DAS MONATSMAGAZIN **IM NORDEN**

lebensart

WESTKÜSTE / DITHMARSCHEN / NORDFRIESLAND / STEINBURG

NOVEMBER & DEZEMBER 2026 • KOSTENLOS

Das kommt von Herzen

BESONDERE GESCHENKIDEEN ZUM FEST

Bethlehem im Kleinformat

DIE KRIPPENLANDSCHAFT
IN RISUM-LINDHOLM



KEINE SCHWESTER



HEIDER MARKTPASSAGE

Markt 43 · 25746 Heide
Tel. 0481 787 60 887 · marktpassage@centim.de
www.heider-marktpassage.net

von Allwörden · ONLY · Tailor Essen · VERO MODA · Kaufland · mister*lady · C&A · NEW YORKER · New York Nails · BARMER · egw:wirtschaftsförderung · SCHUHPARK · vhs



MARION LASS
Redakteurin

Liebe Leserin, lieber Leser,

sind Sie schon in Weihnachtsstimmung? Ich kann es gar nicht glauben, aber in rund 54 Tagen ist Heiligabend. Ich habe tatsächlich schon ein erstes Weihnachtsgeschenk. Was es ist, verrate ich natürlich nicht, denn diejenige würde es hier lesen. Was ich eigentlich sagen möchte: So früh war ich noch nie. Ich habe mir für dieses Jahr vorgenommen, die Geschenke rechtzeitiger einzukaufen, um mehr Raum für die Adventsmärkte zu haben. Mal gucken, ob es gelingt … Viele Veranstaltungen kündigen wir in unserer Ausgabe an und was die Geschenke angeht, empfehle ich unsere Geschenketipp-Seiten. Schauen Sie mal rein, vielleicht ist etwas dabei für Ihre Lieben.

BETHLEHEM IN DER WOHNSTUBE

Und dann habe ich noch eine schöne Ausstellung entdeckt: Haben Sie sich schon mal gefragt, wie das Leben zur Zeit von Jesu Geburt ausgesehen hat? Wie haben die Menschen ihren Alltag gestaltet, womit haben sie gearbeitet, wie haben sie gelebt? Monika Tratzky und Astrid Dingeldey aus Risum-Lindholm haben rund 170 Krippenfiguren von Hand gefertigt, die sie in der Adventszeit in ihrer Wohnstube präsentieren und Jung und Alt herzlich einladen. Von der Mütze bis zum Miniaturschuh, von kleinen Häusern bis zu Feuerstellen ist alles feinste Handarbeit. Mehr über die beiden Handwerkerinnen im Innenteil.

Noch mehr Weihnachtsfeeling finden Sie auf vielen Seiten in dieser Ausgabe. Lassen Sie sich inspirieren. Wir wünschen Ihnen eine gute Zeit mit vielen schönen Augenblicken.

Herzlichst,

Marion Laß

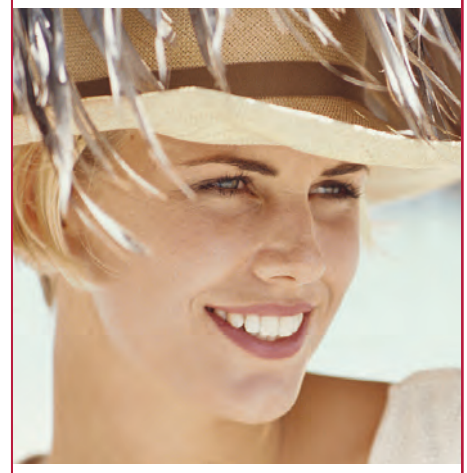


ZUM TITEL

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 48 und 49.

Titel: © KEINE SCHWESTER

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

Fotos: Adobe Stock, Marion Laß

THEMEN

NOVEMBER & DEZEMBER 2026

COVER I KEINE SCHWESTER GmbH
Ein kleines Accessoire mit viel Persönlichkeit.... **48/49**

UNTERWEGS & UP-TO-DATE
Düt & Dat im November **6**
Winterliche Vorfreuden:
Das ist los im November/Dezember 2026 ..... **8**

WEIHNACHTLICHE GESCHENKIDEEN
Geschenke-Guide **22**

UNTERWEGS AUF DEN INSELN
Natur und Entschleunigung: Amrum im Winter **28**
Nieblum – schönstes Dorf Deutschlands **30**



42
Key Pieces für kühle Tage



28
Natur & Entschleunigung:
Amrum im Winter

UNTERWEGS IN NORDFRIESLAND
Husums Marktplatz trägt wieder Glitzer **32**
Krokusblütenkönigin Lea Pröpper:
„Um die Geschenke wird bei uns gewürfelt“ **34**
Ganz Bethlehem in einer Wohnstube **38**

MODE & BEAUTY
Key Pieces für kühle Tage **42**
Ein kleines Accessoire mit viel Persönlichkeit..... **48**
Die schöne Seite des Winters..... **50**

UNTERWEGS IN DITHMARSCHEN
Eisbahn, Hütten und weihnachtlicher
Zauber in Heide **54**
24 Türchen, knifflige Rätsel und Gewinne in Büsum **55**

BUCHTIPPS
Schmökertipps für den Herbst/Winter **56**

SO SCHMECKT DER NORDEN
Oh du Köstliche! Weihnachtsmenü in drei Gängen... **58**



38
Ganz Bethlehem in einer Wohnstube

UNTERWEGS IM KREIS STEINBURG
Sternenzauber in Glückstadt 64
Weihnachtsmarkt in Itzehoe 65

GESUND & FIT BIS INS ALTER
Warum der frühe Zahnarztbesuch zählt 66
Training für Ihr Gehör 68

TRAUER & ABSCHIED
Gibt es ein Licht, aus dem wir kommen? 70

KUNST & KULTUR
Ausstellungen im November 74

HAUS, HOF & GARTEN
Die Küche als neuer Wohnraum 78

IMMER IN DER LEBENSART
Editorial 3
Gedicht / Impressum 82



58
Oh du Köstliche! Weihnachtsmenü in drei Gängen

Fotos: LASCANA / Adobe Stock / Monika Tratzky / Ina Leoni

ZauberTopfClub

Einfach besser essen.
Leg jetzt los!

