. Zwölf Kandidatinnen haben ihren ersten großen Auftritt bei der Trendmodenschau am 10. Oktober in Husum.

## EIN TRAUM WIRD WAHR: MODELVERTRAG UND VERWÖHNWOCHENENDE

Die zwölf glücklichen Gewinnerinnen erwartet ein einjähriger Modelvertrag mit dem Modehaus CJ Schmidt. Als besonderes Dankeschön dürfen sie sich zudem auf ein luxuriöses Verwöhn-Wochenende im 5-Sterne-Hotel „Das James“ an der Flensburger Förde inklusive Wellness, einem stilvollen Abendessen und einer erholsamen Übernachtung mit reichhaltigem Frühstück freuen.

## LIVE: TRENDMODENSCHAU AM 9. MAI

Erleben Sie die aktuellen Top Models Schleswig-Holsteins live: Ihre Platzkarte für die Trendmodenschau am 9. Mai um 16 oder 18.30 Uhr kaufen Sie direkt online: [www.cjschmidt.de/modehaus/eintrittskarten](http://www.cjschmidt.de/modehaus/eintrittskarten). Der Eintrittspreis im Wert von 15 Euro wird mit Ihrem Einkauf an dem Abend verrechnet.



Dort präsentieren sich die Teilnehmerinnen in Gruppen, laufen zur Musik und geben in kurzen Interviews Einblicke in ihre Persönlichkeit. Im Anschluss wählt die Jury die besten

# MAIZEIT

## MODENSCHAU

9.5. mit den Top Models  
Schleswig Holstein

Jetzt Tickets kaufen:  
oder 04841/880-0



VIELE  
VORTEILE  
FÜR SIE!

CJ SCHMIDT  
VORTEILSKARTE

## SONNTAGS SHOPPING

18. Mai

  
**CJ SCHMIDT**  
SEIT 1876 IN HUSUM

### LEINENZEIT



### MEINE KOMFORTZONE



BUDDY & SELLY

### NEU VERLIEBEN, ALT VERKAUFEN

Verkaufen Sie am **Freitag, den 23. Mai**  
Ihre getragene Designerbekleidung aus-  
gewählter Marken an die Secondhand-  
Experten von »Buddy & Selly«.

Alle Details auf einen Blick:  
[www.cjschmidt.de/  
ankaufevent](http://www.cjschmidt.de/ankaufevent)



Sommermode? Aber sicher!  
Die Fachgeschäfte in der Marktpassage beraten gerne!

# PURE VIELFALT IM SHOPPING PARADIES

*Die Heider Marktpassage im Herzen der Innenstadt ist mehr als nur ein Einkaufszentrum – sie ist ein Ort der Begegnung und der Vielfalt.*



**M**it ihrem breiten Angebot an Geschäften und Dienstleistungen bietet die Marktpassage für jeden Geschmack etwas. Egal, ob es ein entspannter Shopping-Tag oder eine kleine Auszeit werden soll oder ob es um die täglichen Besorgungen geht – in der Heider Marktpassage finden die Besucher\*innen alles, was sie brauchen.

## MODE FÜR JEDEN GESCHMACK

Wer nach der neuesten Mode sucht oder zeitlose Klassiker bevorzugt – die Modegeschäfte der Heider Marktpassage lassen keine Wünsche offen. Mit einer breiten Auswahl an Bekleidungs- und Accessoires-Geschäften finden die Kund\*innen hier die perfekte Garderobe für jeden Anlass. „Stöbern Sie durch unsere aktuellen Kollektionen, lassen Sie sich vom freundlichen Fachpersonal beraten und entdecken Sie die neuesten Trends direkt vor Ihrer Haustür“, laden die Mode-Berater\*innen herzlich ein.

## BEAUTY UND BODY ART

Für diejenigen, die sich nach einer kleinen Auszeit sehnen, bietet die Heider Marktpassage ein erstklassiges Nagelstudio. „Gönnen Sie sich eine professionelle Maniküre oder Pediküre und verlassen Sie das Studio mit perfekt gepflegten Nägeln und einem Lächeln auf den Lippen“, macht das Team Lust auf den Look des Sommers. Wer sich nach einem individuellen und kreativen Ausdruck sehnt, findet im Tattoostudio der Marktpassage talentierte Künstler\*innen, die die Haut in ein Kunstwerk verwandeln.

## GESUNDHEIT UND WEITERBILDUNG

Auch die Barmer Gesundheitskasse und die VHS Heide sind Teil der Heider Marktpassage. Sie bieten den Besucher\*innen kompetente Beratung und umfangreiche Dienstleistungen rund um die Gesundheit an sowie attraktive VHS-



Die Marktpassage in Heide eignet sich wunderbar für ausgiebiges Shoppingvergnügen.

Kurse und Weiterbildungen. Wer sich zu den verschiedenen Themen informieren möchte, findet hier Unterstützung und kann auf zahlreiche Angebote zurückgreifen.

## KAUFLAND FÜR DIE TÄGLICHEN BEDÜRFNISSE

Für den täglichen Einkauf ist Kaufland in der Heider Marktpassage die perfekte Anlaufstelle. Neben dem breiten Sortiment an Lebensmitteln finden die Kund\*innen hier Haushaltswaren und vieles mehr.

Im Herzen der charmanten Stadt Heide gelegen, bietet die Marktpassage eine einzigartige Mischung aus Einkaufsmöglichkeiten und Dienstleistungen. Beliebte sind die großzügigen Öffnungszeiten, die bequeme Parkplatzsituation und die freundliche Atmosphäre.



Für kulinarische Highlights sorgt in der Marktpassage das Team von Allwörden.

Die Teams in der Heider Marktpassage freuen sich auf viele Besucher\*innen! Mehr unter [www.heider-marktpassage.net](http://www.heider-marktpassage.net).



# Das Shoppingcenter im Herzen von Heide

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

Parken auf 350 Parkplätzen.  
Die Parkflächen sind ab 06.30 bis 22.30 Uhr geöffnet.  
Shoppern von Montag bis Freitag von 09.00 bis 19.00 Uhr und am  
Samstag von 10.00 bis 16.00 Uhr.  
Kaufland von Montag bis Samstag von 08.00 bis 21.30 Uhr.



**HEIDER**  
MARKTPASSAGE

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

**von Allwörden**

**ONLY**

**TATTOO FASHION**  
*Whatever u think' we do!*

**VERO MODA®**



**mister★lady**



**NEWYORKER**

*New York Nails*

**BARMER**



**egw:wirtschaftsförderung**  
Entwicklungsgesellschaft Westholstein

**SCHUHPARK**

**vhs** Volkshochschule  
Heide

## RADEL-PARADIES AM LÄNGSTEN RADWEG DER WELT

# BÜSUM

*Zwischen frischer Meeresbrise und weiten Küstenlandschaften lädt Büsum zu unvergesslichen Radtouren ein – und liegt dabei direkt an einem ganz besonderen Highlight: dem Nordseeküsten-Radweg, dem längsten ausgeschilderten Radweg der Welt.*

**Ü**ber 7.000 Kilometer führt er rund um die Nordsee, davon rund 360 Kilometer durch Schleswig-Holstein – von Niebüll bis Brunsbüttel, und mitten durch Büsum. Der beliebte Erholungsort bietet auch zahlreiche Touren an.

### TOUREN FÜR JEDEN GESCHMACK

Ob gemütlich oder sportlich – in Büsum findet jeder die passende Route. Besonders beliebt ist die 17 Kilometer lange Tour Vor den Toren Büsums. Sie führt durch Büsumer Deichhausen und Westerdeichstrich, vorbei an der Schäferei Rolfs und dem Dithmarscher Whiskey Haus – mit Verkostung inklusive.

Wer mehr sehen möchte, wählt die rund 46 Kilometer lange Route Schimmelreiters Erben, die über den Deich nach Büsum, entlang der Perlebucht und weiter nach Wöhrden führt – mit herrlichen Ausblicken und historischen Stationen wie dem Museumshafen.

### MALERISCHER KOOG

Entspannter, aber landschaftlich reizvoll ist auch der Malerische Koog. Die 30-Kilometer-Tour führt durch Nordermeldorf und den Friedrichsgabekoog zurück nach Büsum – vorbei an satten Wiesen und Dithmarscher Weite.

### SERVICE INKLUSIVE

Fahrradverleiher im Ort bieten für jeden Bedarf das passende Rad. Wer eine Panne hat, kann an den kostenfreien Reparaturstationen am Südstrand und der Perlebucht sein Fahrrad selbst checken und wieder flott machen.

### RADELN MIT MEERBLICK

Büsum bietet mehr als nur Radwege – es ist ein Erlebnisort für alle Sinne. Zwischen maritimer Atmosphäre, kulinarischen Stopps und der Weite der Nordseeküste wird jede Tour zum kleinen Abenteuer.

Spezielle Karten sorgen dafür, dass man den Weg findet.



Wer eine Panne hat, kann sein Rad an den kostenfreien Reparaturstationen wieder flott machen.



Bürgermeister Oliver Schmidt-Gutzat

## SCHNACK MIT DEM Bürgermeister

„Moin Heide – lass‘ mal schnacken!“ Unter diesem Motto startete Bürgermeister Oliver Schmidt-Gutzat ein neues Kennenlern- und Gesprächsformat.

In entspannter Atmosphäre haben Heider\*innen die Möglichkeit, mit dem Verwaltungschef ins Gespräch zu kommen, Fragen zu stellen sowie ihre Anregungen und Wünsche einzubringen. Dafür besucht der Bürgermeister im Rundlauf die verschiedenen Quartiere der Stadt. Den Auftakt machte am 25. April Heide-Süd in der Auferstehungskirche.

Das neue Veranstaltungsformat basiert auf der beliebten Stadtteil-Sprechstunde, die der Bürgermeister bis zum Ausbruch der Corona-Pandemie angeboten hat. „Meine Besuche vor Ort kamen immer sehr gut an“, betont Schmidt-Gutzat. „Deshalb möchte ich diesen direkten Draht zu den Heider\*innen wieder aufnehmen und ausbauen.“ Im Unterschied zur Stadtteil-Sprechstunde ist Moin Heide – lass‘ mal schnacken! als Gruppenaustausch konzipiert. „So kann ich in der begrenzten Zeit mehr Menschen anhören. Mir geht es darum, in einer größeren Runde ins Gespräch zu kommen und zu erfahren, welche Themen die Heider\*innen besonders bewegen. Das zusätzliche Format bietet eine unkomplizierte Gelegenheit, den Dialog zwischen Bürger\*innen und der Verwaltung zu fördern und das kommunale Leben aktiv mitzugestalten.“

### VIER-AUGEN-SPRECHSTUNDE IM MAI

Für alle, die ein vertrauliches Gespräch suchen, besteht im Rahmen der monatlichen Bürgermeister-Sprechstunde im Rathaus weiterhin die Möglichkeit, einen Vier-Augen-Termin mit Oliver Schmidt-Gutzat zu buchen. Die nächste dieser Sprechstunden findet am Donnerstag, 8. Mai, von 15.30 bis 17 Uhr statt. Termine können über das Vorzimmer des Bürgermeisters gebucht werden unter Tel.: 0481 / 6850-900 oder per E-Mail an [postoffice@stadt-heide.de](mailto:postoffice@stadt-heide.de). Einzelgespräche sind auch während der Stadtteil-Sprechstunde möglich. Die Termine befinden sich bereits in Planung.

# 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](http://www.lebensart-sh.de/newsletter)



## UNTERWEGS IN DITHMARSCHEN

# VOM MITTELALTER BIS ZUR GEGENWART

Das Dithmarscher Landesmuseum lädt zur interaktiven Zeitreise ein.

Die Jahressonderausstellung #Krisenalltag – Kommunikation in der Pandemie ist eine multimediale und interaktive Zeitreise durch die Kommunikation während der COVID-19-Pandemie. Die Besucher erfahren anhand wissenschaftlicher Auswertungen, wie sich Regierungskommunikation und mediale Berichterstattung im Verlauf der Pandemie entwickelten und welche Auswirkungen dies auf die Bevölkerung und das weitere Krisengeschehen hatte. Welche Strategien der Krisenkommunikation wurden verfolgt? Wie ging die Bevölkerung – also jeder von uns – mit den Informationen, Anordnungen und neuen Erkenntnissen um? Wo hat die Kommunikation funktioniert, an welchen Stellen gab es (berechtigten) Widerstand und was kann für die Zukunft in ähnlichen Situationen verbessert werden?



Die Ausstellung lädt zum gemeinsamen Reflektieren und Diskutieren ein und läuft bis zum 5. Oktober.

### GESCHICHTE NEU GEDACHT

Wem das Thema zeitlich noch zu nahe an der Gegenwart ist, kann stattdessen tief in 1200 Jahre Landesgeschichte eintauchen. Dem Mythos der Dithmarscher Freiheit auf der Spur geht es von der mittelalterlichen Bauernrepublik bis in die Zeit des Nationalsozialismus. Die Dauerausstellung wurde 2023 völlig neugestaltet und präsentiert sich nicht nur ansprechend modern, sondern gibt den neuesten Forschungsstand zur Geschichte dieser definitiv besonderen Region wieder.

### INTERNATIONALER MUSEUMSTAG

Einen Blick hinter die Kulissen bietet das Museum am 18. Mai, dem Internationalen Museumstag. Was macht ein Restaurator? Wie wird ein einfaches Alltagsobjekt zu musealem Sammlungsgut? Wie finde ich heraus, was ein rätselhaftes Objekt überhaupt ist und wofür es gebraucht wurde? Die Mitarbeiter des Museums geben an diesem Tag spannende Einblicke in ihre Arbeitswelt. Der Eintritt ist an diesem Tag frei.

**Dithmarscher Landesmuseum,  
Domstraße 3, 25704 Meldorf  
Geöffnet Di.-So. 10-17 Uhr  
[www.landesmuseum-dithmarschen.de](http://www.landesmuseum-dithmarschen.de)**

Fotos: Dithmarscher Landesmuseum

# Landwirtschaft IN AKTION ERLEBEN

Im Schleswig-Holsteinischen Landwirtschaftsmuseum gibt es eine Menge zu entdecken.

Neben dem Dithmarscher Bauernhaus sowie der Ausstellung der historischen Trecker und Maschinen finden das ganze Jahr hindurch viele informative Veranstaltungen zu den Themen Landwirtschaft, Landtechnik und Ernährung statt.

### AUF ENTDECKERTOUR

Das Motto beim Kindertag am 4. Mai heißt: Entdecken, Ausprobieren, Spaß haben! Unter anderem darf Marmelade gekocht und gebuttert werden. Handwerkliches Geschick ist nicht nur beim Drechseln, Filzen und Klöppeln gefragt.

### DIE VIELFALT DES BIERES

Die „Tage des norddeutschen Bieres“ laden am 24. und 25. Mai dazu ein, die Kreativität der Braumeister diverser Schleswig-Holsteinscher Brauereien zu erschmecken. Auf dieser

BierGENUSSMesse ist Probieren ausdrücklich erwünscht!

### ROSENFEST

Von Ende Mai bis Mitte Juli betören im Gerda-Nissen-Garten 50 historische Fundrosen mit ihrer Pracht und ihrem Duft. Ihnen zu Ehren findet am 1. Juni das traditionelle Rosenfest statt, an dem sich alles um die „Königin der Blumen“ dreht.

### TRECKER IN GROSS UND KLEIN

Gäste können in der Museumswerkstatt verfolgen, wie die Oldtimer-Traktoren restauriert und wieder betriebsbereit gemacht werden. Ein großer Spaß ist auch, mit ferngesteuerten Landmaschinen auf Europas größter Siku Control Anlage von Hof Mohr um die Wette zu düsen!



**Schleswig-Holsteinisches  
Landwirtschaftsmuseum  
Jungfernstieg 4, 25704 Meldorf  
Geöffnet: Di-So 10-17 Uhr  
[www.landwirtschaftsmuseum.sh](http://www.landwirtschaftsmuseum.sh)**

Fotos: Schleswig-Holsteinisches Landwirtschaftsmuseum/Stefan Preitauer



Das Denkmal der Dusenddüwelswarf – auf Hochdeutsch Tausendteufelswarf – erinnert an die Schlacht bei Hemmingstedt im Jahr 1500. 525 Jahre ist das jetzt her.

