

lebensart

HAMBURG WEST / ELBVORORTE / PINNEBERG / ITZEHÖE

APRIL 2026 • KOSTENLOS

Endlich Urlaub

REISEFIEBER IM NORDEN

Frühlingsauftakt

DIE GARTENSAISON BEGINNT



Ausstellung im Landhaus

GARTENMÖBEL • LOUNGEMÖBEL
SONNENSCHIRME

Osdorfer Landstr. 253, 22589 Hamburg
Tel. 040 / 800 10 227
www.gartenmoebel-hamburg-shop.de



FAHRRÄDER FÜR DIE GANZE FAMILIE!

E-BIKES • ZUBEHÖR • BEKLEIDUNG • SERVICE • WERKSTATT



FAHRRAD
KAINA
ITZEHÖE

FAHRRAD KAINA GMBH & CO. KG

Helenenstr. 1b | 25524 Itzehoe

Tel.: 04821 / 5991 | www.fahrrad-kaina.de



Liebe Leserin, lieber Leser,

ist Ihnen schon mal aufgefallen, wie sehr sich die Blütezeit innerhalb von Schleswig-Holstein und Hamburg unterscheidet? Unsere Kollegin Kathrin Mandel hat Mitte März schon von der Kirschblüte in Hamburg erzählt und die Eltern von Geschäftsführerin Gesa Schimmer waren überrascht, wie weit der Frühling auf dem Kieler Westufer bereits fortgeschritten ist. Was fällt Ihnen auf, wenn Sie durch den Norden reisen? Natürlich abgesehen davon, dass es überall wunderschöne Ecken gibt.

URLAUB IM NORDEN

Apropos schöne Ecken: In unserem Titelthema reisen wir durch die schönsten Hotspots im Norden. Isabelle Sester und Maya Schukies, die sich liebevoll um den Instagramkanal @fehmarneeling kümmern, stellen ihre Lieblingsinsel vor. Mit Hofcafés, Fahrradtouren oder einem Sundowner lassen sich 48 Stunden Inselglück mit Leichtigkeit genießen. Wer mit anpacken möchte, ergattert vielleicht noch einen der beliebten Plätze, um die Seegraswiesen vor Fehmarn zu renaturieren. Schöne Ecken für Familien stellen wir Ihnen in der Rubrik Happy Family vor. Die tierisch tollen Ausflüge lohnen sich sowohl bei Sonne als auch bei Schietwetter.

ENDLICH RAUS IN DEN GARTEN

Für Ihre persönliche schöne Ecke zu Hause hat Redakteurin Marion Laß einige Tipps parat. Egal, ob Terrasse, Garten oder direkt ins Blumenbeet – jetzt geht es nach draußen! Im Anschluss stellen wir Ihnen ein besonderes Wohnprojekt in Rieseby vor. Alle haben ihre eigene Wohnung und leben doch gemeinsam – so stellt sich Martina Hornburg ihr neues, lebendiges Umfeld vor und sucht noch Mitbewohner*innen. Vielleicht ist der Start in einer neuen Wohnumgebung genau das Richtige für Ihren Frühlingsanfang. In diesem Sinne: Genießen Sie den Frühling, die warme Sonne und die frische Brise.

Herzlichst, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen trendige Gartenmöbel von **Haus & Garten Ambiente** in Hamburg.

Titel: © Haus & Garten Ambiente

ALTES STAHLWERK

NEUMÜNSTER



AM
10. MAI IST
MUTTERTAG



MUTTERTAG IM ALTEN STAHLWERK – ZEIT, DANKE ZU SAGEN

Überraschen Sie Ihre Mama mit einem besonderen Genussmoment. Bei unserem Muttertags-Lunchbuffet erwarten Sie frische Frühlingssalate, feine Desserts sowie Kaffee- und Teespezialitäten – perfekt für gemeinsame, genussvolle Stunden.

Freuen Sie sich auf eine vielfältige Auswahl an frischen Salaten, Frühlingsgemüse wie Spargel, Edelfisch-Variationen, zartem Roastbeef und vegetarischen Köstlichkeiten. Ab 12 Uhr begrüßen wir Sie mit einem Glas Stahlwerk-Sekt. In festlicher Atmosphäre und an liebevoll gedeckten Tischen genießen Sie einen entspannten Muttertag voller kulinarischer Highlights.

Inklusive:

- 1 Glas Chardonnay-Sekt zur Begrüßung
- Teilnahme am großen 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

APRIL 2026

COVER | Haus & Garten Ambiente

UNTERWEGS & UP-TO-DATE

Trends und News im April 2026..... 6
 Kleine Auszeiten: Das ist los im April 2026..... 10

REISEFIEBER IM NORDEN

Wochenendtour auf die Sonneninsel:
 Fehmarn in 48 Stunden..... 16
 Kolumne vom GEOMAR:
 Mehr Seegras für Fehmarn..... 26

UNTERWEGS IN UETERSEN

Mehr als nur Rosen 26



16

Wochenendtour auf die Sonneninsel:
 Fehmarn in 48 Stunden



38

Junges Gemüse

HAPPY FAMILY

Sprachzauber im Bilderbuch:
 Interview mit Logopädin Cathrin Fehring..... 34
 Tierisch tolle Familienausflüge 36

SO SCHMECKT DER NORDEN

Junges Gemüse..... 38

MODE & BEAUTY

Light layers, heavy style..... 44
 Von Kiel zur Pariser Fashion Week:
 Interview mit Maßschneiderin Christina Schröder ... 48

GESUND & FIT BIS INS ALTER

Der Rücken fängt bei den Füßen an 50

HAUS, HOF & GARTEN

Endlich wieder ins Grüne: Start ins Gartenjahr 54
 Solena – Diese Lounge zeigt Eleganz mit Seele 56
 Gemeinschaft sucht:
 Raum für neue Lebensentwürfe 62

BERUF & KARRIERE

Berufe im Fokus..... 66



44

Light layers, heavy style

KUNST & KULTUR

Ausstellungen im April..... 68
 Veranstaltungshighlights..... 72

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial..... 3
 Impressum 82
 Vorschau Mai 82



34

Sprachzauber im Bilderbuch:
 Interview mit Logopädin Cathrin Fehring

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag



UNSERE ORTHESEN

FÜR EINE BESSERE VERSORGUNG



- Höchster Tragekomfort und Schmerzlinderung
- Rückbildung von Schwellungen durch Massagefunktion
- Stabilisierung bei Verletzungen und nach Operationen
- Individuell anpassbar
- Einfaches Anlegen



Wir sind auch in Ihrer Nähe:
www.kowsky.com

www.sanida.de

Fehmarn Feeling

Jetzt auf Instagram!

Folgt **@fehmarntfeeling** und verpasst keine Ausflugstipps und Lieblingsorte auf der Sonneninsel Fehmarn!



Einfach QR-Code scannen und auf Folgen klicken!

TRENDS & NEWS

IM APRIL 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT



Lennart

CHARMANTER SÄNGER

Lennart ist ein echter Sonnenschein, der nach einem traurigen Schicksalsschlag dringend wieder Anschluss sucht. Der hübsche, adulte Kanarienvogel kam als Abgabetrichter ins Tierheim Elmshorn, leider ohne seinen ursprünglichen Partner. Nun sitzt der kleine Kerl alleine da und vermisst die Gesellschaft von Artgenossen schmerzlich. Dabei ist Lennart topfit, agil und singt für sein Leben gerne. Ein gründlicher Check-up hat bestätigt: Dieser aufgeschlossene Sänger ist kerngesund! Für das vollkommene Glück fehlt nur noch ein liebevolles Zuhause mit mindestens einem gefiederten Freund zum gemeinsamen Zwitschern.

Anfragen mit Fotos und Maßen des Geheges bitte per E-Mail an info@tierheim-elmshorn.de senden.



E-SPORT LANDESMEISTERSCHAFT

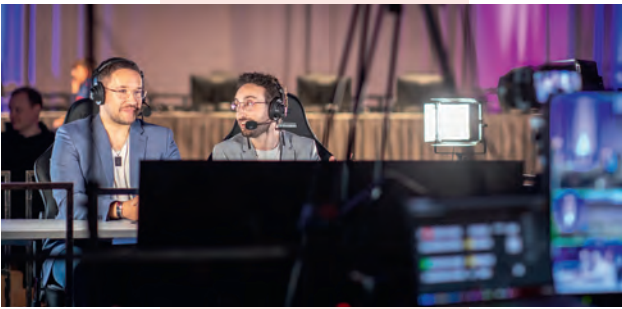


Foto: ELSH

Die Anmeldungen zur fünften Saison der E-Sport Landesmeisterschaften Schleswig-Holstein laufen. Spieler*innen aus dem gesamten Bundesland können sich für die Qualifikationsturniere anmelden. Die Landesmeisterschaften werden vom E-Sport Verband Schleswig-Holstein organisiert und haben sich in den vergangenen Jahren zu einem festen Bestandteil der regionalen Gaming- und E-Sport-Szene entwickelt. Auch 2026 treten die Teilnehmenden in den fünf Spielertiteln League of Legends, Super Smash Bros. Ultimate, Rocket League, Valorant und eFootball gegeneinander an und kämpfen um die Qualifikation für das große Finale am 4. und 5. Juli in den Holstenhallen Neumünster. www.landesmeisterschaften.e-sport.sh

BEAN-TO-BAR

BESONDERE HERKUNFT

Mit der neuen Bean-to-Bar-Linie stellt JAKAO die Herkunftsländer seiner Kakaobohnen in den Mittelpunkt. Den Auftakt macht Mexiko mit der Tafel Mexico 70 % Selva Tabasqueño: eine dunkle Schokolade mit süßen, fruchtigen Noten und feinen Gewürztönen.



Foto: JAKAO (1)

DIGITALE WERKSTOFFHÖFE

Im Kreis Steinburg sind die ersten digitalen Wertstoffhöfe an den Start gegangen: Die USN (Umweltservice Nord GmbH, eine Tochter der GAB) und der Kreis eröffneten in Glückstadt den neuen Self-Service, parallel nutzbar auch in Kellinghusen. Kern des Angebots ist eine App, über die Bürger*innen individuelle Termine für die Anlieferung ihrer Wertstoffe buchen können. In der MAEX-App lassen sich 10-Minuten-Zeitfenster auswählen – von morgens um 6 Uhr bis abends um 22 Uhr. Wer einen Timeslot gebucht hat, fährt einfach zum Tor des jeweiligen Recyclinghofs und kann dieses per App öffnen. Über den Service können sechs Abfallarten entsorgt werden: Sperrmüll, Altmetalle, Altglas, Papier/Pappe/Kartonagen, Alttextilien sowie Kleinlektrogeräte. Ein Vorreiter-Projekt in Schleswig-Holstein.



GAB-Geschäftsführer Daniel Benedict, Florian Roesberg und stv. Landrat Marko Förster (v.l.) bei der Eröffnung des Digitalen Wertstoffhofs.

Foto: GAB, Julian Jenkel (1)



Foto: Fehmarn Feeling

TIPP DES MONATS

BESONDERES HAFENFEELING

Burgstaaken ist ein Ort, an dem man schnell länger verweilt als geplant. Rund um das Hafenbecken gibt es viel zu entdecken – von gemütlichen Restaurants und Cafés über charmante Schiffe und Kutter hin zu kleinen Geschäften. Die Bezeichnung „Erlebnishafen“ kommt nicht von ungefähr: Beim Silo Climbing können Sie in spektakuläre Höhen klettern – Meerblick inklusive. Technikinteressierte kommen beim historischen Marine-U-Boot auf ihre Kosten, das eindrucksvoll zeigt, wie beengt das Leben unter der Wasserlinie einst war. Je nach Saison starten zudem kleine Ausfahrten und Hafentouren. Für eine gemütliche Pause empfiehlt sich ein Fischbrötchen am Kai oder ein Kaffee mit Blick auf die Masten. Weitere Tipps rund um die Sonneninsel finden Sie in unserem Beitrag „Fehmarn in 48 Stunden“.

FÜR ECHE NÄH-FANS

Sie ist da: Diese detailverliebte Mini-Nähmaschine aus 360 Klemmbausteinen ist der neue Hingucker im Nähzimmer! Gemeinsam mit der Community und den Expertinnen von „Eine Tüte Buntes“ entwickelt, begeistert sie durch Kreativität und liebevolle Details. Ob als dekoratives Highlight,



Foto: frechverlag GmbH (1)

als Geschenk für Schneider*innen oder als liebevolle Ergänzung im eigenen Kreativraum – dieses Set begeistert alle, die das Nähen lieben. Die Nähmaschine ist einfach zusammenzubauen und mit den enthaltenen Stickern individuell zu gestalten. Für 49,99 Euro toll als Geschenk oder als Dekoobjekt. Mehr dazu auf www.topp-kreativ.de/naehmaschine-aus-klemmbausteinen.

SUDOKO-LÖSUNGEN

Das Rätsel zu diesen Lösungen
nden Sie auf Seite 9.



6	1	4	7	3	8	9	2	5
3	2	5	1	4	9	6	8	7
7	8	9	2	5	6	3	4	1
4	6	7	9	1	5	2	3	8
1	5	3	8	2	4	7	9	6
8	9	2	3	6	7	1	5	4
9	4	1	5	7	2	8	6	3
5	7	8	6	9	3	4	1	2
2	3	6	4	8	1	5	7	9
7	1	3	9	6	8	4	5	2
4	2	9	1	3	5	7	8	6
6	5	8	4	7	2	9	3	1
1	8	5	2	4	3	6	7	9
3	4	6	7	9	1	5	2	8
9	7	2	8	5	6	1	4	3
2	9	1	5	8	4	3	6	7
8	6	4	3	1	7	2	9	5
5	3	7	6	2	9	8	1	4

BIER-KÖNIGIN 2026

Am 21. März verwandelte sich das BLOCKBRÄU an den St. Pauli Landungsbrücken wieder in den schillerndsten Ort der Hamburger Bierszene: Zum neunten Mal wurde die Hamburger Bierkönigin gekürt.

Die neue Königin der Hamburger Bierherzen wurde aus zehn beeindruckenden Finalistinnen gewählt, die in drei Runden um Krone, Schärpe und Titel kämpften. Die Entscheidung fiel der Jury recht schwer: Die amtierende Bierkönigin Franziska Wilhelm, Schauspieler Uwe Rohde, die Bayerische Bierkönigin Anna Winkler sowie die ehemalige Sängerin der Goombay Dance Band und Modedesignerin Irene Abelé beurteilten Authentizität, Schlagfertigkeit und Bühnenpräsenz. Zusätzlich gab es einen Gast-Juror, der pro Runde wechselte, darunter auch Burlesque-Künstlerin Belle La Donna. Die frisch gekrönte Bierkönigin 2026, Nele Schomaker, erwartet nun ein ereignisreiches Amtsjahr – inklusive eines exklusiven Dirndls von Trachten Angermaier, spannender Events, eines monatlichen Taschengeldes und natürlich eines festen Platzes im Herzen des BLOCKBRÄU Hamburgs.



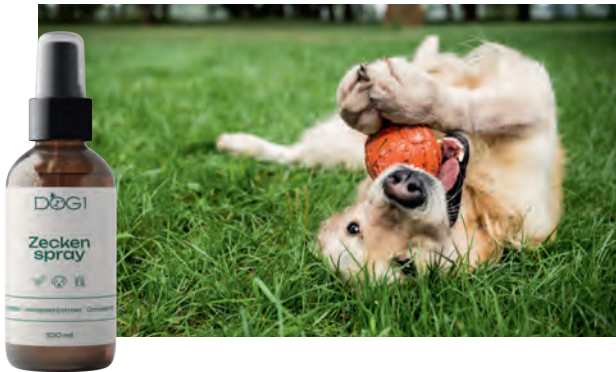
Foto: Matthias Rovensthal

Bierkönigin Nele Schomaker (li.) und Bierprinzessin Jessica Pchaieki.

DOG1

ZUVERLÄSSIGER ZECKENSCHUTZ

Mit steigenden Temperaturen beginnt nicht nur die Outdoor-Saison für Hunde und ihre Halter*innen, sondern auch die Zeit der Zecken. Die kleinen Parasiten können ernsthafte Krankheiten wie Borreliose oder Anaplasmose übertragen und stellen damit ein gesundheitliches Risiko für Hunde dar. Ein effektiver Schutz ist deshalb besonders in den wärmeren Monaten wichtig. Das Zeckenspray von DOG1 bietet eine effektive und zugleich gut verträgliche Möglichkeit, Hunde vor Zecken und anderen Insekten zu schützen. Die Formel kombiniert natürliche Inhaltsstoffe mit bewährten Wirkstoffen und sorgt so für eine zuverlässige Abwehr. Mehr Infos unter www.getdog1.de.



Fotos: DOG1 (1) / Adobe Stock (1)



Fotos: Förde Fräulein

KIEL ENTDECKEN

Tipps für einen Tag mit kleinem Budget

Die Fördestadt lässt sich auch mit kleinem Budget von ihrer schönsten Seite erleben. Zwischen Kunst, Wochenmärkten, grünen Parks und frischer Ostseeluft warten viele kleine Entdeckungen und charmante Lieblingsorte. Günstige kulinarische Stopps runden den Tag ab. Alle ausführlichen Tipps für einen entspannten Tag in „Kiel on a budget“ sind auf dem Blog vom Förde Fräulein Kathrin zu finden: www.foerdefraeulein.de



ZURÜCK AUFS RAD

Die Märzsonne lacht, aber manche Senior*innen trauen sich nicht so recht aufs Rad. Die Frühlingsaktion „Zurück aufs Rad“ vom Seniorenbeirat Wedel soll hier Abhilfe schaffen. In Zusammen-

arbeit mit der Wedeler Ortsgruppe des ADFC sind Senior*innen eingeladen, am Kurs „Angstbewältigung“ am 13., 20. und 27. April (jeweils von 15 bis 17 Uhr) teilzunehmen. Diesen hat Jürgen Lieske speziell für Senior*innen entwickelt und mit dem Seniorenbeirat abgestimmt. Anmeldung bei Jürgen Lieske mobil: 0175 16 00 440 (auch Signal und Whatsapp) oder per E-Mail an radfahrerschule-wedel@adfc-sh.de.

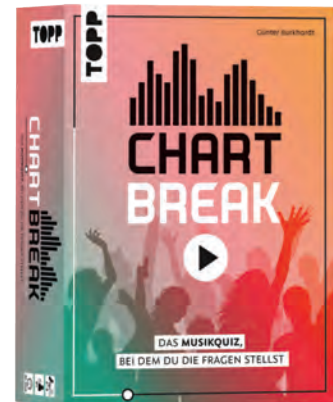
JETZT NEU

WER KENNT DIESEN SONG?

In diesem Musikquiz gibt es mächtig auf die Ohren! Songs müssen erkannt, Bandmitglieder zugeordnet und Songtexte zitiert werden. Mit über 850 Fragen wird das Wissen in alle Musikrichtungen getestet – von Pop, Rock und Schlager bis K-Pop.

Wer kennt sich aus? Wer wird Musikexpert*in? Für den oder die Quizmaster*in stellt sich immer die gleiche Frage: Wem traue ich die Antwort zu? Nur wer die Fragen clever zuordnet, kann absahnen. Spielspaß für drei bis sieben Personen ab 14 Jahren.

Günter Burkhardt:
Chartbreak 21,99 Euro,
www.topp-kreativ.de



Cover: frechverlag GmbH

RÄTSELSPASS SUDOKU-DUO

6		4		3			2	
3				4			8	
7							4	
	6		9		5			8
	5					7		6
	9		3	6				
			5		2			
		8						
					1	5		9

7	1	3						
4			1		5			
						9	3	
	8		2			6	7	
3	4						2	
			8		6			
	9	1		8				
	6			1				5
				2				4

REGELN:

Ein Sudoku besteht aus 9 x 9 Feldern, die zusätzlich in 3 x 3 Blöcken mit 3 x 3 Feldern aufgeteilt sind. Jede Zeile, Spalte und jeder Block enthält alle Zahlen von 1 bis 9 jeweils genau einmal. In ein paar der Felder sind bereits Zahlen vorgegeben. Da jede Zahl pro Zeile, Spalte und Block nur einmal vorkommen darf, können durch vorgegebene Zahlen die Positionen für andere Zahlen dieses Wertes ausgeschlossen werden. Bei einem Sudoku darf es nur eine mögliche Lösung geben, und diese muss rein logisch gefunden werden können! **Die Lösungen finden Sie auf Seite 7.**



Spende und werde
ein Teil von uns.
seenotretter.de

Bei jedem Wetter.
Auf Nord- und Ostsee.
Seit 1865.



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

    #TeamSeenotretter





KLEINE AUSZEITEN

Endlich Frühling! Knospen platzen auf, das Gras leuchtet sattgrün und das Meer glitzert im Sonnenlicht. Der Norden streckt sich aus dem Winterschlaf und atmet auf. Auf den nächsten Seiten zeigen wir Ihnen, welche Ausflüge, Genussmomente und kleinen Abenteuer jetzt vor Ihrer Tür warten.



Anmeldungen zu allen
Extratouren unter:
[www.stiftungsland.de/
veranstaltungen](http://www.stiftungsland.de/veranstaltungen)



Extratouren der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein

MEHR WALD. MEHR WILDNIS. MEHR WOW.

Die Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein möchte Ihnen die Besonderheiten mit dem „gewissen Extra“ von Schleswig-Holstein zeigen und lädt Sie dazu ein, mit auf die „Extratouren“ zu kommen.

VOGELKUNDE

Den Anfang macht der Sehlendorfer Binnensee. Nach einem ausgiebigen Sonnenbad über mehrere Monate, treten die Zugvögel im Frühjahr wieder die Heimreise an die schleswig-holsteinischen Ostseeküste an, wo sie von Vogelkundler Jannis Dimmlich und Jörn Gollisch von der Stiftungswacht der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein mit Spektiv und Fernglas in Empfang genommen werden

24. April, 17 bis 18 Uhr

WALDGESCHICHTE

Ein Stück weiter nördlich befindet sich nahe Kiel der Stiftungswald Stodthagen. Dort trifft Jahrhunderte alte Waldgeschichte auf eine moderne Idee von Naturschutz. Wer den Wandel des Waldes und dessen Bewohner erleben möchte, ist auf dieser Tour genau richtig.

8. Mai, 17 – 18.30 Uhr

KRÖTENKENNER

Die Wechselkröte besticht durch ihren Military-Camouflage-Look und hat im Stiftungsland Sehlendorfer Binnensee einen neuen Lieblingsplatz gefunden. Nur durch den unermüdlichen Einsatz ihrer „Wechselkröten-Ziehväter“ Hauke Drews und Michael Ott von der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein ist sie zurückgekehrt.

19. Juni, 17 – 18.30 Uhr

KÄFERKRABELN

Ein besonderes Paradies für Insekten und Naturfreunde findet sich im Stiftungsland Löwenstedter Berge. Die Heidelandschaft in Nordfriesland zählt zu den artenreichsten Lebensräumen für Wildbienen, Schwebfliegen, Schmetterlinge und Käfer in Schleswig-Holstein und lädt obendrein zu traumhaften Spaziergängen ein.

4. September, 17 – 18.30 Uhr



Mit Nortex
unterwegs!



Barbour-Wochen

Bis zum 13. April 2026

Die größte Auswahl an Barbour-Kleidung im Norden für Sie und Ihn. In unserer bewährten Wachs-Aktion können Sie Ihre getragene Barbour-Jacke für 59€ nachwachsen lassen.



Langer Freitag

17. April 2026, 9-21 Uhr

„Zusammen unterwegs“ – mit neuen Kollektionen, spannenden Aktionen, kulinarischen Genüssen und großer Verlosung. Entspannt einkaufen in anregender Atmosphäre.



Themen-Mittwoch

29. April 2026, 17 Uhr

Oliver Lück: „Geschichten vom Unterwegs sein“ – über Menschen, ihre Geschichten und das Fernweh. Begleiten Sie den Autor auf seiner Reise. Eintrittskarte: 20€



Kaufzugabe Camel Active

Bis zum 30. April 2026

Zum Saisonstart erhalten Sie beim Kauf aus der Camel-Kollektion im Wert von 299€ einen hochwertigen Rucksack im Wert von 80€ als Geschenk – solange der Vorrat reicht.

NORTEX

... zieht den Norden an!

Grüner Weg 9–11
24539 Neumünster
04321 8700-0
info@nortex.de
www.nortex.de

Öffnungszeiten
Montag–Freitag
9.00 bis 19.00 Uhr
Samstag
8.30 bis 19.00 Uhr



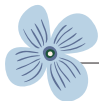
HANDARBEITSHAFEN UND PFLANZEN- TAUSCHMARKT



Foto: Adobe Stock

Hier treffen Grünzeug auf Garnreste und gute Ideen auf neue Hände: Beim Pflanzen- und Handarbeitstauschmarkt darf alles mit, was im Garten zu viel geworden ist oder im Nähkorb schon zu lange auf seinen Einsatz wartet. Stauden, Setzlinge, Samen und Ableger wechseln hier genauso gern den Besitzer wie Stoffe, Wolle, Garne, Knöpfe und Bastelmaterialien. Getauscht, verschenkt oder für kleines Geld weitergegeben wird in entspannter Atmosphäre und mit Lust aufs Teilen. Ein Markt für alle, die Platz schaffen wollen – im Garten, im Regal und im Kopf. Und mit Art Jam wird es noch bunter: eine offene Kreativ-Session für alle, die einfach loslegen wollen, egal ob Einsteiger*in oder mit viel Erfahrung unterwegs.

9. April, 18 Uhr • Freizeitzentrum Schnelsen e. V., Hamburg



FRÜHJAHRSMARKT AUF GUT BASTHORST

Vom 1. bis 3. Mai lädt der LebensArt Frühjahrsmarkt auf dem malerischen Gut Basthorst zu einem einzigartigen Erlebnis für die ganze Familie ein.

Tauchen Sie ein in eine Welt voller Blumen und Pflanzen, Garten- und Handwerkskunst, Mode, Schmuck, Antiquitäten, Kleinkunst, regionaler Köstlichkeiten sowie Produkte rund um Wellness, Lifestyle und die schöne Art zu leben. Lassen Sie sich von der idyllischen Atmosphäre und dem Charme des Gutshofes verzaubern! Ob für Ihr Zuhause, den Garten oder den Balkon – auf dem LebensArt Frühjahrsmarkt finden Sie eine Vielzahl an inspirierenden Ideen und exklusiven Produkten. Entdecken Sie zum Beispiel Pflanzen und Blumen – von üppigen Stauden



bis hin zu außergewöhnlichen Gehölzen – oder stilvolle Möbel, kreative Deko-Elemente und alles, was Ihren Außenbereich verschönert. Auch fester Bestandteil des Marktangebotes ist Handwerkskunst und Design. Kunstvolle Unikate und regionale Handwerkskunst, die Ihren Wohnraum zu etwas ganz Besonderem machen,

warten darauf, entdeckt zu werden. Für das leibliche Wohl sorgen regionale Köstlichkeiten und handgemachte Delikatessen, die den Gaumen verwöhnen. Weitere Infos und Tickets unter www.lebensart-basthorst.de.

1. bis 3. Mai, 10 bis 18 Uhr



ADVERTORIAL

ENTDECKUNGSTOUR AUF HOF ANSGARIUS

Der Hof Ansgarius ist ein besonderes Ausflugsziel: Von Wald, Stör und Quellen umgeben, im Naturpark Aukrug gelegen, vereinen sich aus Tradition und Unternehmensgeist neuentstandene Strukturen auf dem bäuerlichen Anwesen. In den Stuben des Bauernhauses ist ein gemütliches Hofcafé entstanden.

Hier und im großen Cafégarten werden neben selbstgebackenen Modetorten auch „Groten Hans“ und „Birnen in Teig“ serviert. Wer mit einer größeren Gesellschaft den Rundum-Wohlfühlservice von Sabine Fölster und ihrem Team in Anspruch nehmen möchte, für den wird der Festsaal mit Platz für 25–150 Personen hergerichtet. Am Freitag, den 1. Mai, eröffnet das Alt-Opel-Treffen von 9 bis 16 Uhr die Oldtimersaison. Alle Opel Fans sind auf die grüne Wiese zum Bestaunen und Fachsimpeln eingeladen. Dazu werden Frühstück, Grillwurst und Kuchenbuffet zum Genießen angeboten.



Foto: Hof Ansgarius

1. Mai, 9 bis 16 Uhr • Hof Ansgarius, Willenscharen



Endlich wieder Gartenzauber!

Die Gartenlust erwacht! Vom 1. bis 3. Mai 2026 öffnet der idyllische Hof Bissenbrook in Großenaspe bei Neumünster wieder seine Tore für alle, die das Landleben lieben.

Der GARTENZAUBER ist eine Erlebnis mit ganz besonderem Charme und ein wunderbarer Treffpunkt für Gartenfreunde, Stil-Liebhaber und Genießer. Über 150 ausgewählte Aussteller präsentieren ihre besonderen Sortimente und laden dazu ein, Schönes und Inspirierendes für Haus und Garten zu entdecken.

Das Erlebnis GARTENZAUBER berührt alle Sinne. Schon beim Betreten der stimmungsvoll inszenierten Lindenallee wird die besondere Atmosphäre spürbar. Durch die Individualität der Aussteller, das mit viel Liebe zum Detail gestaltete Hofgelände und das niveauvolle Rahmenprogramm ist die Veranstaltung zu einer festen Institution im Norden geworden.

Tauchen Sie ein in die zauberhafte Welt des GARTENZAUBERS und genießen Sie einen wundervollen Tag auf dem Land.



GARTEN zauber

1. – 3. Mai 2026 • 10–18 Uhr
Eintritt 10 € • Kinder bis 16 Jahre frei
Hof Bissenbrook • 24623 Großenaspe
Hunde sind nicht erlaubt

www.gartenzauber.com

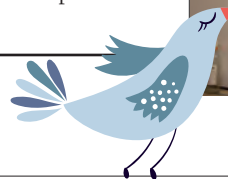


Foto: Adobe Stock

FESTLAND DESIGNMARKT

Am 12. April können Freund*innen von Unikaten Fotografien, Schmuck, Kunst, Papeterie, Kerzen und vieles mehr bestaunen und erwerben. Der Festland Designmarkt bietet den Besucher*innen die Möglichkeit, liebevoll gestaltete Produkte von ausgewählten Aussteller*innen zu entdecken. Hier treffen Kund*innen direkt auf die Designer*innen. Der Markt für schöne, kreative und liebevoll hergestellte Werke findet in der Rindermarkthalle auf St. Pauli statt. Vom kleinen Souvenir bis zu vielseitigen Accessoires ist alles dabei. Zudem lockt das vielseitige Rahmenprogramm mit verschiedenen Workshops und Mitmachaktionen. Auch Food-Neuheiten können probiert werden. Der Eintritt ist frei.