Neu!

JETZT BESTELLEN



Die wichtigsten Rezepte und Tipps für jeden Tag mit Thermomix®

Hier scannen!

Jetzt bestellen unter:
www.zaubertopf.de/basisbuch-regio

amazon.de
978-3-96417-345-4

AUCH ÜBERALL IM BUCHHANDEL:

bücher.de Thalia Hugendubel Das Lesen ist schön!

OSIANDER.de Mayersche.de

DÜT & DAT

IM NOVEMBER & DEZEMBER

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT

Bella

VERSCHMUST & GEMÜTLICH



Groß, schwarz und oft übersehen – dabei hat Bella so viel Liebe zu verschenken! Die achtjährige Mischlingshündin aus dem Tierheim Ahrenshöft ist verschmust, menschenbezogen und eine gemütliche Begleiterin. Statt sportlicher Höchstleistungen liebt sie entspannte Spaziergänge am Deich oder durchs Dorf. Bella ist stubenrein, fährt problemlos Auto und kann stundenweise allein bleiben. Mit anderen Hunden und standfesten Kindern kommt sie gut zurecht, Katzen und Kleintiere sollten nicht im neuen Zuhause leben. Wegen ihrer Neurodermitis benötigt Bella rindfreies Futter. Was ihr jetzt noch fehlt? Menschen, die ihr ein liebevolles Zuhause schenken. Mehr Infos unter www.tierheim-ahrenshoeft.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

FÜHRUNGSWECHSEL BEI DER WFG NF

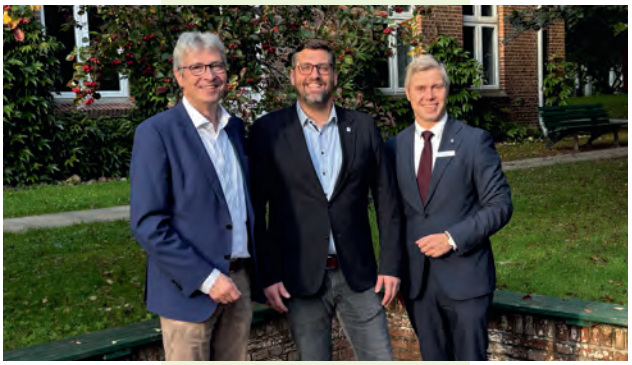


Foto: WFG NF

Die Wirtschaftsförderungsgesellschaft Nordfriesland mbH (WFG NF) erhält eine neue Spitze: Zum 1. Mai 2027 übernimmt Tilmann H. Meyer (40) die Geschäftsführung. Er folgt auf Dr. Matthias Hüppauff (64), der die WFG NF seit 26 Jahren leitet und zum 30. April 2027 in den Ruhestand geht. Der Aufsichtsrat hat Meyer einstimmig zum Geschäftsführer bestellt. Meyer ist Nordfriese und seit zwölf Jahren für die WFG NF tätig, seit 2022 als Prokurist und Mitglied der Geschäftsleitung. Landrat Florian Lorenzen (r.), der dem Aufsichtsrat der WFG vorsitzt, gratulierte herzlich.

GELBE TONNEN FÜR DEN KREIS STEINBURG

Ab Januar 2027 werden Leichtverpackungen im Kreis Steinburg über die gelbe Tonne gesammelt. „Die gelbe Tonne bringt eine wichtige Verbesserung für unseren Kreis. Sie erleichtert die Sammlung von Verpackungen und sorgt dafür, dass herumfliegende gelbe Säcke künftig der Vergangenheit angehören. Ich freue mich, dass wir damit gemeinsam einen weiteren Schritt für ein sauberes und attraktives Lebensumfeld gehen", betont Landrat Claudius Teske. Gelbe Säcke reißen schnell, werden bei Wind häufig auf die Straßen geweht, sind ein leichtes Ziel für hungrige Tiere und es fällt ein massiver Anteil an zusätzlichem Plastikmüll an. „Die gelbe Tonne ist kostenlos, wird bis Ende Dezember automatisch an alle Haushalte verteilt und wird ab Januar 2027 im 4-wöchentlichen Rhythmus geleert", so Julian Jenkel, Projektleiter bei der USN – Umweltservice Nord GmbH, dem Unternehmen, das für die Ausbringung und die Leerung der Behälter für die Jahre 2027 bis 2029 verantwortlich ist. Die gelben Tonnen dürfen ab dem 1. Januar 2027 genutzt werden.





Projektleiter Julian Jenkel von der Umweltservice Nord GmbH.

Fotos: Gesellschaft für Abfallwirtschaft und Abfallbehandlung mbH (GAB)

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



Foto: Stadt Husum

Klostervorsteherpaar Hans Pahl-Christiansen und Doris Christiansen mit Speisemeisterpaar Marion und Jürgen Gutbier (v. li.).

KLOSTER SUCHT VORSTAND

Das Gasthaus zum Ritter St. Jürgen, auch Kloster genannt, blickt auf eine lange Geschichte zurück. Damit die Einrichtung auch in Zukunft ein Ort der Gemeinschaft, Geborgenheit und Unterstützung im Alter bleibt, wird ein neues Klostervorsteherpaar gesucht. Die Aufgabe ist ehrenamtlich und auf eine Amtszeit von acht Jahren angelegt. Interessierte aus Husum und Umland können sich bewerben. Gesucht werden zwei Menschen, die sich engagieren für die Stiftung, das historische Gebäude und für die Bewohner*innen im Kloster. Kontakt über Tel.: 04841 / 668 77 07 oder per Mail an info@kloster-husum.de. Mehr: www.kloster-husum.de.