## DIE SCHLACHT BEI HEMMINGSTEDT

# Dithmarscher gegen Goliath

*Am 17. Februar 1500, vor nunmehr 525 Jahren, besiegten die Dithmarscher\*innen mit nur wenigen Landsleuten die aus über 10.000 Soldaten bestehende Streitmacht des dänischen Königs Johann I. An diese sogenannte Schlacht bei Hemmingstedt erinnert noch heute ein Denkmal in Epenwörden: die „Dusenddüwelswarf“.*

VON MARION LASS

**A**uf der Strecke zwischen Heide und Meldorf erinnert die Dusenddüwelswarf – zu Hochdeutsch Tausendteufelswarf – bei Epenwörden an die legendäre Schlacht bei Hemmingstedt. Sie fand am 17. Februar 1500 statt.

525 Jahre ist es jetzt her, dass der dänische König Johann I. mit seinen über 10.000 Mann starken Truppen in Dithmarschen einfiel, um die freie Bauernrepublik zu unterwerfen. Das Besondere an dieser Schlacht war jedoch, dass die Dithmarscher Bauern als Sieger aus diesem Kampf „David gegen Goliath“ hervorgingen. Trotz militärischer Unterlegenheit gelang es den Bauern, die Angreifer zurückzuschlagen. Dabei halfen ihnen Taktik, List und ihr unerschütterlicher Freiheitswillen, die zahlenmäßig überlegene Koalition aus dänischen und holsteinischen Truppen zurückzuschlagen.

### DIE FREIE BAUERNREPUBLIK

Dithmarschen, eine florierende Region zwischen Elbe und Eider, war zu jener Zeit eine freie Bauernrepublik. Die Bevölkerung, bestehend aus Bauern, Kaufleuten und Fischern, organisierte sich eigenständig und verteidigte diese Unabhängigkeit mit großer Entschlossenheit.

### MACHTANSPRÜCHE DES ADELS

Doch die Machtansprüche des Adels führten immer wieder zu Spannungen. König Johann I. von Dänemark, zugleich Herzog von Schleswig und Holstein, beanspruchte die Region als Teil seines Einflussbereichs. Unterstützt durch seinen Bruder Herzog Friedrich sowie zahlreiche Adelige und Söldner aus Norddeutschland und den Niederlanden, stellte er ein großes Heer auf – mit dem Ziel, Dithmarschen ein für alle Mal zu unterwerfen und dauerhaft in das Herzogtum Holstein einzugliedern.

### DAS HEER KAM VON SÜDEN

Mit über 10.000 Mann – darunter berittene Einheiten, schwer bewaffnete Infanterie und moderne Geschütze – rückte das königliche Heer von Süden heran – nach Meldorf. Unter den Soldaten war auch die gefürchtete schwarze Garde aus den Niederlanden. Die Dithmarscher, angeführt vom angesehenen Wulf Isebrand, verfügten dagegen nur über wenige tausend kampffähige Männer. Aber sie wählten eine kluge Verteidigungsstrategie: Sie nutzten das Marschland um Hemmingstedt, indem sie Deiche öffneten und das Land überfluteten. Der so entstandene schlammige Boden machte ein Vorankommen der feindlichen Reiterei nahezu unmöglich. Das war ihr Vorteil.

### SIEG DURCH EINE LIST

Am Tag der Schlacht lockten die Bauern das gegnerische Heer, das in Richtung Heide unter- ►

## UNTERWEGS IN DITHMARSCHEN

Ein Wandgemälde von Max Koch zur Schlacht bei Hemmingstedt



Ein Tag für die Geschichtsbücher: Was als Versuch begann, die stolze Bauernrepublik Dithmarschen zu unterwerfen, endete für König Johann I. von Dänemark (Gemälde oben), seinen Bruder Friedrich und seine Ritter in einem Desaster.

► wegs war, auf die schmalen Dämme, die durch Regen und dank der Überflutungen von Wasser umgeben waren, und warteten an einer Stelle auf sie, an der sie einen Wall errichtet hatten. Dort schlugen sie aus vorbereiteten Stellungen zu. Der schlammige Boden, gepaart mit dem Überraschungseffekt, führte zu Panik in den Reihen des Invasionsheeres. Als die gefährliche schwarze Garde sich den Dithmarschern näherte, riefen diese: „Wahr di Garr, de Bur de kumt“, was so viel heißt wie „Wehr dich, Garde, der Bauer kommt“.

Der dänische König Johann I. selbst kam an diesem Tag nur knapp mit dem Leben davon, während viele seiner Ritter und Söldner getötet wurden. Auf Dithmarscher Seite hingegen soll es nur wenige Verluste gegeben haben.

### DER SIEG UND SEINE FOLGEN

Der Erfolg der Dithmarscher Bauern war natürlich auch ein symbolischer Sieg: Eine einfache bäuerliche Gemeinschaft hatte sich gegen die vereinten Kräfte des europäischen Hochadels

„Wahr di Garr,  
de Bur de kumt.“

Schlachtruf der Bauern,  
als die schwarze Garde kam

behauptet. Darauf war man natürlich stolz. Die Bauern hatten ihr politisches Modell verteidigt – eine weitgehend autonome Selbstverwaltung, basierend auf gemeinschaftlichen Entscheidungen.

### 59 JAHRE SPÄTER

Für Dithmarschen bedeutete die Schlacht bei Hemmingstedt den Höhepunkt seiner Unabhängigkeit. In den folgenden Jahrzehnten blieb die Region formal frei, doch der Druck durch äußere Mächte nahm weiter zu.

1559, fast 60 Jahre nach der Schlacht, wurde Dithmarschen endgültig militärisch unterworfen und zwischen den Herzögen von Schleswig und Holstein aufgeteilt.

### WIDERSTAND „VON UNTEN“

Bis heute gilt die Schlacht bei Hemmingstedt als Beispiel für den erfolgreichen Widerstand „von unten“. In der Dithmarscher Erinnerungskultur hat sie einen festen Platz – nicht nur als militärische Episode, sondern als Mahnmal für den Wert von Freiheit, Selbstbestimmung und Gemeinschaft.

Das Denkmal in Epenwörden erinnert an die Schlacht, und die Geschichte wird in Schulen, Museen und Festen lebendig gehalten. Der Name Wulf Isebrand steht in Dithmarschen noch heute sinnbildlich für Mut, strategischen Verstand und das unbeugsame Streben nach Gerechtigkeit. Viele Straßen, Plätze und eine Kaserne wurden nach dem Anführer der Dithmarscher benannt.

Sie möchten noch mehr über die Geschichte Dithmarschens erfahren? Im Dithmarscher Landesmuseum wird nicht nur die Schlacht bei Hemmingstedt thematisiert. Ein Besuch lohnt sich!

## DAS DENKMAL

Am 17. Februar 1900, genau 400 Jahre nach der Schlacht bei Hemmingstedt, errichtete man bei Epenwörden das Denkmal aus einem Findling, den man im Barlter Vierth gefunden hatte. Es steht nicht – wie man zunächst vermutete – auf dem historischen Schlachtgelände.

Die Ausrichtung erfolgte durch den Kieler Architekten Wilhelm Voigt (1857 bis 1916). Auf der Nordseite des Findlings steht: „Wahr di Garr, de Bu de kumt“ was soviel bedeutet wie „Wehr dich Garde, der Bauer kommt“.



Die Einweihung des Denkmals Dusenndüwelswarf im Jahr 1900 zur 400-Jahr-Feier der Schlacht bei Hemmingstedt.

Frisch, echt, Norddeutsch – wer einmal ein frisch gezapftes Dithmarscher Pilsener in der Hand hatte, weiß: So schmeckt die Heimat.

1775 – 250 Jahre Brautradition in Marne

## Köstliches ZUM JUBILÄUM

*Wer an die Dithmarscher Brauerei denkt, denkt an ehrliches Handwerk, norddeutsche Geradlinigkeit und den unverkennbar frischen Biergeschmack von der Küste. In diesem Jahr feiert der traditionsreiche Braustandort Marne ein besonderes Jubiläum!*

Seit 250 Jahren wird hier gebraut. Und wer auf eine so lange Tradition zurückblickt, kennt sich aus – mit Bier natürlich. Die Dithmarscher Brauerei ist die einzige Privatbrauerei an der Westküste Schleswig-Holsteins, und sie ist fest verwurzelt in der Region. Seit 1884 ist die Brauerei im Besitz der Familie Hintz und wird heute in fünfter Generation weitergeführt. Geschäftsführer Norbert Lucks und sein rund 70-köpfiges Team sind stolz auf das, was über Generationen am Standort Marne gewachsen ist.

Gebraut wird nach wie vor am historischen Standort in Marne in der Oesterstraße – mit Geestwasser, edlem Aromahopfen und viel Liebe zum Detail. Die Abfüllung hingegen findet am hochmodernen Standort An der B5 statt.

### JUBILÄUMS-BIER UND RADLER

Dort sorgen 8.000 qm Hallenfläche, modernste Technik und eine Kapazität von bis zu 25.000 Flaschen pro Stunde für effiziente Prozesse. Verbunden sind beide Standorte mit einer fast

einen Kilometer langen Bierpipeline, in der das kühle Blonde von der Brauerei zur Abfüllung geleitet wird.

Zum Jubiläum präsentiert die Brauerei drei neue Produkte: Das Dithmarscher Radler und das Dithmarscher Radler Alkoholfrei bringen mit ihrer mild-herben Zitrusnote sommerliche Leichtigkeit ins Glas. Und mit dem neuen 1775 Jubiläumsbier schlägt die Brauerei die Brücke zwischen Tradition und Moderne. Einfach mal probieren!

Fotos: Dithmarscher Brauerei



# Strandkorb.



**BIER  
BEWUSST  
GENIEßEN.**

DIE DEUTSCHEN BRAUER.

**Dithmarscher**  
... frisch von der Küste!



dithmarscher.de

# WEG FREI FÜR DAS neue Kreisgebäude

Der Kreis Dithmarschen und die Stadt Heide haben sich geeinigt: Auf dem Grundstück „Im Grund“ soll das neue Kreishaus entstehen.



Der Kaufpreis für das 18.000 qm große Areal in der Innenstadt beträgt gut 1,4 Millionen Euro. Ein genauer Baubeginn steht noch nicht fest, da weitere Planungen ausstehen. Doch mit dem Beschluss ist nun ein wichtiger Baustein gelegt, um das Vorhaben zügig voranzubringen.

## ZENTRAL IN DER STADTMITTE

Die Fläche „Im Grund“ liegt zentral in der Stadtmitte und in Nachbarschaft zum Heider Bahnhof und zum ZOB. Der Standort bietet eine optimale Anbindung und erleichtert den Zugang zur Verwaltung. Landrat Thorben Schütt: „Nach vielen intensiven Gesprächen haben wir gemeinsam

eine gute Lösung für den nächsten Schritt zu einem modernen Verwaltungsgebäude des Kreises gefunden. Dies zeigt, wie konstruktive und vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Stadt und Kreis zu tragfähigen Ergebnissen führen kann.“

Stadtpräsident Michael Stumm ergänzt: „Die Mitglieder der Heider Ratsversammlung haben sich mehrheitlich dazu entschieden, dem Kreis Dithmarschen das Grundstück ‘Im Grund’ zu verkaufen und hoffen auch bei zukünftigen Gesprächen und Aufgaben auf gute Zusammenarbeit. Als Kreisstadt war es der Ratsversammlung wichtig, dass auch das zukünftige Kreishaus einen guten Platz in Heide bekommt.“

Das aktuelle Verwaltungsgebäude aus den 1970er Jahren bietet teilweise keine adäquaten Rahmenbedingungen mehr für die Mitarbeiter\*innen.

## ATTRAKTIV FÜR FACHKRÄFTE

Mit dem Neubau sollen moderne Büroräume entstehen, die zeitgemäße Arbeitsbedingungen bieten und den Austausch zwischen den Mitarbeiter\*innen erleichtern. Ein wichtiger Punkt für die Arbeitgeberattraktivität des Kreises im Fachkräfte-Wettbewerb. Zudem sollen alle Organisationseinheiten, die heute aus Platzmangel in anderen Gebäuden der Kreisstadt untergebracht sind (z.B. das Gesundheitsamt im WKK), in das neue Kreishaus einziehen.

Foto: Kreis Dithmarschen



**Macht Spaß.  
Macht Sinn.**

Die Natur schützen mit dem NABU. Mach mit!

[www.NABU.de/aktiv](http://www.NABU.de/aktiv)



**Lambrecht**  
Seit 1907 gut beraten,  
wenn es um Hut & Mütze geht.

Heide - Friedrichstrasse 30  
[www.hut-lambrecht.de](http://www.hut-lambrecht.de)

## BREATHWALK UND KLANGSCHALENMASSAGE

Bewegung und Entspannung – das ist der Fokus der Veranstaltungen der Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V. im Mai. In Brunsbüttel lockt die Frühlingsluft ins Freie, zum Beispiel zum Breathwalk ab 19. Mai. Die aktive Meditation kombiniert Bewegung und Atemmuster und ermöglicht es, sich mit dem eigenen Körper besser zu verbinden. Geplant sind sechs zusammenhängende Termine, die jeweils montags von 9 bis 10.15 Uhr stattfinden.

Ebenfalls montags findet die Klangschalenmassage nach Peter Hess im Krebsberatungszentrum Westküste statt. Termine für diese Form der Ganzkörperentspannung gibt es nach Vereinbarung. Die Teilnahme ist für Krebspatient\*innen kostenfrei.

Die Anmeldung erfolgt unter Tel.: 04852 / 837 80 70 oder per Mail an [beratung.brunsbuettel@krebsgesellschaft-sh.de](mailto:beratung.brunsbuettel@krebsgesellschaft-sh.de). Das Kursprogramm gibt es auf [www.krebsgesellschaft-sh.de/termine/](http://www.krebsgesellschaft-sh.de/termine/)



Die Klangschalenmassage sorgt für tiefe Entspannung.

Foto: SH-Krebsgesellschaft e.V.



# KUSCHELIGE DAUNENFREUDEN IM DITHMARSCHER GÄNSEMARKT

Ein Ausflug zum **Dithmarscher Gänsemarkt** in Gudendorf ist immer eine gute Idee. Hier können Groß und Klein auf Entdeckertour gehen.

Von April bis Weihnachten ist Saison auf dem Dithmarscher Gänsemarkt. Bis in den August hinein schlüpfen jede Woche neue Küken, die die Besucher\*innen im Eingangsbereich begrüßen, und im Außenbereich gibt es für die Kleinen jede Menge Action, wie einen Spielplatz mit großem Klettergerüst, eine Spielwiese und das Indoor-Spielhaus „Gans im Glück“ sowie ein Kinderkino mit Nils Holgersson im Programm.

## GEFLÜGELGERICHTE

Kulinarisch verwöhnt die Hofküche mit diversen Geflügelgerichten, zum Beispiel mit Gänseburger, Gänse-Currywurst, knuspriger Ente oder Gänsebrust mit leckerer Beilage. Außerdem locken hausgemachte Torten und Kuchen. Die Gerichte können in der Gaststube oder auf der Gartenterrasse genossen werden. Alle Gerichte gibt es natürlich auch zum Mitnehmen.

## SPEZIALITÄTEN IN DER MARKTHALLE

In der Markthalle warten Gänse Spezialitäten wie Gänseleberwurst, Gans in Sauer oder geräucherter Gänsebrust auf die Gäste. Nützliches und Dekoratives für Haus und Garten runden das

Angebot ab, zum Beispiel das große Sortiment an Greengate-Geschirr. Hier findet man schöne Geschenkideen.