12. April • Rindermarkthalle, Hamburg



HEUTE GAMES VON MORGEN SPIELEN

Am 24. und 25. April findet in den **Holstenhallen** das 2. Baltic Games Fest statt. Ganze 50 Teams aus ganz Deutschland kommen mit ihren Spielen nach Neumünster. Die Bandbreite reicht von emotionalen Story-Abenteuern über strategische Roguelikes bis hin zu experimentellen Konzepten. Neben spannenden Games erwarten die



Foto: Baltic Games Fest

Teilnehmenden Talks, Workshops, Networking, ein Konzert am Abend des ersten Tages und die Verleihung des Baltic Games Fest Awards. Am Vortag finden erstmals die Baltic Dev Talks statt. Bei dieser Fachkonferenz am Donnerstag (23. April) bekommen Entwickler*innen spannende Insights aus der Gamesbranche und haben die Chance, sich auszutauschen und zu vernetzen. Weitere Infos und Tickets unter www.balticgamesfest.com.

24. und 25. April
Holstenhallen, Neumünster

Lebensfreude Messen

Wir feiern Jubiläum. Feiert mit!

40 Jahre

Erlebe - Heile - Strahle

LEBENSFREUDE MESSE HAMBURG

MESSEHALLE SCHNELSEN
24. - 26. APRIL 2026
100 Aussteller*innen, 80 Vorträge & Events
hamburg-lebensfreude.de

Unsere Stargäste:
Dr. Rüdiger Dahlke & Sonja Ariel v. Staden

40 JAHRE LEBENSFREUDE MESSEN HAMBURG

Seit 1986 stehen die Lebensfreude Messen für Inspiration, Bewusstsein und ganzheitliche Impulse – und genau diese Energie erfüllt auch die Frühlingsmesse: Vom 24. bis 26. April erwartet Sie ein inspirierendes Wochenende mit zahlreichen Ausstellern aus den Bereichen ganzheitliche Gesundheit, Spiritualität, Nachhaltigkeit und persönliche Weiterentwicklung. Highlights sind die Vorträge von Dr. Rüdiger Dahlke, der zu den bekanntesten Stimmen für integrale Medizin und Bewusstseinsarbeit zählt, sowie von Sonja Ariel von Staden, die mit ihrer inspirierenden Art kraftvolle Impulse für Intuition und innere Ausrichtung vermittelt. Das gesamte Programm sowie Karten sind erhältlich unter www.hamburg-lebensfreude.de.

24. bis 26. April, 10 bis 18 Uhr • Messehalle Hamburg-Schnelsen



Foto: Lebensfreude Messe Hamburg

Für ein besseres Leben. Für Mensch und Tier.

PROVIEH

respektiere leben.

www.provieh.de



Das Frühlingsfest im Freilichtmuseum Molfsee bietet der ganzen Familie Spaß und Unterhaltung.



Frühlingsfest

BUDELN & BLÜHEN



EIN TOLLER TAG

Am 26. April zeigt sich das **Freilichtmuseum Molfsee** von seiner besten Seite und lädt von 10 bis 18 Uhr zum fröhlichen Frühlingsfest ein.

Alle Besucher*innen des Frühlingsfestes erwartet ein kunterbuntes Programm, das für die ganze Familie wundervolle Überraschungen bereithält. Da können Holztiere bemalt und Getreidekronen sowie Samenbomben selbst gebastelt werden. Mit der Silberhandschmiede können Kinder schmieden und mit Weltenrot Riesenseifenblasen „produzieren“. Susanne Schoppmeier unterhält ihre Zuhörerschaft mit „Geschichten voller Frühlingssehnsucht für Klein und Groß“. Und alle Naturmenschen dürfen sich nicht nur auf das herrliche Freilichtmuseums-gelände mit seinen vielen Tieren freuen, sondern können auch frische Schnittblumen und Blumenkränze erwerben. Und wer selbst noch mehr Hand anlegen möchte, ist bei der Pflanzaktion, bei der Kohl, Rüben oder Kartoffeln in die Erde eingebracht werden, sicherlich gern dabei.

HIGHLIGHT FÜR DIE KLEINEN GÄSTE

Alle Eltern sollten sich für das Frühlingsfest 11 und 15 Uhr dick markieren, denn da tritt jeweils die Schauspielgruppe „Theaterfimmel“ mit „Toni Trompetti und die Krabbelkäfergang“ auf. In dem Stück rocken eine Fliege, eine Wanze und ein Trompetenkäfer, also Toni Trompetti und die Krabbelkäfergang, den Wald. Das Theaterstück mit viel Musik haben Carina und Christoph Kohrt, die beide auch mitspielen, und Matthias Meyer-Göllner geschrieben.

26. April, 10-18 Uhr
Frühlingsfest, Freilichtmuseum Molfsee
Hamburger Landstr. 97
www.freilichtmuseum-sh.de

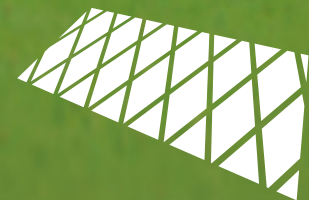
ÖPNV UND RAD NUTZEN

Das Museum, die Gemeinde Molfsee und der Kreis Rendsburg-Eckernförde bitten sehr darum, auf Grund der eingeschränkten Parkplatz-Situation am Museum (am 3. Oktober und an den Wochenenden steht der Parkplatz am Landesamt für Landwirtschaft, Umwelt und ländliche Räume, Hamb. Chaussee 25, Flintbek, zur Verfügung) möglichst die großartigen Angebote des ÖPNV in Anspruch zu nehmen. An allen Veranstaltungstagen verkehren die Busse der Linien 780/790/795 zwischen dem Hauptbahnhof Kiel und Flintbek und bringen die Besucher*Innen in engerer Taktung zum Freilichtmuseum. Darüber hinaus steht direkt am Museum wieder ein bewachter Fahrradparkplatz zur Verfügung.

26. April

10 bis 18 Uhr

freilichtmuseum-sh.de



Freilichtmuseum Molfsee

Landesmuseen SH

24113 Molfsee
Hamburger Landstraße 97
T +49 (0) 431 65966-22

WOCHENENDTRIP AUF DIE SONNENINSEL

FEHMARN IN 48 STUNDEN

So ein Ausflug nach Fehmarn, der lohnt sich immer. Es muss nicht gleich ein ausgedehnter Traumurlaub sein – auch für einen Tages- oder Wochenendtrip eignet sich die Insel perfekt.

Wir zeigen Ihnen Orte und Erlebnisse, die Sie bei Ihrem Besuch auf der Sonneninsel unbedingt mitnehmen sollten.



KRÖPEL PROBIEREN

Fluffig, weich und zuckerig: Kröpel sind eine wahre Fehmarn-Spezialität und erinnern ein wenig an Schmalzkuchen oder Futjes. Traditionell werden sie zur Erntezeit serviert und sogar mit einer eigenen Feierlichkeit, dem Kröpefest (26. August 2026), zelebriert. Wer die Spezialität probieren will, kann dies oft in lokalen Bäckereien oder Hofcafés tun – früh sein oder vorbestellen lohnt sich.



MIT DEM RAD ERKUNDEN

Auf die Räder, fertig, los! Fehmarn können Sie perfekt mit dem Fahrrad entdecken. Viele Routen führen entlang der Küste und bieten schönste Ausblicke. Je nachdem, wie Sie anreisen, können Sie entweder den eigenen Drahtesel mitbringen oder vor Ort leihen. Einen Überblick über Themenrouten gibt der Tourismus Service Fehmarn: www.fehmarn.de/fehmarn-erleben/aktiv/radfahren

FEHMARNSUND- BRÜCKE BESTAUNEN

Auch augenzwinkernd als „Kleiderbügel“ bezeichnet, ist die Fehmarnsundbrücke das Wahrzeichen der Insel und der Zubringer vom Festland. Allein schon die Brückenüberfahrt ist ein Highlight – Wasser und Wellen zu beiden Seiten, weiß gepunktet von Segelbooten. Nun ist klar: Der Urlaub beginnt! Mindestens ein Erinnerungsfoto mit dem stählernen Riesen müssen Sie knipsen. Besonders geeignet für Fotoshootings ist der Strandabschnitt am Fehmarnsund. Hier lässt sich auch hervorragend der Sonnenuntergang bestaunen.



HOFCAFÉ-BESUCH

Keine Fehmarn-Auszeit ohne Hofcafé-Besuch! Tatsächlich gibt es davon eine ganze Menge auf der Sonneninsel. Angeboten werden in der Regel hausgemachte Kuchen- und Tortencreations oder Windbeutel mit einer üppigen Portion Sahne. Setzen Sie sich gemütlich ins Grüne, genießen Sie einen Kaffee oder eine Limo und saugen Sie das idyllische Flair auf. Beliebte Adressen sind etwa das Hofcafé Klausdorf, das Hofcafé Albertsdorf oder das Allee-Café.



SPAZIEREN AN DER STEILKÜSTE

Wer pure Inselnatur sucht, ist am Steilufer bei Katharinenhof goldrichtig! Unter hohen Klippen verläuft ein weiter, steiniger Naturstrand, perfekt für lange Spaziergänge mit traumhaftem Ostsee-Panorama. Halten Sie Ausschau nach kleinen Schätzen wie rundgewaschenen Glasscherben oder Hühnergöttern. Besonders schön: einfach auf einem Stein sitzen und die Ruhe und Weite wirken lassen.

DURCHATMEN AM OSTSEESTÖPSEL

Man munkelt, dass die Ostsee leer läuft, sobald man ihn zieht. Dabei ist der Ostseestöpsel am Strand von Westermarkelsdorf eigentlich bloß ein Beton-Pegel, der einst errichtet wurde, um Wasserstände zu messen. Seit des Eiswinters im Jahre 1942 hat der Pegel jedoch ordentlich Schräglage und ist bis heute ein heiß begehrter Fotospot. Übrigens lohnt sich ein Ausflug dorthin nicht nur wegen des besonderen Fotomotivs – auch für Spaziergänge ist der Spot ideal.



BUMMELN IN BURG

Der Stadtteil Burg ist das pulsierende Epizentrum der Insel – und dennoch wahnsinnig charmant. Diverse Geschäfte, Boutiquen, Concept-Stores, Cafés und Restaurants laden dazu ein, entdeckt zu werden.

Allerlei Schönes finden Sie etwa bei DecoGoodies, im Buchladen Sonnenseiten oder bei Bug's Wohnen & Schenken.



FISCHBRÖTCHEN-STÄRKUNG

Typisch norddeutsch und wahnsinnig vielseitig: das Fischbrötchen! Ganz gleich, ob mit Matjes, mit Lachs, mit Krabben oder doch lieber mit Fischfrikadelle belegt – die Möglichkeiten sind so mannigfaltig wie die Geschmäcker. Ein Fischbrötchen mit Meerblick genießen Sie etwa im Lütten in Lemkenhafen, in der Fischbutze in Meeschendorf, im Hafengebiss Kap Orth oder beim Inselfischer am Hafen von Burgstaaken.



SOFTEIS ESSEN

Wer durch Burg schlendert, dem fällt früher oder später eine unendlich lange Schlange Menschen ins Auge. Sie endet an einem kleinen Fenster mit dem Schild „Radden's Eis“, aus dem leckerstes Softeis gereicht wird. Besonders ist hier vor allem die Sortenvielfalt. Eine weitere Adresse für himmlischen Softeisgenuss ist das Hof Cafe/Dänisches Eis, ebenfalls in Burg zu finden.

SUNDOWNER AM WASSER

Wenn die Sonne langsam über dem Meer versinkt und der Himmel rosarot leuchtet, ist der Moment für ein spritziges Getränk gekommen.

Jetzt heißt es: den Tag in Ruhe ausklingen lassen. Beliebte Treffpunkte sind die Strandbars der Insel, darunter die Strandbar Strukkamp, die 360-Grad-Bar, die Chillaz Café & Cocktailbar oder das Lütten – ideale Orte für Sundowner, spritzige Aperitifs oder alkoholfreie Erfrischungen.



STÖBERN IM HOFLADEN

Wo sich Hofcafés tummeln, sind auch Hofläden nicht weit. Neben Produkten aus eigener Erzeugung finden sich dort schöne Kleinigkeiten zum Verschenken oder Behalten. Viele Betriebe bieten handgemachte Schätze aus Werkstatt und Küche an – von Seifen und Keramik bis zu inselspezifischen Köstlichkeiten wie Rapsblütenhonig oder Sanddorn-Spezialitäten. Oft kann man probieren, ins Gespräch kommen und mehr über Herkunft und Herstellung erfahren.

SCHIFFE GUCKEN IM HAFEN ORTH

Dieses Kleinod sollten Sie unbedingt auf Ihre Fehmarn-Liste setzen: Der Hafen von Orth ist zu jeder Jahreszeit, aber vor allem im Frühling und Sommer, einfach bezaubernd. Während kleine Segelschiffe und Kutter im Hafenbecken hin- und herschaukeln und die Möwen am Himmel ihre Kreise ziehen, können Sie in einem der Cafés oder bei einem Fischbrötchen die sagenhafte Kulisse genießen. Nur wenige hundert Meter weiter lockt der Deich für einen Spaziergang.



ENTSPANNUNG UND ACTION AM STRAND

Fehmarn ist nicht nur die Sonneninsel, sondern auch ein echtes Eldorado für Wassersport-Fans. Von SUPen über Kiten bis zum Windsurfen wird hier einiges an Action geboten. Auch wer noch kein Profi ist, kann sich unter professioneller Anleitung in verschiedenen Wassersport-, Surf- und Kiteschulen aufs Board wagen. Und wer auf Entspannung setzt, wird ebenfalls bestens bedient. Viele Sandstrände und das klare, blaue Wasser machen Lust auf gemütliche Strandstunden. Beliebte Strandorte sind etwa der Südstrand, der Strand am Fehmarnsund oder der Strand von Lemkenhafen.



Fotos: Fehmarn Feeling, Föyde Fräulein

Fehmarn Feeling



DARF ES NOCH ETWAS MEE(H)R SEIN?

Dass man als Redakteur*in mitunter viel herunkommt, ist kein Geheimnis. Manchmal begegnet man dabei einem Ort, der direkt ins Herz trifft – bei unseren Redakteurinnen Isa und Maya war es Fehmarn. Nach dem ersten Besuch stand fest: Die beiden kommen wieder und entdecken noch mehr von der Sonneninsel mitten in der Ostsee. Weil gemeinsames Entdecken mehr Freude macht, haben sie im Juli 2025 den

Instagram-Account @fehmarneeling ins Leben gerufen. Seitdem teilen sie mit einer stetig wachsenden Community ihre liebsten Insel-Eindrücke und Entdeckungen. Mit ordentlich Herzblut und einer Prise norddeutschem Humor zeigen Ihnen die beiden die Sonneninsel samt ihrer Geschichten und Gesichter durch ihre Brille. Noch mehr Inselmomente auf Instagram: @fehmarneeling

ADVERTORIAL

AUSZEIT MIT MEERBLICK

*Schwimmen, saunieren und entspannen mit Blick auf die Ostsee? Das ist möglich – und zwar im **FehMare** am Südstrand!*

Vom sprudelnden Whirlpool über das sonnenverwöhnte Freiluftbecken bis zum geräumigen Meerwasserwellenbad – im Erlebnis-Hallenbad kommen große und kleine Gäste voll auf ihre Kosten. Auch wenn das Meerwasserwellenbad bald in denkmalgerechte Sanierung geht, hat das FehMare nach wie vor so einiges zu bieten. Vielleicht ja auch ein guter Grund mehr, zeitnah einen Besuch zu planen.

SCHWIMMSPASS AM MEER

Im Erlebnisbecken wechseln Sie nach Lust und Laune zwischen Entspannung und Bewegung: Massagedüsen, Whirliegen und Unterwasserstrahlen lockern auf, der Durchschwimm-Kanal führt direkt ins Freiluftbecken. Ein spritziger



Wasserfall sorgt für Abwechslung, das Kinderbecken mit Wasserspielen und die rasante Rutsche sorgen bei kleinen (und großen) Wassererfahrern für leuchtende Augen. Für Familien praktisch: ein separater Bereich für die Jüngsten mit Sitz- und Liegemöglichkeiten in direkter Nähe.

SO GEHT ENTSPANNUNG

Das Schwimmbad direkt am Südstrand bietet zusätzlich eine vielfältige Sauna- und Wellnesswelt. Die Panorama-Sauna mit Meerblick und

die Dachs sauna samt Saunagarten garantieren ein einmaliges, wärmendes und wohltuendes Erlebnis. Neben klassischen Massagen laden auch Aromaölmassagen dazu ein, Körper und Geist sanft zu entspannen. Und wenn sich zwischendurch der Appetit meldet, hält das Badehosen-Restaurant „Burger-Station“ eine leckere Auswahl an Snacks und Burgern bereit.

FehMare · Zur Strandpromenade 6, Fehmarn
Tel.: 04371 / 88 99 60 · www.fehmare.de

Fotos: FehMare

Mehr Seegras für Fehmarn

ÖKOLOGISCHER HOTSPOT WIRD RENATURIERT

Seegraswiesen gehören zu den wichtigsten, aber zunehmend bedrohten Lebensräumen der Ostsee. Mithilfe der öffentlichen Beteiligung werden die Seegraswiesen vor Fehmarn renaturiert.

Seegraswiesen gehören zu den ökologisch wertvollsten Lebensräumen der Ostsee. Besonders die Art „Zostera marina“ bildet ausgedehnte Unterwasserwiesen in flachen Küstenbereichen und erfüllt dort eine Vielzahl zentraler ökologischer Funktionen. Gleichzeitig sind diese Lebensräume in den letzten Jahrzehnten stark zurückgegangen. Küstenbebauung, Nährstoffeinträge, Sedimentaufwirbelung sowie der Klimawandel haben zu erheblichen Verlusten geführt. Vor diesem Hintergrund gewinnen der Schutz und die Wiederherstellung von Seegraswiesen zunehmend an Bedeutung.

SUPERSTAR AUF DEM MEERESGRUND

Seegras erfüllt beispielsweise wichtige ökologische Funktionen in der Ostsee. Die Wiesen stabilisieren Sedimente und reduzieren Erosion in Küstenbereichen, da sie die Wellenenergie abschwächen. Dadurch tragen sie unter anderem zum Küstenschutz bei. Gleichzeitig verbessern sie die Wasserqualität, da sie zu einem gewissen Maß Nährstoffe aus dem Wasser aufnehmen und Partikel aus der Wassersäule binden können.



Christian Lieberum vom Geomar erklärt, wie Seegras angepflanzt wird.



Die Seegras-Sprossen werden einzeln eingepflanzt. Dafür werden viele Hände gebraucht.

nen. Überdies stellen Seegraswiesen wichtige Lebensräume für eine Vielzahl von Organismen dar. Viele Fischarten, Krebstiere und andere wirbellose Tiere nutzen diese Unterwasserwiesen als Kinderstube, Schutzraum oder Jagdrevier.

KLEINER, GRÜNER KLIMARETTER

Neben diesen ökologischen Funktionen spielen Seegraswiesen auch eine wichtige Rolle im globalen Kohlenstoffkreislauf. Als sogenannte „Blue-Carbon-Ökosysteme“ können sie langfristig Kohlenstoff im Sediment speichern und tragen somit zur Abschwächung des Klimawandels bei. Der Schutz und die Wiederherstellung von Seegraswiesen sind daher nicht nur für die regionale Ökologie relevant, sondern auch für globale Klimaschutzstrategien.

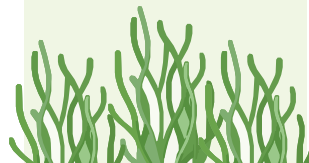
ABTAUCHEN UND SEEGRAS PFLANZEN

Das ZOBLUC-Projekt vom Bundesamt für Naturschutz verbindet wissenschaftliche Forschung mit gesellschaftlicher Beteiligung. Diese Beteiligung durch den Citizen-Science-Ansatz reicht von der Datenerhebung über Monitoringaktivitäten bis hin zur Unterstützung bei Renaturierungsmaßnahmen. Eine Schulung vom GEOMAR Helmholtz-Zentrum für Ozeanforschung Kiel in Kooperation mit Sea Shepherd (bereits ausgebucht) ermöglicht es Taucher*innen, aktiv zu werden, und Seegraswiesen unter wissenschaftlicher Begleitung zu renaturieren. Auch über andere NGOs, wie Lake Diver Hannover e. V. (www.justloceandiver.org) oder Seagrass Conservation e. V. (www.seagrass-conservation.de), kann man sich an der Renaturierung beteiligen.

ZUM WEITERLESEN:

www.geomar.de/entdecken/seegraswiesen

www.z-u-g.org/ank-meere-und-kuesten/projekt/zobluc



WIR SIND DANN MAL WEG

Weg vom Alltagsstress, rein in die norddeutsche Weite: Wer eine Pilgerreise unternehmen möchte, muss nicht ganz nach Spanien fahren.

Das Pilgern in Schleswig-Holstein findet immer mehr Anhänger*innen.

Eine Pilgerreise? Spätestens nach Hape Kerkelings Buch „Ich bin dann mal weg“, in dem er seine Reise entlang des Jakobswegs nach Santiago de Compostela beschreibt, ist das Pilgern in den Köpfen der Menschen angekommen und hoffähig. Viele haben das Entschleunigen für sich entdeckt. Aber geht das auch in Schleswig-Holstein – direkt vor unserer Haustür?

STILLE UND ENTSCHEUNIGUNG

Früher galt das Pilgern als religiöse Pflichtübung. Heute ist die Wanderung die ultimative Lösung für alle, die das Hamsterrad des Lebens einen Moment gegen die Weite des Horizonts eintauschen möchten. In einer Welt, die niemals schläft, suchen viele nach Stille, Entschleunigung und dem Gefühl von echtem Boden unter den Füßen.

WARUM EIGENTLICH PILGERN?

Pilgern ist die einfachste Form der Selbsterfahrung. Wer tagelang geht, reduziert sein Leben auf das Wesentliche: den nächsten Schritt, den Atem, die Landschaft. Doch man muss nicht bis nach Spanien reisen, um auf dem Jakobsweg zu wandeln. Auch in Schleswig-Holstein gibt es Pilgerwege, die sich zunehmender Beliebtheit erfreuen. Und bei uns im Norden kommt noch eine ganz besondere Komponente dazu: die beiden Meere. Für die Pilger*innen im nördlichsten Bundesland bietet die Weite des Nordens den perfekten Raum für innere Klarheit.

VIA JUTLANDICA ODER PILGERN AN DER SCHLEI

Zu den schönsten Routen gehört unter anderem die Via Jutlandica. Sie führt von der dänischen Grenze bei Flensburg bis nach Schleswig und teilt sich von dort – es geht nach Glückstadt oder Lübeck. Besonders der Abschnitt durch die Hüttener Berge bietet fast schon alpines Flair im Flachland. Außerdem beliebt ist der Mönchsweg: Er führt von Bremen bis auf die Insel Fehmarn. Diese Route verbindet historische Feldsteinkirchen und Klöster mit der sanften Natur der Holsteinischen Schweiz. Und natürlich die Route in der Schlei-Region: Pilgern mit Blick über die glitzernde Schlei bedeutet echten Balsam für die Seele. Ob die Ost- oder Westroute, die Via Scandinavica, Routen in Dithmarschen oder auf der Halbinsel Eiderstedt – egal, wo Sie sich die Auszeit nehmen, es geht immer um eines: das Loslaufen.

WAS KOMMT IN DEN RUCKSACK?

Wer eine Pilgerreise – und sei sie noch so klein – machen möchte, benötigt einen Rucksack. Hier gilt: weniger ist mehr. Jedes Gramm zu viel fällt schon nach einigen Kilometern ins Gewicht. Eingelaufene Wanderschuhe sind Pflicht, und das Zwiebelprinzip bei der Funktionskleidung im Norden ist essenziell. Regenjacke und Fleece passen immer gut zusammen. Der Pilgerpass öffnet oft Türen zu günstigen Pilgerherbergen, und unbedingt dabei haben sollte man ein Notizbuch für seine Gedanken sowie eine Wasserflasche.

DER WEG IST DAS ZIEL

Pilgern in Schleswig-Holstein ist eine Einladung, die Zeit anzuhalten. Zwischen Deichen und Rapsfeldern findet man meistens genau das, was man am meisten vermisst, aber gar nicht gesucht hat: sich selbst. Und am Ende der Reise versteht man das Wesentliche des Lebens: Der Weg ist das Ziel.

Wer mehr über Pilgerreisen in Schleswig-Holstein erfahren möchte, findet unter anderem unter www.pilger-im-norden.de/pilgern-in-schleswig-holstein eine Menge Informationen, Anregungen und verschiedene Routen.



Das lichtdurchflutete Design sorgt für Wohlfühlatmosphäre.



Urlaub auf dem Wasser

Drei exklusive Wohnyachten erwarten Sie im Yachthafen direkt im Herzen von Travemünde. Fest vertäut und nicht fahrbereit, bieten sie auf 50 m² Wohnfläche pure Erholung. Auf der nach Süden gelegenen Terrasse genießen Sie einen traumhaften Blick auf die Trave und die vorbeiziehenden Schiffe.

Die Yachten sind modern und komfortabel eingerichtet und bieten ganzjährig Platz für bis zu vier Personen. Sie verfügen über einen großzügigen Wohn- und Essbereich mit Küchenzeile, zwei Schlafzimmer mit Doppelbetten sowie ein Bad mit Dusche und WC. Weitere Informationen, Belegungsplan und Buchung unter www.haus-im-meer.de.

Fotos: Haus im Meer

Urlaub auf dem Design-Hausboot (Trave/Ostsee)



haus im meer
urlaub auf dem design-hausboot

Ahoi an Bord!
Ankommen und genießen: Urlaub in Travemünde.

40 m² + Terrasse, 2 Schlafzimmer, Duschbad, Wohn-/Essbereich mit Küchenzeile.

www.haus-im-meer.de

MIT KOMFORT UND IN GEMEINSCHAFT UNTERWEGS

Ob per Bus, Flugzeug oder Schiff – das gemeinsame Erleben in bester Gesellschaft macht jede Reisering-Tour besonders. Für Komfort sorgen kleine Gruppen (max. 30 Gäste), die Einzelplatzgarantie für Alleinreisende und der bei Mehrtagesreisen inkludierte Haus-zu-Haus-Taxiservice. Erleben Sie etwa mit der „Traumreise Nordkap und Lofoten“ eine unvergessliche Tour im 5*-Bus mit Panoramaglasdach. Der hohe Norden mit seiner einzigartigen Natur, den quirligen Städtchen und den langen Sommertagen wird Sie begeistern (11.–26. Juni, 3623 Euro p. P. im DZ/HP). „Gleich um die Ecke“ präsentiert sich der Spreewald (8.–10. Mai, 579 Euro p. P. im DZ/HP). Als UNESCO-Biosphärenreservat bietet die Region eine beeindruckende Vielfalt an Tier- und Pflanzenwelt sowie lebendige sorbische Tradition. Reiselust geweckt? Mehr Infos erhalten Sie unter www.reisering-hamburg.de.

50 Jahre REISERING HAMBURG

ERLEBNISREISEN NAH & FERN

Maximal 30 Gäste Einzelplatzgarantie für Alleinreisende

4 Tage Zur Tulpenblüte nach Holland	23.04.-26.04.	€ 955,-
7 Tage Paris Ausflugsprogramm & HP zubuchbar	03.05.-09.05.	UF € 1.356,-
15 Tage Rundreise Nordspanien im 5*-Bus	03.05.-17.05.	€ 3.458,-
3 Tage Wochenendtrip in den Spreewald	08.05.-10.05.	€ 579,-
10 Tage Tossa de Mar, Perle der Costa Brava	15.05.-25.05.	€ 1.460,-
5 Tage Nordsee Spezial	01.06.-05.06.	€ 1.083,-
6 Tage Erlebnis Vierwaldstättersee	07.06.-12.06.	€ 1.700,-
6 Tage Heidelberg und mehr...	07.06.-12.06.	€ 1.108,-
15 Tage Nordkap & Lofoten im 5*-Bus	11.06.-25.06.	€ 3.623,-
8 Tage Bad Hofgastein für Alleinreisende/EZ	16.06.-23.06.	€ 1.680,-
10 Tage Faszination Lavendel	20.06.-29.06.	€ 2.558,-
8 Tage Festspiele Verona/5*-Bus, Hotel in Montegrotto	30.06.-07.07.	€ 1.615,-
7 Tage Dresden & Görlitz	02.07.-08.07.	€ 1.519,-

Alle Preise p. P. im DZ inkl. Halbpension, Taxiservice, Ausflugsprogramm.

"Einfach mal raus" Tagesfahrten ab Hamburg-ZOB & Bergedorf Busanlage

21.04. & 02.05.	Obstbaublüte Altes Land inkl. Mittagessen	€ 79,50
02.05. & 05.05.	Fehmarn - Rapsblütenfahrt inkl. Mittagessen	€ 111,00
06.05. & 11.06.	Worpswede mit Teufelsmoor, inkl. Mittagessen, Torfkahnfahrt	€ 109,50
21.05. & 31.07.	Hadeliner Land und Medem-Schiffsfahrt, inkl. Mittagessen	€ 109,50

Busreisen mit Rollator ab Hamburg-ZOB, Bergedorf Bf. & Ahrensburg Bf.

Alle Reisen mit maximal 25 Gästen, Einzelplatzgarantie und 2 Reisebegleitungen. Außerdem verfügt der Bus über eine Hebebühne, falls die Treppen im Bus zu steil sind...