NORDFRIESISCHER KALENDER „JARLING“ ERSCHIENEN

Der Bildkalender „Jarling“ wird vom Nordfriisk Instituut in Bredstedt herausgegeben. Jedem Kalendermotiv steht eine kurze Beschreibung in den verschiedenen friesischen Mundarten sowie dem Plattdeutschen zur Seite; Monats- und Wochentage spiegeln die Mehrsprachigkeit der Region wider. Das Herausgeberteam konnte den Fotografen und Publizisten Holger Rüdel als Partner für 2027 gewinnen. Die Bilder sind in Schwarz-Weiß. Durch monochrome Kontraste, Formen und Lichtspiele macht er Seiten Nordfrieslands sichtbar, wie sie fotografisch selten zu sehen sind. Erhältlich ist er im Buchhandel oder beim Nordfriisk Instituut Bredstedt.



Foto: Holger Rüdel, holger-ruedel.de

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



Foto: Tourismus und Stadtmarketing Husum

NEUE SPITZE BEI DER TSMH

Melanie Trotier (Foto) ist seit dem 1. Oktober 2026 Geschäftsführerin der Tourismus und Stadtmarketing Husum GmbH (TSMH). In einem Bewerbungsverfahren konnte sich die 44-Jährige aus Flensburg gegen zahlreiche Bewerber*innen durchsetzen. Sie war zuvor Geschäftsführerin der Lokalen Tourismusorganisation (LTO) Nordseeküste Nordfriesland e. V. und kennt Husum aus ihrer Tätigkeit bei der Nordsee-Tourismus-Service GmbH. Bereits als Interims-Geschäftsführerin der TSMH hat Melanie Trotier einige Großprojekte in Angriff genommen, die sie nun zusammen mit ihrem Team auch vollenden kann.

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



Foto: Tourist- und Freizeitbetriebe Tönning

LÄNGSTER ADVENTS-KALENDER DER WELT

Haben Sie schon einmal vor einem Weihnachtskalender gestanden, der 77,50 Meter lang ist, dazu 13 Meter hoch und von knapp einer Million Lichtern beleuchtet wird? Kommen Sie nach Tönning und schauen Sie sich den längsten Weihnachtskalender der Welt an: das Packhaus am Tönninger Hafen. An den Adventswochenenden und am 29. Dezember findet im Inneren das berühmte Weihnachtsereignis statt. Immer samstags und sonntags von 11 bis 18 Uhr stellen ausgesuchte Kunsthandwerker*innen ihre zauberhaften Waren aus. Das geschmückte Café bietet den Besucher*innen viele Leckereien und festliche Musikaufführungen. Außenhütten sorgen ebenfalls für das leibliche Wohl. Der Eintritt ist frei. Infos unter **www.toenning.de – Tourist- und Freizeitbetriebe Tönning.**

WEIHNACHTS-VORFREUDE

Stimmungsvoller Lichterglanz, der Duft von heißem Punsch und gemütliches Beisammensein: Vom 27. bis zum 29. November verwandelt sich Meldorf in eine kleine Oase der Vorweihnachtszeit. Gemeinsam mit dem Wirtschafts- & Verkehrsverein Meldorf lädt die Kulturkneipe Bornholdt zum stimmungsvollen Weihnachtsmarkt ein. Besucher*innen dürfen sich auf eine Auswahl an Kunsthandwerk und Handarbeit freuen – ideal, um erste Präsente zu entdecken. Neben Klassikern wie Bratwurst, Pommes und Waffeln sorgt indisches Streetfood für besondere Genussmomente. Los geht es am Freitag ab 14 Uhr mit dem gemütlichen After-Work-Punschen. Am Samstag (14 bis 20 Uhr) und Sonntag (12 bis 18 Uhr) lädt der Markt zum entspannten Stöbern und Verweilen ein.

27. bis 29. November • Meldorf, Zingelstraße



Foto: Adobe Stock



Foto: Lily Merja Stieper und Flemming Thomsen

KLAVIERABEND MIT JUNGEN TALENTEN

Haben Sie Lust auf einen Klavierabend? Am Samstag, 7. November, präsentieren die 18-jährigen Talente Lily Merja Stieper und Flemming Thomsen im Kultur- und Bürgerhaus Marne ein meisterhaftes Programm. Beide sind mehrfache Bundespreisträger*in bei „Jugend musiziert“ und sammelten weitreichende Konzerterfahrung, etwa bei Aufnahmen für den NDR Kultur Hörfunk. Lily Merja Stieper spielt an diesem Abend Werke von Haydn, Rachmaninow und Liszts brillante Rigoletto-Paraphrase. Der Dithmarscher Jugendkultur-Preisträger Flemming Thomsen widmet sich neben Schuberts Impromptu c-Moll vor allem den emotionalen Kompositionen von Frédéric Chopin. Erleben Sie die Virtuosität dieser Nachwuchskünstler*in live. Der Eintritt kostet 15 Euro, für Jugendliche 8 Euro.

7. November, 19.30 Uhr • Kultur- und Bürgerhaus, Marne

TRIEBKRÄFTE DER ERDE

Haben Sie sich schon mal in den Tiefen eines Gemäldes verloren? Diese magische Sogwirkung entfalten die Werke von Karl-Heinz Morscheck, alias „Carlos“. Unter dem Titel „Triebkräfte der Erde“ zeigt der Künstler seine Landschaften in der Husumer Stadtbibliothek. Der frühere Seefahrer fängt in seinen oft großformatigen Ölbildern die unverfälschte Kraft der Natur ein. Ob urwüchsige Bäume oder die raue See – seine Motive wirken geheimnisvoll und echt, Spuren menschlichen Einflusses fehlen meist völlig. Sein Markenzeichen: Er ritzt mit Skalpell oder Pinselstiel feine grafische Strukturen in die noch feuchte Farbe. So werden Felsen, Rinde oder Fell faszinierend lebendig. Tauchen Sie ein in diese Welten. Die Ausstellung ist noch bis zum 4. Januar 2027 zu den regulären Öffnungszeiten der Bibliothek zu sehen.