## FRÜHJAHRSPUTZ IM SCHLAFZIMMER

Die Daunendecken und Kissen aus der Bettenmanufaktur sind immer ein Highlight: weich, kuschelig und so warm. In der Daunenstube können die Gäste bei der Fertigung der Bettwaren dabei sein. Dort werden aus Daunen und Federn der Dithmarscher Gänse in Handarbeit hochwertige Daunendecken und -kissen hergestellt. Diese Qualitäten direkt vom Erzeuger warten auf neue Besitzer\*innen. Ein Klassiker ist zurzeit die leichte Sommerdecke.

## BETTFEDERNREINIGUNG

Die neue Bettfedernreinigung rundet das Angebot in der Gudendorfer Manufaktur ab. Hier kann man die Federkissen und -decken reinigen und nach eigenen Wünschen aufarbeiten lassen. Geöffnet ist Dienstag bis Sonntag von 10 bis 17 Uhr. Weitere Informationen unter Tel.: 04859/445 oder unter [www.gänsemarkt.de](http://www.gänsemarkt.de) und [www.gänsebetten.de](http://www.gänsebetten.de).



Daunendecken  
und -kissen:  
Verkauf &  
Reinigung!

## Dithmarscher Gänsemarkt

EIN GANSTAGSAUSFLUG FÜR  
GROSS UND KLEIN

Farmküche & Gartencafé, Markthalle,  
Daunenbetten-Manufaktur, Strohscheune &  
Spielplatz, Di & Mi ist Kükenschlüpftag

Geöffnet April – Dezember; Di – So, 10 – 17 Uhr

Infos auf [gänsemarkt.de](http://gänsemarkt.de)

@dithmarscher.gaensemarkt

Hauptstr. 1, 25693 Gudendorf



# WIE WOHL FÜHLEN SIE SICH in Ihrer Haut?

*Die Haut gehört zu den größten Organen des menschlichen Körpers und erfüllt lebenswichtige Funktionen. Was wir im Umgang mit unserer Haut beachten sollten, verrät uns*

*Dr. Silja Schäfer von den TV-Ernährungsdocs im Interview.*

VON MARION LASS

Hand aufs Herz: Wie sieht Ihre Haut aus? Ist sie glatt und straff oder faltig, gerötet und/oder rissig? Im Interview mit Dr. Silja Schäfer geht es diesmal um die Haut, und schnell wird klar, dass sie nicht nur unseren gesamten Körper bedeckt, sondern auch als Schutzbarriere gegen äußere Einflüsse wie Bakterien, Viren und Umweltschadstoffe dient. Entscheidend für eine gesunde Haut ist dabei das Mikrobiom – eine natürliche Bakteriengemeinschaft, die hilft, schädliche Erreger abzuwehren und das Immunsystem zu unterstützen.

**Lebensart: Frau Dr. Schäfer, wie erhalten wir uns eine schöne Haut?**

**Dr. Silja Schäfer:** Tatsächlich ist auch die Haut – wie bei unserem letzten Beitrag in der Lebensart bereits ausführlich erklärt – abhängig von

einem gut florierenden Darm. Die Ernährung spielt also auch beim Thema Haut wieder eine entscheidende Rolle. Man kann mit gesunder Ernährung viel dazu beitragen, dass die Haut über viele Jahrzehnte jung aussieht.

**Was sollte man denn essen?**

Besonders vorteilhaft sind Lebensmittel, die reich an Antioxidantien und Vitaminen wie C, A und E sind. Diese Nährstoffe kommen in gelbem und orangefarbenem Gemüse wie Karotten, Paprika und Kürbis vor. Auch ballaststoffreiche Lebensmittel wie Hülsenfrüchte, Vollkornprodukte und Nüsse tragen zu einer gesunden Verdauung bei und unterstützen somit die Haut. Wenn ein Patient mit einer Hautproblematik zu uns kommt, schauen wir uns als Erstes die sogenannte Darm-Haut-Achse an, denn eine gesunde Darmflora

beeinflusst das Hautbild positiv – umgekehrt natürlich genauso.

**Im Zusammenhang mit der Haut hört man immer wieder, dass man nicht so viel duschen sollte ...**

Grundsätzlich besitzt die Haut die Fähigkeit, eigenes Fett zu produzieren, das sie schützt. Die Drüsen der Haut bilden Schweiß, der nicht nur zur Regulierung der Körpertemperatur dient, sondern auch eine schützende Schicht auf der Haut bildet. Eine gesunde Haut kann sich somit bis zu einem gewissen Grad selbst schützen und bleibt dadurch widerstandsfähig und geschmeidig. Voraussetzung ist jedoch, dass sie nicht ständig durch Seifenlaugen aus der Bahn geworfen wird. Durch häufiges Duschen greift man die natürliche Schutzschicht der Haut an. Daher badet

oder duscht man am besten nur so viel, dass die Haut eine Chance hat, rückfettend mitzuarbeiten. Vielleicht reduziert man das Duschen auf alle zwei oder drei Tage. Bei Menschen mit trockener Haut kann die Verwendung von rückfettenden Pflegeprodukten hilfreich sein. Bestandteil vieler Pflegeprodukte ist übrigens Urea. Dieses natürliche Stoffwechsel-Abbauprodukt bindet Feuchtigkeit und schützt die Haut vor dem Austrocknen, sodass sie weich und geschmeidig bleibt.

#### Wie wichtig ist das Trinken für die Haut?

Sehr wichtig! Besonders im Alter, wo viele von uns ihr Durstgefühl verlieren, gilt es aufzupassen. In der Regel sollten 30 bis 35 Milliliter pro Kilogramm Körpergewicht getrunken werden, bei sportlichen Aktivitäten natürlich entsprechend mehr. Ein Mensch mit 70 Kilogramm Körpergewicht liegt also bei 2 bis 2,5 Litern Flüssigkeit – bestenfalls Wasser.

#### Was tun bei rissiger Haut?

Auch hier gilt mein Appell an eine gesunde Ernährung, inklusive genügend Flüssigkeit. Man darf nämlich nicht unterschätzen: Rissige Hautstellen stellen ein Risiko dar, da sie Bakterien eine Angriffsfläche bieten. Gelangen Keime durch kleine Verletzungen in die Haut, kann dies zu In-

#### DR. SILJA SCHÄFER ...

ist vielen aus dem Fernsehen bekannt. Sie ist eine der Ernährungsdocs des NDR. Die Fachärztin für Allgemeinmedizin ist mit diversen Zusatzqualifikationen ausgestattet.



fektionen wie einem Erysipel führen, auch Wundrose genannt. Diese bakterielle Entzündung der Hautschichten und Lymphwege äußert sich durch scharf begrenzte Rötungen. Um solche Infektionen zu vermeiden, sollte die Hautbarriere stets intakt gehalten und trockene Haut ausreichend gepflegt werden. Bei Rissen und Verletzungen unbedingt einen Arzt aufsuchen und sich Rat holen.

#### Was, wenn die Haut allergisch reagiert?

Da gibt es viele Betrachtungsweisen. Oft sind es aber auch bestimmte Nahrungsmittel, die die Hautprobleme begünstigen. Wir gehen diesen Problemen meistens mittels Auslassverfahren auf den Grund. Oft sind Zucker, Weizenprodukte oder Milchprodukte die Ursache für Hautirritationen. Sobald diese Stoffe wegfallen, regeneriert sich die Haut schnell. Ebenso können aber auch Stress und Schlafmangel die Haut negativ beeinflussen. Ohne ausreichenden Schlaf laufen die Stoffwechselprozesse

im Körper nicht optimal ab, was sich an der Haut zeigt. Dabei spielt auch hormonelles Ungleichgewicht, das durch Schlafmangel entsteht, eine Rolle.

Eine gesunde Haut umfasst meistens auch einen gesunden Körper. Der Spruch „Die Haut ist der Spiegel der Seele“ kommt nicht von ungefähr.

#### Bald ist Sommer. Haben Sie einen guten Rat für uns?

Wasser trinken, Wasser trinken, Wasser trinken. Und dann unbedingt die Haut vor der Sonne schützen! Aufgrund des wachsenden Ozonlochs nimmt die Sonneneinstrahlung weiter zu, wodurch auch das Hautkrebsrisiko steigt. Nach spätestens 20 Minuten in der Sonne sollte deshalb ein Sonnenschutz aufgetragen werden – bei heller Haut sogar noch früher.

*Das war wieder sehr interessant!  
Herzlichen Dank für das Gespräch!*

spendenparlament.de

# Tietjen talkt für mehr Verständnis ...



© Foto: Sebastian Roland Fuchs

BETTINA TIETJEN | MODERATORIN  
UNTERSTÜTZT DAS HSP

... doch wir müssen  
auch etwas tun – gegen  
Armut und Not!



Spende hier  
für soziale  
Projekte in  
Hamburg



WIR  
FÖRDERN  
WAS HILFT.  
SEIT 1996.

# Spargel MALANDERS

Am liebsten kommt uns Spargel ganz klassisch mit einer feinen Sauce Hollandaise, jungen Kartoffeln und mild geräuchertem Schinken auf den Tisch. Das vielseitige Gemüse kann aber noch viel mehr!



## ZITRONEN- HÄHNCHEN MIT SPARGEL VOM BLECH

**ZUBEREITUNGSZEIT: 75 MINUTEN**

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:**

- 2 unbehandelte Zitronen
- 100 ml Olivenöl
- 400 g festkochende Kartoffeln
- 4 Hähnchenkeulen
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Stiele Thymian
- 2 Stiele Oregano
- 2 Knollen Knoblauch
- 500 g grüner und weißer Spargel
- Salz & Pfeffer

**ZUBEREITUNG:**

1. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zitronen heiß abwaschen und trocknen. 1 Zitrone in Scheiben schneiden, von 1. anderen die Schale fein abreiben. Beide Zitronen auspressen und den Saft mit Zitronenschale, 80 ml Öl, 1 TL Salz und etwas Pfeffer vermischen.
2. Kartoffeln waschen, gründlich abbürsten und in Achtel schneiden. Hähnchenkeulen trocken tupfen und mit den Kartoffeln auf einem tiefen Backblech oder in einem großen Bräter verteilen. Kräuter waschen und trocken schütteln. Knoblauchknollen quer halbieren und mit der Schnittfläche nach unten um das Hähnchen legen. Alles mit der Zitronenmarinade begießen, Kräuter verteilen. Blech in den vorgeheizten Ofen schieben und 40–45 Min. backen.
3. Spargel waschen und von den holzigen Enden befreien. Weißen Spargel ganz, grünen im unteren Drittel schälen. Stangen halbieren, mit restlichem Öl vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Blech aus dem Ofen nehmen, Hähnchenkeulen herausheben und auf einen Teller legen. Spargel zu Kartoffeln geben. Keulen zurück aufs Gemüse legen und mit Zitronenscheiben garnieren. Weitere 15–20 Min. backen, bis der Spargel gar, aber noch ein wenig bissfest ist. Gemüse und Hähnchen auf Teller verteilen und sofort servieren.



# KARTOFFEL- SPARGEL-FOCACCIA

## MIT RICOTTACREME

**ZUBEREITUNGSZEIT: 90 MINUTEN  
+ 3 STUNDEN RUHEZEIT**

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:**

- 500 g Mehl
- 3 g Trockenhefe
- 3 mittelgroße festkochende Kartoffeln
- je 250 g weißer und grüner Spargel
- 7 EL Olivenöl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- etwas grobes Meersalz
- 1 Knoblauchzehe
- 150 g Feta
- 250 g Ricotta
- 4 Stiele Petersilie, gehackt
- 3 Stiele Minze, gehackt
- 2–3 EL Zitronensaft
- 200 g Kirschtomaten
- Salz & Pfeffer

**ZUBEREITUNG:**

1. Mehl, Hefe und 300 ml lauwarmes Wasser in einer Schüssel verkneten. 12 g Salz dazugeben, alles in 10 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Diesen mit einem Küchentuch abgedeckt etwa 2 Std. ruhen lassen. Teig in 4 Portionen teilen. Jeweils zu länglichen Fladen formen, je 2 Stück auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Abgedeckt 45–60 Min. ruhen lassen.

2. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben hobeln. Bis zur weiteren Verwendung in ein Wasserbad geben. Weißen Spargel komplett, grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen. Stangen von den holzigen Enden befreien, dann waschen und je nach Dicke längs halbieren, anschließend in Stücke schneiden. Kartoffeln abgießen, trocken tupfen und in einer Schüssel mit Spargel, 3 EL Öl sowie Salz und Pfeffer gut vermengen.

3. Den Backofen auf 220 °C Umluft vorheizen. Je 1 EL Öl auf jedem Teigling verstreichen und leicht geölten Fingern Mulden in den Teig drücken. Teigfladen mit etwas Meersalz würzen, dann mit dem Kartoffel-Spargel-Mix belegen. Die Focacce im vorgeheizten Ofen in 18–20 Min. goldbraun backen, ggf. zwischendurch die Bleche tauschen.

4. Inzwischen den Knoblauch schälen und in eine Schüssel pressen. Feta und Ricotta cremig mixen. Zum Knoblauch geben, Petersilie und Minze unterrühren und alles mit Zitronensaft sowie etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten waschen und halbieren. Focacce aus dem Ofen nehmen, mit Ricottacreme und Tomaten toppen und servieren.



Die Käserinnen und Käser aus Schleswig-Holstein sind stolz auf die schmackhafte Vielfalt.

Saisonstart in Schleswig-Holsteins Hofläden

# Mmmhhh! DIREKT VOM HOF

*Der Frühling startet köstlich! Regional, frisch und voller Geschmack kommen die ersten kulinarischen Highlights jetzt direkt vom Hof. Auch unter dem Dach von „Gutes vom Hof.SH“ startet die Direktvermarktung in Schleswig-Holstein in die Saison 2025.*

Der erste Spargel ist da und auch die ersten saftigen Erdbeeren lassen nicht mehr lange auf sich warten. In Schleswig-Holstein laden Erzeugerbetriebe für den regionalen und saisonalen Einkauf in ihre Hofläden ein. Dort gibt es nicht nur frisches Gemüse, Obst, Eier, Fleisch oder Brot, sondern auch nette Gespräche und persönliche Empfehlungen.

## EINBLICK IN DIE PRODUKTION

Viele Direktvermarkter\*innen ermöglichen ihren Kund\*innen auch Einblicke in die Produktion – je nach Zeit ist auch ein Hofrundgang drin. Frischer als im Hofladen geht es kaum: direkt vom Feld oder aus der Käseerei ins Regal.

## SAISONERÖFFNUNG FÜR SCHAF- UND ZIEGENKÄSE

Eine ganz besondere Saisonöffnung steht jedes Jahr im Frühling bei den kleinen Wiederkäuern an. Im Winter sind die Ziegen und Schafe tragend und stehen daher „trocken“.

Die erste Milch des neuen Jahres ist dann ausschließlich den Lämmern vorbehalten. Erst seit wenigen Wochen verarbeiten die Käserinnen und Käser wieder Ziegen- und Schafsmilch zu heimischen Käsespezialitäten. Vorwiegend in kleinen Hofkäsereien wird mit viel Liebe und Kreativität produziert: Weich- und Frischkäse, Schnitt- und Hartkäse, von mild bis würzig und immer mit den besonderen feinen Aromen

der Schaf- und Ziegenmilch. Viele Hofkäsereien sind Teil der KäseStraße Schleswig-Holstein, einer kulinarischen Route, die seit 25 Jahren die Vielfalt der norddeutschen Käselandschaft verbindet.

## ENTDECKEN, GENIEßEN, ERLEBEN

Wer Lust auf eine Geschmacks- und Erlebnisreise durch den echten Norden hat, wird im Internetportal [www.gutes-vom-hof.sh](http://www.gutes-vom-hof.sh) fündig. Hier gibt es Hofläden, Warenkunde, Rezepte und Porträts engagierter Betriebe auf einen Klick. GUTES VOM HOF.SH ist eine Initiative des Landwirtschaftsministeriums Schleswig-Holstein (MLLEV).