10.05.-12.05.	Bad Malente inkl. Taxiservice, Halbpension & Ausflüge	€ 662,00
17.05.	Tagesfahrt Ratzeburger See, inkl. Mittagessen, Schifffahrt	€ 145,00
17.06.	Tagesfahrt Wildpark Schwarze Berge inkl. Mittag, Eintritt, Wildparkbahn	€ 133,00
28.06.-01.07.	Ostseebad Damp inkl. Taxiservice, Halbpension & Ausflüge	€ 901,00

Reisering Hamburg RRR GmbH · Adenauerallee 78 · 20097 Hamburg
040 - 280 39 11 (HH-ZOB) oder 040 - 721 32 00 (Bergedorf)
www.reisering-hamburg.de und in jedem guten Reisebüro



Foto: Stefano Zaccaria - Adobe Stock

Dieses E-Bike passt sich an – NICHT UMGEKEHRT

Rahmen, Form, Schaltung, Sattel und Farbe – die E-Bikes von Velo de Ville sind alles anderes als von der Stange. Für das Team von Fahrrad Kaina in Itzehoe ist die Marke etwas ganz besonderes.

Warum ist das so? „Weil Sie bei Velo de Ville nicht einfach ein E-Bike kaufen! Sie erwerben das Feeling ‚Du bist einzigartig – und dein E-Bike sollte es auch sein‘“, erklärt Konstantin Gerulat von Kaina und zeigt auf die vielen Konfigurationsmöglichkeiten mit Rahmenform und Farbe, Schaltung, Sattel, Zubehör. Jedes Detail wird hier zur eigenen Handschrift. Nichts ist von der Stange, alles ist maßgeschneidert. „Das Ergebnis ist ein Rad, das sich anfühlt wie ein Teil von Ihnen“, sagt Konstantin Gerulat.

SECHS VERSCHIEDENE TYPEN

Was Velo de Ville so besonders macht, ist die riesige Auswahl und die klare Ordnung nach Einsatzzwecken. Sechs E-Bike-Typen führen zielsicher zum perfekten Match: Allround, SUV, Urban Light, Cargo, Compact und Fully Tour. Sie pendeln, touren, transportieren, entdecken – und das Rad passt sich an – nicht umgekehrt. Modernste Technik, langlebige Qualität und clevere Features sorgen dafür, dass man auf jeder Strecke entspannt unterwegs ist.

PURE FAHRFREUDE

Die Fahrfreude beginnt bei Velo de Ville ab dem ersten Meter. „Setzen Sie sich drauf, treten Sie los – die durchdachte Ergonomie, die ruhige



Die Bikes von Velo de Ville sind echte Hingucker.

Straßenlage und der robuste Rahmen vermitteln sofort Vertrauen. Ob kurzer Weg oder lange Tour – Sie sitzen entspannt, rollen souverän und haben das Gefühl, immer genau richtig unterwegs zu sein“, weiß das Team von Fahrrad Kaina.

URBAN LIGHT FÜR DEN ALLTAG

Für urbane Mobilität empfiehlt das Team von Fahrrad Kaina in Itzehoe die Urban-Light-Modelle: leicht, wendig, flexibel – minimalistisches Design trifft smarte Technik. Sie kommen schnell los, kommen entspannt an und bleiben dabei stilvoll. Weniger Gewicht, agile Geometrien und hoher Fahrkomfort machen den Alltag dynamisch – egal ob Asphalt, Kopfsteinpflaster oder Radweg. Verbunden, spontan, immer bereit.

SUV ODER ALLROUNDER?

Wer Alltag und Abenteuer verbinden möchte, greift zu den SUV-Bikes. Breite 27,5-Zoll-Beifung bringt Komfort und Sicherheit, während

starke Motoren, ausdauernde Akkus und intuitive Displays die Freiheit geben, auch mal den Asphalt zu verlassen. Sportlich, elegant oder alltagstauglich – die SUV-Modelle SEB PRO, PURE, CLASSIC und PURE RANGE werden zum persönlichen Statement.

Und was wäre das „Rad für alles“? Die Allrounder AEB PRO, PURE, CLASSIC und TOUR 2FIVE – stehen für zuverlässiges Trekking im Alltag. Ein Gedanke, viele Möglichkeiten. „Wählen Sie nicht irgendein E-Bike. Gestalten Sie Ihr Gefährt. Wir helfen Ihnen gerne bei der Zusammenstellung“, freut sich das Team auf interessierte Kund*innen.



Fahrrad Kaina GmbH & Co. KG, Helenenstraße 1b
25524 Itzehoe, www.fahrrad-kaina.de



Die Bikes von Velo de Ville sind nicht von der Stange.



Foto: Adobe Stock

HOTSPOT HELGOLAND

Helgoland hat mehr als nur die Lange Anna und Seehunde zu bieten. Obwohl, zugegeben, der rote Felsen und die putzigen Meeresbewohner allein sind schon Grund genug für einen Besuch. Doch auch die zahlreichen Souvenirshops, Cafés, Kneipen und Ausstellungen in den bunten Hummerbuden am Hafen, das Meerwasserschwimmbad mit Saunalandschaft und bestem Ausblick auf die See und viele weitere Adressen machen die Hochseeinsel zu einem beliebten Ausflugsziel für ein (verlängertes) Wochenende. Am 31. Mai wird der berühmte Sohn der Insel, James Krüss, zu seinem 100. Geburtstag geehrt, und am 6. Juni feiert Helgoland 200 Jahre Seebadgeschichte. Diese Events nehmen wir in der Lebensart-Redaktion für unsere Mai-Ausgabe zum Anlass, die Hotspots von Helgoland vorzustellen.

REISEBUCHTIPP

AB NACH NORDBRITANNIEN



Mit Papageientauchern entlang spektakulärer Klippen wandern, Fußspuren an einsamen Inselstränden hinterlassen oder den eigenen Gin kreieren: 80 Glücksorte von den rauen Shetlandinseln bis in die sanften Borders offenbaren Schottlands schönste Geheimnisse. Kathi Kamleitner und Dörte Nohrden führen zu lebendiger Geschichte, überwältigender Natur und kulinarischen Genüssen. Und zeigen, dass manchmal schon ein Blick ins wuschelige Gesicht eines

Hochlandrinds reicht, um das Herz zu wärmen. Kathi Kamleitner ist Wahl-Schottin, die Hamburgerin Dörte Nohrden war für dieses Buch acht Wochen lang in Schottland unterwegs und ist restlos verzaubert.

Kathi Kamleitner/Dörte Nohrden:
Glücksorte Schottland – Fahr hin & werd glücklich.
 Droste Verlag, 168 S., 16 Euro

RADTOUREN: VOM ALTEN LAND BIS ZUR ELPHI



Immer geradeaus und nur manchmal den Wind von vorne – über hundert Kilometer Deiche laden im Alten Land zu ausgedehnten Radtouren ein. Der besondere Reiz: die Nähe zur Hansestadt Hamburg. Mit den Fähren Glückstadt/Wischhafen und Lühe/Wedel gelangen Radfahrer*innen schnell auf die andere Seite der Elbe. So lassen sich an einem Tag blühende Apfelplantagen, die moderne HafenCity und der Blick auf die Elbphilharmonie verbinden. Entlang

der Wege warten Fachwerkhäuser, Hofläden und kleine Cafés. Ein besonderes Anwesen liegt in Drochtersen direkt am Elbe-Rad-Weg: der denkmalgeschützte Reetdachhof **Hof Sand** von 1780, bekannt aus dem ZDF-Zweiteiler „Altes Land“. Heute kann das liebevoll renovierte Anwesen für Familienurlaube gebucht werden. Nur fünf Kilometer entfernt lädt der Elbstrand Kraut sand zum Sonnenuntergang im Strandkorb ein. Mehr Infos finden Sie unter www.hofsand.de.

Fotos: Eckard Weimorf



Familien-Urlaub de Luxe

keine Nachbarn
 Grün soweit
 das Auge reicht
 3 Ferienwohnungen
 auf 600qm und
 1 Tiny House mit
 luxuriöser Ausstattung
 für 2-14 Personen
 im Alten Land

www.hofsand.de





OSTSEE PUR WO DIE SEELE ANKER WIRFT

*Frische Luft, Meeresrauschen und das Gefühl, die Zeit einfach mal anzuhalten – so fühlt sich Urlaub an der Ostsee an. Mit den Tipps der Crew der **SlowDown Hotels bei Kiel und Lübeck** wird die Auszeit noch ein bisschen schöner.*

1. MEERBLICK, WOHIN SIE SCHAUEN

Strandnähe ist gut – Meerblick ist besser! In den SlowDown Hotels ist das Wasser immer im Blick. Ob beim Frühstück oder Dinner, in der Sauna oder an der Bar: Überall begleitet das sanfte Rauschen der Wellen den Aufenthalt. Sonnenuntergang inklusive – maritimer Wohlfühl-Vibe garantiert.

2. ZIMMER MIT DEM EXTRA-„WOW“

Regen draußen? Macht nichts! Die Zimmer sind kleine Wohlfühl-oasen: Balkon, Dampfsauna und Mini-Küche sorgen für echte Urlaubsgefühle. Und auch an sonnigen Tagen sind sie der perfekte Rückzugsort, um einfach mal die Seele baumeln zu lassen.

3. CLEVER SPAREN, ENTSPANNT BLEIBEN

Entspannung fühlt sich gleich doppelt gut an, wenn dabei gespart wird. Wer direkt über die Hotel-Website bucht, sichert sich bis zu 25 % Rabatt mit dem Angebot „Große Auszeit am Meer“. Flexibel bleiben, Geld sparen und sofort losentspannen – einfacher geht's kaum.

4. WELLNESS FÜR KÖRPER & GEIST

Wellness ist Balsam für Körper und Seele. Nach einem Strandspaziergang in die Sauna – das regt den Kreislauf an, öffnet die Poren und lässt tief durchatmen. Im SlowDown Bottsand | Hotel & Spa

erwartet Gäste außerdem ein beheizter Outdoor-pool: warmes Wasser, frische Brise, Sonne auf der Haut – ein kleines Glückspaket für Muskeln, Haut und Stimmung. Die Massagen und Treatments sind saisonal abgestimmt: im Winter wohltuend regenerierend, im Sommer angenehm kühlend und spannend. Tipp: Wunschtermine am besten frühzeitig reservieren.

5. FRÜHSTÜCK NACH IHREM RHYTHMUS

Der Morgen darf hier so sein, wie man ihn mag: langsam, gemütlich, genussvoll. Süß oder deftig, vegan oder glutenfrei – jeder findet sein persönliches Lieblingsfrühstück. Unter der Woche bis 11 Uhr, am Wochenende bis 11.30 Uhr – perfekt zum Ausschlafen oder für eine zweite Runde nach Sauna und Strandspaziergang. Es gibt nicht nur den maritimen Ausblick, sondern auch eine große Teeauswahl, Kaffeespezialitäten, Säfte und Sekt.

6. RUND UM DIE UHR ERREICHBAR

Egal zu welcher Uhrzeit eine Frage aufkommt, ein nettes Gespräch gesucht wird oder die Anreise erst spät erfolgt – die Rezeption ist rund um die Uhr besetzt.

Jetzt reservieren und maritim entspannen!
SlowDown Bottsand: Tel.: 04343 / 185 980, www.slowdown-bottsand.de |
SlowDown Travemünde: Tel.: 04502 / 780 1000, www.slowdown-travemuende.de


SLOW DOWN
BOTTSSAND | HOTEL & SPA

bei Kiel & Lübeck

*Reisefieber
trifft
Ostseegefühl*

Jedes Zimmer mit
eigener Dampfsauna
& Balkon

*5 Nächte bleiben
&
25 % sparen*



SlowDown Bottsand | Hotel & Spa
Ostseepromenade 30
24235 Wendtorf, Deutschland

+49 800 7668448
reservierung@slowdown-bottsand.de



MEHR ALS NUR ROSEN

Wenn die ersten Sonnenstrahlen die Straßen von Uetersen erhellen, Blumenbeete aufblühen und die Menschen wieder mehr Zeit draußen verbringen, zeigt sich die Stadt von ihrer schönsten Seite. Der Frühling steht für Neuanfang, frische Ideen und neue Begegnungen – genau der richtige Moment, um die Vielfalt vor Ort zu entdecken. In unserer Stadtstrecke stellen sich engagierte Unternehmen, kreative Köpfe und vertraute Gesichter aus Uetersen vor. Lernen Sie die Menschen kennen, die das Leben hier mitgestalten und die Stadt jeden Tag ein Stück lebendiger machen.

TERMINE IN UETERSEN

bis 21. April
Ausstellung „Uetersen im Wandel der Zeit“ – Mühlen und Wasserläufe
Foyer des Rathauses

8. April, 15 Uhr + 12. April, 11 Uhr
Starke Frauen (Filmreihe):
„Wie im echten Leben“
Burg Kino, Marktstraße 24

8., 14., 22., 28. April, 10.30 Uhr
Radtouren für Senior*innen
Treffpunkt: vor dem Haupteingang
zum Rosarium, gegenüber
dem Rathaus Uetersen

9. + 24. April, 14 Uhr
Boulen im Rosarium
Rosarium, Boule-Bahnen

13. April, 10 Uhr
Senioren-Kochstudio
Martin-Luther-Haus

14. + 28. April, 15 Uhr
Internetcafé für Senior*innen
AWO (Anna-Sievers-Seniorentreff),
Berliner Straße 12

18. April, 14 Uhr
Repair-Café Uetersen
Stadtwerkehaus, Parkstraße 1

3. April, 10 Uhr
Elterncafé
Grundschule Birkenallee,
Birkenallee 46, Raum 1

29. April, 15.30 Uhr
Erzählen und Basteln für Kinder
im Alter von 5 bis 8 Jahren
Stadtbücherei Uetersen

30. April, 15 Uhr
Kino für Senior*innen:
Thelma – Rache war nie süßer
Burg Kino, Marktstraße 24

30. April, 17 Uhr
Spielnachmittag für alle
von 8 bis 99 Jahren
Stadtbücherei Uetersen

Mehr Veranstaltungen
unter www.uetersen.de



CITYFEST IN UETERSEN

*Das Uetersener CityFest zieht jedes Jahr viele tausend Besucher*innen an. Kein Wunder, denn hier erwartet die Gäste am 3. Mai ein abwechslungsreiches Programm für die ganze Familie – voller Unterhaltung, Mitmachaktionen und besonderer Erlebnisse.*

Buntes Treiben von morgens bis abends: Unter dem Motto „Mit Schiff & Dampf in den Modellbau-Frühling“ öffnet das Rosarium Uetersen am 3. Mai vormittags seine Tore für alle Technik- und Modellbau-Begeisterten. Die Modellbaufreunde Tornesch sowie befreundete Vereine präsentieren dort ihre detailreichen Modelle und stehen Interessierten gern für Gespräche zur Verfügung. Ein faszinierender Einblick in eine Welt voller Präzision und Leidenschaft ist garantiert.

SNHÄPPCHEN-PARADIES

Schon ab 9 Uhr startet der Aufbau des beliebten Flohmarktes auf dem Uetersener Marktplatz. Organisiert von HMF24.eu, lädt er Schnäppchenjäger*innen und Trödelfans zum Stöbern und Entdecken ein. Wer selbst einen Stand betreiben möchte, kann sich online oder telefonisch anmelden unter Tel.: 04821 / 94 70 84.

WASSER MARSCH!

Ein besonderes Highlight für kleine und große Besucher*innen ist ab 11 Uhr die Jugendfeuerwehr Uetersen. Mit spannenden Vorführungen, Übungen und Mitmachaktionen gibt sie Einblicke in ihre wichtige Arbeit und freut sich über viele neugierige Gäste, die selbst einmal aktiv werden möchten.

SHOPPING-SONNTAG

Ab 12 Uhr beginnt der verkaufsoffene Sonntag, bei dem zahlreiche Geschäfte in der Innenstadt ihre Türen öffnen. Die Besucher*innen dürfen sich auf attraktive Angebote, besondere Aktionen und ein lebendiges Einkaufserlebnis freuen. Ergänzt werden die Programmpunkte durch vielfältige Informationsstände, kulinarische Spezialitäten, zusätzliche Verkaufsstände sowie Kinder-Karussells, die das CityFest zu einem rundum gelungenen Erlebnis für Jung und Alt machen.

FOKUS FITNESS

Am Nachmittag, um 14 Uhr, sorgt das PRISMA-Gesundheitsstudio auf dem Marktplatz für sportliche Unterhaltung. Mit einer eindrucksvollen Taekwondo-Vorführung zeigen die Teilnehmer*innen ihr Können und begeistern das Publikum mit Dynamik und Disziplin.

Das **Uetersener CityFest** verspricht somit einen erlebnisreichen Tag voller Vielfalt, Begegnungen und Unterhaltung – ein Fest, das man sich nicht entgehen lassen sollte. Für Besucher*innen stehen ausreichend Parkmöglichkeiten in der Parkpalette zur Verfügung. Mehr Infos unter www.ihg-uetersen.de.

IHG Uetersen
Interessengemeinschaft Handel und Gewerbe e.V.

*Gemeinsam für
ein starkes Uetersen!*

Veranstaltungen in Uetersen 2026

Cityfest

Sonntag, 3. Mai
Verkaufsoffener Sonntag mit Flohmarkt –
ein Fest für die ganze Familie

Rosensaison-Eröffnung

Donnerstag, 11. Juni –
PARKHOTEL-Rosarium****
Vorstellung der Rosen-Neuheiten,
Verleihung der Rosennadel

Uetersener Rosensaison

12. Juni bis 27. September
Jeden Sonntag kostenlos:
10:30 Rosariumführung,
15 Uhr Rosariumkonzert

Rosenfest

Sonnabend/Sonntag 4. und 5. Juli
Gesamte Innenstadt und Rosarium –
ein Fest rund um die Rose
Verkaufsoffener Sonntag mit Flohmarkt

Weinfest

Donnerstag, 3. bis Sonntag 6. September
Wassermühlenstraße

Herbstfest

Sonntag, 4. Oktober
Verkaufsoffener Sonntag mit Flohmarkt

Martinsumzug in der Altstadt

Montag, 11. November –
Altstadt und Kloster

Advent in Uetersen

18. November bis 9. Januar 2027
Kieken, Klönen, Köpen
in gemütlicher Atmosphäre

IHG Uetersen
Interessengemeinschaft Handel und Gewerbe e.V.



Website



Instagram



Facebook

PRÄZISION FÜR DIE AUGEN

*Mehr Licht, mehr Bewegung, mehr draußen:
Der Frühling stellt neue Anforderungen an unsere Augen.*

Wenn die Tage länger werden und Aktivitäten im Freien wieder mehr Spaß machen, spielt gutes Sehen eine besonders wichtige Rolle. Gerade bei wechselnden Lichtverhältnissen und intensiver Sonne zeigt sich, wie wichtig präzises Sehen ist.

Mit der richtigen Technik ist eine exakte Untersuchung der Augen kein Problem. Die Sehanalyse bei Lühr Optik ist 25-mal genauer als ein herkömmlicher Sehtest. Das Ergebnis ist ein besonders individuelles Sehprofil – die perfekte Grundlage für maßgeschneiderte Brillengläser.

KLARE SICHT IM FREIEN

Auch für Sport und Outdoor-Aktivitäten im Frühling lohnt sich diese Genauigkeit. Sportbrillen mit individueller Sehstärke sorgen für klare Sicht, optimalen Schutz und hohen Tragekomfort – etwa beim Radfahren, Laufen oder Wandern. Spezielle Gläser reduzieren Blendungen, verbessern Kontraste und bieten sicheren Halt bei Bewegung. So machen Ausflüge und Sporteinheiten an der frischen Luft wieder Spaß, ohne Augen zu kneifen. Überraschungen auf der Strecke oder Sorgen, dass die Brille verloren geht.

Lühr Optik bietet Sportbrillen für jeden Anspruch – inklusive individueller Sehstärke.



Lassen Sie Ihre Augen jetzt überprüfen und starten Sie mit klarem Blick in die aktive Jahreszeit. Für eine Sehanalyse sollte vorab ein Termin vereinbart werden.

Lühr Optik in Tornesch und Uetersen

Lindenweg 2, Tornesch · Tel.: 04122 / 59 95

Am Markt 3, Uetersen · Tel.: 04122 / 954 99 49

www.lühr-optik.de

Foto: Julbo



Tanzlehrerin Wiebke Buck

MIT SCHWUNG ÜBERS PARKETT

Wiebke Buck hat Grund zu feiern, denn im März wird ihre Tanzschule 22 Jahre alt und sie hat noch lange nicht genug. Ihre breit gefächerten Kurse bieten großen Tanzspaß für jedes Alter: Die Jüngsten starten mit 1,5 Jahren bei den Mini Kids und die Ältesten tanzen mit Mitte 80 im Club Agilando. Neben Paartanz, Discofox und Hochzeitskursen bietet das Team auch Linedance, Zumba Fitness, Kindertanz

und HipHop an. Der Club Agilando, seit 2009 fester Bestandteil in der **ADTV Tanzschule Wiebke Buck**, startet mit einem neuen Einsteigerkurs ab April für alle schwungvollen Tanzbegeisterten ab 60 Jahren.

Im Mai und Juni beginnen auch wieder die beliebten Hochzeitstanzkurse für die anstehende Saison. Mehr Infos unter www.tanzschule-wiebke-buck.de.

Foto: ADTV Tanzschule Wiebke Buck

▶▶▶ TANZEN FÜR JEDE GENERATION

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



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

1 – 2 – 3:

KOMPETENZ, SPASS UND ERLEBNIS

Mode entdecken, stöbern, lachen und am Ende genau das richtige Teil finden – so fühlt sich ein Besuch in den Geschäften von Nina Reinholdt in Uetersen an. Und das Beste daran: Es ist fast wie ein Einkauf mit der besten Freundin oder dem besten Freund.

Mit viel Leidenschaft, einem sicheren Gespür für Trends und einem offenen Ohr für ihre Kund*innen führt Nina Reinholdt gleich drei Geschäfte in der Innenstadt. Jedes hat seinen eigenen Charakter – zusammen bilden sie jedoch ein stimmiges Konzept aus Mode, Inspiration und persönlicher Beratung.



DREI LÄDEN, VIELE LIEBLINGS- STÜCKE

Im Damenmodegeschäft erwartet Kundinnen eine sorgfältig ausgewählte Kollektion, die modische Trends mit tragbaren Lieblingsstücken verbindet. Besonders bekannt ist das Geschäft für seine ausgeprägte Hosenkompetenz. Eine große Auswahl an Marken und Modellen sorgt dafür, dass hier nahezu jede Frau die perfekte Hose findet. Die persönliche Beratung hilft dabei, neue Formen auszuprobieren und genau das Modell zu entdecken, das optimal sitzt und zum eigenen Stil passt.

Auch für die „Männerwelt“ gibt es ein eigenes Geschäft. Hier finden Herren eine entspannte Atmo-

Die Geschäfte von Nina Reinholdt verlässt man oft nicht nur mit einem neuen Lieblingsstück, sondern auch mit einem Lächeln.

sphäre, stilvolle Mode und hochwertige Basics für Alltag und Freizeit. Das Thema Hose spielt auch hier eine zentrale Rolle: Von sportlich bis klassisch stehen zahlreiche Passformen zur Auswahl – kombiniert mit fachkundiger Beratung und einem Blick für Details.

Das dritte Geschäft „enjoy“ lädt zum Stöbern und Entdecken ein. Zwischen liebevoll ausgewählten Geschenkideen, Accessoires, dekorativen Wohnartikeln und modischen Highlights findet sich immer etwas Schönes.

Was alle drei Geschäfte verbindet, ist die besondere Atmosphäre. Hier wird Einkaufen zum Erlebnis: persönlich, herzlich und kompetent. Bei **Pittis by Nina** wird aus „eins, zwei, drei“ mehr als nur eine Zahl – es ist ein Konzept aus Kompetenz, Spaß und Erlebnis mitten in Uetersen. Mehr täglich auf Instagram: pittis_by_nina.

PITTIS

by Nina

ENJOY

by Nina

PITTIS

by Nina

Pittis by Nina

Nina Reinholdt

Großer Sand 12 & Großer Sand 17

Enjoy by Nina

Am Markt 3 · 25436 Uetersen

Tel. 04122 / 44 369 · info@pittis.de

**Für Neuigkeiten folgt uns gerne
auf Instagram!** 

Roland Würstchen

Handwerkstradition aus Tornesch seit 1986



In unserem **FABRIKVERKAUF** schlägt jedes „Griller-Herz“ höher

Von normalen Grillwürstchen bis zu außergewöhnlichen Spezialitäten für den Grill. Es ist für jeden etwas dabei. Hier ist jeder gern gesehen!

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 8-16 Uhr • Sa. 8-12 Uhr

Bi de Möhl 18 • 25436 Tornesch

Tel. 0 41 22 / 556 55 • www.roland-wuerstchen.de



GEWINNSPIEL

Wir verlosen ein Grillpaket von Roland Würstchen im Wert von 50 €* in unserem Newsletter am 15. April.

Registrieren Sie sich direkt und verpassen Sie keine News oder Gewinnspiele mehr: www.lebensart-sh.de/newsletter.



Geschäftsführerin und Fleischermeisterin Jacqueline Ahlert führt den Familienbetrieb in zweiter Generation.

Foto: Roland Würstchen

HANDWERK SORGT FÜR GRILLGESCHMACK

Seit 40 Jahren steht Roland Würstchen aus Tornesch für handwerklich hergestellte Wurst- und Fleischspezialitäten. Mit viel Erfahrung, besten Zutaten und echter Leidenschaft entstehen hier täglich hochwertige Grill- und Wurstprodukte für Genießer*innen. Ob klassische Bratwürste, herzhafte Krakauer oder besondere Fleischspezialitäten – bei Roland Würstchen beginnt die Grillsaison mit echtem Geschmack.

Mehr unter www.roland-wuerstchen.de.

*Der Gewinn kann vom 22. April bis 9. Mai 2026 im Werksverkauf in Tornesch eingelöst werden.

Gartenkataloge 2026

Die Neuen sind da!

Inspiration für Ihr Gartenprojekt! Entdecken Sie jetzt unsere neuen Gartenkataloge mit den aktuellsten Trendideen und Materialien.



Jetzt abholen oder online reinschauen.



KATALOGE ZUM LECKER MACHEN

Das **Bauzentrum Lüchau** ist ein norddeutscher Bau- und Gartenmarkt mit acht Standorten rund um Hamburg und in Schleswig-Holstein sowie einem Profi-Onlineshop mit über 45.000 Lagerartikeln. Das bedeutet starkes Sortiment mit starkem Service, denn der Verkauf erfolgt mit Fachberatung! „Wir möchten Menschen dabei helfen, ihre Gartenträume wahr werden zu lassen“, sagt Jochen Lüchau, Geschäftsführer Lüchau Baustoffe GmbH, und verweist auf die beiden Gartenkataloge 2026: „Meine Gartenprojekte“ und „Meine Gartenwelt“. Der erste ist ein Inspirationsmedium für alle, die ihren Außenbereich verschönern möchten. Themen sind u.a. Terrassenplatten und Außenbelag, Gartenhäuser, Schuppen und Überdachungen, Sichtschutz und Zäune sowie Holz im Garten, Gartenmöbel und Zubehör. Der andere zeigt auf, welche Maschinen und Produkte dabei behilflich sind. Sie möchten online blättern? Gerne:



Timo Sauer mit den neuen „Inspirationsmedien“ für 2026.

Foto: Bauzentrum Lüchau



Rissener Str. 142 • 22880 Wedel • www.luechau.de



ENDLICH ALLE UND ALLES VERSTEHEN

Mit einer weltweit einzigartigen, neuen Technologie macht der Hörgerätehersteller Signia möglich, was bisher unmöglich schien. Erhältlich ist sie beim Team der Hörakustik von Köster Optik.

„Wenn meine Kinder und Enkelkinder beim Familienessen durcheinander plappern, verstehe ich die Hälfte nicht. Manchmal lachen dann alle über einen Witz, den ich nicht mitbekommen habe, sodass ich mich als Außenstehende*r fühle. Deshalb gehe ich kaum noch zu solchen Feiern.“ Könnte diese Aussage von Ihnen kommen? Damit sind Sie nicht allein. Für Menschen mit Hörverlust ist das Hören gerade in großen Gruppen eine Herausforderung. Selbst Hörgeräteträger*innen benennen dies nach wie vor als eines ihrer größten Probleme. In der Hörakustik von Köster Optik könnte Ihnen geholfen werden.



Farben bedient das Pure vielfältige Ansprüche und ist für fast alle Hörverluste geeignet. Der eingebaute Hochleistungs-Akku schafft bis zu 34h inkl. 5h Streaming. Zum Aufladen stehen gleich vier Charger-Optionen zur Verfügung. „Mit der neuen IX Technologie von Signia sind unsere Kund*innen endlich wieder mittendrin und aktiv dabei“, freut sich auch Hörakustiker Ralf Buschhaus, Hörakustik-Meister und Co-Geschäftsführer von **Köster Optik**, der die neuen Hörgeräte schon ausprobiert hat. „Jetzt sind lebhaftere Diskussionen bei der nächsten Familienfeier kein Hindernis mehr. Nur um den Inhalt des Gesprächs müssen sich meine Kund*innen noch selbst kümmern.“ Mehr Infos unter www.koester-optik.de.



WIEDER GERNE UNTER MENSCHEN

Mit Integrated Xperience, kurz IX, hat der Hörgerätehersteller Signia eine Weltneuheit vorgestellt: Diese Technologie sorgt dafür, dass die Hörgeräte die akustische Situation konstant analysieren, sich in Echtzeit nach den relevanten Gesprächspartner*innen ausrichten und deren Stimmen dann kontrastieren. Währenddessen bleiben die Umgebungsgereusche angenehm hörbar, ohne zu stören.

LÜCKENLOS IM GESPRÄCH BLEIBEN

Als erstes Hörgerät mit dieser einzigartigen Technologie bringt Signia das bewährte Pure in einer neuen Generation auf den Markt. Mit zehn

Be Brilliant™

Signia IX: Gemacht für Gespräche

signia

HÖRAKUSTIK
KÖSTER
AUGENOPTIK

Köster Optik GmbH
Gerberstraße 6-8
25436 Uetersen
www.koester-optik.de

GENUSS & EVENTS IM GASTHOF

Wer denkt, ein Landgasthof sei verstaubt und altmodisch, wird hier eines Besseren belehrt. Im Gasthof Zur Erholung stehen Genuss und frische Ideen im Mittelpunkt.

