

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

HAMBURG NORD / LÜBECK / NORDERSTEDT / ALSTERTAL & WALDDÖRFER / AHRENSBURG

SEPTEMBER 2026 • KOSTENLOS

Hin & weg

WENN DER KOMPASS FERNWEH ANZEIGT

Obstkuchen-Liebe

JETZT WIRD'S FRUCHTIG IM OFEN

dodenhof

20 Jahre Mode und besondere Momente

AUF DEM BERGE 1 | 24568 KALTENKIRCHEN
WWW.DODENHOF.DE

NO WAR

**Eine Erde.
Ein Klima.
Eine Menschheit.**



GREENPEACE

act.greenpeace.de/friedensmanifest



EDITORIAL

ALTES
STAHLWERK

NEUMÜNSTER

18.
OKTOBER
2026



SAG „JA“ MESSE IN DEN HOLSTENHALLEN

Die Planung für den großen Tag steht an und Sie wollen das schönste und Beste für Ihren Tag auf die Beine stellen? Prima, wir sind für Sie da!

Wir, das Hotel Altes Stahlwerk, richtet seit über 10 Jahren Hochzeiten aus. Unser professionelles Events-Team steht Ihnen bei der Planung zur Seite. Genau dieses Team können Sie am 18. Oktober 2026 auf dem Hochzeits-Event kennenlernen. Sie haben die Möglichkeit uns Löcher in den Bauch zu fragen und einen ersten Eindruck zu bekommen welche Arrangements wir für Sie bereithalten, um für Sie einen unvergesslichen Tag zu schaffen.



Fotos: Sandra Heinitz

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

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit dieser Ausgabe verabschieden wir uns von einem zwischenzeitlich sehr heißen und insgesamt viel zu trockenen Sommer und machen es uns allmählich gemütlich für den Herbst. Passend zur kommenden Jahreszeit halten Sie hier bereits schöne Geschichten für muckelige Leseunden in den Händen.

WENN SICH DIE REISERITIS MELDET

Marion Laß hat mal wieder einen wahren Geschichtenschatz aufgespürt. Sie hat die 62-jährige Silke Dreyer aus Husum kurz nach ihrem Rückflug aus der Mongolei besucht und ihr die verrücktesten Abenteuer ihrer vergangenen Reisen entlockt. Diese verbringt sie nämlich nicht in einem gemütlichen 4-Sterne-Hotel mit All-Inklusive-Service. Sie schläft lieber in Jurten, balanciert über wackelige Hängebrücken in den Anden, ist live dabei, wie in Kenia eine Herde Flusspferde durch ihr Zeltcamp marschiert und verrät uns, wie es unterwegs mit der Toilette läuft ... Viel Spaß beim Lesen!

Und wenn Sie auch einen Kurzurlaub vertragen können, haben wir ein paar Tipps für Reisen vor der Haustür – in der Nebensaison. Dann ist es vielerorts nämlich besonders schön.

WILLKOMMEN, LIEBER HERBST

Damit Sie den Herbst mit all seinen gemütlichen Facetten begrüßen können, stellen wir Ihnen in unserer Rubrik „Das ist los“ wieder die schönsten (Herbst-)Märkte und viele weitere Veranstaltungen im Norden vor.

Ein schöner Aspekt der bunten Jahreszeit ist das reif gewordene Obst. Frisch vom Baum, gebacken aus dem Ofen oder eingekocht auf dem Milchreis ist es doch jedes Jahr aufs Neue ein Träumchen, Äpfel, Pflaumen und Co. zu genießen. Schauen Sie mal auf unseren Rezeptseiten nach Ihrem neuen Lieblingskuchen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen.

Herzlichst, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen die Mode- und SportWelt von **dodenhof** in Kaltenkirchen, die in diesem Jahr ihr 20-jähriges Bestehen feiert. Mehr über das besondere Jubiläum erfahren Sie auf Seite 42.

Titelbild: dodenhof Kaltenkirchen / mit KI erstellt

THEMEN

SEPTEMBER 2026

COVER | DODENHOF

dodenhof feiert: 20 Jahre Mode
und besondere Momente 42

UNTERWEGS & UP-TO-DATE

Düt & Dat 6
Strahlende Septemberrassichten:
Das ist los im September 2026 12

HIN & WEG – ABER ANDERS

„Meine Kompassnadel zeigt stets in die Ferne“ –
wenn Silke Dreyer aus Husum ihre Koffer packt,
beginnen Abenteuer 20
Nebensaison im Norden –
die schönsten Hotspots in Schleswig-Holstein 26
Kurzurlaub in Travemünde 32

SO SCHMECKT DER NORDEN

Jetzt wird's fruchtig..... 34



34

Jetzt wird's fruchtig



20

Silke Dreyers Kompassnadel zeigt stets in die Ferne

MODE & BEAUTY

Elevated Outerwear 40
dodenhof feiert: 20 Jahre Mode
und besondere Momente 42
Übergangsmode: Clever kombinieren..... 44
Strick kann mehr..... 46

GESUND & FIT BIS INS ALTER

Demenz oder Alzheimer –
wo liegt der Unterschied? 48
Demenz – (k)eine Frage des Alters 50

TRAUER

Erinnerungen – ein Licht in dunklen Stunden 52

HAUS, HOF, GARTEN

Nordbau 2026..... 54
Neuer Look für alte Seele..... 58
Tag des Bades 62

AUTO & MOBILITÄT

Wacken tankt auf..... 66



40

Elevated Outerwear

KUNST & KULTUR

Buchtipps für Schmökерstunden..... 68

Ausstellungen im September..... 70

Veranstaltungshighlights..... 74

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial..... 3

Impressum..... 82

Vorschau Oktober..... 82



58

Neuer Look für
alte Seele



much too much

second love jewelry

Schöner Schmuck
mit Geschichte



Mit Liebe für
Sie ausgesucht

Glückstädter Straße 14

24576 Mönkloh

Tel.: 0 41 92 / 877 90 93

service@much-too-much.de

www.much-too-much.de



DÜT & DAT

IM SEPTEMBER 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT AUFMERKSAMER KATZEN-OP **Hinkelbeinchen**



Ein echter „Kampftiger“ auf der Suche nach einem ruhigen Plätzchen: Seniorekater Hinkelbeinchen (geb. circa 2018) ist FIV-positiv und wartet im Tierheim Oldesloe auf sein Für-Immer-Zuhause. Menschen findet der ältere Herr durchaus interessant, ganz zutraulich ist er bislang aber noch nicht. Mit etwas Zeit und Geduld möchte er Vertrauen fassen und in seinem eigenen Tempo ankommen. Eine größere Verletzung am Ohr ist bereits auf dem Weg der Besserung. Wegen seiner FIV-Infektion wird Hinkelbeinchen ausschließlich in Wohnungshaltung oder mit gesichertem Freigang vermittelt. Wie er sich mit Artgenossen versteht, lässt sich derzeit noch nicht sicher einschätzen. Wer den Katzen-Opi gerne kennenlernen möchte, findet alle Kontaktdaten unter www.tierschutz-oldesloe.de.

TIERISCH GUTE MÄH-ROBOTER



Foto: Manuel Vogler / Stadt Elmshorn

Auf schonende Weise sorgen die gemieteten Schafe und Ziegen dafür, die Regenrückhaltebecken von ausuferndem Pflanzenwuchs freizuhalten.

In diesem Jahr testet die Stadt Elmshorn erstmals den Einsatz von Schafen und Ziegen als „Mäh-Roboter“ an umzäunten Regenrückhaltebecken. „Unser Ziel ist es, den Pflanzenwuchs über das ganze Jahr hinweg auf möglichst schonende Weise zu kontrollieren, die Uferbefestigung wie an den Deichen zu sichern und zugleich die Zugänglichkeit der Becken als technische Anlagen zu gewährleisten“, sagt Christina Schötzow, Leiterin des Amts für Tiefbau und Verkehr. Dafür arbeitet die Stadt mit einer Schäferin zusammen, von der sie die Tiere „mietet“. Die Schäferin kümmert sich um die Versorgung und hat die Gesundheit und das Wohlergehen ihrer Tiere im Blick.

ZUPFI HILFT STRUNK ENTFERNEN

Mit Zupfi, dem Strunkentferner von GEFU, lassen sich Erdbeeren und Tomaten sauber entstrunken – schnell, präzise und ohne Fruchtverlust. Einfach ansetzen und dank leichtem Federmechanismus greifen und herausziehen – schon fertig. www.gefu.com



Foto: GEFU

APP „NATÜRLICH HAMBURG!“ NEUE ROUTEN DURCH DEN STADTPARK

Wie ist der Hamburger Stadtpark entstanden? Welche Pflanzen leben dort? Die App „Natürlich Hamburg!“ liefert Antworten und erweitert ihr Angebot um zwei GPS-gestützte Routen: die Wissenstour für Erwachsene (ca. 4 km, 18 Stationen zu Entstehung, Pflege und Ökologie des Stadtparks) und die Interaktive Natur-Rallye für Familien (ca. 2 km) im Schnitzeljagd-Style. Die App kann in gängigen App-Stores heruntergeladen werden und ist Teil des gleichnamigen Naturschutzgroßprojekts der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft.



Foto: Adobe Stock

AUSFLUGSTIPP

Ein Tag voller Glück in Glückstadt

Glückstadt macht seinem Namen alle Ehre: Zwischen historischen Häusern, kleinen Läden, bunten Blumen und dem Hafen gibt es jede Menge zu entdecken. Dazu eine ordentliche Portion Matjes und schon ist der entspannte Tagesausflug perfekt.

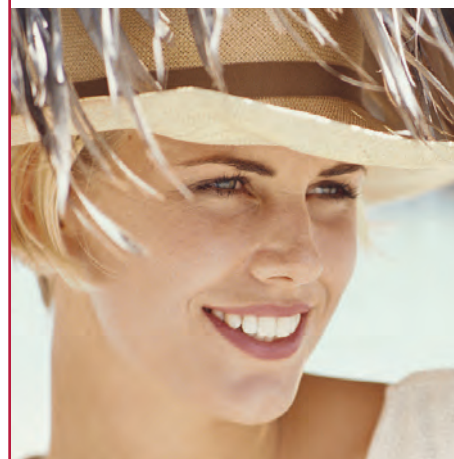
Weitere tolle Tipps gibt es auf foerdefraeulein.de oder auf Social Media unter [@foerde_fraeulein](https://www.instagram.com/foerde_fraeulein).



Fotos: Förde Fräulein

Förde Fräulein
TIPP DES MONATS

IMPLANTAT
IMPLANTAT
komplett®



Schöne Zähne – damit Sie wieder gut lachen haben.

Ob Sportunfall oder Zahnersatz im Alter – Implantate sind fast immer die beste Lösung. Kein anderer Zahnersatz bietet Ihnen die Vorteile eines Implantats. Kompetente Beratung, professionelle Behandlung, alles aus einer Hand.

Ohne Abdruck – rein digital



Dr. med.dent. Peter Niziak
Zahnarzt

Bargfelder Str. 4 a
24613 Aukrug

Telefon: 0 48 73 / 870

Fax: 0 48 73 / 93 11

www.implantat-komplett.de



Die beiden theaterbesessenen Freundinnen Petra Behrsing (li.) und Claudia Isbarn haben das kleine Hoftheater 1985 gegründet. Hier zu sehen in dem Stück „Herbst“.

NEUE SPIELSTÄTTE

DAS KLEINE HOFTHEATER BLEIBT IM HAMBURGER OSTEN

Das kleine Hoftheater startet 2027 an einem neuen Standort: Es zieht nach Mümmelmannsberg ins Gemeindezentrum der Kirche in Steinbek. Das beliebte Privattheater, das es bereits seit über 40 Jahren gibt, musste im Mai 2026 zum Ende der letzten Spielzeit an seiner alten Spielstätte die Türen schließen. Die Räumlichkeiten in der Martinskirche in Horn hatte die dortige Kirchengemeinde wegen Eigenbedarfs gekündigt. Bevor sich der Vorhang in der neuen Spielstätte öffnen kann, wird der denkmalgeschützte Gemeindesaal denkmalgerecht für den Theaterbetrieb umgebaut. Petra Behrsing, Claudia Isbarn und Stefan Leonard, das Leitungsteam des kleinen Hoftheaters, freuen sich auf den Theaterneustart: „Wir sprudeln wieder vor Energie und wir sind sicher, eine kulturelle Bereicherung für den Standort Mümmelmannsberg zu werden.“

MIT GESCHICHTEN GEGEN DAS SCHWEIGEN

Mit einer musikalischen Lesung der Autorin und Musikerin Claudia Gliemann („Papas Seele hat Schnupfen“) erreichte das Projekt „Bücherliste und Bücherkiste“ des Arbeitskreises Kinder psychisch belasteter Eltern (AK KPBE) im Kreis Segeberg seinen öffentlichen Höhepunkt und Abschluss. Herzstück des Projektes sind 50 Bücherkisten für alle Grundschulen (je ca. 30 Titel zu Trauer, Trennung, Sucht, Angst u. a.) sowie eine öffentliche Bücherliste.

Der AK KPBE setzt sich weiter für Entstigmatisierung, starke Kinder und besseren Kinderschutz ein. Infos, Bücherliste und Hilfe-Wegweiser: www.segeberg.de/akkpbe.



Foto: Kreis Segeberg

Präsentieren Bücher der Bücherliste und Bücherkiste (v. li.): Dr. Victoria Witt vom Kreis Segeberg, Wiebke Schütt („WortOrt“), Autorin Claudia Gliemann, Dr. Sylvia Hakimpour-Zern und Karin Kühle (beide vom Kreis) sowie Kati Frey (Druckwerk).

IN HAMBURG

Mehr Sauberkeit im öffentlichen Raum

Hamburg erhöht die Strafen für illegale Müllentsorgung und Wildtierfütterung. Die Bezirksämter haben in Zusammenarbeit mit der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft den gemeinsamen Bußgeldkatalog umfassend überarbeitet. Für das achtlose Wegwerfen von Kippen werden beispielsweise 100 bis 300 Euro fällig (bisher 35 bis 150 Euro). Bei illegal entsorgtem Klein-Sperrmüll etwa bis 1 m³ steigt der Höchstsatz auf bis zu 2.000 Euro (bisher 250 bis 1.500 Euro). Zugleich wird eine gezielte Verschärfung gegen Gänsefütterung an der Alster umgesetzt.



Foto: Adobe Stock

Tierarztpraxis in Bergstedt

Tierärztliche Praxis für Kleintiere – Chirurgie und Innere Medizin

NEU: FREIE SPRECHSTUNDE AM WOCHENENDE!
AKTUELLE TERMINE AUF DER HOMEPAGE!



Dr. Christina Ullmann M.Sc.
Bergstedter Chaussee 92
22395 Hamburg

Online-Termine über PetLEO



Mo.-Do. 9-13 Uhr und 16-19 Uhr,
Fr. 9-13 Uhr
040 - 644 30 690
www.tierarztpraxis-bergstedt.de

Aktuelle Infos
bei Instagram



Für ein
besseres
Leben.
Für Mensch
und Tier.



www.provieh.de

MYTHOS

ANZEIGE

HERBSTKATZEN TAUGEN NICHTS?

Lange galt die Vorstellung, dass im Herbst geborene Kätzchen schwächer seien und schlechtere Überlebenschancen hätten. Daraus entstand die Redensart „Herbstkatten taugen nichts“. Diese Ansicht ist heute überholt und gilt als Aberglaube. Heute sehen wir Katzen als Familienmitglieder und halten sie aus Freude. Sie werden tierärztlich gut betreut, erhalten qualitativ hochwertiges Futter und leben in warmen, geschützten Umgebungen. Die **Tierarztpraxis in Bergstedt** steht Ihnen bei der Versorgung Ihrer Samtpfoten jederzeit beratend zur Seite.



Foto: Adobe Stock



Daunendecken und Genuss direkt von der Gänsefarm

Dithmarscher Gänsemarkt

Willkommen beim Dithmarscher Gänsemarkt – hier verbinden sich hochwertige Bettwaren, traditionelle Handarbeit und kulinarischer Genuss.

Wer Wert auf Qualität, persönliche Beratung und echte Handarbeit legt, ist in der Daunensubstanz genau richtig. Direkt von der Gänsefarm entstehen hier nämlich hochwertige Daunendecken und Kopfkissen, die mit viel Sorgfalt gefertigt werden – für himmlischen Schlaf und ein wunderbar kuscheliges Gefühl.

HOCHWERTIGE MANUFAKTUR

Ob als besondere Geschenkidee, für das eigene Schlafzimmer oder als individuelle Sonderanfertigung: Das Team vor Ort berät Sie persönlich und findet mit Ihnen gemeinsam die passende Lösung. Unterschiedliche Größen,

Füllungen und Wünsche können individuell umgesetzt werden. Auch Ihre lieb gewonnenen Bettwaren sind hier in guten Händen: Bei der fachgerechten Bettenreinigung werden Daunen und Federn schonend gereinigt, aufbereitet und wieder frisch gemacht. Verbinden Sie Ihren Einkauf doch mit einem schönen Ausflug aufs Land! Genießen Sie die leckeren Gänse Spezialitäten und hausgemachten Torten und erleben Sie die Manufaktur direkt vor Ort. Schauen Sie hinter die Kulissen, lassen Sie sich beraten und entdecken Sie, wie aus hochwertigen Naturmaterialien kuschelige Lieblingsstücke entstehen.

AUCH ONLINE ERHÄLTlich

Die hochwertigen Produkte können Sie übrigens auch ganz bequem online bestellen. Entdecken Sie das gesamte Sortiment unter www.gaensebetten.de. Handarbeit, Qualität und persönliche Beratung – direkt von der Gänsefarm. Das Team vom Dithmarscher Gänsemarkt freut sich auf Ihren Besuch!

Dithmarscher Gänsemarkt
Hauptstr. 1, Gudendorf
Tel.: 04859 / 445
www.gaensebetten.de
www.gaensemarkt.de

Fotos: Dithmarscher Gänsemarkt

Dithmarscher Gänsemarkt

EIN GANSTAGSAUSFLUG FÜR GROSS UND KLEIN

Farmküche & Gartencafé, Markthalle,
Daunenbetten-Manufaktur, Strohscheune &
Spielplatz

Geöffnet April – Dezember; Di – So, 10 – 17 Uhr
Infos auf gaensemarkt.de

 @dithmarscher.gaensemarkt
Hauptstr. 1, 25693 Gudendorf

Daunendecken
und -kissen:
Verkauf &
Reinigung!



Noch vier gemeinsame Shows werden Alexander Klaws und sein Sohn Lenny miteinander teilen.



Foto: Johan Persson

TARZAN: NUR NOCH 100 SHOWS

Nur noch 100 Shows verbleiben, bevor Tarzan und Jane am 25. Oktober 2026 zum letzten Mal durch das Stage Theater Neue Flora fliegen. Nach fast zwei Jahrzehnten endet damit die Erfolgsgeschichte von Disneys Musical Tarzan in Deutschland. Besonders Alexander Klaw prägte die Titelrolle wie kaum ein anderer. Die letzten Shows mit Klaw sind geplant am 9. und 26. September sowie am 3. und 10. Oktober 2026, jeweils um 19.30 Uhr.

ANZEIGE

Liebevolle Nachfolge FÜR HERZENSPROJEKT GESUCHT

Bevor sich die Inhaberin von Annabell's in Hamburg zur Ruhe setzt, möchte sie eine*n Nachfolger*in für ihr Geschäft finden. Jetzt ist Ihre Gelegenheit.

Mit 65 Jahren eröffnete Hella Dreyer die Boutique Annabell's in der Poppenbüttler Hauptstraße 14 – benannt nach ihrer Enkeltochter. Inzwischen ist aus dem Laden ein beliebter Mode-Treffpunkt mit hochwertigen Einzelstücken, Schuhen, Modeschmuck und Interieur geworden. Nach fünfzehn Jahren möchte sich die 80-Jährige nun aber zur Ruhe setzen und freut sich schon auf ausgiebige Urlaube und viel Zeit mit ihren Freundinnen und ihrer Enkeltochter – und das endlich auch mal ohne Zeitdruck.

EINE LETZTE GUTE TAT

Zum Jahresende möchte sie deshalb ihren liebevoll eingerichteten Laden an eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger übergeben. Jemand, der das Geschäft mit so viel Herzblut führt und die Kundinnen genauso liebevoll betreut, wie sie es selbst getan hätte. Mit einem herzlichen „Vielen Dank für die schöne Zeit“ verabschiedet sich die vitale Frau von ihren Kundinnen und bedankt sich für die langjährige Treue. Sie freut sich über alle Menschen, die sich persönlich in ihrem Geschäft verabschieden.



Hella Dreyer
verabschiedet sich
von ihrem Geschäft
Annabell's.

Annabell's · Poppenbüttler Hauptstr. 14, Hamburg
Tel.: 040 / 87 60 02 34 · www.annabell-s.de

Foto: Annabell's



Foto: Fehmarn Feeling

TIPP DES MONATS

Deichspaziergang

Leuchttürme gehören zur Insel Fehmarn wie das Fischbrötchen zum Norden. Und ein Besuch bei den massiven Kollegen lohnt sich immer. Der Leuchtturm in Westermarkelsdorf punktet nicht nur mit seinem hübschen Signalrot, sondern hat oft noch ein paar wollige Wächter um sich herum. Schafe sind auf dem Deich keine Seltenheit und geben einem direkt Ostseefeeeling. Zu finden ist der Leuchtturm an der Nordwestecke von Fehmarn. Nicht weit entfernt befindet sich außerdem das Naturschutzgebiet „Nördliche Seenniederung“. Das reicht bis zum Grünen Brink. Besonders Brut- und Zugvögel finden hier einen idealen Lebensraum. Mehr Fehmarn-Tipps auf Instagram @fehmarneeling.

DIE BESTEN IDEEN FÜR MEHR FAMILIENZEIT



AUCH HIER
ERHÄLTlich:

amazon.de

978-3-96417-324-9

bücher.de

Thalia

OSIANDER.de
Bücher seit 1994

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



STRAHLENDE September- aussichten

Während der September bereits den Herbst einläutet, sind wir noch gar nicht bereit, uns vom Sommer zu verabschieden. Doch allmählich wird es Zeit.

Damit Ihnen der Übergang leichter fällt, zeigen wir Ihnen auf den kommenden Seiten, was in Ihrer Region los ist.



Foto: Adobe Stock

Das größte Lichterfest
Schleswig-Holsteins

NOK ROMANTIKA

*Am 5. September erstrahlen bei der NOK Romantika wieder Augen der Besucher*innen im Schein von unzähligen LED-Lichtern, Leuchstäben, Leuchtarmbändern und Laternen.*

Das Lichterfest zwischen Brunsbüttel und Kiel findet immer am ersten Samstag im September bei spätsommerlichem Wetter statt. Der Nord-Ostsee-Kanal wird in romantisches Licht getaucht. In den größeren Städten und an vielen Fährstellen wird gefeiert. Auch kleine Gemeinden machen mit, Familien, Vereine, Clubs

und Grüppchen sind dabei. Es gibt schöne Programme, bunte Wasserspiele auf beleuchteten Fähren und eine Lichterfahrt des Raddampfers Freya auf dem Kanal. Das Ausflugsschiff legt um 19 Uhr am Kreishafen in Rendsburg ab und fährt nach Kiel zum Bahnhofskai, Ankunft ca. 23.30 Uhr. An Bord gibt es Livemusik und ein

exklusives Dinnerbuffet. Tickets und Infos gibt es unter www.adler-schiffe.de. Eine Übersicht über alle Veranstaltungen zur NOK Romantika gibt es unter www.nok-sh.de.

5. September
entlang des Nord-Ostsee-Kanals



Foto: Adobe Stock

LANGE NACHT DER LITERATUR

*Junge Autor*innen und etablierte Schriftsteller*innen präsentieren ihre neuesten Werke bei der 13. Langen Nacht der Literatur.*

Am 5. September sind Literaturinteressierte wieder zu Lesungen, Gesprächen, Diskussionen und literarischen Begegnungen in vielen Buchhandlungen und anderen literarischen Orten in ganz Hamburg eingeladen.

DAS PROGRAMM

Ob Kinderbuch, Lyrik, Roman oder Sachbuch – das Programm lebt von seiner Vielfalt und richtet sich an ein breites Publikum. Von 12 bis 24 Uhr erwarten Sie über 30 Veranstaltungen, in denen Schriftsteller*innen ihre Bücher präsentieren. Mit dabei sind in diesem Jahr unter anderem Jan Peter Bremer, Heike Geißler, Carmen Korn,

Shelly Kupferberg, Jarka Kubsova, Eva Lohmann, Douglas Stuart, Meike Winnemuth und Julia Wolf. Weitere Highlights sind Formate wie der Diary Slam, die offene Lyriklesebühne oder das ZIEGEL-Quartett. Ab 21.30 Uhr können Interessierte den Tag bei Musik, Getränken und Gesprächen im Rahmen der Abschlussveranstaltung im Literaturhaus ausklingen lassen.

Hier wird auch verkündet, wer die Hamburger Buchhandlungspreise 2026 erhält. Karten für die einzelnen Veranstaltungen der Langen Nacht der Literatur sind direkt bei den Veranstalter*innen erhältlich. Weitere Infos unter www.langenachtderliteratur.de.

5. September • verschiedene Orte in Hamburg



Foto: Adobe Stock

46. Kunsthandwerker Markt zum Erntedank

Eintritt frei

TRITTAU
Am Mühlenteich

03.+04. Oktober
10-18 Uhr

www.kunsthandwerker-maerkte.de

Platz frei?

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

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

gastfamilien@yfu.de | www.yfu.de | 040 22 70 02 -0

Tipps für Kids
DAS FAMILIENMAGAZIN

AUCH ONLINE LESEN:

NORDEN FESTIVAL
27.08. – 06.09.2026
SCHLESWIG KÖNIGSWIESEN

BUCHEN SIE JETZT DIE KOMMENDE WINTERAUSGABE

AUCH AUF INSTAGRAM:
@TIPPS.FUER.KIDS

Das Team von KIELerleben berät sie gern:
falkemedia Regional GmbH
0431 / 200 766 933 | info@kielerleben.de



Foto: Elke Baum

ANZEIGE

TRITTAUER KUNSTHANDWERKERMARKT

Seit 1980 zieht der Trittauer Erntedankmarkt an der Wassermühle mit seinen 100 Aussteller*innen Tausende Besucher*innen an. Keramiken, Holzskulpturen, Kupferobjekte, Aquarelle, Modedesign, Wohnaccessoires, modellierte Hüte von der Hutmacherin oder Textilaccessoires, Schmuckunikate und herbstliche Dekorationen werden in historischer ländlicher Mühlenatmosphäre präsentiert und verkauft. Frische Brote aus dem Steinbackofen, Spezialitäten aus der Region und französische Delikatessen runden den kulinarischen Rahmen ab. Highlights sind Live-Handwerksvorführungen wie das Töpfern an der Drehscheibe, Bürstenbinden, (Kupfer-)Schmieden oder Binden von Herbstdekorationen. Der Eintritt ist frei. www.elkebaum.de.

3. und 4. Oktober, 10 bis 18 Uhr
Trittauer Wassermühle, Am Mühlenteich 3



Foto: GARTENZAUBER

ANZEIGE

HERBSTZAUBER AUF HOF BISSEN BROOK

Wenn der Sommer langsam in den Herbst übergeht, öffnet der idyllische Hof Bissenbrook bei Großenaspe wieder seine Tore zum Herbstzauber. Am 12. und 13. September erwartet Besucher*innen eine stimmungsvolle Landpartie rund um Garten, Wohnen, Genuss und ländliche Lebensart. Zwischen den alten Hofgebäuden und der langen Lindenallee präsentieren über 130 handverlesene Aussteller Pflanzen, Gartenaccessoires, Wohnideen, Mode, Kunsthandwerk und besondere Dinge, die man nicht überall findet. Ausgewählte Gärtnereien bringen Stauden, Gräser, Gehölze und viele schöne Pflanzen für den spätsommerlichen Garten mit nach Bissenbrook. Dazu kommen liebevoll gefertigte Einzelstücke, Schönes für Haus und Garten sowie kulinarische Spezialitäten von herzhaft bis süß.

12. und 13. September • Hof Bissenbrook
Bissenbrook 4, Großemaspe • www.gartenzauber.com



ANZEIGE

Staunen, bieten, Raritäten ergattern

*Das Auktionshaus HanseArt bietet ein breites Sortiment
an Raritäten im Herzen von Lübeck.*

In der Lübecker Altstadt bringt das Auktionshaus HanseArt seit 2018 Kunst und Design unter den Hammer: Zum Angebot der Versteigerungen zählen Gemälde, Porzellan namhafter Manufakturen, Möbel, Schmuck, Skulpturen und Varia – sorgfältig ausgewählt und fachkundig beschrieben. So entsteht eine kuratierte Mischung aus Einzelstücken und Sammlungsobjekten, die sowohl Kenner*innen als auch Neugierige anspricht.

Das Expertinnenteam aus Kunst-
historikerinnen nimmt sich Zeit für eine

individuelle Beratung – auf Wunsch direkt im Auktionshaus oder ganz unkompliziert im eigenen Zuhause. Einlieferungen sind ganzjährig nach Terminabsprache möglich. Die Begutachtung, Taxierung und Schätzung erfolgt dabei unverbindlich und kostenfrei, sodass sich Sammlerinnen und Nachlassgeberinnen in Ruhe entscheiden können.

Dank internationaler Bieterplattformen ist HanseArt außerdem weltweit erreichbar: Kund*innen können komfortabel über das Internet mitbieten und live am Geschehen teilnehmen. Wer jetzt neugierig geworden ist, sollte sich bereits zwei Termine vormerken: die Herbstauktion am 19. September und die Weihnachtsauktion am 28. November. Weitere Infos unter www.auktionshaus-hanseart.de.

