DAS MONATSMAGAZIN **IM NORDEN**

lebensart

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

NOVEMBER 2026 • KOSTENLOS

Das kommt von Herzen

BESONDERE GESCHENKIDEEN ZUM FEST

Bethlehem im Kleinformat

DIE KRIPPENLANDSCHAFT
IN RISUM-LINDHOLM





Alle Infos unter

www.timmendorfer-strand.de/entdecken-erleben/herbst-und-winter/winterstrandpark



Liebe Leserin, lieber Leser,

haben Sie sich schon einmal gefragt, wie das Leben zur Zeit der Geburt Jesu aussah? Wie die Menschen ihren Alltag gestalteten, womit sie arbeiteten und lebten, während in einem Stall ein Kind zur Welt kam, dessen Geschichte bis heute nachwirkt?

Monika Tratzky und Astrid Dingeldey aus Risum-Lindholm haben in den vergangenen 16 Jahren rund 170 Krippenfiguren von Hand gefertigt. Sie nähten Kleidung – von der Mütze bis zum Miniaturschuh – und bauten sogar einen Webstuhl nach, wie ihn Beduin*innen vor 2.000 Jahren nutzten.

Einen ersten Eindruck von dieser großen Liebe zum Detail erhalten Sie in unserem Titelthema „Weihnachtliche Vorfreuden und Geschenkideen“. Schauen Sie genau hin: In den Bildern verbergen sich viele kleine Besonderheiten. Wer neugierig auf das gesamte Ensemble geworden ist, kann die beiden Handwerkerinnen in ihrem Zuhause besuchen und die große Krippenlandschaft erkunden.

VORFREUDE FÜR DIE GANZE FAMILIE

Noch mehr Weihnachtsstimmung finden Sie auf unseren Veranstaltungsseiten für die ganze Familie. Bei Glühweinduft und Lichterglanz lässt es sich wunderbar klönen, bummeln und nach Geschenken stöbern.

Weitere Anregungen bietet unser Geschenke-Guide. Dort haben wir auch Adventskalender für Groß und Klein zusammengestellt.

HERBSTAUSKLANG

Genießen Sie den November mit genüsslichen Herbstmomenten. Vielleicht bei einem Rosenkohl-Dinner im Kreis Ihrer Liebsten? Auf unseren Rezeptseiten finden Sie passende Inspirationen. Und ehe man sich versieht, beginnt mit dem Advent die Weihnachtszeit. Wir wünschen Ihnen eine schöne Zeit und viele gemütliche Augenblicke.

Herzlichst, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen das Taschen-Label **KEINE SCHWESTER** aus Quickborn. Mehr dazu und welches Accessoire Ihre Handtasche zum persönlichen Piece macht, lesen Sie auf Seite 46 und 47.

Titel: © KEINE SCHWESTER

Fotos: Adobe Stock

ALTES STAHLWERK
NEUMÜNSTER



UNSER ADVENTS- & WEIHNACHTSBUFFET

AN DEN ADVENTSSONNTAGEN
wird das festliche Lunchbuffet mit vorweihnachtlichen Genüssen vom Buffet **à 57 € pro Gast** arrangiert - inklusive Sektempfang, Säften, Kaffee- und Teespezialitäten. Ein Kinderbuffet sorgt für besonders große Augen von Groß & Klein.

WEIHNACHTS-LUNCHBUFFET AN DEN FESTTAGEN 25. & 26.12.2026
Es duftet köstlich, wenn Küchenchef Jürgen Möllmann mit seinen Küchenkünstlern das festliche Weihnachts-Lunchbuffet mit besonderen Leckereien zubereitet. Nehmen Sie Platz und genießen Sie ein friedvolles und entspanntes Weihnachtsessen. **63 € pro Gast** inklusive Kinderbuffet, Sektempfang, Säften, Kaffee- und Teespezialitäten.

Zum festlichen Christmas-Dinner erwartet Sie ab 17:45 Uhr das köstliche Buffet bei Kerzenschein und weihnachtlichen Klängen **à 50 € pro Gast** (Getränke sind nicht inbegriffen).

Kinder bis zum 11. Lebensjahr speisen im "Restaurant 1500°C" kostenfrei und die 12-17-jährigen schlemmen für die Hälfte!

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

THEMEN

NOVEMBER 2026

COVER I KEINE SCHWESTER GmbH
Ein kleines Accessoire mit viel Persönlichkeit..... 46

UNTERWEGS & UP-TO-DATE
Düt & Dat im November..... 6
Winterliche Vorfreuden:
Das ist los im November 2026..... 10

WEIHNACHTLICHE VORFREUDEN UND GESCHENKIDEEN
Ganz Bethlehem in einer Wohnstube..... 22
Geschenke-Guide..... 26



10
Winterliche Vorfreuden:
Das ist los im November



42
Key Pieces für kühle Tage

HIN & WEG
Kein Winter ohne Küste..... 32

SO SCHMECKT DER NORDEN
Raffiniertes Röschen: Rosenkohlrezepte..... 34

MODE & BEAUTY
Key Pieces für kühle Tage..... 42
Ein kleines Accessoire mit viel Persönlichkeit..... 46
Die schöne Seite des Winters..... 48

GESUND & FIT BIS INS ALTER
Warum der frühe Zahnarztbesuch zählt..... 52

TRAUER & ABSCHIED
Trauer braucht Zeit..... 60

HAUS, HOF & GARTEN
Die Küche als neuer Wohnraum..... 64

KUNST & KULTUR
Ausstellungen im November..... 72
Veranstaltungshighlights..... 76



32
Kein Winter ohne Küste

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial 3
Impressum 82
Vorschau Dezember 82



34
Raffiniertes Röschen: Rosenkohlrezepte

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag

Der Lebensart Newsletter

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



www.lebensart-sh.de/newsletter



DÜT & DAT

IM NOVEMBER 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT

Paco

VORSICHTIGER KANINCHEN-WILDMIX



Paco ist ein vorsichtiger kleiner Kerl: Der am 24. Februar 2026 geborene, kastrierte Kaninchen-Wildmix beobachtet uns Menschen am liebsten aus sicherer Entfernung. Im Tierheim Elmshorn hat er bereits mehr Vertrauen gefasst: Zu den Fütterungszeiten kommt er zuverlässig, beschnuppert vertraute Pfleger und verfolgt interessiert die Reinigungsarbeiten. Paco sucht ein ruhiges neues Zuhause ohne kleine Kinder bei Menschen, die seinen ausgeprägten Fluchtinstinkt respektieren. Mit Geduld, Ruhe und Verständnis darf er dort in seinem Tempo ankommen und so sein, wie er ist. Wer Paco kennenlernen möchte, meldet sich unter kleintiere@tierheim-elmshorn.de.

TEA FOR ONE

Lebkuchenmännchen mit Nikolausmütze, Zuckerstangen und Schneeflocken auf sattem Tannengrün – keine Frage, es weihnachtet! Handbemalte Keramik, 15,5 cm hoch, Ø 16 cm, 0,4 Liter für 2 Tassen. Entdeckt bei www.mila-design.com



Foto: www.mila-design.com

WENIGER SCROLLEN, MEHR ERLEBEN



Nora-Lee Rüscher, Dr. Barbara Kempe, Bettina Hansen, Dr. Anke Fischenbeck und Emma Hollmeier, Initiatorinnen der Handy-Challenge

Fotos: Kreis Plön

Vom 2. bis 29. November lädt der Kreis Plön Kinder und Erwachsene, Familien, Schulklassen, Kitas und Gruppen zur Handy-Challenge ein. Büchereien, Feuerwehren, Familien- und Jugendzentren, Sportvereine, Vereine des Kreisjugendrings, Kreismuseum, Kreismusikschule, Schwimmbäder und Volkshochschulen beteiligen sich mit ihren Angeboten. Wer dort aktiv wird, kann sich im Begleitheft einen Stempel oder eine Unterschrift geben lassen. Wer mindestens drei Nachweise sammelt, kann am Gewinnspiel teilnehmen. Für Einzelpersonen und Familien werden Gutscheine im Wert von 75, 50 und 25 Euro verlost. Informationen, Begleitheft und Anmeldung: www.kreis-ploen.de

HILFE FÜR FELLNASEN IN NOT

Gemeinsam etwas bewegen

Süßer geht's doch gar nicht: Diese flauschigen Wildkaninchen und Feldhasen finden in der Not ein behütetes Zuhause bei Birte Heckel-Neubert in Schellhorn. Schon seit 2009 ist sie beim Wildtierheim Preetz ehrenamtlich für die Aufzucht von Feldhasen und Wildkaninchen zuständig. Zwischen Februar und Oktober kommen zahlreiche Jungtiere zu ihr und müssen mit speziellem Milchpulver, Futter und Medikamenten versorgt werden, bis sie wieder in die freie Wildbahn entlassen werden können. Die Saison ist nun fast vorbei, aber damit es im nächsten Jahr genauso erfolgreich weitergeht, können Sie mit einer Spende helfen.
www.wildtierheimpreetz.de und Instagram @birteheckelneubert



Foto: Sebastian Grell

TIPP FÜR NOVEMBER

Dämmerungs-shopping in Nortorf

Am 6. November lädt das Dämmerungsshopping von 17 bis 21 Uhr dazu ein, Nortorf bei Fackelschein, Glühweinduft und stimmungsvoller Musik zu erleben. Ein großer Laternenumzug startet um 17 Uhr am Hagebaumarkt. Ein schöner Anlass, die charmante Kleinstadt bei einem Tagesausflug zu erkunden und den Abend mit einem besonderen Einkaufserlebnis ausklingen zu lassen.

Weitere tolle Tipps gibt es auf foerdefraeulein.de oder auf Social Media unter @foerde_fraeulein.

Förde Fräulein
TIPP DES MONATS



Fotos: Förde Fräulein

SUDOKU-LÖSUNGEN

Das Rätsel finden Sie auf der nächsten Doppelseite

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

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

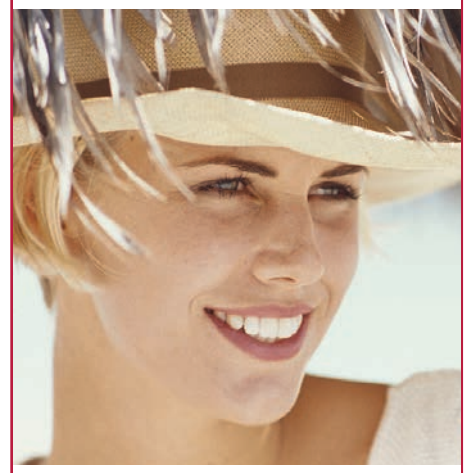
WEIHNACHTLICHE WINTERMAGIE

Mit den Winter Magic Henkelbechern bringen Sie zauberhafte Weihnachtsstimmung in Ihr Zuhause. Liebevoll gestaltete Herbst- und Wintermotive mit edlem Echtgold-Dekor verleihen jedem Getränk oder Dessert einen festlichen Glanz. Die Henkelbecher sind aus Borosilikatglas mit Echtgold-Dekor, 0,4 l, UVP 14,90 Euro. Entdeckt bei **asa-selection.com**

Foto: Asa-Selection.com



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

Innehalten
FÜR RUHE IM ADVENT

Geschenke besorgen, Termine koordinieren, Erwartungen erfüllen: Gerade die schönste Zeit des Jahres fühlt sich schnell wie eine weitere To-do-Liste an. Dieser Selfcare-Adventskalender lädt dazu ein, jeden Tag für einige Minuten innezuhalten. So wird Achtsamkeit in der Vorweihnachtszeit zu einem unkomplizierten Ritual, das Entspannung, Gelassenheit und Leichtigkeit schenkt. Für jeden der 24 Tage erwarten Sie zwei Karten: Eine Illustration mit Motto führt zu einem persönlichen Happy Moment. Die zweite Karte regt mit einer Frage zur Reflexion an und schenkt einen stärkenden Gedanken. Die täglichen Rituale helfen dabei, zur Ruhe zu kommen, den Blick auf das Positive zu richten und sich ganz bewusst etwas Gutes zu tun.



Tanja Köhler und Nicole Pfeiffer: Dein Advent. 24 Glücksmomente nur für dich, Knesebeck, 96 Seiten, 15 Euro





FAMILIENTIPP

ABTAUCHEN IM MEERESZENTRUM

Gerade an Regentagen bietet sich das Meereszentrum als wetterunabhängiges Ziel auf Fehmarn an und richtet sich mit seinem Angebot besonders an Familien. Die Aquarienanlage umfasst rund vier Millionen Liter tropisches Meerwasser und hat auch den Winter über für Gäste geöffnet. Zu den Becken gehören ein Ozeanaquarium mit Haien, mehrere Lagunenaquarien und ein Bereich, der eine Mangrovenlandschaft nachbildet. Zentraler Bestandteil ist der Unterwassertunnel: Rochen und andere Meeresbewohner ziehen hier über die Köpfe der Besucher*innen hinweg. Ergänzt wird der Rundgang durch eine Ausstellung, die Hintergründe zur Unterwasserwelt vermittelt. Weitere Fehmarn-Tipps finden Sie auf Instagram: @fehmarnfeeling

Fotos: Fehmarn Feeling

Tierarztpraxis in Bergstedt
Tierärztliche Praxis für Kleintiere – Chirurgie und Innere Medizin
Dr. Christina Ullmann
Master of Small Animal Science
Freie Sprechstunde am Wochenende
Samstag 8 – 9 Uhr
Die Sprechstunde findet nicht an jedem Samstag statt. Die aktuellen Termine finden Sie auf unserer Homepage und bei Google.
Hausbesuche in Duvenstedt und Umgebung
Donnerstag und Freitag
Termine für Hausbesuche bitte telefonisch vereinbaren.
Bergstedter Chaussee 92 • 22395 HH
Mo.–Fr. 9–13 Uhr und Mo.–Do. 16–19 Uhr
Tel. 040 - 644 30 690 • www.tierarztpraxis-bergstedt.de

Für ein besseres Leben. Für Mensch und Tier.
PROVIEH
respektiere leben.
www.provieh.de

WINTERFEST

KLEINTIERE DURCH DIE KÄLTE BRINGEN

Kälteeinbrüche belasten Kaninchen, Meerschweinchen & Co.: Atemwege, Gelenke und Haut reagieren sensibel auf Feuchtigkeit und Zugluft. Holen Sie empfindliche Kleintiere rechtzeitig ins Haus. Bei Außenhaltung müssen Ställe sehr gut isoliert, winddicht und trocken sein und reichlich Stroh enthalten. Prüfen Sie Wasser auf Frost, wechseln Sie nasse Einstreu, und passen Sie die Futtermenge bei Bedarf moderat an. Vermeiden Sie direkte Heizungsluft und starke Temperaturwechsel. Zeigt Ihr Tier Niesen, tränende Augen, Apathie oder Gewichtsverlust aufweisen, ist ein Tierarztbesuch unerlässlich.
Die **Tierarztpraxis in Bergstedt** berät Sie gern.
www.tierarztpraxis-bergstedt.de



Fotos: Adobe Stock

RÄTSELSPASS

SUDOKU-DUO

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

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

REGELN:

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

Quelle: www.sudoku-aktuell.de

Treppenlifte · Hublifte
Plattformlifte · Rampen

Hamburg Lifte

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

Winterliche VORFREUDEN

Köstlicher Glühweinduft zieht durch die Straßen, leckere Naschereien verlocken zum Genießen und eine frische Brise stimmt uns auf die kalte Jahreszeit ein. Die stimmungsvolle Zeit des Jahres beginnt – voller gemütlicher Momente im Kreise unserer Liebsten und voller Vorfreude auf das Weihnachtsfest. Lassen Sie sich verzaubern: Auf den folgenden Seiten entdecken Sie wundervolle Tipps und Orte, um die Adventszeit in vollen Zügen zu genießen!



Foto: Adobe Stock







Fotos: Thorsten Vollbrecht (1) / Maximilian Kraft (1) / Stine Schöning (1)

Winterprogramm

AM TIMMENDORFER STRAND

Der Herbst und Winter am Meer laden dazu ein, durchzuatmen, anzukommen und besondere Momente zu genießen. Vom 31. Oktober bis Ende Februar verwandelt sich der Winterstrandpark in Timmendorfer Strand in eine stimmungsvolle Winterwelt.

Funkelnde Lichtinstallationen, hochwertige Veranstaltungen und kunstvoll gestaltete Plätze schaffen eine einzigartige Atmosphäre und machen den Winter am Meer zu einem besonderen Erlebnis. Zwischen Promenade, Strand und Strandpark laden liebevoll inszenierte Orte, Fotopoints und gemütliche Plätze zum Entdecken, Verweilen und Genießen ein. Ob winterliche Kulinarik oder besondere Momente in Geselligkeit. Besonders nach Einbruch der Dunkelheit entfaltet der Winterstrandpark seinen Zauber und taucht den Küstenort in eine ganz besondere Stimmung. So wird der Winterstrandpark zu einem besonderen Ort für kleine Auszeiten am Meer.

PROGRAMMHIGHLIGHTS IM WINTER

Ein besonderer Höhepunkt im Winterprogramm ist Fischers Wiehnacht am 4. Dezember um 15 Uhr und am 5. und 6. Dezember um 11 Uhr im Niendorfer Hafen. Mit kulinarischen Köstlichkeiten, kleinen Geschenkideen und einem umfangreichen Rahmenprogramm werden die Besucher*innen direkt an der Hafenkante verwöhnt. Täglich um 16 Uhr sorgt der Weihnachtsmann, der mit dem Boot in den Hafen kommt, für leuchtende Augen bei Groß und Klein.
Für festliche Stimmung sorgt auch der Musikalische Wintertraum auf dem Timmendorfer Platz. Darauf freut sich die ganze Ostseeküste: dampfende Glühweinbecher, der Duft von Bratwurst, süßen Crêpes und gebrannten Mandeln, fröhliches Kinderlachen sowie das festliche Leuchten von mehr als 150.000 Lichtern, die den gesamten Ort in eine stimmungsvolle Winterkulisse verwandeln. Alle Jahre wieder wird der Musikalische Wintertraum im Zentrum von Timmendorfer Strand gefeiert und lädt zum Genießen, Verweilen und Einstimmen auf die Weihnachtszeit ein.

Ein stimmungsvolles Konzert erwartet die Gäste am 19. Dezember um 19.30 Uhr im Maritim Seehotel. Unter dem Motto „MAX AND FRIENDS are coming to town!“ bringen Max & Friends gemeinsam mit 25 Musiker*innen weihnachtlichen Zauber in den Festsaal und schaffen mit ihrer mitreißenden Show eine ganz besondere Atmosphäre zur Adventszeit. Tickets sind für 72 Euro unter eventim.de erhältlich.

So wird der Winter in Timmendorfer Strand und Niendorf/Ostsee zu einer besonderen Zeit voller Lichter, Musik und unvergesslicher Momente direkt am Meer.

im Herbst und Winter • TImmendorfer Strand

WEIHNACHTSMARKT UND MODERNE ARCHITEKTUR

Der Überseeboulevard erstrahlt in buntem Licht und der Duft von Glühwein, Crêpes und gegrillten Spezialitäten erfüllt die HafenCity. Der gesamte Boulevard ist festlich geschmückt und erstrahlt in weihnachtlichem Glanz. Bei schlechtem Wetter ist die überdachte Weihnachts-Lounge der perfekte Ort, um seinen Glühwein oder Punsch zu genießen. Ein Highlight des Weihnachtsmarkts: Der festlich dekorierte Wintergolf-Parcour mit dreizehn individuellen Bahnen, die Kinder und Erwachsene zum Spiel einladen (Ab 18. November). Weitere Attraktionen sind die tägliche Adventskalenderverlosung um 18 Uhr. Hier gibt es tolle Preise zu gewinnen!

16. November bis 30. Dezember • HafenCity, Hamburg



Foto: Timo Sommer



Frau Holle lässt es auch in diesem Jahr wieder schneien.

Foto: Beiersdorf Innovation

ANZEIGE

DOPPELTER WEIHNACHTS-ZAUBER IN TRAVENTHAL

Wenn sich das Gut in vorweihnachtlichen Glanz hüllt, dürfen sich die Gäste der **Traventhaler Gestüts-Weihnacht** an zwei Wochenenden auf viele interessante Aussteller*innen und ganz eigene Traventhaler Attraktionen freuen. Ein Höhepunkt ist die lebende Krippe. Und speziell für die Kleinen hält das Gut ein reichhaltiges Programm bereit: die Kindereisenbahn, die Alpakas und die Quessants, die kleinste Schafrasse der Welt, sowie das alte, mit Lebkuchen gespickte Hexenhaus, in dem der Weihnachtsmann aus dem goldenen Buch vorliest. Die Wunderkammer ist geöffnet und im Kutschanmuseum erfreut die Besucher*innen die Sonderausstellung „Susanna im Bade“, ursprünglich von Jacopo Tintoretto (1555), in einer Neuinterpretation von Harry Beiersdorf. Der Eintritt kostet 7 Euro, mehr Infos unter www.landgestuet-traventhal.de.

31. Oktober + 1. November und 7. + 8. November, 10 bis 18 Uhr
Landgestüt Traventhal

ANZEIGE

ALLES, WAS GLÜCKLICH MACHT

Es ist wieder Lebensfreude-Messe-Zeit in Hamburg! Vom 20. bis 22. November dreht sich in der Messehalle Hamburg-Schnelsen wieder alles um das, was Körper, Geist und Seele guttut. Rund 100 Aussteller*innen präsentieren ein vielfältiges Angebot rund um Gesundheit, Spiritualität, Naturheilkunde und Wohlbefinden. Inspirierende Vorträge, Workshops und spannende Talkrunden laden zum Mitmachen ein. Bei Breathwork & Meditation können Besucher*innen die Kraft des bewussten Atmens erleben. Die **Lebensfreude Messe** ist ein Ort für neue Perspektiven, persönliche Begegnungen und wertvolle Impulse für den Alltag. Drei Tage zum Entdecken, Auftanken und Genießen. Weitere Infos und Tickets unter hamburg-herbst.de

20. bis 22. November • Messehalle Hamburg-Schnelsen





Foto: Adobe Stock

LICHTERMARKT ELMSHORN

Während der Wintersaison verwandelt sich der Alte Markt an der St. Nikolai-Kirche in Elmshorn in einen Lichtermarkt, der seinen Namen den vielen tausend Lichtpunkten verdankt, die die Bäume auf dem Alten Markt funkeln lassen. Die rustikalen Holzbuden, die zum Essen, Trinken und Bummeln einladen, verleihen dem Markt einen besonderen Charme. Im Fokus stehen Gemütlichkeit und Familienfreundlichkeit. Neben kulinarischen Köstlichkeiten bietet der Lichtermarkt ein nostalgisches Karussell und verschiedene Erlebnisoasen, die alle Kinderherzen höherschlagen lassen. Im unmittelbaren Umfeld des Lichtermarktes gibt es viele attraktive Einkaufsmöglichkeiten.

23. November bis 24. Dezember • Alter Markt, Elmshorn

Nordische Filmtage in Lübeck

Von Familie bis Wandel

Die 68. Nordischen Filmtage Lübeck finden vom 4. bis 8. November statt. Am 3. November kommt mit dem Ocean Day ein zusätzlicher Festivaltag im InfinityDome dazu.



Foto: Adobe Stock

Das Festival zeigt 186 Filme aus Nord- und Nordosteuropa und dem Norden Deutschlands, präsentiert in Lübecker Spielstätten in rund 250 Vorstellungen, davon 33 im Rahmen des Schulkinos. Flankiert wird das vielseitige Programm von rund 30 Veranstaltungen. Inhaltlich erzählen viele Beiträge der zehn Festivalsektionen in diesem Jahr von Familie, Veränderung oder Wandel, was sich zugleich im Festival selbst spiegelt. Zahlreiche Filme werden in deutscher, europäischer Premiere oder Weltpremiere gezeigt.

AUFTAKT MIT „OCEAN DAY“

Gleich am 3. November bekommen die Besucher*innen des Festivals zum Auftakt einen sechsten Festivaltag, den „Ocean Day“, geschenkt: Dank einer Spende der Possehl-Stiftung geht es bei freiem Eintritt einen Tag lang um den Schutz der Ozeane, mit 360°-Filmen sowie wissenschaftlichen und künstlerischen Perspektiven. Den Auftakt bietet ein Kick-off mit Lübecks Bürgermeister Jan Lindenau anlässlich der Bewerbung der Hansestadt Lübeck als „Meeresschutzstadt“.

DREAMING OF STREAMING

Das Festival wird erneut zu den „Nordischen Streamtagen“, denn vom 4. bis 15. November sind über die Hälfte des Festivalprogramms auch online unter www.online.nordische-filmtage.de zu sehen.

Das Gesamtprogramm des Festivals ist online verfügbar unter www.nordische-filmtage.de.