Der Gasthof Zur Erholung zeigt, wie modern und lebendig ein traditionsreicher Familienbetrieb sein kann. Bereits in der 6. Generation, geführt von Küchenchef Bernd Ratjen und seiner Schwester „Tante Anne“, hat dieser Ort mit einem klassischen Landgasthof so gar nichts mehr zu tun.

Als zertifizierter Biolandbetrieb und aktives Mitglied bei Initiativen wie Slow Food und Feinheimisch stehen hier Qualität, Regionalität und Nachhaltigkeit im Mittelpunkt.



TERMINE

- 13. Juni, 14–19 Uhr
Regionaler Genussmarkt
(Eintritt frei)
- 8. Mai:
Eröffnung der
Backyard-Saison
- Kochworkshops:
16. April:
Sauerteigbrot
- 4. Juni:
Spargel mal anders
– vegan, natürlich & lecker!
- 18. Juni:
Gemüse fermentieren
- 9. Oktober:
Von der Snute zum Steert

KREATIVES & LECKER

Doch die „Erholung“ ist weit mehr als nur ein Restaurant: Ob inspirierende Kochworkshops, stimmungsvolle Musikveranstaltungen, gesellige Wirtshausabende oder das exklusive Fine-Dining-Erlebnis „Bernies Dinner Club“ – das Programm ist vielfältig und alles andere als gewöhnlich.

Besonders beliebt ist die Location auch für private Feiern und Events. Von Hochzeiten über Geburtstage bis hin zu Firmenevents bietet der

Gasthof den passenden Rahmen für 8 bis 120 Personen – individuell, herzlich und professionell organisiert. Ein Ort zum Genießen, Feiern und Wiederkommen. Mehr Infos unter www.zur-erholung-uetersen.de.

Zur Erholung
Mühlenstr. 56, Uetersen
Tel.: 04122 / 25 92
www.zur-erholung-uetersen.de



Foto: Zur Erholung (1)



DIE ADRESSE FÜR BLUMENTRÄUME

Mit Liebe zum Detail und einem Gespür für besondere Augenblicke verwandelt Blumen & Gestaltung Sudeck jede Blume in eine Botschaft.

Die kreativen Florist*innen von **Blumen & Gestaltung Sudeck** widmen sich mit Hingabe den Wünschen ihrer Kundschaft. Ob romantische Brautsträuße, festliche Tischdekoration oder stimmungsvoller Kirchen- und Locationschmuck – an Ihrem Hochzeitstag sorgt das Team für eine unvergessliche Gestaltung, die gute Laune macht. Doch auch in schweren Stunden ist das Fachgeschäft in Uetersen für Sie da. Die liebevoll gebundenen Trauerkränze, Gestecke und Sträuße begleiten Sie auf Ihrem Weg der Trauer. Und wenn Sie Blumengrüße mal nicht selbst überbringen können, liefert Blumen & Gestaltung Sudeck als 5-Sterne-Fleurop-Partner zuverlässig und schnell direkt an den Wunschort. Passend zum floralen Angebot finden Sie in der Reuterstraße 90 auch eine große Auswahl an Dekorationsartikeln. Mehr Infos unter www.blumen-sudeck.de.



FÜR DIE ALLERBESTE

Am 10. Mai ist Muttertag. Überraschen Sie Ihre Mutter mit einem besonderen Blumengruß! Bestellen können Sie diesen bequem per Mail an info@blumen-sudeck.de oder telefonisch unter Tel.: 04122 / 31 66. Lassen Sie sich vom Blumenparadies inspirieren und machen Sie Ihren Liebsten eine Freude.

Fotos: Blumen & Gestaltung Sudeck

SUDECK
Blumen & Gestaltung

Am 10. Mai ist Muttertag!



Reuterstraße 90 · 25436 Uetersen
Telefon: 04122 / 3166 · Telefax: 04122 / 48407
E-Mail: info@blumen-sudeck.de
www.blumen-sudeck.de



Bei Lavorenz finden Sie ein umfangreiches Angebot und freundliche Beratungen.

ALLES FÜR DEN BUNTEN ALLTAG

Von Büchern und Büroausstattung über Schulwaren, Geschenke und Deko bis hin zu Fotografie – das Angebot von Lavorenz in Uetersen lässt kaum Wünsche offen.

Mitten in Uetersen lädt **Lavorenz** dazu ein, den Alltag neu zu entdecken – kreativ, stilvoll und voller Farbe. Ob frische Deko-Ideen für Ihr Zuhause oder liebevoll ausgewählte Geschenkartikel für besondere Menschen: Hier finden Sie Inspiration für jeden Anlass.

ERGONOMIE & ERINNERUNG

Von farnefrohen Schreibtischaccessoires, die den Büroalltag verschönern, bis hin zu ergonomischen Bürostühlen für mehr Komfort – Lavorenz verbindet Funktionalität mit Design. Auch für Ihr Zuhause bietet das Geschäft stilvolle Einrahmungen, die Erinnerungen perfekt in Szene setzen.

SCHULE & SCHMÖKERN

Für Schüler*innen und Familien hält Lavorenz ein hochwertiges Sortiment bereit: vom ersten Füller bis zum passenden Schulrucksack – alles, was für einen gelungenen Start gebraucht wird. Und für die kleinen Auszeiten zwischendurch wartet eine feine Auswahl an Büchern, die zum Schmökern und Entspannen einladen. Lassen Sie sich vom geschulten Personal beraten, wenn Sie sich noch unsicher sind, was zu Ihnen passt. Ein besonderes Highlight: professionelle Outdoorshootings für die ganze Familie – für Erinnerungen, die bleiben. Mit diesem bunten Angebot bringt Lavorenz Farbe in Ihren Alltag. Mehr unter www.lavorenz.de.



Foto: Lavorenz

Entdecke unsere bunte Vielfalt.

Wir bringen Farbe in deinen Alltag.



Lavorenz
FOTO·BUCH·PAPIER

Gr. Sand 26 · 25436 Uetersen · Tel.: 04122 92 57-0 · Mo.-Fr.: 09:00-18:30 Uhr · Sa.: 09:00-14:00 Uhr

SPRACHZAUBER IM BILDERBUCH



Ein Hund im Bus, ein Topf mit Wollmütze –

Logopädin Cathrin Fehring gestaltet zauberhaft schöne und herrlich witzige Bilderbuchabenteuer und hilft Kindern ganz nebenbei beim Sprechenlernen.

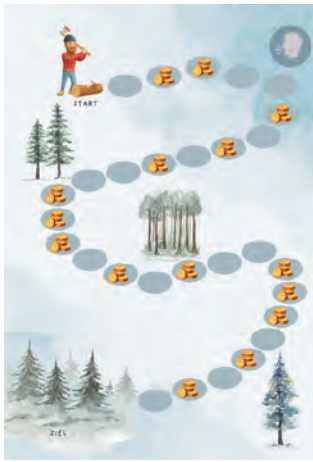
VON NATALIE ZAHNOW

Lebensart im Norden: Du bist Logopädin – und Künstlerin. Wie kam eins zum anderen?

Cathrin Fehring: Ich denke, Künstlerin war ich schon mein ganzes Leben lang. Bereits als Kind habe ich sehr gerne gemalt und gezeichnet, habe es im Erwachsenenalter jedoch jahrelang vernachlässigt. Erst durch die Corona-Pandemie im Jahr 2020 habe ich wieder zum Pinsel gegriffen und die Aquarellmalerei für mich entdeckt. Für die Gestaltung des Bilderbuches habe ich mich dann in die Welt der digitalen Illustrationen eingearbeitet. Das war sehr spannend, aber auch herausfordernd, da es sich deutlich von meiner bisherigen Aquarellmalerei unterscheidet. Der Wunsch, Logopädin zu werden, entstand während meiner späten Schulzeit. Ich interessiere mich sehr für Sprache, wollte aber auch unbedingt mit Menschen arbeiten. In meinem Beruf als Logopädin kann ich meine Kreativität auf ganz besondere Weise ausleben.

Kürzlich hast du im Eigenverlag dein zweites Kinderbuch herausgebracht. In beiden Werken erzählst du mit wunderschönen Illustrationen nicht nur eine Geschichte, sondern integrierst darin auch dein Fachwissen. Wie ist es zu den Büchern gekommen?

Die Geschichten habe ich bereits vor vielen Jahren geschrieben und auch in der logopädischen Therapie eingesetzt – allerdings noch ohne Illustrationen. Ich hatte seitdem immer den Wunsch, aus den Geschichten irgendwann Bilderbücher zu entwickeln. Mir fehlte aller-



Zauberhaft gestaltet, begeistern die Bilderbücher von Cathrin Fehring nicht nur mit einer schönen Geschichte, sondern bieten auch spielerische Übungen zur Sprachförderung.

dings das nötige Know-how und – ehrlich gesagt – auch die Zeit für so ein Projekt. Wie der Zufall es wollte, bin ich dann im letzten Jahr auf einen Onlinekurs einer Logopädin und Illustratorin gestoßen, in dem es um die Gestaltung eines eigenen Kinderbuches ging. Meine Arbeitgeberin, die von meinem Wunsch und meinem kreativen Talent wusste, hat mich heimlich dort angemeldet und mir damit den entscheidenden Schubser in die richtige Richtung verpasst, wofür ich ihr unglaublich dankbar bin. So bin ich schließlich in die Umsetzung gekommen.

In deinen Geschichten geht es um „den Hund, der in den Bus gepinkelt hat“ oder „den Topf mit der Wollmütze“. Das klingt nach herrlich viel Quatsch im Kinderzimmer!

Oh ja, das ist es auch! Mir ist es besonders wichtig, Geschichten mit viel Witz und Leichtigkeit zu erzählen, die Kinder sofort erreichen und ihnen Spaß machen.

Viele Eltern kennen die Sorge, wenn das Kind Buchstaben vertauscht oder Laute nicht richtig greifen kann. Wie schaffen es deine Bücher, dass Sprachförderung gar nicht nach „Üben“ aussieht, sondern nach einem entspannten Abenteuer auf dem Sofa?

Die Kinder finden in meinen Büchern Identifikationsfiguren, die ähnliche oder sogar gleiche Schwierigkeiten beim Sprechenlernen zeigen. Die Kinder können den inneren Monolog der Hauptfiguren miterleben. Dabei lernen



sie ganz nebenbei, dass Sprachlaute eine bedeutungsunterscheidende Funktion haben, und wie wichtig eine verständliche Aussprache ist. Das alles geschieht ohne erhobenen Zeigefinger, sondern auf eine lustige und ansprechende Weise. Außerdem gibt es in beiden Büchern neben der Geschichte einen großen Übungsteil mit vielen abwechslungsreichen Spielen und Rätseln. Meine Bücher sind daher Bilder- und Spielebücher zugleich.

Deine Illustrationen wirken sehr sanft und lebendig zugleich. Welches Gefühl möchtest du den Kindern und Eltern durch diese besondere Ästhetik vermitteln, während sie in die Welt der Laute eintauchen?

Ich möchte mit meinem Stil eine Atmosphäre der Ruhe und Geborgenheit erschaffen, einen Gegenpol zu den vielen schrillen, bunten und reizüberfluteten Bildern unserer modernen digitalen Welt. Ich habe die Illustrationen bewusst minimalistisch gehalten, um den Fokus auf die Geschichte zu lenken.

Was ist deine wichtigste Botschaft an Familien, die deine Bücher lesen – was nehmen die Kinder ganz unbewusst für ihre Entwicklung mit?

Mir ist wichtig, den Kindern – und auch Erwachsenen – zu zeigen, dass es okay ist, Fehler zu machen, und dass man aus ihnen lernen kann. In meinen Geschichten wird über Irrtümer gemeinsam gelacht – und nicht übereinander!

Zwei Bücher sind nun bereits in der Welt. Wenn du in die Zukunft blickst: Schlummern in deinem Skizzenbuch schon weite-

re Ideen oder Charaktere, die nur darauf warten, zum Leben erweckt zu werden?
An Ideen mangelt es mir nicht! Ich liebe es, mir Geschichten auszudenken, und da ich mich mittlerweile gut in die Kinderbuchillustration und digitale Gestaltung eingearbeitet habe, kann ich mir durchaus vorstellen, weitere Bilderbücher zu veröffentlichen. Die eine oder andere Geschichte wartet bereits darauf, zum Leben erweckt zu werden ...

CATHRIN FEHRING

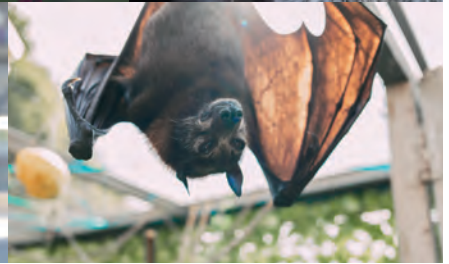
Die gebürtige Neumünsteranerin entdeckte schon früh ihre Liebe zur Kunst. Neben ihrem Beruf als Logopädin fand sie während der Corona-Pandemie zur Aquarellmalerei zurück. Seither präsentiert sie ihre Werke in verschiedenen Ausstellungen wie der HolstenArt. Im Herbst 2025 erschien ihr erstes Kinderbuch, im März folgte nun das zweite. Einblicke in ihre Arbeit gibt sie auf Instagram unter [derschuhistrosa](https://www.instagram.com/derschuhistrosa). Ihre Bücher sind erhältlich bei Amazon oder auf www.derschuhistrosa.de.



„Der Hund, der in den Bus gepinkelt hat“, erschienen im Eigenverlag, 80 S., 24,90 Euro



„Der Topf mit der Wollmütze“, erschienen im Eigenverlag, 82 S., 24,90 Euro



TIERISCH TOLLE Familienausflüge

*Ob Sonne oder Schietwetter – hier tauchen kleine und große Entdecker*innen in faszinierende Tierwelten ein.*

UNTERWASSERWELT DER NORDSEE: MULTIMAR WATTFORUM

Im Nationalpark-Zentrum Multimar Wattforum in Tönning zeigt eine große Mitmachausstellung die Lebensräume zwischen Fluss, Salzwiese, Watt und Nordsee. In den Aquarien können Sie über 280 Tierarten beobachten – vom Seepferdchen bis zum Katzenhai. Gehen Sie mit Fischschwärmen auf Tauchstation, beobachten Sie die Fischotter im Freigehege und staunen Sie in der Wal-Ausstellung über den lebensgroßen Pottwal. Draußen wartet ein Wasserspielplatz und wer mag, kehrt im Restaurant mit Eiderblick ein. Weitere Infos: multimar-wattforum.de

FASZINIERENDE TIERWELTEN: NATURWISSENSCHAFTLICHES MUSEUM FLENSBURG

In den Ausstellungen des Naturwissenschaftlichen Museums in Flensburg treffen Sie Tiere und Pflanzen aus Wald, Moor, Stadt, Teich und

Meer. Beliebt bei den Kids: der „streichelbare“ Seehund, das riesige Spinnenmodell und das niedliche Fischotter-Baby. Forschungs- und Entdeckungsstationen laden zum Ausprobieren ein. Direkt nebenan liegt das Eiszeit-Haus (eiszeit-haus.de) – perfekt für Fossilien- und Strandsteinfans. Eigene Funde können vor Ort bestimmt werden. Weitere Infos gibt's unter naturwissenschaftliches-museum.de.

TIERE HAUTNAH ERLEBEN: TIERPARK GETTORF

Im Tierpark Gettorf kommen Sie vielen Exoten ganz nah – Affen, Kängurus, Papageien, Flamingos und mehr. Begehbare Gehege und Fütterungen machen es möglich. Für Kinder warten zusätzlich der Streichelzoo, ein Wasserspielplatz, der Niedrigseilgarten und die Kletterlandschaft. Osterferien-Tipp: Noch bis zum 12. April läuft die Osterrallye – einfach einen Zettel an der Kasse holen, Rätsel lösen und mit etwas Glück Preise gewinnen. Mehr dazu: tierparkgettorf.de



DAS UNIVERSUM DER FLEDERMÄUSE: NOCTALIS BAD SEGERBERG

Das Noctalis Fledermauszentrum am Kalkberg in Bad Segeberg entführt in die Welt der Fledermäuse. In der Erlebnisausstellung geht es um Flugkunst, Anatomie, Echoortung und das Leben im Dunkeln – mit Stationen zum Ausprobieren und Erleben. Wer mag, schließt sich einer Führung in die Kalkberghöhle an. Über 30.000 Fledermäuse nennen diesen Ort ihr Zuhause. Mehr Infos und Termine: noctalis.de

EINBLICKE IN AUFZUCHT UND FORSCHUNG: SEEHUNDSTATION FRIEDRICHSKOOG

In der Seehundstation Friedrichskoog können Seehunde und Kegelrobben aus nächster Nähe beobachtet werden. Die Ausstellung „Heimische Robben im Weltnaturerbe Wattenmeer“ erklärt anschaulich Themen wie Biologie, Lebensraum und Schutz der Tiere. Im „Robbenblick“ wird veranschaulicht, wie verlassene oder verletzte Jungtiere versorgt werden. Eine 23 Meter lange Glasfront gibt Einblick in die Becken und den Aufzuchtbereich (Zugang bleibt aus Tierschutzgründen gesperrt). Während der Fütterungen gibt es spannende Infos aus erster Hand. Am besten vorab Fütterungszeiten checken. Mehr Infos: seehundstation-friedrichskoog.de

RAUS IN DIE NATUR!

Die NAJU sucht junge Eichhörnchen-Forscher*innen

Beim Kinderwettbewerb „Erlebter Frühling“ können Kinder bis 13 Jahre draußen forschen, kreativ werden und einen Naturerlebnistag gewinnen.

Mit der Ankunft des Frühlings traut sich auch das Eichhörnchen immer öfter aus seinem Nest. Es ist „Frühlingsbote“ beim diesjährigen Kinderwettbewerb „Erlebter Frühling“. Die Naturschutzjugend (NAJU) lädt Kinder bis 13 Jahre ein, draußen das Eichhörnchen zu erforschen und mit einem kreativen Beitrag teilzunehmen.

FORSCHEN UND GEWINNEN

Bis zum 31. Mai können Kinder ihre Beobachtungen in Form von Forschungsbüchern, Zeichnungen, Geschichten, Theaterstücken und vielem mehr einsenden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Wichtig ist: rausgehen,



genau hinschauen und die Natur erleben. Als Preise gibt es unter anderem einen spannenden Naturerlebnistag zu gewinnen, bei dem es noch mehr zu entdecken gibt.



TEILNAHME LEICHT GEMACHT

Mitmachen können alle Kinder bis 13 Jahre als einzelne*r Frühlingsforscher*in, als NAJU-Gruppe, als Schulklasse oder Kindergartengruppe. Teilnahmeschluss ist der 31. Mai 2026, das Teilnahmeformular kann bis 17. Mai ausgefüllt werden.

Weitere Informationen sowie das Teilnahmeformular finden Interessierte online unter www.naju.de/erlebter-fruehling.

Fotos: Adobe Stock

BUCHTIPP

HAMSTERINVASION



Was tun, wenn die Eltern kein Haustier erlauben? Die pfiffige Heldin dieses Bilderbuchs hat sofort eine Idee und kauft sich heimlich zwei Hamster. Damit die putzigen Tierchen sich heimisch fühlen, baut sie ihnen ein Haus, strickt ihnen Pullover und schenkt ihnen Sonnenbrillen. Die Hamster fühlen sich pudelwohl und beginnen, eine Familie zu gründen – der Beginn der Hamsterinvasion. Fantasievoll und witzig porträtiert

Martina Tonello hier eine wilde Hamsterhorde und erzählt eine unterhaltsame Story rund um Haustiere, geheime Kindheitswünsche und aberwitzige Pläne. Aus dem Italienischen übersetzt von Andrea Grill.

Martina Tonello: Hamsterinvasion
Achse Verlag, 48 S., 22,50 Euro, ab 4 Jahren

Foto: Kätchen Krüger Kinderschulwimmelschule

Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf gegen Herzkrankheiten.

Helfen Sie mit
www.herzstiftung.de/spenden



Die Schuhkiste Kinderschuhe & mehr...

Hamburger Straße 22 • 24558 Henstedt-Ulzburg
www.dieschuhkiste.de • Tel.: 04193 / 980 65 00

... weil Kinderfüße kostbar sind
immer gute Beratung * Auswahl auf 200m²



JUNGES Gemüse

*Frisch, zart und voller
Farbe: Wenn das erste
Gemüse des Jahres geerntet
wird, ziehen Leichtigkeit
und neue Energie in
die Küche ein.*

GEBRATENES LACHSFILET AUF ERBSEN-MINZ-PÜREE

ZUBEREITUNGSZEIT: 30 Minuten

ZUTATEN für 4 Personen

- 4 Lachsfilets (à ca. 150 g)
- 600 g TK-Erbsen zzgl. einige zum Dekorieren
- 1 Bund frische Minze
- Abrieb und Saft von 1 Bio-Zitrone
- 2 Schalotten
- 2 EL Butter
- 100 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Crème fraîche
- 1 Bund Radieschen
- 4 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- Kresse oder Radieschensprossen zum Dekorieren

1. Die Schalotten schälen und fein würfeln. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Die Erbsen (bis auf 4 EL) hinzufügen und kurz mitdünsten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und bei mittlerer Hitze ca. 5–7 Minuten köcheln lassen, bis die Erbsen weich sind.

2. In der Zwischenzeit die Minze waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen (einige Spitzen für die Deko aufbewahren). Die Radieschen putzen, waschen und in hauchdünne Scheiben hobeln oder schneiden. Die beiseitegelegten Erbsen kurz in kochendem Wasser blanchieren oder mit kaltem Wasser abspülen.

3. Den Topf mit den Erbsen vom Herd nehmen. Die Minzblätter, Crème fraîche und 1 TL Zitronenabrieb hinzufügen. Alles mit dem Stabmixer zu einem sehr feinen, cremi-

gen Püree verarbeiten. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Das Püree warm halten.

4. Die Lachsfilets unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das restliche Olivenöl und 1 EL Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Den Lachs auf der Hautseite bei mittlerer bis hoher Hitze ca. 3–4 Minuten kross anraten. Die Filets vorsichtig wenden und in 2–3 Minuten fertig garen, sodass der Kern noch leicht glasig ist.

5. Zum Anrichten das Erbsen-Minz-Püree kreisförmig auf 4 flachen Tellern ausstreichen. Den Lachs mittig darauf platzieren. Die Radieschenscheiben, die ganzen Erbsen und die restlichen Minzblätter dekorativ um und auf dem Fisch verteilen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und sofort servieren.

GRAUPEN-ONE-POT

MIT SPINAT & EDAMAME

ZUBEREITUNGSZEIT: 25 Minuten

ZUTATEN für 4 Personen

- 1 EL Rapsöl
- 2 Karotten
- 2 Knoblauchzehen
- 50 g gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Minze, Dill)
- 220 g Graupen
- 2 TL Gemüsebrühpulver
- Salz und Pfeffer
- 80 g Edamame (TK, ohne Schale)
- 100 g Babyspinat
- 150 g Frühlingszwiebeln
- 100 g Kokos- oder Sojajoghurt

1. Zuerst die Karotten schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und ebenfalls fein hacken. Das Rapsöl in einem großen Topf erhitzen. Die Karottenwürfel, den gehackten Knoblauch und etwa die Hälfte der Kräuter darin bei mittlerer Hitze etwa 3–5 Minuten unter Rühren dünsten, bis sie duften.

2. Die Graupen in einem Sieb unter kaltem Wasser abspülen, in den Topf geben und kurz mitdünsten. Mit etwa 1,1 Liter Wasser aufgießen und die Gewürzpaste hinzufügen. Alles einmal aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und bei kleiner Hitze mit leicht geöffnetem Deckel ca. 25 Minuten köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren, damit nichts am Topfboden ansetzt.

3. Während die Graupen garen, den Babyspinat waschen und waschen. Die Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Sobald die Graupen die Flüssigkeit fast vollständig aufgenommen haben und eine cremige Konsistenz erreicht ist, die Edamame, den Spinat sowie die Frühlingszwiebelringe unterheben.

4. Den Topf vom Herd nehmen und mit geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten ziehen lassen, bis der Spinat zusammengefallen ist. Den Graupentopf mit den restlichen frischen Kräutern bestreuen und nochmals kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf tiefen Tellern anrichten, mit jeweils einem Klecks Kokos- oder Sojajoghurt garnieren und servieren.



KAROTTENFLADEN

MIT BURRATA & PISTAZIENÖL

ZUBEREITUNGSZEIT: 2 Stunden

ZUTATEN für 4 Personen

- 1 kleines Bund bunte Karotten mit Grün
- 500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 1 Pck. Backpulver
- 250 g Quark
- 2 Eier
- 75 ml Milch
- 160 ml Olivenöl
- 400 g Schmand
- 70 g gesalzene, geröstete Pistazienkerne
- 4 Stiele Petersilie
- 200 g Burrata (alternativ Mozzarella)
- 1 TL Chiliflocken
- Salz und Pfeffer

1. Die Karotten putzen und schälen, dabei etwas zartes Grün stehen lassen. Karotten waschen und in kochendem Salzwasser 4–5 Minuten blanchieren. Dann abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

2. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Mehl, Backpulver und 1 TL Salz in einer Schüssel vermischen. Quark, Eier, Milch und 8 EL Öl dazugeben, alles kurz zu einem glatten Teig verkneten. Diesen auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 4 gleich große Portionen teilen und zu ovalen Fladen ausrollen. Jeweils 2 Fladen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen.

3. Schmand glatt rühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Teigfladen damit bestreichen. Die Karotten trocken tupfen und auf den Schmand legen. Die Fladen mit 2–3 EL Öl beträufeln, dann blechweise im vorgeheizten Backofen in 20–25 Minuten goldbraun backen.

4. Pistazien hacken. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Pistazien und Petersilie mit restlichem Öl verrühren. Burrata zerpflücken. Die Karottenfladen mit Burrata belegen, mit dem Pistazien-Petersilien-Öl beträufeln und mit Chiliflocken garniert servieren.



Feinschmecker-Tour

Im Mai verschmelzen zwei geführte Radtouren sportlichen Frühlingschwung mit dem Besten der regionalen Küche.



Wenn der Raps blüht und die Luft nach Frühling schmeckt, schlägt die Stunde der Genussradler*innen. In Kooperation mit dem Verein „Feinheimisch“ und dem Experten Frank Schöngart von „Dein Raderlebnis“ bieten die Touren weit mehr als reine Kilometerarbeit: Es geht um echte Menschen, authentische Produk-

te und die Geschichten hinter den regionalen Spezialitäten Schleswig-Holsteins.

FEHMARN MIT ALLEN SINNEN

Am 16. Mai startet eine rund 56 Kilometer lange Rundreise über die Sonneninsel Fehmarn. Die Route führt durch leuchtend gelbe Felder zu

ausgewählten Manufakturen. Auf dem Osterhof erhalten Teilnehmer exklusive Einblicke in den Betrieb, gefolgt von einer Stärkung. Hochprozentiges steht in der Fehmarn Destillerie im Fokus, bevor am Infopunkt der Fehmarnbelt-Querung ein Blick in die bauliche Zukunft der Insel erwartet wird. Der Tag klingt stilvoll bei Kaffee und Kuchen in der Tortenbotschaft – einem uralten Zirkuswagen – aus.

PRÄCHTIGE GUTSHÖFE

Am 22. Mai verlagert sich das Geschehen ans Festland. Von Sehestedt aus führt die 60 Kilometer lange Tour unter anderem zum Hof Bielfeldt und zum malerischen Gut Steinwehr. Hier, direkt am Nord-Ostsee-Kanal, stehen Erdbeertorte und Obstplantagen im Mittelpunkt. Historisch wird es auf Gut Bossee, wo die Familie von Bülow Einblicke in Wald und Wild gibt. Den krönenden Abschluss bilden hausgemachte Waffeln auf Gut Warleberg mit Logenplatz-Blick auf die vorbeiziehenden Schiffe. Für beide Touren wird ein E-Bike empfohlen. Die Touren kosten jeweils 71 Euro (für Mitglieder 65 Euro). Anmeldung möglich bis 8. Mai (Fehmarn) und 15. Mai (Gutshöfe) unter www.feinheimisch.de.

Foto: Adabe Stock

KOCHBUCH-TIPP

DIRTY BISTRO



Klotzen statt kleckern: Mit seinem Debüt-Kochbuch bringt Sternekoch Max Strohe die Energie seines „Dirty Bistro“ direkt in die heimische Küche. Zwischen Butter Burger, Pastrami Roll und Bouillabaisse treffen Comfortfood, Handwerk und kreative Lust aufeinander. Mal wild kombiniert, mal klassisch veredelt, entstehen Gerichte voller Geschmack und Charakter. Doch Strohe liefert mehr als Rezepte: Mit Witz und Haltung erzählt er von Genuss, Kreativität und der Schönheit des Unperfekten. Ein Buch wie ein Rockkonzert – laut, sinnlich und voller Leidenschaft.

Max Strohe: Dirty Bistro. DK Verlag, 240 S., 35 Euro



Foto: Peugeot Savours

SANFTE FARBEN, GROSSER AUFTRITT

Ganz neu präsentiert sich die ikonische Bistro-Mühle von Peugeot in einer frischen Farbpalette: Olivgrün, Felsgrau, Rauchblau, Altrosa, Blütenrosa, Salbeigrün, Federweiß und Kieselgrau. Töne, die an Kräuter, Stein, Blüten und Sommerhimmel erinnern – und zugleich an die lange Tradition der Marke, die ihren Ursprung nicht nur im Automobilbau, sondern bereits im 19. Jahrhundert in der Herstellung von Haushaltswaren und Gewürzmöhlen hat. Passend dazu sind die Back- und Auflaufformen in den Farben Olivgrün, Rauchblau und Salbeigrün erhältlich. Die passenden Kühlmanschetten runden das Gesamtbild ab – perfekt für lange Abende am gedeckten Tisch unter freiem Himmel. Alles erhältlich unter boutique.peugeot.de.