GUTES VOM HOF.SH leitet Nutzer\*innen mit nur wenigen Klicks durch die kulinarische Landschaft zwischen den Meeren. Wer mit einem mobilen Endgerät die Website besucht, kann diese ganz einfach als Button auf dem Homebildschirm des Handys oder Tablets speichern – ein praktischer App-ähnlicher Service. Um die gesamte Bandbreite der Erzeugung und Verarbeitung von regionalen Lebensmitteln abzubilden, gliedert sich die Website in vier Bereiche: Hofläden, Handwerk, Gastronomie und Erlebnisse. GUTES VOM HOF.SH wird im Auftrag des Landwirtschaftsministeriums Schleswig-Holstein (MLLEV) vom Fachbereich Gütezeichen der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein betrieben.

## GÜTEZEICHEN SH

Das Gütezeichen „Geprüfte Qualität Schleswig-Holstein“ hat in Schleswig-Holstein eine lange Tradition. Bereits seit 1965 werden Produkte vom Qualitätsausschuss der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein ausgezeichnet. Voraussetzung ist dabei immer eine einwandfreie Produkt- und Prozessqualität. Unabhängige Labore prüfen auch nach der Verleihung regelmäßig die Qualität der ausgezeichneten Produkte.



# PICKNICK MIT STIL

Mit diesem stilvollen Picknickrucksack wird jede Auszeit zum Erlebnis. Gefertigt aus strapazierfähigem, wasserabweisendem 600D-Polyester bietet er ein großes Kühlfach und Platz für vier Personen.

Das integrierte Besteckset, Teller, Weingläser, Holzbrettchen, Kellnermesser sowie Salz- und Pfefferstreuer lassen keine Wünsche offen. Dank gepolsterter, verstellbarer Tragegurte ist er auch bei längeren Ausflügen bequem zu tragen. Edle Kunstlederriemen mit Magnetschnallen und durchdachte Fächer machen ihn zum Must-have für stilvolle Genießer. Ideal für Park, Strand oder spontane Landpartien. Für 89,90 Euro erhältlich bei [www.land-living.com](http://www.land-living.com).



Foto: BioMarkt Vivo, Husum

## FRÜHLING AUF DEN BIOHÖFEN

... und im **BioMarkt Vivo** in Husum.

*Hier liefern mittlerweile 25 regionale Betriebe – vom Bio-Gemüsehof bis zur Büffelmilch-Molkerei – jede Woche persönlich ihre besten Stücke an.*

Dazu gehören Brot aus Joldelund, Apfelsaft aus Hollingstedt, aus Husum gerösteter Kaffee und Käse von gleich sechs nordfriesischen Käsereien.

Wer auf regionale Frische setzt, ist bei Vivo genau richtig. Darüber hinaus findet man dort alles für die sommerlich leichte Küche oder das Grillvergnügen mit und ohne Fleisch. „Probieren Sie doch mal die leckeren Grill-Soßen oder die neuen, cremigen Pestos von byodo“, so Inhaberin Silja Knudten, die herzlich einlädt, auch der Naturdrogerie nebenan einen Besuch abzustatten. „Hier finden Sie natürliche Sonnenpflege und in der Kosmetikkabine können Sie Ihre Füße für die Barfußsaison fit machen lassen – gern auch mit einem trendigen Nagellack.“



**Natürlich Bio.  
Regionale Vielfalt.  
Einfach lecker!**

**Dein BiōMarkt  
in Husum**

Süderstraße 46 in Husum  
[www.vivo-naturkost.de](http://www.vivo-naturkost.de)

**TIPP:**

Servieren Sie zum Fisch einen würzigen Stampf aus Kartoffeln und Sellerie – die Aromen harmonieren wunderbar miteinander.



# KABELJAU

## MIT WÜRZIGER HAUBE UND ESTRAGONSOSSE

**ZUBEREITUNGSZEIT: 80 MINUTEN**

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:**

- 1 Zwiebel
- 2 EL Butter
- 80 ml Weißwein
- 250 ml heißer Fischfond
- 150 g Sahne
- 2 EL Senf
- 2 Stiele Estragon
- 1 Prise Zucker
- 500 g Suppengrün
- 1 Bund Dill
- 1 unbehandelte Zitrone
- 3 EL Mehl
- 2 Eier
- 600 g Kabeljaufilet
- 1 EL Butterschmalz
- Salz und Pfeffer

**ZUBEREITUNG:**

1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebel darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen und diesen fast vollständig verkochen lassen. Fond, Sahne und Senf zugeben und bei kleiner Hitze sämig einkochen lassen. Den Estragon waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken, dann in die Soße geben. Alles mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und bei sehr kleiner Hitze bis zum Servieren abgedeckt warm halten.

2. Das Suppengrün putzen, schälen und sehr fein würfeln. Karotten und Sellerie 1 Minute in kochendem Salzwasser blanchieren, den Lauch zugeben und alles 1 weitere Minute blanchieren. Die Gemüsewürfel abgießen, abschrecken und sehr gut abtropfen lassen. Den Dill waschen und trocken schütteln. Die Spitzen abzupfen und hacken. Die Zitrone

abwaschen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen.

3. Die Gemüsewürfel mit Küchenpapier sorgfältig trocken tupfen. Dill und Zitronenschale unter das Gemüse mischen und die Mischung auf einen großen Teller geben. Mehl auf einem flachen Teller verteilen, die Eier in einem tiefen Teller verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kabeljaufilets waschen, trocken tupfen und in 8 gleich große Stücke schneiden. Rundherum mit Salz und Pfeffer würzen. Die Filets zuerst im Mehl, dann in den Eiern und anschließend im Gemüse wenden. Die Gemüsewürfel sorgfältig andrücken.

4. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Filets von jeder Seite etwa 3 Minuten braten. Mit etwas Zitronensaft beträufeln. Den Fisch auf Tellern anrichten und mit der Estragonsoße servieren.



RESTAURANT



*Genießen Sie frische Scholle und leckeren Spargel!  
Lassen Sie sich am Muttertag von uns verwöhnen!*

Am Hafen 54 · 25348 Glückstadt  
Tel.: 04124/1807 · [www.restaurant-zur-alten-muehle.de](http://www.restaurant-zur-alten-muehle.de)

## MAI-FREUDEN IN GLÜCKSTADT FEINSTER FISCHGENUSS

*Frische Spezialitäten aus der Region und eine idyllische Atmosphäre machen das Restaurant  
Zur Alten Mühle in Glückstadt zum perfekten Ziel für Genießer\*innen.*

Wer gutes Essen und maritimes Flair liebt, ist im Restaurant Zur Alten Mühle genau richtig. Direkt am Yachthafen gelegen, bietet die beliebte Glückstädter Gastronomie eine große Auswahl an frischem Fisch, hausgemachten Spezialitäten und saisonalen Köstlichkeiten. Inhaber Dieter Lassmann und sein Team setzen

mit ihrer sorgsam zusammengestellten Speisekarte auf Qualität und immer neue Saison-Highlights. Im Mai dreht sich etwa alles um frische Scholle und knackigen Spargel aus der Region. Die Kombination aus zartem Fisch und aromatischem Gemüse ist ein echtes Geschmackserlebnis. Eine besonders schöne Gelegenheit für ein

genussvolles Essen mit den Liebsten ist der Muttertag am 11. Mai – das Team freut sich, Sie zu verwöhnen. Bei schönem Wetter lädt zudem die großzügige Terrasse zum Verweilen ein. Hier kann man die frische Brise genießen und den Blick auf das Wasser schweifen lassen. Erfahren Sie mehr unter [www.zur-alten-muehle.de](http://www.zur-alten-muehle.de).

Foto: Adobe Stock (1)

### KOCHBUCH-EMPFEHLUNGEN

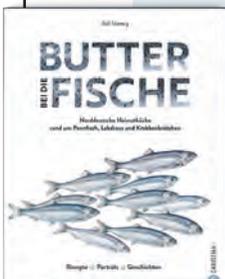
## FISCHGLÜCK

### EINFACH HEIMAT

Bodenständig und einfach im besten Sinn. Krabben, Matjes, Hering, Räucherfisch spielen die Hauptrollen, begleitet von Kartoffelsalat, Grünkohl oder Steckrüben. In diesem Buch entdecken wir die Fischküche in Deutschlands Norden. Dazu verraten junge Köche und Köchinnen ihre liebsten Rezepte. Von gebratenem Aal bis hin zu köstlichem Backfisch in Bierteig, von traditionellen Bismarckbrötchen bis hin zur herzhaften Büsumer Krabben-

suppe – dieses Buch präsentiert eine Fülle von Geschmackserlebnissen.

**Ralf Niemzig:**  
**Butter bei die Fische**  
Christian Verlag,  
192 S., 29,99 Euro



### VON HERZEN

Die Ikone des bekannten Viktualienmarkts: Hella Witte sammelt zum ersten Mal ihre Rezepte und gibt Einblicke in ihre Küche, Fischweier und ihr Geschäft. Dabei erzählt sie außergewöhnliche Geschichten, die sich seit der Eröffnung von Fisch-Witte im Jahr 1985 hinter und vor der Ladentheke ereignen haben, von Höhen und Tiefen, von Familie und Freunden. Von einfachen bis anspruchsvollen Rezepten vermittelt sie das einzigartige

Fisch-Witte-Fee-  
ling, das jedes  
Einkaufserlebnis  
zu etwas Beson-  
derem macht.

**Hella Witte:**  
**Fischverliebt**  
Callwey Verlag,  
208 S., 45 Euro



### IM GANZEN

Revolution in der Fischküche: Mit völlig neuem Blick auf die Verarbeitung und Zubereitung von Fisch stellt der australische Chefkoch Josh Niland die moderne Kochszene auf den Kopf. Sein Leitsatz „Abfall minimieren und Geschmack maximieren“ sieht die komplette Nutzung des Fisches vor, von der Kieme bis zur Flosse, inklusive Gräten und Innereien. In seinem Kochbuch zeigt er anschaulich und abwechslungsreich, was ein Fisch neben dem

Filet noch alles zu  
bieten hat, und verrät  
die besten Zuberei-  
tungsmethoden und  
Rezepte dafür.

**Josh Niland:**  
**Der ganze Fisch**  
Prestel Verlag,  
256 S., 38 Euro





58. Glückstädter Matjeswochen vom 12. bis 15. Juni

# SOOO LECKER

## EINZIGARTIGER GESCHMACK TRIFFT AUF FESTTRADITION

*In Glückstadt wird gefeiert – und der Matjes steht im Mittelpunkt der alljährlichen Veranstaltung an der Unterelbe. Die Kleinstadt begrüßt zum 58. Mal Gäste aus Nah und Fern, um seine einzigartige Rolle als Matjes-Hauptstadt zu feiern.*

Der Original Glückstädter Matjes ist eine echte Tradition! Er liefert der idyllischen Kleinstadt an der Elbe den einzigartigen Ruf als Matjes-Hauptstadt. Seinen unverkennbaren Geschmack erhält der kleine Hering durch traditionelle Rezepte und das natürliche Heranreifen in mit Salzlake gefüllten Fässern – und das alles durch reine Handarbeit in allen Schritten der Verarbeitung.

### TRADITION SEIT 1968

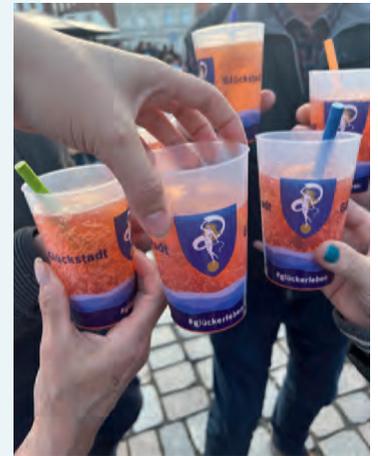
Bereits seit 1968 feiern die Glückstädter einmal im Jahr die Glückstädter Matjeswochen. Im

Zentrum steht der Namensgeber. Die Matjeswochen sind inzwischen aber weit mehr als eine traditionelle Fischverkostung. Über die Jahre hat sich ein großes Stadtfest entwickelt, mit vielfältiger Unterhaltung und kulturellen, musikalischen und kulinarischen Highlights. Am Donnerstag, 12. Juni, werden die Feierlichkeiten mit der Matjes-Probe um 17 Uhr eröffnet. Die darauffolgenden Tage versprechen ein buntes Programm mit Live-Musik am Samstag und Sonntag, der „Open Ship Meile“ mit jeder Menge Action am Hafen bis hin zur Matjesmeile mit Flohmarkt in

der Innenstadt. Am Sonntag können die lüthen Gäste außerdem ihre Schätze auf dem Kinderflohmarkt anbieten und ein spannendes Sport- und Mitmachangebot genießen.

### SPIEL UND SPASS AUF DEM WASSER

Glückstadts Binnenhafen ist während der Matjeswochen ein besonderes Highlight. Das maritime Leben wird hier während der alljährlichen Veranstaltung besonders hervorgehoben. Zahlreiche Schiffe unterschiedlichster Herkunft und Beschaffenheit können entlang des Binnen-



hafens besichtigt werden. An Land entlang der Hafensperrmauer laden zahlreiche Vereine und Organisationen mit buntem Angebot rund um das Thema Küstenleben zum Mitmachen ein. Hier heißt es: Maritimer geht immer! Auch auf dem Wasser ist jede Menge los: Für Action sorgen die Steinbeis-Papierboot-Regatta, die traditionelle Hafenerquerung der VR Bank in Holstein sowie das Wett-Wriggen und die Plattschaukel-Regatta – spannende Wettbewerbe, die

nicht nur zum Zuschauen, sondern auch zum Mitmachen einladen. Das bunte Treiben sorgt für Hafentypik und unvergessliche Eindrücke.

### **MATJES, MATJES, MATJES!**

Was wären die Matjeswochen ohne ihren köstlichen Silberling? Der Ehrengast und unverkennbare Leckerbissen ist überall zu finden. Ob bei einem der gastronomischen Stände entlang der Festmeile in der Innenstadt, in einem der Restaurants oder typisch norddeutsch in einem Brötchen auf der Hafentreppe direkt am Wasser – hier kommt jeder auf den passenden Geschmack. Kleiner Hinweis: Der Original Glückstädter Matjes kann sogar das ganze Jahr in Glückstadt frisch genossen werden.

### **STÖBERN UND GENIEßEN**

Stöbern, Finden, Feilschen und Kaufen – das ist schon lange Tradition auf den Glückstädter Matjeswochen. Die Innenstadt der Elbstadt verwandelt sich am 14. und 15. Juni in eine Festmeile. Gewerbe und Flohmarkt bieten eine bunte Auswahl an neuen Schätzen, Haushaltswaren, Trödel oder Second-Hand-Kleidung. Hier wartet vielleicht sogar der eine oder andere unbekannte Kunstschatz, der jedes Sammlerherz höherschlagen lässt.

### **BÜHNEN FREI**

Ob mitten auf dem Marktplatz oder direkt am dem Wasser – bei den Glückstädter Matjeswochen sorgt Live-Musik auf gleich zwei Bühnen für beste Unterhaltung. Von Rock, Pop und Schlager über zeitlose Klänge zum Mitsingen ist für jeden Geschmack etwas dabei. Genießen Sie entspannte Hafentypik und Festivalstimmung an der Elbe. Ein besonderes Highlight: der Matjes-Klönnschnack auf der Marktplatzbühne am Sonntag – ein fröhliches Unterhaltungsformat mit Überraschungsgästen, jeder Menge norddeutschem Schnack und bester Unterhaltung.

### **WOCHENENDE VOLLER GENUSS**

Die Glückstädter Matjeswochen versprechen ein Wochenende voller Genuss, Spaß und Tradition – ein Muss für alle Matjes- und Hafentypiker! Weitere Informationen gibt es bei der Touristinformation Glückstadt und unter [www.glueckstadt-tourismus.de](http://www.glueckstadt-tourismus.de).