4. bis 8. November • Lübeck

NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG; Foto: Nortex, Adobe Stock

LANGER FREITAG

06. November: Einkaufen bis 21 Uhr

„Lichterfest“



- **Aktuelle Winterkollektionen entdecken**
- **Lichterfest** – Genießen Sie unser Lichterfest und erleben Sie ein Meer aus Licht und Farben auf unserem Parkplatz!
- **Traditionelle Teeverkostung** mit dem Hamburger Teespeicher
- **Soulige Saxophonklänge** – Live-Musik von Birdy Jessel
- **Kulinarische Genüsse & Weinprobe**
- **Große Verlosung** im Gesamtwert von € 4.000,- um 21.05 Uhr.





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

Öffnungszeiten
Montag–Freitag
9.00 bis 18.30 Uhr
Samstag
8.30 bis 18.30 Uhr

Kostenlos P Komfort

NORTEX
... zieht den Norden an!



Weihnachtsmärkte des Kunsthandwerks am Kiekeberg

Fr 27. – So 29. November, 10 – 18 Uhr
Fr 11. – So 13. Dezember, 10 – 18 Uhr

KIEKEBERG Freilichtmuseum am Kiekeberg

kiekeberg-museum.de

Emkendorfer Adventsmarkt



Gut Emkendorf

06. - 08.11.

10 bis 18 Uhr

Eintritt: 10 € (Kinder bis 16J. + Parken frei)

www.land-gefluester.de



ANZEIGE

Foto: FLMK

ADVENTSSTIMMUNG IM FREILICHTMUSEUM

Beim Stöbern am ersten und dritten Adventswochenende entdeckt die ganze Familie vielfältiges Kunsthandwerk und originelle Geschenkideen im Freilichtmuseum am Kiekeberg. Neu ist ein beleuchteter Ruhebereich zum Durchatmen in der Vorweihnachtszeit. Kinder schreiben Wunschzettel und falten Papiersterne. Jeweils am Samstag und Sonntag backen sie Stockbrot, schleifen Bernsteine, lauschen Geschichten und treffen nachmittags den Weihnachtsmann zwischen den historischen Häusern. Auf dem Museumsgelände gibt es weihnachtliche Leckereien wie Glühwein, Rahmbrot, Crêpes und Backwaren aus dem Holz- und Lehmbackofen. Das „Wegewitz – Museumscafé und Rösterei“ serviert Kaffeespezialitäten, Frühstücksvarianten und frisch gebackenen Kuchen. Im Museumsgasthof „Stoof Mudders Kroog“ genießen Gäste typisch norddeutsche Wintergerichte. Der Eintritt kostet 12 Euro, Kinder unter 18 Jahren zahlen keinen Eintritt. Weitere Infos unter www.kiekeberg-museum.de

27. bis 29. November + 11. bis 13. Dezember • Freilichtmuseum am Kiekeberg



ANZEIGE

Fotos: Columna Werbeflächen

ADVENTSMARKT AUF GUT EMKENDORF

Auf dem bunten **Adventsmarkt auf Gut Emkendorf** gibt es viele Gelegenheiten, um bereits die ersten Geschenke für die Liebsten zu besorgen. Der Duft von Lebkuchen, Glühwein und gebrannten Mandeln liegt in der Luft und stimmt ganz wunderbar auf das Fest der Liebe ein. Es gibt es eine Fülle von Dekorationen und eine große Vielfalt an Geschenkideen. Schauen Sie sich um, entdecken Sie brillante Lichtblicke - gezaubert mit Kerzen, entzückende Märchen-Landschaften mit Sternen, viel Tanne, Buchsbaum, Zieräpfeln und Schleifen. Es gibt eine Menge Anregungen: Gestricktes, Genähtes, individueller Schmuck, Kuschliges, Köstliches, Hochprozentiges, Dekoratives, Modisches und noch ganz viel mehr. Der Eintritt kostet 10 Euro, Kinder unter 16 Jahren zahlen keinen Eintritt. Mehr Infos unter www.land-gefluester.de.

6. bis 8. November, 10 bis 18 Uhr • Gut Emkendorf, Emkendorf



Foto: Tim Sommer

HISTORISCHER WEIHNACHTSMARKT AM RATHAUS

Der Historische Weihnachtsmarkt auf dem Rathausmarkt öffnet vom 23. November bis 23. Dezember seine Tore.

Zwischen den rund 80 Buden befindet sich mit der Spielzeuggasse einer der beliebtesten Anlaufstellen des Marktes. Hier gibt es Spielzeuge aus aller Welt, die sich bestens als wunderschöne und liebevoll gestaltete Weihnachtsgeschenke eignen. In verschiedenen Themenstraßen werden zudem Kunsthandwerk, Holzschnitzereien, weihnachtlicher Schmuck und vieles mehr angeboten, von Händler*innen aus den verschiedensten Regionen. An jeder Ecke durftet es herrlich nach gebrannten Mandeln, Lebkuchen und Nüssen und dem beliebten Rathausmarkt-Glühwein. Ein Höhepunkt des historischen Weihnachtsmarktes ist die Spezialitätengasse. Den hier angebotenen, ausgefallen Spezialitäten kann man nur schwer widerstehen. Für leuchtende Kinderaugen wird auch das historische Karussell sorgen, welches zu einer bezaubernden Fahrt einlädt.

23. November bis 23. Dezember
Hamburger Rathaus

WEISSERZAUBER AN DER ALSTER

Zwischen Alsterglanz und Lichterketten verwandelt sich Hamburgs schönster Boulevard wieder in den Weißerzauber – mit Glühwein, Handwerkskunst und Riesenrad.

Foto: Timo Sommer

Weiße Pagodenzelte statt der gewohnten Holzbuden, eindrucksvolles Lichterspiel, ein historisches Riesenrad und Panorama-Blick auf die glitzernde Alstertanne – der Weihnachtsmarkt „Weißerzauber“ auf dem Jungfernstieg bietet mehr als gebrannte Mandeln und Glühwein. Der Weihnachtsmarkt erfreut die Besucher*innen mit seiner weihnachtlichen Lichtinszenierung, die sich in ihren Motiven, ihrer Lichtfarbe und Leuchtkraft an die Architektur des Standortes anlehnt. Der einmalige Blick auf die festlich erleuchtete Innenstadt und die Lage direkt an der Binnenalster machen den Weihnachtsmarkt mit seinen weißen Pagodenzelten besonders.



19. November
bis 23. Dezember •
Jungfernstieg, Hamburg



Gemeinsam schaffen WirWunder.

Jetzt Projekt starten oder spenden:

wirwunder.de/sh

Weil’s um mehr als Geld geht.

WIRWUNDER

Das Forum für Gemeinwohl der Sparkassen in Schleswig-Holstein.

Tickets zum Fest

Verschenke kostbare Momente: Tickets für Konzerte, Shows und Musicals



03.01.27 **Hamburg** St. Petri Sa, 15:00 / 17:30 / 20:00
14.02.27 **Lübeck** MuK So, 15:00 / 20:00
06.03.27 **Hamburg** St. Petri Sa, 15:00 / 17:30 / 20:00

DER GROSSE LORIOT-ABEND

LORIOT

MIT GROSSBILD-LEINWAND



03.01.27 **Hamburg** Laeiszhalle So, 14:30
20.02.27 **Lübeck** MuK Sa, 14:30
04.11.27 **Norderstedt** TriBühne Do, 20:00
09.11.27 **Timmend.** Maritim Di, 20:00

THE MUSIC OF

QUEEN

LIVE

A TRIBUTE WITH
VALENTIN FINDLING
★★★★★

LIVE präsentiert von RTL
und
80er | 90er OLDIE antenne



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

16.12.26 **Hamburg** CCH-Saal 1 Mi, 20:00
20.02.27 **Lübeck** MuK Sa, 20:30

DAS DEUTSCHSPRACHIGE MEISTERWERK
WELTSTAR DEBORAH SASSON UND UWE KRÖGER

CRITICS CHOICE
INTERNATIONALE STARBESETZUNG



„Deborah Sasson ist pure Magie – Standing Ovations“ (Die Welt)

Die musikalisch komplett überarbeitete Neufassung

DAS PHANTOM DER OPER

20.02.27 **Lübeck** MuK Sa, 20:30

JETZT Tickets bei allen bekannten VVK-Stellen und eventim







Advent

DER VON HERZEN KOMMT

Bald ist es wieder so weit: Die Adventszeit zieht bei Piepereit ein mit einer Ausstellung, die zum Staunen, Stöbern und Einstimmen einlädt.

Eine große Auswahl handgefertigter Floristik erwartet Sie ab dem 19. November, stimmungsvoll inszeniert mit viel Gespür für Farbe, Form und die kleinen Details, die Weihnachten besonders machen. Von handlichen Gestecken und klassischen Vierern bis hin zu Türkränzen - das Floristikteam gestaltet Lieblingsstücke. Klassisches Weihnachtsrot, Naturtöne oder modernes Blau zaubern festliche Stimmung. Schon ab dem 13. November gibt es eine erste Auswahl an Türkränzen und Adventsgestecken. Eine Christrosen-Schau lädt dazu ein, die faszinierenden Züchtungen dieser Winterschönheit zu entdecken. Am 19. November öffnet die Adventsausstellung dann ganz ihre Türen. An dem Wochenende sorgen regionale Aussteller mit Schmuck, Pralinen und Honig für Weihnachtsmarktstimmung. Am Schwenkgrill des „Grill-Prinz“ brutzelt es, am knisternden Lagerfeuer wartet Stockbrot auf kleine und große Besucher und dazu gibt es Glühwein, Waffeln, Stollen und Früchtebrot. Kinder dürfen sich auf Stockbrotbacken, Kinderschminken und Drechselvorführungen freuen.

19. bis 22. November • Gärtnerei Piepereit, Hamburg-Volksdorf
Sonderöffnungszeiten:
19.bis 21. November: 9-18 Uhr und 22. November: 10-17 Uhr

Fotos: Gärtnerei Piepereit



Sonderöffnungszeiten: 19.11. bis 21.11. 9-18 Uhr und 22.11. 10-17 Uhr
Meienredder 35 · 22359 Hamburg-Volksdorf · www.gaertnerei-piepereit.de

HAFENGLÜHEN AM DREHBRÜCKENPLATZ

Nicht nur im Sommer ein absoluter Lieblingsplatz: Auch in diesem Jahr findet ab dem 23. November der rustikale Weihnachtsmarkt am Drehbrückenplatz in Lübeck statt und lädt mit industriellem Hafenflair ans Wasser ein. Neben den weihnachtlichen Klassikern wie Glühwein und Gebäck locken herzhafte und deftige Snacks die Fischliebhaber*innen an die Hafenkante. Ausgewählte Produkte lokaler Anbieter*innen sowie ein punktuelles Kulturprogramm runden diesen alternativen Markt ab.

23. November bis 29. Dezember • Drehbrückenplatz, Lübeck



Foto: LTM



Foto: LTM

NAH AM WASSER GEBAUT

Im historisch-maritimen Hafenschuppen 6, direkt an der Kaikante, erwartet Besucher*innen am 21. und 22. sowie am 28. und 29. November ein vielfältiges Angebot an feinem und ausgefallenem Kunsthandwerk und Design in familienfreundlicher und entspannter Atmosphäre. Viele Aussteller*innen, die übrigens zum zweiten Termin wechseln, stammen aus dem Ostseeraum. Etwa 35 regionale Kunsthandwerker*innen bieten handgemachte Unikate aus den eigenen Werkstätten an. In der kleinen Cafeteria gibt es leckere Waffeln, hausgebackenen Kuchen und Snacks, überwiegend aus der Region und ökologischer Landwirtschaft. Das verführerische Aroma von Kaffee, Punsch und Bio-Glühwein macht den Besuch zu einem sinnlichen Gesamterlebnis.

21. und 22. + 28. und 29. November • Schuppen 6, Lübeck

Lübecker Weihnachtsmarkt

Rund um das Lübecker Rathaus und auf dem Schrangen erwartet Sie stimmungsvoller Weihnachtstrubel und Budenzauber.

Folgen Sie beim gemütlichen Bummeln einfach dem Lichterglanz. Unzählige Weihnachtssterne, Lichterketten und geschmückte Tannenbäume sorgen für zauberhafte Winterstimmung. In der klaren Winterluft duftet es nach gebrannten Mandeln, Mutzen und Glühwein. Es gibt Bratwürstchen und viele andere Leckereien. An zahlreichen Ständen rund um das Rathaus und auf dem Schrangen wartet weihnachtliches Kunsthandwerk in seiner ganzen Vielfalt: klassischer Christbaumschmuck und Spielzeug, aber auch regionale Produkte und außergewöhnliche Geschenkideen. In der UNESCO-Welterbestätte Lübeck hat der Weihnachtsmarkt eine lange Tradition. Er wurde bereits 1648 zum ersten Mal urkundlich erwähnt. Die historischen Gebäude bilden heute die perfekte Adventskulisse für das vorweihnachtliche Treiben auf dem Markt und dem Schrangen. Mehr Infos unter www.luebeck-tourismus.de.

23. November bis 30. Dezember • Lübecker Rathaus



Fotos: LTM

Messehighlights
IM NOVEMBER UND DEZEMBER

*In der **MesseHalle Hamburg-Schnelsen** locken im November und Dezember wieder eine Vielzahl von Messen Besucher*innen aus nah und fern an.*



PASSION
Die Passion Messe vom 6. bis 8. November ist der größte europäische BDSM- und Fetisch-Szene-Treffpunkt in Norddeutschland mit handgefertigten und hochwertigen Produkten, Workshops und Bühnenshows.
www.passion-messe.com.

TAXARENA
Bei der TAXarena Hamburg am 17. November dreht sich alles rund um die zukunftsorientierte Steuerkanzlei. Rund 120 Aussteller informieren zu den Themen Recruiting, Digitalisierung, Prozessoptimierung. Begleitet wird die Messe von spannenden Impulsvorträgen.
www.taxarena.de/hamburg/

LEBENSFREUDE MESSE
Lebensfreudemesse Hamburg präsentiert vom 20. bis 22. November eine Welt voller Inspiration, Achtsamkeit und Wohlbefinden. Finden Sie Neues für Körper, Geist und Seele – von Gesundheit bis Spiritualität. Ein spannendes, umfangreiches Vortragsprogramm wird an allen drei Tagen angeboten.
www.lebensfreude-messen.de/hamburg-herbstmesse

MINERALIENMESSE
Auf der Mineralen Messe vom 4. bis 6. Dezember zeigen rund 175 Aussteller aus rund 21 Nationen Mineralien, Fossilien, Edelsteine und Schmuck. Kinderprogramm mit Kristallsuchen und Drusen knacken.
www.minerale-messe.de
Im November und Dezember • MesseHalle Hamburg-Schnelsen

Foto: MesseHalle Hamburg-Schnelsen

HAMBURG -SCHNELSEN | N 53.637794 E 9.923326
MESSEHALLE
KOMMENDE VERANSTALTUNGEN:









messehalle.de









Foto: Anne de Wolff

ANZEIGE

FJARILL: STRÅLANDE JULETID

Mit „Strålande Juletid“ bringt das Hamburger Duo Fjarill sein elftes Album heraus – und widmet sich zum zweiten Mal nach ihrem gefeierten Album „Stilla Tyd“ von 2016 der Magie und Stille der Winterzeit. Die Musik von Fjarill ist geprägt von einer natürlichen Klarheit, die ihre Wurzeln im hohen Norden hat. Lieder wie „Jul jul strålande jul“ oder „Nu tändas tusen juleljus“ sind in ihrer Heimat Teil des Herzschlags der dunklen Jahreszeit – Lieder, die Licht in die Dunkelheit tragen, Hoffnung schenken und Gemeinschaft stiften. Am 13. Dezember ist Fjarill im Hamburger Sasel-Haus zu erleben. Weitere Infos und Tickets (für je 24 Euro) gibt es unter www.sasel-haus.de.

13. Dezember, 18 Uhr • Sasel-Haus, Hamburg

ANZEIGE

HAMBURG LEUCHTET WIEDER

Der **Christmas Garden** startet in seine vierte Saison: Ab dem 13. November erstrahlt der Loki-Schmidt-Garten in Hamburg mit seinem neu gestalteten audiovisuellen Rundweg. In der vierten Ausgabe erwartet die Besucher*innen erneut eine Fülle künstlerischer Highlights. Rund zwei Kilometer lange funkelnde Pfade, kunstvoll in das jeweilige Ambiente ihrer Umgebung eingebettet. Für viele Gäste ist der abendliche Spaziergang zu einer liebgewonnenen Tradition in der Vorweihnachtszeit und an den Festtagen geworden. Im Weihnachtsdorf ergänzen süße und herzhafte Snacks sowie heißer Glühwein oder Punsch das Angebot. Karten gibt es auf christmas-garden.de/hamburg sowie auf myticket.de.

13. November bis 10. Januar • Loki-Schmidt-Garten, Hamburg



Fotos: Christmas Garden – Rainer Keuenhof



bahn.de/regio-sh

DB Regio SH | NAH.SH

Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

Ganz Bethlehem in einer Wohnstube

Eine Krippenlandschaft, die das ganze Wohnzimmer ausfüllt? Bei Monika Tratzky (67) und Astrid Dingeldey (73) geht es ab dem ersten Advent zu wie in Bethlehem vor über 2000 Jahren.

VON MARION LASS



Monika Tratzky mit einer Figur – alles angefertigt in liebevoller Handarbeit.

Wenn Monika Tratzky und Astrid Dingeldey ihre rund 170 handgefertigten Figuren mitsamt der Aufbauten und der Dekoration vom Speicher in die Wohnstube tragen, beginnt bei den beiden Freundinnen die Adventszeit, und die ist arbeitsintensiv. „Immerhin muss bis zur Eröffnung am ersten Advent alles an seinem Platz stehen", erklärt Monika Tratzky. Sie hat wie jedes Jahr ihren Plan zur Hand, damit sie nachvollziehen kann, welche Figur in welchem Teil der Wohnstube stehen soll, denn schließlich müssen alle elektrischen Anschlüsse richtig gelegt werden. Sie sorgen am Ende dafür, dass an den Lagerfeuern und in den Häusern kleine LED-Lämpchen blinken und die Krippe beleuchtet wird.

25 QUADRATMETER BETHLEHEM

Wenn die beiden Damen nach vielen Tagen der Vorbereitung fertig sind, hat sich ihr Wohnzimmer in eine 25 Quadratmeter große Krippenlandschaft verwandelt, die die biblische Zeit von Bethlehem darstellt. Im Mittelpunkt natürlich das berühmteste Elternpaar der Welt: Maria und Josef mit dem Christuskind. Alle Figuren sind handgefertigte Unikate, selbst die Aufbauten sind von den Freundinnen per Hand gesägt und geschraubt worden. „Astrid ist recht gut an der Nähmaschine, und ich bin gut im Handwerkern", erzählt Monika Tratzky.

Fotos: Monika Tratzky und Astrid Dingeldey





So viele kleine Details spiegeln das Leben rund um das kleine Christuskind wider.

VERLIEBT IN EGLI-FIGUREN

Angefangen hat alles in der Schweiz. Dort haben die beiden Freundinnen, die sich seit 40 Jahren kennen, lange Zeit gelebt. Auf den dortigen (Weihnachts-)Märkten haben sie sich in die Egli-Figuren verguckt. Doch sie waren nicht billig. „Eine Figur kostete über 300 Schweizer Franken“, sagt Astrid Dingeldey. Zu teuer zum Kaufen für die beiden. Aber was wäre, wenn man die Figuren selbst macht? Astrid Dingeldey und Monika Tratzky packten das Projekt an. Ihre erste Kreation, Adam, entstand im Jahr 2010. Es folgten weitere fünf Figuren, alle um die 40 Zentimeter groß. Sie sollten der Anfang einer großen Sammlung sein.



Bethlehem vor 2000 Jahren. Die selbstgemachten Gebäude mit Balkonen und kleinen Lampen sorgen dafür, dass das Ambiente stimmt.



Auf 25 Quadratmetern ist im Wohnzimmer von Astrid Dingeldey und Monika Tratzky eine fantasievolle Landschaft entstanden. Jedes einzelne Stück ist handgemacht.





Ab dem ersten Advent öffnen Astrid Dingeldey und Monika Tratzky ihre Haustür in Risum-Lindholm für Besucher*innen – bis zum 6. Januar 2027.



Astrid Dingeldey in ihrer Nähstube. Hier entstehen die Figuren mitsamt ihren Kleidungsstücken und Utensilien.

Astrid ist gut an der Nähmaschine und ich bin gut im Handwerkern.

Monika Tratzky



Die Krippe mit dem Christuskind entstand aus einem Baumstamm, den Monika Tratzky ausgehöhlt hat.

VON SECHS AUF 170

Als sie ihre Krippenlandschaft einmal in Monikas Haus in Rheinland-Pfalz aufgestellt hatten, klingelten die Sternsinger an der Tür, sahen die Ausstellung und waren auf Schlag verliebt. So sprach es sich schnell herum, was es bei Astrid und Moni Tolles zu sehen gab. Für Monika Tratzky und Astrid Dingeldey war dies das erste Mal, dass sie ihr Haus für kleine und große Besucher*innen öffneten. Ganze Familien kamen, um das Leben in Bethlehem zu bestaunen und sogar an Heiligabend saßen Kinder bei den beiden Künstlerinnen im Wohnzimmer. „Viele der Besucher*innen ließen einen Obolus da, sodass wir am Ende der Weihnachtszeit einen großen Betrag spenden konnten“, erzählen die beiden.





Fotos: Monika Tratzky und Astrid Dingeldey



Es gibt so viel zu entdecken im Bethlehem vor 2000 Jahren.



Hier ist Astrid Dingeldey dabei, eine neue Figur mit Leben zu erfüllen.

EINE WOHNSTUBE VOLLER HANDARBEIT

Seit einigen Jahren wohnen die Rentnerinnen in Risum-Lindholm und öffnen 2026 im vierten Jahr ihre besondere Krippenausstellung in Südtondern. Jetzt im November beginnt bei ihnen der Aufbau.

Dann verwandelt sich das ausgeräumte Wohnzimmer in eine kleine Wunderwelt mit Krippe. Sie ist 30 Zentimeter groß, entstanden aus einem Baumstumpf. „Alles Handarbeit“, betont Monika Tratzky. Jede Figur ist ein Kunstwerk im Miniaturformat. Die kleinen Mützchen oder auch die Miniaturschuhe aus echtem Leder – alles per Hand genäht. Sogar der Webstuhl, an dem die Beduinin sitzt, ist handgefertigt. Lange hatten die beiden Künstlerinnen recherchiert, wie die Webstühle vor 2000 Jahren ausgesehen haben.

Die entstandene Landschaft ist vielseitig. In der einen Ecke breitet ein Teppichhändler seine Waren aus, gegenüber versammeln sich Hirten um ein mit kleinen LED-Leuchten flackerndes Lagerfeuer. Die Ausstellung ist wunderschön und erzählt vom Leben zu Zeiten Jesu – von Handwerk, Handel, Familie und Alltag.

Für kleine Besucher*innen hat Monika Tratzky Leitern aufgestellt, damit sie von oben auf die Wunderlandschaft schauen können. „Die Gäste dürfen ruhig stundenlang gucken. Wir freuen uns, wenn die Menschen anhand unserer Ausstellung auf Traumreise gehen. Dann haben wir unser Ziel erreicht“, sagt Monika Tratzky. Einer Kirche gehören die Wahl-Risum-Lindholmerinnen nicht an. „Wir akzeptieren alle Religionen. Es geht uns darum, die Geschichte der Geburt des kleinen Jesu zu erzählen – mit all den Lebensbereichen, die dazugehören.“







Ob Werkzeuge, Schuhe, Teppiche oder Kleidung – alles ist handgearbeitet und haucht den Puppen Leben ein.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN UND EIN ANLIEGEN

Die Krippenausstellung ist bis zum 6. Januar 2027 jeweils nachmittags im Laamstich 29 in Risum-Lindholm zu sehen. „Der Eintritt ist kostenlos. Aber wir freuen uns, wenn die Besucher*innen einen Obolus da lassen, damit wir das Kinderhospiz in Hamburg unterstützen können.“ Mit der Spende ermöglichen Astrid Dingeldey und Monika Tratzky den Eltern schwerkranker Kinder eine Auszeit im Hospiz.

Die Tür steht offen. Schauen Sie gerne rein!