Karottenkuchen-Schnitten

ZUBEREITUNGSZEIT: 1 Stunde

ZUTATEN für 30 Stück

- 250 g Karotten
- 4 Eier
- 1 Prise Salz
- 200 g Zucker
- 200 ml Rapsöl
- 175 g Mehl
- 50 g gemahlene Haselnusskerne
- 1 EL Backpulver
- 200 g Puderzucker zzgl. etwas mehr zum Bestäuben
- 200 g weiche Butter
- Abrieb von 1/2 Bio-Zitrone
- 400 g Frischkäse

1. Den Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Karotten putzen, schälen und sehr fein raspeln. Die Eier trennen. Das Eiweiß mit Salz steif schlagen. Eigelb und Zucker schaumig schlagen. Das Öl unterrühren, dann die Karottenraspel zugeben. Mehl, Nüsse und Backpulver zur Karottenmischung geben. Den Eischnee vorsichtig unterheben.

2. Einen Backrahmen (ca. 30 × 25 cm) auf ein mit Backpapier belegtes Blech stellen und den Teig darin verteilen. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Stäbchenprobe machen. Den Kuchen herausnehmen und auskühlen lassen.

3. Für die Füllung den Puderzucker in die Butter sieben und gut verrühren, dann Zitronenschale und Frischkäse zugeben und alles zügig verrühren.

4. Den Kuchen halbieren, die Hälften jeweils waagrecht halbieren, sodass 4 Teile entstehen. Die Creme gleichmäßig auf den unteren Böden verstreichen, die oberen Böden jeweils in ca. 5 × 5 cm große Stücke schneiden und auf die Creme setzen, die unteren Böden entsprechend zerteilen. Die Karottenkuchenschnitten mit Puderzucker bestäubt servieren.





Fotos: Tilman Schuppius / Photostudio Matzen / Panorama Hotel Aschberg

FRÜHLING AUF DEM ASCHBERG

Ankommen und genießen: Hoch über dem Naturpark Hüttener Berge liegt das **Panorama Hotel Aschberg** mit dem Genuss-Highlight **Huk's Restaurant** – perfekt in das Naturbild eingegliedert.



Geschäftsführer und Küchenchef Michal Huk kreiert meisterhaft Gerichte aus regionalen Produkten.

Es ist ein außerordentlich hübscher, vielleicht sogar etwas magischer Ort: Mitten im Grünen hoch über dem Naturpark Hüttener Berge begeistert das Panorama Hotel Aschberg mit einem beeindruckenden Weitblick in die zauberhafte Natur. Durch die geschickt gestaltete Architektur integriert sich dieses einzigartige Hotel kunstvoll in die Umgebung – mit Zimmern, die sich quasi in den Berg schmiegen, und dem imposanten Hauptgebäude für das Restaurant und die Tagungsräume.

KUNSTVOLL GENIESSEN

Diese gelungene und genussvolle Verbindung von Kunst und Natur erlebt man auch in Huk's Restaurant. Küchenchef und Geschäftsführer Michal Huk versteht es meisterhaft, aus überwiegend regionalen Produkten kreative Gerichte zum Verwöhnen Ihrer Sinne zu zaubern. Ein wundervoller Ausflugstipp auch für Gourmets aus der Region!

FEIERN UND TAGEN

Ruhe und Erholung findet man im Panorama Hotel Aschberg genauso wie auch den idealen Ort für besondere Anlässe. Ob Hochzeit, Familienfeier, Event oder Tagung – das Team des Hotels schnürt Ihnen gerne ein Rundumsorglos-Paket für Ihre Veranstaltung. Das Team freut sich auf Ihre Anfragen unter Tel.: 04353 / 998 000 18 oder per E-Mail an sales@panorama-aschberg.de.



Regionale, frische Küche, atemberaubender Blick auf Natur & Ostsee und ein einzigartiges Ambiente!

Gerne begeistern wir Sie mit tollen Menüs im Huk's Restaurant!

Buchen Sie diese auch in Kombination mit einer Übernachtung mit dem Arrangement „Frühlingsfreuden“ (vom 01.04. bis zum 31.05.2026).

Dieses beinhaltet eine Übernachtung inklusive Frühstück im Doppelzimmer, einen Aperitif sowie ein exklusives 3-Gänge-Menü für zwei Personen für 289,00 €. Buchen Sie jetzt per E-Mail oder telefonisch.



Wenn Sie Fragen haben oder einen Tisch oder ein Zimmer reservieren möchten, kontaktieren Sie uns gerne unter Tel.: +49 (0) 4353 998000-10 oder per E-Mail an: rezeption@panorama-aschberg.de.

Huk's RESTAURANT



Öffnungszeiten

Montag

À la carte: 16 bis 21 Uhr
(Restaurantschluss: 22 Uhr)

Dienstag bis Sonntag

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

Huk's Restaurant
Panorama Hotel Aschberg
Aschberg 3 · 24358 Ascheffel
Tel.: +49 (0) 4353 998000-10
www.panorama-aschberg.de
E-Mail: rezeption@panorama-aschberg.de

LIGHT LAYERS, HEAVY STYLE

SCHÖNE
ÜBERGANGS-
JACKEN FÜR
DEN FRÜHLING

Wenn der Frühling anklopft, werden die Stoffe leichter und die Schnitte beweglicher. Übergangsjacken und dünne Mäntel rücken in den Vordergrund – in unterschiedlichen Formen, Materialien und Farben, passend für wechselhaftes Wetter. Vom Trenchcoat über die Lederjacke bis zum Denim-Klassiker – Marken wie Selected, VERO MODA und YAS präsentieren frische Modelle, die sich easy kombinieren lassen.

Alle Styles sind unter www.veromoda.com, www.y-a-s.com und www.selected.com erhältlich.



Bomberjacke
von VERO MODA



Denim Parka Jacke
von YAS

Kurze Jacke mit
Reverskragen
von VERO MODA



Steppjacke mit
hohem Kragen
von YAS



Wildleder-Jacke
von Selected



Lederjacke
mit Volumenärmeln
von YAS



Trenchcoat mit Stehkragen
von VERO MODA



Bestickte Jeansjacke
von YAS

Fotos: Selected, VERO MODA, YAS

MID-LENGTH JORTS UND SHORTS ALS NEUES STAPLE PIECE

Knielang statt kurz: Für Spring/Summer 2026 setzt die Modemarke Selected auf Mid-Length – reduziert, klar, mit Fokus auf Struktur und Linie.

Mittellange Silhouetten prägen die neue Kollektion von Selected: Jorts und lange Shorts, die knapp über dem Knie enden. Die Linie verbindet lässige Anteile mit Elementen des Tailorings und bildet die Basis der neuen Saison. Umgesetzt wird der Look etwa in Denim oder in reduzierten Chino-Varianten; kombiniert mit Streifenshirts für den Alltag, Oversize-Blusen für mehr Leichtigkeit und überlangen Blazern für Struktur. Die Farbpalette bleibt bewusst dezent: Off-White, Sand, kühles Blau, Navy. Leichte Wollmischungen und strukturierte Baumwolle prägen die Materialien und verweisen auf eine skandinavisch klare Haltung. Für kühlere Momente ergänzen Jacken mit großem Kragen oder hochgeschlossene Stehkragen-Modelle die Silhouette. Den finalen Akzent der Outfits setzen Tinted Glasses mit blau oder warm orange-braun getönten Gläsern – ein Accessoire, das Retro-Charakter mit moderner Klarheit verbindet.

www.selected.com



Ob als Denim- oder Chino-Variante: Jorts lassen sich vielseitig kombinieren.

Jorts sind das neue Staple Piece der Spring/Summer-Kollektion von Selected.

Fotos: Selected

BRILLENHAUS BLANKENESE



Gut vorbereitet für den
„Outdoorsport“ mit „Evil-Eye“!

Am Kiekeberg 1 • 22587 Hamburg
Tel. 040 / 86 37 32 • www.Brillenhaus-Blankenese.de



OUTDOOR- BRILLEN

Die Outdoorsaison beginnt und das **Brillenhaus Blankenese** ist gut vorbereitet: „Evil Eye“ ist eine Marke, die sich auf hochwertige Sportbrillen spezialisiert hat, die auch mit der eigenen Glasstärke verglast werden können. Diese Brillen sind dafür bekannt, innovative Technologien und hochwertige Materialien zu verwenden, um Sportler*innen den bestmöglichen Schutz und Komfort zu bieten. Oft sind sie für Outdoor-Aktivitäten wie Radfahren, Laufen, Skifahren und Segeln konzipiert, wobei die Brillen auch UV-Schutz, Belüftung und anpassbare Nasenpolster oder Bügel enthalten. Im Brillenhaus gibt es eine große Auswahl an „Evil-Eye“-Sportbrillen. Das Team berät Sie gerne umfassend. Weitere Informationen unter www.brillenhaus-blankenese.de.

Foto: Brillenhaus Blankenese

Strahlend und selbstbewusst Den eigenen Stil NEU ENTDECKEN

Welche Farben bringen Sie zum Strahlen?
Welche Schnitte unterstreichen Ihre Persönlichkeit?
Bei Be Gorgeous by Lucie finden Sie Antworten –
und vor allem Ihren ganz eigenen Stil.



Lucie Larsen ist Farb- und Stilberaterin aus Elmshorn.



Die Beratung findet entweder im Homestudio in Elmshorn oder ganz entspannt bei der Kundin zu Hause statt.



Vorher-nachher-Vergleich: Viele Kundinnen stellen fest, dass sie mit den passenden Farben automatisch frischer, strahlender und selbstbewusster wirken.

Die richtigen Farben können wahre Wunder wirken – sie lassen Ihren Teint frischer erscheinen, bringen Ihre Augen zum Leuchten und verleihen Ihnen eine natürliche Ausstrahlung. Als erfahrene Farb- und Stilberaterin aus Elmshorn begleitet Lucie Larsen Frauen dabei, ihre individuellen Farben und die passenden Kleidungsstücke zu entdecken. Neben den richtigen Farben werden in der Stilberatung gemeinsam Schnitte, Materialien und Proportionen analysiert, um Ihre Figur optimal zu betonen. Bei einem Kleiderschrank-Check gehen Sie gemeinsam Ihre vorhandene Garderobe durch,

sortieren aus, kombinieren neu und entdecken oft ganz neue Möglichkeiten mit bereits vorhandenen Kleidungsstücken. Ergänzend lernen Sie in Make-up-Workshops, wie Sie Ihren Look einfach und typgerecht unterstreichen. Mit dem neuen Wissen gewinnen Sie mehr Sicherheit, sparen Zeit beim Shoppen und fühlen sich endlich rundum wohl in Ihrer Kleidung – authentisch, strahlend und ganz Sie selbst.

Be Gorgeous by Lucie
Lucie Larsen
Bi de Schünkoppel 26, Elmshorn
Tel.: 0152 / 04 01 79 88
Mail: lucie-larsen@web.de
Instagram: @begorgeousbylucie

Fotos: Alexandra Glinka

Mission Sonnenbrille · DARAUF KOMMT ES AN

Eine gute Brille erkennt man vor allem am echten UV-Schutz. Achten Sie auf Kennzeichnungen wie „UV 400“ oder „100% UV protection“. Diese Angaben stehen meist auf dem Aufkleber am Glas, am Etikett, auf dem Bügel, der Verpackung oder in der Onlinebeschreibung. Nichts zu finden? Am besten kurz im Fachgeschäft nachfragen und ohne Nachweis

lieber nicht kaufen. Ebenfalls entscheidend ist die Blendschutz-Kategorie (0 bis 4). Je höher die Kategorie, desto lichtundurchlässiger ist sind die Gläser. Für angenehmes Sehen spielt auch die Tönung eine Rolle: Braun gibt bei wechselndem Licht mehr Kontrast, Grau ist ein guter Allrounder. Polarisierende Gläser nehmen harte Spiegelungen von nassen Flächen. Damit

die Brille schützt, muss sie außerdem optimal sitzen. Nichts darf drücken oder rutschen, und die Breite sollte zum Gesicht passen. Größere, gut anliegende Gläser halten Seitenlicht ab. Idealerweise lassen Sie sich beim Kauf in einem Brillenfachgeschäft beraten. Informieren Sie sich auch, ob das Modell der Wahl für Tätigkeiten wie das Autofahren geeignet ist.

über 15 Jahre

Gold-Ankauf & Verkauf

über 15 Jahre

Quickborn

Kieler Str. 89 A

in Bad Bramstedt

größter Second-Hand Shop im Norden

Henstedt-Ulzburg

bei Kaufland

Bestpreis-Garantie

Tauschen Sie Ihr Gold / Silber / Schmuck / Zahngold / Bernstein
auch Versilbertes / Zinn / Vergoldetes und Double

Kieler Str. 89 A • 25451 Quickborn • Do. + Fr. 10 - 17 Uhr
Bleek 5 • 24579 Bad Bramstedt • Mo. - Fr. 10 - 17 Uhr
Lindenstr. 26b • 25545 Kellinghusen • Di. 10 - 17 Uhr
Krohnstieg 4 • 22415 Hamburg • Mi. 10 - 17 Uhr
Gutenbergstr. 7 • 24558 Henstedt-Ulzburg • Mi. 10 - 17 Uhr

Service von A bis Z

und nach Vereinbarung • 0176 - 258 255 54

Kellinghusen
www.goldankauf-quickborn.de
Langenhorn

Ein voller Erfolg: Maßschneiderin Christina Schröder aus Kiel war zum ersten Mal Teil der Pariser Fashion Week.



VON KIEL NACH PARIS

VON MIRJAM STEIN

FASHION AUS DEM NORDEN

Die 33-jährige Maßschneiderin Christina Schröder von Tina Reicht aus Kiel war im März mit 15 Outfits bei der Pariser Fashion Week. Ein starkes Signal aus Norddeutschland für die Modewelt. Im Gespräch mit der Lebensart im Norden spricht sie über die Atmosphäre in Paris, ihre Outfits für den Laufsteg und angesagte Trends für die Braut- und Abendmode.

Liebe Tina, du hast im März bei der Pariser Fashion Week selbst designte und genähte Outfits präsentiert. Wie war die Atmosphäre?

Es war sehr gehoben und schick, null Prozent Deutsch. (lacht) Ich fühlte mich wie in einer anderen Welt. Und die Location war so schön! Meine Show fand im La Maison Champs Elysée in der Nähe vom Eiffelturm statt. Also bei den richtig teuren Geschäften. Unter den Designerinnen war die Stimmung sehr herzlich und hilfsbereit. Ein paar kannte ich auch schon vorher.

Wie fühlt es sich an, als Maßschneiderin aus Kiel an der Pariser Fashion Week teilzunehmen?

Es war super abgefahren. Die Vorbereitungen haben so lang gedauert, und dann ist das Wochenende einfach an mir vorbeigerast. In Paris hatte ich aber eine große Crew dabei. Dadurch hatte ich es etwas leichter und konnte die Fashion Week genießen.

Deine Show fand am 8. März statt. Wie lief das Wochenende ab?

Am Freitag bin ich mit meiner Schwester im Auto angereist, damit wir alle 15 Outfits und Schuhe mitnehmen konnten. Am Samstag kamen meine Mädels dazu. Das sind meine

Meisterin, die seit Sommer bei mir arbeitet, meine ehemalige Auszubildende, zwei Freundinnen und eine Fotografin. Sie haben mir an dem Wochenende viel Mental Load abgenommen, konnten Änderungen an den Outfits übernehmen und haben mich zwischendurch daran erinnert, etwas zu trinken und zu essen.

Wie würdest du die Outfits beschreiben, die du bei der Show präsentiert hast? Welche Schnitte, Stoffe oder Details hast du verwendet?

Meine Kleider waren sehr floral und feminin, um die Silhouette der Frau hervorzuheben. Dafür habe ich oft im Corsagenstil gearbeitet. Ich habe sehr viele 3D-Blumen verwendet, die wir teilweise auch selbst hergestellt haben, und schöne Schnitte ausprobiert. Die Outfits sollten bewusst ausdrucksstark sein. Dafür habe ich Samt, Spitze, Organza und Chiffon gewählt, also eher elegante Stoffe. Und viel Glitzer, ich liebe Glitzer!

Wie entsteht ein Kleid von der ersten Inspiration bis hin zum fertigen Modell?

Ich muss ehrlich sagen, dass ich nicht so viel ausgehen wollte. Also habe ich zuerst in meinem Regal geschaut. Bei mir kommen die Ideen hauptsächlich, wenn ich Stoffe sehe. Dann kann ich mir darunter ein Kleid vorstellen. Wir Schneiderinnen haben ja nun mal eine Schwäche für Stoffe. Wenn wir einen schönen Stoff sehen, wollen wir ihn kaufen, weil wir ihn irgendwann mal verarbeiten. Dadurch hatte ich hier unglaublich viel liegen.

Bei manchen Outfits wollte ich ein Design gerne mal ausprobieren und habe mir dafür neuen Stoff bestellt. Dann habe ich viel gezeichnet, viele Entwürfe sind auch wieder im Müll gelandet. Ich wollte gerne einen tiefen Rückenausschnitt und ein tiefes Dekolleté dabei haben. Und dann gab es auch kurze Kleider und Corsagen und eine Hose wollte ich auch gerne mitnehmen.

Und wie war es, diese besonderen Outfits zu nähen?

Es hat richtig viel Spaß gemacht, mit meinen zwei Meisterinnen die Outfits zu nähen. Solche ausgefallenen Verarbeitungstechniken und gewagten Schnitte fertigen wir im Alltag ja nicht an, weil wir eher Braut- und Abendmoden machen. Wir hatten zum Beispiel ein tailliertes Modell mit einer Corsage, die unter der Brust aufhört, mit einem transparenten Stoff, und über der Brust waren nur 3D-Blumen. Das war eigentlich schon nackig, aber so schön.



Moderne Schnitte, florale Muster und ein Fokus auf die feminine Silhouette – die Kollektion von Tina Reich überzeugte auf ganzer Linie.



Haben sich die Outfits von dir als Maßschneiderin unterschieden von denen der Designer*innen?

Als Maßschneiderin mache ich mir viele Gedanken um die hochwertige Verarbeitung und eine gute Passform. In Paris waren mit mir drei Maßschneiderinnen und wir waren sehr gut vorbereitet. Unsere Kleider haben wirklich gut gesessen, weil wir vorab nach den Maßen und Fotos der Models gefragt haben. Für mich war es wichtig, die Frau richtig einzukleiden, und sie sollte ein Kleidungsstück tragen, das richtig gut sitzt und jeweils zum Typ passt. Bei den Designerinnen geht es, glaube ich, mehr um die Show.

Gab es Momente hinter den Kulissen, die dich besonders beeindruckt oder überrascht haben?

Ich war überrascht, dass alles so gut lief. Ich habe mit wesentlich mehr Stress gerechnet, aber es war so entspannt, weil alle so nett und fürsorglich waren. Die Models waren auch superlieb und haben immer gefragt, ob sie bei dem Outfit auf etwas achten müssen. Es tut gut, so arbeiten zu können.

Gibt es in deiner Kollektion für die Fashion Week ein Kleid, das du selbst gerne mal tragen würdest?

Es gibt ein knöchellanges Kleid, mit Glitzerstoff und einem recht tiefen Ausschnitt. Egal, welcher Frau ich das anziehe, es sieht immer gut aus. Das ist so ein toller Schnitt. Das würde ich mal bei einer Silvesterparty anziehen. Die anderen sind recht extravagant.

Konntest du bei der Fashion Week Trends für die Braut- und Abendmode erkennen?

Ich habe viele Corsagen bis zur Taille gesehen, die dann in den Rock übergehen. Dabei macht die Verarbeitung super viel Spaß und der Schnitt sieht immer sehr feminin und sexy aus. Es war auch viel 3D-Spitze und Glitzer dabei.

Und was steht bei dir als Nächstes an? Die Fashion Week in New York?

Die Vorbereitungen für Paris waren schon anstrengend, aber es hat auch Spaß gemacht. Also bei New York bin ich mir unsicher. Die Messlatte ist jetzt schon hoch. Aber auf der Rückfahrt aus Paris habe ich über mein zehnjähriges Jubiläum nächstes Jahr nachgedacht. Dafür würde ich auch gerne eine Modenschau planen. Und dann steht am 11. April auch noch die Eröffnung von meinem Schuhladen „Enough“ an.

Es wird also nicht langweilig bei dir. Ich wünsche dir viel Erfolg für deinen Schuhladen!



Der Rücken fängt bei den Füßen an

Wer unter Rückenschmerzen leidet, hat oft „nur“ den Rücken im Visier.

Doch Rückengesundheit fängt bei den Füßen an.

Laut Gesundheitsatlas des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) leiden über 26 Millionen Menschen an Rückenbeschwerden. Das sind rund 30 Prozent der Bevölkerung in Deutschland. Rückenbeschwerden vorzubeugen, gehört daher zu den wichtigsten Präventionszielen der öffentlichen Gesundheitsförderung.

VERBINDUNG VOM FUSS ZUR WIRBELSÄULE

Weniger im Fokus steht dabei, dass die Rückengesundheit häufig am Fuß anfängt. „Durch die Verbindung des Fußes über das obere Sprunggelenk mit dem Schienbein und dem Wadenbein werden Stellung und Funktion der Kniegelenke, Hüftgelenke und der Wirbelsäule beeinflusst. Fehlstellungen, Druckstellen oder eine unzureichende Dämpfung beim Gehen können langfristig zu Verspannungen, Fehlhaltungen und sogar chronischen Rückenschmerzen führen“, erklärt Dr. med. Renate Wolansky, Fachärztin für Orthopädie und Sportmedizin. Eine effektive Druckentlastung, etwa mit Druckschutzprodukten aus Polymer-Gel, lindert die Folgen solcher Fußbeschwerden und beugt damit auch Rückenproblemen vor.

Um solche Probleme erst gar nicht entstehen zu lassen, empfiehlt sich die Gesunderhaltung des Fußes. Regelmäßige Besuche beim Fußspezialisten

und die Stabilitäterhaltung durch alltägliche fußgymnastische Übungen gehören zu den wichtigsten präventiven Maßnahmen.

DER FUSS – SOCKEL DES SKELETTS

Unsere Füße tragen uns Tag für Tag durchs Leben und leisten weit mehr, als wir ihnen oft zutrauen. Der Fuß ist der Sockel des Skeletts, wobei die gesamte Funktionseinheit aus dem Fuß, den übrigen Regionen der unteren Extremitäten, dem Becken und der Wirbelsäule besteht. Funktionelle Störungen des Fußes, hervorgerufen durch Fußdeformitäten oder spezielle Grundkrankheiten mit Fußbeteiligung, können negative Auswirkungen auf die Mobilität und Haltung des Menschen haben. Der Grund dafür liegt in der komplexen Biomechanik des Körpers. Wenn das Fundament – also unsere Füße – nicht optimal arbeitet, gerät die gesamte Körperstatik aus dem Gleichgewicht.

DRUCKVERTEILUNG BEIM GEHEN

„Schon kleine Fehlstellungen wie ein Knick-Senkfuß oder eine ungleichmäßige Druckverteilung beim Gehen können dazu führen, dass sich die Belastung auf Knie- und Hüftgelenke und die Wirbelsäule überträgt“, so Dr. med. Renate Wolansky. Dies kann zu Verspannungen in der Muskula-

tur und zu Muskeldysbalancen führen, die die Haltung beeinträchtigen und langfristig zu Schmerzen oder Verschleißerscheinungen in der Wirbelsäule führen.

FUSSBESCHWERDEN FRÜHZEITIG ABKLÄREN

„Fehlbelastungen infolge von Fehlstellungen der Füße oder Zehen lassen sich durch spezielle Schuheinlagen korrigieren, weshalb bei Beschwerden neben der ärztlichen Abklärung auch eine biomechanische Ganganalyse mit orthopädienschuhtechnischer Beratung sinnvoll sein kann“, empfiehlt Orthopädin und Sportmedizinerin Dr. med. Renate Wolansky. „Wer Fußbeschwerden frühzeitig abklärt, kann Spätfolgen wie Rücken- und Gelenkprobleme oftmals prophylaktisch vermeiden.“

BEWEGUNG UND FUSSGYMNASTIK FÜR FITTE FÜSSE

Wer seinem Rücken etwas Gutes tun möchte, sollte auch die Fußgesundheit in den Fokus rücken. Denn nur ein stabiles Fundament sorgt für eine aufrechte Haltung und einen schmerzfreien Alltag. Dafür empfehlen sich viel Bewegung und regelmäßige Fußgymnastik. „Schon einfache Übungen, die sich leicht in den Alltag einbauen lassen, können helfen, Rückenbeschwerden vorzubeugen“, sagt Physiotherapeutin und Podologin Anja Stoffel. „Wer regelmäßig seine Füße aktiviert – etwa durch das Rollen der Fußsohlen über einen Massageball oder durch kurze Standübungen auf Zehenspitzen oder einem Bein – stärkt nicht nur die Fußmuskulatur, sondern lockert auch Verspannungen und bringt die Durchblutung in Schwung.“

MIT ALLTAGSRITUALEN VERKNÜPFEN

Damit solche Übungen zur Gewohnheit werden, lohnt es sich, sie gezielt mit Alltagsmomenten zu verknüpfen und so in den Tagesablauf einzubauen. Podologin Anja Stoffel, die auch als Dozentin und Praxiscoach für Berufe im Gesundheitswesen arbeitet, empfiehlt, solche Routinen bewusst zu nutzen und nennt dafür anschauliche Beispiele: „Zum Beispiel morgens beim Zähneputzen, während das Wasser für den Tee kocht oder abends beim Fernsehen. So entstehen persönliche Wohlfühl-Rituale, die ganz nebenbei etwas für die Gesundheit von Füßen und Rücken tun.“



Mit einfachen Übungen wie dem Rollen über einen Igelball lassen sich Verspannungen lösen, die Durchblutung anregen – und langfristig sogar Rückenbeschwerden vorbeugen.

DIE WELT ZERBRICHT. SOLIDARITÄT VERBINDET.

Wir unterstützen
feministische Kämpfe
von Chile über Kenia
bis nach Afghanistan.
Gleiche Rechte
für alle, überall.



JETZT SPENDEN!

DE69 4306 0967 1018 8350 02

medico.de/spenden



m)

medico international

Wenn's kribbelt in der Nase

Wann darf ich raus, wann lieber nicht? Pollenallergiker*innen werden sich freuen: Es gibt Wetterstationen, die die Pollenbelastung anzeigen und bei hohen Werten sogar warnen.

Eine davon ist die Smarte Wetterstation ORIGINAL von Netatmo, die ein spezielles Pollen-Tracking für drei der wichtigsten Pollenkategorien bietet: Bäume wie Birke, Eiche und Esche sowie Gräser und Kräuter bzw. Unkräuter wie Brennnessel, Beifuß, Wegerich. Die Belastung wird auf einer fünfstufigen Skala eingeordnet: keine, gering, mäßig, hoch und sehr hoch. Bei sehr hohen Werten warnt die App. Über die App können Nutzer*innen zudem eine Drei-Tages-Vorhersage einsehen, so dass sie sich auf Zeiträume mit hoher Belastung besser vorbereiten können.

FRISCHE LUFT MIT PLAN

Neben Pollenwerten liefert die Station nützliche Umweltindikatoren wie Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Raumluftqualität (CO²), UV-Index und Sonneneinstrahlung. Damit bietet sie wichtige Indikatoren, die dabei helfen, die täglichen Gewohnheiten anzupassen, zum Beispiel den richtigen Zeitpunkt zum Lüften oder Spazieren gehen zu finden. Die Wetter Station ORIGINAL ist für 169,99 Euro (UVP) im Onlineshop unter www.netatmo.com sowie über die Fachhändler und Baumärkte erhältlich.



BUCHTIPP

TRAINING OHNE GERÄTE FÜR STARKE MUSKELN

Muskeln sind einer der entscheidenden Langlebigkeits-Faktoren. Wer dem altersbedingten Abbau von Muskelmasse nicht durch Krafttraining vorbeugt, riskiert ein erhöhtes Sturzrisiko und zunehmende Gebrechlichkeit. Aber um fit, kräftig und schmerzfrei zu sein, müssen keine schweren Gewichte im Fitnessstudio gestemmt werden. Dr. Peter Poeckh, der renommierte Wiener Arzt, Sportmediziner, Bewegungsspezialist und Yogatherapeut mit Fokus auf schmerzfreier Bewegung im Alltag, stellt in seinem neuen Buch die einfachsten und effektivsten Übungen für

zu Hause vor. So können Sie gezielt bestimmte Regionen kräftigen. Darüber hinaus machen die Ganzkörperprogramme für Anfänger*innen und Fortgeschrittene den Einstieg besonders leicht. Unabhängig von Alter und Fitnesszustand können damit alle Menschen trainieren und langfristig die besten Voraussetzungen für einen gesunden und schmerzfreien Bewegungsapparat schaffen.

Dr. Peter Poeckh, Kraft und Stabilität bis ins hohe Alter, Einfach und effektiv – mein Trainingsprogramm für zu Hause, Verlag südwest, 90 farbige Illustrationen, 160 S., 20 Euro



UNSER BUCHTIPP

DER KLEINE COACH FÜR ISCHIAS UND ISG



Der Schmerz sitzt im unteren Rücken, tief im Becken, manchmal zieht er bis ins Bein: Zu viel Druck und Spannung am Iliosakralgelenk können den Ischiasnerv reizen und Ischias-Schmerzen verursachen. Diese Beschwerden schränken Betroffene ein und machen viele Aktivitäten zu einer Herausforderung. In seinem Ratgeber „Der kleine Coach für Ischias und ISG“ zeigt der Physiotherapeut Kay

Bartrow Übungen, die gezielt das ISG lösen und den Ischiasnerv entlasten. Er gibt aktivierende Tipps, die helfen, auch als „Couch-Potato“ in Bewegung zu kommen, und erklärt, was genau hinter den Schmerzen steckt und worauf Betroffene beim Üben achten sollen.