**Glückstadt Destination Management GmbH**  
**Große Nübelstraße 31, 25348 Glückstadt**  
**Tel.: 04124 / 93 75 85**  
**[www.glueckstadt-tourismus.de](http://www.glueckstadt-tourismus.de)**



# WILLKOMMEN AUF DER FLETH-TOUR

*Wewelsfleth, Dammfleth, Borsfleth, Beidenfleth. Haben Sie sich schon mal gefragt, warum so viele Orte südwestlich von Itzehoe auf -fleth enden? Genau! Hier fließt (fleet – aus dem Plattdeutschen) beziehungsweise schlängelt sich die Stör durch das Binnenland. Und mit seiner idyllischen Landschaft muss sich der Fluss nicht hinter der Elbe verstecken. Im Gegenteil: Diese Radtour bietet eine wunderbare Möglichkeit, die eindrucksvolle Landschaft zu erkunden.*





## VON KREMPE ZUM STÖRDEICH

Knapp 20 Kilometer umfasst diese beliebte Radtour, die in der charmanten Kleinstadt Krempe beginnt und als leicht eingestuft wird. Krempe ist ein Ort, der trotz seiner „nur“ 2400 Einwohner\*innen mit vielen Sehenswürdigkeiten überrascht. Nehmen Sie sich Zeit, den historischen Marktplatz, das beeindruckende Fachwerk-Rathaus und den markanten Wasserturm zu entdecken, bevor Sie über Krempdorf direkt zum Stördeich gelangen.

## EIN KLEINER FUSSMARSCH AM DEICH

Von dort aus folgen Sie der Stör, die sich malerisch durch die Landschaft zieht. Zahlreiche kleine Wasserläufe, sogenannte Flethe, prägen

das Bild und verleihen der Umgebung ihren besonderen Reiz. Ein Abschnitt des Deiches muss zu Fuß zurückgelegt werden, doch die Mühe lohnt sich: Der Ausblick auf die Stör und die weiten Marschlandschaften ist schlichtweg atemberaubend. Zudem haben Sie so die Gelegenheit, die Ruhe der Natur in vollen Zügen zu genießen.

## STÖRFÄHRE ELSE

In Neuenkirchen werden Sie bereits aus der Ferne von der Spitze des Kirchturms begrüßt. Hier erwartet Sie ein weiteres Highlight: die Störfähre Else. Wenn Sie möchten, können Sie mit ihr die Flussseite wechseln und die Wilstermarsch mit ihren vielfältigen Radrouten erkunden. So lässt sich die Tour wunderbar verlängern.

## NATUR, KULTUR UND EIN KLEINES ABENTEUER

Über die idyllischen Dörfer Kremperheide und Krempermoor führt der Weg schließlich zurück nach Krempe, wo Sie die Tour entspannt ausklingen lassen können.

Diese Fahrradrouten verbindet Natur, Kultur und ein kleines Abenteuer – ein Erlebnis, das Sie sich nicht entgehen lassen sollten!

Weitere Infos zum Streckenverlauf gibt es auf [www.gluecks-routen.de/radtouren/die-fleth-tour](http://www.gluecks-routen.de/radtouren/die-fleth-tour) sowie auf [www.komoot.com](http://www.komoot.com) unter dem Stichwort „Fleth-Tour“.

# 20 JAHRE – PREMIO E-BIKES ZUM JUBILÄUM

Wenn moderne Technik, durchdachtes Design und purer Fahrspaß zusammenkommen, ist die Firma PEGASUS im Spiel. Zum 20-jährigen Jubiläum der PEGASUS Premio-Serie präsentiert das **Zweirad-Center Kaina in Itzehoe** zwei E-Bikes, die im Alltag und auf Touren überzeugen: das Premio EVO 10 Lite mit 10-Gang-Kettenschaltung, pannensicheren Reifen und bequemem Sattel sowie das Premio EVO 5F Belt mit wartungsarmem Riemenantrieb und robuster 5-Gang-Nabenschaltung. Beide Modelle sind ausgestattet mit einem kraftvollen

Bosch Performance Line CX Motor, einem Kiox 500 Display und einem integrierten PowerTube-Akku. Das EVO 10 Lite wurde im ElektroRad Kaufberater 01/2025 mit der Note 1,6 („Sehr gut“) bewertet.

Wer mehr wissen möchte, vereinbart am besten eine Probefahrt in Itzehoe. Mehr unter [www.fahrrad-kaina.de](http://www.fahrrad-kaina.de).



Foto: Pegasus



FAHRRÄDER FÜR DIE GANZE FAMILIE!

E-BIKES • ZUBEHÖR • BEKLEIDUNG • SERVICE • WERKSTATT

## Wir drehen mit Euch am Rad!



Dein Ansprechpartner für Fahrräder, E-Bikes und Zubehör in Itzehoe & Umgebung

- exklusive Beratung rund ums Fahrrad & E-Bike
- Leasingberatung für Endkunden & Unternehmen
- Probefahrt auch bei schlechtem Wetter
- spare 20% bei Werkstattleistungen durch den Kauf eines Fahrrades oder E-Bikes bei uns

**ZWEIRAD-CENTER KAINA**  
Helenenstr. 2a | 25524 Itzehoe  
Tel.: 04821 / 5991  
[www.fahrrad-kaina.de](http://www.fahrrad-kaina.de)

# AUSSTELLUNGEN

IM MAI & JUNI 2025

## 50 Jahre Museum Eckernförde



### 600 Jahre Eckernförde

Kunst, Kultur und Geschichte(n)

50 Jahre 1975 2025

**m** museum eckernförde



Seit 1987 befindet sich das Museum Eckernförde im Alten Rathaus am Rathausmarkt 8.

Bereits Anfang des 20. Jahrhunderts entstanden erste Ideen zur Einrichtung eines Museums in Eckernförde. Dies glückte jedoch erst 1975: Im März gründete sich der Museumsverein Eckernförde e. V. und bereits Ende Mai 1975 wurde das „Heimatmuseum“ in einigen Klassenräumen der Willers-Jessen-Schule eröffnet. Im Oktober 1987 zog es in das zum Museum umgebaute Alte Rathaus mitten im Herzen der Stadt. Das zunächst ehrenamtlich geleitete Museum richtete sich in den folgenden Jahren unter professioneller Leitung zu einem Museum für Stadt- und

Kulturgeschichte aus. In einer Kooperation von Stadt und Museumsverein wird der Museumsbetrieb heute von haupt- und ehrenamtlichen Kräften getragen. Nach einer Renovierung öffnet das **Museum Eckernförde** voraussichtlich Ende Mai wieder seine Türen. Ab Mitte Juli wird dann das Jubiläum seines 50-jährigen Bestehens mit der Ausstellung „Stadtgeschichte(n)“, 50 Führungen, Vorträgen und Aktionen für alle Altersgruppen bis hin zu einem Museumsfest im Oktober gefeiert.

Foto: Photowerkstatt Matzen



#### BESONDERER BUCHTIPP

#### DIEBSTAHL, FÄLSCHUNG, VANDALISMUS

Die Überschrift umfasst das Spektrum, welches in dem Buch „Atlas der Kunstverbrechen“ von Laura Evans dargestellt wird. Der berühmteste Kunstraub aller Zeiten ist natürlich dabei, nämlich der Raub der „Mona Lisa“ 1911. Doch in der Reihe unglaublicher Kunstdiebstähle finden sich neben Leonardo da Vinci beispielsweise auch Vermeer, Caravaggio, Goya, van Gogh, Matisse, Spitzweg, Munch, Dalí, Picasso oder Klimt wieder. Dem Raub ist in dem Buch auch das mit Abstand umfangreichste Kapitel gewidmet. Vandal\*innen gaben und geben ihrer Kunstabneigung etwa durch Schnitte, Beschmieren, Beschreiben, Säure oder Hammer Ausdruck, während Fälscher\*innen vor so gut wie keinem und keiner Künstler\*in mit Rang und Namen Halt machen – und Laura Evans führt uns ihre Taten eindrucksvoll vor Augen.

**Laura Evans: Atlas der Kunstverbrechen. Prestel Verlag, 224 S., 34 Euro**

# Vom Wasser aus gesehen

Das **Detlefsen-Museum** in Glückstadt gewährt unter dem obigen Ausstellungstitel bis zum 6. Juli einen ganz persönlichen Einblick in die künstlerische Welt von Gudrun Becker.

„Vom Wasser aus gesehen“, so nimmt die 1934 in Wilhelmshaven geborene und heute in Wedel lebende Künstlerin die Welt auf ihre ganz eigene Sicht wahr und setzt das Gesehene künstlerisch um. Dabei nähert sie sich ihrem Motiv meist nicht nur einmal, sondern in mehreren Varianten und mit unterschiedlichen Techniken. Die Auswahl der Motive ist eine besondere – Gudrun Becker liebt zwar die Flüsse, die Elbe mit ihrem blaugrauen Wasser, die Ostsee, besonders die dänische Südsee mit den vielen kleinen malerischen Häfen, den Inseln – ihr Blick aber richtet sich dabei nicht nur auf das sprichwörtlich malerische, sondern auf übereinandergestapelte Kisten, verrostete, farbige Tonnen und Seezeichen, die wie zufällig aneinanderliegen, und Schuppen, die aus unzähligen Holzresten grob zusammengezimmert erscheinen. Dabei wagt sie bisweilen auch einen Blick ins Innere dieser „Gehäuse am Wasser“, wie sie diese oft abenteuerlichen Konstruktionen nennt. So rücken dann unscheinbare Dinge auf einem Regal im Schuppen plötzlich malerisch in den Vordergrund und finden Beachtung, wodurch Gudrun Becker den Betrachter\*innen den Blick für das öffnet, was sonst oft gesehen, aber nur selten wirklich bewusst wahrgenommen wird.

Fotos: Gudrun Becker

Gudrun Becker –  
Drei Tage im August, 3. Tag, 2003



Gudrun Becker –  
Spiegelung/Werft Geöffnet III, 1999



Wohnkultur und Volkskunde - Handel und Gewerbe  
Walfang und Heringsfischerei - Kunst und Geschichte  
Sonderausstellungen - Konzerte und Lesungen

## Ausstellung:

**30. März - 06. Juli 2025**

Gudrun Becker -  
Vom Wasser aus gesehen

Am Fleth 43 - 25348 Glückstadt  
Do, Sa, So 14 - 17 Uhr (Jan. + Feb.)  
Di - So 14 - 17 Uhr (März bis Dez.)  
Telefon: 0 41 24 - 93 05 20  
[www.detlefsen-museum.de](http://www.detlefsen-museum.de)



Verdaut auf unkonventionellem Weg:  
der Gemeine Seestern

## NAHRUNGS-AUFNAHME-KÜNSTLER

Der Gemeine Seestern (*Asterias rubens*) hat eine besondere Methode der Nahrungsaufnahme: Er nutzt seinen Stülpmagen, um Beute außerhalb seines Körpers zu verdauen. Hat er eine Muschel gefunden, umschließt er sie mit seinen Armen und behindert dabei den Sauerstoffaustausch. Die Muschel wird dadurch geschwächt und öffnet sich leicht. Dann zieht der Seestern die Schalen mit seinen Füßchen weiter auseinander und stülpt seinen Magen durch den Mund in die Muschel hinein. Dort beginnt die Verdauung der Weichteile. Ist die Beute zersetzt, zieht er Magen und Nahrung wieder ein. So wird der Seestern zum erfolgreichen Jäger am Meeresboden. Wenn Sie den Gemeinen Seestern einmal aus nächster Nähe sehen möchten, können Sie dies im Aquarium GEOMAR in Kiel, wo es noch viele weitere faszinierende Meerestiere gibt.

Foto: Aquarium GEOMAR



### Aquarium GEOMAR

Düsternbrooker Weg 20, 24105 Kiel

Offen: ganzjährig 09:00 bis 18:00 Uhr  
(Eingang an der Kiellinie)

Seehundefütterung:  
10:00 und 14:30 Uhr (außer Freitags)

Bitte beachten Sie coronabedingte Hinweise  
auf unserer Homepage

- [www.aquarium-geomar.de](http://www.aquarium-geomar.de)
- [kontakt@aquarium-geomar.de](mailto:kontakt@aquarium-geomar.de)
- Telefon: 0431 600-1637



# SCHÖNE ORTE DER ERHOLUNG

Auf den Fluren der Hauptverwaltung der **Itzehoer Versicherungen**

(Itzehoer Platz, Itzehoe) präsentiert **Mirta Domacinovic**  
bis Februar 2026 30 ihrer sehr sehenswerten Werke.

Die Bilder von Mirta Domacinovic zeigen, dass das Leben schön ist. Überwiegend sind auf den Werken der Künstlerin Menschen in ihren persönlichen Wohlfühlorten, in urbaner Umgebung oder am Wasser zu sehen. Orte also, an denen sie sich entspannen oder gemeinsam das Leben genießen. Deshalb trägt die mittlerweile 30. Kunstausstellung bei den Itzehoer Versicherungen den einfachen Titel „Oasen“.

Mirta Domacinovic wurde in Kroatien geboren und wanderte 1981 mit ihrer Familie nach Westdeutschland aus. Heute lebt und arbeitet sie in Frankfurt am Main als freischaffende Künstlerin. Durch ihren Vater entdeckte sie als kleines Mädchen ihre Leidenschaft für die Kunst. Ihrem Traum, als Künstlerin zu arbeiten,

kam sie ein großes Stück näher, als sie zwischen 1982 und 1989 an der Hochschule für Gestaltung in Offenbach und an der Staatlichen Akademie der Bildenden Künste in Stuttgart studierte. Später unterrichtete sie selbst das Lehrfach Zeichnen/Aktzeichnen im Fachbereich Gestaltung an Hochschulen. Seit 1987 nimmt sie an zahlreichen Ausstellungen im In- und Ausland teil, ihre Werke sind regelmäßig auf Kunstmesen zu sehen. Das Auftragswerk für die Itzehoer Versicherungen entstand in Hamburg: Das bunte Treiben am bekannten Bürogebäude „Dockland“ am Elbufer hatte es Mirta Domacinovic angetan. Geöffnet ist die Ausstellung montags bis freitags jeweils von 8 bis 18 Uhr.



Das Auftragswerk malte Mirta Domacinovic direkt an der Hamburger Elbe.

Foto: Mirta Domacinovic



Das ist das Ergebnis: Das Bild „Dockland“ hängt nun im Konferenzzentrum der Itzehoer Versicherungen.



**RIECK**  
CARLSHÖHE

**GALERIE**  
für skandinavische und  
nordische Kunst



Carlshöhe 78 | 24340 Eckernförde | [www.galerie-riECK.de](http://www.galerie-riECK.de)



Die dänischen Künstler\*innen Ken Denning und Anne Bjørn begeistern mit ihren Werken in den Eckernförder Räumen der Galerie RIECK.

## MALEREI TRIFFT OBJEKTE

In der aktuellen Ausstellung „DENNING + BJØRN – Strich + Faden“ der **Galerie RIECK** ([www.galerie-riECK.de](http://www.galerie-riECK.de)) auf der Eckernförder Carlshöhe, die noch bis zum 24. Mai läuft, begegnen sich die Bilder von Ken Denning und die Textilobjekte von Anne Bjørn. Während Ken Denning (1957–2024) in seiner Arbeit stets auf der Suche nach dem allem zugrunde liegenden „vollkommenen Muster“ war, konzentriert sich die renommierte Weberin und textile Meisterin des Fadens, Anne Bjørn, auf die Reduktion und schafft dabei neue textile Bewegungen in ihren spannungsvollen Objekten. Er arbeitete mit dem Strich, sie arbeitet mit dem Faden – gemeinsam in dieser Ausstellung mit gut 25 Arbeiten der beiden ergibt das ein faszinierendes Zusammenspiel. Natürlich stehen alle Werke zum Verkauf – wie auch die gesamte skandinavische Kunst der letzten 100 Jahre in der Galerie. Geöffnet ist die Galerie RIECK für Ihren Besuch mittwochs und freitags jeweils von 14 bis 18 Uhr sowie samstags von 12 bis 16 Uhr.