Fotos: Monika Tratzky und Astrid Dingeldey

Geschenke GUIDE

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



FREIHEIT UND MEER

Das HAVLYS Leucht-Segelboot bringt maritime Atmosphäre in Wohnräume. Seine charakteristische Silhouette wird durch warmweißes LED-Licht nachgezeichnet und erinnert an entspannte Segeltörns, Sonnenuntergänge auf dem Wasser und unbeschwerte Urlaubstage. Das Segelboot ist ein dekorativer Blickfang für maritime Räume. 79,90 Euro
www.havlys-lights.com

PURE PINE

Ob als Diffusor mit Sprühkopf oder Raumduft mit Faserstäbchen – der neue Duft Pure Pine von Badesofa verteilt sich dezent im Raum. 29,99 Euro
www.badesofa.de



Foto: BADESOFA



ALLES DABEI

Mit der Nuri Crossbodybag von Henties haben Sie alles zur Hand. Der hochwertige Korkstoff ist weich und robust. 79 Euro
www.henti.es



STILECHT AUS HOLZ

Das Tischler-Start-up SpeicherArt bietet eine Alternative zu Plastiklampen und Kabelsalat: die Akkutischleuchte Nala aus Vollholz, kabellos und dimmbar. Sie ist in verschiedenen Ausführungen erhältlich. ab 99 Euro
www.speicherart.de



WANDERN WELTWEIT

Es gibt Wanderungen, die unternimmt man, um sich einen Lebenstraum zu erfüllen. Folgen Sie bekannten National Geographic-Fotograf*innen durch alle Kontinente und Klimazonen, von der Tagestour auf den isländischen Kristínartindar bis zum mehrtägigen Sinai Trail durch Ägypten. 29,99 Euro
www.verlagshaus24.com



MANDELNASCHEREI

Fruchtig, würzig, salzig oder lieblich? Bei der Mandel-Bar von mynaschwerk aus Flensburg finden Sie ein buntes Spektrum an Aromen. Da ist für alle Naschkatzen etwas dabei. 9,50 Euro
www.mynaschwerk.de

ERFINDERINNEN-MEMO

Wer hat eigentlich den Fallschirm erfunden? Lernen Sie Käthe Paulus und 23 andere Erfinderinnen und ihre Erfindungen kennen! Auf einer Karte ist die Erfindung, auf einer anderen die Erfinderin – können Sie herausfinden, welche Erfinderin zu welcher Erfindung gehört? Pro verkauftem Memo fließen 50 Cent in den Stiftungsfonds ziviler Seenotrettung. 19 Euro
www.spielkoepfe.de





STERNEKÜCHE

Für Fans außergewöhnlicher Aromen und gehobener Küche hält die Geschenk-Box von Ankerkraut vier Gewürzmischungen aus der Feder des Berliner 2-Sterne-Kochs Tim Raue bereit. 39,95 Euro
www.ankerkraut.de



Foto: Ankerkraut

PIZZA NIGHT

Mit diesem klappbaren Pizzaschieber kommt echtes Pizzabäcker-Feeling auf. Im Handumdrehen ist die Pizza im Ofen. 32,90 Euro
www.grillfuerst.de

Disclaimer: Alle angegebenen Preise sind unverbindliche Preisempfehlungen (UVP) der Hersteller (Stand: Oktober 2026) und können im Handel abweichen.

REGIONALES IM ABO

Jetzt ist Schluss mit der hektischen Suche nach der aktuellen Ausgabe. Verschenken Sie die „Lebensart im Norden" im Abo und sichern Sie sich eine Prämie. So landet unser Magazin jeden Monat direkt im Briefkasten.
www.lebensart-sh.de/abo





KERZENGLANZ

Die Weihnachtskollektion von Søstrene Grene verbindet vertraute Magie klassischer Weihnachtsmotive mit aktuellen Interior-Trends und sorgt mit kreativen Kerzenhaltern für ausdrucksstarke und glänzende Akzente.
www.sostrenegrene.com



Fotos: Søstrene Grene

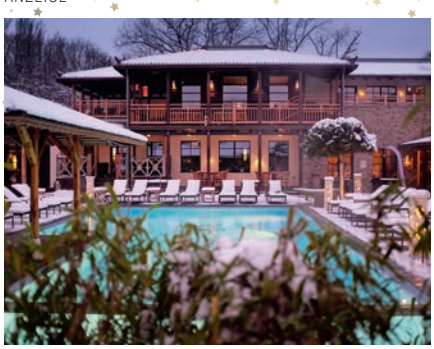
BYE-BYE, WINTERBLÄSSE

Mal ganz dezent, mal etwas intensiver: Mit den ST.TROPEZ Self Tan Luxe Tan Tonic Drops lässt sich die gewünschte Bräune individuell dosieren. Die Tropfen können einzeln aufgetragen oder mit der gewohnten Pflege kombiniert werden. Der Bräunungswirkstoff DHA sorgt für einen sonnengeküssten Look ganz ohne UV-Strahlung. 40 Euro
www.douglas.de



Bildhauerin Tietze Schmuck
Skulpturen-Kalender 2027
Bestellungen per Email:
ts@tietzekunst.de • 0171-9153515
www.tietzekunst.de

ANZEIGE



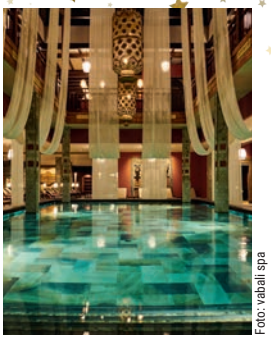


Foto: vabali spa

BALI IST NÄHER, ALS MAN DENKT

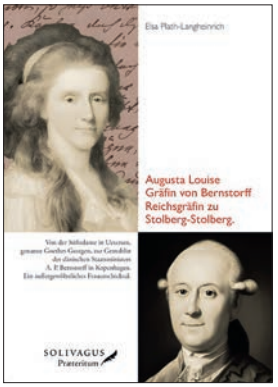
Einmal abtauchen, bitte! Was oft zu kurz kommt, ist Zeit. Für uns selbst und füreinander. Und genau die lässt sich verschenken! Mit einem Gutschein für das vabali spa Hamburg geht es auf eine kleine Reise nach Bali, ganz ohne Langstreckenflug. In der Wellness-oase im Stil eines balinesischen Dorfes laden Saunen, Aufguss-zeremonien, Pools und Ruheräume zum Abschalten ein. Massagen machen die Auszeit perfekt. Wer länger bleibt, genießt das Urlaubsgefühl im angeschlossenen Hotel. Für den Lieblings-menschen, gute Freund*innen oder eine schöne gemeinsame Zeit zu zweit. Eintrittsgutscheine gibt es ab 29,50 Euro.

Vabali Spa Hamburg, In der Trift 1, Glinde
Tel.: 040 / 298 35 50 00, www.vabali.de/hamburg

GESCHICHTSTRÄCHTIG

Anhand der Biografie von Augusta Louise Gräfin von Bernstorff Reichsgräfin zu Stolberg-Stolberg (1753–1835) wird detailreich ein Stück schleswig-holstei-nischer Landeshistorie lebendig – und einer mutigen Frau ein schönes sowie überaus lesenswertes Denkmal gesetzt.

Eva Plath-Langheinrich: Augusta Louise Gräfin von Bernstorff Reichsgräfin zu Stolberg-Stolberg, Solivagus-Verlag, 447 S., 27 Euro



HELFER IM ALLTAG

Er ist kugelrund, hat große blaue Kulleraugen und rollt auf eigenen Rädern. Im Inneren arbeitet ein KI-Gehirn, das mitdenkt und an To-Dos erinnert, bei der Kommu-nikation hilft oder Nachrichten verschickt. 599,99 Euro

www.de.store.enabot.com



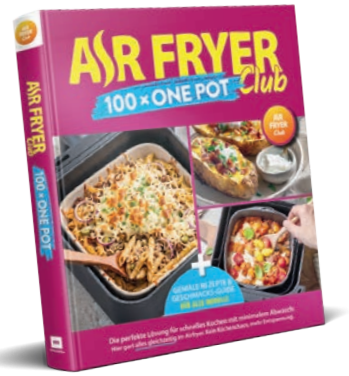
Foto: Enabot

FUNKTIONAL

Der Yukon 50+10 ist der Trekking-Klassiker von Tatonka und jetzt noch funktionaler für lange Touren. Die Deckeltasche lässt sich abnehmen und als Umhänge- oder Hüfttasche verwenden oder vorn in die Schultergurte einhängen. Die voluminöse Fronttasche eignet sich zum Verstauen von Kleidung, die griffbereit sein soll.

www.tatonka.com





ONE POT IM AIRFRYER

Nutzen Sie Ihren Airfryer bisher nur für Snacks und Pommes? Dann entgeht Ihnen das Beste! Ihr Airfryer kann viel mehr als nur knusprig – er ist der neue Profi für komplette Hauptgerichte. In diesem Buch trifft das Heißluftwunder auf das geniale One-Pot-Prinzip: 100 Rezepte, die komplett in nur einem Gar-korb entstehen. 24,90 Euro

www.falkemedia-shop.de

TIPPS FÜR LITERATURFANS

Das BÜCHERmagazin stellt Lite-ratur in all ihren Facetten vor, um spannenden Stoffen Gehör zu ver-schaffen – kritisch, unabhängig und ohne Scheuklappen. Erhältlich im Jahres-Abo als E-Paper für 28,90 Euro und als Print inkl. Prämie für 41,90 Euro.

www.falkemedia-shop.de





WINE NOT

Mit dem Wine Not-Geschenkset, bestehend aus Korkenzieher, Weinausgießer und Kühlmanschette, wird Wein stilvoll serviert. 74,90 Euro

www.de.peugeot-saveurs.com/de


NDR TICKETSHOP
Gänsehautnah.
Manche Emotionen passen auf keinen Bildschirm.
Tickets für Live-Momente unter ndrticketshop.de
Bild KI-generiert und bearbeitet

24 Türchen voller …

Mit jedem Türchen wird die Vorfreude auf Weihnachten größer.
Welcher Adventskalender darf es für Sie sein?



… BASTEL-IDEEN

Jeden Tag basteln – ganz ohne lange Vorbereitung! Hinter jedem Türchen wartet ein Bastelprojekt mit leicht verständlichen Anleitungen. 49,99 Euro
www.topp-kreativ.de



… SCHÖNHEIT

Im flaconi Love Brands-Adventskalender erwarten Sie Beauty- und Pflegeprodukte von Marken wie Dyson, bareMinerals, NUXE, Kess Berlin und Kérastase. 129,95 Euro
www.flaconi.de



… REISVIELFALT

Mit dem Kochkalender von Reishunger entdecken Sie die unglaubliche Reisvielfalt verschiedenster Länderküchen – von den duftenden Aromen Indiens bis zu knusprigen Köstlichkeiten der koreanischen Küche. 74,99 Euro.
www.reishunger.de



… SNACKS UND SÜSSIGKEITEN

Ob schokoladige Naschereien, knusprige Snacks, Kekse, Riegel oder fruchtige Leckereien – der Adventskalender „Süßigkeiten & Snacks" von Vegan Box bringt jeden Tag Abwechslung in Ihre Vorweihnachtszeit. Es wartet eine bunte Mischung aus unterschiedlichen Geschmacksrichtungen für Fans von süßen und von herzhaften Snacks. 54,99 Euro
www.vegan-box.de



… KNABBERSPASS

Weihnachtliche Vorfreude besteht beim Koro-Adventskalender aus Snacktüten, Riegeln und Aufstrichen. Erhältlich in den Versionen Classic und Vegan. So lässt sich der Dezember magisch genießen. 55 Euro
www.korodrogerie.de



… MAGIE

Hinter jedem Türchen verbirgt sich eine Mini-Version Ihrer Lieblingscharaktere und Kreaturen sowie Zubehör aus der Harry Potter™ Welt. Mit drei exklusiven Figuren in limitierter Auflage. Ein Muss für alle Fans! 59,99 Euro
www.schleich-s.com



… FRÜCHTE

Der FruchtBar-Adventskalender enthält 18 Bio-Snacks in Originalgröße und sechs Extras wie etwa eine Tasche und Holzspielzeug. 29,95 Euro
www.fruchtbar.de



… ÜBERRASCHUNGEN

Hinter 24 Türchen warten 20 ausgewählte Produkte von Startups aus Kategorien wie Snacks, Drinks, Kosmetik und Gadgets – plus vier Spendentürchen für soziale Projekte rund um Menschen, Tiere & Co. 149 Euro
www.adventsome.de

CORNELIA POLETTO

PALAZZO

DIE DINNER-SHOW IM SPIEGELPALAST



Das perfekte Weihnachts-geschenk!

HERZKLOPFEN INKLUSIVE

13. November – 07. März: www.palazzo.org

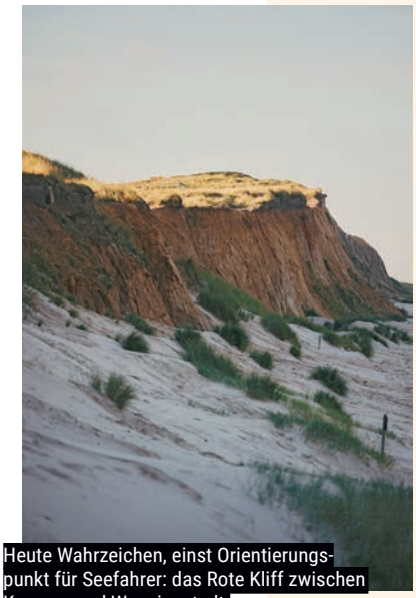
MOËT & CHANDON CHAMPAGNE
80er | 90er OLDIE ANTENNE Hamburg
PAULANER
Fürstenberg
ZWIESEL GLAS

KEIN HERBST OHNE KÜSTE

*Wir Schleswig-Holsteiner*innen können nicht ohne unsere heiß geliebte Küste. Auch im Herbst zieht es uns ans Meer – egal, wie stark der Wind an der Jacke rüttelt.*



Foto: Adobe Stock



Heute Wahrzeichen, einst Orientierungspunkt für Seefahrer: das Rote Kliff zwischen Kampen und Wenningstedt.



Das Morsum Kliff gewährt Einblicke in bis zu zehn Millionen Jahre Erdgeschichte.

KRAFTORTE AUF SYLT

Wo die Insel die Seele berührt: Zwischen Steilküsten, Dünen und Heidelandschaften liegen Orte, an denen eine ganz besondere Energie spürbar wird.

Als Kraftorte gelten Orte, die Menschen auf unterschiedliche Weise emotional berühren. Weil sie Ruhe schenken, den Blick weiten oder eine Verbindung zur Vergangenheit spürbar machen. Auch auf Sylt gibt es solche Orte. Hier treffen Millionen Jahre Erdgeschichte, Spuren früherer Kulturen und Orte der Einkehr auf eine Landschaft, die Wind und Meer bis heute formen.

ST. SEVERIN-KIRCHE: WO DIE KRÄFTE DER VERGANGENHEIT WEITERLEBEN

Auf einer Anhöhe am Ortsrand von Keitum liegt die St. Severin-Kirche, das älteste Kirchengebäude der Insel. Die erste urkundliche Erwähnung stammt aus dem Jahr 1240. Errichtet wurde sie auf der höchsten Erhebung des Sylter Geestkerns, wo bereits früher germanische Götter verehrt worden sein sollen. Der romanische Granitquaderbau war über Jahrhunderte Gotteshaus, Seezeichen und Zufluchtsort. Der Kirchturm diente zeitweise sogar als Gefängnis. Um die Kirche liegt der historische Friedhof mit Grabsteinen aus dem 17. Jahrhundert, die von Kapitänen, Walfängern und anderen Persönlichkeiten erzählen.

MORSUM KLIFF: WO DIE ERDE IHRE URALTEN GEHEIMNISSE PREISGIBT

Im äußersten Osten der Insel offenbart Sylt seine alte Seele. Zwischen Heidelandschaft und Wattenmeer erhebt sich das Morsum Kliff. Wer vor dem 1.800 Meter langen Kliff steht, blickt auf bis zu zehn Millionen Jahre alte Erdschichten. Eiszeitliche Gletscher haben sie schräg gestellt und aufeinander geschoben, sodass sich ihre unterschiedlichen Farben und Strukturen heute wie ein aufgeschlagenes Geschichtsbuch betrachten lassen. Fossilienfunde erzählen von einer längst vergangenen Welt. Auch Menschen hinterließen ihre Spuren: In der umliegenden Heidelandschaft finden sich vorgeschichtliche Grabhügel.

ROTES KLIFF: WO DIE KÜSTE IN DER ABENDSONNE LEUCHTET

Zwischen Kampen und Wenningstedt erhebt sich das bis zu 30 Meter hohe Rote Kliff. Das rund vier Kilometer lange Steilkliff verdankt seine charakteristische Färbung eisenhaltigen Bestandteilen im Lehm. Über Jahrhunderte diente es Seefahrern als Orientierungspunkt, heute zählt es zu den Wahrzeichen der Insel. Insbesondere abends, wenn die untergehende Sonne das Kliff in warme Rottöne taucht, entfaltet es seine besondere Atmosphäre. Zugleich zeigt sich hier die ungebändigte Kraft der Natur: Sturmfluten und Brandung nagen am Kliff und tragen immer wieder Material ab.

Weitere Informationen zu diesen und anderen Kraftorten auf Sylt unter www.sylt.de.

Fotos Peter Bender/Sylt Marketing

Deine Auszeit im
SLOW DOWN
BOTTSAND | HOTEL & SPA
Euer Lifestylehotel bei Kiel
Jedes Zimmer mit eigener Dampfsauna, Küche & Balkon



Nur sein. Nur fühlen. Nur SlowDown.

SlowDown Modus pur
Beheizter Pool | Saunalandschaft
Erlebnisduschen
Frühstücksbuffet | Kaffee & Kuchen
Abendessen | Sunset-Drinks

Ostsee, Marina & Naturschutzgebiet direkt vor der Tür

SlowDown Bottsand I Hotel & Spa
Ostseepromenade 30, 24235 Wendtorf
04343 185 980
info@slowdown-hotels.de

RAFFINIERTES Röschen

Klein, grün und ziemlich vielseitig: Rosenkohl kann weit mehr sein als die klassische Beilage. Hier zeigt das Wintergemüse, was alles in ihm steckt.



KÜRBIS-SAFRAN-RISOTTO MIT KARAMELLISIERTEM ROSENKOHL

Rezept auf der nächsten Doppelseite

Foto: Ira Leoni



WOLFSBARSCHFILET MIT KRÄUTERKRUSTE AUF PARMESAN-ROSENKOHL

Rezept auf der nächsten Doppelseite

Foto: Anna Gieseler



PASTINAKENGNOCCHI MIT ROSENKOHLGEMÜSE

Foto: Anna Giesler



KÜRBIS-SAFRAN-RISOTTO MIT KARAMELLISIERTEM ROSENKOHL

ZUBEREITUNGSZEIT: 1 STUNDE

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 3 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 800 g Muskatkürbis
- 3 EL Olivenöl
- 300 g Risottoreis
- 150 ml trockener Weißwein
- 1 l heiße Gemüsebrühe
- 0,1 g Safranfäden
- ½ Granatapfel
- 250 g Rosenkohl
- 2 EL kalte Butter
- 2–3 EL brauner Zucker
- 40 g frisch geriebener Parmesan
- Salz und Pfeffer

1. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Kürbis schälen und halbieren, dann von Kernen und Fasern befreien und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin glasig andünsten. Risottoreis und Kürbis dazugeben und kurz mitdünsten. Mit dem Weißwein ablöschen, diesen fast vollständig verkochen lassen. Nach und nach so viel heiße Brühe dazugeben, dass der Reis knapp bedeckt ist. Die Flüssigkeit immer wieder verkochen lassen, bevor weitere heiße Brühe dazugegeben wird. Den Reis in ca. 25 Minuten bissfest garen. Nach 15 Minuten Garzeit den Safran dazugeben.

2. Die Kerne des Granatapfels auslösen. Rosenkohl putzen, waschen und vierteln. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und den Rosenkohl darin unter Wenden ca. 5 Minuten dünsten. Den Zucker dazugeben und den Rosenkohl langsam karamellisieren lassen.

3. Parmesan und restliche Butter unter das Risotto rühren. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen, dann mit Rosenkohl und Granatapfelkernen garnieren und sofort servieren.

WOLFSBARSCHFILET MIT KRÄUTERKRUSTE AUF PARMESAN-ROSENKOHL

ZUBEREITUNGSZEIT: 50 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 800 g Rosenkohl
- 50 g Haselnusskerne
- 40 g getrocknete Cranberrys
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 80 g frisch geriebener Parmesan
- 1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Dill, Petersilie, Minze)
- 40 g weiche Butter
- 100 g Semmelbrösel
- 1 Knoblauchzehe
- 8 Wolfsbarschfilets (à ca. 60 g, ohne Haut)
- ½ Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
- 300 g Schmand
- 100 g Crème fraîche
- 1 EL Sahnemeerrettich (Glas)
- 1 EL flüssiger Honig
- Salz und Pfeffer

1. Den Rosenkohl putzen, vom Strunk befreien, waschen und die Köpfe halbieren. Die Haselnüsse grob hacken. Ein tiefes Backblech mit Backpapier belegen. Rosenkohl mit Nüssen, Cranberrys, Öl und etwas Salz auf dem Backblech vermengen und gleichmäßig verteilen. Mit dem Parmesan bestreuen. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Spitzen und Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Hälfte der gemischten Kräuter mit weicher Butter, Semmelbröseln und etwas Salz mischen. Knoblauch schälen, dazupressen und alles glatt rühren. Fischfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Zitronensaft würzen. Auf den Rosenkohl setzen, jeweils etwas Bröselmasse darauf verteilen und alles 20–22 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Nach Belieben am Ende kurz unter Sicht den Backofengrill zuschalten.

3. In einer Schale Schmand, Crème fraîche, Meerrettich, Honig, restliche Kräuter und Zitronenschale glatt rühren. Den Dip mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Das Backblech aus dem Ofen nehmen. Den Parmesan-Rosenkohl und die Fischfilets mit dem Dip servieren.





PASTINAKENGNOCCHI MIT ROSENKOHLGEMÜSE

ZUBEREITUNGSZEIT: 1 STUNDE

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 800 g mehligkochende Kartoffeln
- 300 g Pastinaken
- ½ Bund Basilikum
- 3 Eigelb
- 100 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 30 g Speisestärke
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 2 EL Butterschmalz
- 500 g Rosenkohl
- 150 g Pancetta, in dünnen Scheiben
- 2 EL Olivenöl
- 200 g Sahne
- Salz und Pfeffer

1. Kartoffeln und Pastinaken schälen, waschen und würfeln. Kartoffeln in kochendem Salzwasser in 15–20 Minuten weich garen, Pastinaken nach 5–8 Minuten dazugeben und mitgaren. Alles in ein Sieb abgießen und kurz ausdampfen lassen, dann durch die Kartoffelpresse in eine große Schüssel drücken und kurz abkühlen lassen. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und in ein hohes, schmales Gefäß geben. Die Eigelbe dazugeben und alles mit dem Stabmixer pürieren.

2. Mehl, Stärke, Eigelb-Mix sowie etwas Muskat, Salz und Pfeffer zur Kartoffelmischung geben, alles zügig zu einem glatten Teig verkneten. Ggf. etwas mehr Mehl einarbeiten. Gnocchiteig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu daumendicken Rollen formen, davon ca. 2 cm große Stücke abschneiden und diese über ein Gnocchibrett oder einen Gabelrücken rollen, damit sie ihre typische Form bekommen. Die Gnocchi in einem Topf in reichlich siedendem Salzwasser gar ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen, anschließend in einer Pfanne in heißem Butterschmalz bei mittlerer Hitze rundherum goldbraun und knusprig anbraten.

3. Inzwischen den Rosenkohl putzen, halbieren, waschen und gut abtropfen lassen. Den Pancetta in grobe Stücke schneiden und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne knusprig auslassen. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Öl in die Pfanne geben und den Rosenkohl darin unter Wenden anbraten. Sahne dazugießen. Alles aufkochen, etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gnocchi und Rosenkohlgemüse auf Teller verteilen und mit Pancetta garniert servieren.

Fotos: Anna Gieseler, Ira Leoni

ANZEIGE

Genussvoll INS NEUE JAHR

Anmeldungen sind möglich unter www.altes-stahlwerk.com



*Zum Jahreswechsel lädt das **Alte Stahlwerk** in Neumünster zu einem festlichen Abend voller kulinarischer Höhepunkte, Musik und besonderer Atmosphäre ein. Unter dem Motto „100 Jahre Altes Stahlwerk" stehen zwei Varianten für einen stilvollen Start ins Jahr 2027 zur Wahl.*

BUFFET, BEATS UND MITTERNACHTSSEKT IM RESTAURANT 1500°C

Im Restaurant 1500°C beginnt die Silvesterparty um 19 Uhr mit einem Sektempfang und Fingerfood zwischen Vinothek und Kaminlounge. An verschiedenen Buffets im Restaurant, an der Bar, in der Lobby, der Vinothek und der offenen Frontküche wartet eine abwechslungsreiche Auswahl von kreativen Vorspeisen über vielseitige Hauptgerichte bis zu Dessertvariationen.

Im Preis von 212 Euro pro Gast enthalten sind zudem Weine, Biere, Softgetränke, Säfte, Mineralwasser sowie Kaffee- und Teespezialitäten. Um Mitternacht wird mit einem Glas Sekt auf das neue Jahr angestoßen, bevor ein Mitternachtsimbiss serviert wird. DJ Michael Blohm sorgt mit Partymusik für Stimmung bis in die frühen Morgenstunden.