Kay Bartrow, Der kleine Coach für Ischias und ISG, TRIAS Verlag Stuttgart, März 2026, 120 S., 20 Euro

Foto: Cover: südwest

Cover: TRIAS Verlag

SCHÖNES LÄCHELN UND FESTER BISS

IN NUR WENIGEN WOCHEN

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

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

tere Implantat eingesetzt“, erläutert Dr. Becker das Verfahren. Der Halt verstärkt sich im Laufe der Zeit, da die Knochenfasern die keramische Oberfläche des Implantates durchdringen. Die Vorteile: Schmerzen oder Schwellungen werden weitgehend vermieden, es kommt seltener zu Infektionen und die Patientinnen und Patienten können schon am nächsten Tag ihren Alltag wieder aufnehmen. Dazu ist das MIMI-Verfahren deutlich preiswerter als das konventionelle Verfahren. Optimiert wird die Planung der



In seiner Praxis bietet Dr. Becker seit Jahren die MIMI-Methode an, und darüber hinaus auch das gesamte zahnmedizinische Spektrum.

Behandlung durch den Einsatz eines modernen Computertomographen im Hause, der 3D-Bilder liefert. Patientinnen und Patienten, die sich für das MIMI-Verfahren entscheiden, werden vorab ausführlich über die Behandlung aufgeklärt.

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

Foto: Dr. Christoph Becker

BLUT SPENDEN UND FESTIVALTICKETS GEWINNEN

*Der demografische Wandel macht sich auch bei der Blutspende bemerkbar. Daher: Wer neu als Spender*in in Erscheinung tritt, kann Festival-Tickets gewinnen!*

Die Blutspendedienste sind auf Blutspenden angewiesen. Damit auch ältere Generationen versorgt werden können, müssen junge Personen erreicht werden. Um hier einen besonderen Anreiz zu schaffen, verlost der DRK-Blutspendedienst Nord-Ost unter allen neuen Spender*innen im Zeitraum vom 2. März bis zum 2. Mai 2026 insgesamt 76 Tickets für die drei Festivals Hurricane, M'era Luna und Highfield.

TEILNAHME ÜBER BLUTSPENDE-APP

Die Verlosung gilt für alle Spender*innen in den Bundesländern des DRK-Blutspendedienstes Nord-Ost sowie des DRK-Blutspendedienstes NSTOB. Die Gewinner*innen können jeweils eine Begleitperson mitnehmen. Die Teilnahme an der Verlosung ist ausschließlich über die Blutspende-App möglich. Durch eine Anmeldung in der Blutspende-App können sich Interessierte für die Verlosung einschreiben.

Weitere Informationen unter www.drk-blutspende.de/festival



Foto: Adobe Stock



ENDLICH WIEDER INS GRÜNE

Hören Sie das? Die Hummeln fliegen wieder! Herrlich!

Die Sonnenstrahlen kitzeln auf der Nase und der Duft von frischer Erde liegt in der Luft – die Gartensaison 2026 ist eröffnet! Nach dem strengen Winter geht es jetzt daran, die Beete und Blumentöpfe mit Leben zu füllen, den Rasen zu pflegen und Terrasse oder Balkon in eine grüne Oase mit buntem Blütenmeer zu verwandeln.

Freuen wir uns auf einen entspannten Sommer.

SAUBER – FÜR DIE EWIGKEIT

„Gehören Sie zu den Hausbesitzer*innen, die Jahr für Jahr ihre Pflastersteine reinigen und enttäuscht sind, dass das Ergebnis nicht von Dauer ist? Statt dessen werden die Steine immer unansehnlicher. Wir wissen, woran es liegt und beraten Sie gerne“, sagt Jacob Enggaard.



Damit die gereinigten Steine auch zukünftig schön aussehen, muss eine Schutzbehandlung erfolgen. Und diese bietet 360 Home Service.

Er kommt aus Dänemark und kennt die Enttäuschung aus vielen Gesprächen. „Ich kann nur immer wieder betonen: Wir wissen, wie es richtig geht! Der gesamte Prozess – der Schutz nach der Reinigung, das langfristige Denken sowie die hohe Qualität unserer Produkte und unseres Premium-Services – macht den Unterschied“,



Fotos: 360 Home Service

sagt Jacob Enggaard. Er ist Gründer von **360 Home Service mit Sitz in Flensburg** und bringt

Jacob Enggaard ist Chef von 360 Home Service und bringt 16-jährige Erfahrung aus Dänemark mit.

16-jährige Erfahrung mit. „Im Norden haben wir viel Feuchtigkeit. Es reicht nicht, einfach nur nass zu reinigen“, weiß er.

NACH DER REINIGUNG FOLGT DIE BEHANDLUNG

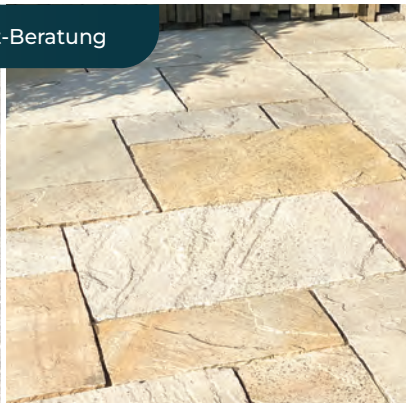
„Viele Hausbesitzer*innen konzentrieren sich auf den sofortigen Sauber-Effekt. Dabei fehlt das Verständnis dafür, was Pflastersteine nach der Reinigung tatsächlich schützt. Mit 16 Jahren Erfahrung im Bereich Stein- und Oberflächenbehandlung weiß ich: Die Reinigung ist nur der erste Schritt. Es müssen die richtige Vor- und Nachbehandlung sowie Imprägnierung mit Pflege- und Wartungskonzept folgen! Fehlen diese

Elemente, kehren Algen und Schmutz zurück und die Arbeit war für die Katz.“

EINE LÖSUNG, DIE WIRKLICH HÄLT

Die Leistung von 360 Home Service umfasst in der Regel drei Termine: die Beratung, die Reinigung und anschließend die Schutzbehandlung inkl. hochwertiger Imprägnierung. „Dieses Vorgehen ermöglicht es uns, etwas anzubieten, was selten ist: eine 15-jährige Garantie auf unsere Arbeit“, sagt Jacob Enggaard. Bei der Beratung vor Ort wird ein transparenter Festpreis erstellt – ohne versteckte Kosten. „Wir arbeiten in Schleswig-Holstein und Hamburg – fragen Sie gerne an!“

Keine Anfahrtskosten Festpreis Kostenlose Vor-Ort-Beratung



Professionelle Pflasterreinigung

* Unsere Garantie gilt gegen tiefsitzende Schwarzalgen und Flechten – wir bieten eine der stärksten Langzeitgarantien am Markt

15 €/m²

15 Jahre Garantie

100%
Zufriedenheits
Garantie

Ab nur
39€
inkl. MwSt.



Fensterreinigung ab 39€

Der Preis beinhaltet alle Fenster und die äußeren Fensterrahmen – kein Preis pro Fenster, keine Stundenabrechnung und keine versteckten Zusatzkosten. Zudem ist unser Service durch unsere 100%-Zufriedenheitsgarantie abgesichert.





In seiner Gesamtheit wirkt das Ensemble offen, gemütlich und stilvoll – ein Ort, der zum Verweilen, Entspannen und Genießen einlädt.

SOLENA – DIESE LOUNGE ZEIGT ELEGANZ MIT SEELE

Der SOLENA Lounge-Sessel verbindet klare Linien mit einer verspielten Note und einer umlaufenden Armlehne aus gedrechseltem Teakholz.

Endlich! Der Frühling ist da und mit ihm die Gartensaison. Haben Sie sich schon den Traum von einer Terrassen-Lounge erfüllt?

Die neue SOLENA Lounge bringt modularen Lifestyle in den Außenbereich. Design ist ein zentrales Element der Terrassengestaltung. Es verleiht jedem Haus eine unverwechselbare Identität. Zeit im Freien stilvoll genießen und dabei vollkommen entspannen – mit der neuen SOLENA Lounge von ZEBRA wird das ganz selbstverständlich.

EXKLUSIVES DESIGN

Das exklusive Design verbindet sich mit spürbarer Wertigkeit, die sich im harmonischen Materialmix, der hohen Verarbeitungsqualität und den durchdachten Details widerspiegelt. Sessel, Zwei- und Dreisitzer-Elemente sowie ein runder Tisch mit zwei Keramiktischplatten lassen sich frei zu individuellen Sitzlandschaften kombinieren.



Modern und praktisch: Der SOLENA Tisch verfügt über zwei Keramiktischplatten in Trilium und unterstreicht den wohnlichen Charakter des Lounge-Ensembles.



Das Zweisitzer-Element der SOLENA Lounge komplettiert Eckvarianten stilvoll und harmonisch.

Helle, natürliche Farbtöne verleihen der großzügigen Lounge eine besondere Leichtigkeit und lassen das Outdoor-Wohnzimmer in einem harmonischen Ambiente erstrahlen.

ZWISCHEN PURISMUS UND EXTRAVAGANZ

Geradlinigkeit ist eine Frage der Persönlichkeit. Die SOLENA Lounge vereint klare Linien mit einer dezent verspielten Note und unterstreicht den Sinn für außergewöhnliche Ästhetik. Der in Light Taupe pulverbeschichtete Edelstahlrahmen der Sitzelemente ruht auf nach außen gestellten Beinen aus massivem Teakholz. Arm- und Rückenlehnen sind kunstvoll gestaltet und werden von einer rund gedrehten Teakholzleiste elegant eingefasst. Für hohen Sitzkomfort sorgen die großzügigen Rücken- und Sitzkissen. Beim Dreisitzer-Element lassen sich die Sitzflächen beidseitig individuell verstellen und bieten so zusätzliche Flexibilität.

WASSERDICHTES SUNPROOF®-GEWEBE

Kurze Regenschauer können den komfortablen Sitz- und Rücken-kissen nichts anhaben. Die Kissenbezüge bestehen aus hochwertigem, wasserdichtem Sunproof®-Gewebe im eleganten Farbton Macchiato, das sich durch seine Pflegeleichtigkeit und UV-beständigen Eigenschaften auszeichnet. Für zusätzlichen Schutz werden alle Sitzelemente der SOLERA Lounge serienmäßig mit einer praktischen Schutzhülle geliefert.

Der SOLENA Tisch fügt sich harmonisch in das Lounge-Ensemble ein und unterstreicht den einladenden, wohnlichen Charakter. Ob klassische Sitzgruppe aus einem Dreisitzer und zwei Sesseln oder die Eckvariante mit einem Sessel: Die variabel zusammenstellbaren Möbelemente werden durch den eleganten, 80 cm runden Tisch perfekt ergänzt. Seine zwei hochwertigen Keramiktischplatten im edlen Farbton Trilium verleihen dem Design eine zeitlose Eleganz und setzen zugleich einen modernen Akzent. Besonders praktisch zeigt sich die kleinere, untere Tischplatte, die zusätzlichen Platz zur Ablage von Zeitschriften, Magazinen oder persönlichen Lieblingsstücken bietet. Mehr Infos unter www.zebra-moebel.de.



Beidseitig verstellbare Sitzflächen machen das Dreisitzer-Element der SOLENA Lounge besonders flexibel – perfekt für entspannte Stunden in der Sonne.

Fotos: Zebra Möbel

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

lebensart

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN



Moin liebe Leserinnen und Leser,

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

Unser DIY-Tipp für ausrangierte Blumenvasen

Neuer Sommerlook für alte Vasen

In einer schicken Vase kommen bunte Sommerblumen so richtig zur Geltung. Wir zeigen Ihnen, wie alte Vasen einen trendigen Sommerlook bekommen und zum Hingucker werden.



Alte oder aus der Mode gekommene Vasen müssen nicht in den Müll. Mit Halbperlen beklebt und dann in frischen, sommerlichen Tönen lackiert, werden sie zu kleinen Designstücken – und sehen auch ohne Blumen einfach klasse aus. Sie eignen sich auch wunderbar für den sommerlichen Gartentisch.

WAS SIE DAZU BRAUCHEN

Was Sie dazu brauchen: Alte Vasen in unterschiedlichen Formen, Halbperlen aus Kunststoff in unterschiedlichen Größen, Sprühlack in Pastellfarben – geeignet für Glas, Schere, Alleskleber z.B. von tesa sowie Abdeckfolie und Malerband 50 m x 19 mm von tesa.

PERLEN AUFKLEBEN UND BESPRÜHEN

Zuerst reinigen Sie die Vasen, damit sie mit den Halbperlen in unterschiedlichen Anordnungen beklebt werden können. Dafür jeweils einen Tropfen Alleskleber auf die Unterseite der Perle geben. Wichtig: Nicht zu viel Klebstoff auftragen, damit beim Andrücken kein Klebstoff

unter den Perlen herausquillt. Dann können Sie die Perlen auf die Vase kleben. Anschließend die Vase gut trocknen lassen und mit Lackfarbe in mehreren dünnen Schichten besprühen. Nach jedem Sprühvorgang trocknen lassen. Fertig.



KLEINER TIPP

Damit gerade Linien entstehen, einen Streifen Klebeband zur Orientierung für die ersten Perlen auf die Vase kleben. Bei runden Vasen die Rolle als Halter benutzen, so lassen sich die seitlichen Flächen besser bekleben.

Fotos: Tessa / DIY Academy

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

GUTJAHR
 Sicherheit+
 Sonnenschutz

André Gutjahr Rolladenbau

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

HoWe
 Horst Weige

•Umzüge •Transporte
 •Entrümpelungen

Geschultes Fachpersonal • Büromzüge
 Elektroarbeiten • Möbeleinlagerungen
 Möbeltransportversicherung
 Möbelmontage durch Tischler
 Malerarbeiten • Haus-Service
 Aktenvernichtung • Küchenauf- und abbau

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

Kostenvoranschlag, Umzugskartons sowie Anfahrt KOSTENLOS!



Foto: Adhe Stock

BEI VOLLER SONNE – SCHOTTEN DICHT!

Gerade wir Norddeutschen freuen uns über reichlich Sonnenschein. Doch manchmal ist es auch zu viel des Guten – besonders wenn gerade die TV-Lieblingsserie läuft oder wir am PC arbeiten möchten. Dann stören die Sonnenstrahlen doch ein wenig und wir möchten sie am liebsten aus dem Zimmer verbannen. In solchen Fällen ist der richtige Sonnenschutz die ultimative Lösung. **André Gutjahr Rolladenbau in Ellerbek** bietet nicht nur funktionalen, sondern auch stilvollen Sonnenschutz. Die heroal Rolladen-Systeme werden aus hochwertigen Aluminium-Legierungen in der firmeneigenen Werkstatt rollgefertigt und im witterungsbeständigen 2-Schicht-Dicklackverfahren beschichtet. Das Ergebnis sind Systeme, die ein Höchstmaß an Sicht-, Schall- und Einbruchhemmung bieten sowie energiesparend und zugleich ein echter Blickfang sind. Mehr Infos unter www.gutjahr-rolladenbau.de.

ADVERTORIAL

ROBUSTER BEGLEITER



Mal anecken? Nicht schlimm! Mit seinem Aluminiumgehäuse ist der Sabo 43 Compact sehr robust aufgestellt und der ideale Begleiter für Rasenflächen mit bis zu 800 Quadratmetern Fläche.

Die „43“ steht dabei für die Schnittbreite. Ausgestattet ist der Sabo 43 Compact mit verstellbarem Holm und zentraler Schnitthöhenverstellung. Durch das Turbostar-System erreicht der Mäher ein

exzellentes Schnitt- und Fangergebnis. Dieses System ist eine patentierte Technologie, die durch einen separaten Lüfter einen starken Luftstrom erzeugt. Dieser richtet das Gras vor dem Schnitt auf, sorgt für ein gleichmäßiges Schnittbild und befördert das Mähgut effizient in den Fangsack. So macht das Mähen Spaß! Er ist erhältlich bei **Meyer's Mühle Gartentechnik in Norderstedt**. www.meyers-muehle-gartentechnik.de

Foto: Sabo



Foto: OPOSSUM Design

DURCH „DACH“ T: VOGELHAUS MIT TRÄNKE

Das Dach dieses Vogelhauses ist so geknickt, dass es Wasser auffängt und in eine Porzellanschale leitet. Selbst bei leichtem Regen lässt es die Tropfen in die Vogeltränke fließen. Die Vogeltränke füllt sich so von selbst. Gleichzeitig schützt das große Dach das Vogelfutter ausreichend vor Nässe und Schnee. Modernes, geradliniges Design wird mit Natur kombiniert: Ein Ast (optional) kann in zwei dafür vorgesehene Löcher gesteckt werden und dient als Landehilfe für die Vögel. Ein einhängbarer Meisenknödel lockt noch mehr Besucher an. Die von Arzberg-Porzellan gefertigten Schalen sind abnehmbar und lassen sich reinigen. Auf einem hohen Edelstahlstab ruhend, schützt die Futterstelle die Vögel vor Katzen. Das Vogelhaus ist komplett aus rostfreiem Edelstahl. Maße Oberteil gesamt: ca. 46 x 26 x Höhe 17 cm, Maße mit Stab: 1,65 m x 45 x 28 cm.

www.opossum-design.com, UVP 182.50 Euro

Meyer's Mühle

Hamburgs Fachmarkt
für Gartenmöbel

/// Vielfalt // Service // Qualität

auf 4000 m²

Ausstellung mit Beratung, Service und Abhollager
in Norderstedt, Rugenbarg 51



meyers-muehle-gartenmoebel.de

Meyer's Mühle GARTEN TECHNIK

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



Kettensägen • Rasenmäher • Mähroboter • Vertikutierer
und viele andere Gartengeräte

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

**MAN TRÄGT
WIEDER
VERANTWORTUNG.**



m)
medico international

Solidarische
Hilfe. Globale
Gerechtigkeit.

Beim Helfen helfen. Spendenkonto
medico international e.V.

**DAS RECHT
AUF HILFE IST
NICHT VERHANDELBAR.
SPENDEN FÜR NOTHILFE
IN GAZA.**



DE69 4306 0967 1018 8350 02
medico.de/nothilfe-gaza

**LAMINAT • PARKETT • TEPPICHBODEN • KORK
DESIGNBELÄGE • SONNENSCHUTZ • PLISSEES**

**MONTAGE
SERVICE**



**Insekten
SCHUTZ
nach Maß**

**Spannrahmen, Rollos
und Schiebeanlagen
für Türen und Fenster**

Holen Sie
sich Ihr
Top-
Angebot:



L&P
GMBH
**DAS LAMINAT
& PARKETTHAUS**

Verwaltung:
Gutenbergstraße 12
24941 Flensburg

Gärtnerstraße 130 • 25469 HALSTENBEK • 04101 / 8 59 16 78
Wedeler Weg 101 • 25421 PINNEBERG • 04101 / 5 16 91 34

HAUS, HOF & GARTEN



WOHNKÖRBE SORGEN FÜR ORDNUNG

Man muss kein Zen-Meister sein, um zu wissen: Unordnung schafft Unruhe. Krimskrams, lose Gebrauchsgegenstände und alles, was keinen festen Platz hat, verschwinden mit den stilvollen Wohnkörben CALM & CARRY aus dem Blickfeld. Die praktischen Ordnungshelfer aus Polyester verbergen ihren Inhalt hinter einem dekorativen Flechtmuster und sorgen so ganz mühelos für Struktur. Das Ergebnis ist ein aufgeräumtes Zuhause, das den Blick auf das Wesentliche lenkt und Ruhe sowie Harmonie im Alltag spürbar macht. Es gibt sie in den Farben Braun, Sand und Mint. Maße: 50 x 40 x 50cm und 42 x 31 x 47 cm, Set-UVP: 89,90 Euro.

Erhältlich bei: www.hoff-shop.de

Foto: Hoff Interieur

BON APPÉTIT – DER FARBENFROHE TISCH

Mit Bon Appétit! bringt Opinel Farbe auf den Tisch. Die Kollektion wird durch neue Farbtöne sowie gemischte Sets mit originellen Kombinationen ergänzt. Es gibt 13 Farben, um einen Tisch zu gestalten, der zu Ihnen passt: Königsblau, Tannengrün, Rot, Kürbisorange, Senfgelb, Gelb, Ziegelrot, Schwarz, Grau, Wolkenweiß, Hainbuche, Khaki und Salbeigrün. Die Tischmesser Bon Appétit! werden in Frankreich gefertigt, mit dem historischen Know-How von Opinel. Die Klinge ist aus Edelstahl, der Griff ist aus Hainbuche. Es gibt sie in gemischten Sets mit den Farbkombinationen „Agrumes“ (Ziegelrot, Gelb, Senf, Kürbis), „Bistrot“ (Rot, Tannengrün, Wolke, Blau), „Minéral“ (Schwarz, Grau, Wolke, Hainbuche), außerdem drei einfarbige 4er-Sets in Hainbuche-Set, Salbei-Set und Grau-Set.

UVP: 4er-Set 43 Euro,
Einzelmesser 10,90 Euro.
Ab April 2026 erhältlich bei
www.opinel.com/de



Foto: Opinel



Marc Eggerstedt und Jürgen Bötticher kennen die relevanten Verkaufsargumente für Immobilien.

ADVERTORIAL

Immobilienmarkt 2026

Gute Verkaufschancen – WENN DIE VORAUSSETZUNGEN STIMMEN

Was begünstigt den Verkauf einer Wohnung oder einer Immobilie?

Das Team von Westimmobilien erklärt es.

Der private Wohnimmobilienmarkt in Schleswig-Holstein und Hamburg befindet sich in einer Phase der Stabilisierung. Nach starken Preissteigerungen bis 2022 und einer deutlichen Korrektur im Jahr 2023 haben sich die Märkte in den letzten beiden Jahren beruhigt und zeigen in definierbaren Teilbereichen eine Tendenz nach oben.

LAGE UND MODERNITÄT

Der am stärksten den Preis beeinflussende Faktor neben der Lage ist wenig überraschend: Käufer*innen achten zunehmend auf Energieeffizienz sowie den Modernisierungsstand der Wohnungen und Häuser, agieren bewusster und vergleichen intensiver. Unsanierte Bestandsobjekte verlieren an Attraktivität, modernisierte und energieeffiziente Wohnimmobilien erzielen ein vergleichsweise höheres Preisniveau.

MODERNISIERTE OBJEKTE SIND BEGEHRT

Ressourcen schonende Heizungen, effiziente Außenwanddämmungen und die Nutzung erneuerbarer Energien durch z.B. PV-Anlagen bleiben ganz oben auf der Wunschliste aktuell

Suchender, in der Summe sogar eher bei Bestandsimmobilien als im Bereich Neubau. „Das wirkt sich auch positiv auf die Geschwindigkeit des Verkaufs der Immobilien aus“, weiß Marc Eggerstedt vom Schenefelder Immobilienmakler westimmobilien aus seiner täglichen Sicht auf den Immobilienmarkt. „Modernisierte Objekte erzielen deutlich bessere Preise und verkaufen sich fühlbar schneller als stark sanierungsbedürftige Objekte, oft selbst in guter Lage.“

BEDARF AN INNERSTÄDTISCHEM WOHNRAUM

In Hamburg entwickeln sich die Mieten über verschiedene Wohnungsgrößen hinweg weitgehend stabil bis moderat steigend. Der hohe Anteil an Single-Haushalten, das Bevölkerungswachstum in der Metropole sowie eine steigende Zahl hochqualifizierter Erwerbstätiger verstärken den Bedarf an innerstädtischem Wohnraum zusätzlich.

NACHFRAGE IM HAMBURGER UMLAND STEIGT

Nicht nur dadurch verlagert sich die Nachfrage zunehmend ins Hamburger Umland nach Schleswig-Holstein. Viele Käufer*innen finden

hier bessere Preis-Leistungs-Verhältnisse beim Wohnraum. Diese Erschwinglichkeit stellt angesichts gestiegener Finanzierungskosten und Baupreise die wesentliche Herausforderung dar, auch wenn der Markt sich strukturell stabilisiert hat.

SCHLESWIG-HOLSTEIN IST LEBENSWERT

Einen weiteren, wichtigen Aspekt für gute Verkaufsaussichten an neue Mitbewohner*innen in der Region kennt Jürgen Bötticher, Gründer von westimmobilien: „Hier im Westen von Hamburg im südlichen Schleswig-Holstein ist es lebenswert, grün, aktiv und kinderfreundlich. Wir wissen das, wir leben mittendrin!“ Wenden Sie sich gern an Ihr Immobilienteam vor Ort.

westimmobilien, Lornsenstraße 68, 22869 Schenefeld, Tel.: 040 / 84 05 57 79, Mail: info@westimmobilien.de





GEMEINSCHAFT SUCHT Raum für neue Lebensentwürfe

*In Rieseby an der Schlei soll ein Alternatives Wohnprojekt mit zehn Wohnungen entstehen.
Martina Hornburg und ihre Mitstreiter*innen suchen noch weitere Bewohner*innen.*

Martina Hornburg ist 66 Jahre alt. Die Diplom-Pädagogin hat ihr Leben lang viel gearbeitet und lebt mit ihrem Hund Tuuli in Rieseby an der Schlei. Sie liebt den Ort. „Es sind nur fünf Minuten von meinem Haus zur Schlei, und in 15 Minuten bin ich an der Ostsee“, schwärmt sie. Die 66-Jährige arbeitet nur noch wenige Stunden in der Woche, hat einen großen Freundeskreis und viele Hobbys. Zu den alten, einsamen Menschen, die in demografischen Statistiken gerne aufgeführt werden, gehört sie nicht. Im Gegenteil. Für sie ist eigentlich alles im Reinen, wenn da nicht das zu große und mittlerweile auch in die Jahre gekommene Doppelhaus wäre. „Jedes Mal, wenn etwas kaputt geht, brauche ich Handwerker“, sagt die Singledame und verdreht schmunzelnd die Augen. „Das geht auf Dauer ins Portemonnaie.“

Freuen sich auf weitere Bewohner*innen: Monika, Martina, Ulrike und Armin. Auf dem Foto fehlt Katrin.



„ICH WÜNSCHE MIR EIN LEBENDIGES UMFELD“

Doch die Instandhaltungskosten sind nicht der einzige Grund, warum sie ihr Haus gerne verkaufen und in jüngere Hände geben möchte. In ihr reift seit einiger Zeit der Wunsch nach einem lebendigen Umfeld. „Wenn ich mit einer Freundin ein Glas Wein trinken möchte, hapert

es oft schon am Termin oder daran, dass immer einer von uns Auto fahren muss“, erklärt sie. „Wie schön wäre es, wenn man zusammen in einem großen Haus leben würde. Jeder für sich in seiner Wohnung und doch so beieinander, um Gemeinschaft zu leben und spontan zu sein“, beschreibt Martina Hornburg die Vision von ihrem zukünftigen Wohnen.



Die Schlei – hier wohnt es sich ruhig, aber nicht abgeschnitten vom Puls des Lebens.



Rieseby ist ein schöner Ort, der über eine gute Infrastruktur verfügt.



Martina Hornburg zeigt im Riesebyer Neubaugebiet den 1.600 qm großen Bauplatz. Er wurde für das Alternative Wohnprojekt mit zehn Wohnungen reserviert.



MITBEWOHNER*INNEN GESUCHT

Diese Gedanken beschäftigen sie seit Monaten und lassen sie nicht mehr los. Zusammen mit ihrer Freundin Ulrike hat sie inzwischen Interessierte gefunden, die sich genau dieses Lebensmodell vorstellen können und bereit sind, den Schritt zu wagen. „Wir sind ein fröhlicher Haufen aus zwei Pädagoginnen, einer Neuropsychologin, einer Bürofachfrau und einem Handwerker“, beschreibt Martina Hornburg die optimale Mischung, die es braucht, wenn man sich für alternative Wohnformen interessiert und gemeinsam ein Haus bauen möchte.

WOHNUNG MIT VIEL PLUS

„Nach vielen Treffen und Gesprächen, bei denen jeder sich und seine Vorstellungen einbringen konnte, nimmt unser Haus langsam Gestalt an. Wir möchten ökologisch bauen, autark sein, Begegnungsmöglichkeiten im Haus haben, wünschen uns aber natürlich auch Rückzugsorte in unserem privaten Wohnbereich“, beschreibt Martina Hornburg die langsam reifenden Pläne. Das Haus soll neben den Privatwohnungen über eine gemeinsame Gästewohnung, einen großen Gemeinschaftsraum für gemeinsame Veranstaltungen und einen Fahrstuhl verfügen. „Uns schweben große Fenster vor, und im Garten möchten wir ökologisch arbeiten – mit Gewächshaus, Obststräuchern und Gemüse. Dafür suchen wir noch Menschen, die ähnlich ticken wie wir“, erzählt sie. „Das Alter spielt dabei keine Rolle. Die Menschen sollten einfach offen sein für alles, was Spaß macht, Lust an Hauskonzerten, Tanz und Chor haben. Wir wünschen uns ein

lebendiges Haus, wo Freund*innen willkommen sind.“ Die Rechtsform wird momentan noch diskutiert. Entweder wird es eine eingetragene Gesellschaft bürgerlichen Rechts (eGmbH) oder eine klassische Wohnungseigentümergeinschaft (WEG).

50 BIS 100 QM WOHNUNGEN

Dem bisherigen Team, bestehend aus Martina, Ulrike, Monika, Katrin und Armin schweben Wohnungen vor in einer Größenordnung von 50 bis 100 qm Wohnfläche. „Das kann jeder für sich entscheiden. Wir rechnen bei einer Wohnungsgröße von 50 qm mit rund 250.000 Euro Eigenkapital.“ Man kann aber auch eine 60 oder 100 qm große Wohnung bekommen. „Das sind alles Dinge, die wir jetzt noch besprechen können, denn das Haus ist noch nicht gebaut“, sagt die Riesebyerin. Die Gruppe im Alter von 56 bis 66 Jahren freut sich über Anfragen von Familien, Singles oder Paaren.

INFO-ABEND AM 12. APRIL

„Rieseby ist ein wunderbarer Ort. Wir haben hier alles, was man zum Leben braucht – und das sogar oft fußläufig; von Edeka-Markt über Schlachter und Bäcker bis hin zu ärztlicher Versorgung, Bank und Bahnanschluss. Abgesehen davon, ist die Schlei nur wenige Fußminuten und die Ostsee gerade mal 15 Autominuten entfernt“, freut sich die Gruppe über Interessent*innen, die bei diesem Wohnprojekt mitmachen möchten. „Am 12. April laden wir um 11 Uhr in die Dänische Schule Rieseby, Greensweg 4, ein, um über das Projekt zu informieren. Wer dabei sein möchte, ist herzlich willkommen.“ Wer Fragen hat, darf gerne eine Mail an wohnprojekt-schwansen@web.de schreiben.