**Auktionshaus HanseArt
GmbH & Co. KG, Lübeck**
Mengstraße 14, Lübeck-Lübecker Altstadt
Tel.: 0451 / 70 75 78 00
www.auktionshaus-hanseart.de
Geöffnet Di 12–18 Uhr, Do 12–18 Uhr
und Fr 12–17 Uhr



Fotos: HanseArt



HanseArt
AUKTIONSHAUS

ÖFFNUNGSZEITEN:
DI. 12 BIS 18 UHR
DO. 12 BIS 18 UHR
FR. 12 BIS 17 UHR
UND NACH
VEREINBARUNG



MENGSTRASSE 14 • 23552 LÜBECK

TEL. 0451 / 707 57 800

WHATSAPP: 0172 / 733 1940

INFO@AUKTIONSHAUS-HANSEART.DE

WWW.AUKTIONSHAUS-HANSEART.DE

 AUKTIONSHAUS.HANSEART



Fotos: TI GPS Anne Weise

PLÖNER KULTURNACHT

*Sie lieben Kultur unter freiem Himmel? Zur Plöner Kulturnacht wird die historische Altstadt zur großen Bühne: Über Stunden erwartet Besucher*innen Musik, Tanz, Akrobatik, Kabarett, Komik, Lesungen, Theater und Zauberei.*

Das Open-Air-Kulturevent vereint Aktionstag sowie Feste und Events. Auf dem Marktplatz eröffnen die Plöner Chormorane, später folgen Projekt Carlstein und Showakrobatik Face. In der Nikolaikirche erklingen der Gemischte Chor Plön und das Symphonische Orchester Plön, während im Schloss die Weidezaunband und die Madness Brothers auftreten. Comedy und Theater liefern unter anderem Improproten, Theater Labaaz

mit „Home?“ sowie Zirkus Sonnenschein. Ein Highlight ist die Silent Disco: drei DJs mit unterschiedlichen Sounds, Kopfhörer auf – tanzen, tanzen, tanzen. Literaturfans kommen bei Lesungen bei Fielmann und Syriana Sweets auf ihre Kosten. Zum Mitmachen lädt die Karaoke-Show bei KIND ein. Für Stärkung sorgen Hygge 13, Star Pizza, Dat Waffelhuus, der Pavillon am Markt, Bäcker Beyer, Kunkels, Café Tarte sowie

Grill & Crêpe. Weitere Stationen sind Museum, Museumsvorplatz, Wohlsein, Café Tarte, Kunkels Cocktailbar, Gemeindehaus, Rathaus und VKP-Bus sowie Elektro Helden. Den Ausklang bieten „Curtain Call“ in der Alten Schwimmhalle und die After Kulturnacht Party im Prinzenhuus.

**4. September, 17 bis 23 Uhr
Markt, Plöner Altstadt**

LICHTERZAUBER IN TRAVEMÜNDE

Wenn der Sommer am Meer langsam ausklingt, geht in Travemünde ein ganz besonderer Zauber ans Werk. Es wird wieder gefeiert, und zwar das Fest der 1.000 Lichter im verwunschenen Godewindpark!

Bäume, See und Wiesen verwandeln sich in den Abendstunden in ein funkelnendes Lichtermeer. Genießen Sie die märchenhafte Atmosphäre mit Feuershows, Livemusik und Kunst! Schlendern Sie vorbei an ausgefallenen Lichtinstallationen! Kulinarische Köstlichkeiten erwarten Sie und laden zum Verweilen ein, während Sie den Zauber des Moments auf sich wirken lassen. Stimmungsvolle Illumination, Artistik, Livemusik und Kunst überraschen bei Ihrem Bummel

durch den Park an jeder Ecke und laden zum genussvollen Entschleunigen ein. Zahlreiche Foodtrucks verwöhnen Besucher*innen mit internationaler Küche – von Grillspezialitäten über Flammkuchen und Fischbrötchen bis hin

zu süßen Köstlichkeiten. Genießen Sie am Seeufersteg im transparenten Gastrozelt ein Glas Wein, ein Bier, einen Cocktail oder ein alkoholfreies Getränk und betrachten Sie das Lichterschauspiel im Park. Ein Highlight zum

Abschluss des Tages ist die Seiltanzshow über dem Teich, begleitet von stimmungsvoller Hintergrundmusik und Lichtern.

**17. bis 19.
September
Godewindpark,
Travemünde**



Fotos: LTM



ANZEIGE

Saisonstart in den Herbst

Septemberhighlights bei Nortex

LANGER FREITAG: „OKTOBERFEST“

Unter dem Motto „Oktoberfest“ lädt das Nortex Mode-Center herzlich zum „Langer Freitag“ ein. Kommen Sie zum entspannten Einkaufen vorbei und entdecken Sie die aktuellen Herbstkollektionen. Wer im Dirndl oder Janker vorbeikommt, kriegt als kleine Aufmerksamkeit ein Lebkuchenherz geschenkt. Für die passende Flechtfrisur sorgt vor Ort das Profiteam von „Glen's Hair“. Wer möchte, kann seine Treffsicherheit im Laser-Schießkino auf dem Parkplatz testen. Genießen Sie auch kulinarische Spezialitäten wie klassische Brezn oder leckere Flädlesüppchen und nutzen Sie Ihre Chance auf einen Gewinn bei der großen Verlosung.

18. September, 17 bis 21 Uhr

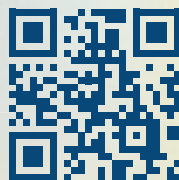


BARBOUR-MODENSCHAU

Nortex liebt Barbour: Über 1000 Jacken der britischen Traditionsmarke führt das Modehaus im Sortiment. Wer die Modelieblinge hautnah erleben möchte, ist bei der Barbour-Modenschau am 26. September genau richtig. Gemeinsam mit der Hamburger Agentur Fashion Time International präsentiert Nortex ein Programm voller Überraschungen. Sechs professionelle Models zeigen die neuen Herbstkollektionen mit aktuellen Jacken, stilvollen Kombinationen und passenden Accessoires. Die ca. 20-minütigen Modenschauen starten um 12 und 14 Uhr. Karten gibt es für 10 Euro online oder an der Nortex-Kundeninformation.

26. September, 12 und 14 Uhr

Mehr Infos sowie einen Überblick über weitere Veranstaltungen bei Nortex finden Sie unter www.nortex.de/events.



Mit Nortex
in den Herbst!



Große E-Auto-Schau

04 & 05. September 2026, 10-18 Uhr

Aktuelle Modelle zahlreicher Marken kennenlernen, beraten lassen und gründlich vergleichen – bei bester Stimmung und Abwechslung für die ganze Familie.



Langer Freitag

18. September 2026, 17-21 Uhr

„Wir feiern Oktoberfest“ – entdecken Sie neue Kollektionen, attraktive Aktionen, kulinarische Genüsse & unsere große Verlosung. Entspannt einkaufen in lockerer Atmosphäre.



BARBOUR-Wochen

23. September - 06. Oktober 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.



BARBOUR-Modenschau

26. September 2026, 12 & 14 Uhr

Mit der Hamburger Agentur Fashion Time präsentieren wir Ihnen die aktuellen Herbstkollektionen. Tickets sind für 10€ an der Kundeninfo sowie auf www.nortex.de erhältlich.

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



TAG DES OFFENEN DENKMALS 2026

Dieses Jahr ist es am 13. September soweit: Dann laden am Tag des offenen Denkmals wieder tausende historische Bauwerke in ganz Deutschland zum Besuchen ein. Jedes Jahr brechen beim größten Kulturevent Deutschlands mehrere Millionen Besucher*innen zu Streifzügen durch die Vergangenheit auf. Das von der Deutschen Stiftung Denkmalschutz ausgegebene Motto „NetzWERKE: Denkmale & Infrastruktur“ legt dieses Jahr den Fokus auf Bewegung, Austausch und Verbindungen, die durch Denkmale erzeugt oder begünstigt werden. Eine Übersicht über alle Veranstaltungen gibt es unter www.tag-des-offenen-denkmals.de.

13. September • ganz Deutschland



Foto: Adobe Stock



Foto: FLMK

HISTORISCHER JAHRMARKT

„Hereinspaziert, hereinspaziert, kommen Sie näher, kommen Sie ran! Hier können Sie was erleben!“ Der Duft von gebrannten Mandeln und Zuckerwatte liegt in den Luft, Kinder jauchzen freudig und im Hintergrund erklingen die Melodien der mobilen Konzertorgel. Vom 2. bis 4. Oktober ist wieder Jahrmarkt im Freilichtmuseum am Kiekeberg!

An jeder Ecke gibt es etwas zu entdecken: Kinder drehen Runden in historischen Karussells, die Melodie der Konzertorgel ertönt und der Duft von Zuckerwatte und Schmalzkuchen liegt in der Luft. Der „Historische Jahrmarkt“ wird der Zeit zwischen 1900 und 1960 nachempfunden. Mehr Infos unter www.kiekeberg-museum.de.

2. bis 4. Oktober • Freilichtmuseum am Kiekeberg

KUNSTHANDWERK, KAFFEE UND HERBSTLICHE STIMMUNG

*Wenn sich die Blätter bunt färben und die ersten kühlen Tage den Herbst ankündigen,
zieht in der Kleinen Waldschänke in Klingberg wieder der Herbstzauber ein.*

Am Samstag, 3. Oktober, und Sonntag, 4. Oktober, erwartet die Besucher*innen ein stimmungsvoller Markt mit liebevoll gefertigtem Kunsthandwerk, regionalen Produkten und einer gemütlichen Atmosphäre. Regionale Aussteller*innen präsentieren eine große Auswahl an handgefertigten Unikaten, die den Charme der goldenen Jahreszeit widerspiegeln. Ob herbstliche Floristik aus Naturmaterialien und Seide, dekorative Kerzen, warme handgestrickte Socken, maritime Dekoration aus Schwemmholz, Keramik

für Haus und Garten, originelle Bilder mit kleinen Lebensweisheiten oder aromatischer Honig aus der Region – überall zeigt sich die Freude am kreativen Handwerk. Viele der

angebotenen Stücke sind Einzelanfertigungen und ausschließlich an diesem Wochenende erhältlich. Für das leibliche Wohl sorgen die Aussteller*innen selbst: Sie verwöhnen ihre

Gäste mit frisch gebrühtem Kaffee und einer Auswahl an selbstgebackenen Kuchen. Sollte das Herbstwetter mitspielen, bietet der idyllische Innenhof den passenden Rahmen, um bei einem Stück Kuchen, netten Gesprächen und vielleicht sogar etwas Herbstsonne die besondere Atmosphäre zu genießen.

3. und 4. Oktober
Kleine Waldschänke Klingberg



Foto: Adobe Stock



ANZEIGE

Vom 3. bis zum 11. Oktober herrscht im Freilichtmuseum Molfsee wieder eine ganz besondere Herbstmarktstimmung

Flanieren, Schauen, Genießen, Mitmachen – der Herbstmarkt bietet viele Erlebnisse für die ganze Familie

Die historischen Gebäude – wie hier die Holländermühle – und die wunderschöne Natur des Museumsgebiets bilden die herrliche Kulisse des Herbstmarktes



Zauberhafter Herbstmarkt

Vom 3. bis zum 11. Oktober lädt auch dieses Jahr wieder das **Freilichtmuseum Molfsee** täglich von 10 bis 18 Uhr zu seinem bunten und bei Groß und Klein beliebten Herbstmarkt ein.

Zum Duft von frisch gerösteten Mandeln, Apfelkuchen und Kaffee, Rübenmus, geräuchertem Fisch und vielen anderen regional gefertigten Köstlichkeiten präsentieren sich zwischen den liebevoll hergerichteten historischen Häusern auf dem Museumsareal gut 130 Aussteller*innen. Sie bieten regionale Produkte an, kuschelig warme Kleidung für Erwachsene und Kinder, gewohnt hochwertiges Kunsthandwerk, sowie Pflanzen und Herbstdeko für Haus und Garten. Die Nordbauern Schleswig-Holstein mit verschiedenen regionalen Erzeugern und Direkt-Vermarktern laden zu einem bunten Bauernmarkt auf dem Herbstmarkt ein. Wie immer stehen selbstproduzierte Waren im Vordergrund.

LEBENDIGES MUSEUM

Mitmach-Aktionen für Kinder, das Haus des Jahres und die letzten Wochen der Rebecca Louise Law-Ausstellung – das Museum zeigt sich vielseitig und bietet allen Gästen viele

Kultur-Erlebnisse. Neben der Strohhüpfburg können Kinder unter Anleitung Herbstliches basteln und ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Im Haus des Jahres 2026, das erstmalig für Besuchende zugänglich ist, gibt es Anschauliches zum Thema „Reepschlägerei“ und neue Verweilmöglichkeiten an der „längsten Tafel Molfsees“.

DER EINTRITT

Der Museumseintritt und damit auch für den Herbstmarkt beträgt für Erwachsene 14 Euro (erm. 12 Euro), Kinder und Jugendliche zahlen 5 Euro und die Familienkarte kostet 29 Euro. Wer ab Mitte September über die Internetseite des Museums Landesmuseen SH – Freilichtmuseum Molfsee ein Online-Ticket für den Herbstmarkt erwirbt, kommt erfahrungsgemäß schneller ans Ziel.

3.-11.10., tägl. 10-18 Uhr, Freilichtmuseum Molfsee/Jahr100Haus, Hamburger Landstr. 97, Molfsee, www.freilichtmuseum-sh.de

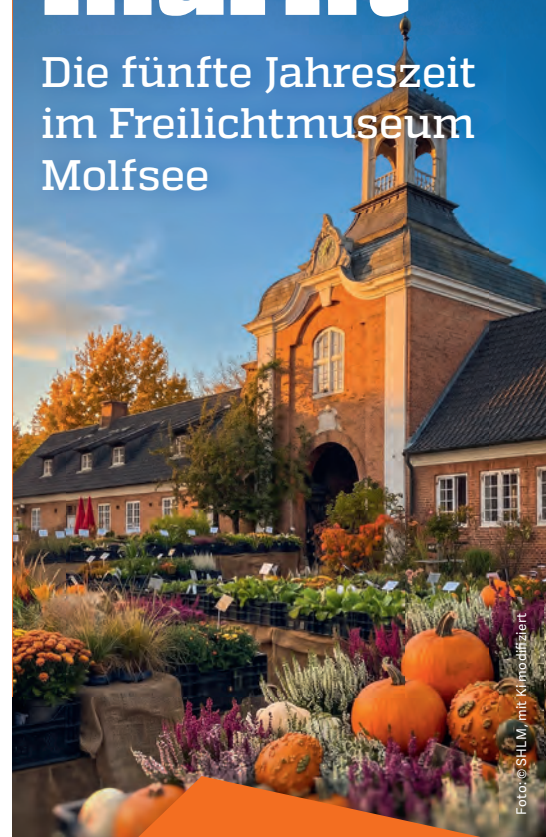
AUF ZUM HERBSTMARKT

Anreise mit ÖPNV und Rad

Das Museum, die Gemeinde Molfsee und der Kreis Rendsburg-Eckernförde bitten eindringlich darum, auf Grund der eingeschränkten Parkplatz-Situation am Museum (an den Wochenenden steht der Parkplatz am Landesamt für Landwirtschaft, Umwelt und ländliche Räume, Hamburger Chaussee 25, Flintbek, zur Verfügung) die Angebote des ÖPNV in Anspruch zu nehmen. An allen Veranstaltungstagen verkehren die Busse der Linien 780/790/795 zwischen dem Hauptbahnhof Kiel und der Gemeinde Flintbek und werden so zum beliebten und zuverlässigen Herbstmarkt-Shuttle. Darüber hinaus steht direkt am Museum ein Fahrradparkplatz zur Verfügung. Und auch die beliebten Leihräder der Sprottenflotte sind in Molfsee wieder mit von der Partie.

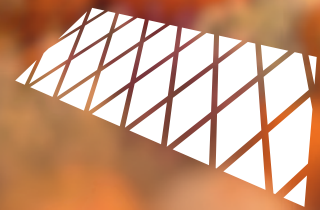
Herbstmarkt

Die fünfte Jahreszeit im Freilichtmuseum Molfsee



3.-11.10.2026
täglich 10-18 Uhr

Inkl. vieler musealer Mitmachaktionen!



Freilichtmuseum Molfsee

Landesmuseen SH

freilichtmuseum-sh.de



Sparkasse

PROVINZIAL

Die Sparkassen sind Partner der
Stiftung Schleswig-Holsteinische Landesmuseen
Schloss Gottorf

„MEINE KON ZEIGT STETS



Wenn Silke Dreyer ihre Koffer packt, geht es auf Abenteuer-Tour. Die 62-jährige Husumerin reist seit über 30 Jahren durch die Welt und hat schon zahlreiche Länder der Erde besucht. Gerade ist sie aus der Mongolei zurück.



Silke Dreyer liebt es, fremde Kulturen zu entdecken.

VON MARION LASS

Haben Sie schon mal Piranhas im Orinoco geangelt und gegessen? Oder sich morgens in einem indischen Fluss gewaschen? Auch aufregend: ein Toilettengang in der afrikanischen Steppe, bei dem eine Gruppe Löwen in einiger Entfernung brüllt ... Wenn Silke Dreyer von ihren Urlaubsreisen nach Hause kommt, hat sie meistens kleine Abenteuer im Gepäck, denn Länder wie Dänemark oder Frankreich gehören eher nicht zu ihren Reisezielen. Sie liebt Erlebnisse, und die führen sie in die ganze Welt.

VON GUATEMALA BIS KIRGISTAN

Die Husumerin hat mit ihren 62 Jahren schon etliche Länder bereist, von denen die meisten Menschen nicht einmal wissen, wo genau sie liegen. Unter anderem ging es nach Kirgistan, Guatemala, Myanmar (ehemals Birma), Patagonien, Äthiopien, Tansania, Namibia, Peru, Bolivien, Ladakh oder Madagaskar. Und während Sie, liebe Leser*innen, wahrscheinlich erst einmal googeln, um zu schauen, wo zum Beispiel Kirgistan liegt, lässt mich die quirliche Weltenbummlerin in ihr Handy schauen. Es ist voll mit Fotos von fremden Ländern, fremden

Menschen und Landschaften, die einen ganz besonderen Zauber mit sich bringen. „Nach all den Jahren meiner Reiseritis habe ich mich in die schroffen, kargen Berge verliebt“, sagt Silke Dreyer. „Ich komme gerade zurück aus der Mongolei und bin geflasht von der Landschaft dort – von der Weite, den Bergen und der Wüste“, schwärmt sie – noch frisch aufgetankt von den Eindrücken, die sie dort gewonnen hat.

„REISERITIS IST MEIN HOBBY“

Wie man auf die Idee kommt, seinen Urlaub in der Mongolei zu verbringen, möchte ich wissen. „Ich reise schon so lange – seit 1994. Es ist neben dem Garten mein Hobby. Wenn es irgendwie geht, versuche ich wenigstens alle zwei Jahre, wenn nicht sogar jedes Jahr, auf Reisen zu gehen. Man lernt während der Tour viele Menschen kennen und tauscht sich auch danach weiter aus. Die Kontakte bleiben bestehen. Sabine aus Frankfurt zum Beispiel habe ich in Kambodscha kennengelernt. Wir waren jetzt schon viermal zusammen los. Natürlich hat es auch schon mal die eine oder andere Doku gegeben, die mich inspiriert hat: Als ich bei-

spielsweise von dem Goldenen Fels in Kyaiktiyo hörte, musste ich einfach hin“, schmunzelt die 62-Jährige. „Aber vielfach sind es auch die Mitreisenden, die sich melden und fragen, ob ich nicht vielleicht Lust hätte, mitzukommen. Tja, und dann meldet sich meine Reiseritis und geistig ist mein Koffer schon gepackt“, erzählt sie lachend. Sind mehr Frauen unterwegs oder auch Männer und Paare? „Das ist ganz unterschiedlich. Je nach Tour.“ Und wie läuft das auf dem Toilettengang – mitten in der Wildnis? „Ha, das wollen immer alle wissen“, lacht die 62-Jährige und lüftet das Geheimnis: „Die Männer nach links, die Frauen nach rechts.“

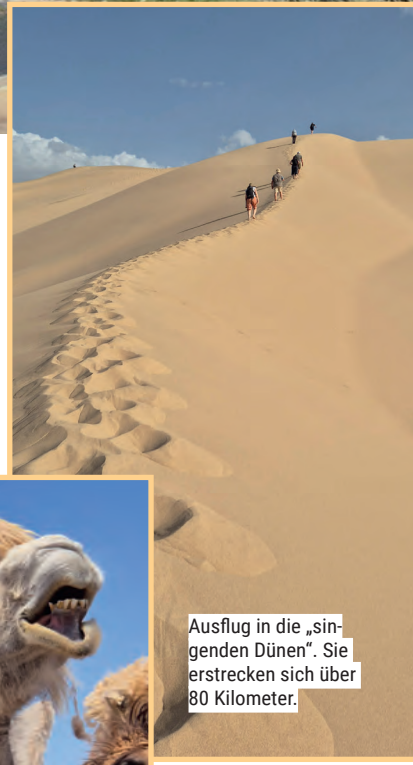
„MAN SOLLTE SCHON FIT SEIN“

Wie alt oder jung sind die Reisenden auf so einer Tour? „Das ist ganz unterschiedlich, von 38 bis 74 Jahren ist alles vertreten. Ich bin mit 62 tatsächlich noch nicht die Älteste. Aber fit muss man schon sein für solche Touren, denn wir wandern in den Bergen oder müssen Hängebrücken überqueren. Ich hatte tatsächlich einmal heftige Probleme mit der Höhe. Das war in Bolivien. Wir wollten zum Titicacasee, der auf

COMPASSNADEL IN DIE FERNE“

★ Mongolei

Die Jurten sind kompakt und schnell zu beheizen. Sie dienen als Unterkunft im Sommer und im Winter.



Ausflug in die „singenden Dünen“. Sie erstrecken sich über 80 Kilometer.

rund 3800 Metern Höhe liegt. Da musste ich leider abbrechen. Drei Tage lang habe ich das Bett gehütet und war natürlich gefrustet. Aber es ging nicht anders. Auf der Rücktour hat mich meine Gruppe dann wieder abgeholt und es ging weiter zum Amazonas-Tiefland.“

HALBES DOPPELZIMMER, GANZER SPASS

Meistens bucht die Husumerin ein halbes Doppelzimmer. „Das ist günstiger und ich bin noch nie enttäuscht worden“, sagt sie. Viele ihrer „Mitbewohnerinnen“ sind inzwischen gute Freundinnen geworden. „Manchmal fahren wir sogar ein weiteres Mal zusammen los. Gerade letzte Woche hat sich bei mir eine Mitreisende gemeldet, die mich ein paar Tage besuchen kommt.“

In diesen Lederbeuteln wird die gegorene Stutenmilch aufbewahrt.



Weite Teile der Mongolei sind karg und dünn besiedelt. Die Städte sind hunderte Kilometer entfernt.



MONGOLEI

Silke Dreyer auf einer alten Inkabrücke in den Anden.

Die Sache mit dem Doppelzimmer ist bei den Erlebnisreisen natürlich immer nur dort gegeben, wo auch ein Hotel in der Nähe ist. „Wir sind meistens mit einer kleinen Reisegruppe von sechs bis zwölf Personen unterwegs und werden per Bus oder Jeep mitten ins Land und unters Volk gebracht. Es kann passieren, dass wir bei Einheimischen schlafen und frühmorgens im Stall die Hühnereier einsammeln, um gemeinsam mit ihnen das Frühstück vorzubereiten. Ich liebe das!“

GERÜCHE, GERÄUSCHE UND FARBEN

Gerade die fremden Gerüche, Geräusche und Farben haben es der Husumerin angetan. „Ich sauge das alles in mir auf“, sagt sie. In der Mongolei hat sie gerade das Leben in einer Jurte kennengelernt und ist beeindruckt, mit wie wenig die Mongolen auskommen. „Es gibt in der Jurte nur wenig Mobiliar, und auf den Tisch kommt Kamelfleisch mit Reis oder gegorene Stutenmilch oder Yakjoghurt – und das jeden Tag“, schmunzelt sie. „Im Sommer müssen die Herden in die Berge. Dann werden die Jurten abgebaut und in 1800 Metern Höhe wieder aufgebaut. Es ist praktisch ein Tiny-House to go.“ Weite Teile der Mongolei sind karg und dünn besiedelt. Die Städte sind hunderte Kilometer entfernt. „Nichts erinnert an zu Hause. Die schroffen Landschaften dort strahlen Ruhe aus, sie erden mich“, sagt sie, und es schwingt ein kleines bisschen Wehmut mit. „Man ist wie in einer anderen Welt – irgendwie unwirklich. Ich glaube, ich muss da noch mal hin.“

SINGENDE DÜNEN UND VULKAN-TOUREN

In der Mongolei hat sie unter anderem die 80 Kilometer langen „singenden Dünen“ besichtigt, den Vulkan Khorgo (Koroll) bewandert und das Kloster Ongiin Chiid besucht, es liegt in der Wüste Gobi. „Wie einfach das Leben dort ist! Es gibt für jeden Arbeit, aber keiner verfällt in



Hektik. Und am Abend sitzen alle zusammen in der Jurte und essen gemeinsam. Alles ist entschleunigt.“

Die Jurten, die der Reisegruppe in der Mongolei zugeteilt wurden, waren der Husumerin fast schon ein wenig zu luxuriös. „Ich mag es lieber authentisch“, sagt sie. Aber sie weiß auch, warum der Standard hoch war: „Die Menschen möchten den Tourismus dort ankurbeln und erhoffen sich mehr Reisende.“

Die Familien in ihrem ganz persönlichen Habitus zu erleben, reizt sie besonders. Mal war sie in der afrikanischen Steppe dabei, als gerade ein Fest gefeiert wurde, dann war sie Zeugin einer festlichen Ringkampf-Zeremonie in der Mongo-

lei. „Man ist immer irgendwie mittendrin. Die Menschen dort sind auch neugierig auf uns. Sie freuen sich auf Besucher*innen und beziehen uns mit ein.“

KLEINE UND GROSSE ABENTEUER

Etliche kleine Abenteuer hat die 62-Jährige schon erlebt. Ihre allererste Tour führte sie 1994 nach Guatemala und Mexiko. Dort war sie mit einer Reisegruppe von sechs Personen mit Zwei-Mann-Zelten unterwegs. Ein kleiner Bus mit Fahrer fuhr sie, die Zelte und das Kochgeschirr quer durchs Land. Die Husumerin erinnert sich noch gut daran, dass sie auf der Rückreise mitten in die Fronten des mexika-

PERU

Machu Picchu in Peru. Die Stadt der Inkas liegt auf circa 2430 Metern Höhe.



Die Salzterrassen von Maras liegen in den peruanischen Anden im Heiligen Tal der Inkas, etwa 40 Kilometer nordwestlich von Cusco.



Dies ist ein landwirtschaftliches Forschungsareal der Inka.



Der Inka-Rail (oben) bringt die Menschen in die Region von Machu Picchu, der Rest erfolgt per Bus und zu Fuß.



Ein typisches Bild in den Straßen von Cusco.

★ Peru

nischen Bürgerkriegs gerieten und mit weißer Fahne durch das Kriegsgebiet fahren mussten. Man könnte meinen, dass dieser Vorfall ihren Erlebnisdrang gebremst hätte, aber sie hat sich davon nie beeindrucken lassen. Die Reiselust war immer stärker.

„Am Lake Baringo in Kenia spazierte morgens mal eine Herde Flusspferde durch unser Zeltcamp“, berichtet sie. „Wir mussten uns alle ganz ruhig verhalten und warten, bis die mächtigen Tiere wieder im Wasser waren. Ein Mitreisender war auf einen Baum geklettert und musste dort ausharren. Da rutscht einem schon das Herz in die Hose, denn die Mutterkühe können ziemlich unangenehm werden ...“, gibt die Weltenbummlerin zu. „Sowas kann mal passieren. In den meisten Fällen fühle ich mich jedoch sicher, und spätestens in Momenten wie zum Beispiel beim Urlaub auf den Galápagos-Inseln in der Unterwasserwelt zwischen farbenprächtigen

Korallen und bunten Meeresbewohnern werde ich voll entschädigt. Das sind einfach unvergessliche Erlebnisse!“

WENIGE REGELN UND VORSCHRIFTEN

Begeistert ist sie immer wieder davon, wie die Menschen in ihren Reiseländern das Leben meistern. „Bei uns in Deutschland ist ja irgendwie alles geregelt. Dort, wo ich hinreise, nimmt das Leben einfach seinen Lauf. Vielleicht ist es das, was mich triggert?“, fragt sie sich oft. „Unser Leben in Europa ist ja meistens durchstrukturiert, es gibt Regeln und Vorschriften. Aber im Urlaub darf es für mich gerne ein bisschen bunt zugehen. Je chaotischer, desto besser“, lacht sie und berichtet von einem Vorfall in Venezuela: „Dort sind wir mal mit einem Boot unterwegs gewesen, und viele Meilen von der Küste entfernt ging unserem Bootsführer

der Sprit aus. So etwas würde einem in Deutschland doch nie passieren“, schmunzelt sie. Und dann? Was passierte? „Wir haben auf ein Boot gewartet, das uns hilft. Irgendwann kam ein Fischerboot vorbei, und dann wurde der Sprit mit einer Colaflasche von einem Boot zum anderen befördert. So läuft das da.“

Viele schöne Bilder aus fremden Kulturen hat sie im Gepäck, wenn sie nach Hause kommt. „Aber die Kinder, die uns mit fröhlichen Gesängen während des Aufenthalts in Madagaskar begleitet haben, sind mir noch besonders in Erinnerung. Wir haben zusammen Strichmännchen im Sand gemalt und gesungen. Afrika ist ein wunderschöner Kontinent und sehr sehenswert“, schwärmt die Husumerin.