Foto: Galerie RIECK



Emil Nolde – Zwei Papageien, 1923/24



Emil Nolde – „Publikum im Cabaret“, 1911



Emil Nolde – „Tänzerin und Harlekin“, 1920

## Die 69. Jahresausstellung

Das **Nolde Museum Seebüll** widmet sich in der diesjährigen Jahresausstellung **EMIL NOLDE – „MALERMENSCH“ IN BERLIN** noch bis zum 31. Oktober

*Emil Noldes Verständnis von Stadt und Land.*

Emil Nolde (1867–1956) teilte seine Lebenszeit zwischen Stadt und Land, seinem Sommerwohnsitz im heutigen deutsch-dänischen Grenzgebiet und einer Atelierwohnung für den Winter in Berlin. In diesen beiden sehr unterschiedlichen Welten empfängt er die Anregungen für seine Kunst: einerseits in seiner abgelegenen Heimatregion und andererseits in der pulsierenden Großstadt, in der das Ehepaar Nolde die Wintermonate verbringt.

Berlin mit seinem Nachtleben, mit Tanz, Theater und Kabarett, wird dabei für Emil Nolde zur

Inspirationsquelle. Insbesondere in den Jahren 1910/11 setzt er sich bildnerisch mit der Großstadt auseinander. Max Reinhardt, Intendant des Deutschen Theaters und der Kammerspiele, überlässt Nolde Freikarten. Im dunklen Zuschauersaal malt Nolde, assistiert von Ada, mit schnellen, präzisen Pinselstrichen mit Aquarellfarben und Tusche eine Folge von weit über 300 Aquarellen und Tuschpinselzeichnungen, konzentriert auf die Ausdrucksmöglichkeiten der Figuren, ihre Bewegungen und den Tanz, ihre Gestik, ihre Gebärden. In den beschwingten

Aquarellen und in den strahlenden Ölgemälden huldigt Nolde der quirligen Großstadt.

Das Nolde Museum Seebüll präsentiert in der diesjährigen Ausstellung in über 110 Werken – 32 von diesen sind hier erstmals zu sehen – den ganzen Nolde mit seinen famosen Blumendarstellungen, bewegten Meeren und unendlichen Landschaften.

Unter [nolde-museum.de](http://nolde-museum.de) finden Sie viele weitere Informationen zu der Ausstellung, zum Nolde Museum Seebüll sowie zur Nolde Stiftung Seebüll.

Fotos: Nolde Stiftung Seebüll (3)

69. Jahresausstellung 2025

## EMIL NOLDE „MALERMENSCH“ IN BERLIN

1. März – 31. Oktober  
täglich 10 – 18 Uhr

25927 Neukirchen  
[nolde-museum.de](http://nolde-museum.de)

Nolde.

NOLDE MUSEUM  
SEEBÜLL

Emil Nolde, »Tanz II«, 1911, Gemälde, © Nolde Stiftung Seebüll



# 1945 – endlich FRIEDEN!

*80 Jahre ist es her: Am 8. Mai 1945 endete der Zweite Weltkrieg in Europa mit der bedingungslosen Kapitulation Hitler-Deutschlands. Die Welt konnte endlich wieder aufatmen. Nun ging es an den Wiederaufbau. Die Lebensart wirft einen Rückblick auf die damalige Zeit.*

VON MARION LASS



Die älteren Generationen unter uns, die die Zeit um 1945 als Kinder erlebt haben, erinnern sich meistens noch sehr genau an die Nachkriegszeit – an die Flucht und die Vertreibungen. Sie haben in dieser Zeit viel erlebt. 1945 – am Ende des Krieges und der Schreckensherrschaft der Nationalsozialisten – gab es bis zu 75 Millionen Tote zu beklagen, dazu jede Menge Zerstörung, Not und Entbehrung. Was für ein Elend! Wie erleichternd muss es gewesen sein, als ab dem 8. Mai 1945 endlich Frieden herrschte.

## 8. MAI 1945 – EIN WICHTIGER TAG

Der 8. Mai 1945 war ein wirklich bedeutender Tag für die Welt und insbesondere für die Deutschen, denn es war der Tag der Befreiung. Und ebenso wie die Befreiung durch die Siegermächte „von außen“ kam, wurde auch der wirtschaftliche Wiederaufbau und der demokratische Neubeginn Deutschlands durch die ehemaligen Kriegsgegner geleitet. Dabei war der Weg zur

Demokratie, zur Freiheit und zum heute geeinten Deutschland nicht immer einfach.

Hitlers irrsinnige Expansionspolitik hatte auf die Eroberung von „Lebensraum“ im Osten abgezielt, als er die Soldaten 1939 in den Krieg schickte. Doch bereits 1942 befand sich seine Wehrmacht im Rückzug. Als 1944 die Rote Armee der Sowjetunion von Osten vordrang, befanden sich zahlreiche Menschen auf der Flucht, die meisten aus Ostpreußen und dem östlichen Pommern. Mit den Soldaten der Sowjetunion im Nacken blieb ihnen nur die Flucht nach Westen. Doch von dort kamen schon bald die Briten und US-Amerikaner mit ihren Streitkräften. So wählten zahlreiche Menschen den Weg gen Norden nach Schleswig-Holstein.

## EINE ZEIT DER ENTBEHRUNGEN UND DER FLUCHT

Nach Kriegsende, mit dem Zusammenbruch des Deutschen Reiches, wurden es noch mehr. Zusätzlich waren die Soldaten der alliierten Besatzungskräfte im Land stationiert. Nie zuvor war Schleswig-Holstein so dicht bevölkert wie in

dieser Zeit. Obdachlosigkeit und Mangel waren allgegenwärtig. Zu der unglaublichen Zerstörung von Wohnraum in den Städten kamen die Geflüchteten und Vertriebenen aus den ehemaligen Ostgebieten. Alle waren auf der Suche nach Unterkünften. Neben den bereitgestellten Notunterkünften, wie den Nissenhütten oder Ley-Buden, war es notwendig, durch gemeindliche Wohnungsausschüsse Wohn- und Bauraum zu beschlagnahmen und Zwangseinquartierungen bei Einheimischen durchzuführen.

## GROSSE WOHNUNGSNOT

Trotz allem blieb die Wohnungsnot so groß, dass sich viele Menschen selbst um eine Bleibe kümmern mussten. In Kellern, Hütten und sogar in Erdkühlen suchten die obdachlosen Menschen Schutz vor den Witterungen. Besonders hart traf es die Geflüchteten und Vertriebenen. Erst in den 1950er-Jahren entspannte sich die Lage.



Dieses Foto ist um 1950 entstanden und zeigt einen Baurupp, der Fernmeldekabel verlegt.



Mit Pferd und Wagen und wenigen Habseligkeiten, die ihnen geblieben waren, kamen viele Geflüchtete aus dem Osten nach Schleswig-Holstein.



## NISSENHÜTTEN UND LEY-BUDEN

In der britischen Besatzungszone entstanden tausende sogenannte Nissenhütten für Ausgebombte, Geflüchtete und Vertriebene, aber auch für das Militär. Ursprünglich vom kanadischen Ingenieur Peter Norman Nissen im Ersten Weltkrieg für die Unterbringung von Soldaten entworfen, bot die einfach zu erbauende halbrunde Behausung aus Wellblech und Holz in den Nachkriegsjahren des Zweiten Weltkrieges auch zahlreichen Zivilpersonen vorübergehend Obdach. Obwohl die Nissenhütten zunächst keinen Fußboden hatten und es im Winter sehr kalt und im Sommer sehr heiß darin war, bedeutete der Aufenthalt in einer Nissenhütte für die Geflüchteten und Vertriebenen viel: das vorläufige Ende der Fluchtstrapazen, ein Aufatmen nach langer Zeit der Angst und die Hoffnung auf einen Neubeginn.

Einige wenige Nissenhütten wurden Jahre später aufwändig renoviert und werden auch heute noch bewohnt, beispielsweise in Husum. Sie wurden von ihren Besitzer\*innen liebevoll saniert und so bis zur heutigen Zeit bewohnbar gemacht. Andere können im Original in ihrer Schlichtheit besichtigt werden – beispielsweise im Tierpark Neumünster, wo eine restaurierte Nissenhütte mit zeitgenössischen Einrichtungsgegenständen versehen und der Öffentlichkeit als Museum zugänglich gemacht wurde. Auch im Freilichtmuseum am Kiekeberg in Rosen Garten sind noch eine Nissenhütte und eine Ley-Bude zu sehen. Aktuell finden dort Aktionstage und Ausstellungen statt. Mehr dazu auf den folgenden Seiten.

Beide Bauten, die Nissenhütte und die Ley-Bude, stehen sinnbildlich für die Kriegs- und

Nachkriegszeit und sind der älteren Generation noch gut in Erinnerung.

## CARE-PAKETE AUS AMERIKA

Natürlich stellte auch die Lebensmittelversorgung eine große Herausforderung dar: Im Jahr 1946 erhielten die Menschen für ihre Lebensmittelmarken nur Rationen von 1040 Kalorien – also weniger als die Hälfte der empfohlenen Nahrungsmenge für erwachsene Männer.

Die nordamerikanische Hilfsorganisation CARE ►

## NISSENHÜTTEN

Nissenhütte (engl. Nissen hut) ist die Bezeichnung für eine von dem kanadischen Ingenieur und Offizier Peter Norman Nissen im Jahr 1916 entwickelte Wellblechhütte in Fertigteilbauweise mit halbrundem Dach. Sie diente der britischen Armee im Ersten Weltkrieg als „möglichst billige, schnell zu errichtende mobile“ Unterkunft. Vier bis sechs Soldaten benötigten rund vier Stunden, um eine solche Hütte aufzubauen.



Nissenhütten dienten nach dem Krieg als Notunterkünfte und wurden später liebevoll umgebaut und als Wohnhaus genutzt – manche sogar bis heute.



Peter Nielsen Automobile in Bredstedt mit den ersten Fahrzeugen im Jahr 1951

► (Cooperative for American Remittances to Europe) koordinierte angesichts dieser Notlage Hilfsaktionen für Europa. Viele Deutsche bekamen durch CARE-Pakete von Übersee Zugang zu höherwertigen Nahrungs- und Genussmitteln.

### CHAOTISCHE ZEITEN

Es waren chaotische Zeiten, aber immerhin fielen keine Bomben mehr. Dennoch war das Leben keineswegs einfach. Sechs Jahre Krieg hatten die gesellschaftlichen Strukturen tiefgreifend verändert. Auch untereinander war man sich nicht immer einig. Die alliierten Siegermächte hatten die Gräueltaten in den Konzentrationslagern aufgedeckt und die Verfolgung der Kriegsverbrecher aufgenommen. Am 17. Juli 1945 begann die Potsdamer Konferenz. Darin berieten die USA, Großbritannien und die Sowjetunion über die Nachkriegsordnung für Deutschland und Europa. Im Fokus der Alliierten stand, Deutschland zu entnazifizieren, zu entmilitarisieren, zu demokratisieren und zu dezentralisieren.

### NÜRNBERGER PROZESSE

Im Rahmen der sogenannten Nürnberger Prozesse – sie fanden zwischen November 1945 und April 1949 statt – mussten sich die führenden Repräsentanten des NS-Staates vor dem Internationalen Militärgerichtshof und dem US-amerikanischen Militärtribunal nach Kontrollratsgesetz Nr. 10 verantworten. Niemand wollte jetzt ein Nazi sein.

Doch sie hatten stattgefunden, die Greuelthaten. Was Schleswig-Holstein betrifft, so zeugen die Konzentrationslager in Neuengamme bei Hamburg mit den Zweigstellen Schwesing bei Husum sowie Ladelund an der dänischen Grenze noch heute von den Grausamkeiten der Nazis. An den vorgenannten Orten sowie im Hamburger Raum erinnern heute viele Gedenkstätten und -steine an die grausamen Gefangenenlager.



Nach dem Krieg freute man sich über schöne Dinge wie Mode. 1951 entstand dieses Foto bei einer Modenschau in Nordfriesland.

### DER WEG IN DIE DEMOKRATIE

Die Jahre nach dem Zweiten Weltkrieg waren geprägt von Entbehrung und Wiederaufbau. Doch trotz aller Not war es der Aufbruch in eine neue Zeit – eine Zeit, in der sich Deutschland langsam, aber stetig in eine demokratische Zukunft bewegte – und damit in die Freiheit.

Wie weit es uns gelingen wird, diese zu erhalten, wird die Zukunft zeigen. Die Umstände, in denen wir uns aktuell befinden, zeigen, dass Freiheit und Demokratie nicht selbstverständlich sind. Und manchmal muss man dafür auf die Straße gehen und Flagge zeigen.

### DAS DEUTSCHE GRUNDGESETZ

... ist die Verfassung für die Bundesrepublik Deutschland. Es wurde vom Parlamentarischen Rat, dessen Mitglieder von den Landesparlamenten gewählt worden waren, am 8. Mai 1949 beschlossen und von den Alliierten genehmigt. Es setzt sich aus einer Eingangsformel, Präambel, den Grundrechten und einem organisatorischen Teil zusammen.

Quellen: [www.kiekeberg-museum.de](http://www.kiekeberg-museum.de), [www.museum-friedland.de](http://www.museum-friedland.de), [www.geschichte-s-h.de/sh-von-a-bis-z/f/fluechtlinge](http://www.geschichte-s-h.de/sh-von-a-bis-z/f/fluechtlinge), [www.tierparkmuseumster.de](http://www.tierparkmuseumster.de), Wikipedia, [www.bmz.de/de/service/lexikon/allgemeine-erklarung-der-menschenrechte-60138](http://www.bmz.de/de/service/lexikon/allgemeine-erklarung-der-menschenrechte-60138)

Feinkostgeschäft Steensen in Bredstedt – ebenfalls 1950



Marie Hein im Wäschegeschäft ihres Mannes. Das Foto entstand 1950 in Bredstedt.



**NO  
WAR**

**Eine Erde.**

**Ein Klima.**

**Eine Menschheit.**



**GREENPEACE**

[act.greenpeace.de/friedensmanifest](https://act.greenpeace.de/friedensmanifest)

Darstellerinnen der „Gelebten Geschichte 1945“ zeigen das Leben in/an der Nissenhütte im Freilichtmuseum am Kiekeberg.



# 1945 - SOMMER im FRIEDEN

MEHR ZU DEN AUSSTELLUNGEN UND AKTIONSTAGEN:  
[WWW.KIEKEBERG-MUSEUM.DE](http://WWW.KIEKEBERG-MUSEUM.DE)

*Am 8. Mai 1945 endete der Zweite Weltkrieg. Was war das für eine Zeit? Im Rahmen der Veranstaltung „1945. Der erste Sommer im Frieden“ stellt das Freilichtmuseum am Kiekeberg das Jahr 1945 und den Alltag der Bevölkerung nach.*

80 Jahre liegt das Kriegsende nun zurück. Wie hat sich die damalige Zeit angefühlt? Im Freilichtmuseum am Kiekeberg können Besucher\*innen erleben, wie die Menschen nach 1945 mit Improvisationen ihren Alltag bestritten. Sie lebten in einer provisorischen Nissenhütte, kochten auf einer einfachen Kochhexe und ernteten Lebensmittel aus dem eigenen Nutzgarten oder dem Wald. Vom 30. Mai bis zum 1. Juni findet auf dem Gelände des Freilichtmuseums am Kiekeberg in Rosengarten die Veranstaltung „1945. Der erste Sommer im Frieden“ statt. Etwa 60 Darsteller\*innen stellen die Szenerie von vor 80 Jahren nach. Gezeigt werden das Ankommen von Geflüchteten sowie ▶

Museumsdirektor Stefan Zimmermann im Eingangsbereich der Ley-Bude, die aus dem Wald der Lindhorster Heide stammt.





Vom 30. Mai bis zum 1. Juni zeigen Darsteller\*innen auf dem Museumsgelände, wie britische Besatzungsgruppen 1945 halfen, den Alltag zu regeln.

- ▶ die Bemühungen der britischen Besatzungsbehörden, den Alltag und seine Herausforderungen für die Bevölkerung kurz nach Kriegsende zu organisieren.