bis zum 4. Januar 2027 • Stadtbibliothek Husum



Foto: Karl-Heinz Morscheck

ANZEIGE

Besser leben: domizil! HUSUM

*Die **Messe domizil! HUSUM** liefert als Publikumsmesse am 7. und 8. November Inspirationen für ein schönes Zuhause und smarte Ferienvermietung.*

Erstmals als Publikumsmesse, präsentiert das Programm bunte Vielfalt. Vom Dachausbau bis zur Küchenrenovierung stehen Energieeffizienz und Nachhaltigkeit im Fokus – etwa durch effiziente Wärmedämmung und Wiederverwendung vorhandener Materialien. Ein Profi für ökologischen, wohngesunden Holzbau ist vor Ort; regenerative Stromerzeugung spielt ebenfalls eine Rolle. Die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein informiert über energetische Sanierungen und Fördermittel.

VORTRÄGE UND WORKSHOPS ZUR RAUMGESTALTUNG

Ein Vortragsforum begleitet die Messe. Innenarchitektin Frederike Bettermann spricht am Sonntag über den Zusammenhang von Wohnumfeld und Gesundheit. Designerin Bianca Blume verdeutlicht „Wie Räume Charakter bekommen“. Ein kostenloser Workshop ermöglicht eigene Kreationen von Lampenschirmen (Voranmeldung). Und auch die Außenbereichsgestaltung wird thematisiert: Im Forum geht es um naturnahe Gestaltung, finnische Saunen und Hot-Tubes aus nordischen Hölzern.

FERIENVERMIETUNG BLEIBT THEMA

Als ehemaliger Branchentreff bleibt die Messe ihrem Thema treu. Partner sind u.a. der Tourismusverband Schleswig-Holstein. Spezialisierte Firmen



offerieren hochwertige Textilausstattung, Gäste-Bedarfsartikel, Buchungssoftware und Website-Gestaltung. Dienstleister*innen übernehmen Ferienhaus-Vermarktung oder statten Immobilien mit smarter Sicherheitstechnik aus. Im Rahmenprogramm spricht u. a. Annik Rauh, Podcasterin der „Fewo-Angels“.
Tickets ab 8,50 Euro, nähere Informationen und Anmeldung unter www.domizil-husum.de.

7. und 8. November, 10 bis 17 Uhr • Messe Husum



ANZEIGE

JETZT WECHSELN UND SPAREN



Foto: Adobe Stock

Ein Unfall oder ein unverschuldeter Schaden am Fahrzeug kann schnell teuer werden. Umso wichtiger ist ein verlässlicher Versicherungsschutz. Mit der **ADAC Autoversicherung** profitieren Kundinnen und Kunden von starken Leistungen und passgenauen Tarifen. ADAC-Mitglieder erhalten bis zum 31. Dezember zudem 15 Prozent Rabatt auf ihre Versicherungsprämie. Zur Auswahl stehen die Tarife Basis, Komfort und Premium sowie sinnvolle Ergänzungen wie Rabattschutz oder Auslandsschadenschutz. Ein Wechsel ist einfach und schnell erledigt. Für die Angebotserstellung werden lediglich Fahrzeugschein und die letzte Versicherungsrechnung benötigt. Das Team der **ADAC Geschäftsstelle Husum** in der Süderstr. 7 informiert gerne persönlich und erstellt ein individuelles Angebot. Mehr Infos auch unter Tel.: 04841 / 663 28 80.

Die Messe für schönes Wohnen und smartes Vermieten

domizil! HUSUM



Ob Sie Ihr eigenes Heim einrichten, Ihre Außenbereiche gestalten oder Ihre Ferienimmobilie erfolgreich vermarkten möchten – auf der **domizil! HUSUM** finden Sie **Ideen, Lösungen und die passenden Anbieter** für all Ihre Vorhaben!

Schauen Sie vorbei und lassen Sie sich inspirieren!

7. + 8. November 2026

Messe Husum & Congress

domizil-husum.de

Jetzt Ticket sichern



Foto: Adobe Stock

BÜSUMER WINTERZAUBER

Im Herzen von Büsum, zentral gelegen am Rathauspark und in der Fußgängerzone, präsentiert sich der Büsumer Winterzauber mit verschiedenen Leckereien vom 26. November bis zum 7. Januar 2027 – täglich von 11 bis 20 Uhr, an einigen Tagen sogar bis 21 bzw. 22 Uhr (witterungsabhängig). Die mit viel Liebe zum Detail geschmückten Stände laden zum Verweilen und Klönen ein. Hier trifft man sich, hier geht man bummeln. Mehr Infos unter www.echt-dithmarschen.de/typisch/event/buesumer-winterzauber.

26. November bis 7. Januar 2027, 11 bis 21 Uhr
Rathauspark, Büsum



Foto: SKUPA

SKUPA – BALKAN FLAMENCO FUSION

Zum zweiten Mal bringt die Bremer Band SKUPA Musik aus dem osteuropäischen und spanischen Raum ins KBH Marne. Ihr Stil verbindet traditionelle Melodien mit den Einflüssen aus Jazz, Flamenco und Improvisationen. In virtuosem Zusammenspiel und mit großer Spielfreude begeistert die Band ihr Publikum und erschafft Klangwelten, die zwischen energiegeladenen Balkan-Rhythmen, feurigen Flamenco-Passagen, sanften Tönen und freien Improvisationen wechseln. Mitreißende Arrangements, die von Tanzbarkeit bis zu hochkarätiger Musikalität reichen, machen die Live-Auftritte zum Konzerterlebnis. In diesem Jahr wird das neue Album „Cabaret“ präsentiert. Der Eintritt kostet 30 Euro.