LEBENS-RÄUME NEU GEDACHT

Alternative Wohnformen liegen im Trend. Das Erstaunliche daran: Das Thema zieht sich durch alle Generationen.

Ja, es werden noch Einfamilienhäuser gebaut. Aber es gibt inzwischen sehr viele junge und auch ältere Menschen, die sich plötzlich am Minimalismus im Tiny House oder an Gemeinschaften in Wohn- oder Mehrgenerationen-Projekten erfreuen. Einige entdecken die Freiheit im Wohnmobil oder im Wohnwagen für sich. Andere setzen auf Hausboote als neues Zuhause. Das Wohnen wird ganz offensichtlich gerade neu gedacht. In einer Welt, die immer flexibler und gleichzeitig ein Stück auch einsamer wird, wandelt sich die Art, wie wir leben wollen. Die Standard-Wohnung „3 Zimmer, Küche, Bad“ bekommt Konkurrenz von Modellen, die Freiheit, Gemeinschaft und/oder ökologische Verantwortung neu denken.

WENIGER IST DAS NEUE MEHR

Der Hype um Tiny Houses ist inzwischen erwachsen geworden. Was als Nischenbewegung begann, ist heute ein Statement gegen den Konsumzwang. Auf 20 bis 45 Quadratmetern zeigt sich: Wer Ballast abwirft, gewinnt an Zeit und finanzieller Freiheit. Doch es geht nicht nur um Verkleinerung. Modulkäuser bieten zum Beispiel die architektonische Antwort auf Lebensumbrüche – sie wachsen bei Familienzuwachs mit und schrumpfen, wenn die Kinder ausziehen.

GEMEINSCHAFT ALS LIFESTYLE

Gegen die Anonymität formieren sich Modelle wie Cohousing und Cluster-Wohnen. Hier verschmelzen



Privatsphäre und soziales Netz. Während das private Apartment als Rückzugsort bleibt, bieten großzügige Gemeinschaftsküchen, Coworking-Spaces und Dachgärten Raum für spontane Begegnungen.

Junge Leute lieben Coliving: Einziehen, ankommen, loslegen – die Community gibt's direkt dazu. Gemietet werden Schlafzimmer, oftmals mit eigenem Bad. Andere Räume werden gemeinsam genutzt, wie Küche, Aufenthaltsräume, Dachterrassen. Die Mieten sind „all inclusive“, die Kosten für Heizen, Wasser,

Internetanschluss, teilweise sogar Netflix- oder Spotify-Abos und Reinigungsdienstleistungen sind bereits enthalten. Es gilt also: einziehen und losleben.

AUTARKIE UND VERANTWORTUNG

Der Traum von Unabhängigkeit manifestiert sich auch in Ökodörfern oder Earthships. Diese Konzepte denken Wohnen als Kreislauf: Energie aus der Sonne, Wasser aus dem Regen, Baustoffe aus der Natur oder dem Recycling. Es ist der Versuch, den ökologischen Fußabdruck zu minimieren, ohne auf modernen Komfort zu verzichten.

NEUES LEBEN – VIELE IDEEN

Die Wohntrends 2026 zeigen, dass wir mutiger werden. Ob auf Rädern, auf dem Wasser oder im Mehrgenerationen-Projekt – wir suchen Räume, die sich unserem Leben anpassen, und nicht umgekehrt. Die Zukunft des Wohnens ist nicht mehr nur aus Stein gemauert, sondern aus Ideen gebaut. Welche Art des Lebens bevorzugen Sie?



Gemeinsam statt einsam: Viele Menschen suchen nach neuen Wegen, das Zuhause wird neu gedacht.



Die Woodee-Modulhäuser passen sich den Lebenssituationen an. Sie können problemlos vergrößert werden. Hier die Flachdach-Variante.

Die Module werden komplett vorbereitet und innerhalb eines Tages aufgestellt - wie z. B. hier 1,5 Woodees.



Woodee - so geht Gemütlichkeit.



Ebenso flexibel: die Variante mit Satteldach.

WOODEE - NORDDEUTSCHE HANDWERKSKUNST TRIFFT AUF MODULARES BAUEN

Die **Woodee-Modulhäuser** werden im Nortorfer Werk präzise vorgefertigt und an einem Tag vor Ort aufgestellt. Fertig!

Die Bauweise funktioniert ganz nach dem Baukastenprinzip, denn die Module lassen sich frei kombinieren, erweitern und bei Bedarf sogar an einen neuen Standort versetzen.

VOLLWERTIGER LEBENSRAUM

Als vollwertiger Lebensraum können die Häuser von Woodee als komfortabler Erstwohnsitz, stilvolles Ferienhaus, Erweiterung des eigenen Zuhauses, z. B. als zusätzliches Kinderzimmer oder als Homeoffice genutzt werden - Woodee passt sich flexibel unterschiedlichen Lebenssituationen an.

30 JAHRE ERFAHRUNG IM HOLZBAU

Als norddeutscher Handwerksbetrieb mit über 30 Jahren Erfahrung im Holzbau fertigt Woodee vollständig und witterungsunabhängig in modernen Werkhallen. Die Holzständerbauweise sorgt für ausgezeichnete Wärmedämmung und ein gesundes Raumklima. Ganzflächige Massivholzdecken in Sichtqualität, großzügige Raumhöhen von 2,50 Metern und klare Architektur schaffen eine zeitlose, angenehme Wohnatmosphäre.

WOHNEN - ANPASSBAR UND NACHHALTIG

„Modulares Bauen ermöglicht eine neue Form der Freiheit: Wohnen wird anpassbar und zugleich nachhaltig - ohne dass man dabei auf Komfort verzichten muss“, so Geschäftsführer Tim-Christian Rönnau. Nachhaltigkeit beginnt dabei nicht erst beim Energiesparen, sondern bereits bei der Bauweise. Kurze Lieferketten, regionale Materialien und langlebige Konstruktionen leisten einen aktiven Beitrag zur Reduktion des CO₂-Fußabdrucks.

BEZUGSFERTIGE ANLIEFERUNG

Ein weiterer Vorteil ist die bezugsfertige Anlieferung. Woodee wird komplett vorbereitet geliefert und kann unmittelbar genutzt werden - unkompliziert und ohne lange Bauphase. Dank der ebenerdigen Bauweise lässt sich Woodee zudem barrierearm nutzen - ein weiterer Aspekt, der das Haus zu einer zukunftsfähigen Wohnlösung macht.

VERBINDLICHER FESTPREIS

Auch finanziell sorgt das Konzept für Planungssicherheit: Nach Beauftragung wird ein Festpreis garantiert. Interessierte können die aktuellen Modulhäuser an den Standorten Nortorf in Schleswig-Holstein sowie Bernau bei Berlin besichtigen und sich beraten lassen. Infos: www.woodee.de



MODULHÄUSER FÜR JEDEN LEBENSSTIL.

- ✓ **INDIVIDUELLE WOHLNÜSUNGEN**
FÜR EINZELPERSONEN, PAARE ODER FAMILIEN
- ✓ **MODULARES BAUKONZEPT**
WOHNFLÄCHEN VON 32 BIS 82 M² MÖGLICH
- ✓ **VIELSEITIG EINSETZBAR**
ALS WOHN- ODER FERIENHAUS, ANBAU ODER BÜRO
- ✓ **HOCHWERTIGER HOLZRAHMENBAU**
NACHHALTIG & REGIONAL PRODUZIERT

WOODEE MODULHAUS GMBH
KOLBERGER STR. 35
24589 NORTORF
INFO@WOODEE.DE
04392 - 911 90 90
WWW.WOODEE.DE

woodee
MODULHAUS

Berufe im Fokus

Hier geht es um Perspektiven, Chancen und Wege in die Arbeitswelt von heute und morgen.

*Entdecken Sie, was Menschen antreibt, welche Möglichkeiten sich bieten –
und wohin der nächste Schritt führen kann.*



Markus Biercher
verantwortet den
Arbeitsmarkt in
Schleswig-Holstein.

ERFOLGREICH DURCH UNTERSTÜTZUNG!

*Individuelle Förderung für
Auszubildende und
Ausbildungsbetriebe.*



Nicht immer verläuft eine Ausbildung reibungslos. Personalverantwortliche wissen, dass schlechte Noten in der Berufsschule, Prüfungsängste, persönliche Probleme oder auch Schwierigkeiten im Team den erfolgreichen Abschluss einer Ausbildung massiv erschweren oder gar verhindern können. Wenn es so weit nicht kommen soll, dann ist das Angebot der „Assistierten Ausbildung“ (AsA) von der **Bundesagentur für Arbeit** genau das Richtige.

Nicht nur die Auszubildenden können individuell angepassten Förderunterricht und sozialpädagogische Hilfen bei individuellen Problemen erhalten, auch die Ausbildungsbetriebe können bei der Durchführung und Organisation der Ausbildung entlastet werden. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Sind Sie interessiert? Wenn Sie als Unternehmen Fragen zu diesem Angebot haben, melden Sie sich gern bei Ihrem Arbeitgeber-Service unter der gebührenfreien Hotline: 0800-455 55 20.

Mehr zur Assistierten Ausbildung (AsA)

Weitere Informationen
im Internet:
<https://www.arbeitsagentur.de/unternehmen/ausbilden/assistierte-ausbildung-betriebe>



Foto: Bundesagentur für Arbeit Regionaldirektion Nord

So online wie Sie.

Die digitalen Services der
Bundesagentur für Arbeit.



Die digitalen Services der Bundesagentur für Arbeit machen viele Behördengänge überflüssig. Anträge stellen, Meldungen machen, Formulare bekommen, Termine vereinbaren – online geht das einfach, bequem und schnell. Finden Sie heraus, was alles möglich ist. Mehr unter www.arbeitsagentur.de/keservices-privatpersonen



bringt weiter.

AUSSTELLUNGEN

IM APRIL 2026



Tom Krausz – Wassertropfen



Tom Krausz – Indigener mit Affe



Tom Krausz – Dyrholaey, Island

VOM WASSER

Wer sich für Fotografie, Natur und die großen Fragen unserer Zeit interessiert, sollte sich die bis zum 17. Mai laufende Ausstellung „AQUA – Begegnungen mit dem Wasser“ im **Internationalen Maritimen Museum Hamburg** nicht entgehen lassen.

Über einen Zeitraum von mehr als vier Jahrzehnten hat der Fotograf Tom Krausz Wasser in unterschiedlichsten Regionen der Welt fotografiert. Seine Bilder zeigen das Element in vielen Erscheinungsformen: als feinen Tropfen, als Eis oder Dampf, als ruhiges Gewässer, reißenden Fluss oder tosende Brandung. Dabei wird Wasser sowohl als gestaltende Kraft der

Natur sichtbar als auch als Lebensraum und lebenswichtige Ressource für die gesamte Menschheit.

Die Fotografien gehen jedoch über eine reine Dokumentation hinaus. Sie laden dazu ein, Wasser sinnlich zu erleben – in seiner Schönheit, seiner Dynamik und seiner Zerbrechlichkeit. Nähe und Ferne, Ruhe und Bewegung, Beständigkeit und Vergänglichkeit treten dabei immer wieder in einen spannungsvollen Dialog. Menschen und Tiere erscheinen im Einklang mit dem Element, während Landschaften vom empfindlichen Gleichgewicht der Natur erzählen. So wird die Ausstellung zu einer eindrucksvollen visuellen Reise durch die „Wasser der Welt“ – und zugleich zu einer Hommage an ein Element, das heute stärker denn je im Fokus steht. Ergänzt durch literarische, wissenschaftliche und persönliche Perspektiven eröffnet die Schau einen vielstimmigen Blick auf eine Ressource, die uns selbstverständlich erscheint und doch zunehmend unter Druck gerät.



BESONDERER LESETIPP

SEHR UNTERHALTSAM

Die 1895 in Wien geborene und 1948 in Stockholm aus dem Leben geschiedene Autorin Maria Lazar war lange Zeit – wie so viele andere Schriftstellerinnen des 20. Jahrhunderts – in Vergessenheit geraten. Es ist dem Geschick des Verlegers Albert C. Eibl (Verlag Das vergessene Buch, DVB) und der Enkelin Maria Lazars zu verdanken, dass wir heute ihre großartigen Werke wieder lesen und ihre Theaterstücke sehen können. Wie beeindruckend die Bücher von Maria Lazar sind, die literaturgeschichtlich mit den ebenfalls erst spät wiederentdeckten Autorinnen Irmgard Keun oder Gabriele Tergit auf eine Stufe zu stellen ist, lässt sich jetzt an den 31 Erzählungen und Short Stories des Sammelbandes „Gedankenstrahlen“ sehr gut ablesen. Es sind hier allesamt literarische Kabinettstücke erster Güte versammelt, die durch psychologische Tiefe, hintersinnigen Humor und überraschende Wendungen begeistern ...

Maria Lazar: Gedankenstrahlen. Das vergessene Buch (DVB Verlag), 416 S., 26 Euro



Karl Peter Röhl – o.T. (Komposition IX), 1920



Karl Peter Röhl – Sternmännchen, Entwurf für das Bauhaus-Signet, 1919



Karl Peter Röhl – o.T. (Gipfelstürmender weiblicher Akt), 1921

EINFLUSSREICH

Mit der Ausstellung „Die „Urzelle“ des Bauhauses – Karl Peter Röhl und sein Freundeskreis“ begibt sich das **Ostholstein-Museum** in Eutin noch bis zum 14. Juni auf die Spuren der Anfänge der einflussreichen Schule.

Walter Gropius hatte die Weimarer Kunstschulen 1919 im Sinne der Zusammenführung von Kunst und Handwerk zum heute weltweit berühmten Bauhaus zusammengeschlossen, das vor allem in den Bereichen der Architektur, der Bildenden Kunst und des Designs zukunftsweisend wurde. An der ehemaligen Hochschule war zu jenem Zeitpunkt bei den Studierenden längst Unmut über veraltete Methoden laut geworden. Avantgardistische Strömungen wie

Expressionismus und Futurismus interessierten sie weitaus mehr als Aktzeichnen und Gipsmodelle. Im Januar 1919, noch vor der Bauhaus-Gründung, etablierten Studierende der Weimarer Kunsthochschule bereits eine Freie Vereinigung und formulierten eigene Reformvorstellungen.

Der Freundeskreis des in Kiel geborenen Meisterschülers Karl Peter Röhl (1890-1975) bildete ein Zentrum der Bauhaus-Begeisterung.

Hier wurden anarchistische Ideen diskutiert und Utopien erbaut, wurde dem Dada gehuldigt, der Kosmos neu gedacht, expressionistisch gemalt und gefeiert. Röhl, der nach dem Zweiten Weltkrieg nach Kiel zurückkehrte, erinnerte sich 1952 an die Gründung des Bauhauses mit einem kühnen Satz, in dem er behauptete: „Die Schüler der Hochschule bildeten die Urzelle des späteren Bauhauses.“

FASZINIEREND

Mit der Ausstellung „Schwarze Kunst – Helle Freude“ präsentiert der Kunstverein Elmshorn bis zum 19. April im **Torhaus Elmshorn** aktuelle Druckgrafiken von Nadine Dietrich.

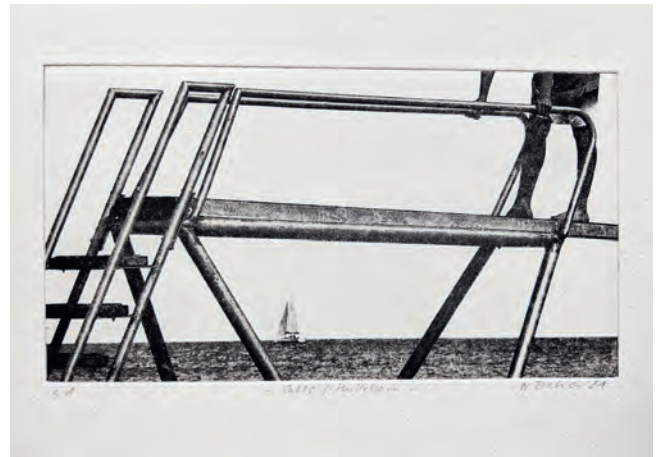
Die Arbeiten von Nadine Dietrich verbinden stille Intensität, fotografische Momente und klassische Druckkunst auf besondere Weise miteinander. Ausgangspunkt ihrer Werke sind dabei stark reduzierte Schwarz-Weiß-Fotografien, die sie in einem mehrstufigen Verfahren auf Kupferplatten überträgt und als Radierungen in limitierter Auflage umsetzt. Im Übergang von der fotografischen Aufnahme zur Druckgrafik löst sich der festgehaltene Augenblick aus seiner Zeitlichkeit und verwandelt sich in Erinnerung, Atmosphäre und poetische Verdichtung.

Die minimalistische Bildsprache der Künstlerin ist geprägt von norddeutscher Weite und großer Ruhe. Vögel im Aufbruch, Stege am Wasser, Himmel, Meer und flüchtige Bewegungen werden zu konzentrierten Bildräumen zwischen Vergänglichkeit und Leichtigkeit. Die reduzierten Kompositionen eröffnen Raum für eigene Wahrnehmungen und laden dazu ein, sich auf die stille Präsenz schwarzer Flächen, feiner Linien und subtilen Humors einzulassen.

Nadine Dietrich – Oberhafenbrücke Hamburg



Nadine Dietrich – Salto Hullehavn



Anja Kowalik –
Rauminstallation mit Textilien,
Malerei und Stoffcollagen

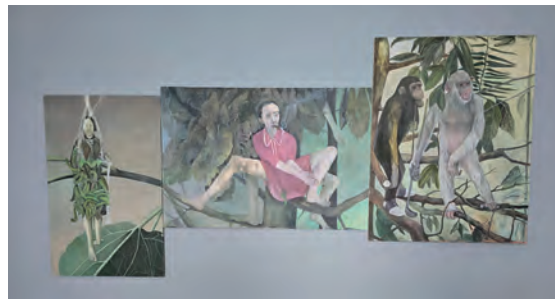
VIER NEUMÜNSTERANER KÜNSTLERINNEN

Zum Auftakt ihres Jubiläumsjahres (25 Jahre Herbert Gerisch-Stiftung) zeigt die **Herbert Gerisch-Stiftung** in Neumünster bis zum 26. April „4 ORTE – 4 POSITIONEN“.

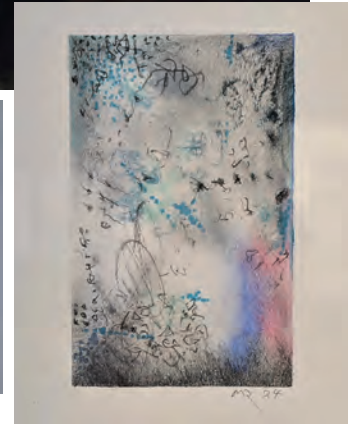
In der Villa Wachholtz erwartet Sie die Malerei von Inge Pries, die sich zwischen Erinnerung und Imagination bewegt. Ihre Bilder wirken zugleich vertraut und fremd, poetisch und reflektiert. Mythische Motive verbinden sich mit Zeichen der Gegenwart und eröffnen Bildräume zwischen Traum und Realität.

Anja Kowalik, die Werke in der Remise präsentiert, arbeitet mit abstrakter, monochromer Malerei sowie raumgreifenden Installationen. Ausgangspunkt ihrer künstlerischen Praxis ist die Farbe, die als gestaltende Kraft den gesamten Arbeitsprozess prägt.

Kristin Grothe beschäftigt sich in ihren Arbeiten, die in der Galerie zu sehen sind, mit dem Verhältnis von Architektur, Landschaft und Zeit. Ihre gezeichneten Bildwelten auf radierten Büttelpapieren thematisieren das Spannungsfeld zwischen menschlichen Spuren und natürlichen



Inge Pries – Eingesponnen,
1999/Spinnenfrau, 2024/Golfaffen, 2007



Monika Rathlev – Momentaufnahmen,
2023-2025 (eine von 30 analogen
Zeichnungen)



Kristin Grothe – o.T., 2015

Prozessen sowie das Wechselspiel von Raum, Zerstörung und Harmonie. Das Zeichnen steht im Zentrum der künstlerischen Arbeit von Monika Rathlev. In der Ausstellung im Souterrain sind zwei nach 2023 entstandene Werkgruppen zu sehen: kleinformatische Bleistiftzeichnungen und digitale Arbeiten. Die Reduktion auf das kleine Format schärft den Blick für das Wesentliche.

Unter www.gerisch-stiftung.de gibt es weitere Informationen zu der Ausstellung und der Herbert Gerisch-Stiftung.

Schönes Zusammenspiel

Bis zum 10. Mai präsentieren Maren Goldenbaum-Henkel und Imme Feldmann auf dem höchsten Punkt Schleswig-Holsteins, dem Bungsberg, ihre Malereien, Collagen und Druckgrafiken. Die Ausstellung „Blätter, Linien und Figuren“ im **Erlebnis Bungsberg** vereint ihre Arbeiten zu einem spannenden visuellen Dialog. Beide Künstlerinnen bewegen sich an der Schnittstelle von Abstraktion und Gegenständlichkeit und eröffnen dabei unterschiedliche, sich ergänzende Bildwelten. Maren Goldenbaum-Henkel arbeitet mit vegetabilen Formen, organischen Fragmenten und vielfältigen Materialien. Ihre Werke thematisieren natürliche Strukturen und Übergänge und machen Prozesse des Wachsens, Wandels und Vergehens sichtbar. Zwischen Gegenstand und Abstraktion entstehen Bildräume, die eine sinnliche Annäherung an Natur ermöglichen. Imme Feldmann setzt Zeichnung, Holzschnitt und Druckgrafik ein, um mit Linie, Fläche und Bildinventar zu experimentieren. Ihre Arbeiten spielen mit figürlichen Anklängen und grafischer Reduktion und untersuchen das Spannungsverhältnis von Form, Rhythmus und Wiederholung.



Maren Goldenbaum-Henkel – Aus der
Serie: Florale Auflösung n. Über die
Vergänglichkeit schöner Erscheinungen



Imme Feldmann – Secret Life of Plants



ArtHus-Galeristin Jutta Lehmann-Kranenburg mit dem Künstler Ed Heck



Ed Heck – SET SAIL (Unikat)



Ed Heck – SHARK ATTRACT (Unikat)

EIN LIEBENSWÜRDIGER GAST

Es ist schon eine gute Tradition: Am 14. Mai (Christi Himmelfahrt) kommt der international bekannte New Yorker Künstler Ed Heck zur Eröffnung der neuen Ausstellung mit seinen Werken in die Galerie ArtHus Eckernförde.

Der 1963 in Brooklyn geborene Ed Heck fühlt sich in Eckernförde und bei der Galeristin Jutta Lehmann Kranenburg offensichtlich sehr wohl. Bereits zum vierten Mal kommt er in ihr ArtHus Eckernförde, signiert vor Ort von 11 bis 17 Uhr von ihnen erworbenen Unikate sowie Drucke – darunter zahlreiche neue Arbeiten und Motive und natürlich sein mittlerweile zum Klassiker gewordenes „Welcome to HECKernförde“ – und zeichnet Ihnen dazu kleine „Präsente“. Ed Heck griff schon als Kind zu Stift und Farbe, was den Beginn einer lebenslangen Liebe zur Kunst markierte. Nach seinem Kunststudium arbeitete er bis 1987 als Illustrator, bevor er seinen unverwechselbaren Stil fand. 1999 entzückte er erstmals mit seinen humorvollen Comic-Strichzeichnungen ein großes Publikum. Der charmant-naive Witz und die sprühende Lebensfreude seiner Bilder stecken einfach an und bringen einfach jeden zum Schmunzeln. Überall, wo seine Kunst zu sehen ist, erreicht sie direkt die Herzen der Menschen – grenzenlos, fröhlich und voller positiver Energie. Seine persönliche Anwesenheit am 14. Mai im ArtHus Eckernförde ist ein ganz besonderes Highlight und eine der wenigen Gelegenheiten, diesen inspirierenden Künstler in Deutschland zu treffen. Unter www.arthus-eckernfoerde.de erhalten Sie zusätzliche Informationen zu der Galerie, zur Ed Heck-Ausstellung und zu den weiteren vom ArtHus Eckernförde vertretenen Künstler*innen.

01.03. – 31.5.2026



durch Raum HERMANN REIMER und Zeit

EUTIN
OSTHOLSTEIN-MUSEUM

Schlossplatz 1 | 23701 Eutin | www.oh-museum.de
Di – So 11 – 17 Uhr, Feiertage 11 – 17 Uhr

 [ostholstein_museum_eutin](https://www.instagram.com/ostholstein_museum_eutin)  Ostholstein-Museum Eutin

Abb.: Hermann Reimer, someday my prince will come (Ausschnitt), 2016, Öl auf Leinwand

ART^{OH}US
Eckernförde

ED HECK
AUSSTELLUNG

14. MAI – 14. JUNI 2026

Am 14. Mai
wird der
Künstler
persönlich
anwesend sein



Ausstellung und Verkauf | Langebrückstr. 10 (Eingang Straße Ochsenkopf) | 24340 Eckernförde
Inh. Jutta Lehmann-Kranenburg | Mail kontakt@arthus-eckernfoerde.de | www.arthus-eckernfoerde.de
Öffnungszeiten: Mi. – So. 11 – 17 | Und nach Vereinbarung | Mo. und Di. geschlossen

VERANSTALTUNGSTIPPS

IM APRIL 2026

Foto: Pixels - Rahul Panoff (1)



CANDIDE

Wir leben in der besten aller möglichen Welten! So zumindest hat es Candide von seinem Lehrer Dr. Pangloss gelernt. Als das westfälische Schloss seiner Jugend im Krieg zerstört wird, beginnt für ihn eine abenteuerliche Reise – über Paris und Lissabon bis nach Eldorado. Mit unerschütterlichem Optimismus trotzt er Erdbeben, Schiffbruch, Inquisition und anderen Katastrophen, begegnet skurrilen Figuren und stellt sich immer wieder den Wirren einer aus den Fugen geratenen Welt. 1759 veröffentlichte Voltaire mit „Candide“ eine bissige Satire auf die optimistische Philosophie seiner Zeit – noch im selben Jahr wurde das Buch verboten. 200 Jahre später schuf Leonard Bernstein daraus ein schillerndes Werk zwischen Musical, Operette und Oper – voller Tempo, Witz und musikalischer Raffinesse. Mehr Infos, weitere Termine und Karten finden Sie online unter www.theater-luebeck.de.

4. April, 19.30 Uhr • Großes Haus, Theater Lübeck

Fotos: Jochen Quast / Swanhild Kruckelmann

IV. INTERNATIONALES BACHFEST

Hochkarätige Konzerte mit international gefragten Spezialisten der Musik des 18. Jahrhunderts treffen beim Bachfest auf Jazz, Ballett, Improvisation und ein vielfältiges Rahmenprogramm aus Kinderformaten, Meisterklassen, offenem Unterricht, Lesungen, Sing-Alongs und Mitmachkonzerten. Das Festival lädt zu faszinierenden Zeitreisen in den musikalischen Kosmos der Bach-Familie ein – in großen Konzertsälen und Kirchen ebenso wie in kleinen, besonderen Spielstätten. Auch auf den Wassern der Stadt sowie an ausgewählten nord-deutschen Barockorten rund um Hamburg entfaltet sich das Programm. Mit dem Internationalen Bachfest Hamburg verfolgen die CPE-Bach-Akademie und der CPE-Bach-Chor das Ziel, Hamburgs historische Rolle als bedeutende europäische Musikstadt lebendig werden lassen. Als Sehnsuchtsort der Familie Bach wird die Stadt dabei selbst zur klingenden Bühne. Das gesamte Programm sowie Karten sind erhältlich unter cpe-bach-akademie.de/bachfest.

1. bis 17. April • Hamburg und Umgebung





MISCHPOKE

Die Hamburger Band Mischpoke hat sich längst ein internationales Publikum erspielt. Mit ihrem Programm „Tsukunfty“ führt das Quintett seinen Mix aus Klezmer, Jazz, Weltmusik und Klassik konsequent fort. Dabei transformieren die fünf Musiker*innen traditionelles Material in eine moderne, genreübergreifende Klangsprache. Ob im Club oder in der Elphi: Mischpoke entfacht eine kollektive Live-Energie aus treibenden Rhythmen, feinen Nuancen und Spielfreude. Tief verwurzelt in der jüdischen Kultur, schafft die Band einen Raum, in dem Vielfalt und Kontraste nicht als Gegensatz, sondern als verbindende, produktive Energie spürbar werden. Mehr Infos und Tickets unter www.elbphilharmonie.de.

5. April, 19.30 Uhr • Kleiner Saal in der Elbphilharmonie, Hamburg



MÄJAL

Das Trio MAJÄL schafft musikalische Räume zwischen arabischer Maqam-Tradition, Jazz und Rock. Um den Oud-Virtuoson Fadhel Boubaker sowie Matthias Kurth (Gitarre) und Konrad Wiemann (Percussion) entsteht ein filigranes Geflecht aus starken Melodien und Improvisation. Die Musiker, die bereits auf Bühnen wie dem Jazzfest Berlin oder beim Internationalen Jazzfestival Viersen begeisterten, laden zu einer Reise durch „imaginäre Folklore“ ein. Der Eintritt ist frei. Mehr Infos unter www.elbphilharmonie.de

9. April, 18 Uhr • Studio E in der Laeiszhalle, Hamburg

Mai-Festival

29. - 31.
05.2026



"Streifzüge"

Kammermusik und mehr in der Rellinger Kirche

Die 39. Ausgabe des Mai-Festivals in Rellingen lädt zu musikalischen Streifzügen ein. Dominique Horwitz liest die **musikalische Erzählung „Die Geschichte vom Soldaten“**, Sacha Rattle nimmt uns mit in die **abwechslungsreiche Welt der Klarinettenmusik** und Geiger Matthias Well entführt uns auf eine **Reise zwischen München und Istanbul**... Ein Spaziergang durch immer neue Klangwelten! Für Kinder und Familien sorgen die beiden **Klang-Clowns** von Klavieriki für beste Stimmung!

Mit Dominique Horwitz, Sacha Rattle, Alma Sadé, Anne von Twardowski, Rahel Rilling, dem Clowner Duo Klavieriki u. a.