SECHS GÄNGE UND GALAABEND IM GUSTAVS

Wer den Abend besonders genussvoll beginnen möchte, kann ab 18 Uhr im GUSTAVS Platz nehmen. Nach einem Glas Champagner wird ein sechsgängiges Silvestermenü serviert. Das Menü kostet 165 Euro pro Gast inklusive Champagner. Für 215 Euro ist anschließend auch die Teilnahme an der Party im Alten Stahlwerk mit Tanz, Partymusik sowie Getränken enthalten.

Altes Stahlwerk JoPi Hotel GmbH
Rendsburger Straße 81, Neumünster
Tel.: 04321 / 556 00
info@altes-stahlwerk.com

Foto: Altes Stahlwerk JoPi Hotel GmbH

HOF Laden
REIHERSTIEG
Reiherstieg 1, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel. 04193 - 42 19
www.hof-reiherstieg.de
NEU!
24/7 Automat
mit vielen frischen Produkten wie Milchprodukte, Grillfleisch, Mettwurst, Marmeladen, Butter, Eier, Gewürzgurken etc.
Direkt am Eingang des Hofladens!
DO + FR 9 - 18 UHR & SA 8 - 13 UHR

DIE GRÖSSTEN PFEIFEN, VON UNS GERETTET.
Instrument des Jahres 2021 Orgel
Wir erhalten Einzigartiges. Mit Ihrer Hilfe!
Spendenkonto
IBAN: DE71 500 400 500 400 500 400
BIC: COBA DE FF XXX, Commerzbank AG
www.denkmalschutz.de
DEUTSCHE STIFTUNG DENKMALSCHUTZ
Wir bauen auf Kultur.

ANZEIGE

DIE FESTTAGE STEHEN VOR DER TÜR



Wenn die Tage kürzer werden, rückt die Planung für die Festtage näher. Wer zu Weihnachten Galloway aus eigener Aufzucht oder Ente, Gans, Wild oder Lamm aus der Region auf dem Tisch haben möchte, sollte frühzeitig bestellen: **Hof Reiherstieg** nimmt ab sofort Bestellungen entgegen. Im Hofladen ist außerdem die neue Weihnachtsdekoration eingetroffen und lädt zum Stöbern ein. Hier finden Sie nicht nur Inspirationen für das eigene Zuhause, sondern auch Ideen für die Bescherung. Und zuletzt noch ein kleiner Tipp: Merken Sie sich den 13. Dezember vor, denn an diesem Tag öffnet der Hof von 11 bis 18 Uhr die kleine Reithalle für seinen Weihnachtsmarkt. www.hof-reiherstieg.de

Foto: Hof reiherstieg

Weihnachtliche GRÜSSE AUS DER KÜCHE



Die Feiertage leben von geselligen Abenden und gemütlichem Beisammensitzen. Diese leckeren Drinks runden jedes winterliche Fest ab.



HOT APPLE MARZIPAN

Ein Bratapfel gehört zur kühlen Jahreszeit wie ein Lebkuchen zum Zuckerhaus. Der warme, fruchtige Apfel in Kombination mit Marzipan vertreibt die Kälte aus den Gliedern. Der Hot Apple Marzipan gießt dieses Feeling ins Glas. Mit einem Schuss Vodka ist er der ideale Drink für einen kuscheligen Abend auf der Couch oder gut eingepackt am Lagerfeuer.

Zutaten

- 4 cl Vodka (z. B. 9 Mile Vodka)
- 12 cl warmer naturtrüber Apfelsaft
- 1 cl Mandelsirup
- 0,5 cl Zimtsirup

Garnitur:
Getrocknete Apfelscheibe, Zimtstange und optional einige Mandelblättchen.

Zubereitung

Den Apfelsaft vorsichtig erhitzen, jedoch nicht aufkochen. Mandelsirup und Zimtsirup in ein vorgewärmtes Glas geben und mit dem heißen Apfelsaft verrühren. Anschließend Vodka hinzugeben und nochmals kurz umrühren. Den Vodka nicht zusammen mit dem Apfelsaft aufkochen, damit Aroma und Alkohol erhalten bleiben.

CHRISTMAS PALOMA

Strandfeeling für den Winter, das schafft nur der Christmas Paloma. Der Klassiker mit Twist ergänzt die Zitrus-Noten von Grapefruit und Blutorange mit weihnachtstypischem Zimt-Aroma. Der Tequila bringt mexikanische Sonne ins Glas und wärmt von innen.

Zutaten

- 20 ml Tequila (z. B. Salitos Tequila Silver)
- 150 ml Pink Grapefruit Soda
- 10 ml Blutorangensaft
- Limettensaft
- Zimt & Salz

Zubereitung

Den Glasrand zuerst in Limettensaft tauchen und anschließend in der Zimt-Salz-Mischung drehen. Eiswürfel ins Glas geben. Tequila, Blutorangensaft und einen Spritzer Limettensaft dazugeben. Mit Pink Grapefruit Soda auffüllen und vorsichtig umrühren.





NOEL SPRIZZ

Sprizz ist ein Sommerdrink? Nicht mit dieser festlichen Variante: Der Noel Sprizz präsentiert den Trend im weihnachtlichen Gewand. Mit Prosecco und winterlichen Aromen wie Cranberry, Zimt und Orange entsteht ein prickelnder Genuss für das Festtagsessen.

Zutaten

- 100 ml Prosecco
  (z. B. Scavi & Ray Prosecco Doc Spumante)
- 50 ml Sarti
- 50 ml Cranberry Saft
- 20 ml Zimtsirup

Garnitur:
Getrocknete Orangenscheibe, Thymian, Zimtstange

Zubereitung

Das Glas mit Eiswürfeln füllen. Sarti, Cranberrysaft und Zimtsirup ins Glas geben und anschließend mit Prosecco auffüllen. Vorsichtig umrühren und mit einer getrockneten Orangenscheibe, Thymian und einer Zimtstange garnieren.

Fotos: MBG Group

ANZEIGE

Winterzauber & Festtagsgenuss

Weihnachten und Silvester im Treudelberg Resort Hamburg

Wenn das Alstertal in winterlichem Glanz erstrahlt, beginnt im **Treudelberg Resort Hamburg** eine ganz besondere Zeit. Freuen Sie sich auf stimmungsvolle Weihnachtsmomente, kulinarische Highlights am Kamin und festliche Erlebnisse vom ersten Adventsgefühl bis zum Jahreswechsel. Ob mit der Familie, Freund*innen oder zu zweit: Im Treudelberg können Sie den Winter gemeinsam genießen.

WEIHNACHTSMARKT

18. November bis
20. Dezember | Eintritt frei

Lichterglanz, der Duft von Glühwein und herzhaften Grillspezialitäten sowie liebevoll zubereitete Leckereien machen den Treudelberger Weihnachtsmarkt zum Treffpunkt für die ganze Familie. Kleine Gäste freuen sich auf das Kinderkarussell, kreative Bastelstationen und gemeinsames Keksebacken. Und wenn der Abend beginnt, wird es musikalisch: beim Afterwork mit Inusa jeden Donnerstag von 18 bis 21 Uhr oder bei der Weihnachtsparty mit DJ jeden Freitag und Samstag von 18 bis 22 Uhr.

AFTERNOON TEA AM KAMIN

Ab dem 6. November kehrt ein beliebter Klassiker zurück: Genießen Sie eine genussvolle Auszeit am Kamin mit Afternoon Tea und einem Glas Champagner. Ein stilvoller Moment zum Durchatmen und Verwöhnen lassen.

HAMBURG GANZ(S) WEIHNACHTLICH

11. November bis 26. Dezember,
Mittwoch bis Samstag

Tradition trifft auf Raffinesse: Freuen Sie sich im Restaurant Treudelberg auf ein festliches 3-Gänge-Menü rund um den winterlichen Genuss. Das stilvolle Ambiente und die saisonale Küche bieten den passenden Rahmen für einen besonderen Abend mit den Liebsten.

WEIHNACHTEN NACH IHREM GESCHMACK

Ob festliches Dinner im Restaurant vom 24. bis 26. Dezember, Weihnachtsbrunch am 25. und 26. Dezember oder Gans und Ente für den Genuss zu Hause: Das Treudelberg bietet vielfältige Möglichkeiten, die Festtage kulinarisch zu feiern.

SILVESTER IM TREUDELBERG

Verabschieden Sie das Jahr mit einem Abend ganz nach Ihrem Geschmack: beim festlichen Dinner mit Feuershow im Restaurant Treudelberg, beim italienischen Buffet mit Kinderbetreuung in der Pizzeria NOI!, beim festlichen Buffet mit „Saxobeats“ in den Arkaden oder auf der Silvesterparty mit Musik und Tanz. Um 23.30 Uhr kommen alle Gäste in der festlich geschmückten Lobby zusammen, stoßen mit einem Glas Champagner auf das neue Jahr an und erleben gemeinsam ein stimmungsvolles Feuerwerk.



Fotos: Treudelberg Resort Hamburg

Entdecken Sie die winterlichen Highlights und feiern Sie die schönsten Momente des Jahres im Treudelberg Resort Hamburg.
www.treudelberg-resort.com



Dein Festessen war nie so einfach!

Die besten Airfryer-Rezepte an einem Ort

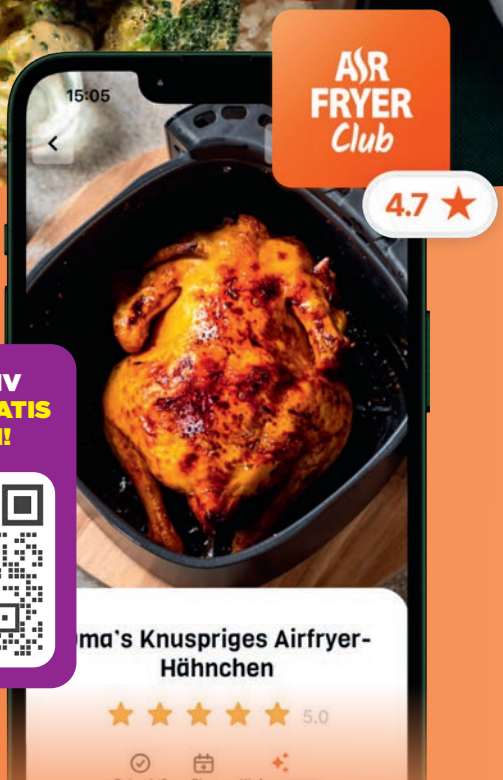
Foto: Anna Gieseler/mit KI bearbeitet (1)

AIR FRYER Club

Dein Airfryer.
Dein Club. Deine App.

Als Club-Mitglied erwarten dich: Finde neue Lieblingsrezepte an einem Ort und freue dich auf knusprige Ergebnisse – ganz einfach aus deinem Airfryer. Vom schnellen Feierabendessen bis zum Weihnachtsmenü.

www.airfryer.club/welcome-regio



EXKLUSIV
7 TAGE GRATIS TESTEN!



Kurzer, figurbetonter Blazermantel mit Knopfleiste, camelfarben

KEY PIECES FÜR KÜHLE TAGE

Die kältere Jahreszeit ruft nach warmen Texturen, erdigen Farben und cleverem Layering. Soft gestrickt, fein in Lederoptik oder kuschelig als Teddy-Jacke – die Key Pieces der Saison bringen uns stilvoll durch Herbst und Winter. Die Marke LASCANA etwa zeigt mit Herbst-Highlights aus der aktuellen Kollektion, wie das geht.



















Lederimitatjacke mit Teddyfell in der Farbe „dunkelbraun“

1 Weste, gefüttert mit Teddyfell, in der Farbe „creme-beige“

2 Langarmshirt mit Rollkragen in der Farbe „braun“ mit Leoprint

3 Gefütterte Steppweste in der Farbe „nougat“ von Elbsand über LASCANA

4 Fellimitatjacke aus Teddyplüsch in der Farbe „taupe“

5 Ankle-Jeans in modischem Barrel-Stil von Buffalo über LASCANA

6 Bleistiftrock aus Kunstleder in der Farbe „dunkelbraun“

7 Maxirock mit Plisseefalten in der Farbe „bordeaux“

8 Kurzjacke aus Teddyplüsch mit Stehkragen in der Farbe „taupe“

Fotos: LASCANA, Buffalo über LASCANA, Elbsand über LASCANA

STILVOLLE WÄRMESPENDER

Kalte Ohren, klamme Finger, kühle Füße? Muss nicht sein. Die richtigen Accessoires machen den Unterschied zwischen Frösteln und Wohlfühlen – und sehen dabei auch noch gut aus. Von Kopf bis Fuß warm eingepackt kommt man entspannt durch die kalte Jahreszeit.



Wollmix-Mütze in der Farbe „Fir Green"
www.selected.com



Fäustlinge aus 100 Prozent Lammfell in der Farbe „Dunkelgrün"
www.hemtex.de



Mohair-Mix-Schal in der Farbe „Moonlit Lilac", Unisex
www.armedangels.com



Kuschelige Pantolette mit Korkfußbett von Vivance Dreams by LASCANA
www.lascana.de



Gestrickte Balaclava mit integriertem Schal
www.objectci.com



Schal mit Schmuckstein-Besatz
www.comma-store.de



Beinstulpen mit Zopfstrickmuster
www.bonprix.de



Schal „Scallop" in der Farbe „Braun"
www.hemtex.de



Norweger Wollsocken im Zweierset, Farbmix „Offwhite/Braun", Unisex
www.snocks.com



Strickmütze „VIJANIS" in der Farbe „Dark Grey Melange"
www.vila.com

Fotos: SNOCKS (1), Hemtex (2), bonprix (1), LASCANA (1), COMMA (1), SELECTED (1), ARMEDANGELS (1), . OBJECT (1), VILA (1)

Wunderbare Wollmode
FÜR DIE KALTE JAHRESZEIT

Wenn es draußen ungemütlich wird, rückt warme Kleidung in den Fokus. Im ***Herrenhaus Ahrensburg*** *finden Sie vielseitige Wollmode für Herbst und Winter – und am 27. November 2026 wird außerdem Jubiläum gefeiert.*



Foto: Herrenhaus Ahrensburg

Nun sind die Tage merklich kürzer und die Luft oft schon klamm. Die trübere Seite des Herbstes hat begonnen und damit auch das Suchen nach der geeigneten Kleidung. Wer Abwechslung zu Funktionsjacken und Hoodies sucht, findet in Wolltextilien eine klassische Option für unterschiedliche Anlässe. Ob Jacken, Sakkos und Mäntel aus Tweed oder Flanell, leichte Pullover aus Merinowolle oder kräftigere Modelle aus irischer Wolle: Die Auswahl reicht von zeitlosen Basics bis zu markanten Lieblingsstücken. Ewa und Sven Leya vom Herrenhaus Ahrensburg haben es sich zur Aufgabe gemacht, genau solche hochwertigen Produkte anzubieten.

JUBILÄUM MIT MUSIK UND LATE-NIGHT-SHOPPING

Das Herrenhaus Ahrensburg lädt am Freitag, den 27. November, dazu ein, das eigene, zehnjährige Jubiläum zu feiern. Zu Gast ist Soul- und Jazzsänger Dennis Durant (ab 18 Uhr), dazu gibt es Sekt und besondere Angebote. Das Ahrensburger Stadtforum lädt an diesem Abend außerdem zum Late-Night-Shopping bis 21 Uhr ein. Straßenkünstler*innen und weitere Aktionen begleiten den Abend. Auch der Weihnachtsmarkt hat bereits geöffnet und bietet Glühwein und Leckereien an.



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



Handtasche MIEKE mit
Herz-Schlüsseltasche
und Lederquaste.

EIN KLEINES ACCESSOIRE MIT VIEL PERSÖNLICHKEIT

*Eine gute Tasche muss nicht laut sein. Aber ein bisschen Charakter darf sie schon haben. Genau dafür gibt es bei **KEINE SCHWESTER** den Taschenschmuck. Das sind kleine Lederlieblinge, die aus der Handtasche ganz nebenbei „die Eigene“ machen.*

Nun nähert sich Weihnachten. Und wer noch nach einer kleinen, besonderen Geschenkidee sucht, für sich oder die Liebsten, wird bei KEINE SCHWESTER fündig: Taschenschmuck aus feinem italienischem Leder. Eine Lederquaste in der Lieblingsfarbe? Eine praktische Anhängerschlüsseltasche? Ein kleines Herz für die Tasche oder der Jubiläums-Anhänger? Die kleinen Lederstücke sind unkomplizierte Geschenke für Menschen, die vielleicht schon alles haben und sich über Persönliches freuen. Dabei geht es gar nicht um „noch mehr“. Sondern um etwas, das Bestehendes schöner und individueller macht. Die Lieblingstasche bekommt einen neuen Akzent, darf mit frischen Farben kombiniert werden und bleibt genau das, was sie sein soll: ein langlebiger Begleiter.

Zu kaufen gibt es KEINE SCHWESTER im Eichenweg 1, 25451 Quickborn, Tel.: 04106 / 65 80 11 (bitte nach vorheriger Terminabsprache) im Onlineshop unter www.keineschwester.de sowie im ausgewählten Einzelhandel.

KEINE SCHWESTER, Eichenweg 1, Quickborn, Tel.: 04106 / 65 80 11
www.keineschwester.de



Schlüssel-LOTTA in nougat



Kurze Lederquaste, genarbt, in friesenblau



Jubiläumsanhänger in beere



Umhängetasche ANNA in dunkelbraun mit der Schlüssel-KARLA samt Goldakzenten

Fotos: KEINE SCHWESTER



WÄRMEND & MODISCH:
Lange Steppmäntel in sanften Naturtönen verbinden Wärme mit sportlicher Eleganz.



VIELSEITIG KOMBINIERBAR:
Strickjacken sind unkomplizierte Begleiter und lassen sich immer wieder neu kombinieren.

DIE SCHÖNE SEITE DES WINTERS

*Kuschelige Strickmode, wärmende Mäntel und stilvolle Kombinationen: Die aktuellen Winterkollektionen bei **NORTEX** laden zum Entdecken und Wohlfühlen ein.*

ZEITLOSE ELEGANZ:
Hochwertige Wollmäntel in unterschiedlichen Schnitten und edlen Naturfarben begleiten stilvoll durch die kalte Jahreszeit.

Der Winter hat seine ganz eigene schöne Seite: frische Luft bei einem Spaziergang am Meer, gemütliche Stunden im Warmen und Mode, in die man sich am liebsten einkuscheln möchte. Weiche Strickpullover, stilvolle Wollmäntel und wärmende Jacken machen Lust auf die kalte Jahreszeit. Dazu gesellen sich natürliche Farben, hochwertige Materialien und vielseitige Kombinationen, die Gemütlichkeit und Eleganz wunderbar miteinander verbinden.

LIEBLINGSSTÜCKE FÜR KALTE TAGE

Von eleganten Wollmänteln aus Schurwolle oder Kaschmir bis hin zu sportlichen Steppjacken und wärmenden Parkas: Die Wintermode zeigt sich besonders vielseitig. Unterschiedliche Mantellängen und Schnitte – von klassisch tailliert bis lässig weit – bieten für jeden Stil den passenden Begleiter. Marken wie Camel Active, JOOP, Gil Bret und Wellensteyn stehen für eine abwechslungsreiche Jacken- und Mantelauswahl. Farblich bestimmen sanftes Beige, warmes Camel, Schokoladenbraun und tiefes Marineblau das Bild. Kuschelige Strickpullover, Cardigans und Troyer aus weichen Wollqualitäten, etwa von MAREZ, Fynch Hatton und Grote, ergänzen die Auswahl. Zusammen mit gepflegten Stoffhosen, lässigen Jeans oder weichen Cordhosen entstehen vielseitige Winterensembles, die Wärme und Stil miteinander verbinden. Wer es etwas eleganter mag, setzt auf stilvolle Kombinationen mit Blazern oder klassischen Anzügen. Feine Stoffqualitäten, dezente Strukturen und harmonisch abgestimmte Farben wie Sand, Taupe oder Bordeaux verleihen der Mode eine zeitlose Eleganz. Ob Ton in Ton oder mit raffinierten Kontrasten – so entstehen Kombinationen mit besonderer Ausstrahlung.

MODE ENTDECKEN UND WOHLFÜHLEN

Mit rund 240 Marken auf 10.000 Quadratmetern bietet das NORTEX Mode-Center in Neumünster viel Raum für neue Inspirationen. Eine besondere Vielfalt an Größen, Längen und Passformen sowie persönliche Beratung helfen dabei, die passenden Lieblingsstücke zu finden. Und wer sich zwischendurch eine kleine Auszeit gönnen möchte, kann den Einkaufsbummel bei einer gemütlichen Pause im Bistro ausklingen lassen. Für eine besonders stimmungsvolle Atmosphäre sorgt am Freitag, 6. November, das NORTEX Lichterfest mit besonderen Aktionen und entspanntem Einkaufsvergnügen bis 21 Uhr.



SCHÖN EINGEPACKT:
Elegante Wollmäntel, kuschelige Schals und winterliche Accessoires ergänzen sich zu einem harmonischen Gesamtbild.

ELEGANT & UNKOMPLIZIERT:
Der marineblaue Herrenmantel überzeugt mit Tragekomfort und einer gepflegten, unaufdringlichen Optik.



SPORTIV & FUNKTIONAL:
Wetterfeste Jacken mit durchdachten Details sind vielseitige Begleiter für Alltag und Freizeit.



STILVOLL ABGESTIMMT:
Anzüge überzeugen mit edlen Stoffqualitäten, dezenten Mustern und einer eleganten Farbgebung.



NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG
Grüner Weg 9-11, Neumünster
Tel.: 04321 / 870 00
Mail: info@nortex.de, www.nortex.de

Mehr Infos finden Sie hier

Fotos: NORTEX



Gut gekleidet durch Herbst und Winter

5 MATERIALIEN, DIE JETZT FUNKTIONIEREN

Im Herbst und Winter kommt es bei Kleidung nicht allein auf den Look an. Entscheidend ist auch, welche Fasern auf der Haut liegen, Wärme speichern und mit wechselnden Bedingungen zurechtkommen. Einige Materialien werden daher besonders getragen:

Merinowolle eignet sich besonders für Kleidungsstücke, die direkt auf der Haut liegen und im Lagenlook die Basis bilden. Das Material fühlt sich weich an, hilft dabei, die Körpertemperatur möglichst konstant zu halten, und nimmt Nässe auf, ohne sich dabei schnell unangenehm anzufühlen. Deshalb funktioniert das Material gut für dünne Oberteile, Strick und winterliche Accessoires.

Kaschmir steht für feinen Strick mit hohem Kuschelfaktor, der zugleich damit punktet, die Körperwärme zu speichern. Das leichte Naturmaterial sorgt für ein wohliges Gefühl, ohne dick aufzutragen. Pullover oder Cardigans aus dem Naturmaterial lassen sich sowohl im Alltag als auch zu festlicheren Anlässen tragen, brauchen allerdings eine schonende Behandlung.

Auch Baumwolle funktioniert im Winter, etwa als kuscheliges Baumwollflanell. Hemden, Schlafwäsche und Bettwäsche erhalten dadurch eine behagliche Note. Für Bewegung an der frischen Luft eignen sich Fleece-Stücke: Das Kunstfasermaterial trocknet schnell, wiegt wenig und lässt sich unkompliziert reinigen.

Bei frostigen Temperaturen sind Jacken mit Daunenfüllung gefragt. Die feinen Federn schaffen viele kleine Luftkammern, die die eigene Wärme am Körper halten.

Foto: Adobe Stock

Zarte Lippen trotz Winterluft

Im Winter geraten unsere Lippen schnell aus dem Gleichgewicht. Mit welchen Maßnahmen Sie rissiger Lippenhaut vorbeugen können, verraten wir Ihnen hier:



Gerade im Winter treffen mehrere Belastungen zusammen: Kälte und Wind draußen sowie trockene Raumluft drinnen setzen der empfindlichen Lippenhaut zu. Dagegen sind die Lippen kaum geschützt, denn ohne Talgdrüsen können sie kaum eigene pflegende Fette bilden. So verlieren sie unter der winterlichen Belastung schneller Feuchtigkeit, fühlen sich rau an und reißen leichter ein.

REICHHALTIG PFLEGEN

Sinnvoll sind reichhaltige, möglichst parfümfreie Pflegeprodukte mit natürlichen Fetten wie Sheabutter und Kakaobutter oder mit pflanzlichen Ölen wie Jojoba- und Olivenöl oder mit Bienenwachs. Alkoholhaltige Produkte, insbesondere mit Ethanol, können gereizte Lippen zusätzlich belasten. Meist braucht es keine komplizierte Routine – entscheidend ist, die Lippen regelmäßig und mit einem hochwertigen Pflegeprodukt passend zur Jahreszeit zu versorgen – auch vorbeugend.