## BEHELFSHEIME FÜR AUSGEBOMBTE

Im Rahmen dieser Aktivitäten wird auch eine sogenannte Ley-Bude eröffnet. Sie wurde 2022 als eines der letzten erhaltenen Behelfsheime der Region aus dem Wald der Lindhorster Heide, Gemeinde Seevetal, ins Museum gebracht und restauriert. In dieser Ley-Bude entstand die Dauerausstellung „Harburg unterm Hakenkreuz. Ein Landkreis von 1933 bis 1945“. Sie zeigt den Alltag der Bevölkerung während der Zeit der nationalsozialistischen Diktatur und des Zweiten Weltkriegs.

Eine Ley-Bude war ein typisches Behelfsheim, das zwischen 1943 und 1945 vor allem für ausgebombte und evakuierte Familien aus Städten wie Hamburg gebaut wurde. Mit nur 20 Quadratmetern bot sie Platz für bis zu sechs Personen – ohne Bad und mit minimaler Ausstattung. Ihr abschätziger Rufname als Ley-Bude geht auf Robert Ley zurück, den nationalsozialistischen Reichswohnungskommissar.

## FOTOGRAFIE DOKUMENTIEREN DEN WANDEL

Eine Ausstellung der Hamburger Fotografen Enver Hirsch und Philipp Meuser zeigt zudem, wie die Ley-Buden in der Nachkriegszeit sowohl baulich als auch gestalterisch verändert wurden und sich in die Wohnlandschaft einfügten. Viele dienten später als Wochenend- und Gartenhäuschen, wurden als Hühnerställe genutzt oder zu dauerhaften Wohnungen umgebaut. Die Fotoausstellung ist bis zum 6. Juli im Hauptgebäude des Museums zu sehen. Das bebilderte Buch „Behelfsheim“ von Hirsch und Meuser ist für 35 Euro im Museumsladen sowie im Buchhandel erhältlich.

## INFORMATIONEN ZUM MUSEUM

Nähere Informationen gibt es unter [www.kiekeberg-museum.de](http://www.kiekeberg-museum.de). Geöffnet ist Samstag und Sonntag von 10 bis 18 Uhr und Dienstag bis Freitag von 9 bis 17 Uhr. Der Museumseintritt beträgt 11 Euro für Erwachsene, für Personen unter 18 Jahren ist er frei.

Fotos: FLMK / Enver Hirsch / Philipp Meuser

## DIE GRÖSSTEN PFEIFEN, VON UNS GERETTET.

Instrumenti des Jahres 2021  
Gänge



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](http://www.denkmalschutz.de)



DEUTSCHE STIFTUNG DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.



## NIE WIEDER IST JETZT! „ARBEITSERZIEHUNGS-LAGER NORDMARK“ ERINNERN AN DIE OPFER – 80 JAHRE KRIEGSENDE

VERANSTALTUNGEN VOM 04.-08. MAI  
AM UND UM DEN GEDENKORT



<b>MAI 04.</b> 15.00 UHR <b>GEDENKEN AN DIE OPFER DES „ARBEITS-ERZIEHUNGS-LAGERS“</b> Lesung aus dem Buch „Erziehung ins Massengrab“ Ort: Gedenkort „Arbeitserziehungslager Nordmark“	<b>MAI 04.</b> 15.30 UHR <b>LAGERUNGSGANG „ZWISCHEN DEN GEDENKSTEINEN“</b> Erläuterungen zum „AEL/KZ“ mit Dr. Ulrich Erdmann Ort: Gedenkort „Arbeitserziehungslager Nordmark“	<b>MAI 04.-08.</b> 09.00 - 18.00 UHR <b>INSTALLATION „DEMOKRATIE SCHUTZEN“</b> Omas gegen Rechts vor Ort: 05.05. - 07.05.25 16.00 - 18.00 UHR Ort: Claus-Harms-Gemeinde Rendsburger Landstraße 389
<b>MAI 05.</b> 16.00 UHR <b>DOKUMENTATION „WIEDERSEHEN NACH 42 JAHREN“ (EINTRITT FREI)</b> Ehemalige Häftlinge besuchen das „Arbeitserziehungslager Nordmark“ Ort: Studio Filmtheater Wilhelminenstraße 10	<b>MAI 06.</b> 15.00 UHR <b>SINGEN VON FRIEDENSLEBENDEN</b> Michaelis Kirchengemeinde und Claus-Harms-Gemeinde Ort: Gedenkort „Arbeitserziehungslager Nordmark“	<b>MAI 06.</b> 20.00 UHR <b>DOKUMENTATION „WIEDERSEHEN NACH 42 JAHREN“ (EINTRITT FREI)</b> Ehemalige Häftlinge besuchen das „Arbeitserziehungslager Nordmark“ Ort: Sportgaststätte Rüsse, Rendsburger Landstraße 251
<b>MAI 07.</b> 19.00 UHR <b>ERINNERN, VERSTEHEN. GESTALTEN.</b> Gedenkveranstaltung zum 80. Jahrestag der Befreiung des „AEL“ Nordmark Zentrum zur Geschichte Kiels im 20. Jahrhundert Ort: Patssaal, Fliehhörn 9	<b>MAI 07.</b> 20.00 UHR <b>WARUM SICH UNSERE DEMOKRATIE STÄRKER ZUR WEHR SETZEN MUSS!</b> Referat vom Autor Dr. Wolfgang Kraushaar, Moderation: Franziska Hense, GEW Ort: Sportgaststätte Rüsse, Rendsburger Landstraße 251	<b>MAI 08.</b> 17.15 UHR <b>SCHILD PUTZEN MIT 576 ADIFRASSIGNETTIN BETHINA ALST UND OBERBÜRGERMEISTER Ulf KAMPER</b> Ort: Rendsburger Landstraße Bushaltestelle Gedenkort am Rüsse
<b>MAI 08.</b> 17.45 UHR <b>RADTOUR ZUM „ARBEITSERZIEHUNGS-LAGER NORDMARK“</b> Runder Tisch gegen Rassismus und Faschismus Kiel Ort: „Umsteiger“, Sophienplatz Hauptbahnhof	<b>MAI 08.</b> 17.45 - 18.30 UHR <b>GEMEINSAMES GEDENKEN „NIE WIEDER FASCHISMUS - NIE WIEDER KRIEG“</b> mit dem Runden Tisch gegen Rassismus und Faschismus Kiel Ort: Gedenkort „Arbeitserziehungslager Nordmark“	<b>MAI 08.</b> 18.30 UHR <b>MENSCHENKETTE GEGEN DAS VERGESSEN</b> Ort: Bushaltestelle Gedenkort am Rüsse Rendsburger Landstraße 251



Gabriele Jacobs vor ihrem besonderen Zuhause. Nissenhütten stammen aus der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg.

Die Lebensart zu Besuch bei Gabriele Jacobs in Husum

# Sind Nissenhütten INNEN RUND?

*Haben Sie sich auch schon mal gefragt, wie es sich wohl in einer sogenannten Nissenhütte wohnt und ob die Wände innen rund sind? Im Rahmen des 80-jährigen Friedens, den wir am 8. Mai feiern dürfen, ist die Lebensart diesen Fragen nachgegangen.*

VON MARION LASS

„Gerne, kommen Sie rein!“ sagt Gabriele Jacobs und deutet mit ausgestreckter Hand ins Haus. „Das interessiert viele Menschen“, sagt sie zwin-  
kernd und zeigt mir, was ich sehen möchte: ihr Zuhause von innen, denn die 65-Jährige gehört zu den wenigen Menschen, die in einer sogenannten Nissenhütte wohnen. Ich bin froh, dass sie mich so spontan reinlässt, und bin begeistert: So gemütlich hat sie das Haus eingerichtet. Und ja, darauf legt sie großen Wert: Es ist ein Haus, keine Hütte!

## EIN HAUS, KEINE HÜTTE

Seit 1982 bewohnt Gabriele Jacobs das Haus, seit einiger Zeit allein, denn ihr Mann ist verstorben. „Mein Mann hat das Haus damals von seinem Patenonkel geerbt und wollte es unbedingt behalten“, beantwortet sie eine meiner vielen Fragen. „Wenn es nach mir gegangen wäre, hätten wir die Nissenhütte abgerissen und neu gebaut, denn das Grundstück ist ja toll“, erinnert sie sich. Damals stand darauf nur die Nissenhütte, die mit Innenmaßen von vier mal acht Metern

doch recht überschaubar ist. Und jetzt wissen wir es auch: Sie ist von innen nicht rund, nur leicht abgeschrägt! Dennoch: Auch schon in den 1980er-Jahren war das Gebäude für eine Familie mit zwei Kindern recht beengt.

## ES IST ETWAS BESONDERES

Doch ihr Mann Peter blieb beharrlich. Ihm war die Nissenhütte zwar auch zu klein und nicht gut genug isoliert, aber handwerklich begabt wie er war, wollte er das neue Zuhause für sich und

„Wenn es nach mir  
gegangen wäre,  
hätten wir die  
Nissenhütte  
abgerissen.“

GABRIELE JACOBS



Die Nissenhütte umfasst heute Wohnzimmer, Esszimmer und eine Küche mit kleinem Flur.

seine Familie wohnlich machen. Und das ist ihm auch gelungen.

Nach und nach bauten die Eheleute Jacobs die Nissenhütte mit allen Annehmlichkeiten aus, die ein Haus zu bieten hat, und schufen neuen Wohnraum durch einen Anbau. Im ursprünglichen Rundbau befinden sich seitdem eine Stube und ein Esszimmer sowie ein Flur und eine kleine Küche. Das Bad und zwei Schlafzimmer wurden im neuen Anbau untergebracht. Hinzu kamen noch eine Garage und ein Wirtschaftsraum. „So konnten wir bequem mit unseren zwei Töchtern hier leben. Es war – und ist – schon etwas Besonderes“, sagt die Seniorin heute und ist im Reinen mit der Entscheidung ihres Mannes, die Nissenhütte zu behalten. Sie weiß aber auch von den Generationen vor ihr, dass diese derartigen Luxus nicht gekannt haben. „In der Nachbarschaft haben sie zum Teil

mit acht Kindern in einer Nissenhütte gelebt. Vier Menschen haben sich ein Bett geteilt. Das war damals oft so“, weiß Gabriele Jacobs aus Erzählungen.

### EIN DACH ÜBER DEM KOPF

Gabi – wir sind inzwischen beim Du – hat mir freundlicherweise einen Kaffee gereicht. Ich schaue mich um, finde die neu eingebaute weiße Küche superchic und betrachte den Raum mit seinen rund zehn Quadratmetern. Wirklich überschaubar, zugleich aber so gemütlich, dass man gerne bleibt. Und während meine Gastgeberin im Schrank nach alten Fotos sucht, überlege ich, wie sich das Leben hier wohl abgespielt haben mag – vor 80 Jahren. Damals nach dem Krieg. Ohne die gute Isolierung, nur mit Ofen. Aber immerhin: ein Dach über dem Kopf. „Gebadet wurde damals draußen in einer alten

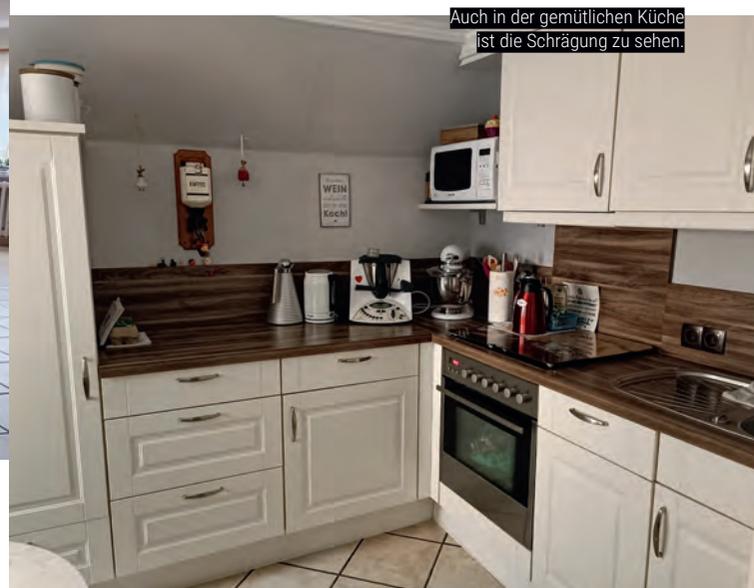
Zinkwanne. Die stand noch da, als wir das Haus übernahmen“, ruft mir Gabi über die Schulter zu. Ja, es muss wirklich eng gewesen sein. Aber wer sein Zuhause verloren hatte, war sicher froh, einen Moment zur Ruhe kommen zu dürfen und Schutz vor Wind und Regen zu haben.

### WIR DURFTEN WACHSEN!

Auf meinem Heimweg schaue ich mich um. Ich komme an alten Häusern vorbei – viele aus den 1950er- bis 1970er-Jahren, die meisten von ihnen liebevoll modernisiert. Auch ein paar Neubauten tauchen auf – groß und auf dem neuesten Stand der Technik. Und mir wird dankbar bewusst, was die vergangenen 80 Jahre in Frieden mit unserer Gesellschaft gemacht haben: Wir durften uns entwickeln, wir durften wachsen!



Einladend hell sind die Räume in Gabriele Jacobs' Nissenhütte. Eindeutig zu sehen: Rund ist es nicht, nur oben leicht abgeschrägt.



Auch in der gemütlichen Küche ist die Schrägung zu sehen.

A photograph of a garden scene. In the foreground, a wooden deck is visible. A large white patio umbrella stands on the deck. In the background, there is a stone well with a blue hand pump. The garden is filled with various plants, including red flowers and green foliage. The scene is set in a lush, green environment with trees in the background.

# AB IN DEN FRÜHLINGSMODUS **TERRASSE** UND GARTEN 2.0

*Jetzt verlagert sich das Leben wieder nach draußen – höchste Zeit, die Terrasse als erweitertes Wohnzimmer fit für den Frühling zu machen! Nach den kalten Monaten braucht sie ein gründliches Makeover: Alte Blätter und Schmutz müssen entfernt sowie Möbel gereinigt und aufgepeppt werden. Hier und da vielleicht neue Pflanzen und frische Dekorationen integrieren – so entsteht eine einladende Wohlfühloase für die schönste Zeit des Jahres!*

# NIE WIEDER SCHRUBBEN

Wer zu den Hausbesitzer\*innen gehört, die Jahr für Jahr mit dem Hochdruckreiniger über ihre Pflastersteine düsen, sollte aufhorchen. „Wussten Sie, dass Sie die Steine damit schädigen?“, fragt Jacob Enggaard von **360 Home Service** und bietet professionelle Hilfe an.



Jacob Enggaard hat langjährige Erfahrung mit dem Reinigen im Außenbereich.

„Klar, kurzzeitig sieht alles relativ sauber aus – doch mit jeder Wiederholung dieses Reinigungsprozesses nutzen die Steine weiter ab und werden immer anfälliger für Schmutz und Algenbefall. Das Ergebnis? Nach wenigen Monaten darf man wieder schrubben und es wird immer schlimmer“, weiß Jacob Enggaard vom 360 Home Service in Flensburg.

## REINIGEN UND IMPRÄGNIEREN

„Probieren Sie unsere Langzeitlösung“, lädt er ein, ein erprobtes Reinigungssystem kennenzulernen. „Mit unserem 3-Schritte-System

reinigen und schützen wir die Pflastersteine für 15 Jahre – und zwar garantiert. Es gibt eine Tiefenreinigung, die wirklich alles entfernt, danach eine Spezialbehandlung, die den Algen den Garaus macht und abschließend eine hochwertige Imprägnierung, die für langfristigen Schutz sorgt – kombiniert mit einer jährlichen Wartung, um das Ergebnis für 15 Jahre zu erhalten“, erklärt Jacob Enggaard.

Er hat beim väterlichen Unternehmen in Dänemark 16 Jahre Erfahrungen sammeln können.