28. November, 19.30 Uhr • Kultur- und Bürgerhaus, Marne

Ein Abend, zwei Bigbands

BEATFACTORY UND BEAT IT

Haben Sie Lust auf packende Rhythmen und satte Bläsersätze? Am Samstag, 28. November, verwandelt sich die neue Aula der Theodor-Storm-Schule (TSS) Husum in einen Konzertsaal. Die Formation „Beatfactory Husum“ lädt ein. Als besonderer Gast steht an diesem Abend die Nachwuchs-Bigband „Beat it“ der TSS auf der Bühne. Gemeinsam sorgen beide Bands für ein abwechslungsreiches Programm. Karten für dieses Event gibt es am 23. November von 19.45 bis 20.15 Uhr direkt in der TSS Husum. Kurzentschlossene erhalten Tickets an der Abendkasse. Die Karten kosten 10 Euro.

28. November, 19 Uhr • Theodor-Storm-Schule Husum



Foto: Thomas Lorenzen

ERHARDT & ALEXANDER – EIN BUNTER SHOWABEND

Erinnern Sie sich an Heinz Erhardt und Peter Alexander? Am Mittwoch, 25. November, 19.30 Uhr, findet im theater itzehoe ein bunter Showabend statt. In den Hauptrollen sind Peter Alexander alias Peter Grimberg und Heinz Erhardt alias Horst Freckmann zu sehen. Peter Alexander ist vielen als Entertainer und Schauspieler mit Wiener Charme und unendlichen Talenten in Erinnerung. Seine Filme (Im weißen Rössl) ebenso wie seine zahllosen Hits (Die kleine Kneipe, Schwarzes Gold oder Der Papa wird’s schon richten) und auch seine großen Samstagabendshows waren legendär. Heinz Erhardt ist ebenso bekannt – ein Tausendsassa auf der Bühne, Komiker, Schauspieler, Sänger und Kabarettist. Jenseits der Bühne schrieb er Gedichte, die bis heute bekannt sind. Unter dem Motto „Noch‘n Gedicht“ oder „Was bin ich für ein Schelm!“ begeisterte er Generationen. Die Karten kosten 21 bis 36 Euro, an der Abendkasse + 3 Euro je Karte.

25. November • 19.30 Uhr • theater itzehoe



Foto: © Mewes Entertainment GmbH

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
13.02.27 Kiel Petruskirche 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



02.11.27 Itzehoe Theater Di, 20:00
06.11.27 Husum Congress Sa, 14:30
07.11.27 Flensburg Deutsches Haus So, 14:30
08.11.27 Heide Stadttheater Mo, 20:00



16.12.26 Hamburg CCH-Saal 1 Mi, 20:00
19.02.27 Hamburg Laeiszhalle Fr, 20:30
04.09.27 Kiel Krusenkoppel Sa, 20:00



03.01.27 Hamburg Laeiszhalle So, 20:30
10.04.27 Kiel MERKUR Sa, 20:30

JETZT Tickets bei allen bekannten VVK-Stellen und eventim

Weihnachts-zauber
IM TIERHEIM

Am Sonntag, 13. Dezember, wird es im Tierheim Ahrenshöft wieder weihnachtlich. Von 14 bis 16 Uhr lädt das Team zur traditionellen Tierbescherung ein.

Diego steht stellvertretend Modell für drei Vertreter von kleinen Hunderassen, die ein neues Zuhause suchen. Mehr auf der Homepage.



Foto: Tierschutzverein Nordfriesland e.V.

Große und kleine Tierfreunde können dann die Weihnachtswünsche der tierischen Bewohner persönlich abgeben und bei Kakao, Punsch und Waffeln einen Blick hinter die Kulissen werfen. Besonders ältere Hunde wie Tobi, Diego (Foto) und Lucky sehnen sich nach Aufmerksamkeit. Ihre Wunschzettel hängen am Wunschbaum im Husumer Fressnapf-Markt, sind auf der Website des Vereins zu finden oder öffnen sich ab dem 1. Dezember täglich im Online-Adventskalender auf Facebook und Instagram. Wer zur Bescherung kommt, darf gerne Sachspenden wie Klumpstreu, Futter oder auch Alltagshelfer wie Waschmittel und gerne auch Gutscheine (Fressnapf, Baumarkt) mitbringen. Zudem hofft das Tierheim auf finanzielle Unterstützung für zwei Herzensprojekte: einen dringend benötigten Pkw-Anhänger und die Reparatur des Zauns.

SPENDENDOSEN

Wer es nicht persönlich zur Tierbescherung schafft, kann die Aktion mit Bargeld unterstützen. In der Husumer Buchhandlung Liesegang stehen Spendendosen bereit, und auch das WoMoLand auf Nordstrand sammelt Spenden – hier sind besonders die Feiertagsgäste eingeladen, mit Futter- und Sachspenden zu unterstützen.
Wichtig für alle, die ein neues Familienmitglied suchen: Vom 14. Dezember bis zum 2. Januar 2027 gilt ein Vermittlungsstopp, damit kein Tier unüberlegt als Geschenk unter dem Weihnachtsbaum landet.



Foto: Photografin Manuela Schneider

BRIDGE MAKLAND – KRUG IN THE BOX

Bridge Markland kommt endlich wieder ins Kulturhaus Wilster, diesmal mit „krug in the box“. Expressiv und mit großer Spielfreude rast sie durch „Der zerbrochene Krug“ von Kleist und dampft den Klassiker zu einer unterhaltsamen Pop-Musik-Gerichts-Show mit handgeführten Puppen zusammen. Alle Eventfreund*innen ab 12 Jahren sind eingeladen, an diesem spektakulären Event teilzunehmen. Eine Frau, sieben Rollen, neun Puppen, 109 Songs und 80 Minuten Playback Theater! Der Eintritt kostet 22 Euro, ermäßigt 16 Euro.