NICHT MIT DER ZUNGE NACHHELFEN

Bei Spannungsgefühlen liegt es nahe, kurz über die Lippen zu lecken. Dauerhaft verschärft das die Trockenheit jedoch: Speichel verdunstet rasch und nimmt zusätzliche Feuchtigkeit mit. Besser ist es, rechtzeitig zum Pflegestift zu greifen. Auch bei Flüssigkeitsmangel kann die Haut trockener wirken. Achten Sie auf Ihre Flüssigkeitszufuhr und auf eine ausreichende Luftfeuchtigkeit in Ihren Räumlichkeiten. Bei stark aufgerissenen, entzündeten oder länger anhaltend gereizten Lippen sollte ärztlicher Rat eingeholt werden.

Foto: Adobe Stock



Clarissa Semprich und Christian Dietes ermöglichen gebrauchtem Schmuck, wieder geliebt zu werden.

EINE STILVOLLE ALTERNATIVE ZUM JUWELIER

SECONDHAND STATT NEU

*Zeitlos und schön – bei **much too much** wartet hochwertiger Secondhand-Schmuck darauf, von Ihnen weitergeliebt zu werden.*

Schmuck, der schon ein Leben hinter sich hat, erzählt Geschichten, ist individuell und einzigartig. Als Fachhändler für gebrauchten Schmuck bietet much too much genau das: eine Vielfalt hochwertiger Einzelstücke aus 2. Hand. Von antikem Charme über zeitlose Klassiker bis hin zu mutigem Design vergangener Jahrzehnte – hier wird jede*r sein Lieblingsstück finden. „Wir bieten Schmuckstücken aus allen Epochen eine neue Chance, wieder geliebt zu werden", erklären die Inhaber Clarissa Semprich und Christian Dietes lächelnd. Damit der Liebe nichts im Wege steht, wird der Schmuck fachgerecht geprüft und zertifiziert. Professionelle Befundberichte, Wertermittlungen und Gutachten für Schmuckstücke, Edelsteine und Diamanten sind hier selbstverständlich. „Qualität und ein ehrlicher Umgang stehen bei uns an erster Stelle." Ob im Laden oder im Online-Shop – bei much too much können Sie sich außerdem auf eine kompetente und leidenschaftliche Beratung freuen und haben die Möglichkeit, den Schmuck auf Anfrage zu besichtigen – damit Sie Ihr perfektes Schmuckstück finden, dessen Geschichte Sie weiterschreiben können. Mehr Infos unter www.much-too-much.de.



Art Déco Ring in 835er Silber mit einer Chrysopras-Platte und einem Chrysoberyll



Wellendorff Ronde/Anhänger in 750er Gelbgold mit einem Brillanten und Emaille

Fotos: much too much

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

WARUM DER FRÜHE ZAHNARZT-BESUCH ZÄHLT



„Mund auf, ahhh!“ – Das tägliche Zähneputzen mit Kleinkindern erfordert im Familienalltag oft viel Geduld. Doch der Aufwand lohnt sich – und ist so wichtig.

In Schleswig-Holstein gibt es beim Thema Zahnvorsorge leider noch deutlich Luft nach oben. Laut BARMER-Zahnreport suchten im Jahr 2024 nur 42 Prozent der Kinder bis vier Jahre einen Zahnarzt zur Vorsorge auf.

RICHTIGES KAUEN UND SPRECHEN

Dabei sind die Milchzähne mehr als bloße Platzhalter bis zum Schulalter. Sie sind entscheidend für die gesunde Entwicklung des Kiefers, für das richtige Kauen und das Sprechenlernen. Wer hier früh den Grundstein legt, profitiert ein Leben lang. Ein weiterer großer Vorteil der regelmäßigen Praxisbesuche: Die Kleinen lernen den Zahnarztstuhl und das Team ganz entspannt kennen, lange bevor überhaupt erst ein Loch oder Schmerzen entstehen.

GUT ZU WISSEN FÜR ELTERN

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für die Früherkennungsuntersuchungen schon ab dem sechsten Lebensmonat. Bis zum sechsten Geburtstag stehen regelmäßige Vorsorgetermine an, bei denen es auch wertvolle Tipps zur richtigen Putztechnik und Fluoridierung gibt. Ab dem sechsten Lebensjahr ist dann ein Check-up pro Kalenderhalbjahr vorgesehen.

ZWEIMAL TÄGLICH ZÄHNE PUTZEN

Neben den Kontrollen in der Praxis bleibt die tägliche Routine zu Hause das A und O: Zweimal täglich putzen mit fluoridhaltiger Zahnpasta und möglichst zuckerarme Snacks und Getränke halten Karies in Schach. Machen Sie am besten gleich den nächsten Vorsorgetermin für Ihren Nachwuchs aus!

Foto: Adobe Stock



BEIM ZAHNERSATZ

MEHR KOMFORT

Wer Zahnersatz benötigt, wünscht sich vor allem eines: eine zuverlässige Lösung ohne lange Wartezeiten und zahlreiche Termine. Genau darauf hat sich Dr. med. dent. Peter Niziak mit seiner Praxis ***Implantat-komplett*** *in Aukrug spezialisiert.*

Wer die Praxis in Aukrug betritt, merkt schnell, dass hier moderne Zahnmedizin und persönliche Betreuung Hand in Hand gehen. Dr. med. dent. Peter Niziak und sein Team setzen auf kurze Wege, digitale Prozesse und ein Konzept, bei dem Diagnostik, Implantologie und Zahntechnik eng verzahnt sind. Alle Behandlungsschritte können dadurch direkt vor Ort umgesetzt werden. Das spart Zeit und erleichtert die Abstimmung zwischen Behandlung und Zahntechnik. Ein Service, für den Patienten nicht nur aus der Region, sondern aus ganz Schleswig-Holstein und darüber hinaus nach Aukrug kommen.

MODERNE TECHNIK

Für viele Menschen gehört die klassische Abdrucknahme mit Silikonmasse zu den unangenehmsten Momenten einer Zahnbehandlung. In der Praxis von Dr. med. dent. Niziak ist das heute nicht mehr nötig. Mithilfe eines modernen Intraoralscanners wird das Gebiss innerhalb weniger Minuten digital erfasst. Die dabei entstehenden 3D-Aufnahmen liefern eine präzise Grundlage für die weitere Planung und ermöglichen eine komfortable Behandlung ohne Abdrucklöffel und Würgereiz. Die digitalen Daten werden anschließend mithilfe moderner CAD/CAM-Technologie weiterverarbeitet. Dadurch lassen sich Zahnersatz und Implantatversorgungen exakt planen und individuell an die Bedürfnisse der Patienten anpassen.

DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Ein besonderer Vorteil der Praxis ist das eigene Dentallabor. Hier werden Kronen, Brücken und implantatgetragene Versorgungen direkt vor Ort gefertigt. Die kurzen Wege zwischen Behandlungsraum und Labor ermöglichen eine enge Abstimmung und sorgen für effiziente Abläufe. Dank moderner Frästechnik können viele Arbeitsschritte besonders schnell umgesetzt werden. In geeigneten Fällen ist es sogar möglich, dass Patienten morgens zur Behandlung kommen und die Praxis noch am selben Tag mit ihrem neuen Zahnersatz verlassen. Das spart Zeit und reduziert die Zahl notwendiger Termine. Moderne Verfahren und persönliche Betreuung gehen in der Praxis so also Hand in Hand. Unterstützt wird Dr. med. dent. Niziak dabei von einem 14-köpfigen Team, das von der ersten Beratung bis zum Abschluss der Behandlung für feste Ansprechpartner sorgt. Ob Beratung, Implantat oder Zahnersatz: Im Fokus steht stets eine Versorgung, die den individuellen Bedürfnissen der Patienten gerecht wird. Feste Zähne bedeuten dabei weit mehr als ein schönes Lächeln: Sie erleichtern das Essen, fördern das Wohlbefinden und geben Sicherheit im Alltag. Implantate können deshalb in vielen Lebensphasen eine sinnvolle Lösung sein – dank einer Versorgung, die individuell auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt ist.

IMPLANTAT komplett®

Implantat-komplett, Bargfelder Straße 4a, Aukrug, Tel.: 04873 / 870, www.implantat-komplett.de

Fotos: 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, Salicysäurepeeling sowie Faltenkorrekturen und operativen ästhetischen Eingriffen durch.

UNSER BUCHTIPP

„PFLEGEFALL – WAS TUN?“

Der hochbetagte Vater kann nach einem Sturz nicht mehr allein zu Hause bleiben. Die Unterstützung der körperlich schwachen Eltern wächst über den Kopf, weil das mit Familie und Beruf nicht vereinbar ist. Die Leistungen des ambulanten Pflegedienstes reichen nicht mehr aus, aber ist ein Pflegeheim oder Betreutes Wohnen die passende Option? Drei unterschiedliche Lebenssituationen, die aber eine Frage eint: Was tun im Pflegefall? Nicht nur, dass Entscheidungen häufig schnell getroffen werden müssen, sondern auch deren Tragweite für Betroffene wie Angehörige macht die Suche nach Antworten zu einer aufreibenden Angelegenheit. Der aktualisierte Ratgeber „Pflegefall – was tun?“ der Verbraucherzentrale bietet hierbei Unterstützung und Entscheidungshilfe. Wie kann Pflege zu Hause organisiert werden? Was bieten und kosten Alternativen zur häuslichen Pflege? Wie beantragt man Leistungen der Pflegeversicherung? Welche Freistellungen von der Arbeit sind möglich? Schritt für Schritt leitet der Ratgeber an, um Anträge bei der Pflegeversicherung zu stellen oder Leistungen vom Sozialamt zu bekommen.



Cover: Verbraucherzentrale

Carina Frey, Ratgeber „Pflegefall – was tun?“, Verbraucherzentrale, 192 S., 20 Euro, 3. Auflage 2026

ANZEIGE



Foto: Adobe Stock

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.

ANZEIGE



Illa Gabriela Graw begleitet ihren Essential Emotions Breakthrough Circle mit ätherischen Ölen.

Den eigenen Emotionen

BEWUSST BEGEGNEN

Gefühle wahrzunehmen, ihnen Raum zu geben und sich selbst bewusster zu begegnen: Dazu lädt der Essential Emotions Breakthrough Circle ein. Das Angebot richtet sich an Frauen, die sich Zeit für Reflexion, Austausch und neue Impulse nehmen möchten.

Im Mittelpunkt des Essential Emotions Breakthrough Circle steht die Verbindung verschiedener Ansätze: Geführte Reflexionen, Atemarbeit, bewusste Bewegung und ätherische Öle begleiten die Teilnehmerinnen durch den Circle. Auch die Gemeinschaft spielt eine wichtige Rolle. In einer geschützten Atmosphäre entsteht Raum, um innezuhalten, eigene Bedürfnisse und Muster wahrzunehmen sowie Erfahrungen miteinander zu teilen. Offenheit, Authentizität und gegenseitiges Zuhören prägen die gemeinsamen Treffen.

NEUE PERSPEKTIVEN FÜR DEN ALLTAG

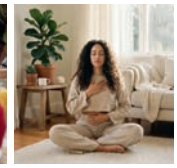
„Es geht nicht darum, sich besser zu fühlen, sondern darum, besser fühlen zu können“, formulierte der Arzt und Autor Gabor Maté. An diesem Gedanken orientiert sich der Breakthrough Circle. Die Teilnehmerinnen erhalten Anregungen, ihre emotionale Wahrnehmung zu vertiefen und neue Erkenntnisse bewusst in den Alltag zu integrieren. Begleitet wird der Circle von Illa Gabriela Graw. Die ehemalige Sportlehrerin, Physiotherapeutin und Interior Designerin mit Schwerpunkt Baubiologie verbindet ihre Kenntnisse aus Physiotherapie und Ernährungswissenschaft mit ihrer Arbeit rund um ätherische Öle. Seit 2020 ist sie zertifizierte AromaTouch Trainerin, seit April 2023 zertifizierte Essential Emotions Coach. Als unabhängige doTERRA-Partnerin berät sie zudem zu ätherischen Ölen, Nahrungsergänzungsmitteln sowie Körper- und Haushaltspflege. Weitere Informationen unter **www.mit-oelen-zur-harmonie.de**.

Fotos: Mit Ölen zur Harmonie

Essential Emotions
Breakthrough Circle

Ein geschützter Kreis von Frauen, die bereit sind, gemeinsam loszulassen, zu erneuern und zu wachsen.

Ganz gleich, ob Du nach Klarheit, nach einer tiefen Verbindung oder einfach nur nach einem Moment suchst, in dem Du tief durchatmen kannst – dieser Raum ist genau das Richtige für Dich. Ich – Illa Graw , Essential Emotions Coach - begleite Dich mithilfe eines Programmes durchden Abend.


Gemeinschaft **Verbundenheit** **Entwickeln**

NI- Natürliche Intelligenz
die Öle–Schulung

Einladung zum Informationsabend über reine ätherische Öle und ihre phänomenale Wirkung auf einen ganzheitlich betrachteten Lifestyle.

Hiermit möchte ich Euch sehr herzlich einladen zu einem gemütlichen Abend. Ein Abend, der ganzheitliche, alternative Möglichkeiten aufzeigt, wie Du Dich und Deine Familie bei unterschiedlichen Themen unterstützen kannst mit Wirkkräften aus der Natur - ohne Chemie und Synthetik.





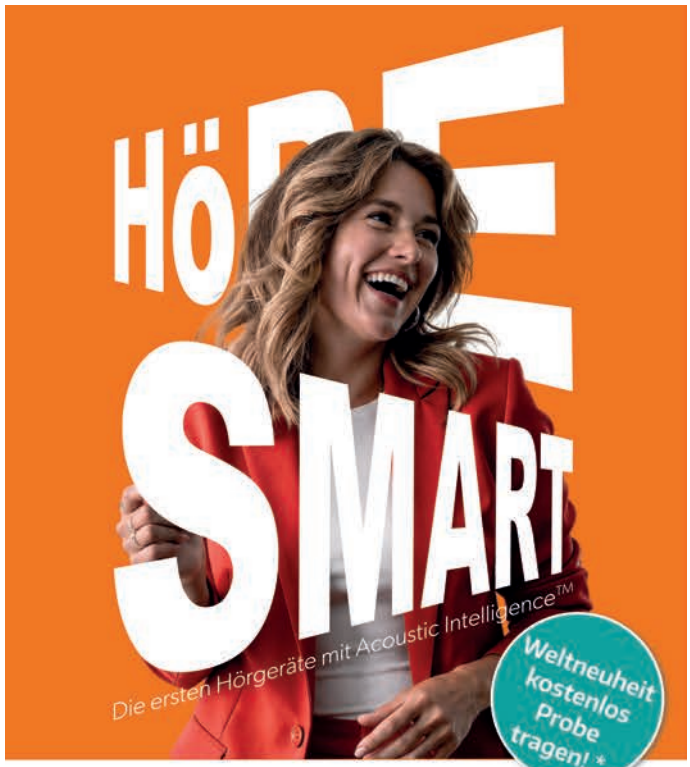
Lifestyle Pyramide **Natürliche Lösung** **Balance**

Wann:
Jeden 2. Dienstag im Monat (Essential Emotions)
Jeden 4. Dienstag im Monat (Natürliche Intelligenz)

Uhrzeit: 19:00 – 21:00 Uhr

Wo: Fünfter Hof
22967 Tremsbüttel, Twiete 2B

Bitte melde Dich an, denn es gibt max. 8 Plätze (Essential Emotions) bzw. 10 Plätze (Natürliche Intelligenz)!
Illa Graw mobile: 0176-43098481 (WhatsApp od. Phone)
Energieausgleich: 25€



Mühelos hören. Smart leben.

Erleben Sie Hörtechnologie, die mitdenkt: Die neuen Pure Charge&Go MaX passen sich dank Acoustic Intelligence automatisch an Ihre Hörsituation an. Für ein Hörerlebnis, welches Ihre Lebensqualität MAXimal verbessert.



- Erkennt Gespräche, Umgebung und Bewegung in Echtzeit und passt das Hören automatisch an
- Trainiert mit 40 Mio. Klangbeispielen in elf Sprachen
- Bluetooth-Streaming für Musik und Telefonate sowie Steuerung über die Signia One App

30 JAHRE frommer akustik

* Einzulösen in allen frommer akustik Fachgeschäften. Nur 1 Gutschein pro Person. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Bildnachweis: Pure C&G MaX signia

Bad Segeberg	Kurhausstraße 3	Tel. 04551-90819715
Bordesholm	Bahnhofstraße 44	Tel. 04322-8895200
Hamburg	Spitzbergenweg 28	Tel. 040-28533484
Hohenlockstedt	Breite Str. 3	Tel. 04826-9504351
Neumünster	Wittorfer Str. 4	Tel. 04321-42830
Trappenkamp	Gablonzer Str. 24	Tel. 04323-9838890
Wahlstedt	An der Eiche 38-40	Tel. 04554-7056645
Quickborn	Bahnhofstr. 11	Tel. 04106-6265715

JETZT smart hören statt warten!
Testen Sie schnell, einfach und zu 100% kostenlos!

ANZEIGE

Die neue Leichtigkeit des Hörens

Endlich wieder Gespräche verstehen: Beim Pure C&G MaX von Signia passt Künstliche Intelligenz den Klang in Echtzeit an die jeweilige Situation an. Sie sind wieder mittendrin im Leben!


Es gibt so viele schöne Momente – seien Sie wieder dabei!

Ein angeregtes Gespräch im Café, das Lachen der Familie oder die feinen Nuancen des Lieblingsliedes – es sind diese Momente, die das Leben so lebenswert machen. Wer sie in vollen Zügen genießen möchte, braucht mehr als nur Lautstärke. Gefragt ist eine Technologie, die den Alltag intelligent versteht und sich anpasst.

AKUSTISCHE INTELLIGENZ

Genau hier setzt das neue Pure C&G MaX von Signia an. Als erstes Hörgerät mit „Acoustic Intelligence“ geht das Modell einen völlig neuen Weg: Künstliche Intelligenz wird nicht länger als isolierte Zusatzfunktion betrachtet, sondern arbeitet als ganzheitliches System. Die Technologie erfasst kontinuierlich, was in der Umgebung passiert, und passt den Klang in Echtzeit an die jeweilige Situation an. Ob in lauter Gesellschaft oder bei leiser Musik – das System reagiert sofort auf Veränderungen. Das Ergebnis ist ein selbstverständliches, klares und spürbar entspannteres Hören, das sich rundum echt anfühlt.

MODERNSTE TECHNOLOGIE UND PERSÖNLICHE BERATUNG

Auf dem Weg zu dieser neuen Hörqualität begleitet das Unternehmen frommer akustik mit persönlicher und individueller Beratung. Die Hörexpert*innen vor Ort bringen modernste Technologie und persönliche Bedürfnisse perfekt in Einklang. Sie möchten smart hören? Dann melden Sie sich jetzt an und testen Sie die Weltneuheit von Signia. Das Probetragen bei frommer akustik ist unkompliziert und kostenlos. Mehr Informationen dazu auf der Homepage.

Foto: Adobe Stock

ALTES HEILWISSEN NEU ENTDECKEN

Die Kraft der Natur
für Ihre Gesundheit

BEWÄHRTE HAUSMITTEL. NEUES WISSEN.
MEHR WOHLBEFINDEN – TAG FÜR TAG.



- **163 Pflanzen von A-Z**
- **Einfache Rezepte natürlich wirksam**
- **Starke Abwehrkräfte im Herbst und Winter**
- **Mehr Zufriedenheit für jeden Tag**

Jetzt **Neu** im Handel!

amazon

Print oder digital – jetzt bestellen unter: www.naturapotheke-magazin.de/regio

falkemedia

Mit KI und Mensch.



Warum die Wechseljahre auch die Mundgesundheit beeinflussen

Hormone im Wandel

75 Prozent der Frauen wissen nicht, dass hormonelle Veränderungen in den Wechseljahren auch die Mundgesundheit beeinflussen können.

Die Phase der hormonellen Veränderungen in den Wechseljahren beginnt bei Frauen etwa Mitte vierzig und erstreckt sich über fünf bis zehn Jahre. Viele erleben in dieser Zeit die klassischen Symptome wie Hitzewallungen, Schlafstörungen oder Stimmungsschwankungen. Weitaus weniger bekannt ist jedoch, dass der sinkende Östrogenspiegel auch im Mundraum deutliche Spuren hinterlassen kann.
Rund 75 Prozent der Frauen wissen nicht, dass hormonelle Veränderungen die Mundgesundheit beeinflussen können. Eine Umfrage von TePe unter 2.050 Frauen im Alter von 35 bis 65 Jahren verdeutlicht das Ausmaß: 96 Prozent der befragten Frauen in den Wechseljahren berichten von Beschwerden im Mundraum.

ÖSTROGEN UND DIE SPEICHELFUNKTION

Zähne und Zahnfleisch reagieren äußerst empfindlich auf die hormonellen Schwankungen. Das hat physiologische Gründe: In der Mundhöhle befinden sich zahlreiche Rezeptoren für Östrogen. Dieses Hormon ist entscheidend für die Speichelfunktion. Speichel reinigt die Zähne, mineralisiert den Zahnschmelz, schützt die Schleimhäute, wirkt antibakteriell und neutralisiert Säuren. Sinkt der Östrogenspiegel, verändert sich die Menge und Zusammensetzung des Speichels.

RISIKO FÜR KARIES STEIGT

Nimmt der Speichelfluss ab, entfällt diese natürliche Schutz- und Pufferkapazität. Zahnbelag sammelt sich schneller an, krankheitserregende Bakterien vermehren sich, und das Risiko für Karies, Parodontitis sowie Zahnstein steigt. Auch unangenehmer Mundgeruch kann die Folge sein. Zudem kann die Gesundheit des Zahnhalteapparats beeinträchtigt werden. Da die veränderte Speichelzusammensetzung die immunologische Abwehr im Mund schwächt, wird der Mundraum anfälliger für Infektionen. Die empfindlichere Mundschleimhaut verringert oft auch die Toleranz gegenüber Zahnersatz.

BRENNEN IM MUND UND GESCHMACKSSTÖRUNGEN

Neben diesen Symptomen sind Brennen im Mund, Geschmacksstörungen und Mundtrockenheit (Xerostomie) häufige Folgen. Laut der TePe-Studie leidet jede dritte Frau unter Mundtrockenheit. Als typische Beschwerden nennen Betroffene ein Trockenheitsgefühl (65 %), trockene Lippen (59 %), vermehrten Durst (52 %) sowie Probleme beim Sprechen, Kauen und Schlucken (29 %). Untersuchungen bestätigen, dass etwa 23 bis 45 Prozent der Frauen in den Wechseljahren darunter leiden – rund 43 Prozent verspüren ein allgemeines Unbehagen im Mund. Ein Thema, das mehr Aufmerksamkeit verdient.

Foto: Adobe Stock

ANZEIGE

Präzision erleben, Medizin verstehen

Moderne Medizintechnik eröffnet neue Möglichkeiten in der Chirurgie. Das FEK in Neumünster bietet robotische Chirurgie an und lädt zum Blick hinter die Kulissen ein. Stellen Sie Ihre Fragen an den Tagen der offenen Tür.



Foto: Friedrich-Ebert-Krankenhaus, Neumünster

Am **Friedrich-Ebert-Krankenhaus (FEK) in Neumünster** unterstützen zwei robotergestützte Systeme die medizinischen Teams bei ausgewählten Eingriffen: das Da-Vinci-System für minimalinvasive Operationen und das MAKO-System für den präzise geplanten Einsatz künstlicher Knie- und Hüftgelenke.

DIE VERANTWORTUNG LIEGT BEIM MENSCHEN

Beim Da-Vinci-System steuern Operateurinnen und Operateure die Instrumente über eine Konsole. Die dreidimensionale, vergrößerte Sicht auf das Operationsgebiet und die hohe Beweglichkeit der Instrumente ermöglichen präzises Arbeiten auch an schwer zugänglichen Stellen. Das MAKO-System unterstützt die Fachleute beim Gelenkersatz durch eine individuelle Planung und eine kontrollierte Umsetzung während der Operation. In beiden Fällen gilt: Der Roboter operiert nicht selbst. Die medizinische Verantwortung und die Steuerung liegen bei den erfahrenen Operateurinnen und Operateuren.

TAGE DER OFFENEN TÜR IM NOVEMBER

Doch wie funktioniert diese Technik eigentlich genau? Welche Möglichkeiten bietet sie, und wie fühlt es sich an, einen Operationsroboter selbst zu steuern? Antworten darauf gibt das FEK bei seinen Tagen der offenen Tür unter dem Motto „Operation Zukunft: Robotische Chirurgie zum Anfassen. Ausprobieren. Erleben. Staunen“ am 13. und 14. November 2026.