„Einige Unternehmen versprechen drei bis vier Jahre, wir bieten eine Langzeitlösung

an – inklusive eines Garantiezertifikats, das die Kunden nach der Behandlung erhalten“, so Jacob Enggaard, der auch kostenlose Probebehandlungen vor Ort anbietet.

## AUCH DÄCHER, FASSADEN, FENSTER UND MEHR

Wer Fassaden, Mauern, Dächer oder Holzterrassen gereinigt haben möchte, ist bei 360 Home Service ebenfalls richtig. Sogar Fensterreinigung gehört zum Angebot – eben ein 360 Grad Rundum-Service für ganz Schleswig-Holstein und Hamburg.

Fotos: 360 Home Service

🚗 Keine Anfahrtskosten
📅 Langzeitgarantien
✓ Kostenlose Vor-Ort-Beratung






- ✓ Tiefenreinigung mit Spezialseife
- ✓ Schutzbehandlung gegen Algenwachstum
- ✓ Wasserbasierte Imprägnierung
- ✦ Garantie gegen tiefsitzende Algen und Flechten

# 15 €/m<sup>2</sup>

# 15 Jahre Garantie



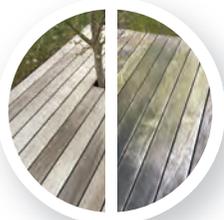
Fensterreinigung



Dachreinigung



Fassadenreinigung



Holzterrassenreinigung



📍 Harniskai 22,  
24937 Flensburg,  
Deutschland

☎ 0151 150 36002  
✉ info@360homeservice.de  
🌐 www.360homeservice.de



5 Sterne Bewertungen





Neue  
 Küchenideen  
 finden Sie  
 bei uns



HAUS, HOF & GARTEN

MUST HAVES  
**FÜR DIE KÜCHE**

*Stylisch & praktisch: Diese Utensilien sorgen für unbegrenztes Kochvergnügen*

**VITAMINREICH KOCHEN**

Mit dem DUO VITAL Rechteckbräter inkl. Dünsteinsatz aus Carbon und mit Glasdeckel mit Aromaknopf von der Firma ELO ist alles möglich: Braten, Schmoren, Dünsten und Garen. Durch den Glasdeckel lässt sich der Garzustand jederzeit überprüfen und über den Aromaknopf kann man spielend Flüssigkeiten hinzufügen – für den perfekten, saftigen Braten. Gemüse und Co. bleiben im Dünsteinsatz besonders vitaminreich. Maße: 40 x 26 cm, Höhe 11 cm, Füllmenge: 7 Liter Bräter, 5,7 Liter Dünsteinsatz.  
[www.elo.de](http://www.elo.de)



**FÜR SCHARFE SACHEN**

Der Messerblock 900 Skewers von SIDE by SIDE – ausgezeichnet mit dem FORM design award – wurde handgefertigt. Die Spieße sind aus Holz, die Grundplatte aus Kunststoff und die Federn aus rostfreiem Stahl.  
[www.thedesigngiftshop.com](http://www.thedesigngiftshop.com)

**HOCHPROZENTIG ERLEUCHTET**

Die Korky Flaschenleuchte von Sompex verwandelt leere oder volle Flaschen in stilvolle Lichtquellen und schafft eine warme Atmosphäre – ideal für Dinner, entspannte Abende auf der Terrasse oder besondere Anlässe. Auswahl zwischen warmweißem und neutralweißem Licht mit kabelloser Akkufunktion. [www.sompex.de](http://www.sompex.de)



**SPRITZGEBÄCK LEICHT GEMACHT**

Backfans aufgepasst! Mit der Küchenspritze LE TUBE von De Buyer lassen sich 13 verschiedene Formen ganz einfach herstellen – Teig einfüllen, die passende Edelstahlscheibe wählen und los geht's!  
[www.debuyer.com/de](http://www.debuyer.com/de)





# LIFT ME UP, SCOTTI!

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

Ein privater Aufzug  
in den eigenen vier  
Wänden steigert  
Wohnkomfort und Le-  
bensqualität – und den  
Wert der Immobilie.

**M**it 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 zu einem echten Hindernis werden kann.

## GUTE ALTERNATIVE

Um auch im Alter weiterhin mobil in den eigenen vier Wänden zu sein, denken viele sofort an einen Treppenlift oder an einen kostspieligen Aufzug. Der Homelift von Lifton ist eine clevere Alternative und lässt sich auch nachträglich ins Haus einbauen – und das viel einfacher als gedacht.

## EINFACHE MONTAGE

Ein Lifton-Profi prüft vorab die technische Machbarkeit und plant diese gemeinsam mit

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. Ist die Installation abgeschlossen, erhält der/die Kund\*in von Lifton eine Einweisung in die Bedienung und die Funktionen des Homelifts – und schon kann es losgehen!

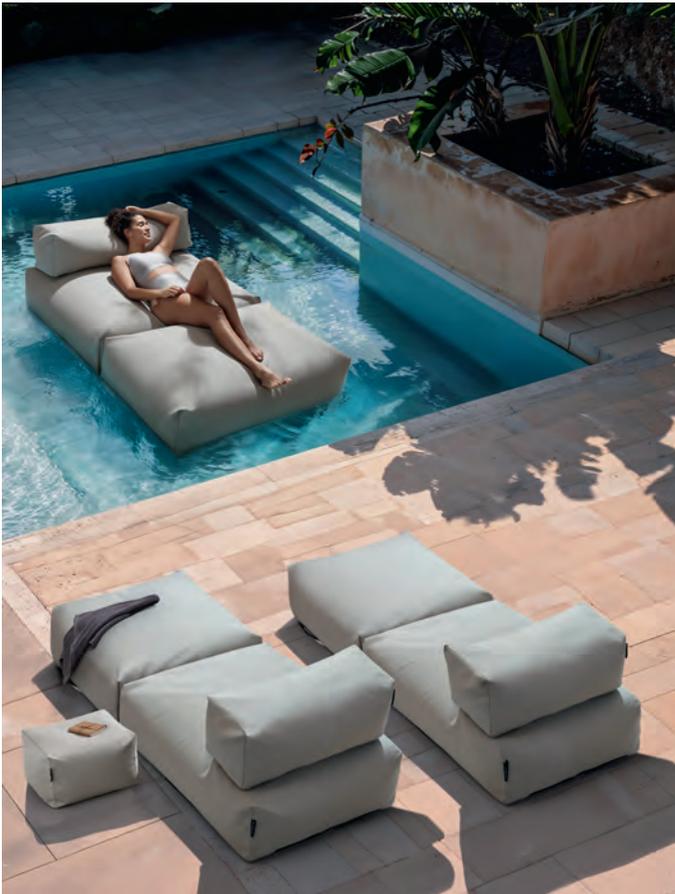
## PLATZSPAREND

Ein Lifton Homelift ist äußerst 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. Und die Kosten? Sie liegen weit unter dem Preis eines Aufzugs und können durch Fördermaßnahmen von KfW, Pflegekasse

und Co. deutlich gesenkt werden. Aktuell gibt es zum Beispiel einen KfW-Zuschuss von 2500 Euro! Mehr unter [www.lifton.de](http://www.lifton.de). (epr)



Nach 48 Stunden ist die Installation in der Regel abgeschlossen und der private Aufzug kann genutzt werden.



## SCHWEBENDE Entspannung

Mit dem neuen POOLSOFA SINGLE bringt BADESOFA® zur warmen Jahreszeit ein echtes Highlight auf den Markt.

Der stylische Floating Lounger für eine Person vereint luxuriöses Design mit durchdachter Funktionalität – und sorgt für entspannte Stunden auf der Terrasse oder für schwerelose Momente im Pool.

### FORMSTABILE POLSTER

Die kleine Schwester des POOLSOFA DOUBLE punktet mit formstabilen Polstern, schnelltrocknendem Material und einer innovativen Magic Dry-Funktion. Ob Chlor- oder Salzwasser, Sonne oder Schatten – das POOLSOFA SINGLE bleibt widerstandsfähig, UV-beständig und pflegeleicht. Dank praktischer Gurte lässt es sich nach der Saison kompakt verstauen.

### HOCKER ODER BEISTELLTISCH

Neu dazu: zwei stylische Poufs, die wahlweise als Hocker oder schwimmender Beistelltisch genutzt werden können. Erhältlich in zwei Größen und nordisch-dezenten Farben, ergänzen sie das Lounger-Konzept perfekt – oder setzen als Einzelstücke lässige Akzente im Outdoor-Bereich.

### DESIGN MIT AUSZEICHNUNG

BADESOFA® wurde 2025 mit dem renommierten Red Dot Award prämiert und unterstreicht damit einmal mehr den Anspruch auf Stil, Qualität und Innovation.



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

Husum: 04841 / 66 86 32

Schleswig: 04621 / 3 96 93 91

info@friedrichsen-husum.de Flensburg: 0461 / 49 28 99 79

[www.friedrichsen-husum.de](http://www.friedrichsen-husum.de)

Fahrzeugsattlerei

Jekat



Inhaber Thomas Samuelson

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

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

[www.fahrzeugsattlerei-jekat.de](http://www.fahrzeugsattlerei-jekat.de)

Quelle: Sedus.

**BAHN**  
Unternehmensgruppe

Mehr Raum für Ihren Erfolg.  
Dienstleistungen für effiziente  
und kreative Arbeitswelten.

Experten für individuelle Arbeitswelten  
**wir sind raum**

Flensburg · Hamburg · Heide · Kiel · Rendsburg

# Frühlings- erwachen

*Ein letzter, mächtiger Eishauch  
liegt auf den Feldern.  
Klarweißes Sonnenlicht  
bahnt sich unaufhaltsam seinen Weg  
über den stillen Auen  
und den dunklen Wäldern.*

*Und ich spüre ein Erwachen —  
ein ausgedehntes Räkeln in den Dingen.  
Die Welt streift ab  
das blaue Kleid des Winters  
und schüttelt sich  
und streckt sich  
und breitet ihre Schwingen.*

*Gewaltig bricht das Leben  
nach langem, dumpfen Schlummer  
aus dem Boden in das Licht,  
verweht die Trübsal und den Kummer;  
bedeckt mit violetterm Schein  
was liegen blieb, ganz still und leis,  
und schenkt ein weiteres Mal dir ein,  
auf dass du deine Scherben klebst,  
und wieder atmest;  
wieder lebst.*

**GUNNAR  
BERNDT**

... ist Baujahr 1973 und gehört zum Lehrerteam der Gemeinschaftsschule Mildstedt. Er ist seit vielen Jahren künstlerisch unterwegs – nicht nur im Bereich Lyrik. Er ist Autor und Zeichner zugleich und hat schon einige Publikationen veröffentlicht. Berndt liebt es, still zu beobachten, Geschichten zu spinnen und in Bildern zu denken. Außerdem ist der absolute Familienmensch fasziniert von den 20er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts. Zusammen mit Musikerfreunden veranstaltet Gunnar Berndt auch gerne Lesungen mit Musik. Mehr über den nordfriesischen Künstler auf [www.gunnar-berndt.jimdofree.com](http://www.gunnar-berndt.jimdofree.com).

## KÜNSTLER\*INNEN AUFGEPASST!

Sie schreiben Gedichte und möchten diese gerne einmal veröffentlichen? Dann aufgepasst! Senden Sie Ihr bestes – kurzes – Werk mit einer kleinen Vita und Ihrem Porträtfoto an [m.lass@falkemedia.de](mailto:m.lass@falkemedia.de). Vielleicht sind Sie beim nächsten Mal in der Lebensart Westküste vertreten? Wir freuen uns!



## IMPRESSUM

### Lebensart im Norden

erscheint kostenlos am Monatsanfang.  
[www.lebensart-sh.de](http://www.lebensart-sh.de), [www.verlagskontor-sh.de](http://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](mailto:b.haben@falkemedia.de), Tel.: 0431 / 200 766 61

**Chefredaktion:**  
Hanna Wendler, [redaktion@verlagskontor-sh.de](mailto:redaktion@verlagskontor-sh.de), Tel.: 0431 / 200 766 508

**Redaktion:**  
Dr. Heiko Buhr, Ramona Dabringer, Birgit Jürs, Marion Laß,  
Mareike Neumann, Malin Schmidt, Maya Schukies, Sebastian Schulzen, Isabelle Sester,  
Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow

**Grafik:**  
Sandra Huege, Zlatan Rasidovic, Nicolas Rexin, Sonja Woldt

**Anzeigen- und Titelgestaltung:**  
Nicolas Rexin, [nicolas.rexin@verlagskontor-sh.de](mailto:nicolas.rexin@verlagskontor-sh.de), Tel.: 0176 / 638 678 14

**Fotos:**  
Adobe Stock, Pexels, Unsplash

**Anzeigen**  
[anzeigen@verlagskontor-sh.de](mailto:anzeigen@verlagskontor-sh.de)

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

**Verkaufsleitung:**  
Stephan Reußner  
[s.reussner@falkemedia.de](mailto:s.reussner@falkemedia.de)  
Tel.: 0431 / 200 766 62

Frank Barghan:  
[f.barghan@verlagskontor-sh.de](mailto:f.barghan@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 0171 / 412 43 89

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

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

Martina Baumann:  
[martina.baumann@verlagskontor-sh.de](mailto:martina.baumann@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 040 / 83 0198 00

Stefan Gruber:  
[stefan.gruber@verlagskontor-sh.de](mailto:stefan.gruber@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 0160 / 830 45 71

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

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

Martina Baumann:  
[martina.baumann@verlagskontor-sh.de](mailto:martina.baumann@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 040 / 83 01 98 00

Frank Barghan:  
[f.barghan@verlagskontor-sh.de](mailto:f.barghan@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 0171 / 412 43 89

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

**Westküste (20.000 Ex.):**  
Renate Wietzke:  
[renate.wietzke@verlagskontor-sh.de](mailto:renate.wietzke@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 0431 / 200 766 512

Birgit Ziemann:  
[birgit.ziemann@verlagskontor-sh.de](mailto:birgit.ziemann@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 04106 / 62 64 75

Oliver Schmuck:  
[oliver.schmuck@verlagskontor-sh.de](mailto:oliver.schmuck@verlagskontor-sh.de)  
Tel.: 0461 / 840 84 74

### 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.

# COMEDIAN HARMONISTS IN CONCERT

IN DER BAR ZUM KROKODIL



Fotos © Felix Steinhardt

01  
AUG  
2025

KRUSEN  
KOPPEL  
KIEL

moca 2gether  
management pr booking

TICKETS AN ALLEN BEKANNTEN VVK-STELLEN  
SOWIE UNTER EVENTIM.DE

# Die Fantastischen Vier



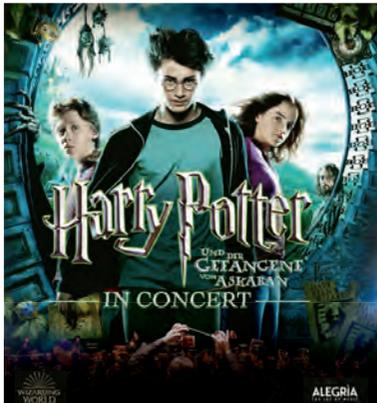
**15.6. Kiel**

»Long Player«

€ 69,-



# Harry Potter und der Gefangene von Askaban™ in Concert



**1. & 2.8. Neumünster**

Schleswig-Holstein Festival Orchestra

Ludwik Wicki, Dirigent

€ 29,- bis 79,-

WIZARDING WORLD and all related trademarks, characters, names, and indicia are © & TM Warner Bros. Entertainment Inc. Publishing Rights © JKR.

# Anne-Sophie Mutter



**27.8. Neumünster**

Anne-Sophie Mutter, Violine

Royal Philharmonic Orchestra

Vasily Petrenko, Dirigent

€ 39,- bis 124,-

Infos & Karten: Tel. 0431-23 70 70 [www.shmf.de](http://www.shmf.de)

Sparkassen-Finanzgruppe



Orchesterpartner

Mobilitätspartner

Medienpartner