KLEINE SCHATTENSEITEN

Die einzigen Schattenseiten, die sie in all den Jahren erlebt hat, waren ein Diebstahl in



„Herrlich! Die Seele baumeln lassen in den Bergen von Kirgistan“, sagt Silke Dreyer.

Botswana, bei dem ihr nachts der Rucksack samt Digitalkamera aus dem Zelt gestohlen wurde, und ein Raub in Quito, der Hauptstadt von Ecuador. „Da war für einen Mitreisenden von uns dann am zweiten Tag alles weg. Aber man hilft sich gegenseitig, wenn man unterwegs ist. Und jeder hat dazu beigetragen, dass er weiterreisen konnte.“ Seit dem Diebstahl der Kamera fotografiert die 62-Jährige meistens nur noch mit ihrem Smartphone. „Es ist viel leichter und man hat es immer bei sich“, sagt sie.

REISEEQUIPMENT UND IMPFUNGEN

Apropos ... was sollte man denn einpacken, wenn man auf eine Erlebnisreise geht?

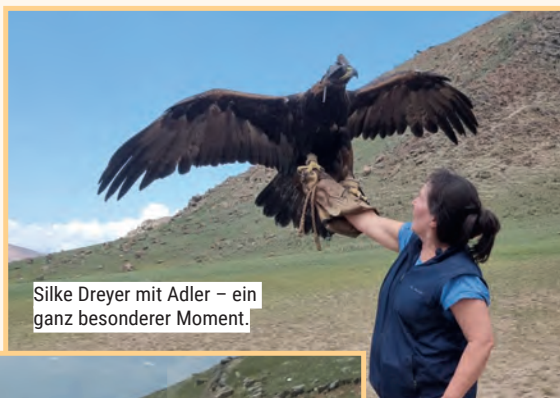
„Ich nehme eine Taschenlampe, Sonnen- und Mückenschutz, meinen Schlafsack, Trekking-schuhe und Kleidung nach dem Zwiebelprinzip mit sowie – nicht lachen – Klopapier, denn das gibt es dort, wo wir hingehen, oftmals nicht.“

Auch was Impfungen angeht, gibt es einiges zu beachten. Die Husumerin hat alle Impfungen, die man auch in Deutschland braucht, und zusätzliche Impfungen gegen Tollwut, Cholera, Dengue, Gelbfieber, japanische Enzephalitis,



Kirgistan ist ein karges, aber wunderschönes Land.

★ Kirgistan



Silke Dreyer mit Adler – ein ganz besonderer Moment.

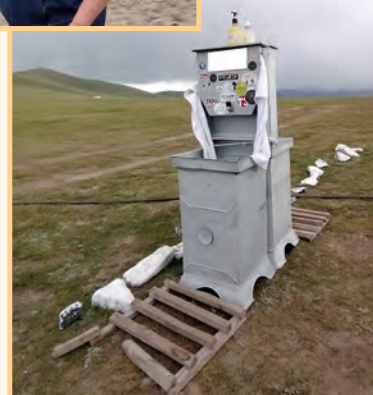
Beim Waschen hat man die beste Aussicht – mit Blick in die Weite.



Abends wird in der Jurte gemeinsam gegessen.

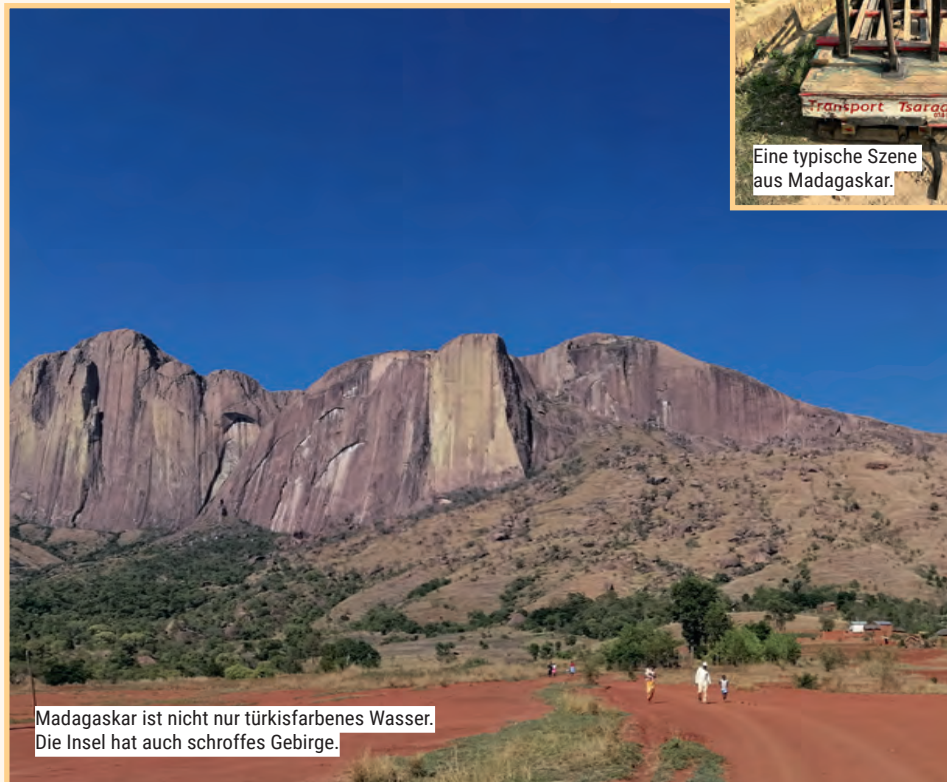


Die Pferde werden im Sommer auf die Hochebenen getrieben und alle nehmen Rücksicht.



KIRGISTAN

★ Madagaskar



Madagaskar ist nicht nur türkisfarbenes Wasser. Die Insel hat auch schroffes Gebirge.



Eine typische Szene aus Madagaskar.



Auf Madagaskar leben Lemuren. Diese Tiere gehören zu den Halbaffen. Sie kommen in freier Wildbahn nur auf dieser Insel vor.

MADAGASKAR

Meningokokken, Hepatitis A und B. „Wichtig ist eine ausführliche Reiseberatung beim Arzt, und das natürlich mit entsprechender Vorlaufzeit. Das kann ich nur empfehlen!“

Wie sieht es mit Vorbereitungen aus? „Ja, unbedingt. Ich lese im Vorfeld viel über die Reiseroute und die jeweiligen Orte auf der Tour. Dann ist man ganz gut vorbereitet.“

KOSTBARKEIT WASSER

Wenn man so bunt unterwegs ist, ändert sich auch der Blick auf die Welt. „Diese Reisen machen etwas mit einem. Wer gesehen hat, wie kleine Kinder aus Pfützen trinken oder kilometerweit Wasserkanister schleppen, oder dass jeden Tag das gleiche Gericht auf dem Speiseplan steht, betrachtet unser Luxusleben in Europa mit anderen Augen. Ich habe erlebt, wie mühselig meine Gastgeber*innen das Wasser in ihre bescheidenen Hütten transportiert haben.

Seitdem gehe ich mit Trinkwasser sparsamer um. Man erlebt auf solchen Reisen auch extreme Armut. Dadurch stellt man viele Dinge, die für uns normal sind, in Frage und sieht, in welchem Überfluss wir leben.“

NÄCHSTE TOUR: KAPVERDEN

Ihr nächstes Ziel sind die Kapverden. „Im Herbst geht es los“, sagt sie und freut sich auf Bergwandern, weiße Sanddünen und viele Begegnungen mit den Bewohner*innen dort. „Das Schöne an meinen Reisen ist der enge Kontakt zu den Einheimischen. Man bekommt wirklich viel mit.“ Auf die Frage, wie lange sie diese Art von Reisen noch machen möchte, kommt mit einem lauten Lachen: „Jetzt noch mal alles mitnehmen, und später gucke ich mir Europa in aller Ruhe an.“ Und noch mal kurz zum Piranha: Wie schmeckt er denn? „Gut, wie ganz normaler Fisch.“

WAS SOLLTE INS GEPÄCK?

Handy, Taschenlampe, Sonnen- und Mückenschutz, Schlafsack, Trekking-schuhe und Kleidung nach dem Zwiebelprinzip sowie Toilettenpapier.

WELCHE IMPFUNGEN BENÖTIGT MAN?

Für ihre Touren hat die Husumerin alle Impfungen, die man auch in Deutschland braucht, sowie zusätzliche Impfungen gegen Tollwut, Cholera, Dengue, Gelbfieber, japanische Enzephalitis, Meningokokken, Hepatitis A und B. Man sollte sich rechtzeitig informieren, was die Bestimmungen des Reiselandes vorgeben.

NEBEN- SAISON IM NORDEN

Warum erst wieder auf warmes Wetter warten, wenn es bei uns im Norden doch so viel zu entdecken gibt? Wir sind uns sicher: Auch (und vielleicht gerade) in der kälteren Jahreszeit bringen Strand, Meer und Binnenland ihren ganz eigenen Zauber mit sich.

Wenn der erste Herbstwind die Gischt aufpeitscht und die Blätter durch die Luft wirbelt, leeren sich die beliebten Urlaubsorte bei uns im Norden allmählich. Eine entspanntere Atmosphäre stellt sich ein, während der Trubel langsam abebbt und Gemütlichkeit einkehrt. Aber nicht nur die Ruhe ist ein echter Vorteil für alle, die sich für eine Auszeit abseits der Saison entscheiden.

Auch Unterkünfte können Sie in der Nebensaison oft zu günstigeren Preisen buchen. Ebenso sind begehrte Restaurants weniger überlaufen und haben eher mal ein Plätzchen frei. Ein weiterer Pluspunkt für alle Hundebesitzer*innen: An fast allen Urlaubsorten an Nord- und Ostsee werden zwischen dem 1. November und dem 31. März die Strände auch für Fellnasen freigegeben. Informieren Sie sich dennoch über eine mögliche Leinenpflicht vor Ort.

Weite, Wind und Wellen-
rauschen: Genießen Sie eine
Auszeit in der Nebensaison,
wie etwa auf Amrum (li.)
oder in SPO.



Die Nebensaison erleben ...

Die Lübecker Bucht überzeugt auch off season mit zahlreichen Sinnesfreuden und Aktivitäten.



... AN DER LÜBECKER BUCHT

Auch wenn sich die Strände allmählich leeren und eine gemütliche, ruhigere Stimmung aufzieht, hält die Lübecker Bucht noch immer zahlreiche Aktivitäten und Sinnesfreuden für Besucher*innen bereit. Hier kommen drei Tipps für Ihre Auszeit an der Lübecker Bucht:

TIPP 1: ENTDECKEN SIE EIN JUWEL FÜR KERAMIKFANS

Die Töpferei im alten Bahnhof Gleschendorf, betrieben von Keramikmeisterin Barbara Wedde-Stephan und Modelleur Otto Stephan, ist Anlaufstelle für Keramikliebhaber*innen, auf der Suche nach Töpferkursen und kreativen Köpfen, die Aufträge annehmen und umsetzen. Während der kalten Jahreszeit ist es hier besonders gemütlich. Der knisternde Kamin sorgt für wohlige Wärme, wenn draußen eine kühle Herbstbrise weht.

TIPP 2: GENIEßEN SIE EINE KAFFEPAUSE IM HOFCAFÉ ... ODER AM MEER!

Ein wahres Schlaraffenland für alle Naschkatzen versteckt sich mitten im Herzen von Neustadt in Holstein: das Café der Marienhofanlage. Hier

mischt sich gemütliches Ambiente mit einer Auswahl an selbstgebackenen Kuchen und gutem Kaffee. Apropos Kaffee: Absolute Tradition an der Lübecker Bucht ist übrigens auch der „erste Kaffee des Tages“. Die Tourismus-Agentur Lübecker Bucht lädt zu festen Terminen (siehe Veranstaltungskalender) dazu ein, gemeinsam den Sonnenaufgang über dem Meer zu genießen.

TIPP 3: GEHEN SIE AUF ENTDECKUNGSTOUR DURCH NEUSTADT IN HOLSTEIN

Ein Einkaufsbummel durch die beschaulichen Gassen von Neustadt in Holstein ist der krönende Abschluss für Ihren Ausflug: Hier reißen sich viele süße, inhabergeführte Geschäfte aneinander. Anschließend können Sie ganz entspannt die Brückstraße hinunterschlendern, gemütlich am Binnenwasser sitzen und den charmanten Neustädter Hafen auf sich wirken lassen.

Weitere Ausflugstipps und Inspirationen rund um Kiel und Schleswig-Holstein finden Sie unter www.foerdefraeulein.de und auf Instagram: [@foerde_fraeulein](https://www.instagram.com/foerde_fraeulein).

... AUF SYLT

Auch wenn in der Nebensaison viele Lokale und Örtlichkeiten in die Pause gehen und das Angebot etwas kleiner ausfällt, hat Sylt im Herbst und Winter dennoch einiges auf Lager. Eine Auswahl:

TIPP 1: BEGEBEN SIE SICH AUF GROSSE FAHRT

An Bord eines Ausflugsschiffes erleben Sie die Nordsee samt ihrer Bewohner ganz nah. Besonders begehrt sind etwa die Seehundstouren, die ab Hörnum sogar ganzjährig starten. Für Jung und Alt ist es ein echtes Highlight, die neugierigen Nordseebewohner aus nächster Nähe zu beobachten.

TIPP 2: ERLEBEN SIE EINE GEFÜHRTE TOUR

Auch im Winter gibt es zahlreiche naturkundliche Führungen mit Locals auf der Insel. Die perfekte Gelegenheit, um Sylts einzigartige Natur aus einer ganz neuen Perspektive kennenzulernen. Bei geführten Dünen- und Wattwanderungen erleben Sie die faszinierende Pflanzen- und Tierwelt samt ihrer Lebensräume ganz nah. Das Erlebniszentrum Naturgewalten bietet regelmäßig solche spannenden Touren an.

TIPP 3: GÖNNEN SIE SICH EINE WELLNESS-AUSZEIT

Auf Sylt finden Sie viele erstklassige Wellnessbereiche und Day-Spas – vor allem in den Hotels der Insel. Auch die Sylter Welle hat ganzjährig für Sie geöffnet. Ein echtes Highlight sind die versteckten Strandsaunen in Rantum, Hörnum oder List: Nach dem Schwitzen können Sie sich hier direkt in der kalten Nordsee abkühlen (geöffnet bis Oktober).

Sie möchten mehr über die Nordseeinsel samt ihrer besonderen Orte und Adressen erfahren? Besuchen Sie das Sylt Fräulein auf www.syltfraeulein.de oder auf Instagram: [@sylt_fraeulein](https://www.instagram.com/sylt_fraeulein).



Erst saunieren, dann abkühlen in der Nordsee – das geht in den Strandsaunen auf Sylt.



... AUF FEHMARN

Fehmarn im Sommer ist wunderschön, klar. Lebendiges Treiben an den Stränden und in den Bars und Restaurants, gut besuchte Campingplätze und Ferienhöfe und jede Menge Sonnenschein. Doch wenn die meisten Urlauber*innen längst wieder zu Hause sind, beginnt auf der Ostseeinsel eine ganz besondere, ruhige – ja, fast magische – Zeit.

TIPP 1: WAGEN SIE SICH AUF'S BOARD

Leere Strände, raue Ostsee: Jetzt ist der ideale Zeitpunkt, um sich das erste Mal aufs Board zu wagen. Gönnen Sie sich eine ordentliche Portion Action und buchen Sie sich einen (Kite-)Surfkurs in einer der vielen Wassersportschulen auf der Insel. Unter professioneller Anleitung geht's rauf aufs raue Ostsee-Wasser. Wer es lieber etwas weniger actionreich mag, nutzt die herbstliche Gemütlichkeit am Meer

einfach für einen ausgedehnten Strandspaziergang. Ein besonders naturbelassener Strandabschnitt ist etwa die Steilküste bei Katharinenhof.

TIPP 2: GENIEßEN SIE PURE INSELNATUR

Vor allem Naturbegeisterte und Vogelfans kommen in der Nebensaison auf Fehmarn voll auf ihre Kosten, denn mit dem September beginnt auch die Hauptzugzeit der meisten Zugvögel. Im Naturschutzgebiet Grüner Brink oder im Wasservogelreservat Wallnau herrscht geschäftiges Treiben. Machen Sie es sich mit einem Fernglas und einer Thermoskanne Tee oder Kaffee bequem und beobachten Sie die Tiere aus der Entfernung.

TIPP 3: BESUCHEN SIE DIE HOFLÄDEN DER INSEL

Sowieso immer, aber vor allem zum Herbstbeginn lohnt sich ein Blick in die Hofläden der Insel. Mit der Erntezeit von Kürbis, Sanddorn und Co. finden sich dort oft Produkte aus eigener Erzeugung, die nicht nur mit Qualität, sondern auch mit Geschmack punkten. Viele Betriebe bieten handgemachte Schätze aus Werkstatt und Küche an – von Seifen und Keramik bis zu inselspezifischen Köstlichkeiten wie Rapsblütenhonig.

Darf es noch etwas mee(h)r sein? Geheimtipps, Inselmomente und Ausflugsziele auf der Sonneninsel zeigt Ihnen das Team von Fehmarn Feeling auf Instagram: @fehmarneeling.



Weitere Off-Season-Highlights



Gehen Sie auf Kulinarik-tour entlang der Nordsee: Wie schmeckt eigentlich die Westküste? Begeben Sie sich in und um Husum auf köstliche Antwortsuche bei Krabbenbrötchen, Friesentorte, Futjes, Pharisäer und Co.



Bestaunen Sie das Biikebrennen: Am 21. Februar lodern wieder die traditionellen Biikefeuer entlang der nordfriesischen Küste. Anschließend geht es zum gemeinsamen Grünkohlessen.



Machen Sie eine Austernsafari: An der dänischen Nordsee, etwa auf der Insel Rømø, haben Sie zwischen Oktober und April die Möglichkeit, an einer geführten Tour durchs Watt teilzunehmen und gemeinsam Austern zu sammeln.



Nehmen Sie an einer geführten Pilzwanderung teil: In den Wäldern Schleswig-Holsteins werden zum Herbst regelmäßig geführte Pilzwanderungen angeboten, um gemeinsam heimische Speisepilze zu bestimmen.



Eine Radtour verbindet Bewegung mit Sightseeing: Unterwegs warten immer wieder Sylter Wahrzeichen wie das Quermarkenfeuer bei Kampen.



Mal mit Blick aufs Meer, mal vorbei an Reetdächern durch kleine Inselorte – mit dem Fahrrad zeigt sich Sylt besonders abwechslungsreich.

Inselglück auf Rädern

Dünen, Heide, Wattenmeer und kleine Inseldörfer: Auf rund 200 Kilometern Radwegen zeigt sich Sylt von seinen schönsten und vielfältigsten Seiten.

Wer auf Sylt in die Pedale tritt, kann die Insel ganz nach eigenem Rhythmus entdecken. Die Wege führen durch Heide und Dünen, vorbei an Reetdachhäusern, entlang des Wattenmeers und immer wieder mit weitem Blick über die Nordsee. Dabei liegen bekannte Sehenswürdigkeiten ebenso am Weg wie stille Ecken abseits des Trubels. Ob gemütlicher Ausflug mit ausgiebigen Pausen oder sportliche Tagestour – auf dem Fahrrad lässt sich Bewegung wunderbar mit Natur und Inselgenuss verbinden.

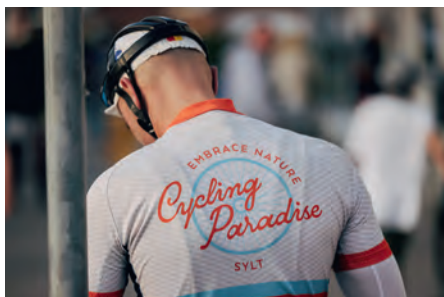
VOM SÜDEN BIS ZUR NORDSPITZE

Zu den Klassikern gehört die kleine Nord-Rundtour. Von Westerland geht es über Wenningstedt und Kampen bis zum Lister Hafen und wieder zurück. Auf knapp 37 Kilometern wechseln sich markante Wahrzeichen, weite Ausblicke und zahlreiche Möglichkeiten für eine genussvolle Pause ab. Ähnlich lang ist die kleine Süd-Rundtour über Rantum nach Hörnum. Dünenlandschaften und der Blick auf die Nordsee prägen hier weite Teile der Strecke. Wer den ruhigeren Inselosten kennenlernen möchte, kann durch die ländliche Landschaft bis zum eindrucksvollen Morsum Kliff radeln.

Vor allem für Naturfans lohnt es sich, aufs Rad zu steigen. Bei geführten Touren der Naturschutzgemeinschaft Sylt lassen sich unter anderem die Braderuper Heide, Nielönn, die Kampener Vogelkoje und die Dünenlandschaft am Roten Kliff entdecken. Unterwegs gibt es spannende Einblicke in die besonderen und empfindlichen Lebensräume der Insel.

AUFSTEIGEN UND LOSFAHREN

Das eigene Fahrrad muss dafür nicht einmal mit auf die Insel reisen. Mehr als 30 Fahrradverleiher halten Modelle für unterschiedliche Ansprüche bereit – vom klassischen Rad bis zum komfortablen E-Bike. Viele lassen sich bereits vor der Anreise reservieren, je nach Anbieter ist sogar ein Bring- und Abholservice möglich.



Rund 500 Radbegeisterte waren Ende August bei „Cycling Paradise“ gemeinsam auf Sylt unterwegs und umrundeten bei der vierten Auflage die Insel.

Und dann heißt es nur noch: aufsatteln und losfahren. Denn auf Sylt ist der Weg mindestens so reizvoll wie das Ziel. Hinter der nächsten Kurve wartet vielleicht ein weiterer Blick aufs Meer, ein stiller Platz in der Heide oder ein Café für die nächste Pause. So lässt sich die Insel Etappe für Etappe und immer wieder aus einer neuen Perspektive entdecken.

MEHR ERFAHREN

Weitere Tourenvorschläge, Infos zu Fahrradverleiher und Tipps rund ums Radfahren auf Sylt gibt es unter [sylt.de/aktivitaeten/radfahren](https://www.sylt.de/aktivitaeten/radfahren).



Herbst Genuss
**2 Nächte im Comfort
 Zimmer inkl. Frühstück
 & St. Barth
 Ganzkörpermassage p. P.
 EZ 284 € | DZ 379 €
 07.09. – 31.10.2026**



SLOW DOWN
 TRAVEMÜNDE | HOTEL

Kleine Auszeit VOM ALLTAG

Wellness, Genuss und dazu Shopping und Kultur: Das **Hotel Altes Stahlwerk** ist der perfekte Ausgangspunkt für einen entspannten Kurztrip nach Neumünster.

Manchmal muss man gar nicht weit reisen, um sich wie im Urlaub zu fühlen. Im Alten Stahlwerk in Neumünster beginnt die kleine Auszeit hoch oben: In der vierten Etage des Lifestyle-Hotels lädt das Day Spa zum Abschalten und Genießen ein. Verschiedene Massage- und Pflegeprogramme sorgen in entspannter Atmosphäre für wohltuende Stunden – mit der besten Freundin, dem Partner oder ganz für sich.

EINFACH ÜBER NACHT BLEIBEN

Wer aus dem Wellnessstag einen Kurzurlaub machen möchte, bleibt gleich über Nacht. Die

individuell gestalteten Lifestyle-Zimmer greifen den besonderen Industriecharme des Hauses auf und verlängern das Urlaubsgefühl bis zum nächsten Morgen. Dann wartet mit dem vielfältigen Frühstücksbuffet schon das nächste Highlight und ein genussvoller Start in den Tag.

SHOPPING ODER KULTUR?

Anschließend lässt sich Neumünster weiter entdecken. Shoppingfans können im Designer Outlet ausgiebig nach neuen Lieblingsstücken stöbern. Wer Lust auf Kultur hat, besucht den Gerisch-Skulpturenpark, wo zeitgenössische

Kunst und eine weitläufige Parklandschaft aufeinandertreffen, oder das Museum Tuch + Technik, in dem Neumünsters Geschichte als Textilstadt vorgestellt wird. So ist im Nu ganz unkompliziert ein kleiner Tapetenwechsel geplant – und Neumünster wird zum Ziel für eine entspannte Auszeit zwischendurch.

Hotel Altes Stahlwerk
Rendsburger Str. 81, Neumünster
Tel.: 04321 / 55 600
info@altes-stahlwerk.com
www.altes-stahlwerk.com



Foto: Chadlia Harwig Fotografie



REISERING HAMBURG



Der neue Katalog ist da!

Maximal 30 Gäste • Einzelplatzgarantie für Alleinreisende

6 Tage Normandie & Monet	17.09. - 22.09.	€ 1.470,-
10 Tage Spätsommer in Tossa de Mar	25.09. - 04.10.	€ 1.483,-
5 Tage Goldener Herbst/Deutsche Weinstraße	05.10. - 09.10.	€ 975,-
10 Tage Limone am Gardasee	10.10. - 19.10.	€ 1.560,-
6 Tage Venedig mit Teatro Malibran	15.10. - 20.10.	€ 1.073,-
7 Tage Wienerwald und mehr...	18.10. - 24.10.	€ 1.665,-
4 Tage Saisonabschluss in Budweis/Tschechien	27.11. - 30.11.	€ 777,-
4 Tage Dresden inkl. Semperoper-La Bohème	06.12. - 09.12.	€ 1.055,-
3 Tage Christmas with André Rieu / Maastricht	11.12. - 13.12.	€ 766,-
6 Tage Weihnachten in Marienbad	22.12. - 27.12.	€ 1.215,-
3 Tage Silvester-Leipzig; 2x Konzert Gewandhaus	30.12. - 01.01.	€ 919,-

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

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

19.09. & 20.09.	Dithmarscher Kohltage in Meldorf (Kohlbuffet)	€ 86,00
02.10. & 04.10.	Herbstmarkt auf Gut Basthorst	€ 55,50
10.10.	Musical Starlight Express in Bochum	ab € 202,00

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...

27.09.-30.09.	Ostseebad Grömitz inkl. Taxiservice, Halbpension & Ausflüge	€ 932,00
04.10.-06.10.	Büsum & Meer... inkl. Taxiservice, Halbpension & Ausflüge	€ 938,00
19.10.	Tagesfahrt Kranich-Einflug im Bauernmoor inkl. Mittagessen	€ 112,00

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



ANZEIGE

PARIS ODER DIE KÜSTE DER NORMANDIE?

Frankreich im Spätsommer? Immer! Wie wäre es mit einem einwöchigen Städtetrip nach Paris (6.-12.9.)? Sie übernachten in der Nähe der Oper und können von dort die Stadt der Liebe auf eigene Faust erkunden. Zubuchbar ist das Ausflugspaket mit Stadtrundfahrt, Lichterfahrt auf der Seine, Schloss Versailles, dem Künstlerort Barbizon und Giverny sowie das Abendessen in einem Restaurant in Hotel-Nähe. Eine schöne Alternative ist die Küste der Normandie mit ihren Kulturschätzen (17.-22.9.). Im 5*-Bus mit Panoramaglasdach und mit versiertem Reisefahrer sehen Sie u.a. Rouen, Étretat, Le Havre, Fécamp und Deauville. Oft bewegen Sie sich auf den Spuren des Malers Claude Monet. Katalog und Infos beim **Reisinger Hamburg RRH GmbH**, Tel.: 040 / 280 3911 (HH-ZOB) oder 040 / 721 32 00 (Bergedorf) sowie unter www.reisinger-hamburg.de.

Foto: prosign - Adobe Stock

KULTUR

in EUTIN

SCHLOSS EUTIN

Im Spiegel der Antike
auf des Herzogs
Spuren wandeln

OST- HOLSTEIN- MUSEUM

Den Reiz der
Skizze entdecken

SEELOGE

Spätsommerliche
Speisen mit
Seeblick genießen

INFOS & MEHR:

Historische Tourist-Info Eutin
eutin-tourismus.de

T 04521 7097-0

Fotos: © Anne Weise / Eutin Tourismus /
Ostholstein-Museum

EUTIN
Tourismus GmbH



ANZEIGE

EUTIN

KULTUR, SHOPPING, KULINARIK

*Umgeben von Seen, Wäldern und Hügeln ist Eutin
kultureller Mittelpunkt des Naturparks Holsteinische
Schweiz – nur 20 Minuten von der Ostsee entfernt.*

Von architektonischen Kostbarkeiten, wunderschönen Gartenanlagen und kulturellen Glanzpunkten ist die Rede, wenn es um Eutin geht. Das imposante Schloss Eutin blickt auf rund 850 Jahre bewegte Geschichte zurück und thront direkt am Großen Eutiner See. Noch bis zum 1. November sind hier Glanzstücke der Antikensammlung Kiel zu sehen, die in den prachtvollen Räumen besonders zur Geltung kommen.

Wer zwischendurch die Perspektive wechseln möchte, genießt vom Hotel-Restaurant-Café SeeLoge den Blick über den See aufs Schloss. Hier verbindet das Team regionale Zutaten, kreative Kochkunst und herzlichen Service zu einem rundum genussvollen Erlebnis.

Kunst und Kultur warten gleich nebenan: Im ehemaligen Marstall des Schlossensembles ist das Ostholstein-Museum zu Hause. Neben der Dauerausstellung zeigt es regelmäßig wechselnde Ausstellungen zu Malerei, Grafik, Skulptur, Angewandter Kunst und Fotografie. Noch bis zum 20. September lässt sich mit Wilhelm von Kobbe der Reiz der Skizze entdecken. Anschließend rückt Eutin selbst in den Mittelpunkt: Fotografien von früher und heute zeigen den Wandel der Stadt.