EINBLICKE IN DIE ARBEIT DES MEDIZINISCHEN TEAMS

Besucherinnen und Besucher können die Systeme aus nächster Nähe kennenlernen, die Technik selbst ausprobieren und mit den behandelnden Chef- und Fachärztinnen und Fachärzten ins Gespräch kommen. Expertinnen und Experten aus der Chirurgie, Gynäkologie, Urologie und Unfallchirurgie geben Einblicke in ihre Arbeit und erklären, welche Rolle die Robotik in ihren jeweiligen Fachgebieten spielt.

STELLEN SIE IHRE FRAGEN!

Damit öffnet das FEK einen Bereich, der Patientinnen und Patienten sonst in der Regel verborgen bleibt: den Blick auf technische Abläufe und Instrumente, die im Operationssaal zum Einsatz kommen. Ob aus medizinischem Interesse, aus Neugier auf innovative Technik oder mit Blick auf eine möglicherweise bevorstehende Operation – die Veranstaltung bietet Gelegenheit, Fragen zu stellen, Unsicherheiten abzubauen und moderne Chirurgie unmittelbar zu erleben.

DER MENSCH STEHT IMMER IM MITTELPUNKT

Denn so faszinierend die Technik ist: Im Mittelpunkt steht immer der Mensch. Die Robotik erweitert die Möglichkeiten der Medizin. Entscheidend bleibt die Erfahrung der behandelnden Teams und die individuelle Versorgung der Patientinnen und Patienten.





Kommen wir alle aus dem Licht und gehen dahin auch wieder zurück? Seit Jahrtausenden beschäftigt sich die Menschheit mit dieser Frage.

GIBT ES EIN *Licht*, AUS DEM WIR KOMMEN?

Was passiert nach dem Tod? Könnten neueste Forschungen zu Nahtoderfahrungen unser Weltbild revolutionieren? Prof. Dr. Enno Edzard Popkes ist Theologe und Mitbegründer sowie Vorsitzender der Kieler Akademie für Thanatologie, der Wissenschaft vom Tod. Er forscht u. a. zu Sterbebettvisionen, Nahtoderfahrungen, Nachtodkontakten und zum Thema Medialität.

VON MARION LASS

Der November mit seinen Feiertagen wie Totensonntag und Volkstrauertag konfrontiert uns unweigerlich auch mit unserer eigenen Endlichkeit. Spätestens beim Gang über den Friedhof keimt die Frage auf, was nach dem Tod passiert. Geht es in den Himmel, in die Hölle oder passieren in Wahrheit noch ganz andere Dinge? Redakteurin Marion Laß hat zu diesem Thema mit einem Mann gesprochen, der sich nicht nur mit der Bibel und alten Schriften, sondern ganz konkret auch mit dem Übergang vom Leben zum Tod beschäftigt: Prof. Dr. Enno Edzard Popkes. Er ist Theologe mit einer vollen Professur an der Kieler Uni und Vorsitzender der Kieler Akademie für Thanatologie – der Wissenschaft vom Tod.

WAS GESCHIEHT NACH DEM TOD?

Was geschieht, wenn unser irdisches Leben endet? Gibt es ein Bewusstsein jenseits des Körpers? Was ist mit unserer Hoffnung, dass es nach dem Tod weitergeht? Eine Antwort auf diese Fragen suchen die meisten Menschen im Glauben. Professor Popkes nähert sich diesen Mysterien auch auf wissenschaftlicher Ebene. Als Experte für Geschichte und Archäologie des frühen Christentums und seiner Umwelt verknüpft er moderne Nahtod-Forschung mit jahrtausendealten Schriften der Antike. Seine Theorien könnten das materialistisch geprägte Weltbild auf den Kopf stellen.

SPURENSUCHE IN VERGESSENEN SCHRIFTEN

Auf den ersten Blick scheint die Archäologie des frühen Christentums wenig mit den Berichten von Menschen zu tun zu haben, die im Hier und Heute klinisch tot waren, „von drüben“ zurückkehrten und von grenzenloser Liebe berichteten. Dennoch schlägt Prof. Popkes eine Brücke über zwei Jahrtausende, denn bereits vor Christus gab es philosophische Schulen, allen voran die Akademie Platons, für die das Phänomen der Nahtoderfahrung eine fundamentale Rolle spielte. Und auch im frühen Christentum selbst existierten Zeugnisse über die Reise der Seele. Viele dieser Schriften wurden jedoch im Zuge der Dogmenbildung und der Festlegung des biblischen Kanons bekämpft oder sogar verboten. Sie passten schlichtweg nicht in das Bild eines göttlichen Gerichts, das über ewigen Himmel oder ewige Hölle entscheidet. Erst durch archäologische Funde im vergangenen Jahrhundert wurden diese Texte der Menschheit wieder zugänglich gemacht. Eines davon ist das Thomas Evangelium. 1945 im Rahmen der Nag-Hammadi-Kodizes entdeckt, wurde es inzwischen aufgearbeitet. Ziel von Prof. Popkes ist es, diese wiedergefundenen Schätze behutsam in die Geschichte einzuordnen und neu zu beleuchten. „Das verlangt Offenheit“, weiß er.

DAS THOMAS EVANGELIUM

Das Thomas Evangelium ist ein zentrales Puzzleteil seiner Arbeit. Ein Werk, das seiner Meinung nach im regulären Theologiestudium viel mehr Beachtung finden sollte, denn „hierin

verbirgt sich eine verblüffende Analogie zu modernen Nahtoderfahrungen. Besonders deutlich wird dies im sogenannten Logion 50 dieses Evangeliums. Dort instruiert Jesus seine Jünger für den Fall, dass sie nach ihrer Herkunft gefragt werden. Sie sollen antworten, dass sie aus dem Licht stammen, das aus sich selbst heraus entstanden ist.“ Zusammen mit weiteren Logien ergibt sich laut Prof. Popkes ein tröstliches Gesamtbild: Die Menschen stammen demnach aus dem göttlichen Licht und kehren am Ende ihres Weges genau dorthin zurück.
Was für ein tröstlicher Gedanke.
Für den Kieler Forscher sind Nahtod-Erfahrungen lebendige Erinnerungen. „Wir erinnern uns daran, woher wir kommen und wohin wir gehen. Und ja, es geht dabei um die Vorstellung einer Präexistenz der Seele, die im Platonismus und im frühen Christentum weit verbreitet war, bevor die Kirche sie auf die Person Jesu beschränkte und für alle anderen Menschen strich“, so Prof. Popkes.

EIN NEUES WELTBILD?

Er ist sicher: Wenn diese uralten Vorstellungen vom Leben nach dem Tod der Wahrheit entsprechen, fordert dies einen Paradigmenwechsel in unserer heutigen Wissenschaft. Der Materialismus, der das menschliche Bewusstsein lediglich als elektrochemisches Nebenprodukt des Gehirns betrachtet, stößt spätestens hier an seine Grenzen. Prof. Popkes plädiert dafür, die Dogmen des reduktiven Materialismus wissenschaftlich zu hinterfragen. Das Zulassen von Dimensionen, die mit dem Tod des Körpers nicht sterben, könnte interessante Bewegungen auslösen: Erstens ein wissenschaftliches Umdenken in Bezug auf die klassische Körper-Seele-Theorie. Zweitens eine theologische Reformation, die eine scheinbar ursprüngliche, aber bislang unterdrückte Botschaft Jesu wiederbelebt. Und drittens eine Renaissance der platonischen Weltanschauung, die die Seele als etwas Göttliches sieht, das nicht dauerhaft an den Körper gebunden ist und eventuell sogar mehrfach in einen Körper inkarniert.

HOFFNUNG AUF ALLVERSÖHNUNG

„Viele Menschen, die eine Nahtoderfahrung durchlebt haben, berichten von einer bedingungslosen Liebe und Akzeptanz im Licht, die sie kaum in Worte fassen können“, sagt Prof. Popkes und erinnert an die frühchristliche Hoffnung auf eine Allversöhnung – eine Vorstellung, dass am Ende der Zeit alle Geschöpfe in der Liebe Gottes aufgehoben sein werden. Diese Lehre, prominent vertreten durch den antiken Denker Origenes, wurde in den Jahren 543/553 n. Chr. offiziell verboten. Doch der Kieler Professor stellt dazu eine entscheidende Frage: „Kann eine Religion, deren Begründer die Feindesliebe und die Vergebung predigte, ernsthaft eine andere Theorie vertreten haben als die der Allversöhnung?“ Für ihn ist diese versöhnende Liebe die tiefgehende Botschaft des christlichen Glaubens.

EIN NEUER WEG

Um die Brücke von seinen Forschungen in den Alltag zu schlagen, engagiert sich Prof. Popkes in der Kieler Akademie für Thanatologie. Diese Einrichtung würde er gerne als An-Institut der Universität Kiel etabliert sehen, um die Thanatologie fest im akademischen Raum zu verankern. Dabei geht es ihm vor allem um die Praxis: „In Kooperation mit Hospizen und medizinischen Einrichtungen wünsche ich mir fundierte Aus- und Weiterbildungen für Seelsorger, Ärzte, Pflegekräfte und Lehrer. Menschen, die Nahtoderfahrungen oder Sterbevisionen erlebt haben, brauchen qualifizierte Begleitung, um das Erlebte ohne Scham verarbeiten und in ihr Leben integrieren zu können“, sagt er. Denn oft sei die Rückkehr ins irdische Leben für die Betroffenen nach dem Erblicken und Erfühlen der bedingungslosen Liebe schwierig und schmerzhaft. „Kaum einer der Betroffenen geht gerne zurück in sein irdisches Leben, weil die Erfahrung so schön war“, hat der Wissenschaftler in vielen Gesprächen erfahren.

WARUM DAS GANZE?

Am Ende stellt sich die Frage nach dem „Warum – warum leben wir?“. Prof. Popkes ist überzeugt, das sich der Sinn des Lebens auf ein einziges, kraftvolles Wort reduzieren lässt: Liebe. Das Leben im Hier und Jetzt, in all seiner Mühe und Hingabe, könnte eine Art Schule sein, in der wir Liebe lernen und praktizieren sollen. Eine Theorie, über die nachzudenken sich lohnt, denn sie gibt Trost und Hoffnung und schafft ein völlig neues Gefühl für die Welt.

EIN NEUES BUCH

Aktuell arbeitet Prof. Dr. Enno Edzard Popkes an einem Buch zum Thema „Nahtoderfahrung, Jesus und das frühe Christentum: Auf dem Weg zum 2000-jährigen Jubiläum der Wirksamkeit Jesu“, das im Frühjahr 2027 erscheinen wird – in deutsch und in englisch.

„Für mich sind Nahtoderfahrungen im tiefsten Sinne eine Form der lebendigen Erinnerung. Wir erinnern uns daran, woher wir kommen und wohin wir gehen.“
Prof. Dr. Enno Popkes



PROF. DR. ENNO EDZARD POPKES

... absolvierte ein Studium der Evangelischen Theologie und Philosophie in Hamburg und Tübingen. Danach folgten Promotion an der Ludwig-Maximilians-Universität München (2004), Habilitation an der Friedrich-Schiller-Universität Jena (2007), Heisenbergstipendiat der Deutschen Forschungsgemeinschaft (2007-2010). Seit 2010 ist er Professor für Geschichte und Archäologie des frühen Christentums und seiner Umwelt an der Theologischen Fakultät der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel und Mitbegründer und Vorsitzender der „Kieler Akademie für Thanatologie e.V.“ (www.kiath.de). Er ist ehrenamtlich tätig in verschiedenen Gremien der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Norddeutschland (Nordkirche), u.a. Landessynode und Theologische Kammer.

Fotos: Adobe Stock / Prof. Dr. Theol. Enno Edzard Popkes

UNSERE BUCHTIPPS

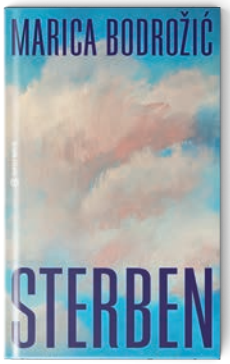
HAMBURGS FRIEDHÖFE: WER LIEGT WO?

„Mit ihrer vielgestaltigen Grab- und Gartenarchitektur sowie ihrem reichen Bestand an Skulpturen und Mahnmalen sind Hamburgs Friedhöfe ein bedeutender Teil der Kunst- und Kulturgeschichte der Stadt. Und sie sind Orte, an denen sich die Stadtgeschichte entlang der Gräber prominenter Persönlichkeiten erzählen lässt. Dieses Buch führt zu sechs staatlichen und zwölf konfessionellen Friedhöfen, auf denen bekannte Hamburger*innen von Hans Albers bis Helmut Zacharias ihre letzte Ruhestätte gefunden haben“, schreibt der Autor Thomas Schmidt in der Einleitung zu seinem Buch „Hamburg, Rest in Peace“. Da die Hamburger Friedhöfe Naturreservate und besondere Orte der Ruhe sind, gibt Schmidts Buch viele Anregungen für Spaziergänge zu Gräbern hansestädtischer Persönlichkeiten.



Thomas Schmidt: Hamburg, Rest in Peace, Junius Verlag, 160 S., 22 Euro

STERBEN



Marica Bodrožić schreibt über das Wunder der menschlichen Existenz und zeigt, wie Endlichkeit und Neubeginn eine Ethik der Zärtlichkeit freisetzen.
Ein Klinikgarten, ein Liegestuhl vor dem Hospiz – und die Erkenntnis: Die Autorität des Todes ist die Autorität des Lebens. Als die Autorin eine Diagnose bekommt, die ihren baldigen Tod bedeuten könnte, betritt sie einen „Zwischenraum“, jene Zone, in der die Zeit zwei Takte hat, den des Körpers und den des Bewusstseins. Aus dieser Grenzerfahrung heraus beschreibt sie, wie Sterblichkeit die Wahrnehmung schärft und Freiheit ermöglicht. Sie vollzieht die Denkbewegungen großer Philosophen und Schriftstellerinnen nach und fragt, was von uns bleibt, wenn alles Überflüssige abfällt. Ein literarisch-philosophischer Essay über Sterblichkeit als Schule des Sehens – und darüber, wie uns das Leben, das uns bleibt, wahrhaftiger werden lässt.

Marica Bodrožić, Sterben, Hanser Berlin, 160 Seiten, 22 Euro

Cover: Hanser Berlin Cover: Simone Andjelković/sim-ple.net





ANZEIGE

„happyEND INFO-MESSE“

Vorsorge, Pflege, Sterben und Bestatten sind Themen, die am 8. November präsent sein dürfen.

Dann lädt die „happyEND info-messe“ im Hamburger Forum Ohlsdorf zum zehnten Mal dazu ein, sich diesen Lebensbereichen offen zu nähern. Wurde der Name der Messe anfangs noch kontrovers diskutiert, hat sich die Veranstaltung längst zu einer überaus respektvollen und anregenden Plattform etabliert.

RUND 50 AUSSTELLER*INNEN

Rund 50 Aussteller*innen informieren umfassend über alle Facetten des irdischen Abschieds. Ein vielseitiges Programm ergänzt das Angebot: Die Besucher*innen können Fachvorträgen lauschen, an Krematoriums-Führungen teilnehmen oder den Friedhof bei einem Rundgang sowie einer bequemen Busrundfahrt erkunden. Kulinarisches bietet zwischendurch das „Café Fritz“. Der Eintritt ist wie immer frei!
Die Veranstalter freuen sich am 8. November von 10 bis 17 Uhr auf viele Interessierte im Forum Ohlsdorf, Fuhlsbüttler Str. 756, 22337 Hamburg. Mehr unter www.happyend-messe.de.

Foto: Adobe Stock

ANZEIGE



Foto: Die Grüne Manufaktur

MODERNER GRABSCHMUCK

Gedenktage wie Allerheiligen, Volkstrauertag und Totensonntag laden uns ein innezuhalten und die Verbindung zu unseren Verstorbenen ganz persönlich lebendig zu halten. **Die Grüne Manufaktur**, eine auf Trauer- und Gedenkfloristik spezialisierte Werkstatt in Kapelle 7 auf dem Ohlsdorfer Friedhof, zeigt noch bis zum 22. November, wie eine zeitgemäße Gedenkkultur aussehen kann. Die „Gedenk-Schmuck-Stücke" sind eine Weiterentwicklung traditioneller Vorstellungen von Grabschmuck in moderner Form. Statt Styropor wird beispielsweise Heu verwendet, während schwebende Elemente den Arbeiten Leichtigkeit schenken. Die Aktion der Grünen Manufaktur versteht sich als Einladung, Gedenkfloristik neu zu entdecken. Geöffnet ist täglich von 10 bis 16 Uhr. Infos unter www.diegruenemanufaktur.de und Instagram: @diegruenemanufaktur.

GEDENK-SCHMUCK-STÜCKE

Natürlicher und innovativer Grabschmuck für einen entspannten Umgang mit Trauerkultur

VOM 28.10. – 22.11.2026

immer Montag bis Sonntag von 10:00 bis 16:00 Uhr

DIE GRÜNE MANUFAKTUR

BEI UNS IN DER WERKSTATT:
In der Kapelle 7 auf dem Ohlsdorfer Friedhof

inkl. Lieferservice aufs Grab
(FH Ohlsdorf unter Angabe der Grablage)





DIE KÜCHE ALS NEUER WOHNRAUM



Die Küche ist das pulsierende Herzstück des Hauses. Sie ist Treffpunkt, Arbeitsplatz, Spielwiese und Rückzugsort zugleich. Die dänische Lifestyle-Marke Kvik hat mit der Geselligen Küche® ein neues Konzept entwickelt.

Die MANO Hero Küchenserie von Kvik. Sie zeichnet sich durch griffloses Design mit integrierten Griffmulden aus.

Die Küche hat sich gewandelt: Vom reinen Arbeitsraum ist sie zum zentralen Treffpunkt des Hauses avanciert. Hier wird nicht nur gekocht, sondern gearbeitet, geredet und gelebt. Das dänische Unternehmen Kvik greift diese Entwicklung mit dem Konzept der „Geselligen Küche®“ auf.

GESTALTUNG, DIE PASST

„Es geht um eine Gestaltung, die zum Leben der Menschen passt“, erklärt Claus Johnsen, Category Management Director bei Kvik. Statt starrer Standardlösungen rücken die alltäglichen Gewohnheiten in den Vordergrund – ob morgendlicher Kaffee am Tresen, das gemeinsame Gemüseschnippeln mit Freunden, Hausaufgaben am Küchentisch oder der entspannte Feierabendwein – die moderne Küche von heute vereint unzählige Momente von Gemeinsamkeiten und des Zusammenlebens.

OFFENHEIT STATT ISOLATION

Im Zentrum des Designs stehen klare Linien und funktionale Elemente, die die Küche optisch in den Wohnbereich integrieren. Großzügige Kochinseln und integrierte Sitzgelegenheiten sorgen dafür, dass die kochende Person nicht isoliert am Herd steht, sondern Teil des Geschehens bleibt. Ein Beispiel für diese Herangehensweise ist das Modell „Align“ der Designerin Rikke Frost, das gezielt auf eine flexible Raumnutzung ausgerichtet ist.

ANPASSBAR AN JEDE LEBENSPHASE

Ein wesentlicher Aspekt des Konzepts ist die

Fotos: Kvik A/S

Die Designserie MANO wurde modernisiert. Die Updates verbinden die dänische Ästhetik des grifflosen Designs mit zeitgemäßer Funktionalität.







Anpassungsfähigkeit. Die Einrichtung soll für einen Single-Haushalt ebenso funktionieren wie für eine Familie oder ein Mehrgenerationenhaus. Durchdachter Stauraum schafft Ordnung, während fließende Übergänge die Kommunikation fördern.



Trendy: der Shell Chair light oak von Kvik aus der Serie Living-Produkte.



Beim Design Celleno von Kvik ist alles farblich aufeinander abgestimmt.



Der Lounge Sessel Horizon mit Polster von Kvik aus der Serie Living-Produkte.



Kvik Celleno in Arizona Beige ist eine neu interpretierte Shaker-Küche im dänischen Design mit neutraler Beigepalette.

Durch langlebige Materialien und ein zeitloses Design soll die Küche auch bei veränderten Lebensumständen das bleiben, was sie heute oft ist: der natürliche Mittelpunkt des Alltags.

Das Küchendesign ALIGN clay ist entstanden in Zusammenarbeit mit der dänischen Designerin Rikke Frost. Es wurde mit dem BEST OF DESIGN AWARD 2026 von SCHÖNER WOHNEN ausgezeichnet.



LEBENSFREUDE
RUND UM DEN ESSTISCH

Die Tage werden wieder kürzer, das Leben verlagert sich nach drinnen. Wo kommt man jetzt lieber zusammen als rund um den gedeckten Tisch?!

Der Esstisch – er ist Versammlungsort, Hausaufgaben-Station, Home-Office und auf jeden Fall geselliger Mittelpunkt des Hauses. Wo haben Sie Ihren Lebensmittelpunkt stehen? In der Küche, in der Wohnküche oder in einem separaten Esszimmer? Alle drei Versionen sind nach wie vor beliebt. Die Entscheidung für diesen oder jenen Esstisch hat vor allem mit den Platzverhältnissen und den Gegebenheiten in der Wohnung zu tun. Schicke Optik und modernen Lifestyle bringen aber alle Varianten mit.

KLARE LINIEN, HOHE FUNKTIONALITÄT

Die aktuellen Wohntrends verbinden klare Linien mit hoher Funktionalität. Massivholz wie Eiche bringt natürliche Wärme in offene Raumkonzepte, oft kombiniert mit filigranen Metallgestellen für einen modernen Look. Besonders gefragt sind derzeit pflegeleichte Keramikoberflächen. Sie sind kratzfest, hitzebeständig und verzeihen turbulente Familienabende, ohne an Eleganz zu verlieren.



Das moderne Esszimmer verbindet Eleganz mit Alltagstauglichkeit.

RECHTECKIG ODER AUCH OVAL

Auch die Form entscheidet über die Raumwirkung. Rechteckige Tische geben großen Wohnküchen Struktur. Runde und ovale Modelle feiern ihr Comeback: Sie lockern strenge Küchenzeilen optisch auf und fördern die Kommunikation, da hier gefühlt jeder im Zentrum sitzt. Wer flexibel bleiben möchte, setzt auf smarte Ausziehtische mit integrierten Einlegeplatten.

Steht bei Ihnen eine Neugestaltung des Essbereichs an? Lassen Sie sich im regionalen Fachhandel inspirieren und finden Sie Ihren Lebensmittelpunkt, der perfekt zu Ihrem Alltag passt.

Fotos: Adobe Stock

Skulpturaler Mittelpunkt

Bei der Gestaltung einer Küche stehen langlebige Materialien im Fokus. Ein Beispiel dafür ist die Kombination aus moderner Küchenplanung und Naturstein-Elementen, wie sie die Manufaktur Hauser Naturstein aus Rosenheim umsetzt.



Ein besonderes Detail ist die rohe Kruste an der Stirnseite des massiven Steinblocks.

Im Zentrum dieses Entwurfs steht eine Kücheninsel aus Münsinger Kernstein. Der regional in Bayern gewonnene Werkstoff zeichnet sich durch seine feine Maserung aus und harmoniert gut mit Holz und Metall. Ein besonderes Detail ist die rohe Kruste an der Stirnseite des massiven Steinblocks. Sie bildet einen bewussten Kontrast zu den glatt geschliffenen Arbeitsflächen und verleiht der Insel eine markante Wirkung.

NAHTLOS AUS EINEM GUSS

Georg Hauser und sein Team fertigen Arbeitsplatte und integrierte Spülbecken nahtlos aus einem Guss. Das Material ist robust und entwickelt im täglichen Gebrauch eine natürliche Patina, die dem Stein mit der Zeit zusätzlichen Charakter verleiht.

Die Manufaktur baut nicht die komplette Küche, sondern ergänzt die Entwürfe von Planer*innen um präzise Steinarbeiten.

„Uns ist wichtig, dass unsere Arbeiten den Charakter eines Raumes stärken und nicht dominieren“, erklärt Inhaber Georg Hauser. Wie gut sich massive Steinelemente in den Raum einfügen, zeigt die farblich abgestimmte Sitznische am Fenster. Sie verbindet den Kochbereich fließend mit dem Wohnbereich und beweist: Naturstein wirkt nicht kühl, sondern schafft eine geerdete, zeitlose Basis für den Alltag.

Eine schöne Idee!

Fotos: Hauser Naturstein

ANZEIGE



Die Basis für guten Schlaf

Die Tage werden kürzer, die Nächte spürbar kühler. Der Herbst ist da und stellt ganz neue Ansprüche an unseren Schlafkomfort. Doch was macht eigentlich eine erholsame Nacht aus?

Keiner weiß die Antwort auf diese Frage besser als Tanja Klam. Die Chefin von **Betten Bubert & Stoffideen in Ahrensburg** ist zertifizierte Schlaf- und Liegeberaterin und gibt ihren Erfahrungsschatz gerne an die Kundschaft weiter: „Die Basis für guten Schlaf ist die richtige Temperatur, und die ist höchst individuell. Während der eine schnell friert, wird dem anderen unter der gleichen Decke schnell zu warm."