28. November, 20 Uhr • Kulturhaus Wilster

OH DU FRÖHLICHE GRACHTENWEIHNACHT

Im Advent wird es in Friedrichstadt romantisch. Der gemütliche Weihnachtsmarkt auf dem Marktplatz lockt mit kleinen Holzhütten, in denen weihnachtliche Dekorationen, Bastel- und Handarbeiten sowie Leckereien aus den heimischen Werkstätten und Küchen angeboten werden. Vorweihnachtliches Glück findet sich hier in allen Ecken und Winkeln rund um den festlich geschmückten Tannenbaum. Am Freitag trifft man sich zum Anpunschen im Schein von Feuerschalen am Tannenbaum und genießt die Atmosphäre. In der Altstadt haben die Geschäfte am Freitagabend und am Samstag geöffnet und laden zum Shoppingspaß ein.

27. bis 29. November
Marktplatz, Friedrichstadt



Foto: Adobe Stock

ADVENT IN BURG

Rund um die Bökelnburghalle findet am 5. und 6. Dezember ein Weihnachtsmarkt statt. Bunte Stände laden zum Verweilen ein. Von Pommes, Pizza und Gyros über Spezialitäten vom Schwenkgrill bis zu Waffeln, gebrannten Mandeln, Kakao und Glühwein ist für jeden Geschmack etwas dabei. Der Watt'n Chor gibt am Samstag ein Konzert in der Halle, während die Delvtown Jazzmen auf dem Markt musizieren. Am Sonntag sorgt weitere Livemusik für Unterhaltung. Der Weihnachtsmann liest am Sonntag von 15 bis 16 Uhr in der Bökelnburghalle unter dem Tannenbaum vor und verteilt Süßigkeiten. Für Kinder finden Aktionen der ortsansässigen Vereine statt. Bei gutem Wetter dreht die Burger Bimmelbahn ihre Runden, und ein Kinderkarussell wartet auf kleine Gäste.

5. Dezember, 14 bis 20 Uhr • 6. Dezember, 14 bis 18 Uhr • Burg



Foto: Adobe Stock

WEIHNACHTSSCHMAUS, GESCHICHTEN UND MUSIK

Nina Hoger und Ulla van Daelen haben in einer Mischung aus Lesung und Harfenspiel einen besonderen Weihnachtsschmaus zusammengestellt. Die bekannte Schauspielerin Nina Hoger liest dabei Geschichten, u. a. von Erich Kästner, Heinrich Böll, Hans Fallada und George Tabori, die zur klassischen Weihnachtsliteratur gehören, aber auch unbekanntere Texte und Lyrik, die den ein oder anderen überraschen mögen. Ulla van Daelen bewegt sich als Komponistin, Interpretin und Arrangeurin stilsicher zwischen Klassik, Jazz, Folk und Pop. Ihr Weihnachtsschmaus präsentiert besinnliche und beschwingte Harfenklänge mit einer Auswahl der schönsten Weihnachtslieder, die sie ganz persönlich und unsentimental arrangiert. Der Eintritt kostet 30 Euro.

5. Dezember, 19.30 Uhr • Kultur- und Bürgerhaus, Marne



Foto: Nina Hoger und Ulla van Daelen

ANZEIGE



Foto: Adobe Stock, KI-generiert

Shopping-Spaß IN DER HEIDER MARKTPASSAGE

Wenn die Tage kürzer werden, beginnt an der Westküste die gemütliche Zeit des Jahres. Jetzt ist Shopping-Time in der Heider Marktpassage.

Die dunkle Jahreszeit ist genau der richtige Zeitpunkt, um dem Schmuddelwetter zu entfliehen und sich bei einem entspannten Bummel etwas Gutes zu tun. Die Heider Marktpassage lädt dazu ein, die vielseitige Shoppingmeile im Herzen der Stadt zu entdecken und sich auf die kommenden Festtage einzustimmen.

HERBSTMODE TRIFFT KÜSTENWETTER

Die Modewelt für die Saison Herbst/Winter 2026/2027 macht Lust auf einen neuen Look. In den Geschäften der Passage warten die neuesten Trends: Kuscheliger Strick in warmen Erdtönen trifft auf elegante Mäntel und lässige Layering-Styles, die wie gemacht sind für unser windiges Küstenwetter.

NAGELSTUDIO UND TATTOOS

Neben modischen Styles bietet die Passage auch Wohlfühlprogramme. Gönnen Sie sich vor den Festtagen eine Auszeit im Nagelstudio oder entdecken Sie individuelle Kunst im Tattoo-Studio. Für den Wocheneinkauf und das Festtagsmenü ist Kaufland die ideale Anlaufstelle, während die Bäckerei Allwörden mit herrlich duftenden, vorweihnachtlichen Köstlichkeiten für eine genussvolle Pause sorgt. Wer gesund und entspannt durch den Advent kommen möchte, findet bei der Barmer und der VHS Heide kompetente Beratung und passende Kurse. Bringen Sie Farbe in die dunkle Jahreszeit und lassen Sie sich inspirieren.
Das Team der Heider Marktpassage freut sich auf Ihren Besuch.

Heider Marktpassage, Große Westerstraße 10, 25746 Heide

ANZEIGE

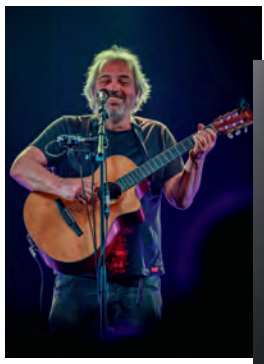
Kultur an der Hafenkante

Wer Kultur erleben möchte, kommt am Speicher Husum nicht vorbei. Freuen Sie sich auf Konzerte, Vorträge, Lesungen, Poetry Slam und Kindertheater.