Nur wenige Schritte weiter liegt der historische Marktplatz mit Kirche und Rathaus. Rundherum laden feine Fachgeschäfte und Straßencafés zum Shoppen und Genießen ein.

Erfahren Sie mehr unter www.eutin-tourismus.de

KURZURLAUB IN TRAVEMÜNDE

Manchmal braucht es für eine große Portion Urlaub gar keine lange Reise. Travemünde überzeugt mit weitem Horizont, frischer Ostseeluft, Spaziergängen am Strand und einer Extraportion Seebadgefühl.

Kleiner Tipp: Vom 12. Oktober bis 13. Dezember können Sie bei der Übernachtung sparen.

Raus aus dem Alltag, rein in die Ostseeluft: Travemünde zeigt sich im Herbst von seiner besonders entspannten Seite. Weite Strände, Küstennatur, maritime Atmosphäre und gemütliche Restaurants machen das Seebad zum unkomplizierten Ziel für eine kleine Pause zwischendurch.

DREI WEGE ZUM URLAUBSGLÜCK

Wer in Travemünde angekommen ist, kann das Seebad auf drei eigens zusammengestellten „Glücksrouten“ entdecken. Der „Priwallpfad“ führt durch Küstennatur, Waldwege und entlang des Ostseestrandes – perfekt für alle, die Ruhe und Natur suchen. Die „Bummelroute“ bringt pures Seebadflair: Historische Fassaden, charmante Gassen und liebevoll restaurierte Altbauhäuser laden zum entspannten Schlendern und Entdecken ein. Mariti-

mes Küstenkribbeln verspricht der „Promenadenrundlauf“. Die Route verbindet die Promenaden auf Stadt- und Priwallseite und bietet einen tollen Blick auf die ein- und auslaufenden Schiffe in der Travemündung.

CLEVER GESPART

Mit der Kampagne DAS GUTE LIEGT SO NAH lädt das Seebad Travemünde vom 12. Oktober bis 13. Dezember 2026 dazu ein, den Herbst am Meer zu genießen. Wer mindestens drei Nächte in einer der teilnehmenden Unterkünfte bucht, erhält mit dem Aktionscode GLÜCK10 zehn Prozent Rabatt auf den Übernachtungspreis. Einfach unter www.travemuende-tourismus.de/buchen/das-gute-liegt-so-nah eine Unterkunft auswählen und den Code eingeben und schon kann der Kurzurlaub vor der eigenen Haustür losgehen.

Herbstliche Abendstimmung
an der Travepromenade.

Entdecken Sie beeindruckende Kunstwerke aus Sand. Die vielen Details der Skulpturen zeugen von den hohen Carving-Skills.

ANZEIGE



ZEITREISE IM SAND

*Direkt am Fischereihafen in Lübeck-Travemünde erwartet Besucher*innen eine beeindruckende Sandskulpturen-Ausstellung aus Sand.*

Vom Ursprung des Lebens bis in die digitale Gegenwart: Unter dem Motto „Zeitreise im Sand“ findet die **Sandskulpturen Ausstellung Travemünde** noch bis zum 1. November in ihrer achten Saison statt. Auf über 3.500 Quadratmetern erschaffen 25 internationale Künstler*innen aus Spezi-sand monumentale Skulpturen mit erstaunlicher Detailtiefe. Mit handwerklicher Präzision, Erfahrung und viel Fingerspitzengefühl formen die mehrfach ausgezeichneten Sand-Carver*innen ein begehbares Panorama der Menschheitsgeschichte. „Die Menschheitsgeschichte ist unser größtes gemeinsames Erbe, und wenn man sie plötzlich vor sich stehen sieht, greifbar und dreidimensional, passiert etwas mit den Menschen“, sagt Ausstellungsleiter Oliver Hartmann. Der Rundgang beginnt dort, wo alles seinen Anfang nahm: im Meer. Von den ersten Lebensformen führt die Reise über Dinosaurier und Mammuts zu den frühen Menschen und Neandertalern. Im Mittelalter begegnen die Gäste Persönlichkeiten wie Karl dem Großen, Jeanne d'Arc oder dem legendären Freibeuter Störtebeker. Mit der Renaissance folgen Gutenberg, Leonardo da Vinci und

große Entdeckungsreisen. Luther, Goethe und die Französische Revolution führen weiter in die Neuzeit – bis hin zur Industrialisierung, zu Einstein, dem Fall der Berliner Mauer und einem Blick in unsere Gegenwart und Zukunft.

FÜR KLEINE GÄSTE

Zwischen den historischen Szenen warten auch viele kleine Überraschungen: Dank einer Zeitmaschine aus Sand haben sich Figuren wie Till Eulenspiegel, die Mainzelmännchen oder Bernd das Brot in die Ausstellung geschlichen. Für die kleinen Gäste gibt es außerdem ein spannendes Suchspiel: Sandwurm Sandy hat sich überall in den Skulpturen versteckt, mal groß mal klein. Wer fündig wird, bekommt als Belohnung eine kleine Packung Gummibärchen. Die Ausstellung findet in einer überdachten Halle statt und ist damit wetterunabhängig. Ein Café lädt zur Pause ein, und Kinder können im eigenen Sandbereich Kunstwerke erschaffen.

Sandskulpturen Travemünde
Travemünder Landstr. 306
www.sandskulpturen-travemuende.de



Zeitreise

**14. MÄRZ BIS
01. NOVEMBER 26**

TÄGLICH 10 - 18 UHR

TRAVEMÜNDER LANDSTRASSE 306
TRAVEMÜNDE / LÜBECK

www.SANDSKULPTUREN-TRAVEMUENDE.de

Jetzt wird's

fruchtig

Äpfel, Birnen und Zwetschgen haben jetzt ihren großen Auftritt. Wir holen die Schätze der Saison direkt auf die Kuchentafel – saftig, knusprig und herrlich süß.



BUTTERMILCHSCHNITTEN MIT APFEL

ZUBEREITUNGSZEIT: 45 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 1 BLECH

- 1 kg Äpfel
- 3 EL Zitronensaft
- 200 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 3 Eier
- 360 g Mehl
- 1 Pck. Backpulver
- 300 ml Multifrucht-Buttermilch
- 200 g Mandelblättchen
- 400 g Sahne
- 1 Vanilleschote

1. Den Backofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein tiefes Backblech mit Backpapier auslegen. Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. In etwa 2 cm große Würfel schneiden. Mit dem Zitronensaft beträufeln.

2. 100 g Zucker, Salz und Eier in einer großen Schüssel schaumig schlagen. Mehl und Backpulver mischen. Mehl und Buttermilch abwechselnd zu der Butter-Eier-Mischung geben und alles zu einem glatten Teig verrühren.

3. Den Teig auf das vorbereitete Backblech streichen und mit den Apfelwürfeln bestreuen. Mandeln sowie

75 g Zucker mischen und über den Äpfeln verteilen. Im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene etwa 25 Minuten backen.

4. Buttermilchkuchen aus dem Ofen nehmen und die Hälfte der Sahne über den noch heißen Kuchen gießen. Vollständig abkühlen lassen und anschließend in längliche Stücke schneiden.

5. Vanilleschote mit einem Messer der Länge nach halbieren. Mit dem Messerrücken das Mark herauschaben. Übrige Sahne, übrigen Zucker und Vanillemark steif schlagen. Buttermilchsnitten mit der Vanillesahne anrichten und servieren.



TIPP

Verwenden Sie statt Wasser etwas Apfel- oder Orangensaft. Sie können auch etwas Zimtpulver unter die Streusel kneten, das sorgt für ein wunderbares herbstliches Aroma!

BIRNENCRUMBLE

ZUBEREITUNGSZEIT: 45 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 1 unbehandelte Zitrone
- 900 g Birnen
- 175 g Zucker
- 100 g Haselnusskerne
- 150 g Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten der Form
- 100 g Haferflocken
- 200 g Weizenmehl Type 405
- 1 Prise Salz
- 4 Kugeln Vanilleeis

1. Zitrone heiß waschen und die Schale fein abreiben. Dann halbieren und den Saft auspressen. Die Birnen schälen, entkernen und in Stücke schneiden. Mit dem Zitronensaft, -abrieb, 100 ml Wasser und 100 g Zucker in einen Topf geben. Aufkochen lassen und zugedeckt 8–10 Min. köcheln lassen.

2. Inzwischen die Haselnusskerne grob hacken. In einer Pfanne ohne Zugabe von Fett goldbraun rösten. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit etwas Butter fetten.

3. Haferflocken, Mehl, übrigen Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Butter in Stücken dazu geben und alles zu krümeligen Streuseln verarbeiten.

4. Quitten in die Auflaufform geben. Mit den Haselnüssen und den Streuseln bestreuen und im heißen Ofen 15–20 Min. goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und mit etwas Vanilleeis anrichten, dann servieren.



ZWETSCHGENKUCHEN

MIT STREUSELN

ZUBEREITUNGSZEIT: 1 STUNDE 20 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 1 BACKBLECH

FÜR DEN HEFETEIG

- 1 Päckchen frische Hefe
- 125 g Zucker
- 150 ml lauwarme Milch
- 100 g weiche Butter
- 1 Ei
- 400 g Mehl
- 1 Prise Salz

FÜR DEN BELAG

- 2 kg Zwetschgen
- 1 Päckchen Sahnesteif

FÜR DIE STREUSEL

- 300 g Mehl
- 250 g Butter
- 150 g Zucker
- 1 Prise Salz

1. Für den Teig Hefe mit 1 TL Zucker in die Milch rühren und 5 Minuten gehen lassen.

2. Butter mit restlichem Zucker und Ei cremig rühren. Mehl, Salz und Hefe-Mischung dazugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Mit einem Küchentuch abdecken und an einem warmen Ort 45 Minuten gehen lassen.

3. Zwetschgen waschen, halbieren und entkernen. Backblech mit Backpapier auslegen.

4. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmal durchkneten und zu einem Rechteck ausrollen. Auf das Backblech geben, abdecken und erneut 20 Minuten gehen lassen.

5. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

6. Für die Streusel alle Zutaten miteinander verkneten.

7. Hefeteig mit Sahnesteif bestreuen, mit Zwetschgen belegen und mit Streuseln daraufgeben. Im heißen Ofen ca. 30 Minuten backen.



ANZEIGE

Eisliebe & Landgenuss

*Hausgemachtes Bauernhof-Eis, regionale Leckerbissen und besondere Veranstaltungen: Bei **Familie Steffens** in Ahrensböök gibt es auch im Herbst und Winter viel zu entdecken.*

Noch einmal ein Eis in der Herbstsonne genießen? Im gemütlichen Hofcafé von Familie Steffens ist dazu bis zum 4. Oktober Gelegenheit. Das dort servierte Bauernhof-Eis stammt aus der hauseigenen Manufaktur und sorgt mit vielen Geschmacksrichtungen immer wieder für die Qual der Wahl. Dazu gibt es Kuchen und Kaffeespezialitäten, bevor sich das Café anschließend in seine Winterpause verabschiedet.

EIN KORB VOLL HEIMAT

Genuss zum Mitnehmen gibt es im Hofladen natürlich weiterhin. Neben dem hausgemachten

Bauernhof-Eis stehen hier frisches Gemüse der Saison, ausgewählte Spezialitäten regionaler Erzeuger und Schönes für zu Hause in den Regalen. Daraus lassen sich übrigens hervorragend individuelle Präsentkörbe zusammenstellen – zum Geburtstag, als kleines Dankeschön oder schon mit Blick auf Weihnachten.

TOLLE EVENTS

Auch wenn das Hofcafé Winterpause macht, bleibt der Veranstaltungskalender bestens gefüllt: Das köstliche Landfrühstücksbuffet und die leckeren wie lehrreichen Eisverkostungen

stehen ebenso auf dem Programm wie die beliebten Krimi-Abendbrot- und Krimi-Frühstücksbuffets. Ab dem 10. November darf außerdem wieder das Tanzbein geschwungen werden: Dann starten zwei Tanzkurse, für die Anmeldungen direkt im Hofladen möglich sind. Alle Veranstaltungen gibt es unter der Rubrik „Termine“ auf www.bauernhofeis-steffens.de.

Fotos: Bauernhof-Eis Steffens

Bauernhof-Eis

Das Geschmackserlebnis direkt vom Bauernhof



Öffnungszeiten Hofladen: Mo. & Di.: 9-18 Uhr Mittwoch - Ruhetag Do., Fr., Sa.: 9-18 Uhr So.: 12.30-18 Uhr Hofcafé geöffnet: Sa. & So.: 12.30-18.00 Uhr	Die ganz besondere Eisverkostung Freitag: 25.09.26. 18 Uhr Samstag: 31.10.26. 14 Uhr Sonntag: 29.11.26. 14 Uhr Samstag: 05.12.26. 14 Uhr Nur mit Anmeldung	Land-Frühstücksbuffet Sonntags: 09 Uhr 27.09., 01.11., 06.12. Krimi-Abendbrotbuffet Fr.: 20.11., 19 Uhr, Fr.: 18.12., 19 Uhr Krimi-Frühstücksbuffet So.: 20.09., 10 Uhr, So.: 22.11., 10 Uhr, So.: 17.01., 10 Uhr Karten für die Vorstellungen sind im Hofladen erhältlich. Nur mit Anmeldung
--	--	--





Fragen Sie auch nach unserer Ferienwohnung • Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website

Bauernhof-Eis Steffens GbR • Langendamm 3 • 23623 Ahrensböök
Tel.: 0 45 25 / 5 01 99 97 • Fax: 0 45 25 / 49 34 735 • info@bauernhofeis-steffens.de

HOF *Laden*

REIHERSTIEG

Reiherstieg 1, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel. 04193 - 42 19
www.hof-reiherstieg.de

DO + FR 9 - 18 UHR & SA 8 - 13 UHR

NEU!
24/7 Automat
mit vielen frischen Produkten
wie Milchprodukten, Grillfleisch,
Mettwurst, Marmeladen, Butter,
Eier, Gewürzgerichte etc.
Direkt am Eingang des Hofladens!



ANZEIGE

Genuss zum Verschenken

Schenken kann so lecker sein: Familie Geist vom Hof Reiherstieg bietet individuelle Präsentkörbe mit Spezialitäten aus der Region.

Was mitbringen zum Geburtstag, womit zum Jubiläum überraschen oder den Mitarbeitenden zu Weihnachten eine Freude machen? Die Präsentkörbe vom Hof Reiherstieg sind eine schöne Idee für alle, die lieber Genuss

statt Blumen verschenken. Gefüllt werden sie ganz nach Wunsch mit ausgewählten Spezialitäten regionaler Produzenten. So lässt sich für jeden Anlass eine ganz persönliche Mischung zusammenstellen – mit kleinen Genussmomenten für jeden Geschmack.

Auch Unternehmen können die Körbe individuell für Weihnachten, Firmenjubiläen oder als kleines Dankeschön zusammenstellen lassen. Wer übrigens außerhalb der Öffnungszeiten einkaufen möchte: Am neuen 24/7-Automaten gibt es rund um die Uhr eine Auswahl zu entdecken. Dazu gehören auch frische Eier von den Hühnern aus dem hofeigenen Hühnermobil. Mehr unter www.hof-reiherstieg.de.

Foto: Hof Reiherstieg



Gut essen, BESSER FÜHLEN

Was auf den Teller kommt, kann gerade in den Wechseljahren viel bewirken. „Nobody Told Me – Das Wohlfühl-Kochbuch“ zeigt, wie Ernährung unterstützen kann.

Hitzewallungen, schlechter Schlaf, Gewichtszunahme oder fehlende Energie: Die Wechseljahre können einiges durch einanderbringen. Dass Ernährung dabei eine wichtige Stellschraube sein kann, zeigen Gynäkologin Dr. Christina Enzmann (li.) und Ökotrophologin und Digital-expertin Susanne Liedtke (re.) gemeinsam mit Kochbuchautorin Anne-Katrin Weber. Ihr neues Kochbuch verbindet fundiertes Wissen mit unkomplizierter, alltagstauglicher Küche. Im Mittelpunkt stehen pflanzenbetonte, ballaststoffreiche und entzündungsfördernde Gerichte mit viel Gemüse, Hülsenfrüchten, gesunden Fetten, Proteinen und Gewürzen. Dazu gibt es verständliches Wissen über Hormone, Mikrobiom und Blutzucker. Ein Kochbuch, das Lust darauf macht, die eigene Ernährung neu zu entdecken und dem Körper etwas Gutes zu tun – nicht nur in den Wechseljahren.



Anne-Katrin Weber,
Dr. Christina Enzmann &
Susanne Liedtke:
Nobody Told Me – Das Wohlfühl-Kochbuch
Brandstätter, 224 Seiten, 32 Euro

Foodfotos: Maria Grossmann; Autorinnenfoto: Xenia Bluhm

Heute aus deinem Air Fryer Club:

Fischbrötchen ohne Anstehen!



AIR FRYER Club

**Dein Airfryer.
Dein Club. Deine App.**

Als Club-Mitglied erwarten dich:
Schnelle Rezepte. Unter 20 Minuten.
Die besten Tipps und Hacks von uns getestet.
Perfekt für dein Gerät.

www.airfryer.club/welcome-regio

**EXKLUSIV
7 TAGE GRATIS
TESTEN!**



Krosse Fischstäbchen

★★★★★ 5.0

Gekocht? Plan

Knusprige Fischstäbchen einfach im Airfryer zubereiten – mit unserem Rezept gelingt das



THE CHIC sorgt für
den perfekten Auftritt
an kalten Tagen
389,90 Euro

ELEVATED OUTERWEAR

Kühle Morgenstunden, mehr Layers und plötzlich wieder Regen in der Wetter-App. Der Herbst kommt schneller, als man denkt, und mit ihm wird wetterfeste Outerwear wieder zum wichtigsten Piece im Kleiderschrank.

Dass sich Funktionalität und Coolness dabei nicht ausschließen müssen, zeigt hier etwa das Label 10DAYS mit einer neuen Outerwear Collection zum Herbst 2026.

Alle Styles
sind erhältlich auf
www.10dayslifestyle.de.

THE DARLING
wird garantiert
Ihr neuer Liebling
349,90 Euro

THE COOL verbindet
Teddy-Details, eine
wattierte Innenjacke und
funktionale Materialien
399,90 Euro



THE WETLOOK
überzeugt mit
herbstlichen Farben
und trendigem Muster
199,90 Euro



THE ICONIC
Perfekt fürs Herbstwetter
389,90 Euro



THE MUSE
Der knallige Parka
macht den Herbst bunt
349,90 Euro

20 JAHRE MODE UND BESONDERE MOMENTE

dodenhof feiert

Seit zwei Jahrzehnten verbindet die Mode- und SportWelt bei **dodenhof** in Kaltenkirchen aktuelle Trends und eine vielfältige Auswahl mit persönlicher Beratung und besonderen Einkaufserlebnissen.



Mode ist mehr als das, was wir tragen. Das passende Outfit unterstreicht besondere Momente, bringt die eigene Persönlichkeit zum Ausdruck und sorgt dafür, dass wir uns rundum wohlfühlen. Seit 20 Jahren begleitet dodenhof seine Gäste dabei, genau die Mode zu entdecken, die zu ihnen passt.

Aktuelle Trends und immer wieder neue Ideen bieten Inspiration für die ganze Familie. Das vielfältige Angebot lädt zum Stöbern, Ausprobieren und Entdecken ein – von Damen-, Herren- und Kindermode über Young Fashion bis hin zu Sportbekleidung. Ergänzt wird das Sortiment durch Accessoires, Reisegepäck und liebevoll ausgewählte Lifestyle-Produkte. Das Schuhhaus Zumnorde und die Parfümerie Schuback machen das Einkaufserlebnis komplett.



Stöbern, anprobieren, Lieblingsstücke finden: Die ModeWelt lädt mit großer Auswahl und aktuellen Trends zum Entdecken ein.

GUT BERATEN, BESONDERS GUT ANGEZOGEN

Persönliche Beratung, fachliche Kompetenz und besondere Services helfen dabei, genau das Richtige zu finden – ob für den Alltag oder einen besonderen Anlass. Wer sich für eine Hochzeit, einen Geburtstag oder einen anderen besonderen Moment einkleiden möchte, findet hier fachkundige Unterstützung. Beratungstermine können bequem online vereinbart werden. In der SportWelt stehen Services wie Laufanalyse und Laufschuhberatung zur Verfügung. „Wir möchten unsere Gäste nicht nur gut beraten, sondern sie inspirieren und ihnen ein Einkaufserlebnis bieten, das in Erinnerung bleibt“, sagt Ulrike Lentzsch, Geschäftsleitung von dodenhof Kaltenkirchen.

EIN EINKAUFSERLEBNIS, DAS SICH IMMER WEITERENTWICKELT

Die dodenhof Mode- und SportWelt wurde in den vergangenen 20 Jahren stetig modernisiert. Gemütliche Sitz- und Communitybereiche, großzügige Umkleiden und neue Sortimente sorgen heute für noch mehr Inspiration und eine entspannte Atmosphäre. Im Restaurant nordlicht lässt sich der Besuch genussvoll ausklingen. So wird das 20-jährige Jubiläum vor allem zu einer Einladung, neue Trends zu entdecken, besondere Shopping-Momente zu genießen und dodenhof in Kaltenkirchen wieder einmal ganz neu zu erleben.



Seit zwei Jahrzehnten steht dodenhof in Kaltenkirchen für Mode- und Sportvielfalt und besondere Einkaufsmomente.

JUBILÄUMSHERBST BEI DODENHOF

Jeden Samstag im September:

Popcorn in der KinderWelt (2. OG) & Drinks im EG

27. September: Verkaufsoffener Sonntag von 12 bis 17 Uhr mit Kinderaktionen & Drinks

2. Oktober: Late Night Shopping bis 22 Uhr mit Kinderaktionen

29./30. Oktober: Halloween-Zauber in der KinderWelt

Weitere Infos unter dodenhof.de/events-kk und in der dodenhof App.

dodenhof Kaltenkirchen

**Auf dem Berge 1, direkt an der A7
Mo-Sa 10-19 Uhr · Okt-Jan Fr & Sa bis 20 Uhr**

**2.000 kostenfreie Parkplätze •
über 20 E-Ladestationen**



Aus einem Holsteiner Bauernhof von 1850 entstand über die Jahre die mehr als 400 Quadratmeter große Schönheitsfarm Hof Wunderberg.



Ausgezeichnetes Engagement: Kerstin Stegert-Peters wurde für ihre Arbeit bereits mehrfach mit dem Gloria Award geehrt.

25 JAHRE HOF WUNDERBERG Vom Bauernhof zur Schönheitsfarm

*Ein Traum, viel Mut und eine große Portion Leidenschaft:
Seit 2001 Jahren steht der **Hof Wunderberg** in Schillsdorf für
Schönheit, Wohlbefinden und persönliche Auszeiten.*

Manchmal führt ein beruflicher Neuanfang genau dorthin, wo man hingehört. Für Kerstin Stegert-Peters begann dieser Weg im Jahr 2001: Die ehemalige Bankerin machte sich selbstständig und verwandelte einen Holsteiner Bauernhof von 1850 nach und nach in eine mehr als 400 Quadratmeter große Wellness- und Schönheitsfarm. Heute ist der Hof Wunderberg weit über die Region hinaus bekannt.

NATÜRLICH SCHÖN

Im Mittelpunkt steht das, was guttut: Zeit, persönliche Betreuung und individuelle Behandlungen. Nach 22 Jahren Institutspraxis setzte Kerstin Stegert-Peters dabei einen neuen Schwerpunkt auf Naturkosmetik. Damit verbindet sie ihre langjährige Erfahrung mit einem ganzheitlichen, nachhaltigen Ansatz rund um Schönheit und Wohlbefinden. Ausgewählte Anwendungen werden durch technische Kosmetik wie Needling ergänzt.

AUSGEZEICHNETE ARBEIT

Sieben Fachkosmetikerinnen gehören heute zum Team und sorgen dafür, dass sich die Gäste rundum verwöhnen lassen können. Und weil es auf dem Hof vor allem gemütlich und persönlich zugeht, nennt die Inhaberin ihn liebevoll ihre „Kuschelfarm“. Dass hinter dem Konzept viel Erfahrung und Kompetenz stecken, zeigen auch zwei besondere Auszeichnungen: 2016 erhielt Kerstin Stegert-Peters den „Gloria – Deutscher Kosmetikpreis“ für ihr Lebenswerk, 2025 folgte der Gloria Award für Naturkosmetik.

JUBILÄUM MIT HERZ

Vom 15. September bis 15. Oktober wird nun gefeiert – mit Überraschungen, Geschenken und exklusivem Jubiläumsprogramm. Dabei denkt das Team mit einer liebevollen Geste auch an andere: Von jeder Behandlung gehen zwei Euro an das Frauenhaus Neumünster. Mehr Infos zum Jubiläum unter www.hof-wunderberg.de.

**Hof
WUNDERBERG**
Tagesschönheitsfarm



Unsere Jubiläumsprogramme im Überblick:

1. Luxus Spa Day:

- Unsere Beautyexpertin geleitet Sie exklusiv von 9:30 – 15:30 Uhr
- Champagner od. Cocktail mit Hand- und Fußwellness
 - Meeresritual mit Thalasso-Brandungsbad
 - The Glow-Treatment-Kosmetikraum
 - Balance-Body-Öl-Massage
 - Beauty-Pediküre mit Massage
 - Spa-Lunch und Ruhezeit
 - Home-Care-Paket

nur 448,- €

2. Wundergerber Spezial:

- Cocktail, Tee, Sekt
- Kreide-Körperpackung mit Hydrojet-Massage
- Aufbaukosmetik mit Ampulle, zusätzl. Kopfmassage
- Pediküre mit Lack

240,- €

Jubi-Rabatt! nur 199,- €

3. Mädels-Beauty-Day (bis zu 6 Personen):

- Thalasso-Anwendung (Bodywrapping oder Thalassowanne)
 - Gesichtsreinigung und -massage
 - Rückenpeeling und-massage
 - Gemütliches Beisammensein in der Lounge (nur für diese Gruppe)
- 4 Stunden, Knabbersachen dürfen mitgebracht werden.**

Pro Person 150,- €

**Verschenken Sie Verwöhnzeit
mit unseren Gutscheinen.**

Falls die Wochen bereits belegt sind, können diese Programme in dem Jubiläumsmonat auch für später gebucht werden.

Wunderberger Weg 2
24637 Schillsdorf
Tel. 04394 / 99 24 10
www.hof-wunderberg.de

Jubi 25
LAHH

Clever kombinieren

Der September ist modisch eine der spannendsten Übergangszeiten: Die Tage können noch sommerlich warm sein, während morgens und abends bereits eine frische Brise weht. Jetzt geht es weniger darum, die komplette Garderobe auszutauschen, sondern vielmehr darum, Sommerlieblinge neu zu kombinieren.



Leichte Kleider, Röcke und weite Hosen dürfen für den Übergang bleiben. Mit einem Oversize-Blazer, einer kurzen Lederjacke oder einem leichten Trenchcoat bekommen sie sofort eine herbstliche Note. Auch das Layering wird wieder wichtiger: Ein dünner Rollkragenpullover unter dem Sommerkleid oder ein Cardigan über dem Top sorgt für Wärme, ohne den Look schwer wirken zu lassen.

NEUE FARBSETS UND PASSENDE ACCESSOIRES

Bei den Farben darf der Übergang ebenfalls sichtbar werden. Helle Sommerfarben lassen sich wunderbar mit typischen Herbsttönen wie Braun, Bordeaux, Olivgrün, Dunkelblau oder warmem Beige kombinieren. So entsteht ein Look, der weder nach Hochsommer noch nach tiefem Herbst aussieht.

Auch bei den Schuhen beginnt die Saison des Wechsels: Sandalen machen Platz für Loafer, Sneaker, Ballerinas oder erste Stiefel. Besonders schön wirkt der Mix aus leichten Materialien und etwas robusteren Herbst-Accessoires.

Die wichtigste Regel für den September lautet deshalb: Nicht alles neu kaufen, sondern neu kombinieren. Mit wenigen zusätzlichen Teilen lässt sich die Sommergarderobe verlängern und gleichzeitig auf die neue Saison einstellen.

Foto: Adobe Stock



**Macht Spaß.
Macht Sinn.**

Die Natur schützen mit dem NABU. Mach mit!

www.NABU.de/aktiv



NABU.de/Neuling

Der Scalp Massager von Hair Gain verfügt über 19 präzise Silikonspitzen, die die Kopfhaut sanft stimulieren und eine gezielte Massage ermöglichen. Erhältlich für ca. 14,50 Euro bei beautyaddicts.de.



VIER MINUTEN ME-TIME MIT KÖPFCHEN

Wir cremen, peelen, masken und verwöhnen unsere Haut, was das Zeug hält. Aber unsere Kopfhaut? Sie ist die Grundlage für schönes, gesund aussehendes Haar und kann durch eine sanfte Massage stimuliert werden. Entscheidend sind dabei sanfte, kreisende Bewegungen mit angenehmem, gleichmäßigem Druck. Am besten beginnen Sie im Nacken und arbeiten sich langsam über Hinterkopf, Seiten und Oberkopf. So wird die gesamte Kopfhaut systematisch erreicht. Die Massage findet auf der Kopfhaut statt. Deshalb sollte der Massager möglichst direkt auf der Kopfhaut geführt werden, ohne die Haare unnötig hin- und herzuziehen.