Tanja Klam ist zertifizierte Schlaf- und Liegeberaterin. Sie weiß, wie man gut in den Schlaf kommt und morgens erholt aufsteht.

INDIVIDUELLE LÖSUNGEN

Bei Betten Bubert & Stoffideen steht daher die passgenaue Lösung im Fokus. Hier finden sich Zudecken für jeden Wärmebedarf – von leichten Übergangsdecken bis hin zu voluminösen Winterbetten aus Daunen oder modernen Klimafasern. Wichtig ist dabei immer, dass die Decke atmungsaktiv bleibt. Ergänzt wird das perfekte Schlafklima durch die passende Bettwäsche. Materialien wie Biber oder Flanell wärmen sofort beim Hineinlegen und regulieren die Körpertemperatur in kalten Nächten optimal.

DAS KISSEN ALS A & O

Doch wohlige Wärme allein reicht nicht aus, wenn der Tag mit Nackenschmerzen oder hartnäckigen Verspannungen beginnt. Oft ist ein unpassendes Kissen die Ursache. Das perfekte Kissen muss den Kopf stützen und die Halswirbelsäule in ihrer natürlichen Form entlasten – ganz egal, ob Sie Seiten-, Rücken- oder Bauchschläfer sind. Da jeder Kopf- und Nackenbereich völlig andere Anforderungen stellt, gibt es kein Standardkissen für alle. Eine fundierte Beratung hilft dabei, das Modell zu finden, das Fehlhaltungen korrigiert und die Muskulatur über Nacht spürbar entspannt.

GUTER SCHLAF IST KEIN ZUFALL

„Lassen Sie sich bei Betten Bubert & Stoffideen in Ahrensburg fachkundig beraten, um Zudecke, Bettwäsche und Kissen exakt auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abzustimmen. So starten Sie jeden Morgen erholt und schmerzfrei in den Tag."



Finde die Decke, die zu dir passt!



Kein Mensch ist wie der andere.

Daher ermitteln wir mit der Wärmebedarfsanalyse die Zudecke, die am besten zu Dir passt.

Betten Bubert und Stoffideen

Montag bis Freitag von 9 – 18 Uhr
Samstag von 9 – 14 Uhr
Hagener Allee 14
22926 Ahrensburg
Telefon 04102 520 28
www.betten-bubert.de

Fotos: Adobe Stock / Betten Bubert & Stoffideen



Raumwunder mit Anspruch: individuelle Saunahäuser liegen im Trend.

LUXURIÖS SAUNIEREN

INDIVIDUELL GENIESSEN

*Die private Wellnessoase verlagert sich zunehmend ins Grüne: Statt einer Sauna in Keller oder Bad entscheiden sich viele Hausbesitzer*innen für ein individuell gestaltetes Saunahaus im Garten – ergänzt durch Pool, Whirlpool oder weitere Wellness-Elemente.*

Während der Markt zahlreiche Saunahäuser als Bausatz anbietet, setzt die niedersächsische Manufaktur Westerhoff auf maßgeschneiderte Lösungen: Vom kompakten Saunahaus auf fünf Quadratmetern bis zur großzügigen Wellnesslandschaft auf 50 Quadratmetern wird jedes Projekt individuell geplant und aus hochwertigen Materialien in der Manufaktur gefertigt.

ANFORDERUNGEN AN MATERIAL UND BAUPHYSIK

Da Gartensaunen ganzjährig der Witterung sowie hohen Temperaturschwankungen ausgesetzt sind, ist die Konstruktion der Gebäudehülle entscheidend. „Die Verwendung hochwertiger Materialien ist ein wichtiger Aspekt. Viel entscheidender ist allerdings der Wandaufbau. Er muss bauphysikalisch präzise geplant sein“, erklärt Jonas Hohnhorst, Vertriebsleiter der Westerhoff GmbH.
Bei der Fassadengestaltung kommen unter anderem HPL-Platten oder Rombusprofile zum Einsatz. Großzügige Glasfronten werden in der Regel mit passenden Sonnenschutzsystemen wie Senkrechtmarkisen oder Lamellen kombiniert.

AUSSTATTUNG UND STEUERUNG

Die Raumaufteilung umfasst neben der Saunakabine häufig Ruheräume, Duschbäder und maßgefertigte Einbaumöbel. Bei den Hölzern werden vor allem Thermofichte und thermisch behandelte Espe verwendet. Zur Standardausstattung moderner Bauten gehören zudem schwebende Saunabänke, integrierte Beleuchtungskonzepte sowie Smart-Home-Systeme zur Steuerung von Temperatur, Licht und Belüftung. Mehr Infos unter www.saunahaus-westerhoff.de.

Foto: Westerhoff



DIE PEUGEOT-KOLLEKTION BEKOMMT ZUWACHS

Die Line-Kollektion von Peugeot erhält Zuwachs: Mit Line Sense erweitert Peugeot seine Designserie aus geriffeltem Aluminium um eine neue Generation elektrischer Salz- und Pfeffermühlen. Die 20 Zentimeter hohen Mühlen verfügen über eine integrierte LED-Beleuchtung, ein transparentes Sichtfenster und ein größeres Fassungsvermögen. Die von Peugeot entwickelte Sense-Technologie reagiert bereits auf leichte Berührungen und ermöglicht so eine besonders intuitive Bedienung mit einer Hand. Der leistungsstarke Lithium-Ionen-Akku lässt sich per USB-C aufladen. Zur besseren Unterscheidung sind die Mühlen in zwei Ausführungen erhältlich: die Pfeffermühle in Carbon und die Salzmühle in Aluminium. Das Duo ist einzeln oder als Set im Fachhandel erhältlich.



Fotos: Peugeot

CRISTEL SETZT AUF EDELSTAHL



Mit hochwertigem Edelstahlkochgeschirr bietet der französische Hersteller CRISTEL eine nachhaltige und gesundheitlich unbedenkliche Alternative für ambitionierte Köche und Küchenprofis. Das Unternehmen verbindet industrielles Know-how mit moderner Fertigungstechnologie und steht für langlebige Qualität und Kochpräzision.

EDELSTAHL – GESUND UND LANGLEBIG

Als Kernmaterial setzt CRISTEL auf hochwertigen Edelstahl – ein Material, das besonders widerstandsfähig und geschmacksneutral ist und beim Kochen keine unerwünschten Stoffe an Lebensmittel abgibt. Im Gegensatz zu beschichteten Pfannen enthält Edelstahl keine PFAS und bleibt auch bei hohen Temperaturen dauerhaft stabil. Gleichzeitig ist das Material äußerst robust gegenüber Kratzern, Korrosion und intensiver Nutzung.
Das Kochgeschirr der Marke wird mit einer Garantie von bis zu 30 Jahren angeboten.
Die Serie überzeugt durch schnelle und gleichmäßige Wärmeverteilung, robuste Edelstahlgriffe mit ergonomischem Design, hohe Belastbarkeit für intensive Nutzung sowie Kompatibilität mit allen Herdarten einschließlich Induktion. Mehr unter www.cristel.com.

Fotos: CRISTEL

WHS Hausmann®
Makler & Hausverwalter

Wir lassen Sie nicht im Regen stehen! Seit 1954 bieten wir sichere Immobiliendienstleistungen 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 Wunschmieter, 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**

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

medico international

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

ab sofort der große
Saison-Ausverkauf
in unserer 3.000 m² großen Ausstellung
Meyer's Mühle
Hamburgs Fachmarkt
für Gartenmöbel
Täglich 10 - 18 Uhr in Norderstedt, Rugenbarg 51





STIMMUNGSVOLLE LICHTMOMENTE

Kerzen begleiten uns das ganze Jahr über, doch im Spätsommer und Herbst entfalten sie ihre besondere Wirkung: Wenn das Tageslicht schwindet, schaffen sie Momente der Geborgenheit – im Wohnzimmer, auf dem gedeckten Tisch oder an stillen Abenden im Freien. Inspiration für die herbstliche Dekoration liefert die Natur selbst: buntes Laub, Hagebutten, Tannenzapfen, kleine Kürbisse und Zieräpfel bringen die Farben der Saison ins Zuhause. In Kombination mit Laternen und Windlichtern entsteht eine stimmungsvolle Atmosphäre, die zugleich sicher und einladend wirkt. Jede dieser Kerzen wird in Südafrika in den Nobunto Werkstätten, nahe dem südlichsten Punkt Afrikas, unter fairen Bedingungen in Handarbeit gefertigt und bemalt. Jede ist ein Unikat, denn keine gleicht der anderen – erhältlich über www.nobunto.de.

Foto: nobunto.de

ANZEIGE

SCHNEE RÄUMEN? ABER ABGASFREI!

Die EGO Power+ Schneefräse SNT2120E-AP kombiniert hohe Leistung mit Bedienkomfort für anspruchsvolle Wetterbedingungen. Dank der Peak Power™ Technologie und zwei EGO 56V-ARC-Lithium™ Akkus liefert das Gerät eine Kraft, die benzinbetriebenen Modellen entspricht – jedoch ohne Abgase und bei deutlich geringerer Geräuschentwicklung. Mit einer Räumbreite von 52 Zentimetern befreit die Fräse auch breite Wege und Flächen zügig von Schnee. Der stufenlos regulierbare Antrieb erlaubt eine flexible Anpassung der Geschwindigkeit an die jeweiligen Schneeverhältnisse. Ein integrierter Rückwärtsgang erleichtert zudem das Manövrieren in engen Bereichen. Gesteuert wird das Gerät über ein übersichtliches, benutzerfreundliches Interface. Damit bietet die EGO SNT2120E-AP eine effiziente und abgasfreie Lösung für den winterlichen Räumdienst. Sie ist erhältlich bei **Meyer's Mühle Gartentechnik in Norderstedt**.



Foto: EGO



Diele Trex Select
im Farbton Milestone.

NEUE WPC-DIELE **reduziert die Wärmeaufnahme**

Terrassendielen schaffen einen individuellen, wohnlichen Look und werden immer beliebter.

Diele Trex Select im Farbton
Whiskey Barrel.

Pflegeleichte WPC-Dielen mit Ummantelung sind im Trend. Eine in Europa neue Variante davon sind die Trex Select Dielen mit SunComfortable-Technologie. Sie bestehen zu 95 Prozent aus Recyclingmaterialien und benötigen zur Pflege nur Wasser und Seife. Darüber hinaus reduziert die SunComfortable-Technologie die Wärmeaufnahme, sodass die Oberfläche kühler bleibt als bei den ursprünglichen Dielen von Trex.

UNABLÖSBARER MANTEL

Der robuste, wärmereduzierende Dielenmantel ist bei Trex Select durch Koextrusion mit dem Dielenkern verschmolzen und damit unablösbar. Zusammen mit der Materialmischung verhindert dieser Aufbau ein Verziehen, Verrotten und Reißen der Diele. Mit minimalem Aufwand – ohne Schleifen, Streichen oder Versiegeln – bleibt die Diele jahrzehntelang wie neu.

DREI NATURNAHE HOLZFARBTÖNE

Die neuen Select-Dielen gibt es in drei naturnahen Holzfarbtönen – einem hellbraunen, einem mittelbraunen und einem mittelgrauen Ton – sowie in zwei Profilvarianten: eine Variante mit Nut für die verdeckte Befestigung und eine ohne Nut für Flächenabschlüsse und Akzente. Erhältlich sind die Produkte in drei Längen. Mit der längsten Version – 610 Zentimeter – lassen sich auch große Flächen oft ohne Querfugen zwischen den Dielen belegen. Die Dicke beträgt 20 Millimeter, was sie etwas dünner macht als andere Trex-Dielen. Farblich passende, 184 und 288 Millimeter breite Stirnbretter für die vertikale Montage runden das Dielenprogramm ab.

Preislich liegen die Dielen unterhalb des Trex-Produktklassikers Transcend sowie der ebenfalls mit SunComfortable-Technologie ausgestatteten Trex-Transcend-Lineage-Dielen, was sie zu einer guten Alternative für Budgetbewusste macht.

Fotos: Trex





AUSSTELLUNGEN
IM NOVEMBER 2026

ANZEIGE

EIN AUSSERGEWÖHNLICHES
Ausstellungsprojekt

Unter dem Titel „Eutin zieht blank!“ zeigt das ***Ostholstein-Museum Eutin*** *bis zum 31. Januar 2027 Kunstwerke aus hiesigem Privatbesitz, die sich der Gattung der Aktdarstellung widmen. Es ist eine Folge-Schau des enorm erfolgreichen Ausstellungsprojekts „Eutin packt aus“ aus dem Jahr 2024.*



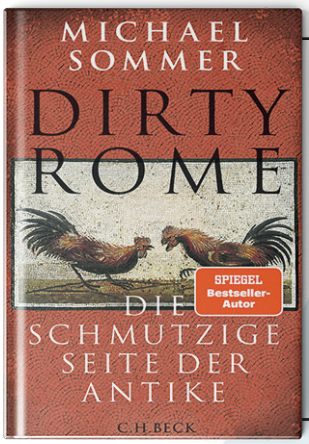
Leonhard Boldt – Stehender männlicher Akt (Detail), um 1903

Fotos: © Ostholstein-Museum Eutin



Die Ausstellung „Eutin zieht blank!“ zeigt eine große Vielfalt an Aktdarstellungen

Während Museen ihre Bestände regelmäßig der Öffentlichkeit präsentieren, schlummern in vielen Haushalten kleine und große Kunstwerke, die nur selten als Leihgaben in Ausstellungen gezeigt werden können und in der Tat die eine oder andere Überraschung bereithalten. Aus diesem Grund waren in diesem Frühjahr alle Bürger*innen aus Eutin und Umgebung, die bereit waren, dem Museum ein oder mehrere Exponate für eine Ausstellung leihweise zur Verfügung zu stellen, eingeladen, sich mit einem Foto ihrer Kunstwerke und Informationen dazu an das Museum zu wenden.
Und der öffentliche Aufruf war ein voller Erfolg: So wurden von rund 60 Privathaushalten mehr als 270 Vorschläge eingereicht, die die klassischen Bereiche Malerei, Zeichnung, Grafik, Fotografie und Skulptur umfassen. In der Folge wurde unter kunsthistorischen und kuratorischen Gesichtspunkten eine Auswahl von rund 90 Exponaten getroffen, die mit Werken von Lovis Corinth, Horst Janssen, Max Liebermann und vielen mehr das beeindruckende Niveau und die Vielseitigkeit der privaten Sammlungen aus Eutin und Umgebung im Bereich der Aktdarstellung widerspiegelt. Weitere Informationen zum Museum sowie der Ausstellkung finden Sie unter www.oh-museum.de.



BESONDERER BUCHTIPP

DIE SCHMUTZIGE SEITE DER ANTIKE

Denken wir an das antike Rom, sehen wir geordnete Heere, blitzsaubere Rüstungen, prachtvolle Paläste und üppige Speisen – eben Glanz und Gloria – vor unserem inneren Auge. Und natürlich glückliche Bürger*innen der Stadt der Städte. Michael Sommer, Professor für Alte Geschichte, der bereits in seinem Buch „Dark Rome“ die moralisch verwerflichen Seiten Roms ins Licht gerückt hat, räumt nun in „Dirty Rome“ auch mit der Mär von der schönen und reinen antiken Weltmetropole gründlich und kenntnisreich auf. Dazu lenkt er den Blick auf die einfachen Menschen, deren Leben alles andere als einfach war: Armut, Hunger, schlechte Lebensmittel, ebenso schlechte und teure Wohnverhältnisse, Krankheit, Gestank und Epidemien, Gewalt, Vetternwirtschaft, Machtmissbrauch und Korruption – Michael Sommer schaut nicht auf die spiegelnde Oberfläche Roms, sondern er steigt hinab in dessen „Maschinenraum“. Und das ist überaus erhellend.
Michael Sommer: Dirty Rome. Verlag C.H.Beck, 352 S., 26 Euro

Cover: Kunst oder Reklame, München



Kinderkappe mit Tigerkopf
Hersteller*in nicht dokumentiert,
Nanjing (China) 19. Jh.

SAMTPFOTEN

Cat Content überflutet die sozialen Medien – aber was steckt eigentlich hinter unserer jahrtausendealten Faszination für die Katze? Die Ausstellung „KATZEN!“ im Museum am Rothenbaum (MARKK) folgt dem wohl wandlungsfähigsten Tier der Kulturgeschichte noch bis zum 29. November.

Von der verehrten ägyptischen Göttin Bastet über die Begleiterin verfolgter Hexen bis zum viralen Internet-Star spürt die Schau den Spuren der beliebten Tiere nach. Dabei zeigt sich: Kaum ein Tier trägt so viele widersprüchliche Attribute in sich wie die Katze. Sie ist niedlich und nützlich, heilig und verrucht, Glücksbringerin und Unglückssymbol zugleich. Die Ausstellung schöpft aus den weltumspannenden Sammlungen des MARKK und verbindet historische Objekte mit zeitgenössischen Kunstwerken, darunter Positionen von Carolee Schneemann, Taewon Ahn, Melanie Cervantes und Chéri Cherin. Altägyptische Göttinnenstatuen, japanische Dämonenmasken, schamanische Jaguardarstellungen aus Südamerika, Katzeninventar aus europäischen Haushalten, winkende Maneki-neko und vieles mehr zeigen die kulturelle Vielfalt der Katzensymbolik. Auch im Vorfeld eingesandter Cat Content aus Hamburger Haushalten wird präsentiert. Weitere Informationen gibt es unter www.markk-hamburg.de.



Blick in die Ausstellung „KATZEN!“ im MARKK



Der große Oktopus im Nameri-Fluss in Etchū,
aus der Serie Glücksbringende Bilder von Bergen
und dem Meer von Utagawa Kuniyoshi, Japan 1852

© MARKK/Foto: Paul Schimweg (2) / © Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg (1)



Helme Heine – Der Butt am Haken



Helme Heine – Lübecker Freunde



Helme Heine – Der Rattenfänger von Lübeck

Wunderschöne Bildwelten

Mit der noch bis zum 10. Januar 2027 laufenden Ausstellung „Helme Heine: Es war einmal …“ widmet sich das Günter Grass-Haus einem der bedeutendsten Bilderbuchkünstler unserer Zeit, dessen Bücher über 25 Millionen Mal verkauft und in mehr als 30 Sprachen übersetzt wurden.

Seine Figuren wie der kleine Drache „Tabaluga“ oder die „Freunde“ Johnny Mauser, Franz von Hahn und der dicke Waldemar sind weltweit bekannt. Im vergangenen Jahr verstarb der große Schöpfer kleiner Bildwelten in seinem neuseeländischen Zuhause am Meer. Die Ausstellung ist die erste Retrospektive seit seinem Tod.

Neben Illustrationen aus seinen Klassikern – etwa die „Freunde“ aus Mullewapp oder der kleine grüne Drache Tabaluga – zeigt die Schau vor allem neuere Arbeiten von Helme Heine. Diese illustrieren mit feinem Humor zentrale gesellschaftliche Themen unserer Zeit wie Klimawandel, Migration, Geschlechtergerechtigkeit, Frieden und Demokratie.

Ausstellungsherzstück ist ein begehbares, aus Holz gefertigtes „Mullewapp“-Dorf, das die einzigartige Phantasiewelt Helme Heines räumlich erfahrbar macht und zum Entdecken, Spielen und Staunen einlädt. Zudem werden Werke präsentiert, die der Künstler eigens für das Günter Grass-Haus geschaffen hat und die auf den Literaturnobelpreisträger und Lübeck Bezug nehmen. Unter luebecker-museen.de sind weitere Informationen für Sie bereitgestellt.

Fotos: © Helme Heine Art

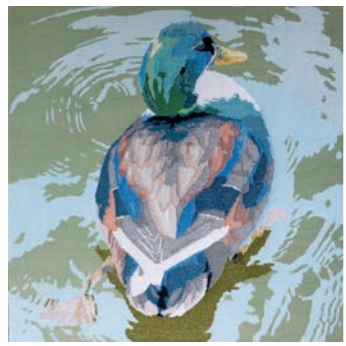
Bezaubernde
GEWEBTE BILDER

Die 291. Kunst-im-Gutshaus-Ausstellung „Denn in IHM leben, WEBEN und sind wir…“ zeigt noch bis zum 29. November eine Auswahl von sehr ungewöhnlichen und gleichzeitig außerordentlich beeindruckenden Arbeiten der Bildwebkunst aus dem Atelier der Webmeisterin Uta Bollmeyer.

Uta Bollmeyer stammt aus Spaichingen in Baden-Württemberg. Nach einer dreijährigen Ausbildung zur Handweberin in Sindelfingen arbeitete sie einige Jahre in verschiedenen Weberreien im In- und Ausland. 1993 absolvierte Uta Bollmeyer die Meisterprüfung im Weberhandwerk. Durch ihr Meisterstück begann sie sich für die Beiderwand-Technik zu interessieren. Diese Webtechnik gehört zu den Doppelgeweben. Nach einigem Experimentieren gelang es Uta Bollmeyer, diese Technik so abzuwandeln, dass es möglich wurde, damit auch Bilder zu weben. Dieses gelang der Künstlerin so perfekt, dass sie sich seit 1996 ganz auf die Bildwebkunst spezialisierte. Nach ihrer Heirat im Jahr 2007 zog Uta Bollmeyer nach Hamburg, wo sie seit 2008 eine Werkstatt betreibt. Dort entstandene Werke zeigte und zeigt die Künstlerin regelmäßig in verschiedenen Ausstellungen und im Rahmen von Ausstellungsbeteiligungen. Weitere Informationen gibt es unter www.gutshaus-glinde.de.



Uta Bollmeyer – Sonnenblumen



Uta Bollmeyer – Erpel



Uta Bollmeyer – Basstölpel

Fotos: Uta Bollmeyer

DAMALS WAR ALLES ...ANDERS.



20.09.2026 – 31.01.2027

Eutin in Fotografien früher und heute

EUTIN OSTHOLSTEIN-MUSEUM

Schlossplatz 1
23701 Eutin
www.oh-museum.de

SCHÖNER KALENDER

MEERESZAUBER

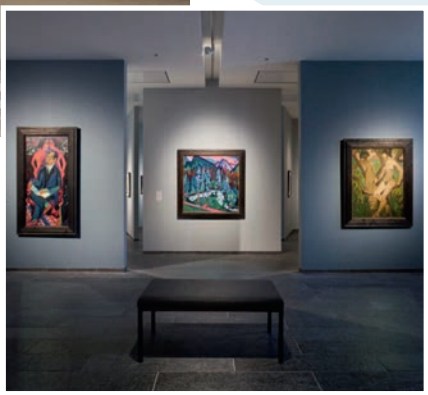


„Der Strand von Haukland auf Norwegens Lofoten, aufgenommen an einem stürmischen Wintermorgen.“ (Foto: Christian Hoiberg), „Frühes Morgenlicht illuminiert an den Felsen der Bedruthan Steps Südwestengland pink leuchtende Strandgrasnelken.“ (Foto: Sebastien Coell), „Kontemplative Stimmung am Strand des Seebads Zempin auf der mecklenburg-vorpommerischen Insel Usedom.“ (Foto: Cornelia und Ramon Dürr), „Ein Herbstorkan wütet an der Küste von Dalmore auf Schottlands Insel Lewis. Die Türme von Gischt der gewaltigen Wellen, die sich an den Felsen brechen, wirken wie Geister aus der Tiefe des Meeres.“ (Foto: Lorraine Finney) – dieses sind nur vier der zwölf atemberaubenden Bilder des einfach nur überwältigend schönen, großformatigen Wandkalenders „Meeresblicke 2027“. Er bietet ein Jahr lang Freude an der Kunst der Natur und vorzüglicher Fotograf*innen.

Meeresblicke 2027, mareverlag (82 x 58 cm), www.mare.de, 49 Euro

Cover: Alexander S. Kunz





In der neuen Dauerausstellung steht der Expressionismus besonders im Fokus



Nach ihrer Neugestaltung lädt die Galerie mit ihrer großzügigen Hängung zum Verweilen vor den einzelnen Werken ein

Außergewöhnliche KUNST

Die Galerie der Moderne entfaltet ein überwältigendes Panorama voller Aufbrüche und Umbrüche, tiefer Einschnitte und künstlerischer Radikalität. Die Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts steht im Mittelpunkt der bewegenden neuen Dauerausstellung des ***Museums für Kunst- und Kulturgeschichte Schloss Gottorf*** *in den renovierten Räumen der historischen Pferdeställe.*

Auf rund 1800 Quadratmetern begegnen den Besuchenden etwa 350 Werke bedeutender Künstler*innen der Moderne und Gegenwart. Viele davon stammen aus der renommierten Sammlung Horn. Im Fokus steht der deutsche Expressionismus mit Meisterwerken der Brücke. Einzigartig machen diese Ausstellung nicht zuletzt ihre vielfältigen norddeutschen Positionen mit Werken von Künstlern wie Emil Nolde, Ernst Barlach und Christian Rohlfs. Nach einer umfassenden Sanierung des Gebäudes zeigt die Galerie der Moderne sich in farblich neuem Glanz, chronologisch geordnet und üppig ergänzt um Positionen aus den Beständen des Museums für Kunst und Kulturgeschichte.