Werke von Mozart, Prokofjew, Dvořák, Weill u. a. und einem Auftragswerk der iranisch-niederländischen Komponistin Aftab Darvishi



Weitere Informationen unter www.maifestival-rellingen.de

Tickets unter mrk-rellingen.de, reservix.de, adticket.de oder bei der Buchhandlung „Lesestoff“ (Hauptstraße 74, Rellingen)





THE UKRAINIANS

The Ukrainians sind eine britische Kultband, die ukrainische Folklore mit Indie- und Punkrock verbindet. Mit energiegeladenen Auftritten – vom Glastonbury Festival bis zum Maidan in Kiew – wurden sie international bekannt. Ob wilde, auf Ukrainisch gesungene Coverversionen von The Smiths, Sex Pistols oder Kraftwerk oder traditionelle Volkslieder im Punk-Gewand: Ihre Musik ist mitreißend und unverwechselbar. Nach 35 Jahren Bandgeschichte gehen die Folk-Punker nun auf große Abschiedstour und feiern ihren Sound ein letztes Mal live. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.treibsand.net.

3. April, 21.30 Uhr • treibsAND, Lübeck

SCHUBYS BUCHTIPP

HERZGRAB



Die junge Wiener Privatdetektivin Elena Gerink hat den Ruf, bisher noch jede vermisste Person gefunden zu haben. Doch die Suche nach dem verschwundenen weltbekannten Maler Salvatore Del Vecchio gestaltet sich schwieriger als gedacht. Als überraschend ein letztes Gemälde von ihm auftaucht, weist ihr das den Weg in die drückende Schwüle der Toskana. In Florenz trifft Elena auf ihren Ex-Mann Peter Gerink, der als Spezialist des Bundeskriminalamts nach einer in Italien verschwundenen Österreicherin sucht. Schon bald erkennen

sie, dass die Ereignisse zusammenhängen – auf eine derart perfide und blutige Art und Weise, dass Elena und Peter dem Fall auch gemeinsam kaum gewachsen scheinen ...

Andreas Gruber: Herzgrab, Goldmann Verlag, 544 S., 17 Euro

Toskana! Ich liebe sie! Dichte Atmosphäre, spannende Story und dann auch noch im schönen Italien ... Mit „Herz uch“ geht es gleich weiter – was will man mehr?!
**** 4 von 5 Sternen



HANS WERNER OLM

Der Titel „HATTA“ stammt aus einem seiner legendären Sketche und beschreibt den männlichen Großsäuger mit leichtem Fußaroma und charmanten Charakterfehlern beim ehrfürchtigen Blick auf eine unbezahlbare Limousine. Olm hat längst alles erreicht: Haltung, Weisheit und eine erstaunliche Standfestigkeit. In seinem neuen Programm nimmt er das Publikum mit auf eine entspannt-chillige Reise zwischen Musik, Wort und philosophischem Augenzwinkern. Es geht um Selbstbewusstsein, Resilienz und die Kunst, sich selbst nicht ganz so ernst zu nehmen. Hatta? Er hat!
Mehr Infos und Karten unter www.almahoppe.de.

8. April, 20 Uhr • Alma Hoppes Lustspielhaus, Hamburg

MAMORÉ & SHOK GÜZEL

Irgendwo zwischen Planet Punk, Retro-Pop-Galaxie und Thüringer Paralleluniversum funkelt Mamoré dazwischen. Unter rosaroter Sonne prallen Synth-Flächen auf Rockgitarren, während gleichzeitig gepogt, geschwoft und Bowie-mäßig die Hüften geworfen werden. Fünf Vintage-Gestalten mittendrin – leicht fassungslos, aber voll im Flow. Support sind Shok Güzel: vier Leute, die Hardcore, Punk und alles dazwischen auf Englisch und Türkisch kurzerhand neu zu „Happy Hardcore“ verkabeln. Mehr Infos und Tickets unter www.stubnitz.com.

9. April, 20.30 Uhr • MS Stubnitz, Hamburg



Fotos: Sergei Babku / Hans Werner Olm / Mamoré



THE MUSIC OF

QUEEN

mit
VALENTIN
FINDLING



LIVE
präsentiert von



und



Wegen großer Nachfrage
Zusatzkonzert **02.08.26 So, 19 Uhr**

„Was für eine Stimme! So ein Abend!“ (Die Welt)



„Als wäre Freddie Mercury auferstanden“ (Berliner Morgenpost)

KIEL • KRUSENKOPPEL

01.08.26

SAMSTAG
20:00 Uhr



Alle Infos

JETZT Tickets bei allen bekannten VVK-Stellen und eventim⁺

Verantwortlicher: info@wolff-concerts.com



HIDDEN SHAKESPEARE UND DIE GORILLAS

Wenn die Lokalmatadoren „hidden shakespeare“ (Hamburg, Foto) und „Die Gorillas“ (Berlin) sich auf der Bühne des Centralkomitees begegnen, wie sie es nun schon seit mehr als zwölf Jahren tun, weiß man natürlich nicht genau, was einen erwartet. Es ist eben alles möglich, weil improvisiert. Aber so was von ... Man weiß eigentlich nur, dass es immer ganz schön gut wird. Ein fesselndes Drama. Oder eine komische Tragödie, ggf. eine tragische Komödie. Oder ein Tarantino-Film mit Brechtschem Einschlag. Kann alles sein. Und das inspiriert durchs Publikum. Ganz schön gut halt. Mehr Infos und Karten unter www.centralkomitee.de.

12. April, 20 Uhr • Centralkomitee, Hamburg



GHOST FUNK ORCHESTRA

Ghost Funk Orchestra aus New York sprengen mühelos Genre-grenzen und erschaffen einen unverwechselbaren Sound zwischen Soul, Psychedelic Rock und lateinamerikanischen Einflüssen. Was als Ein-Mann-Projekt von Multiinstrumentalist Seth Applebaum begann, ist längst zu einer mitreißenden Live-Band gewachsen. Mit ihrer experimentierfreudigen Mischung begeistern sie weltweit – von renommierten Festivals bis zu ausverkauften Clubs.

Mehr Infos und Tickets unter www.nochtspeicher.de.

14. April, 19.30 Uhr • Nochtspeicher, Hamburg

VERANSTALTUNGEN

SKUTH

„Mach, worauf du Bock hast – aber mach es vernünftig!“ Mit diesem Rat und einem halb vom Vater bespielten MP3-Player beginnt für skuth die Reise. Zwischen 50 Cent und Queen entdeckt er früh seine Liebe zur Musik, produziert eigene Tracks und findet seinen Sound zwischen EDM, Pop und Trap. Über die Herman Brood Academie führt ihn sein Weg nach Amsterdam und später nach Köln. Ein virales TikTok bringt ihn auf die Bühne – und zu Universal. Seine EP „Panik“ erzählt vom Chaos der Gefühle. Mehr Infos und Tickets unter www.bahnhofpauli.de.

16. April, 20 Uhr • Bahnhof Pauli, Hamburg



ELIZABETH LEE & MARTIN HAUKE

Elizabeth Lee bringt den Sound von Texas mit auf die Bühne – kraftvoll, rau und voller Soul. Ausgezeichnet beim South by Southwest Festival, stand sie bereits mit Größen wie Buddy Guy oder Patti Smith auf der Bühne. An ihrer Seite: Gitarrist Martin Hauke, dessen direkter, kompromissloser Stil perfekt zum Southern-Rock-Vibe passt. Gemeinsam verbinden sie eigene Songs mit Einflüssen aus Americana und Blues – ehrlich, intensiv und mitreißend.

Mehr Infos und Karten auf www.kultavida.de.

18. April, 19.30 Uhr • KultaVida, Ahrensburg



GUITAR HEROES FESTIVAL Gitarren, Groove & große Namen

Im April wird das beschauliche Joldelund wieder zum Treffpunkt der internationalen Rock- und Blues-Szene.

Das renommierte Guitar Heroes Festival in „Gerd’s Juke Joint“ bringt hochkarätige Künstler aus aller Welt auf die Bühne. Ausgezeichnet mit dem German Blues Award als „Bestes Festival“ (2021 und 2025), steht die Veranstaltungsreihe für musikalische Qualität, Nähe zum Publikum und eine besondere Clubatmosphäre. Den Auftakt macht am 2. April der US-amerikanische Gitarrist Bernard Allison, der längst zu den Publikums- lieblingen in Joldelund zählt. Mit seinem unverwechselbaren Mix aus Blues, Rock und Funk führt er das musikalische Erbe seines Vaters fort und begeistert mit energiegeladenen Live-Auftritten.

Vom 24. bis 26. April folgt ein intensives Festivalwochenende: Am Freitag stehen die legendäre Climax Blues Band (GB) und der vielseitige US-Musi- ker Sam Morrow auf der Bühne. Während die Climax Blues Band auf eine jahrzehntelange Erfolgsgeschichte zurückblickt, überzeugt Morrow mit einem modernen Sound zwischen Roots, Rock und Country.



Sean Athens gilt als eines der spannendsten Talente der deutschen Blues-Rock-Szene und ist am 25. April mit seiner Band beim Guitar Heroes Festival dabei.

Am Samstag sorgen Brave Rival aus England mit kraftvollen Vocals und mitreißenden Gitarrenriffs für Stimmung. Ergänzt wird das Programm durch die Sean Athens Band, die frischen Blues-Rock aus Deutschland präsentiert. Den Abschluss bildet am Sonntag ein besonderes akustisches Konzert von Brave Rival, das in entspannter Frühschoppen-Atmosphäre neue musikalische Facetten zeigt.

Der Vorverkauf für alle Termine läuft bereits auf Hochtouren! Karten gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie online unter www.eventim.de. Mehr Infos unter www.jukejoint.joldelunder.de.

2. April & 24. bis 26. April • Gerd’s Juke-Joint, Joldelund

Foto: Steff Apardämmer



RODER BEFRAGT GOETHE

Nach seinem erfolgreichen Solo „Allerdings. Ringelnetz“ überrascht Schauspieler Frank Roder mit einem neuen literarischen Programm und widmet sich Johann Wolfgang Goethe. Hat uns der Dichter heute noch etwas zu sagen oder gehört er ins verstaubte Bücherregal? Mit Neugier und feinem Gespür nähert sich Roder den Texten und entdeckt einen klugen, vergnügten und wander- freudigen Liebenden. Am liebsten würde er Goethe persönlich bei einem Glas Wein begegnen – und ihm zurufen: „Möge Ihnen gleichfalls der Tag freundlich erscheinen.“ Mehr Infos und Karten unter www.theater-itzehoe.de.

14. April, 19.30 Uhr • Studio, theater itzehoe

Fotos: Frank Roder / Hans-Hermann Thielke

HANS-HERMANN THIELKE

Hans-Hermann Thielke lädt zu einer humorvollen Reise durch die Höhen und Tiefen des Alltags ein. Mit feiner Ironie und seinem unverwechselbaren Stil nimmt er aktuelle Themen und gesell- schaftliche Eigenheiten ins Visier. Ob Politik, Beziehungen oder die kleinen Absurditäten des täglichen Lebens – Thielke hat auf alles eine Antwort. Zwei Stunden lang sorgt er für beste Unter- haltung, ist tröstender Begleiter und scharfer Beobachter zugleich – und entlässt sein Publikum mit einem Lächeln nach Hause. Mehr Infos und Tickets für 22 Euro zzgl. Gebühr gibt’s unter www.lola-hh.de.

16. April, 20 Uhr • LOLA, Hamburg-Bergedorf



VERANSTALTUNGEN

HOF ANSGARIUS
*Café *Garten *Festsaal *Ausstellung
Cafézeit: Jeden Sonntag 13-18 Uhr
Gesellschaften gern täglich nach Absprache

Freit. 1. Mai Alt Opel Treffen 9-16 Uhr
Frühstück, Grillwurst, Torte

Räume für stilvolle Feste mit
Rundum-Wohlfühl-Service!

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



DAVE GOODMAN

Der Kanadier Dave Goodman ist ein musikalisches Chamäleon. Früh geprägt von Blues, Rock und Jazz, entwickelte er sich vom preisgekrönten Nachwuchsgitarristen zum vielseitigen Singer/Songwriter. Heute lebt er in Bremen und verbindet auf der akustischen Gitarre virtuose Technik mit Einflüssen aus anglo-amerikanischer und irisch-keltischer Musik. Seine Songs sind persönlich und erzählen von Reisen und Erfahrungen. Als Solokünstler, mit Trio oder als Begleiter anderer Musiker begeistert er weltweit mit Stimme, Spiel und feinem Humor. Mehr Infos unter www.musik-in-norderstedt.de.

10. April, 20 Uhr • Music Star, Norderstedt



MAX & LUKAS DILLER

Max und Lukas Diller verbinden Trompete und Flügelhorn, Bassklarinette und Saxophon mit Elementen aus Electro, Ambient und Minimal. Mithilfe analoger Effektgeräte, Sampler und Synthesizer nehmen sie ihre Klänge live auf, verfremden sie und führen sie neu zusammen. Teils komponiert, teils improvisiert entstehen dichte, atmosphärische Klanglandschaften voller Intimität und Ruhe. Der warme, akustische Sound der Blasinstrumente trifft dabei auf elektronische Strukturen und schafft ein spannungsreiches, vielschichtiges Hörerlebnis. Mehr Infos und Karten für 20 Euro unter www.kbh-marne.de.

17. April, 19.30 Uhr • Kultur- und Bürgerhaus, Marne



LILY DAHAB

„Wir sind alle Kinder einer gemeinsamen Wurzel, unter demselben Himmel.“ Mit ihrem Programm „Bajo un mismo cielo“ verbindet die aus Argentinien stammende Berliner Sängerin Lily Dahab Klangfarben aus Tango, Folklore, Samba, Flamenco und Bossa Nova mit Jazz und eigenen Kompositionen. Gemeinsam mit ihrer Band entsteht ein intensiver, facettenreicher Sound zwischen Leidenschaft und Melancholie. Nach gefeierten Konzerten, u. a. in der Berliner Philharmonie, kommt sie nun erstmals ins Nica. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.nica-jazzclub.de.

17. April, 20 Uhr • Nica Jazzclub, Hamburg



TSCHÜSSIKOWSKI

Urlaubsreif? Die abgefahrene Revue nimmt das Publikum mit auf eine rasante musikalische Weltreise. Während Familie Mustermeier noch zwischen Balkonien und Bahamas schwankt, hat Reiseexperte Willy Fröhlich für jeden das passende Ziel – von der Antarktis bis zum Extremtourismus. In der großen Schmidt-Revue von Martin Lingnau und Heiko Wohlgemuth jagt ein Urlaubshit den nächsten: Von „Westerland“ bis „Bailando“ sorgen poppige Klassiker für gute Laune. Eine humorvolle Show voller Fernweh, Strandgymnastik und der ultimativen Hymne auf den deutschen Touristen. „Ab in den Süden!“ Mehr Infos, Karten sowie weitere Termine unter www.tivoli.de.

18. April, 19.30 Uhr • Schmidts Tivoli, Hamburg



MEIN KLEINES GROSSES ZIMMER

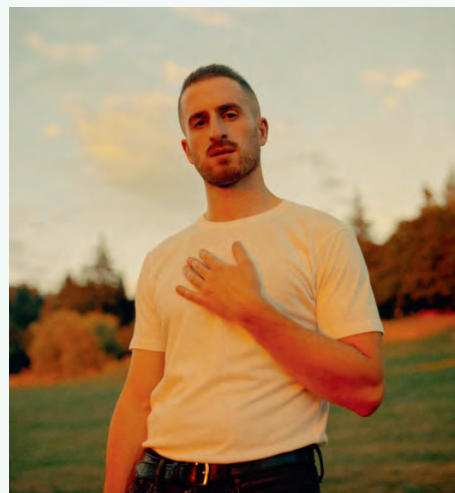
Daniel erwacht – und mit ihm verwandelt sich sein Zimmer: Kissen werden zu Töpfen, Matratzen zu wilden Wesen. Fantasie und Bewegung verschmelzen zu einem sinnlichen Tanzspiel, das besonders die Jüngsten einlädt, ganz nah dabei zu sein. Die schwedische Kompanie „Memory Wax“ verbindet ausdrucksstarken Tanz mit klaren Bildern und schafft ein zartes, zugängliches Erlebnis für alle ab zwei Jahren. Der Eintritt kostet 4 Euro für Kinder und 5 Euro für Erwachsene. Mehr unter www.vjka.de.

24. April, 15 Uhr • KulturAkademie VJKA, Bad Segeberg

LUCA FOGALE

Der kanadische Songwriter Luca Fogale ist ein Meister der emotionalen Präzision. Jenseits der 250 Millionen Streams liegt seine wahre Stärke in der fast schmerzhaften Intimität seiner Live-Auftritte. Mit dem neuen Album „Challenger“ im Gepäck transformiert er existenzielle Fragen über Selbstwert und Bestimmung in hymnhaften Indie-Folk. Seine Stimme, die mühelos zwischen rauchiger Melancholie und strahlendem Falsett wechselt, schafft im Konzertsaal eine seltene Stille. Mehr Infos und Tickets gibt's für 29,45 Euro unter www.uebelundgefahrlich.com.

15. April, 20 Uhr • Uebel & Gefährlich, Hamburg



DER ALTE MANN UND DAS MEER

Der alte Fischer Santiago hat seit 84 Tagen keinen Fang gemacht, doch sein Wille bleibt ungebrochen. In einem epischen, tagelangen Kampf auf dem offenen Meer fordert er einen gewaltigen Marlin und seine eigenen körperlichen Grenzen heraus. In Kooperation mit dem Theater Lindenhof inszenieren Luca Zahn und Stefan Hallmayer Ernest Hemingways Klassiker über Ausdauer, Einsamkeit und den unerschütterlichen menschlichen Geist, der sich gegen die unerbittliche Natur behauptet. Mehr Infos, Karten sowie weitere Termine unter www.altonaer-theater.de.

19. April, 15 Uhr • Altonaer Theater, Hamburg





DEUTSCHSTUNDE – BILLER IN FLAMMEN

In einem norddeutschen Dorf soll Polizist Jens Ole Jepsen das Malverbot gegen seinen Freund, den Künstler Max Ludwig Nansen, durchsetzen. Sohn Siggie gerät dabei in den Konflikt zwischen blindem Gehorsam und künstlerischer Freiheit. Siegfried Lenz' weltberühmter Roman über Verantwortung und Schuld gilt als eines der prägendsten Werke des letzten Jahrhunderts. Anlässlich des 100. Geburtstags des Autors bringt das Ohnsorg-Theater diesen Klassiker nun erstmals auf Plattdeutsch auf die Bühne – ein eindrückliches Plädoyer für die Freiheit. Mehr Infos, Karten sowie weitere Termine gibt's unter www.ohnsorg.de.

Premiere: 19. April, 18 Uhr • Ohnsorg-Theater, Hamburg



ALICIA CIBOLA

Die aus Houston stammende Alicia Cibola beschreibt ihren Stil treffend als „Music with heart and soul“. Ihre Songs sind tief in eigenen Lebenserfahrungen verwurzelt und bieten eine emotionale Bandbreite von hoffnungsvoll und lustig bis hin zu herzerreißend. Die Texte der kongolesisch-amerikanischen Singer-Songwriterin unterhalten im Moment, regen aber nachhaltig zum Nachdenken an. Ihr Sound ist ein multikultureller Mix aus Soul und Pop, verfeinert mit Gospel und Rock – geprägt durch ihre Erziehung als Tochter eines Einwanderers im tiefen Süden der USA. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.birdlandhamburg.de.

24. April, 20.30 Uhr • Birdland, Hamburg



LESUNG: HAMZA ABU HOWIDY

In seinem Buch „Muscheln am Strand von Gaza“ verbindet der 1997 geborene Hamza Abu Howidy Persönliches mit Hochpolitischem. Von Kindheitserinnerungen an Strandspaziergänge mit seinem Vater bis hin zu den grausamen Konflikten zwischen Fatah und Hamas beschreibt er seinen Weg zum Friedensaktivisten. Nach Protesten gegen die Hamas wurde er inhaftiert und gefoltert, was ihn zur Flucht nach Deutschland zwang. Trotz dieser Erlebnisse ist sein Werk geprägt von tiefer Liebe zu Palästina und der ungebrochenen Hoffnung auf einen gewaltfreien Frieden. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.literaturhaus-hamburg.de.

29. April, 19.30 Uhr • Literaturhaus, Hamburg

DIAMOND DOG

Diamond Dog starteten 2020 mit ihrem dystopischen Punk-Vibe, der 2021 im heutigen Trio aus Dijon seine Vollendung fand. Ihr Sound ist eine hybride Identität aus rhythmischen, tanzbaren Tracks, getragen von synthetischen Texturen, Chorus-Effekten und Reverb. Angeführt von einer viszeralen Leadstimme entfaltet die Band live eine glühende Atmosphäre, die an die Wut der Cramps, die Melodik von Liszt und die Ästhetik von David Lynch erinnert. Mehr Infos und Tickets ab 15 Euro im VVK gibt's unter www.hafenklang.de.

30. April, 20 Uhr • Goldener Salon im Hafenklang, Hamburg



Fotos: Stijie Hashelder / Gustav Glas / Alicia Cibola / Diamond Dog

Wir verlosen
3 X 4 TICKETS
FÜR DIE SHOWS am 2. und
3. Mai in unserem Newsletter
am 15. April. Jetzt anmelden
unter [www.lebensart-sh.de/
newsletter](http://www.lebensart-sh.de/newsletter).



EHRLICH BROTHERS: DIAMONDS

In „DIAMONDS“ präsentieren die Ehrlich Brothers ihre spektakulärsten Illusionen aus zehn Jahren in neuen Arrangements. Da die Nachfrage ungebrochen hoch ist, kehren die Magier für vier exklusive Zusatzshows in die Barclays Arena zurück. Ob verbogene Bahnschienen, ein 10 Tonnen schwerer Monstertruck oder das legendäre Schneefinale – die Weltrekord-Magier bringen ihre geschliffenen Highlights zurück auf die Bühne. Freuen Sie sich auf ein Wiedersehen mit Klassikern und brandneue Überraschungen. Ein magisches Erlebnis für alle Generationen, das die Arena wieder zum Staunen bringen wird! Mehr Infos und Tickets gibt's an allen bekannten VVK-Stellen sowie unter www.s-promotion.de.

2. Mai, 14 und 19 Uhr + 3. Mai, 11 und 17 Uhr • Barclays Arena, Hamburg

Foto: Sebastian Drielen

<p>02.+03.05.26 HAMBURG BARCLAYS ARENA</p>	<p>07.12.26 HAMBURG BARCLAYS ARENA</p>
<p>10.01.27 HAMBURG BARCLAYS ARENA</p>	<p>23.01.27 HAMBURG BARCLAYS ARENA</p>

TICKETS UNTER WWW.S-PROMOTION.DE
sowie an allen bekannten VVK-Stellen TICKETHOTLINE 06073 722-740

folkBALTICA

Das **folkBALTICA Festival** lädt vom 2. bis 10. Mai unter dem Motto „Horizonte“ zu einer musikalischen Entdeckungsreise zwischen Nord- und Ostsee ein.

Auch in diesem Jahr sind die Segel der folkBALTICA wieder gesetzt, um tief in die klangliche Weite des Nordens einzutauchen. Neben Gästen wie Rasmus Lyberth aus Grönland und Ove Thomsen aus Nordfriesland darf auch das hauseigene folkBALTICA-Ensemble nicht fehlen. Ein besonderes Highlight ist die Premiere der diesjährigen Hauskünstler: Erstmals präsentiert das Festival mit der dänischen Band Stundom ein Trio, das als fester Bestandteil der jungen, wachsenden Folk-Szene Dänemarks gilt.

KLANGREICHES PANORAMA

Die Hauptkonzerte in Flensburg richten den Blick gezielt auf die Horizonte beider Meere. Am 8. Mai gestalten unter dem Titel „Stimmen der Ostsee“ gleich sieben stimmungsvolle Acts den Abend. Nur einen Tag später, am 9. Mai, folgt das Konzert „Horizonte: Nordsee“ – ein Streifzug, der vom heimischen Wattenmeer bis hinauf nach Grönland reicht. Dabei bespielt



Meet the Artists: Das Trio Stundom gibt am 10. Mai im Café ISA in Flensburg spannende Einblicke in sein musikalisches Schaffen.

das Festival sowohl bewährte als auch neue Orte. folkBALTICA ist erneut zu Gast in der Robbe & Berking Werft, im Volksbad, in Unewatt und auf dem Museumsberg. Frischen Wind bringen zusätzliche Spielstätten in Flensburg: Das Trio Stundom lädt im Café Isa zu einem „Meet the Artists“ ein, während im Kühlhaus die Bands Nichtseattle aus Berlin und Aalkreih einen lebendigen Abend versprechen. Insgesamt erwarten das Publikum vom 2. bis 10. Mai rund 30 Veranstaltungen an 24 Spielorten in Schleswig-Holstein und Süddänemark.

Das gesamte Programm und Tickets gibt's unter www.folkbaltica.de.

Foto: Marcus Christensen



IMPRESSUM

Lebensart im Norden

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

Verlagskontor Schleswig-Holstein GmbH
Exerzierplatz 3, 24103 Kiel

Büroleitung:

Friederike Schmidt, Tel.: 0431 / 200 766 503

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Geschäftsführung (V.i.S.d.P.):

Gesa Schimmer & Kathrin Wesselmann, Tel.: 0431 / 200 766 933

Chefredaktion:

Mirjam Stein, redaktion@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 508

Redaktion:

Dr. Heiko Buhr, Marion Laß, Mirjam Stein,
Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow

Grafik:

Sandra Huege, Andrea Nommensen, Nicolas Rexin, Maren Urbat, Sonja Woldt

Anzeigen- und Titelgestaltung:

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

Fotos:

Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Anzeigen

anzeigen@verlagskontor-sh.de

Verkaufsleitung:

Stephan Reußner
s.reussner@falkemedia.de
Tel.: 0431 / 200 766 62

Flensburg, Schleswig, Nordfriesland (22.000 Ex.):

Jörg Stoeckicht:
j.stoeckicht@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 645 47 36

Hamburg Nord, Lübeck, Norderstedt, Alstertal & Waldörfer, Ahrensburg (22.000 Ex.):

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

Hamburg West, Elbvororte, Pinneberg, Itzehoe (22.000 Ex.):

Renate Wietzke:
renate.wietzke@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 512

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

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

Kiel, Probstei,

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

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

Tobias Meisheit:
t.meisheit@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 375 36 19

Neumünster, Rendsburg, Mittelholstein (22.000 Ex.):

Anne-Kristin Bergan:
akb@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 503

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

Westküste (20.000 Ex.):

Renate Wietzke:
renate.wietzke@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 512

Jörg Stoeckicht:
j.stoeckicht@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 645 47 36

Corinna Beck:
c.beck@falkemedia.de
Tel.: 0151 / 14 14 61 00

Gesamtauage:

Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionsschluss:

Jeweils der 15. des Vormonats

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

Abonnement: 30 Euro / 12 Ausgaben

IBAN: DE87 2105 0170 0100 2277 77

Bitte Namen und vollständige Anschrift unter Verwendungszweck.

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

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

VORSCHAU

IN DER NÄCHSTEN **Lebensart**

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LEBENSART ERSCHEINT AM 1. MAI



ORDENTLICH WAS LOS MAILIGHTS IM NORDEN

Im Mai ist im Norden richtig viel los: Von bunten Festivals über rockige Konzerte bis hin zu gemütlichen Stadtfesten ist für jede Stimmung etwas dabei. Damit Sie nicht den Überblick verlieren, haben wir die wichtigsten Termine zusammengetragen – übersichtlich, inspirierend und mit Ideen für Ihr perfektes Wochenendprogramm.

AUF IMMER UND EWIG HOCHZEIT IM NORDEN

Wenn Liebe gefeiert wird, darf es persönlich, stilvoll und entspannt sein. Wir zeigen, wie Sie Ihren Tag im Norden unvergesslich machen: mit traumhaften Locations zwischen Küste, Stadt und Land, aktuellen Mode-Highlights für Braut, Bräutigam und Gäste sowie Details, die den Unterschied machen – von Blumen über Papeterie bis zur Musik für die Feier.



AUS LIEBE ZUM NORDEN NACHHALTIGKEIT

Klimaschutz beginnt vor der Haustür – und macht kreativ. Wir nehmen in unserer nächsten Ausgabe mal das Thema Nachhaltigkeit im Norden unter die Lupe und haben ein paar interessante Einblicke für Sie. So wird Nachhaltigkeit im Norden greifbar – und richtig gut.



100% Recycling • 100% Ökostrom

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

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

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

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

ZauberMix
für monsieur cuisine

DIE BESTEN IDEEN FÜR MEHR FAMILIENZEIT



AUCH HIER
ERHÄLTlich:

amazon.de

978-3-96417-324-9

bücher.de

Thalia

OSIANDER.de
Bücher seit 1996

Hugendubel
Das Lesen ist schön!

Mayersche.de



NEU
im Handel
NUR
24,90 €

Diese Gerichte
schmecken allen
am Tisch

Foto: Julia Eickmeyer

Gleich bestellen: www.zauberMix.de/familien-buch

Unser neues Kochbuch findet ihr überall im Buchhandel, bei Amazon
oder auf www.zaubertopf-shop.de | ISBN: 978-3-96417-324-9





KOSTENFREIE ERSTEINSCHÄTZUNG. JETZT DEN WERT IHRER IMMOBILIE BESTIMMEN.

Geben Sie Ihren Entscheidungen ein solides Fundament. Erst wenn Sie Klarheit über den Wert Ihrer Immobilie haben, können Sie sinnvoll einen Verkauf oder eine Vermietung planen. Nutzen Sie daher unsere unverbindliche, kostenfreie Ersteinschätzung.

Im Anschluss steht Ihnen mit unserem erfahrenen Team bei westimmobilien regionale Makler-Kompetenz zur Seite. Wir kennen den Markt, weil wir nah dran sind. Potentielle Käufer oder Mieter haben wir für Sie schon heute in unserer Datenbank.

Starten Sie jetzt Ihr Immobilienprojekt mit Klarheit!

 **040 84055779**

Lornsenstraße 86 | 22869 Schenefeld



WWW.WESTIMMOBILIEN.DE