Und das Wichtigste: Nicht möglichst schnell fertig werden, sondern bewusst langsam arbeiten. Vier Minuten können reichen, um aus der Anwendung einen kleinen Self-Care-Moment zu machen.

Foto: Hair Gain

lebensart

**Die Oktober-Ausgabe erscheint
am 01.10.2026!**

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

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



„Ladies Days“ und neue Herrenkollektion
starten in die neue Saison

Modischer Herbstauftakt im Herrenhaus

*Wenn die Tage kürzer werden, zieht im Herrenhaus
traditionell ein besonderes Highlight ein:
Vom 25. September bis zum 17. Oktober schlägt das
Modehaus die Brücke zwischen exklusiver
Damenmode und starker Herrenkonfektion.*

Im Mittelpunkt der Aktionswochen im **Herrenhaus Ahrensburg** stehen die beliebten „Ladies Days“: Der hintere Ladenbereich verwandelt sich in dieser Zeit in eine eigene, stilvolle Damenabteilung. Modebegeisterte Frauen erwartet eine fein abgestimmte Auswahl für die Herbst- und Wintersaison mit britischem Charme – von Tweed-Blazern und wetterfesten Jacken namhafter Traditionsmarken über trendige Lederjacken, bis hin zu kuscheligen Strickwaren aus England und Italien. Abgerundet wird der Look durch weiche Schals in vielen Designs.

Doch auch die Männer kommen nicht zu kurz, denn parallel fällt der Startschuss für die neue Herrenkollektion, die der Damenwelt in Sachen Stil und Auswahl in nichts nachsteht.

AUF MASS GESCHNEIDERT

Das absolute Highlight für beide Seiten wartet direkt zum Auftakt am Freitag, den 25. September: Das Modehaus lädt zu einem exklusiven Maßevent ein. Als persönlicher Stilberater ist Christian Lietsche, Repräsentant der renommierten Firma van Laack, vor Ort. Während die Damen ihre ganz persönliche „Wunschbluse“ aus feinsten Stoffen und



Hochwertiger Brit Chic von Wellington of Bilmore ist während der „Ladies Days“ erhältlich beim Herrenhaus Ahrensburg, hier zum Beispiel Harris Tweed Blazer „Ladiesclub“ in Lavendel.

mit individuellen Ärmellängen kreieren können, lassen sich die Herren parallel ihre neuen Lieblingshemden exakt nach Maß anfertigen. Ein perfekter Anlass für Paare und Modebegeisterte, gemeinsam die Trends der neuen Saison zu entdecken.

Für weitere Informationen steht Ihnen das Herrenhaus-Team gerne zur Verfügung. Mehr Infos unter Tel.: 04102 / 498 53 37 oder via E-Mail an info@herrenhaus-ahrensburg.de.

Foto: Wellington of Bilmore



Sich auf den Weg machen und Neues erfahren...



HERRENHAUS

AHRENSBURG

Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 10:00- 18:00 Uhr

Sa: 10:00- 16:00 Uhr

Herrenhaus Ahrensburg
Hagener Allee 15
22926 Ahrensburg

Telefon 04102 / 498 53 37
E-Mail: info@herrenhaus-ahrensburg.de
www.herrenhaus-ahrensburg.de

STRICK KANN MEHR

In dieser Saison ist Strick längst mehr als ein praktischer Wärmespender. Pullover, Cardigans und Strickröcke werden zu eigenständigen Mode-Statements.

Besonders interessant sind neue Silhouetten. Statt ausschließlich klassischer, körpernaher Pullover stehen Oversize-Modelle, kurze Schnitte und ungewöhnliche Proportionen im Mittelpunkt. Auch Cardigans zeigen sich vielseitiger: Offen über einem T-Shirt, geschlossen als Oberteil oder kombiniert mit einem passenden Rock entsteht schnell ein kompletter Look.

MATERIALIEN & FARBEN

Bei den Materialien lohnt sich ein genauer Blick. Feine Wolle und Kaschmir wirken elegant und zurückhaltend, grober Strick verleiht

einem Outfit dagegen eine lässige, fast handwerkliche Note. Strukturierte Oberflächen, Zopfmuster und unterschiedliche Strickarten bringen zusätzlich Bewegung ins Outfit. Auch farblich muss Strick nicht langweilig sein. Neben zeitlosen Naturtönen wie Creme, Camel, Grau und Braun setzen kräftige Farben

interessante Akzente. Ein roter Pullover oder ein tiefgrüner Cardigan kann einem ansonsten minimalistischen Outfit sofort mehr Ausdruck verleihen. Strick zeigt damit, wie wandelbar Herbstmode sein kann: gemütlich, elegant, lässig oder auffällig – und manchmal alles gleichzeitig.

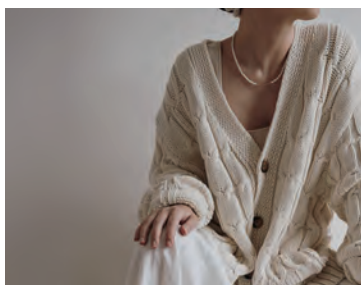


Foto: Adobe Stock

ANZEIGE

Gut beraten zum Kinderschuh

Wenn auf den Straßen wieder mehr Pflützen zum Hineinspringen locken und es draußen kühler wird, hat **Die Schuhkiste** in Henstedt-Ulzburg bereits die passenden Schuhe in den Regalen. Zur Auswahl steht ein riesiges Sortiment hochwertiger Markenschuhe von Ricosta, Superfit, Naturino, Affenzahn, Koel, Lurchi und Richter. So brauchen Sie nach einer qualifizierten Beratung durch das aus-

gebildete Team nur noch Modell und Farbe auszusuchen, und schon können die Kids sicher von einer Pflütze zur nächsten ziehen. Auf die professionelle Vermessung der kleinen Füße legen der Inhaber Robert Fuchs und sein Team großen Wert, da Schuhgrößen nicht genormt sind und viele Kinder ungeeignete Schuhe tragen. Besonders Barfußschuhe haben sich von einer Nische zu einem dominanten

Trend entwickelt. Das Prinzip dahinter: Eine dünne, flexible Sohle und eine breite Zehenbox ermöglichen es dem Fuß, sich natürlich zu bewegen, was die Muskeln stärkt und die Entwicklung eines gesunden Fußgewölbes fördert. In der Herbstsaison 2026 finden Sie bequeme Modelle mit weicher Fütterung und in stimmungsvollen Farben. Mehr Infos unter www.dieschuhkiste.de.

Foto: Die Schuhkiste



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

... weil Kinderfüße kostbar sind

immer gute Beratung * Auswahl auf 200m²

superfit.

Däumling

RICOSTA

Lurchi

Naturino



Förde Fräuleins **MARRYLAND**

DAS HOCHZEITSFESTIVAL AN DER FÖRDE

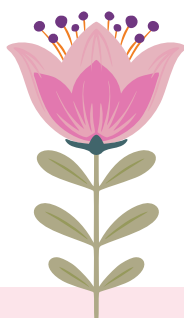
14. NOVEMBER

12 bis 20 Uhr

15. NOVEMBER

11 bis 18 Uhr

Hochzeitsfestival an der
Förde präsentiert
vom Förde Fräulein
Halle 400, Kiel



Inspiration, Kontakte
und Ideen – eine
Hochzeitsmesse
der anderen Art!



**STAUNEN,
FEIERN UND
AUSPROBIEREN!**

www.marry-land.de

Party mit DJ-Contest,
Fashion-Show, Live-Beratung,
Drinks und die Möglichkeit,
auch Ideen für den JGA zu finden.

Für ALLE Arten von Hochzeit:
queer, traditionell, modern, kirchlich, frei,
hochpreisig oder mit kleinem Budget



DEMENZ ODER ALZHEIMER

– WO LIEGT DER UNTERSCHIED?

Demenz oder Alzheimer? Die beiden Begriffe werden oft zusammengeworfen, bedeuten aber nicht dasselbe. Wo liegt der Unterschied – und wie hält man sein Gehirn fit?



Wer hat nicht schon einmal nach dem Haustürschlüssel gesucht oder den Namen eines Bekannten im entscheidenden Moment vergessen? Im hektischen Alltag haken wir solche Momente schnell als Stress ab. Doch je älter wir werden, desto eher schleicht sich auch mal eine leise Sorge mit ein: Ist das normale Vergesslichkeit – oder schon der Beginn von Alzheimer? Oder ist es Demenz? Beide Begriffe werden oft in einen Topf geworfen, bezeichnen aber nicht dasselbe.

EIN APFEL – VIELE SORTEN

Um das Verhältnis von Demenz und Alzheimer zu verstehen, hilft ein Vergleich aus dem Supermarkt: Demenz ist die Kategorie „Äpfel“, während Alzheimer die Sorte ist – wie zum Beispiel „Elstar“. Demenz ist also kein einzelnes Krankheitsbild, sondern der medizinische Oberbegriff. Er beschreibt ein Syndrom – also eine Kombination aus verschiedenen Symptomen wie Gedächtnisverlust, Sprachstörungen, Orientierungslosigkeit und Veränderungen der Persönlichkeit. Eine Demenz ist immer das Ergebnis oder das Erscheinungsbild einer zugrundeliegenden Störung im Gehirn. Alzheimer hingegen ist eine ganz eigenständige Erkrankung – und gleichzeitig die mit Abstand häufigste Ursache für eine Demenz. Rund 60 bis 70 Prozent aller Menschen, die an einer Demenz leiden, haben Alzheimer. Jeder Mensch mit Alzheimer hat also eine Demenz, aber nicht jede Demenz wird durch Alzheimer ausgelöst.

WAS PASSIERT IM GEHIRN?

Warum kommt es überhaupt zum geistigen Abbau? Die Ursachen unterscheiden sich je nach Form: Bei der Alzheimer-Krankheit liegt das Problem in fehlerhaften Eiweißablagerungen. Über Jahre hinweg sammeln sich sogenannte Amyloid-Plaques außerhalb der Nervenzellen und Tau-Proteine im Inneren der Zellen an. Sie stören die Kommunikation der Nervenzellen untereinander und führen schließlich dazu, dass diese absterben. Der Prozess beginnt schleichend und geht oft über Jahrzehnte, bevor die ersten Symptome im Alltag sichtbar werden.

VERSCHIEDENE AUSLÖSER

Andere Demenzformen haben wieder völlig andere Auslöser. Bei der vaskulären Demenz – der zweithäufigsten Form – sind Durchblutungsstörungen schuld. Winzige, oft unbemerkte Schlaganfälle oder verkalkte Adern schneiden Hirnareale von der Sauerstoffzufuhr ab.

Bei der frontotemporalen Demenz stirbt Gewebe im Stirnbereich ab, was die Persönlichkeit und das Sozialverhalten verändert, bevor das Gedächtnis leidet.



Die mediterrane Küche mit verschiedenen Gemüsesorten, Olivenöl, Nüssen und Fisch liefert Anti-Entzündungs-Bausteine für die grauen Zellen.

Auch in der Art und Weise, wie sich die Erkrankungen im Leben der Betroffenen bemerkbar machen, gibt es deutliche Unterschiede. Der klassische Alzheimer-Verlauf ist von einer kontinuierlichen, schleichen- den Abwärtskurve geprägt. Es beginnt fast immer mit dem Kurzzeit- gedächtnis: Was gab es mittags zu essen? Welcher Wochentag ist heute? Das Langzeitgedächtnis bleibt lange erhalten, weshalb Betroffene wunderbar aus ihrer Kindheit erzählen können, aber den Termin vom Vormittag vergessen haben.

STUFENFÖRMIG – DIE VASKULÄRE DEMENZ

Die vaskuläre Demenz verläuft dagegen häufig stufenförmig. Nach einem kleinen „Gefäßereignis“ verschlechtert sich der geistige Zustand schlagartig. Danach bleibt das Niveau oft monate- oder jahrelang stabil, bis der nächste Gefäßschaden eine weitere Stufe nach unten aus- löst. Zudem stehen hier oft nicht Gedächtnislücken im Vordergrund, sondern Verlangsamung, Konzentrationsschwäche oder körperliche Unsicherheiten beim Gehen.

DAS RISIKO SENKEN

Die Lancet-Kommission, ein internationaler Zusammenschluss führender Demenzforscher*innen und Gesundheitsexpert*innen, geht davon aus, dass sich fast 45 Prozent aller Demenzfälle durch einen gezielten Lebensstil verhindern oder zumindest um viele Jahre hinauszögern lassen.

Was dem Herzen guttut, schützt auch die Gefäße im Gehirn. Regel- mäßige Bewegung (mindestens 150 Minuten pro Woche), ein gut eingestellter Blutdruck und der Verzicht auf Rauchen sind der beste Schutz vor vaskulärer Demenz. Neues zu lernen – sei es eine Sprache, ein Instrument oder eine neue Sportart – knüpft neue Vernetzungen im Gehirn. Dieses Netz dient im Alter als Puffer.

Hörgeräte nutzen: Ein unbehandelter Hörverlust im mittleren Alter gehört zu den unterschätztesten Risikofaktoren. Wenn dem Gehirn akustische Reize fehlen, baut es mangels Forderung schneller ab.

Smarte Ernährung: Die mediterrane Küche mit verschiedenen Ge- müsesorten, Olivenöl, Nüssen und Fisch liefert Anti-Entzündungs- Bausteine für die grauen Zellen. Und letztendlich ist auch guter Schlaf wichtig: Im Tiefschlaf schaltet das Gehirn sein eigenes „Müllabfuhr- System“ an und schwemmt schädliche Eiweiß-Proteine aus.

R
Rosenhof
SENIORENWOHNANLAGEN

HERZLICH WILLKOMMEN
ZUM BUNDESWEITEN
TAG DER OFFENEN TÜR



Sonntag
20.9.2026
14.00 bis
17.00 Uhr

Viele Informationen
rund um das Leben
und die Betreuung im
Rosenhof

Führungen durch die Häuser mit
Besichtigung von Musterappartements

Geselliges Kaffeetrinken in den
Rosenhof-Cafés

Eine kleine Überraschung als Dankeschön
für Ihren Besuch

Rosenhof Ahrensburg
Lübecker Straße 3-11
22926 Ahrensburg
Tel. 04102/49 04 90

Rosenhof Travemünde
Mecklenb. Landstr. 2-12
23570 Travemünde
Tel. 04502/86 03 31

Rosenhof Großhansdorf I
Hoisdorfer Landstraße 61
22927 Großhansdorf
Tel. 04102/69 86 69

Rosenhof Großhansdorf 2
Hoisdorfer Landstraße 72
22927 Großhansdorf
Tel. 04102/69 90 69

www.rosenhof.de • [facebook.com/www.rosenhof.de](https://www.facebook.com/www.rosenhof.de)



Demenz – (k)eine Frage des Alters

„Demenz? Das bekommen doch nur sehr alte Menschen.“

Diese Annahme hält sich hartnäckig.

Tatsächlich sind die meisten Menschen mit Demenz über 65 Jahre alt, doch Demenz kennt keine Altersgrenze!

GEMEINSAME AUFGABE

Der Welt-Alzheimerstag 2026 lädt dazu ein, Demenz als eine gemeinsame Aufgabe zu betrachten. Die daran anknüpfende „Woche der Demenz“ rahmt sich vom 21. bis zum 27. September um den Welt-Alzheimer-Tag. Unter dem Motto „Demenz – (k)eine Frage des Alters“ machen das Kompetenzzentrum Demenz in SH und mobil.digital an verschiedenen Orten Halt, unterstützt von lokalen Partner*innen.

INTERESSANTES PROGRAMM

Es gibt dort zum Teil praxisnahe Stationen, einen interaktiven Demenzparcours zum Nachempfinden von Alltagsherausforderungen, eine virtuelle Musterwohnung, die Einblicke in technische Hilfen gibt. Außerdem werden Apps, digitale Kalender und Erinnerungshilfen vorgestellt. Spezielle Materialien zur Beschäftigung sind ausleihbar in den Bibliotheken und Gespräche mit Fachleuten und lokalen Pflegestützpunkten sind vor Ort möglich. Infos beim Kompetenzzentrum Demenz in SH, Tel.: 040 / 23 83 04 40. Näheres auch unter www.deutsche-alzheimer.de/ueber-uns/welt-alzheimerstag.

VERANSTALTUNGS- TOUR RUND UM DEMENTZ

Zum Welt-Alzheimerstag am 21. September laden Volkshochschulen und Bibliotheken zur Tour durch Schleswig-Holstein ein.

DIREKT UND VOR ORT

05.09.2026 – Leck (vhs),
10–15 Uhr, im Rahmen vom „Tummel & Bummel“

07.09.2026 – Heide, Stadtbücherei,
14–17 Uhr, Demenzbibliothek und Vortrag

08.09.2026 – Quickborn, Bibliothek,
14–17 Uhr, Forumsplatz

11.09.2026 – Uetersen, Bibliothek,
9.30–13.30 Uhr, Stadtbücherei

14.09.2026 – Kronshagen, Bibliothek
9–13 Uhr, Rathaus

19.09.2026 Hamburg,
Aufaktveranstaltung Aktionstage „Wie ist Demenz? Menschen erleben und verstehen“
12–17 Uhr, Zentralbibliothek Hühnerposten, 20097 Hamburg

20.09.2026 – Tangstedt (vhs),
11–17 Uhr, Rathaus, im Rahmen des vhs-Jubiläums

23.09.2026 – Bad Schwartau, Bibliothek,
10–14 Uhr, Stadtbücherei/Wochenmarkt

Foto: Adobe Stock



FORUM ALSTERTAL

Service-Wohnen zwischen Alsterlauf und AEZ



ANNEMARIE STOLTENBERG & RAINER MORITZ

präsentieren

2026

LITERATUR-EMPFEHLUNGEN

Die Thalia Buchhandlung im AEZ und das Forum Alstertal laden ein: Das „Gemischte Doppel“ - Annemarie Stoltenberg und Rainer Moritz - präsentieren LIVE ihre Favoriten aus den aktuellen Neuerscheinungen. Unterhaltsam und informativ geben sie Lesetipps aus Belletristik und Sachbuch - zum eigenen Lesevergnügen und als Geschenkidee.

Freitag 25. Sept 2026 - Beginn 18.30 Uhr

Eintritt 16,00 Euro - Karten erhalten Sie an der Rezeption

Wir freuen uns auf Sie!



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



Bei Sonnenlichtschäden ist das Peeling eine gute Prophylaxe gegen multiple Tumorbildung.

ANZEIGE

SCHÖNE HAUT

Mit einem Peeling in der **Hautarztpraxis von Dr. Christiane Behrendt** schlägt man zwei Fliegen mit einer Klappe. Man tut etwas für seine Gesundheit, wenn beispielsweise ein Sonnenschaden im Gesicht behandelt wird. Gleichzeitig tut man etwas für die Schönheit, da sich das Hautbild verbessert. Die unterschiedlichen Peelings helfen unter anderem Patient*innen mit Akne, Rosacea oder Sonnenlichtschäden. Tiefe Peelings wirken bei weißem Hautkrebs oder aktinischer Keratose. Aber auch um die Haut aufzufrischen, sei es wegen erster Fältchen, großer Poren oder Altersflecken, lohnt sich eine solche Behandlung. Bei Patient*innen mit Sonnenlichtschäden ist das Peeling eine gute Prophylaxe gegen Tumorbildung. Einer Behandlung geht eine umfassende ärztliche Diagnose voraus. Dann wird entschieden, welches Peeling geeignet ist. Weitere Informationen unter www.kielerhautaerztin.de.

Foto: Adobe Stock

Dr. Christiane Behrendt

Haut in guten Händen



Dr. Christiane Behrendt

Hautärztin Allergologie · amb. Operationen · Lasermedizin
Mesotherapie · med. Kosmetik · Anti-Aging-Therapie · PDT

Am Rosengarten 13 · 23701 Eutin · Tel. 0 45 21 / 7 96 75 55
Termine nur nach Vereinbarung

www.kielerhautaerztin.de

Wir führen eine moderne ästhetische Dermatologie mit
Lasertherapie, Fruchtsäurepeeling,
Salizsäurepeeling sowie Faltenkorrekturen und operativen
ästhetischen Eingriffen durch.



ERINNERUNGEN

EIN LICHT IN DUNKLEN STUNDEN

*Wenn ein geliebter Mensch geht, bleibt die Welt für einen Moment stehen.
Was bleibt, sind die Spuren der Liebe und unzählige Erinnerungen, die uns wie
ein kleines Licht durch die dunklen Stunden tragen.*

Endlichkeit

GEMEINSAM DENKEN

Das **Palliativnetz Travebogen** und die **Stiftung Travebogen** laden im Oktober gemeinsam mit zahlreichen Co-Veranstalter*innen zum **Festival der Endlichkeit** ein.

Das Festival der Endlichkeit bietet vom 2. bis zum 17. Oktober ein abwechslungsreiches Programm aus Kunst, Kultur und Begegnungen in Lübeck und Umgebung mit Raum für einen offenen Dialog über Leben, Sterben, Tod und Trauer.

STERBEN DARF KEIN TABU-THEMA SEIN

Sterben, Tod und Trauer gehören zum Leben – und bleiben dennoch häufig Tabuthemen. Das Festival der Endlichkeit möchte dies ändern. Mit Vorträgen, Telefon-Sprechstunden, Workshops, Ausstellungen und Tagen der offenen Türen lädt die Veranstaltung dazu ein, sich offen, respektvoll und ohne Berührungängste mit der eigenen Endlichkeit auseinanderzusetzen.

FACHLEUTE ZEIGEN NEUE PERSPEKTIVEN AUF

Es bringt Fachleute aus Hospiz- und Palliativarbeit und Medizin mit Kunst- und Kulturschaffenden sowie engagierten Initiativen zusammen. So entstehen neue Perspektiven auf Themen wie Abschied, Vorsorge,



Wie im vergangenen Jahr gehört auch 2026 wieder ein Poetry Slam dazu.

Trauerkultur und die Frage, was ein gutes Leben bis zuletzt ausmacht. Im Mittelpunkt stehen der Austausch, die persönliche Begegnung und die Erkenntnis, dass die Auseinandersetzung mit der Endlichkeit den Blick auf das Leben bereichern kann.

FÜR ALLE GENERATIONEN

Mit seinem interdisziplinären Ansatz richtet sich das Festival an alle Generationen – unabhängig von persönlicher Erfahrung oder Vorwissen. Es schafft einen geschützten Raum für Information, Inspiration und gemeinsames Nachdenken und setzt damit ein wichtiges gesellschaftliches Zeichen für mehr Offenheit, Mitgefühl und eine lebendige Kultur des Dialogs. Weitere Informationen zum Programm unter www.festivalderendlichkeit.de.

**Palliativnetz Travebogen gGmbH, Ziegelstraße 3-5
23556 Lübeck, www.travebogen.de**

UNSER BUCHTIPP

HANDBUCH TESTAMENT

DAS ERBE DEN EIGENEN VORSTELLUNGEN ENTSPRECHEND ÜBERTRAGEN

Liegt kein Testament vor, geht der Gesetzgeber davon aus, dass die verstorbene Person ihr Vermögen den nächsten Familienmitgliedern hinterlassen will. Was aber gilt für Patchwork-Familien oder Alleinstehende?

Was wird der Bundesgerichtshof dem Gesetzgeber 2026 zum Thema Erbschaftssteuer ins Aufgabenbuch schreiben?

Die Diskussionen rund um die Erbschaftssteuer sind für den einen oder die andere ein Anstoß, über die Regelung des eigenen Nachlasses nachzudenken. Denn wenn der eigene Wille zu Lebzeiten festgeschrieben wird, vermeiden Erblasser nicht nur Streit unter den Hinterbliebenen, sondern stellen auch sicher, dass das Erbe den persönlichen Vorstellungen entsprechend verteilt wird.

Der Ratgeber „Handbuch Testament“ der Verbraucherzentrale erklärt die Grundzüge des Erbrechts und zeigt, wie über die Weitergabe

von Geldvermögen, Immobilien oder anderen Gegenständen verfügt werden kann.

WAS PASSIERT OHNE TESTAMENT?

Liegt kein Testament vor, geht der Gesetzgeber davon aus, dass die verstorbene Person ihr Vermögen den nächsten Familienmitgliedern hinterlassen will – in der Regel den Kindern oder dem Ehepartner oder der -partnerin. Was aber gilt in einer Patchworkfamilie? Welche Regelungen können Alleinstehende treffen? Der Ratgeber erläutert, was es mit Pflichtteilsansprüchen auf sich hat und was bei einer Erben-gemeinschaft unbedingt zu beachten ist.



Otto N. Bretzinger: Handbuch Testament, Verbraucherzentrale, 224 Seiten, 22 Euro

CHECKLISTEN UND MUSTERFORMULIERUNGEN

An vielen Beispielen werden mögliche Konstellationen anschaulich beschrieben, sodass sich hieraus Entscheidungshilfen für den eigenen Erbfall ergeben. Checklisten und Musterformulierungen bieten Unterstützung, um alles rechtssicher festzuhalten. Ein Kapitel zeigt, wie sich ganz legal Steuern sparen lassen. Der Ratgeber ist online erhältlich unter shop.verbraucherzentrale.de oder per Telefon unter 0211 / 91380-1555.

Er ist aber auch in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel zu bekommen.



Die NordBau ist eine der größten Baufachmessen Nordeuropas. Sie findet jährlich im September in Neumünster statt.

Mit NordBau und CONBAU 2026 FIT FÜR DIE ZUKUNFT

*Holzbau und Energie, Handwerk und Wohnungsbau – plus vielseitiges Kongressprogramm:
Die 71. NordBau präsentiert vom 9. bis zum 13. September auf dem Gelände der Holstenhallen
Neumünster wieder Neuheiten, Netzwerke, Wissen – alles, was die Bauwirtschaft bewegt.*

Ab 2026 entsteht eine neue, zentrale Plattform für den modernen Holzbau – konzipiert und organisiert gemeinsam mit dem Holzbauzentrum Nord (HBZ*). Sie ist ein Treffpunkt für Innovation, Praxis und Dialog. Die Holzbauhalle richtet sich gezielt an Fachleute aus Holzbau, Ingenieurwesen, Architektur, Wohnungswirtschaft sowie an Investor*innen. Besucher*innen erwartet eine konzentrierte Präsentation zukunftsweisender Produkte, Systeme und Lösungen – kompakt, hochwertig und fachlich fundiert. Diese werden sowohl an den einzelnen Ständen als auch auf einer zentralen Bühne praxisnah vorgestellt – mit Live-Vorführungen und Impulsvorträgen. So entsteht ein lebendiger Treffpunkt für Inspiration, Wissenstransfer und persönlichen Austausch.

HOLZBAU TRIFFT DIGITALISIERUNG

Themen wie BIM-gestützte Planung, automatisierte Fertigung, datenbasierte Prozessoptimierung und der Einsatz von KI sind ein Schwerpunkt der NordBau. Interessierte erhalten in den Hallen 4 und 6 Einblicke in innovative Techniken, lernen leistungsfähige Anbieter*innen kennen und erfahren, welche Chancen Holz bei Aufstockungen, Anbauten und dem Ausbau bestehender Gebäude bietet.

DAS ZUHAUSE ZUKUNFTSFÄHIG MACHEN – KOSTENLOSE ERSTBERATUNG

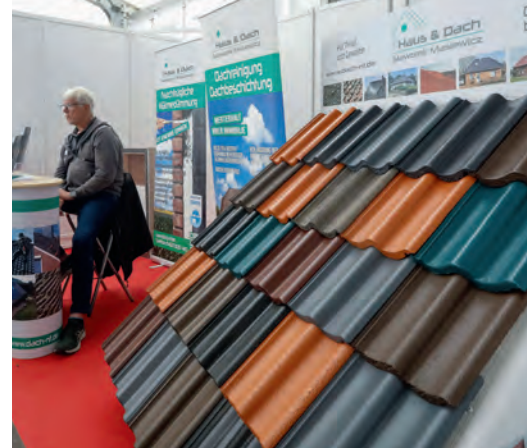
Am Gemeinschaftsstand von Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein und Haus & Grund Schleswig-Holstein in Halle 7 erhalten Besucher*innen Infos rund um Energieberatung,

tägliche Kurzvorträge sowie einen Überblick zu Gesetzen und Förderungen. Zukunftsfähig dämmen und heizen stellt viele Hausbesitzer*innen vor große Herausforderungen. Doch eine Umstellung auf erneuerbare Energien ist nicht immer mit einer Komplettanierung verbunden. Auch Bestandsgebäude können – je nach Situation – sinnvoll modernisiert werden.

Die unabhängigen Expert*innen bieten erste Hilfestellungen ohne vorherige Terminvereinbarung. Sie informieren zudem über das neue Gebäude-Modernisierungs-Gesetz (GModG) und erläutern Schlagworte wie „Technologieoffenheit“ und „Biotreppe“. Direkt angrenzend bieten Hersteller*innen und Dienstleister rund um Heizung, Wärmepumpe und Solartechnik ihre Produkte und Serviceleistungen an.



Ob Hoch- und Tiefbau, energetisches Bauen, Kommunaltechnik, Handwerk oder das Neueste aus Baugewerbe und Bauindustrie: Die NordBau ist breit aufgestellt.