Wo früher Getreide gelagert wurde, befindet sich heute ein kultureller Hotspot der Westküste: Seit 1982 ist der historische Speicher am Husumer Binnenhafen ein Treffpunkt für alle, die Lust auf gute Musik und besondere Begegnungen haben. Gerade in der dunklen Jahreszeit bringt Musik Lichtblicke in unser Leben. Im November stehen Alternative Folk mit Mirja Klippel aus Dänemark, Psychedelic und Heavy Rock mit Colour Haze und Austropop mit Voodoo Jürgens und den „Ansa Panier“ im Speicher an.
Außerdem werden die Songwriterin Caoilfhionn Rose, Götz Widmann sowie Chefdenker, Angora Club und Commander Nilpferd auf der Speicher-Bühne stehen. Und auch Stoppok macht Station in Husum auf seiner Solo-Tour „RUND-Reise“.
Darüber hinaus gibt es wieder einen Poetry Slam, den Neu-NordfriesInnentreff „Ahoi Lieblingsland“, einen Bildermarkt und die beliebte Ü 55 1/2-Disco – das alles zusätzlich zu den regelmäßigen Veranstaltungen.

Der Speicher ist ein Ort, an dem Menschen zusammenkommen – zum Tanzen, Zuhören, Diskutieren, Staunen, Mitmachen und Kennenlernen. „Wir freuen uns auf Euch!“

Speicher Husum e.V. · Hafenstraße 17, 25813 Husum
www.speicher-husum.de





Voodoo Jürgens ist am 15. November im Speicher.

Götz Widmann ist am 27. November live on stage.

SPEICHER HUSUM
www.speicher-husum.de

Im Speicher ist regelmäßig was los

Offene Bühne
jeden 1. Dienstag im Monat

After Work Singen
jeden 2. Mittwoch im Monat

Pub Quiz
jeden 1. Donnerstag im Monat

After Work Club
jeden 2. Donnerstag im Monat

Jonglieren
jeden 3. Donnerstag im Monat

Salsa
jeden 2. Sonntag im Monat

Yoga
jeden 3. Sonntag im Monat

Antifa-Café
einmal im Monat sonntags

Fotos: Steffen Geyer / Susanne_Hassler-Smith Tourplakat



Foto: Adobe Stock

MARNER WINTERZAUBER

Eine Premiere erwartet die Marner und Marnerinnen am zweiten Adventswochenende: Zum ersten Mal lädt der Gewerbeverein Marne zum Winterzauber ein – am 5. und 6. Dezember auf dem Backensplatz. Am Samstag von 15 bis 21 Uhr und am Sonntag von 14 bis 19 Uhr verwandelt sich der Platz in einen geselligen Treffpunkt für Jung und Alt. Aussteller*innen präsentieren stimmungsvolle Dekorationen, während kulinarische Klassiker wie Erbsensuppe, Pförtchen und heißer Punsch für wohlige Wärme sorgen. Zwei Highlights warten am Sonntag auf die Gäste: Neben einer Tannenbaum-Verlosung, an der jede*r teilnehmen kann, kommt um ca. 16 Uhr der Nikolaus vorbei. Im Rahmen der beliebten Nikolaus-Stiefelaktion verteilt er die gefüllten Stiefel an die Kinder – sicher ein unvergesslicher Moment für die Kleinen.

DER NEUGIERIGE STERN

Ein weihnachtliches Märchen präsentiert das Marionettentheater Frantalu in Marne: Das kleine Sternenmädchen Blinky ist sehr aufgeregt. Ihre Zacken sind endlich ausgewachsen und sie darf zusammen mit dem Mond am Sternenhimmel leuchten. Zu dumm, dass sie es nicht erwarten kann und schon mal heimlich einen Blick durch das Wolkenfenster wirft. Dabei bricht eine Zacke ab und fällt auf die Erde. So darf Blinky nicht am Himmel leuchten! Deshalb macht sie sich auf eine abenteuerliche Suche. Wird es ihr gelingen, ihre Zacke noch rechtzeitig zu finden? Der Eintritt kostet 7 Euro.

6. Dezember, 11 und 15 Uhr • Kultur- und Bürgerhaus Marne



Foto: Marionettentheater Frantalu



bahn.de/regio-sh

DB Regio SH | NAH.SH

Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

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



Foto: S. Preitauer

ANZEIGE

WEIHNACHTSMARKT MIT KUNSTHANDWERK

*Das Schleswig-Holsteinische Landwirtschaftsmuseum in Meldorf lädt zum Weihnachtsmarkt der Kunsthandwerker*innen ein.*

Am 12. und 13. Dezember, jeweils von 10 bis 17 Uhr, erwartet die Gäste des Schleswig-Holsteinischen Landwirtschaftsmuseums in Meldorf wieder der beliebte Weihnachtsmarkt der Kunsthandwerker*innen nebst vielseitigem Programm. Neben gedrechselten Gebrauchsgegenständen, edler Klöppelspitze und filigranem Papierschmuck können pflegende Seifen, schöne Dekoration aus Keramik, gefilzte Figuren, farbenprächtige Tiffany-Kunst und kuschelige Webwaren sowie vieles mehr für den Gabentisch erstanden werden. Im Innenhof des Museums sorgen weihnachtliche Leckereien für eine genussvolle Pause. Auch der Weihnachtsmann hat seinen Besuch angekündigt und legt einen Zwischenstopp ein.
Es gilt der reguläre Museumseintritt.
Mehr unter www.landwirtschaftsmuseum.sh.

Schleswig-Holsteinisches Landwirtschaftsmuseum, Jungfernstieg 4, 25704 Meldorf, Tel.: 04832 / 979390

12./13. Dezember, 10 bis 17 Uhr • Meldorf

FESTLICHER TRECKER-KORSO

Festtagsstimmung pur! Am 22. Dezember rollt wieder der stimmungsvolle Trecker-Korso durch Mildstedt und Husum.

Ab 17.15 Uhr machen sich Landwirt Torsten Peters und zahlreiche Berufskollegen mit ihren geschmückten Traktoren auf den Weg, um Groß und Klein eine Freude zu machen. Die Lichterfahrt startet in Mildstedt und führt durch Rödemis nach Husum. Ab etwa 18 Uhr erreicht der Konvoi den Husumer Stadtbereich, bevor die Tour gegen 20 Uhr auf dem Weihnachtsmarkt am Marktplatz ihren Abschluss findet. Die Landwirte sammeln Spenden für den ASB-Wünschewagen. Wer die Herzensaktion unterstützen möchte, kann einen Beitrag direkt überweisen an IBAN: DE 49 2512 0510 6600 0010 00.