WELTBEKANNTE KUNSTSCHAFFENDE

Die Galerie der Moderne versammelt eine ganze Reihe von außergewöhnlichen Künstler*innen. Den Auftakt machen frühe Gemälde von Alexej von Jawlensky. Es geht weiter mit Werken der expressionistischen Künstlergruppe Brücke und Arbeiten von Karl Schmidt-Rottluff, Erich Heckel, Ernst Ludwig Kirchner, Max Pechstein und Otto Mueller sowie dem nur kurz der „Brücke“ angehörigen Emil Nolde.

EIN BREITES SPEKTRUM

Weitere beeindruckende und überaus sehenswerte Werke stammen von Georg Tappert, Wenzel Hablik, César Klein, Martel Schwichtenberg, Heinrich Stegemann und Max Kahlke. Für die Zeit nach 1918 stehen stellvertretend Käthe Kollwitz und Conrad Felixmüller, für die 1960er Jahre die Mitglieder der Gruppe ZEBRA und für den Zeitraum ab den 1980er Jahre die Norddeutschen Realisten mit Klaus Fußmann, Friedel Anderson und Christopher Lempfuhl sowie international die Neuen Wilden mit Rainer Fetting. Weitere Informationen zur Galerie der Moderne stehen Ihnen unter landesmuseen.sh zur Verfügung.

Fotos: Galerie der Moderne © Jan Brockhaus

ANZEIGE

Immer wieder können Sie in der Galerie der Moderne neue Entdeckungen machen





VERANSTALTUNGSTIPPS

IM NOVEMBER 2026

Foto: Pexels - Rahul Pandit (1)



CAROLINE WAHL

Mit „22 Bahnen“ und „Windstärke 17“ wurde Caroline Wahl zu einer der meistgelesenen jungen Autorinnen Deutschlands. Nun ist sie mit ihrem neuen Roman „1999 Meter über dem Meer“ auf Lesereise und macht auch in Lübeck Station. Wieder erzählt sie von Menschen, die ihren eigenen Weg suchen, von schwierigen Beziehungen und der Sehnsucht nach einem anderen Leben. Dabei liegt die besondere Stärke der Schriftstellerin in ihrer direkten, unverwechselbaren Sprache, mit der sie selbst komplizierte Gefühle auf den Punkt bringt. Ihre Figuren sind verletzlich, eigensinnig und oft hin- und hergerissen zwischen Verantwortung und dem Wunsch nach Freiheit. Auf der Bühne gibt Caroline Wahl Einblicke in ihr neues Buch und lässt das Publikum an ihrer literarischen Welt teilhaben. Eine Gelegenheit, die erfolgreiche Autorin persönlich kennenzulernen und mehr über ihre Geschichten zu erfahren. Mehr Infos und Tickets unter www.kolosseum-luebeck.de.

5. November, 20 Uhr • Kolosseum, Lübeck

Fotos: Domenic Driessen; Stefanie Kapra

HAMBURGER KRIMIFESTIVAL

Mörderische Geschichten, überraschende Wendungen und jede Menge Hochspannung: Beim Hamburger Krimifestival dreht sich fünf Tage lang alles um die dunklen Seiten der Literatur. Vom 10. bis 14. November kommen bekannte und neue Stimmen des Genres auf Kampnagel zusammen, um ihre aktuellen Bücher vorzustellen und mit dem Publikum ins Gespräch zu kommen. Den Auftakt macht der Literaturpodcast „eat.READ.sleep.“ von NDR Kultur. Die Hosts Katharina Mahrenholtz und Daniel Kaiser gehen gemeinsam mit dem Krimiautor Till Raether der Frage nach, was eine gute Kriminalgeschichte ausmacht. Auch in den folgenden Tagen stehen packende Fälle und ungewöhnliche Schauplätze auf dem Programm. So führt ein norddeutscher Krimiabend unter anderem nach Nordfriesland, Neuwerk und Hamburg. Das Festival bietet damit nicht nur spannende Lesungen, sondern auch Einblicke in die Arbeit der Autorinnen und Autoren. Mehr unter www.hamburger-krimifestival.de.

10. bis 14. November • Kampnagel, Hamburg





CHRISTINE PRAYON: ABSCHIEDSTOUR

Was wird hier eigentlich verabschiedet? Christine Prayon macht aus dieser Frage ein ebenso komisches wie rätselhaftes Kabarettprogramm. In ihrer „Abschiedstour“ verspricht die Schauspielerin und Kabarettistin große Gefühle, überraschende Wendungen und jede Menge Irritationen. Bekannt wurde sie unter anderem als Birte Schneider in der ZDF-„heute-show“, doch auch auf der Bühne hat sie längst ihren ganz eigenen Stil entwickelt. Mit trockenem Humor, scharfer Beobachtungsgabe und einer Vorliebe für ungewöhnliche Perspektiven bringt sie ihr Publikum zum Lachen und Nachdenken. Was genau am Ende verabschiedet wird, bleibt vorerst ihr Geheimnis. Mehr Infos und Tickets unter www.kub-badoldesloe.de.

14. November, 20 Uhr • KuB, Bad Oldesloe

HOTEL SKIVERLIEBT

Auf der Skipiste geht es heiß her: Im neuen Musical „Hotel Skiverliebt“ steht ein Wintersportort vor seiner größten Herausforderung. Während sich alles auf die Weltmeisterschaft vorbereitet, drohen Tauwetter und Proteste die Pläne zu durchkreuzen. Mittendrin steckt die junge Skirennläuferin Anna, die nicht nur um eine Medaille kämpft, sondern auch in Liebesdingen vor einer Entscheidung steht. Zwischen Hoteltrubel, sportlichem Ehrgeiz und romantischen Verwicklungen entwickelt sich eine turbulente Geschichte mit viel Musik, Humor und Gefühl. Mehr Infos und Termine unter www.tivoli.de.

5. November bis 6. Februar • Schmidt Theater, Hamburg





THE PRODUCERS

Ein Flop soll reich machen – doch dann läuft alles anders als geplant. In Mel Brooks’ Musical „The Producers“ wittern der erfolglose Broadway-Produzent Max Bialystock und der Buchhalter Leo Bloom das große Geschäft. Ihr Plan: mit möglichst viel Geld die schlechteste Show aller Zeiten auf die Bühne bringen. Doch ausgerechnet ihr vermeintliches Desaster entwickelt sich zum Erfolg. Mit rabenschwarzem Humor, schrägen Figuren und mitreißenden Musicalnummern nimmt die Satire das Showgeschäft aufs Korn. Am Theater Lübeck feiert die Produktion im November Premiere. Mehr Infos unter www.theaterluebeck.de.

Premiere: 14. November, 19.30 Uhr • Theater Lübeck

JEREMY DAYS ACOUSTIC GROUP

Mit „Brand New Toy“ schrieben „The Jeremy Days“ Ende der Achtzigerjahre deutsche Popgeschichte. Nun präsentieren Sänger Dirk Darmstaedter und seine Mitmusiker die Songs der Band in einem akustischen Gewand. Zwischen britischem Pop, amerikanischem Art-Rock und eingängigen Melodien entsteht ein Konzert, das Erinnerungen weckt und zugleich neue Facetten der Musik hörbar macht. Nach ihrer gefeierten Wiedervereinigung zeigen die Musiker, dass ihre Songs auch ohne große Verstärker nichts von ihrer Kraft verloren haben. Karten unter www.elbphilharmonie.de.

19. November, 20 Uhr • Laeiszhalle, Hamburg



Fotos: Elena Zaucke; Schmidt Theater; Stephan Durdoth; Illustration: Theater Lübeck

SCHUBYS BUCHTIPP

HAPPY WEEKEND



Katja und Marcel sind bester Laune, als sie an diesem Freitag mit dem Auto aufbrechen. Eine kleine Auszeit über das verlängerte Wochenende, einfach mal ausspannen. Doch beim kurzen Halt an einer Raststätte wird ihnen das Gepäck aus dem Kofferraum gestohlen. Zum Glück hat Katja einen kleinen GPS-Tracker in den Koffer gelegt, über den sie ihn orten kann. Und tatsächlich, auf der Karte in der App sehen sie ihn als blauen Punkt, wie er sich eben der Autobahnauffahrt nähert. Ohne groß nachzudenken, folgen sie dem Wagen, in dem sie ihr Gepäck vermuten. Doch dann ist es zu spät – sie sitzen in der Falle. Denn jemand hat sie absichtlich an diesen Ort gelockt. Und ihr schlimmster Albtraum beginnt genau jetzt …

Arno Strobel, Fischer, 368 S., 18 Euro

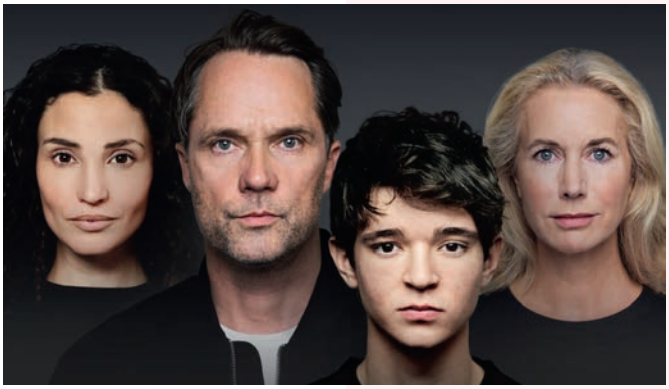
Stellt euch vor: Ihr habt euch so auf eine perfekte Auszeit gefreut und landet im schlimmsten Albtraum. Wieder einmal ein neuer Pageturner von Arno Strobel!
******* 5 von 5 Sternen**

JAIMI FAULKNER

Eine markante Stimme, virtuoses Gitarrenspiel und Songs voller Gefühl: Der australische Singer-Songwriter Jaimi Faulkner verbindet Folk, Blues, Soul und Americana zu seinem ganz eigenen Sound. Mal kraftvoll und rhythmisch, mal leise und nachdenklich erzählt er von Begegnungen, Beziehungen und den kleinen Wendungen des Lebens. Seine Konzerte leben von musikalischer Vielseitigkeit und der unmittelbaren Nähe zum Publikum. Im Ahrensburger Marstall zeigt Faulkner, wie viel Ausdruck in einer Stimme und einer Gitarre stecken kann. Mehr Infos und Karten gibt es unter www.marstall-ahrensburg.de.



21. November, 20 Uhr • Kulturzentrum Marstall, Ahrensburg



DER SOHN

Wie erreicht man einen Menschen, der sich immer weiter zurückzieht? In Florian Zellers eindringlichem Familiendrama „Der Sohn“ steht der 17-jährige Nicolas nach der Trennung seiner Eltern vor einer schweren Krise. Er schwänzt die Schule, zieht sich zurück und möchte schließlich bei seinem Vater Pierre und dessen neuer Familie leben. Doch auch dort findet er keinen Halt. Während Pierre verzweifelt versucht, seinem Sohn zu helfen, wächst die Hilflosigkeit aller Beteiligten. Mit Matthias Schloo, Dorothea Schenck und Nadine Menz erzählt das Stück von Elternliebe, Schuldgefühlen und den Grenzen familiärer Fürsorge. Mehr Infos und Tickets unter www.kulturwerk-am-see.de.

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



FUNKY TIMES

Funk, Groove und jede Menge gute Laune: „Funky Times“ haben sich mit ihren mitreißenden Videos auf Instagram und TikTok eine internationale Fangemeinde erspielt. Seit ihrer Gründung 2020 begeistert die Band aus dem Raum Aschaffenburg mit virtuosen Soli, knackigen Gitarrenriffs und treibenden Basslines. Auch Funkgrößen wie Candy Dulfer wurden auf die Musiker aufmerksam. Mit ihrem singenden Schlagzeuger und den unverwechselbaren bunten Trainingsanzügen bringen Funky Times ihren energiegeladenen Sound nun auf die Bühne des Nica Jazzclubs. Still sitzen? Kaum möglich! Mehr Infos unter www.nica-jazzclub.de.

26. November, 20 Uhr • Nica Jazzclub, Hamburg

Fotos: Jaimi Faulkner; Urban Ruths; Jona Freigang

339. PLÖNER SCHLOSSKONZERT
KATONA TWINS

Zwei Gitarren, vier Jahrhunderte Musikgeschichte: Am 23. November sind die KATONA TWINS beim Plöner Schlosskonzert zu Gast.



Foto: Melissa Rachel Kavanagh

Die ungarischen Zwillingsbrüder, die heute in Liverpool leben, begeistern mit virtuosem Zusammenspiel und einem vielseitigen Repertoire. Ihr Programm führt durch vier Jahrhunderte Musikgeschichte und verbindet klassische Werke mit Einflüssen anderer Stilrichtungen – mal fein und gefühlvoll, mal temperamentvoll und mitreißend.

Für den Konzertabend bietet die Schlosskapelle im Plöner Schloss einen besonderen Rahmen. Der historische Raum schafft mit seiner stimmungsvollen Atmosphäre beste Voraussetzungen für ein intensives Musikerlebnis und lässt das Publikum die beiden Gitarristen aus nächster Nähe erleben.

Seit über 40 Jahren bereichern die Plöner Schlosskonzerte das kulturelle Leben der Stadt. An wechselnden historischen Spielorten im Schlossgebiet präsentieren sie hochkarätige Kammermusik in außergewöhnlichem Ambiente. Mehr Infos und Tickets für 25 Euro (ermäßigt 20 Euro) gibt es unter www.holsteinischeschweiz.de/ploen-schlosskonzert.

23. November, 19.30 Uhr • Schlosskapelle, Schloss Plön

TRIO EVANTGARDE

Handgemachte Musik und Texte, die mitten aus dem Leben kommen: Das Trio Evantgarde stellt im Goldbekhaus sein neues Album „Schade“ vor. Im Mittelpunkt stehen persönliche Geschichten, echte Gefühle und Songs, die mal nachdenklich, mal mit einem Augenzwinkern daherkommen. Die Musiker verbinden ihre unterschiedlichen Einflüsse zu einem eigenständigen Klang und setzen dabei auf die unmittelbare Wirkung ihrer Lieder. Ein Konzertabend für alle, die deutschsprachige Musik mit Persönlichkeit und ohne große Effekthascherei mögen. Mehr Infos und Karten unter www.goldbekhaus.de.

22. November, 19 Uhr • Goldbekhaus, Hamburg



Fotos: Trio Evantgarde; Urban Ruths



ANZEIGE







FRANZ ROBERT CZIESLIK IM FORUM ALSTERTAL

Metamorphose in Stein und Öl

Das Forum Alstertal am Kritenbarg in Poppenbüttel ist nicht nur als Zentrum für Servicewohnen und Kulturveranstaltungen eine feste Institution in Hamburg, sondern auch ein bewährter Ort für Kunst. In diesem Herbst gibt es hier ein Wiedersehen mit dem Bildhauer und Maler Franz Robert Czieslik.

Der Künstler präsentiert noch bis zum 10. Januar 2027 eine beeindruckende Werkschau. Seit 2002 stellt Czieslik regelmäßig im Forum Alstertal aus – zuletzt 2018. Wer seine früheren Werke kennt, wird überrascht sein: Die aktuelle Ausstellung zeigt eindrucksvoll, wie sich seine Techniken und Materialien seither gewandelt haben.

ORGANISCHE METAMORPHOSEN

In der Bildhauerei hat der Sandstein das Holz als primären Werkstoff fast vollständig verdrängt. Damit geht eine neue Formensprache einher: Wo früher florale Strukturen erkennbar waren, dominieren heute organische Metamorphosen. In den steinernen Skulpturen fließen teils bis zu acht Gesichter ineinander, deren Ausdruck im Auge des Betrachters permanent zu wechseln scheint.

FARBE ALS REINE ENERGIE

Auch in der Malerei bricht der letzte Meisterschüler des legendären Farbfeldmalers Rupprecht Geiger mit alten Gewohnheiten. Czieslik hat den klassischen Pinsel beiseitegelegt und setzt nun auf Ölfarbe und Spachtel. Durch den pastosen Farbauftrag entstehen dynamische Strukturen von enormer Tiefe. Inhaltlich spaltet sich sein Werk: Einerseits setzt er sich intensiv mit der Farbe als reiner Energie auseinander. Andererseits fängt er in Landschaftsstudien die Urkraft der Natur ein. Ein Besuch lohnt sich.

DER EINTRITT IST FREI

Geöffnet ist montags bis freitags von 8 bis 18 Uhr sowie samstags und sonntags von 10 bis 14 Uhr. Der Eintritt ist frei.
Weitere Informationen gibt es unter www.forum-alstertal.de.

Fotos: Forum Alstertal

JAZZ LIPS IN CONCERT 2026



JAZZ ist lebendig und ständig in Veränderung! So auch bei den JAZZ LIPS, die seinerzeit als Teil der legendären Hamburger Szene der 70er Jahre hervorgegangen sind. Die aktuelle Besetzung der verjüngten JAZZ LIPS begeistert weiterhin mit dem bewährten Repertoire aus traditionellem Hot Jazz der 20er/30er, dem New Orleans-Jazz von heute, Blues, Funky Brass Band und dem ganz eigenen Caribbean Style. Die Spontanität und die immense musikalische Bandbreite, die die JAZZ LIPS seit jeher auszeichnen, sind seit über 50 Jahren unverändert und entwickelt sich immer weiter fort. Egal, wo sie auftreten: Die Musiker wissen genau, wie sie ihre Zuhörer einfangen und mit ihrer Spontanität begeistern können. Die JAZZ LIPS versprechen niveauvolles Jazz-Entertainment mit einer Mischung aus stilechter Tradition mit frischem jungen New Orleans. **JOIN an UNFORGETTABLE CONCERT!**

Eintritt Gäste € **26,00**
Karten erhalten Sie ab sofort an der Rezeption

FR. 13. NOV 19.00 UHR

Wir freuen uns auf Sie!

Forum Alstertal GmbH - Kritenbarg 18 - 22391 HH-Poppenbüttel - Tel. 040. 60 68 68 www.Forum-Alstertal.de

FORUM ALSTERTAL



Musik erleben. Gemeinsam genießen.

Erleben Sie Live-Momente mit den NDR Ensembles.
Jetzt Tickets sichern unter ndrticketshop.de

Bild mit KI bearbeitet

Jetzt NDR Ensembles in Lübeck entdecken:

NDR Elbphilharmonie Orchester
Fabio Luisi & Francesco Piemontesi
04.12.2026 | 19:30 Uhr
Musik- und Kongresshalle

NDR Elbphilharmonie Orchester
Manfred Honeck & Pablo Ferrández
22.01.2027 | 19:30 Uhr
Musik- und Kongresshalle

NDR Elbphilharmonie Orchester
Blomstedt dirigiert Bruckners Fünfte
19.03.2027 | 19:30 Uhr
Musik- und Kongresshalle

NDR Radiophilharmonie
Emmanuel Tjeknavorian & Anna Vinnitskaya
12.06.2027 | 19:30 Uhr
Musik- und Kongresshalle

IMPRESSUM

Lebensart im Norden
erscheint kostenlos am Monatsanfang in Schleswig-Holstein und Hamburg.
www.lebensart-sh.de, www.verlagskontor-sh.de

Verlagskontor Schleswig-Holstein GmbH
Haßstraße 13–15 (Zuckerspeicher), 24103 Kiel

Herausgeber:
Kassian Alexander Goukassian

Geschäftsführung (V.i.S.d.P.):
Gesa Schimmer (Anzeigen) & Kathrin Wesselmann (Redaktion),
Tel.: 0431 / 200 766 933

Büroleitung:
Friederike Schmidt, friederike.schmidt@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 503

Chefredaktion:
Mirjam Stein, redaktion@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 509

Redaktion:
Marion Laß, Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Mirjam Stein, Hanna Wendler, Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow,
Dr. Heiko Buhr (freier Mitarbeiter)

Redaktion Westküste:
Marion Laß, m.lass@falkemedia.de

Grafik:
Sandra Huege, Nicolas Rexin, Sonja Woldt,
Andrea Nommensen (freie Mitarbeiterin), Maren Urbat (freie Mitarbeiterin)

Anzeigen- und Titelgestaltung:
Nicolas Rexin, nicolas.rexin@verlagskontor-sh.de

Fotos:
Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Illustrationen:
Adobe Stock

DORT WERBEN, WO DER NORDEN LIEST.

SPRECHEN SIE UNS AN:

Anzeigen:
info@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 500

Mediaberatung:
Frank Barghan, Anne-Kristin Bergan, Heinke Blume,
Corinna Euker, Regine Sauerberg, Jörg Stoeckicht,
Mirja Katinka Terhaar, Renate Wietzke, Birgit Ziemann

Unsere Mediadaten finden Sie unter www.falkemedia.de/mediadaten.

Gesamtauflage:
Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionsschluss:
Jeweils der 15. des Vormonats

Druck: Eversfrank Gruppe | Frank Druck GmbH & Co. KG,
Industriestraße 20, 24211 Preetz-Wakendorf

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, eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden. Keine Gewähr für die Richtigkeit.

IN DER NÄCHSTEN lebensart

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LEBENSART ERSCHEINT AM 1. DEZEMBER.

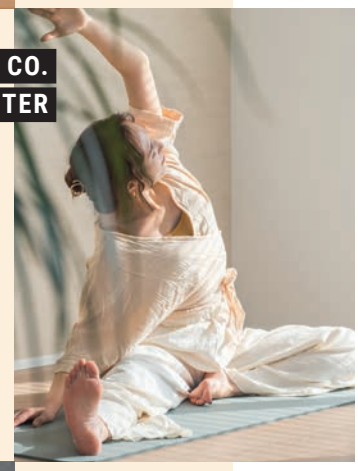


LICHTERGLANZ UND IDEEN ZUM EINPACKEN

Im Dezember steht die Weihnachtszeit im Mittelpunkt. Wir haben stimmungsvolle Weihnachtsmärkte im Norden zusammengestellt – vom kleinen Dorfplatz bis zur großen Lichtermeile. Der Geschenke-Guide bietet Ideen für verschiedene Budgets und Altersgruppen und passend dazu gibt's Rezepte für die Festtage.

YOGA, TAI CHI & CO. GESUND DURCH DEN WINTER

Sanfte Bewegungsformen können helfen, zur Ruhe zu kommen, Kraft aufzubauen und den Kopf freier zu machen. Wir schauen uns Yoga, Tai Chi und ähnliche Ansätze genauer an und geben eine erste Orientierung, wie ein Einstieg gelingen kann. Dabei geht es um einfache Routinen und um Wege, Achtsamkeit in den Alltag zu integrieren.





STRAHLEND SCHÖN LICHT & LAMPEN

Licht prägt, wie Räume wirken: Es kann Atmosphäre schaffen, Zonen betonen und den Alltag funktionaler machen. Wir beschäftigen uns mit dem Thema Lampen und zeigen, wie unterschiedliche Lichtquellen zusammenarbeiten. Zudem geben wir Anregungen, wie sich mit kleinen Anpassungen eine freundliche, warme Wirkung erzielen lässt.

GEDRUCKT MIT 100% ÖKOENERGIE STROM & GAS

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 CO^2-Kompensation startet **falkemedia** in 2022 ein eigenes Waldaufforstungsprogramm.

Fotos: Adobe Stock

NORTEX
... zieht den Norden an!

- 240 internationale Modemarken auf 10.000 m²
- Größen- & Passformspezialist im Norden
- Kompetente & persönliche Beratung



IHR BESONDERES
Einkaufserlebnis
mit unserem Service zum Wohlfühlen und attraktiven Events

GIL BRET · FUCHS SCHMITT · CINZIA ROCCA ICONS · bugatti · DIGEL · JOOP!

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

Anfahrt:
A7 Neumünster-Süd
B 205 Altonaer Str.
Zentrum Neumünster
6. Ampel links

Öffnungszeiten:
Montag–Freitag
9.00 bis 18.30 Uhr
Samstag
8.30 bis 18.30 Uhr

Bleiben Sie auf dem Laufenden!
Entdecken Sie unseren Eventkalender auf www.nortex.de und verpassen Sie keine Veranstaltungen und Aktionen mehr!

240 internationale Modemarken für Damen und Herren · Wir freuen uns auf Ihren Besuch und beraten Sie gern!

NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG; Foto: Nortex

EINMAL MIT ALLES

Der mehr-geht-nicht Kfz-Schutz.

Für alle, denen „reicht doch“ eben doch nicht genügt: **Itzehoer TOP DRIVE**
Der beste Kfz-Schutz im Norden. Mehr geht nicht … und gut!

Top Leistung.
Top Service.
TOP DRIVE.



Jetzt wechseln.

Itzehoer Versicherungen
… und gut!

KI + Itzehoer = ♥