ANLAUFUNKTE FÜR MITGLIEDER UND INTERESSIERTE

Ob Baugewerbe, Bauindustrie oder Dachdecker*innen – ohne Nachwuchs in Handwerksbetrieben und Bauunternehmen können viele Modernisierungen nicht umgesetzt werden. Umso wichtiger ist es, Bauhandwerks- und Bauindustrieverbände sichtbar und nahbar zu machen. Dies geschieht zum Beispiel am Infopoint für innovative Ausbildung im Bauwesen – dem Gemeinschaftsstand des Baugewerbeverbands Schleswig-Holstein sowie den Handwerkskammern Lübeck und Flensburg in Halle 1. Hier dreht sich alles rund um Chancen, Inhalte und Perspektiven im Bauberuf. Dazu zählen neben Ausbildung auch grundsätzlich Karrieren im Handwerk mit dem wichtigen Aspekt der Weiterbildung, aber auch Existenzgründung



Im Außenbereich wird wieder kräftig gebaggert. Hier stehen Kräne und andere große Baufahrzeuge.



und Betriebsnachfolge. Es ist ein Treffpunkt für Betriebe, Mitarbeitende und Interessierte sowie für deren Austausch mit Verband und Kammer. Unter dem Motto „Hol Dir eine Wurst ab und gib Deinen Senf dazu!“ sind diese eingeladen, in den Dialog zu treten. Auch der Bauindustrieverband Hamburg Schleswig-Holstein bietet Mitgliedsunternehmen und Interessierten ein vielfältiges Angebot auf der Messe. Der Anlaufpunkt, zentral im Forum der Halle 1, lädt zum Kennenlernen, Austauschen und handwerklichen Ausprobieren ein. Für junge Menschen steht da vor allem das dazugehörige

Ausbildungszentrum Ahrensböök im Fokus. Die größte Ausbildungseinrichtung der Bauunternehmen im Land informiert zu überbetrieblicher Ausbildung des Facharbeiternachwuchses der Bauwirtschaft sowie des kaufmännischen und technischen Personals. Mehr Infos zur NordBau unter www.nordbau.de.

Ein Herbstmarkt
voller Frühlingsfreuden



Buntes Herbstfest

Mit vielen Attraktionen feiern wir
am **19. & 20. September 2026**
den **Herbst** und versprühen dabei
Vorfreude auf den kommenden
Frühling und die **Ernte 2027**.

Alles rund um Blumenzwiebeln
und Obstgehölze.

Gärtnerei
Pieperreit
Pflanzen neu erleben.

Meienredder 35 · 22359 Hamburg-Volksdorf · www.gaertnerei-pieperreit.de



ANZEIGE

Bunter Herbstmarkt

Das Team der **Gärtnerei Pieperreit in Hamburg-Volksdorf** lädt am 19. und 20. September zum großen Herbstmarkt ein. Die Gäste dürfen sich auf ein buntes Wochenende rund um Blumenzwiebeln und Obstgehölze freuen.

Der Spätsommer neigt sich dem Ende zu, doch für Gartenfans geht die Vorbereitung auf das kommende Jahr schon jetzt so richtig los. Wer im nächsten Frühjahr und im Sommer ein farbenfrohes Blütenmeer oder eine reiche Ernte im eigenen Garten genießen möchte, stellt jetzt die richtigen Weichen. Der große Herbstmarkt mit vielen Attraktionen in der Gärtnerei Pieperreit am 19. und 20. September 2026 ist dabei ein Muss.

Besonderes Highlight des Herbstmarktes ist die riesige Auswahl an Blumenzwiebeln – inklusive vieler exklusiver Raritäten und Sorten, die jedes Gärtner-Herz höher schlagen lässt.

INTERESSANTE FACHVORTRÄGE

Das Event hält ein buntes Programm rund um die Themen Blumenzwiebeln und Obstgehölze bereit. Wer sein Wissen vertiefen möchte, profitiert von der Expertise der Gärtnerei Pieperreit und ihren Fachberatern sowie der Zwiebel-Expertin Dr. Sophia Schröder. Erfahren Sie spannendes, nützliches und überraschendes in Kurzvorträgen rund um Blumenzwiebeln und Obstgehölze.

KUNST, FEINKOST, KINDERSPASS

Auch für das Auge und den Gaumen wird einiges geboten. Schauen Sie zu, wie bei „Sägebiene“ beeindruckende Kunstwerke mit der Kettensäge entstehen, entdecken Sie bei „Marge FeineCreationen“ selbstgemachte Feinkost oder informieren Sie sich am Stand von „Moin StadtNatur“ über heimische Wildstauden oder bei „Kreten Manni“ über Wildpflaumen. Für kulinarische Verwönmomente sorgt „Lieblings Crêpe Janete“ mit süßen und herzhaften Crêpes, Softeis, Kuchen, Kürbissuppe und Kaffee. Am Sonntag wartet Kinderschminken und Ballonfiguren knoten mit einer Ballonkünstlerin auf die kleinen Gäste.

Ein Herbst-Wochenende für alle Sinne!

ÖFFNUNGSZEITEN: Samstag, 19. September, 09:00 bis 18:00 Uhr
Sonntag, 20. September, 10:00 bis 16:00 Uhr





Dem Rücken zuliebe ENTLASTUNG PER KNOPFDRUCK

Kommen Sie leicht aus dem Bett oder brauchen Sie inzwischen mehr Komfort?

*Wenn Senior*innen ins „knackige Alter“ kommen, weiß das Team von*

Betten Bubert und Stoffideen in Ahrensburg guten Rat.

Es gibt immer noch Menschen, die denken, dass ein verstellbares Komfortbett aussieht wie ein Krankenbett. Das ist völlig überholt. Schon lange bestimmen Design und Modernität die Welt der Komfortbetten“, sagt Tanja Klam. Die Inhaberin von Betten Bubert und Stoffideen hat sich als diplomierte Schlafberaterin auf die Themen Betten und guten Schlaf spezialisiert. Am liebsten arbeitet sie mit Herstellern wie Kirchner, Rummel und Reichert zusammen, die wunderbar zeigen, wie Betten, Komfort und Stil zusammen kommen.

ABGESTIMMTE LIEGEPOSITIONEN

Firma Kirchner und Rummel setzen zum Beispiel auf elektrische Höhenverstellung und fein abgestimmte Liegepositionen fürs Lesen, Ruhen und für den erholsamen Schlaf. Das Liftsystem bleibt dezent im Design integriert. Holz-, Polster- und Lack-Ausführungen eröffnen

eine große Stilvielfalt, die sich mühelos in jedes Schlafzimmer einfügt. Die Firma Reichert konzentriert sich auf Komforthöhe, gefertigt mit jahrzehntelanger Handwerkserfahrung aus wertvollen Hölzern wie Wildeiche, Eiche, Buche oder Kernbuche. Viele Modelle lassen sich individuell anpassen – von Bettgröße und Beizton bis hin zu Kopf- und Fußteilhöhe.

WOHNLICHKEIT MIT KOMFORT

Das Ergebnis sind Betten, die heute überzeugen und für morgen vorsorgen. Die erhöhte Einstiegshöhe schont Knie und Rücken, das Aufstehen fällt leichter. Müheloses Hinsetzen und Aufstehen, leise Mechanik und erstklassige Verarbeitung made in Germany schaffen Sicherheit, ohne dass man auf Wohnlichkeit verzichten müsste. Sinnvolle Extras wie Unterbettbeleuchtung, stabile Aufstehhilfen und abgestimmte Beimöbel runden das Gesamtbild ab.

INVESTITION IN DIE LEBENSQUALITÄT

So wird aus dem Bett ein Ort der Erholung – für mehr Energie am Morgen und mehr Entspannung in der Nacht. „Komfortbetten sind eine Investition in Ihre Lebensqualität“, sagt Tanja Klam und lädt zum Probefliegen ein. Wer möchte, findet bei ihr auch gleich das richtige Equipment für Kissen und Zudecken.

Ausprobieren, wie sich Komfort anfühlt – bei Betten Bubert ist das möglich.



Fotos: Adobe Stock

Betten für heute. Morgen. Und übermorgen.

Höhenverstellbare
KOMFORTBETTEN



Betten Bubert und Stoffideen

Montag bis Freitag von 9 – 18 Uhr
Samstag von 9 – 14 Uhr

Hausberatung mit Liegeanalyse
sowie Termine nach Vereinbarung

Hagener Allee 14
22926 Ahrensburg
Telefon 04102 520 28

www.betten-bubert.de



Neuer Look FÜR ALTE SEELE

Es muss nicht immer ein Neubau sein, um das perfekte Zuhause für sich und seine Familie zu finden. Perfektion ist schön, aber Ausstrahlung kann man nicht kaufen. Manche alte Häuser besitzen einfach das gewisse Etwas.

Alte Gebäude haben schon viel erlebt, kommen aus einer anderen Zeit und haben „ihre“ Familien lachen und weinen sehen. Sie sind in die Jahre gekommen, ja, doch sie haben immer noch eine besondere Ausstrahlung. Und mit ein bisschen Fantasie kann man ein wundervolles Zuhause aus ihnen machen. Hinter stilvollen Sprossenfenstern, den blickdichten Hecken und dem Blätterdach alter Bäume verbirgt sich oft ein ungeschliffener Diamant, der nur darauf wartet, im neuen Glanz zu erscheinen. Durch den Generationenwechsel stehen diese Häuser zum Verkauf. Oft wurden

sie über viele Jahrzehnte liebevoll gepflegt, entsprechen optisch und/oder energetisch jedoch nicht mehr dem heute geforderten Standard.

MIT FANTASIE ZUM INDIVIDUELLEN TRAUMHAUS

Ein altes Haus braucht vor allem eines: Menschen, die sein Potenzial erkennen und sich trauen, ihm neues Leben einzuhauchen. Es erfordert ein bisschen Mut, aber mit Fantasie kann neuer Wohnraum entstehen. Oft wirken schon kleine Eingriffe Wunder, und wer ein bisschen handwerkliches Geschick mitbringt,



Das Material-Matching macht den Unterschied.

kann einiges selber machen. Wo früher kleine Räume die Sicht begrenzten, lässt zum Beispiel eine herausgebrochene Wand lichtdurchflutete Koch- und Wohnbereiche entstehen. Große, bodentiefe Fensteröffnungen im Wohnzimmer eröffnen den Blick auf die majestätische Buche im Garten. Was ein Altbau nämlich oft mitbringt, ist ein großes Grundstück und einen idyllischen Garten mit viel Grün und prächtigem Baumbestand, der insbesondere an heißen Sommertagen für Abkühlung sorgt. Obendrauf gibt es eine nette Nachbarschaft in einem natürlich gewachsenen Umfeld.



Einige Altbauten strahlen einen besonderen Charme aus, den man mit Neubauten nicht vergleichen kann.

Wenn alte Häuser auf neuestem Stand sind, können sie sehr sparsam sein.



Modernes Design in alten Gebäuden sieht sehr edel aus.

ALTE SEELE, MODERNES DESIGN

Die Kunst beim Sanieren eines Altbaus besteht darin, die alte Seele des Gebäudes zu bewahren und sie mit modernem Design zu verweben. Freigelegtes Klinker- oder Sichtmauerwerk, aufgearbeitete Holzdielen und historische Bogenelemente bilden die perfekte Bühne für minimalistische Architektur, smarte Haustechnik und die heutigen edlen Naturmaterialien. So entsteht ein individuelles Zuhause – fast eine kleine Persönlichkeit.

LEBEN EINHAUCHEN STATT ABREISSEN

Warum also nicht einfach den Schritt wagen und ein altes Haus neu gestalten? Es ist ein Stück Lebensgefühl und schont Ressourcen. Wer sich darauf einlässt, erschafft ein kuscheliges Zuhause für sich und seine Lieben – moderner Komfort inklusive.

WAS GIBT ES ZU BEACHTEN?

Auf jeden Fall sollten vor dem Kauf – je nach Alter des Gebäudes – mögliche Denkmalschutzauflagen geprüft werden. Bei sehr alten Gebäuden sollte unbedingt der Feuchtig-

keits-Check gemacht werden. Historische Bausubstanz muss „atmen“ können – Vorsicht bei falschen Baustoffen. Man zieht am besten grundsätzlich Fachleute hinzu. Optisch müssen Sie bei einem Altbau nicht unbedingt die alten Haus-Details nachbauen. Es dürfen gerne zeitgemäße Elemente Einzug halten, etwa eine moderne, grifflose Küche oder ein minimalistisches Bad in einer urigen Scheune – das hat Charme. Beim Material-Matching gilt: Mut zu Stilbrüchen. Wie wäre es mit freigelegtem Sichtmauerwerk, rauem Sichtbeton oder dunklen Holzbalken? Ihnen werden glatte Oberflächen wie Glas, Edelstahl oder Samt gegenübergestellt. Altbauten und Industrie-Lofts haben oft hohe Decken, wirken aber ohne richtiges Lichtkonzept öde. Setzen Sie statt einer zentralen Lampe auf Lichtszenen – zum Beispiel mit Spotlights für historische Details und Stehlampen für kuscheliges Licht.

Gemeinsam mit den Fachleuten sollte durch richtige Dämmung der Energiebedarf gesenkt werden, bestenfalls ohne die hohe Stuckdecke abzuhängen oder die Fassade zu zerstören. Moderne Verglasung gibt es bei Bedarf auch

im historischen Sprossenfenster-Look, und der Einsatz von Textilien – vielleicht Samt oder Teppiche – hilft, den Hall in hohen Räumen zu schlucken.

DAS BUDGET IM BLICK

Gehen Sie ruhig auch die Sparmöglichkeiten durch. Sind Sie handwerklich begabt? Vielleicht, können Sie die alten Dielen bearbeiten und ölen, statt sie neu verlegen zu lassen. Alten Fliesen könnte durch Speziallack neues Leben eingehaucht werden und historische Türen könnten aufgearbeitet werden. Wichtig: Sparen Sie auf keinen Fall an der Elektrik, an Sanitärleitungen und an der energetischen Grundsanierung. Hier geht Sicherheit vor.



Kompostprodukte für Ihren Garten



Die natürliche Art der Düngung

- torffrei
- Gütegesichert
- regional
- günstig



Recyclinghöfe Hamburg, AWSH, GAB:
Kompost in Säcken (Neugraben-Fischbek und
Sasel auch lose Ware)

Wulksfelder Damm 2, 22889 Tangstedt:
Kompost, Komposterde (jeweils lose und in
Säcken) und Blumenerde (in Säcken)

Hasenkamp 15, 25436 Tornesch-Ahrenlohe
Kompost (lose und in Säcken), Kompost- und
Blumenerde in Säcken

Lieferung möglich! Preise und
weitere
Informationen



Kontakt und Beratung
Tel: 040 - 607 23 37
info@vkn-kompostvermarktung.de



ANZEIGE

GESUNDER BODEN DURCH REGIONALEN KOMPOST

Sie lieben Ihren Garten? Dann wissen Sie: Ein grünes Paradies beginnt beim guten Boden. Wer Gemüse, Blumen, Hochbeete oder den Rasen nachhaltig pflegen möchte, setzt auf Kompost. Die hochwertigen Kompostprodukte der **VKN Vertriebsgesellschaft Kompostprodukte Nord mbH in Tangstedt** aktivieren das Bodenleben, steigern den Humusgehalt und schließen natürliche Nährstoffkreisläufe. Ein weiterer Pluspunkt: Die Wasserspeicherfähigkeit des Bodens erhöht sich spürbar – ideal für heiße Sommertage. Erhältlich sind Kompost, Komposterde und Blumenerde in Säcken oder lose auf den Recyclinghöfen Hamburg, AWSH und GAB. Direkte Anlaufstellen sind der Wulksfelder Damm 2 in Tangstedt und Hasenkamp 15 in Tornesch-Ahrenlohe (auch lose Ware in Neugraben-Fischbek und Sasel). Auch eine bequeme Lieferung nach Hause ist möglich!

Foto: VKN Vertriebsgesellschaft Kompostprodukte Nord mbH

UNSER BUCHTIPP

IMMOBILIE VERERBEN UND ERBEN



Die eigenen vier Wände gehören häufig zum wertvollsten Besitz, den Familien hierzulande an die nächste Generation weitergeben. Ob Eigentumswohnung oder Reihenhaushaus, ob Grundstück oder die Mehrfamilien-Immobilie: Nicht alles, was landläufig als „Betongold“ bezeichnet wird, glänzt tatsächlich, wenn es zum Erbfall wird. So ist eine geerbte Immobilie, auf der Hypotheken lasten, nicht für jeden Erben unbedingt ein Gewinn, weil auch diese Schulden auf ihn übergehen. Und wenn das Haus etwa erst in hohem Alter übertragen wird, kann das Sozialamt Schenkungen zehn Jahre rückwirkend abwickeln, wenn Pflegekosten anfallen.

Aus dem Inhalt

Der neu erschienene Ratgeber „Immobilie vererben und erben“ der Verbraucherzentrale erklärt, wie sich Immobiliennachlass einvernehmlich regeln lässt. Und wem das Erbe einer Immobilie ins Haus steht, erfährt Wissenswertes von Erbschein über Wertermittlung bis hin zu steuerlichen Fragen.

Verbraucherzentrale, Otto N. Bretzinger, Ratgeber „Immobilie vererben und erben“, 1. Auflage 2026, 208 S., 24 Euro

Cover: Verbraucherzentrale

Meyer's Mühle

Hamburgs Fachmarkt
für Gartenmöbel

Vielfalt / Service / Qualität

EndlosSommer



**20% – 50%
Rabatt**

für viele noch vorrätige
Gartenmöbel
in der 3000 qm großen
Ausstellung
in Norderstedt,
Rugenburg 51

Kettler TAMPA

Liege in weiß

jetzt € 295,- täglich von 10⁰⁰ – 18⁰⁰ Uhr

meyers-muehle-gartenmoebel.de



ANZEIGE

Thorsten Hausmann ist ein erfahrener Experte.



Gemeinsame Lösungen FÜR DIE ELTERLICHE IMMOBILIE

Jetzt auch für Familienangehörige: **Hausmann Immobilien Makler** erweitert das Beratungsangebot.

Eine eigene Immobilie ist oft das größte Vermögen, zugleich aber auch die größte Verpflichtung. Und viele spüren: Was jahrelang Geborgenheit schenkte, fordert im Alter Kraft. Es geht um Reparaturen, steigende Kosten und die Sorge, ob man all das alleine bewältigen kann. Irgendwann steht eine Entscheidung an – freiwillig oder unter Zeitdruck.

GEMEINSAME GESPRÄCHE

Thorsten Hausmann von Hausmann Immobilien Makler weiß aus Erfahrung: „Je länger gewartet wird, desto schwieriger werden die Gespräche.“ Viele kennen diese Gedanken aus der Familie: Reichen die Einkünfte unserer Eltern oder Großeltern langfristig aus? Was passiert, wenn plötzlich Pflege notwendig wird? Wie lange wird das im eigenen Zuhause noch gut gehen? Sein Tipp: „Sprechen Sie gemeinsam und in Ruhe über alle wichtigen Gedanken.“ Um Familien zu unterstützen, haben die Hausmann Immobilien Makler ihr Beratungsangebot erweitert. Seit 2008 begleitet das Team Menschen dabei, ihre Wohnimmobilie an die veränderte Lebenssituation anzupassen. Neu ist die Einbeziehung von Kindern, Enkeln und weiteren Familienangehörigen. Denn die Entscheidung, wie mit einer Immobilie im Alter umgegangen werden soll, betrifft häufig die gesamte Familie. Gemeinsam werden unterschiedliche Möglichkeiten aufgezeigt.

ZU HAUSE WOHNEN BLEIBEN

Dabei geht es längst nicht immer um einen klassischen Verkauf. Immer häufiger werden Lösungen nachgefragt, die es ermöglichen, das gebundene Vermögen zu nutzen und dennoch im vertrauten Zuhause wohnen zu bleiben. Zu diesen Möglichkeiten gehören u. a. der Verkauf mit Rückanmietung sowie das Wohnrechtmodell der Hausmann Makler. Beide Konzepte schaffen finanzielle Freiräume und geben die Sicherheit, das gewohnte Wohnumfeld nicht verlassen zu müssen.

FINANZIELLE SICHERHEIT GEWINNEN

„Wir erleben immer wieder, wie erleichtert Menschen sind, wenn sie erkennen, dass es heute verschiedene Wege gibt, finanzielle Sicherheit zu gewinnen, ohne sofort das vertraute Zuhause aufgeben zu müssen. Unser Ziel ist es, gemeinsam die Lösung zu finden, die am besten zum jeweiligen Lebensweg passt“, so Thorsten Hausmann. „Die Entscheidung bleibt stets bei Ihren Eltern.“ Auf Wunsch führen die Hausmann Makler Gespräche mit der Familie – neutral und transparent. Infos zu Ratgebern, Infoveranstaltungen oder Beratungsterminen gibt es bei Thorsten Hausmann oder Tanja Hausmann unter Tel.: 040 / 529 600 48 oder im Internet unter www.jetzt-verkaufen-wohnen-bleiben.de.

WHS Hausmann®
Makler & Hausverwalter

Wir lassen Sie nicht im Regen stehen!

Seit 1954 bieten wir sichere Immobilien-dienstleistungen an.



MIETVERWALTUNG

Als Ihr Treuhänder für die Mietverwaltung ist es unsere Aufgabe, die Rendite und Werterhaltung zu sichern.

SONDEREIGENTUMS-VERWALTUNG

Übertragen Sie uns die Verwaltung Ihrer vermieteten Wohnung mit allen damit verbundenen Aufgaben und Pflichten.

MAKLERVERKAUF

Jede Immobilie hat einen marktgerechten und besten Preis. Verschenken Sie kein Geld beim Immobilienverkauf.

ERFOLGREICHE VERMIETUNG

Wir finden den Wunschieter, der zu Ihrer Immobilie passt. Von der qualifizierten Suche bis zum Mietvertragsabschluss.



Möchten Sie weitere Informationen? Rufen Sie uns gerne an oder senden Sie uns eine E-Mail!

www.hausmann-hausverwaltung.de
www.hausmann-makler.de

Tel: (040) 529 600 48

„Tag des Bades“ IM SEPTEMBER

Das moderne Badezimmer avanciert immer mehr zum privaten Refugium, das Design und Komfort miteinander verbindet. Im Mittelpunkt stehen Ruhe und Raumwirkung.



TAG DES BADES

AKTIONSTAG AM 19. SEPTEMBER

Am 19. September ist „Tag des Bades“, ein bundesweiter Aktionstag, der von der Vereinigung Deutsche Sanitärwirtschaft e. V. (VDS) zusammen mit dem SHK-Handwerk (Sanitär, Heizung, Klima) und dem Großhandel veranstaltet wird. Er dient als Informationstag rund um die Themen Badplanung, Sanierung und Baddesign. Badausstellungen, Fachbetriebe und Sanitär-Studios öffnen an diesem Tag ihre Türen. Besucher*innen können sich beraten lassen, neueste Trends entdecken und Inspirationen für das eigene Zuhause sammeln.

Großformatige Fliesen oder fugenlose Oberflächen aus Mikrozement treffen auf warme Erdtöne und mattes Holz. Versteckter Stauraum sorgt dafür, dass die Optik aufgeräumt bleibt. Funktionales Highlight ist oft die schwellenlose Walk-In-Dusche mit integrierter Regenbrause, während die freistehende Badewanne zum stilvollen Blickfang wird. Smarte Details wie Touch-Spiegel mit Anti-Beschlag-Funktion, Dusch-WCs und wassersparende Armaturen runden das Erlebnis ab. Gemütliches, indirektes LED-Licht taucht den Raum am Abend in eine stimmungsvolle Spa-Atmosphäre – der perfekte Ort für den täglichen Rückzug vom Alltag.

Traumbäder AUS EINER HAND

Das Badezimmer wird immer mehr zum Ort des Wohlfühlens, Entspannens und Ankommens. Wer sein Bad modernisieren oder neu gestalten möchte, findet in der Jens Gottschalk GmbH den richtigen Partner für die gesamte Umsetzung.

Von der ersten Idee über die individuelle Planung bis zur fertigen Übergabe erhalten Kundinnen und Kunden alle Leistungen aus einer Hand. Das Norderstedter Familienunternehmen verfügt über erfahrene Fachkräfte aus den Bereichen Sanitär, Heizung, Dachdeckerei und Lüftung. Dadurch können auch umfangreiche Badmodernisierungen ohne aufwendige Abstimmungen zwischen verschiedenen Gewerken umgesetzt werden.

MODERNE BADAUSSTELLUNG

Besonders beliebt ist die moderne Badausstellung am Standort Niewisch 2 in Norderstedt. Die Besucherinnen und Besucher können zahlreiche Ideen, Materialien und Ausstattungsvarianten entdecken und sich persönlich beraten lassen.



Zahlreiche Ideen von modernen Bädern zeigt die Ausstellung am Standort Norderstedt.

Ein starkes Familien-Team: Seit über 30 Jahren steht die Jens Gottschalk GmbH für erstklassiges Handwerk.

SEIT MEHR ALS 30 JAHREN VOR ORT

Seit mehr als 30 Jahren steht die Jens Gottschalk GmbH für erstklassiges Handwerk, innovative Lösungen und zuverlässigen Service. Mit über 125 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie den Mitgeschäftsführern Tim Gottschalk und Jan Gottschalk an seiner Seite führt Jens Gottschalk das Familienunternehmen erfolgreich in die nächste Generation. Mehr auf www.jensgottschalk.de.

Fotos: Jens Gottschalk

Ihr Partner für erstklassiges Handwerk

Heizung | Bad | Sanitär | Dachsysteme

Jens Gottschalk GmbH | Niewisch 2 | 22848 Norderstedt
T 040 528 28 68 | www.jensgottschalk.de



Neue Heizung?

NEUE REGELN BEI DER FÖRDERUNG

Das neue Gebäudemodernisierungsgesetz (GModG) ist am 29. Juli 2026 in Kraft getreten.

Die Bundesregierung hat neue Regeln zur Förderung von Wärmepumpen, Biomasseheizungen und Fernwärmeanschlüssen verkündet.

Auch wenn Förderzuschüsse mit der Zeit immer niedriger ausfallen sollen, empfiehlt die Energieberatung der Verbraucherzentrale (VZSH), beim Heizungstausch auf erneuerbare Energien zu setzen. Am 8. Juli hatte die Bundesregierung Änderungen bei der Förderung verkündet und die Beantragung von Fördermitteln bei der Förderbank KfW bis zum 20. Juli unvermittelt gestoppt. „Die Förderungen für den Heizungstausch und energetische Sanierungen bleiben auch nach dem 21. Juli attraktiv“, so Carina Vogel, Expertin der Energieberatung der VZSH.

WAS WIRD GEFÖRDERT – WAS NICHT?

Gefördert wird ausschließlich der Wechsel von fossilen zu erneuerbaren Heizungen (Wärmepumpe, Biomasse, Fernwärme). Der Umstieg von bereits bestehenden erneuerbaren Systemen oder Fernwärme (ab Baujahr 2008) wird ab 2027 nicht mehr bezuschusst.

WAS BEDEUTET DAS IM DETAIL?

Grundförderung: Bis zu 30 % der Kosten beim Tausch einer alten Öl- oder Gasheizung.
Einkommensbonus: Für einkommensschwache Haushalte gestaffelt von 10 % (bis 50.000 Euro Jahreseinkommen) über 30 % (bis 40.000 Euro) bis zu 40 % (bis 30.000 Euro). Unter Berücksichtigung aller Boni ist ein Zuschuss von bis zu 80 % möglich. Haushalte mit Kindern können Freibeträge nutzen.
Gestrichen: Der Effizienzbonus für Wärmepumpen und der Emissionsminderungszuschlag für Biomasse wurden abgeschafft.

FÖRDERABBAU AUF RATEN – FRÜHZEITIGER WECHSEL LOHNT SICH

Die Bundesregierung reduziert die Förderungen Schritt für Schritt: Die maximal förderfähigen Kosten der ersten Wohneinheit sinken von 30.000 Euro auf 28.000 Euro und fallen danach alle sechs Monate um weitere 750 Euro. Der „Klimageschwindigkeitsbonus“ liegt aktuell bei 16 % und sinkt alle sechs Monate um 4 Prozentpunkte.

Ein frühzeitiger Umstieg ist daher besonders lukrativ, auch weil fossile Energieträger durch die steigende CO₂-Bepreisung und reduzierte Gasnetze langfristig teurer werden.

PLANUNG UND BERATUNG

Aktuell ist der Markt entspannt und Lieferzeiten sind kurz. Vor einem Kauf sollte die kommunale Wärmeplanung geprüft werden, um zu klären, ob künftig Fernwärme verfügbar ist.

TIPPS DER VERBRAUCHER-ZENTRALE:

Fördermöglichkeiten jetzt prüfen. Kommunale Wärmeplanung berücksichtigen. Rechtzeitig Angebote vergleichen (die VZSH analysiert kostenfrei bis zu drei Wärmepumpen-Angebote). Investitionen nicht wegen politischer Debatten aufschieben. Unabhängige Beratung bietet die Verbraucherzentrale online, telefonisch (Tel.: 0800 / 809 80 24 00) oder an über 20 Standorten in Schleswig-Holstein. Infos unter: www.verbraucherzentrale.sh/energieberatung.



IHR BAD. IHR ZUHAUSE. FÜR IMMER.

Sie wünschen sich ein Bad, das Sie in jeder Lebensphase begleitet – altersgerecht, pflegerecht und/oder barrierefrei? Dann schauen Sie am 19. September in den **WIEDEMANN badpunkten Siek oder Hamburg-Barmbek** vorbei. Entdecken Sie die neuesten Looks und innovative Neuheiten sowie inspirierende Lösungen, wie beispielsweise flexible Reling-Systeme und integrierte Haltegriffe zum Anfassen. „Mit vorausschauenden Ideen und cleveren Details gestalten unsere erfahrenen Expertinnen und Experten Ihr individuelles Bad. Gemeinsam mit ortsansässigen Fachhandwerker*innen begleiten wir Sie von der ersten Idee bis zur Fertigstellung – damit Ihr Bad vor allem eines wird: Ihr Zuhause. Für immer“, freuen sich die Teams in Siek und Hamburg-Barmbek auf Kund*innen.



TAG DES BADES IN NORDERSTEDT

Seit über 50 Jahren steht **Rosenthal Bäder & Wärme** in der Region Norderstedt für höchste Qualität, Verlässlichkeit und persönlichen Service. Am bundesweiten „Tag des Bades“ öffnet das Unternehmen von 10 bis 14 Uhr die Türen seiner vielseitigen Ausstellung. „Erleben Sie Traumbäder zum Anfassen und lassen Sie sich von modernsten Wärmepumpen sowie zukunftssicheren Heizsystemen inspirieren. Unser erfahrenes und hochmotiviertes Team nimmt sich gerne Zeit für Ihre individuellen Wünsche und berät Sie umfassend“, lädt Familie Rosenthal herzlich ein. „Als starker Partner vor Ort begleiten wir Sie fachkundig von der ersten Idee bis zur perfekten Umsetzung. Besuchen Sie uns, lernen Sie uns kennen und gestalten Sie Ihr Zuhause nachhaltig wie auch komfortabel – wir freuen uns auf Sie!“

Ihr Tag im badpunkt

19.9.2026
10–15 Uhr

badpunkt®

Leidenschaft für Bäder



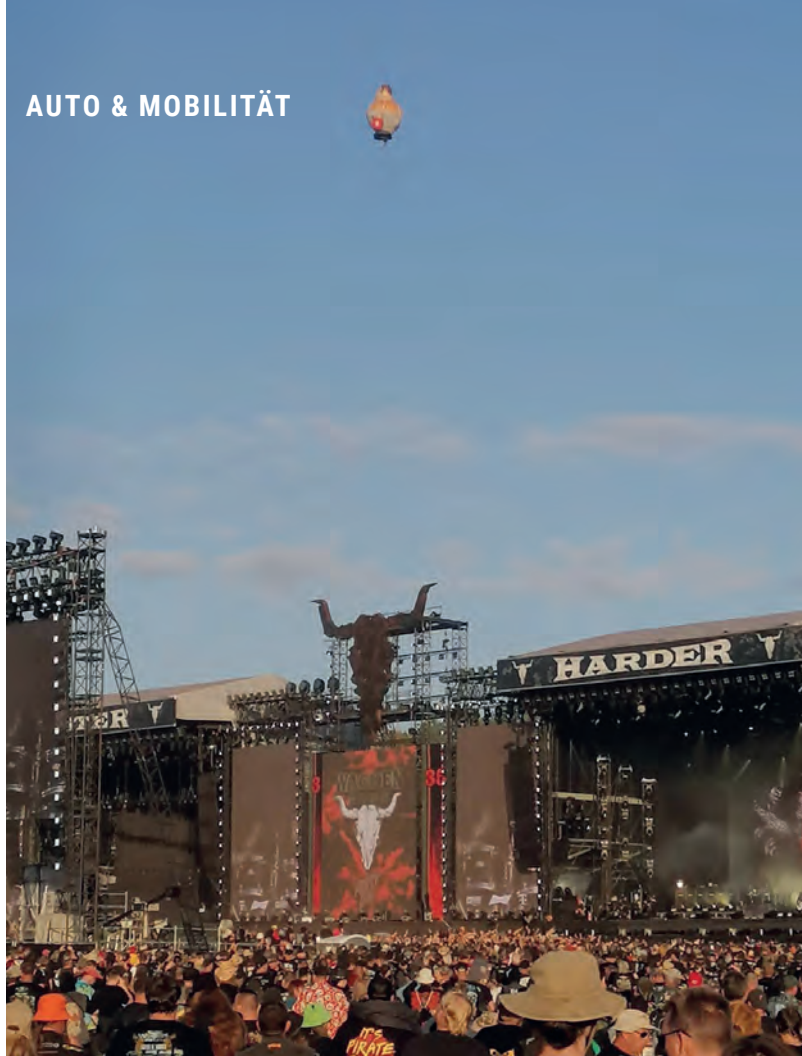
Fixtermittlung
Staubfrei – Fixpreis

www.vaillant.de

*Bad und Heizung von Rosenthal:
Perfekt geplant...
... Entspannt genießen!*

Ulzburger Str. 350 22846 Norderstedt
040 · 522 21 20 service@rosenthal-bad.de
Öffnungszeiten Bad- und Heizungsstudio:
Mo - Fr 10 - 18 Uhr Sa 10 - 14 Uhr und nach Vereinbarung
www.rosenthal-bad.de

Rund um die Uhr erreichbar – dank smarter KI-Telefonassistentz



Wacken tankt auf

bft Willer Tankstelle versorgte Festivalfans in Wacken mit Treibstoff und Getränken.

Das Wacken Open Air findet seit 1990 jährlich am ersten Augustwochenende in der Gemeinde Wacken statt. Auch 2026 wuchs die Einwohnerzahl des Ortes während des Festivals von rund 2.000 auf ein Vielfaches an: Etwa 85.000 zahlende Festivalfans aus mehr als 80 Ländern reisten in die schleswig-holsteinische Gemeinde.

Der Tankstellenpächter Mario Tüchsen stellte sich 2026 erstmals auf den Festivalansturm ein und machte die **bft Willer Tankstelle** in der Hauptstraße 52 zum Treffpunkt für Wacken-Fans aus aller Welt. Für ihn begann der Festivalbetrieb früh am Morgen. Bis etwa 11 Uhr blieb Zeit, sich auf den Ansturm vorzubereiten, danach stieg die Nachfrage nach kühlen Getränken. Auch als die Hauptstraße aufgrund des hohen Besucheraufkommens gesperrt wurde, blieb die bft Willer Tankstelle geöffnet. Tüchsen nutzte das eigene Tankstellengelände, um Festivalbesucher*innen mit Getränken und schattigen Sitzmöglichkeiten zu versorgen. Unterstützt wurde er dabei von Familie und Freund*innen, die an der eigens aufgebauten Bar neben dem Tankstellenshop mit anpackten. Ein besonderer Blickfang war der Biergarten mit eigens angefertigten Liegestühlen. Darauf war der „Dicke Anton“, der fliegende Markenbotschafter des Tankstellenunternehmens Anton Willer, passend zum Festival als „Wacken-Anton“ gestaltet. Auch auf den Bildschirmen des Preismasts war das Maskottchen

in verschiedenen Festival-Situationen zu sehen. Ein weiteres Highlight war der Heißluftballon von Anton Willer. Der „Dicke Anton“ war während des Festivals über dem Gelände des Wacken Open Air am Himmel zu sehen.

ENGAGEMENT FÜR EIN BESONDERES FESTIVALERLEBNIS

Mario Tüchsen betreibt die Tankstelle erst seit Anfang 2026. Für seinen ersten Festivalsommer hatte er sich einiges vorgenommen und viel Zeit und Engagement in die Vorbereitung investiert. Sein Ziel war es, den Besucher*innen nicht nur eine zuverlässige Versorgung, sondern auch ein positives und entspanntes Erlebnis auf dem Tankstellengelände zu bieten. „Uns geht es vor allem darum, dass die Menschen hier eine gute Zeit haben und friedlich miteinander feiern können“, sagte Mario Tüchsen. Dass die Tankstelle dabei zu einem besonderen Treffpunkt werden konnte, zeigte ein frisch vermähltes Brautpaar, das während des Festivals gemeinsam mit Tüchsen auf die Zukunft anstieß.

Auch die Medien wurden auf das Geschehen aufmerksam. Unter anderem berichteten der SPIEGEL und RTL über das besondere Festivalgeschehen und führten vor Ort Interviews mit Mario Tüchsen.



Wenn die Störche selbst vorbeischauen

*Klimapartner Holstein Kiel beim Baumpflanztermin:
Team-Neuzugänge beweisen grünen Daumen.*

Am 12. August tauschten die Fußballprofis von Holstein Kiel erneut den Ball gegen den Spaten: Gemeinsam mit der Landwirtschaftskammer, dem Revierförster und den Flächeneigentümern pflanzten die Störche in Hamdorf ein weiteres Stück Willer.Wald. Mit dabei waren unter anderem Guillermo Balzi, Kapitän Jonas Meffert und Moritz Reimers sowie Vertreter von Holstein Kiel, der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein und der Anton Willer GmbH & Co. KG. Die Flächen stellten die Landwirte Otto Harders und sein Sohn Volker zur Verfügung. Auch der Mercedes „Ser-Club“ unterstützte die Aktion. Maskottchen Stolle packte beim Pflanzen ebenfalls mit an. Wolfgang Schwenke, Geschäftsführer Holstein Kiel: „Wir haben in unserer Partnerschaft schon über 4.000 Bäume gepflanzt, und auch in Regionen, die baumärmer sind und dringend Aufforstung benötigen. Ich finde es großartig, dass man gemeinsam so ein Projekt auf die Beine stellt.“

EIN GUTES OMEN ZUM SCHLUSS

Kurz vor Ende der Pflanzaktion sorgte die Natur selbst für einen besonderen Moment: Eine Gruppe Störche drehte mehrere Runden über dem frisch bepflanzten Areal. Seit 2020 pflanzt die **Anton Willer GmbH & Co. KG** pro Kubikmeter getanktem Kraftstoff neuen Wald mit regional-typischen Baumarten in Schleswig-Holstein. Klimapartner Holstein Kiel legt zusätzlich für jedes Saisontor elf Bäume darauf. Inzwischen ist der Willer.Wald fast eine halbe Million Quadratmeter groß – und wächst weiter.

Haben einen grünen Daumen: Moritz Reimers und Jonas Meffert.





Mit jedem getankten Liter Kraftstoff entstehen 10 cm² neuer Wald in Schleswig-Holstein.



Pflanz den WILLER.WALD.
www.schlautanken.sh



SCHMÖKERTIPPS

Es stürmt draußen? Macht nichts! Schnappen Sie sich einfach ein gutes Buch und genießen Sie die Schmökerstunden. Wir haben einige Buchtipps für Sie parat.



DIE BIBLIOTHEK

Für Anya geht ein Traum in Erfüllung: Sie erhält das Angebot, uralte, geheime Manuskripte an der University of St. Andrews in Schottland zu entschlüsseln. Kaum angekommen, spürt sie, dass hinter den vergilbten Seiten mehr lauert als vergessene Worte. Die Schriften bergen Geheimnisse, die mächtige Gegnerinnen um jeden Preis im Dunkeln halten wollen. Schon bald gerät Anya in ein gefährliches Netz aus Intrigen, Macht und Verrat. Aber auch sie selbst hütet ein Geheimnis aus ihrer Vergangenheit.

Gilly Macmillan: *Die Bibliothek*, Blanvalet Verlag, 368 S., 18 Euro



GESCHICHTE ZUM ANFASSEN

Wir glauben, die Welt der antiken Ägypter, Azteken und Wikinger zu kennen. Doch wie hat es sich wirklich angefühlt, auf ihren Straßen zu flanieren, in ihren Küchen zu kochen?

Einige Forscher erwecken die Geschichte durch experimentelle Archäologie zum Leben. Sie stellen Mumien her und schnitzen Speere, um Geschichte besser zu verstehen.

Sam Kean hat sie besucht. Er versuchte sich an antiken chirurgischen Praktiken und baute Straßen im römischen Stil. Lebhaft erzählt er davon.

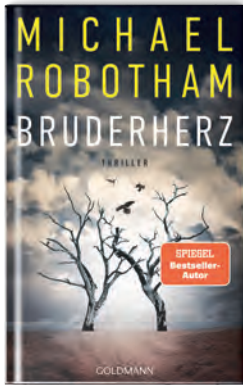
Sam Kean: *Geschichte zum Anfassen*, Penguin Verlag, 624 Seiten, 20 Euro



WAS SIE NICHT WEISS

Bryden und Sam sind verheiratet und haben alles, was sie sich je gewünscht haben: eine schicke Wohnung, tolle Karrieren, Freunde und eine dreijährige Tochter, die sie lieben. Doch eines Abends bekommt Sam einen Anruf aus dem Kindergarten: Bryden hat offenbar vergessen, die kleine Clara abzuholen. Sam sammelt seine Tochter ein und fährt nach Hause. Dort scheint alles in Ordnung zu sein: Brydens Auto ist da, Schlüssel und Handy liegen in der Wohnung. Nur von Bryden fehlt jede Spur.

Shari Lapena: *Was sie nicht weiß*, Goldmann Verlag, 384 S., 17 Euro



BRUDERHERZ

Nach 12 Jahren hinter Gittern kehrt Arlo Hackett in seine australische Heimatstadt Yulara zurück – ein Ort, dessen Bewohner ihn einst verurteilten und verstießen. Damals wurde er der Beihilfe zu einem schweren Verbrechen beschuldigt, das sein Bruder Luke begangen haben soll. Doch Arlo hat nie an Lukes Schuld geglaubt und will herausfinden, was wirklich passiert ist. Aber die Menschen begegnen ihm mit Misstrauen und Feindseligkeit. Wem kann Arlo überhaupt noch trauen? Während er der Wahrheit näher kommt, gerät sein Leben erneut aus den Fugen. Zwischen Verrat und Schuld muss er sich die Frage stellen, ob Vergebung möglich ist – oder ob sie alles zerstört, was ihm noch geblieben ist.

Bruderherz, Michael Robotham, Goldmann Verlag, 528 S., 17 Euro



MADAME LAZARE

Levana ist stolz auf ihre jüdische Herkunft. Insbesondere auf ihre Großmutter Hana Lazare, die als Einzige in ihrer Familie die Shoah überlebte und es nie geschafft hat, darüber zu sprechen. Bis sie aufgrund ihrer Demenz zunehmend den Bezug zum Hier und Jetzt verliert und plötzlich anfängt, Wörter in einer Sprache zu murmeln, die Levana fremd ist. Als sie die Bruchstücke zusammenfügt, die aus Madame Lazares Erinnerung emporgespült werden, löst sich vor ihren Augen alles, was sie über ihre Großmutter weiß, in Nichts auf. Die Spur führt von Paris und Brüssel auf eine Insel vor der irischen Atlantikküste, zu einem jungen Mädchen, das sich wünscht, alt werden zu dürfen auf dieser Insel – bis etwas ihr Leben verändert.

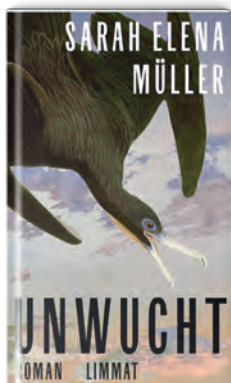
Tadhg Mac Dhomhagáin: Madame Lazare, Alfred Kröner Verlag, 300 S., 25 Euro



LEINEN LOS

Maria erfährt es aus erster Hand: Die berühmte Schauspielerin Diana Major, die einst das Kreuzfahrtschiff Soleil taufte, will ihre Memoiren herausbringen. Sie sollen von einer Ghostwriterin auf dem Schiff geschrieben werden. Mit diesen Neuigkeiten versammeln sich neben ehemaligen Liebhabern, die voll Sorge auf die Memoiren blicken, auch die Familie der Berühmtheit sowie Reporter und Schaulustige an Bord. Mit im Gepäck sind Skandale, Geheimnisse, Intrigen und Lügen – sowie jemand, der die Memoiren um jeden Preis verhindern will.

Gisa Pauly: Leinen los, Heyne Verlag, 400 S., 17 Euro



UNWUCHT

In „Unwucht“ wartet die Protagonistin Alice auf Rio, der sich in kleinkriminellen Machenschaften rund um seine Drogensucht verliert. Die Wende wird erst möglich, als Freundinnen einschreiten. Sieben Jahre später will Alice mit Rio über damals sprechen, denn sie arbeitet an einem Roman, will ihre Geschichte verstehen. Aber die Erinnerung bleibt unzuverlässig, und Rio hadert mit der Deutungsmacht der Erzählerin. Alice weicht in die Erfindung aus, doch auch dort lauern die alten Untiefen ihrer Beziehung.

Sarah Elena Müller: Unwucht, Limmat, 336 S., 28 Euro

Der Lebensart Newsletter

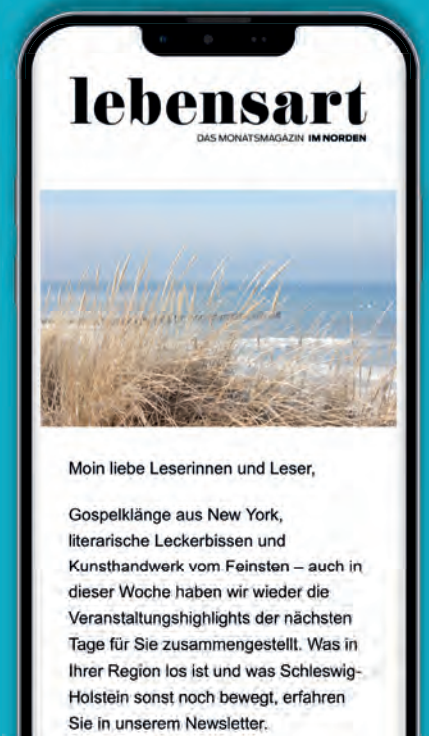
Kostenlos jeden Mittwoch:
das Neueste aus Hamburg und
Schleswig-Holstein.
Mit Veranstaltungstipps fürs
Wochenende & kostenloses
Digital-Abo.



**Scan
me!**



www.lebensart-sh.de/newsletter



Moin liebe Leserinnen und Leser,

Gospelklänge aus New York,
literarische Leckerbissen und
Kunsthandwerk vom Feinsten – auch in
dieser Woche haben wir wieder die
Veranstaltungshighlights der nächsten
Tage für Sie zusammengestellt. Was in
Ihrer Region los ist und was Schleswig-
Holstein sonst noch bewegt, erfahren
Sie in unserem Newsletter.

AUSSTELLUNGEN

IM SEPTEMBER 2026

Kunstfotografie

In der Ausstellung „*ABER ICH DIE WELT ICH SEHE DICH*“ präsentiert die Hamburger Kunsthalle noch bis zum 4. Oktober Werke von mehr als 40 internationalen Künstler*innen verschiedener Generationen.

Das erste Kapitel der Schau entschlüsselt (grabähnliche) Landschaften und eine Kultur der Obsoleszenz, die von historischen Erinnerungen durchdrungen und von persönlichen Erfahrungen, Mythen und Ideologien geprägt sind, oder aber die Frage, wie Bedeutung die latenten Bedeutungen der Bilder insgesamt beeinflusst. Wie Künstler*innen wie Marcel Duchamp, Alfred Stieglitz, Richard Hamilton, Marcel Broodthaers, Paul Thek, Dieter Roth,



Fischli & Weiss – Flowers and Mushrooms, 1997-2006



Akram Zaatari – Aus der Serie „An Extraordinary Event“, 2018



Jo Ractliffe – Unmarked mass set of graves on the outskirts of Cuito Cuanavale (Aus der Serie: As Terras do Fim do Mundo), 2009

Sherrie Levine, Walid Raad, Jean-Luc Moulène, Emilio Prini, Fischli & Weiss und Seher Shah Fallschatten, optische Geräte, Artefakte und fotografische Aneignung nutzen, um den Zustand von Formen festzuhalten und als Matrix, als konstitutives Vehikel für die Organisation von Ideen, für eine Ökologie der Aufmerksamkeit, untersucht das zweite Kapitel. Das dritte und letzte Kapitel der Ausstellung konzentriert sich auf Protokolle, Bildbearbeitung und die Produktion von Objekten mit historischer und poetischer Anmutung, oder darauf, wie Künstler*innen in ihrer eigenen Praxis konstitutive Gesten, fotografisches oder archäologisches Material und Artefakte untersuchen und übersetzen, die neue Beziehungen zu Erinnerung, Intimität und Archiv herstellen. Weitere Informationen finden Sie unter www.hamburger-kunsthalle.de.



BESONDERER LESETIPP

REPRESSIONEN

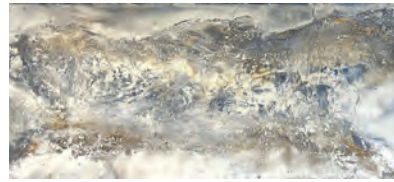
Der 1957 geborene Autor András Visky, bisher als Theaterautor sowie Dramaturg bekannt, hat mit seinem ersten Roman ein offenkundig autobiografisch geprägtes Buch geschrieben. Es ist die Zeit zum Ende der 1950er-Jahre im kommunistischen Rumänien. Die Feinde des Volkes werden erbarmungslos verfolgt und in Gefängnisse und Lager deportiert. So ergeht es auch der Familie von András, der eines von sieben Kindern ist. Der Vater, ein Pfarrer, wird eines Tages abgeholt und zu 22 Jahren Haft verurteilt, der Rest der Familie kommt in ein Lager, wird dann weitergeschickt, kommt in das Ursprungslager zurück. Sie müssen unter unwürdigen Bedingungen, etwa in einer Erdhöhle und in einer auffälligen Baracke leben, während sie ständig unter Beobachtung stehen. Visky schildert in einer atemberaubenden und sehr berührenden Weise, wie sich die zusammenhaltende Familie immer wieder den Gegebenheiten anpasst.

András Visky: Die Aussiedlung. Suhrkamp Verlag, 456 S., 30 Euro

Manuela Mordhorst –
Movement & Rhythm II

Drei Positionen

In der zweiten, noch bis zum 20. September laufenden Ausstellung des Kunstvereins Heide setzen sich unter dem Titel „Wo der Wind weht“ die drei Künstler*innen Manuela Mordhorst, Frauke Biermann und Uwe Hansmann mit der norddeutschen Landschaft auseinander.



Uwe Hansmann – Windboe 2



Frauke Biermann –
Zwischen Wellen und Wind I

Die drei Kunschtchaffenden vereinen in ihren Arbeiten verschiedene künstlerische Ausdrucksformen wie abstrakte Malerei, Installation und Bildhauerei, um die norddeutsche Landschaft durch ihre individuelle Linse zu interpretieren, wobei alle eine eigene Stimmung und Perspektive verkörpern. Manuela Mordhorst stellt Papier-Arbeiten und Strukturbilder aus – in Techniken, die sowohl traditionell als auch innovativ sind. Ihre Arbeiten zeichnen sich durch eine klare Formensprache aus. Frauke Biermann setzt auf die Interaktion mit den Elementen der Natur, indem sie ihre Kunstwerke direkt in die Nordsee „wirft“. Die Arbeiten, die auf Holzkörpern und Leinwänden entstehen, sind ein Dialog zwischen

Mensch und Natur, ein Prozess der ständigen Veränderung und Neuschöpfung und reflektieren Wellenbewegung, Licht sowie Wind. Uwe Hansmann bringt mit seiner Leidenschaft für gefundenes Treibholz, die sich in seinen minimalistischen Arbeiten widerspiegelt, eine weitere Dimension in die Ausstellung. Er bearbeitet das Holz nur in dem Maße, dass die natürliche Form erhalten bleibt, wodurch seine Skulpturen eine Art Dialog mit ihrer Umwelt eingehen und neue Perspektiven auf die natürlichen Gegebenheiten eröffnen. Unter www.kunstverein-heide.com finden Sie weitere Informationen zum Kunstverein Heide und der Ausstellung, die ein sehr schönes Zusammenspiel von drei Positionen ist.

Fotos: Manuela Mordhorst/Frauke Biermann/Uwe Hansmann (je 1)

Ein bildhauerisches Werk

Das Ernst Barlach Haus in Hamburg zeigt noch bis zum 11. Oktober die Ausstellung „EWALD MATARÉ: Nichts ohne Natur – Tierplastiken“.

Der Bildhauer Ewald Mataré (1887–1965) beginnt seine Laufbahn als Maler in Berlin. Ein Aufenthalt auf der Nordseeinsel Wangerooge im Sommer 1920 bringt einen entscheidenden Richtungswechsel: Mehr als einhundert Holzschnitte entstehen – und über das Experimentieren mit angeschwemmten Fundhölzern gelangt Mataré zur Bildhauerei, einem Gebiet, auf dem er zu einem der prägenden Künstlerpersönlichkeiten des 20. Jahrhunderts in Deutschland wird. Wie zuvor im Holzschnitt werden auch in der Plastik Tiere sein zentrales Thema und Motiv. Vor allem aus der direkten Beobachtung von Kühen destilliert er die für ihn typischen zeichenhaft abstrahierten Skulpturen – stets aufs Neue sucht Mataré nach Formen für „Wesen“ und „Essenz“. Ein besonderer Reiz seiner oftmals kleinformatigen Objekte geht von der sorgsam Oberflächenbearbeitung so unterschiedlicher Materialien wie Zink, Bronze, Silber, Nussbaum- und Ebenholz aus. Weitere Informationen erhalten Sie über www.barlach-haus.de.



Ewald Mataré –
Kleine liegende Kuh,
um 1929



Ewald Mataré –
Liegendes Kälbchen, 1944



Ewald Mataré –
Zeichen eines
Pferdes, 1945



Ewald Mataré –
Stehende Kuh (Zinkkuh),
1938

© VG Bild-Kunst 2026, Fotos: Ansgret Gossens



Deutschlands wohl international bekanntestes Künstlerpaar Neo Rauch und Rosa Loy bei der Vernissage.

Ein Ereignis

Dem Barlach Museum Wedel ist mit seiner aktuellen Ausstellung ein besonderer Coup gelungen: In der Schau „Echo“ präsentiert es eindrucksvolle Werke aus der „Sammlung Perlmutter“.

Rosa Loy –
Die andere Seite, 2009

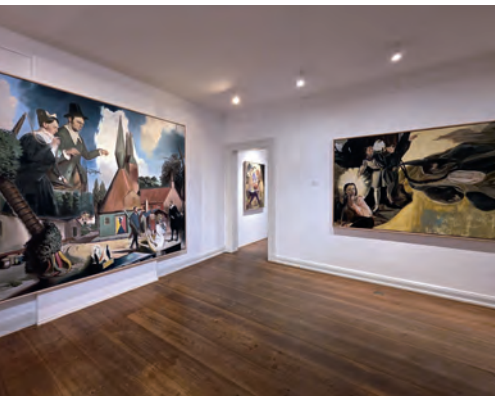


Wer nun fragt, was an der „Sammlung Perlmutter“ so außergewöhnlich ist, dem sei geantwortet: Es ist die Privatsammlung des künstlerischen Superstarpaars der Neuen Leipziger Schule, von Rosa Loy und Neo Rauch. Die über 50 in Wedel gezeigten Werke der beiden Kunst-

schaffenden sind Arbeiten, die sie selbst behalten haben. Dabei sind sowohl klein- als auch großformatige Bilder. Insgesamt geben sie einen Überblick über das Schaffen der Ausnahmekünstlerin und des Meistermalers. Die Ausstellung ist aber nicht nur wegen der herausragenden Qualität der Bilder des Paares ein absoluter Tipp. Sie zeigt zugleich ein wunderbares Wechselspiel einer Künstlerin und eines Künstlers, die seit vielen Jahren quasi Wand an Wand tätig sind, aber dabei ihre Eigenständigkeit stets erhalten haben. Und immer wieder malen sie auch gemeinsam Bilder, arbeiten allerdings immer schön im Wechsel an diesen. Die Ausstellung läuft noch bis zum 27. September und weitere Informationen gibt es unter www.ernst-barlach.de.

Blick in die Ausstellung
„Echo“ im Barlach Museum Wedel.

Rosa Loy und
Neo Rauch –
Anlage, 2020



Neo Rauch – Nach der Schicht, 2011

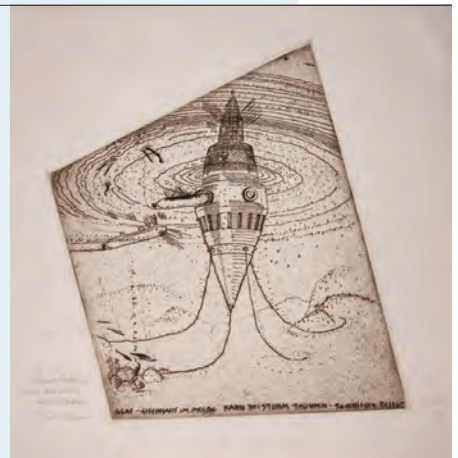


Eine Begegnung

Das Itzehoeer Kreismuseum Prinzeshof zeigt noch bis zum 27. September einen Dialog der Werke von Wenzel Hablik und der 1965 geborenen Hamburger Künstlerin Anne Dingkuhn.

In drei von vier Räumen, ein Raum ist allein von Dingkuhn gestaltet, sind Installationen und Objekte von Anne Dingkuhn im Zusammenspiel mit grafischen Arbeiten des Itzehoeer Künstlers Wenzel Hablik aus den Jahren 1903 bis 1925 zu sehen. Künstlerin und Künstler vereint eine Sammelleidenschaft für Fundstücke und Naturobjekte, die zum einen aus ihrer Alltagswelt, andererseits aus fernen Ländern stammen. Sowohl Hablik als auch Dingkuhn schufen daraus eigene poetische Wunderkammern. Während Hablik von Reisen durch das Universum in kugelförmigen Raumschiffen träumte, erkundet

Blick in den zweiten Ausstellungsraum



Wenzel Hablik – Glas-Eisenhaus im Meere, 1925

Dingkuhn aus einer begehbaren Kunststoffkugel heraus innere Vorstellungswelten und äußere Naturphänomene. Weitere Informationen finden Sie unter kreismuseum-prinzeshof.de.

Körperfotografien

Anhand von Arbeiten aus der Sammlung F. C. Gundlach erkundet die Ausstellung „Cocktail Prolongé: F.C. Gundlach Special“ in den Deichtorhallen Hamburg die vielfältigen Inszenierungsmöglichkeiten von Körperlichkeit daraufhin, wie der Körper dabei als Medium zur Darstellung von Rollen, Fantasien und Wünschen, aber auch gesellschaftskritischen Forderungen inszeniert wird.

Als einer der bedeutendsten deutschen Modelfotografen der 1950er bis 1980er Jahre hat F.C. Gundlach die ästhetische Stilisierung des weiblichen Körpers entscheidend geprägt. Als privater Sammler galt seine Leidenschaft provokanteren, ab- und tiefgründigeren Formen von Körperlichkeit. Extravaganz und Queerness artikulieren sich darin ebenso wie Verletzlichkeit und Unangepasstheit.

Zu den rund siebzig in der Ausstellung vertretenen Fotograf*innen zählen unter anderem Diane Arbus, Richard Avedon, Hans Bellmer, Erwin Blumenfeld, Katharina Bosse, Bill Brandt, Larry Clark, Greg Gorman, Jenny Holzer, Richard Kern, Jürgen Klauke, Les Krims, Robert Mapplethorpe, Irving Penn, Jimmy



Jimmy DeSana – Coffee Table, 1979



Joke Reichel – In der Kind-Asana, Neubrandenburg 2024

DeSana, Cindy Sherman oder Joel-Peter Witkin. Gezeigt werden mehr als 300 Exponate von etwa 1900 bis heute. Technisch reicht die Bandbreite vom Albumin- und Silbergelatineabzug über den Cibachrome- und Dye-Transfer Print

sowie das Platin-Palladium-Verfahren bis hin zur digitalen Fotografie.

Die Ausstellung ist noch bis zum 22. September zu sehen. Weitere Informationen sind unter www.deichtorhallen.de für Sie verfügbar.

BUCHTIPPS VON HEIKO BUHR

LESEN LESEN LESEN

KUNSTREICH

„Aber warum sollte man sich überhaupt mit den Epochen der Kunstgeschichte befassen?“ Das fragt Jakob Schwerdtfeger in seinem Buch „Punkt Punkt Komma Strich, fertig ist die Kunstgeschichte.“ Und antwortet sich gleich selbst sehr einleuchtend: „Weil all die Werke mehr sind als nur sinnliches Vergnügen, Gemälde machen Geschichte anschaulich, sie sind wie ein Fenster in den jeweiligen Zeitgeist.“ Und diese Fenster öffnet uns der Autor überaus kenntnisreich sperrangelweit. Mit seinem Buch bildreich durch die Kunstgeschichte zu reisen, das ist zugleich überaus vergnüglich und erweitert umfangreich das eigene kunsthistorische Wissen.

Jakob Schwerdtfeger:
Punkt Punkt Komma Strich,
fertig ist die Kunstgeschichte. dtv Verlag,
272 S., 25 Euro



LEHRREICH

Der Untertitel der sagenhaft schön gezeichneten Graphic Novel „Heureka!“ lautet „Von Atom und Zufall – die unglaubliche Geschichte der Naturwissenschaften“. Und nicht weniger bietet das großartige Buch mit seinen humorvollen Zeichnungen und den vier Kapiteln „Die Mathematik“, „Die Physik“, „Die Chemie“ und „Die Astronomie“. Jeweils von der Antike bis in die Gegenwart wandern Marie Curie und der Mathematiker Cédric Villani durch die Historie der einzelnen Bereiche und zu den großen Wissenschaftler*innen sowie deren umwälzenden Erkenntnissen. Das schöne Buch ist einfach nur bezaubernd, erkenntnisreich und sehr unterhaltsam.

Didier Convard u. a.:
Heureka!
Knebeck Verlag,
248 S., 35 Euro



GEDANKENREICH

„Dieses Buch ist eine Geschichte von etwas, das manchmal ‚linguistische Philosophie‘ genannt wird, oder auch – um einen Begriff zu wählen, der einerseits weiter, andererseits enger ist – ‚analytische Philosophie‘. Genauer gesagt ist es eine Geschichte einiger Ausprägungen dieser Art der Philosophie, wie sie von rund einem Dutzend Personen in Oxford zwischen 1920 und 1960 praktiziert wurde.“ So beschreibt Nikhil Krishnan sehr zutreffend sein Vorhaben mit dem lesenswerten Buch „Rebellen des Geistes“, in welchem er bedeutende Philosoph*innen, die in Oxford gewirkt und das Denken revolutioniert haben, mit ihren bahnbrechenden Ideen eingehend vorstellt.

Nikhil Krishnan:
Rebellen des Geistes.
Philipp Reclam Verlag,
480 S., 34 Euro



VERANSTALTUNGSTIPPS

IM SEPTEMBER 2026

Foto: Perets - Rahul Pandit (1)



CHROM

Treibende Beats, große Melodien und ordentlich Druck: CHROM versteht es, elektronische Musik direkt auf die Tanzfläche zu schicken. Seit der Gründung 2007 hat die Band ihren unverwechselbaren Sound zwischen Synth-Pop, EBM und Club-Electro stetig weiterentwickelt – mal eingängig und gefühlvoll, mal mit kraftvollen Bässen, aber immer mit hohem Wiedererkennungswert. Mit „Peak & Decay“ gelang 2016 sogar der Sprung in die offiziellen deutschen Albumcharts. Seit 2022 führt Frontmann Christian Marquis CHROM allein weiter,

live unterstützt ihn Alexander Suttmer am Keyboard. Mit neuem Material hat das Projekt zuletzt ein weiteres Kapitel aufgeschlagen: Songs wie „Paralysed“ und „Agony“ klingen vertraut und frisch zugleich und zeigen CHROM emotionaler und kraftvoller denn je. Auf der Bühne trifft diese Mischung auf die Energie eines Clubabends – elektronisch und intensiv. Tickets unter www.riders-cafe.de.

**5. September, 20 Uhr •
Rider's Café, Lübeck**

Fotos: Chrom, Paderewski Competition

JAEHYUN JEON

Der südkoreanische Pianist Jaehyun Jeon ist für seine tiefgründigen Interpretationen und seinen warmen, klangvollen Ausdruck bekannt. Nach seiner Ausbildung an der Seoul Arts High School und der Seoul National University führte ihn sein Weg nach Deutschland, wo er sein Masterstudium an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt am Main abschloss. Stipendien erhielt er unter anderem vom DAAD, der Yehudi Menuhin Stiftung Live Music Now und der Yamaha Music Foundation of Europe. Bei seinem Klavierabend spannt Jeon

einen eindrucksvollen Bogen durch die Musikgeschichte: Auf Schostakowitschs Präludium und Fuge C-Dur folgt Brahms' Klaviersonate Nr. 1. Nach der Pause erklingt mit Beethovens monumentaler „Hammerklaviersonate“ eines der anspruchsvollsten Werke der Klavierliteratur. Chopins Nocturne E-Dur op. 62 Nr. 2 bildet den lyrischen Abschluss des Abends. Mehr Infos und Tickets unter www.kulturwerk-am-see.de.

**8. September, 19.30 Uhr •
Kulturwerk am See, Norderstedt**





ONE LEG ONE EYE

Hinter „One Leg One Eye“ stehen Ian Lynch, Gründungsmitglied der irischen Band Lankum, und George Brennan. Das Duo lotet die dunklen Seiten traditioneller irischer Musik aus und verbindet sie mit Black Metal, Noise und Drone. Verzerrte Dudelsackklänge, schwere Klangflächen, Field Recordings und Folk-Elemente verdichten sich zu einem intensiven Sound zwischen Geschichte, Mythos und musikalischem Experiment. Live lösen One Leg One

Eye traditionelle Songstrukturen nahezu vollständig auf und erschaffen gewaltige Klangwände und Resonanzen – ein ebenso kompromissloses wie eindringliches Hörerlebnis. Mehr Infos und Tickets unter www.stubnitz.com.

9. September, 20.30 Uhr • MS Stubnitz, Hamburg



NORBERT GSTREIN

Mit seinem jüngsten Roman „Im ersten Licht“ gilt Norbert Gstrein als einer der großen Chronisten unserer Zeit. Im September wird der österreichische Schriftsteller mit dem Siegfried Lenz Preis 2026 ausgezeichnet. Am Vorabend der Preisverleihung gibt er Einblicke in sein Schreiben und liest aus seinen Werken. Im Gespräch mit seinem Schriftstellerkollegen und Freund Daniel Kehlmann geht es um Gstreins literarisches Schaffen und die Frage, wie Geschichte zu Literatur wird. Ein Abend mit zwei der bedeutendsten Stimmen der deutschsprachigen Gegenwartsliteratur. Mehr Infos und Tickets unter www.elbphilharmonie.de.

10. September, 19.30 Uhr • Rolf-Liebertmann-Studio, Hamburg

KRISHNA – EIN TANZDRAMA

Eine farbenprächtige Reise durch das Leben Krishnas: SAMVEDAN – Kathak Studios Germany bringen mit „Krishna: Episoden aus Krishna Leela“ die indische Tanzkunst Kathak auf die Bühne.

Ausdrucksstarke Choreografien, Musik, kunstvolle Kostüme und visuelle Bühnenwelten verbinden Tanz und Erzählkunst. Tänzerinnen aus Toronto, Schülerinnen der SAMVEDAN Kathak

Studios und Deodatt Persaud in der Hauptrolle lassen die Geschichten um Krishna lebendig werden und den Geist des Kathak in Hamburg spürbar werden. Tickets unter sprechwerk.hamburg.

4. September, 20 Uhr • Hamburger Sprechwerk, Hamburg



STEIFE BRISE: REKORDVERSUCH!

86 Stunden Theater am Stück: Das Hamburger Improvisationstheater Steife Brise wagt vom 3. bis 6. September einen offiziellen Weltrekordversuch. Auf der HAFENBÜHNE im PIERDREI HOTEL soll die längste durchgehende Theaterperformance der Welt entstehen. Impro-Krimi, spontane Musicals und Improshows sorgen rund um die Uhr für Programm – jede Szene entsteht live und ohne Skript. Die Einnahmen werden zu gleichen Teilen an den Hamburger Tierschutzverein und Hanseatic Help gespendet.

Tickets gibt's für 10 Euro unter loveyourartist.com.

3. bis 6. September • Hafenbühne im PIERDREI Hotel, Hamburg





BJÖRN NONNWEILER

Mal nachdenklich, mal heiter, immer nah am Leben: Liedermacher Björn Nonnweiler verbindet feinfühlig Geschichten mit meisterhaftem Gitarrenspiel und warmer Stimme. Seine Lieder erzählen von Kindheit und Heimat, Liebe und Abschied, Fernweh, Elternsein und Vergänglichkeit. Beim Wohnzimmerkonzert präsentiert der Hagener eigene Stücke aus seinem Programm „Lieder und Geschichten, die das Leben schreibt“. Die zweite Hälfte des Abends widmet er Hannes Wader, der ihn bereits in seiner Jugend musikalisch prägte. Mehr Infos und Tickets unter www.kultavida.de.

11. September, 19.30 Uhr • KultaVida, Ahrensburg



Ab Ahrensburg, Ammersbek, Bad Oldesloe, Bargteheide, Bergstedt, Dellingsdorf, Duvendstedt, Glashütte, Großhansdorf, Itzstedt, Kayhude, Langenhorn, Lehmsahl-Mellingstedt, Lübeck, Mölln, Norderstedt, Ohlstedt, Poppenbüttel, Rahlstedt, Ratzeburg, Rhen, Sasel, Schwarzenbek, Tangstedt, Travemünde, Trittau, Volksdorf, Wellingsbüttel, Wohldorf-Ohlstedt u.a.

www.Theaterbus-Hamburg.de



Weitere Infos:
Tel. 040 - 227 006 66
theaterbus@inkultur.de

inkultur
EIN ABO – ALLE THEATER!
Ein Service der Hamburger Volksbühne e.V.

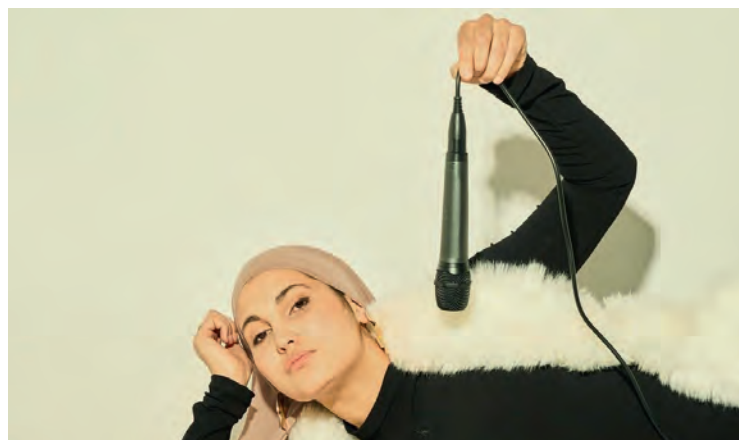
MARTIN FRANK

Zwei Stunden raus aus dem Wahnsinn der Welt und ab nach „Allegro Süd“. In seinem fünften Soloprogramm verbindet Martin Frank pointierte Gags, rasantes Tempo, Musik und jede Menge bayerischen Charme. Der 33-jährige Comedian nimmt aufs Korn, was ihn und die Welt gerade bewegt – direkt, bodenständig und

mit unverwechselbarem Humor. Dabei darf auch seine musikalische Seite nicht fehlen. Wer Martin Frank bislang nicht kennt, kann sich einfach überraschen lassen – und für einen Abend dorthin reisen, wo Humor und gute Unterhaltung zu Hause sind. Mehr Infos und Tickets unter www.almahoppe.de.



9. und 10. September,
jeweils 20 Uhr • Alma Hop-
pes Lustspielhaus, Hamburg



ANISSA LOUCIF

Als Narkoseärztin weiß Anissa Loucif, wie man Menschen zum Einschlafen bringt – mit ihrer Comedy bewirkt sie garantiert das Gegenteil. In ihrem ersten Soloprogramm „Mach nicht so auf teuer“ erzählt die Berlinerin mit bitterbösen Punchlines und viel Selbstironie aus ihrem Leben als Muslima, Ärztin und Mutter. Zwischen OP, Wochenbett und muslimischer Dating-App trifft kulturelles Chaos auf treffsicheren Humor. Loucif, Finalistin des NightWash Talent Awards 2023, beweist dabei: Lachen bis der Arzt kommt, ist manchmal die beste Medizin. Mehr Infos und Tickets unter www.centrankomitee.de.

12. September, 20 Uhr • Centrankomitee, Hamburg



NDR

**NDR
Elbphilharmonie
Orchester**

**Cristian Măcelaru
Mao Fujita**

**Werke von
Mazzoli, Bartók &
Rachmaninow**

**Fr 18.09.26 19:30
Musik- und
Kongresshalle**

**NDR ARTIST
ACROSS
ENSEMBLES**

© NDR / Bild mit Hilfe von KI generiert

U30

**ABOS/TICKETS
50%
NDR.DE/U30**



NAVY

Rap ohne Umwege: Mit seiner „15 Minutes of Flame“-Tour kommt navy in den Bahnhof Pauli. Nach dem Abschluss der gleichnamigen Tape-Trilogie bringt der Rapper das Konzept nun kompromisslos auf die Bühne – mit einer energiegeladenen Liveshow, bei der seine Musik und vor allem Rap im Mittelpunkt stehen. Ein Extra wartet am Merchstand: Noch vor dem offiziellen Release können Fans dort navys kommendes Album erstmals als physische Ausgabe erwerben. Nach der Show gibt es außerdem Gelegenheit für ein persönliches Meet & Greet mit dem Künstler. Mehr Infos und Tickets unter www.bahnhofspauli.de.

12. September, 19 Uhr • Bahnhof Pauli, Hamburg

SCHUBYS BUCHTIPP

SCHÖN UND BRUTAL



Fayes Vater ist aus dem Gefängnis geflohen. Er weiß viel über Fayes Vergangenheit und glaubt, mit ihr eine Rechnung offen zu haben. Nicht nur auf Faye selbst hat er es abgesehen – auch ihre Familie und ihr Unternehmen „Revenge“ geraten in sein Visier. Entschlossen, sich nicht einschüchtern zu lassen, versammelt Faye ihre Freundinnen um sich und bittet auch den einzigen Mann um Hilfe, dem sie noch vertraut. Gemeinsam planen sie den entscheidenden Schritt – einen letzten Akt der Rache!

Camilla Läckberg: *Revenge – Die Rache einer Frau ist schön und brutal*
List, 320 Seiten, 18,99 Euro

Es gibt Autor*innen, deren Geschichten man jedes Mal aufs Neue entgegenfiebert – und deren Bücher man, einmal angefangen, kaum noch aus der Hand legen kann. Dieses gehört definitiv dazu!
***** 5 von 5 Sterne

MEHMET ERGIN & JOHANNES HUTH

Der in Istanbul geborene Gitarrist Mehmet Ergin verbindet Weltmusik, Jazz und Klassik zu einem facettenreichen kammermusikalischen Sound. Im Laufe seiner Karriere arbeitete er mit Größen wie Rolf und Joachim Kühn, Albert Mangelsdorff und Stu Goldberg zusammen. Sein Album „Beyond the Seven Hills“ erhielt eine Echo-Nominierung. Mit seinem langjährigen musikalischen Weggefährten Johannes Huth am Kontrabass präsentiert Ergin Stücke aus seinem aktuellen Programm „The Levent Diary“ sowie ausgewählte Werke früherer Alben. Mehr: www.goldbekhaus.de

18. September, 20 Uhr • Goldbekhaus, Hamburg



POETS OF THE FALL

20 Jahre „Carnival of Rust“: Poets of the Fall feiern das Jubiläum ihres wegweisenden Albums mit einer Tour durch Europa und Großbritannien. Mit seiner emotionalen Intensität, atmosphärischen Klangwelt und großen Arrangements wurde das Album zu einem Meilenstein in der Geschichte der finnischen Rockband. Auf der Jubiläumstour bringen Poets of the Fall die Songs von „Carnival of Rust“ noch einmal live auf die Bühne. Als Support ist Rabbit Cult dabei. Mehr Infos und Tickets: www.fabrik.de

22. September, 20 Uhr • Fabrik, Hamburg



Fotos: Navy, Mehmet Ergin & Johannes Huth, Tila Öhmann

Gitarrenfeuerwerk

IN JOLDELUND

Blues, Rockabilly und Southern Rock satt: Vom 18. bis 20. September wird Gerd's Juke Joint in Joldelund beim **Guitar Heroes Festival** zum Mekka für Gitarrenfans.

Drei Tage lang heißt es in Joldelund wieder: Regler hoch! Beim mehrfach mit dem German Blues Award ausgezeichneten Guitar Heroes Festival eröffnet am 18. September James Oliver (großes Bild) den Konzertreigen. Der Brite bringt mit seiner Rockabilly-Show ordentlich Schwung in den Juke Joint. Dann übernimmt der niederländische Gitarrenvirtuose Julian Sas mit kraftvollem, vom klassischen Rock geprägten Blues.

Am 19. September steht James Oliver direkt noch mal auf der Bühne – diesmal mit einer mitreißenden Blues-Show. Anschließend lässt die Leif de Leeuw Band (Foto u.) den legendären Sound der Allman Brothers aufleben. Zwei Leadgitarren, zwei Schlagzeuger und eine Hammondorgel sorgen bei Klassikern wie „Jessica“ und „Midnight Rider“ für geballte Southern-Rock-Power.

Am 20. September wird es beim Frühschoppen akustischer, aber keineswegs leise: Bad Temper Joe (Foto r.) bringt modernen Delta-Blues nach Joldelund. Der Gewinner der German Blues Challenge 2022 beschließt damit ein Wochenende voller Riffs, Soli und handgemachter Livemusik. Karten gibt es im Vorverkauf über Eventim und an zahlreichen Vorverkaufsstellen in der Region. Mehr Infos unter jukejoint.joldelunder.de.



Fotos: Nico Dreier, Marco van Rooijen, Disto Pictures

**MÄNNER
BESCHAFFUNGS
MASSNAHMEN**
11.9. bis 25.10.2026
29.12. bis 10.1.2027

2:22
EINE GEISTERGESCHICHTE
30.10. bis 6.12.2026

CHAOS IN DER OPER
CARMEN
DARF NICHT PLATZEN
15.1. bis 28.2.2027



**KOM
ODIE**
WINTERHÜDER
FÄHRHAUS

DRACULA
BLUTIGE ANFÄNGER
5.3. bis 11.4.2027

WINTERLIEBE

4 VORSTELLUNGEN IM ABO



Wenn es draußen kühler wird, wird es bei uns umso schöner:
Vier Theaterbesuche von Oktober bis April – perfekt für
kleine Auszeiten mit viel Humor und Herz.

4 VORSTELLUNGEN
AB 78 €



Der diesjährige Kunstflecken zeigt wieder eine große künstlerische Bandbreite, wie das Ensemble Schubert NOW!, Liedermacherin Marie Diot und SICKER MAN zeigen.

KUNSTFLECKEN 2026

Klassik & neue Klänge

*September ist wieder Kunstflecken-Zeit in Neumünster:
Vom 11. September bis 4. Oktober ist in der ganzen Stadt
Kultur zu erleben.*

In diesem Jahr zeigt sich das Kulturfestival besonders experimentierfreudig: Bekannte Melodien und klassische Instrumente treffen auf elektronische und innovative Arrangements. Geige, Cello und Harfe verbinden sich mit Synthesizern, Stimmen und pulsierenden Vibes – Musik wird dabei nicht nur hörbar, sondern unmittelbar spürbar.

KLANGWELTEN OHNE GRENZEN

Den Auftakt machen der berühmte SICKER MAN und Kiki Bohemia gemeinsam mit dem Spökenkieker-Ensemble am 12. September. Der Berliner Songwriter und Komponist präsentiert mit Geige, Tenor- und Altsaxophon zwölf Instrumentalstücke, die durch ein elektrisches Cello eine ganz eigene Klangwelt entfalten – eine beeindruckende Symbiose aus Album und Sinfonie.

Ein besonderer Höhepunkt folgt am 26. September mit dem ungarischen Projekt Schubert NOW!: Harfe, Synthesizer und Gesang lassen mal an Tangerine Dream denken, mal fühlt man sich wie in einen Stanley-Kubrick-Film versetzt – und das alles auf Grundlage der Werke Franz Schuberts. Stücke wie „Wanderers Nachtlied“ und „Meeres Stille“ erhalten durch Stimme, Harfe und klangliche Improvisationen einen vollkommen neuen, überraschend emotionalen Ausdruck.

FINALE MIT WORTWITZ

Humorvoller wird es beim Festivalfinale am 4. Oktober: Liedermacherin Marie Diot nimmt mit tiefgründigen, sarkastischen Texten verschiedenste irritierende Themen unserer Zeit aufs Korn. Ihre Songs erinnern dabei bisweilen an einen gesungenen Poetry Slam. Die „Südwest

Presse“ bezeichnete sie einmal als „weiblichen Helge Schneider“ – das verspricht einen ebenso schrägen wie unterhaltsamen Abschluss.

Während man für solche Konzerte in den Clubs großer Metropolen wie Berlin mitunter lange anstehen muss, gibt es die Karten in Neumünster ganz unkompliziert online unter kunstflecken.de sowie telefonisch unter 04321 / 942 3316. Die Konzerte finden in der Werkhalle in der Klosterstraße 16 statt. Dort wartet jedoch längst nicht nur Musik: Zahlreiche weitere Konzerte, Ausstellungen und Veranstaltungen machen Neumünster während des Kunstfleckens wieder zur Bühne für ein vielseitiges Kulturprogramm.

Das gesamte Programm finden Sie unter www.kunstflecken.de.



RENAUD GARCIA-FONS

Jazz, Flamenco, Klassik und Weltmusik verschmelzen bei Renaud Garcia-Fons zu einer faszinierenden Klangwelt. Der französische ECHO-Preisträger und Komponist gilt als Ausnahmekünstler am Kontrabass: Seinem Instrument fügte er eine fünfte Saite hinzu und entwickelte daraus eine ganz eigene Spieltechnik und musikalische Sprache. Sein aktuelles Album „Blue Maqam“ nimmt das Publikum mit auf eine Reise ohne geografische oder stilistische Grenzen. Mit mitreißenden Melodien, virtuellen Soli und außergewöhnlichen Klängen entführt Garcia-Fons in die Ferne und lädt zugleich zum Träumen ein – ein besonderes Konzerterlebnis für Jazz- und Weltmusikfans. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.nica-jazzclub.de.

23. September, 20 Uhr • Nica Jazz Club, Hamburg



VOM TRAUM, UNSINKBAR ZU SEIN

Eine maritime Reise durch Zeit und Geschichte: In „Vom Traum, unsinkbar zu sein“ spürt Regisseur Tom Fröhlich vier der letzten Schiffe der einst größten DDR-Fischereiflotte auf – darunter die Hamburger Stubnitz. Der von Charly Hübner erzählte Dokumentarfilm handelt von Arbeit und Gemeinschaft, vom Wandel und der Frage, was von einer untergegangenen Lebenswelt geblieben ist. Im Anschluss sprechen Fröhlich, der frühere Stubnitz-Kulturkapitän Urs Blaser und Nautiker Oliver G. Schmidt über den Film und beantworten Fragen aus dem Publikum. Mehr Infos und Karten unter www.stubnitz.com.

29. September, 19.45 Uhr • MS Stubnitz, Hamburg

GANZ SCHÖN PINGELIG

Vater Markus und Tochter Maischa Pingel bringen ihren Podcast „Ganz schön PINGELIG!“ auf die Bühne. Woche für Woche sprechen die beiden über alles, was das Leben so mit sich bringt – mal herrlich komisch, mal überraschend tiefgründig. Es geht um Familie, Liebe, Vergänglichkeit und alltägliche Geschichten, in denen sich viele wiederfinden dürften. Live trifft ihr besonderer Vater-Tochter-Humor auf persönliche Gespräche, lustige Videos, Spiele und jede Menge Publikumsinteraktion. Mehr Infos und Tickets unter www.kentclub.de.

24. September, 20 Uhr • KENT Club, Hamburg



NÄCHSTES JAHR BORNPLATZSYNAGOGES

Nach der Reichspogromnacht 1938 muss der 13-jährige Sohn der jüdischen Familie Stein Deutschland verlassen. Seine Eltern sieht er nie wieder. Nach Jahren in Israel führt ihn die Liebe nach Hamburg. Jahrzehnte später setzt sich sein Sohn für den Wiederaufbau der zerstörten Bornplatzsynagoge ein – als sichtbares Zeichen jüdischen Lebens. Das Stück erzählt von Flucht und Verlust, Antisemitismus und Erinnerung sowie einem langen Kampf um Anerkennung. Mehr Infos, weitere Termine und Karten gibt's unter www.hamburger-kammerspiele.de.

30. September, 19.30 Uhr • Hamburger Kammerspiele, Hamburg





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, Nicolas Rexin, Maren Ubat, Sonja Woldt

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

Fotos:
Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Illustrationen:
Adobe Stock

Anzeigen
anzeigen@verlagskontor-sh.de

**Flensburg, Schleswig,
Nordfriesland (22.000 Ex.):**
Jörg Stoeckicht:
j.stoeckicht@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 645 47 36

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

**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

Mirja Katinka Terhaar:
mk.terhaar@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 62

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

**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 Euker:
c.euker@falkemedia.de
Tel.: 0151 / 14 14 61 00

Gesamtauflage:

Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionsschluss:

Jeweils der 15. des Vormonats

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

Abonnement: 12 Ausgaben plus Prämie unter www.lebensart-sh.de/abo

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. OKTOBER.



GEMÜTLICHER HERBST MIT ALL SEINEN FACETTEN

Im Oktober dreht sich kulinarisch alles um Pilze, Kürbisse und Co. und wie sie am besten zubereitet werden. Dabei stellen wir Ihnen neben leckeren Rezepten und Restaurants mit herbstlicher Speisekarte passend zu Halloween auch schaurige Geschichten aus dem Norden vor. Schauen Sie mal in unsere nächste Ausgabe – sonst gibts Saures.

HANDWERK MIT HERZ HIER ARBEITEN MENSCHEN

Es gibt etwas, das die KI nicht ersetzen kann: Kompetente Handwerker*innen, die zuverlässig zum vereinbarten Termin beispielsweise die Küche einbauen, die Heizung installieren oder die Hecke schneiden. All diese Gewerke, die noch von Menschen ausgeführt werden, möchten wir in der nächsten Ausgabe vorstellen.



SEELISCHE GESUNDHEIT INFOS UND ADRESSEN

Mit der seelischen Gesundheit gehen wir mittlerweile viel offener um. Und das war höchste Zeit, denn viele Menschen suchen mit ihrer psychischen Belastung professionelle Hilfe. Eine Psychotherapie etwa ist längst nichts Ungewöhnliches mehr. Wir möchten informieren und Anlaufstellen vorstellen, an die sich betroffene Personen vertrauensvoll wenden können.



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.

Hamburg Lifte ist
Ihr Partner für Ihre
Barrierefreiheit



Wir finden einen bedarfsgerechten
Lift entsprechend Ihrem Budget.

**Probefahrten
im Ladengeschäft
möglich**

Schnelle Lieferung
und Montage.



Arne Buchholz
Wellingsbüttler Weg 117
22391 Hamburg



0173 · 527 04 57
040 · 851 807 03
www.hamburg-lifte.de

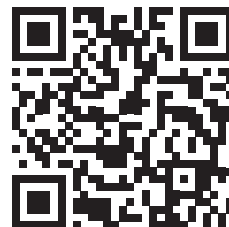
KENNENLERN-ANGEBOT FÜR LITERATURFANS

Unabhängige Rezensionen und
neue Bücherwelten!

E-Paper
für nur
1 EURO
testen*



JETZT BESTELLEN:
buecher-magazin.de/testabo
oder QR-Code scannen



ABO-ID: BU25HPE

*Nach Ende der Laufzeit von
zwei Monaten geht der Bezug
in ein Jahresabo von derzeit
28,90 € über.