22. Dezember, ab 17.15 Uhr Mildstedt und Husum

DIE ROUTE DER TRECKER

17.15 Uhr Start bei CG Christiansen, 17.20 Uhr Mauweg – Ostenfelder Landstr., 17.35 Uhr Zu den Tannen – Kirchenweg – Hauptstr., 17.50 Uhr Rödemisser Chaussee – Friedrichstr., 18 Uhr Wilhelmstr. – Gaswerkstr., 18.10 Uhr Hafenstr. – Schiffbrücke – Ludwig-Nissen-Str. – Plan, 18.25 Uhr Norderstr. – Markt – Großstraße – Langenharmstr. – Fischergang – Nordbahnhofstr., 18.35 Uhr Neustadt – Adolf-Brütt-Str. – Erichsenweg – Asmussenstr. – Brinkmannstr. – Matthias-Claudius-Str., 19 Uhr Am Schulwald – Marienhofweg, 19.15 Uhr Flensburger Chaussee – Buschkamp bis zum Kreisverkehr, 19.30 Uhr Schleswiger Chaussee – Rosenburger Weg, 19.40 Uhr Osterhusumer Str. – Adolf-Menge-Str., 19.50 Uhr Osterende – Norderstr., 20 Uhr Marktplatz Husum.



Foto: Archiv Brigitte Drieling

SILVESTERPARTY IN WILSTER

Auch dieses Jahr steigt wieder eine Silvesterparty im Kulturhaus Wilster. Diesmal dürfen sich die Gäste auf Livemusik von Halfblind Henry mit seiner Rock´n´Blues-Gitarre freuen. Seine gut gelaunten Musikeinlagen wechseln sich ab mit fetzigen Beats zum Abhotten, die Holger für die Gäste zusammengestellt hat. Natürlich dürfen auch der gemeinsame Countdown ins neue Jahr und der leckere Berliner nicht fehlen. Eine entspannte Party für alle Kulturhausfreund*innen. Der Eintritt beträgt 33 Euro, ermäßigt 28 Euro.

31. Dezember, 20 Uhr • Kulturhaus Wilster



Foto: Heinrich Krönke

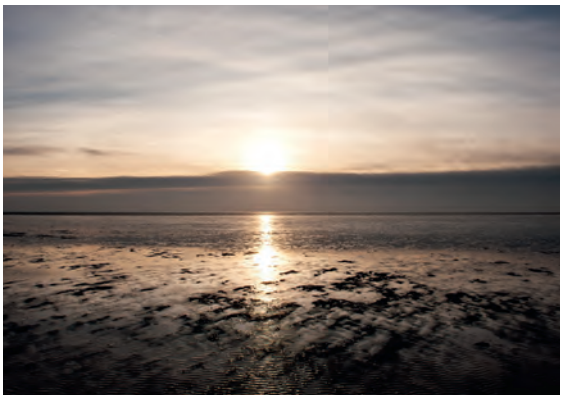


Foto: Adobe Stock

WATTWANDERUNG AN SILVESTER

Barfuß über den weichen Meeresboden, Wind im Gesicht, unter den Füßen eine Welt voller Leben: Eine Wattwanderung mit einem der Nationalpark-Wattführer ist ein Erlebnis, das bleibt – insbesondere an Silvester zum Jahresabschluss. Rund zwei Stunden lang gibt es Wissenswertes über das Watt, seine Bewohner und den Küstenschutz zu erfahren. Treffpunkt ist in Büsum beim Hauptaufgang Nr. 4 zwischen Hotel Lighthouse und dem Schwimmbad „Meerzeit“. Reservierungen sind unter www.watterleben.de erforderlich. Nähere Informationen bei Johann P. Franzen unter Tel.: 0174 / 615 24 21.

31. Dezember, 11 bis 13 Uhr • Büsum, Hauptstrand

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!

Tänzerische Leichtigkeit

TRIFFT SPORTLICHE ELEGANZ

Wer nach einer Sportart sucht, die Kraft, Ausdauer, Kunst, Eleganz und Spaß miteinander verbindet, findet an der vertikalen Stange eine der faszinierendsten Herausforderungen überhaupt. Und nein, es hat nichts mit schummrigen Nachtclubs oder Rotlichtmilieu zu tun!

Über viele Jahrzehnte haftete dem Tanz an der Stange ein verstaubtes Vorurteil an. Doch das ist weit von der Realität entfernt. Wer in moderne Tanzstudios geht und die internationalen Meisterschaften verfolgt, erkennt sofort: Pole Dance hat sich längst zu einer anspruchsvollen und extrem dynamischen Sportart entwickelt, die weltweit immer mehr Anhänger*innen findet. Dabei sind es hauptsächlich Frauen, die diesem ehemaligen Männersport zur Renaissance verhelfen.

AKROBATIK, TANZ, ÄSTHETIK UND GANZKÖRPERTRAINING

Was macht Pole Dance aus? Wahrscheinlich ist es die beeindruckende Symbiose aus Akrobatik, modernem Tanz, Ästhetik und Ganzkörpertraining. Die Sportart erfordert enorme Disziplin, viele Trainingseinheiten und eine außergewöhnliche Körperspannung, um die scheinbar einfachen, fast schwerelosen Figuren, Drehungen und Überkopf-Haltungen an der Metallstange fließend aussehen zu lassen. Was auf den ersten Blick so leicht und mühelos wirkt, ist in Wahrheit reine Muskelkraft, gepaart mit hoher Flexibilität und vollem Körpereinsatz. Bemerkenswert sind dabei die überaus eleganten Bewegungen. Für die Frauen, die diesen Sport für sich entdeckt haben, geht es nicht nur um körperliche Fitness, sondern um ein starkes Gefühl von Empowerment, Selbstbewusstsein und Ausdrucksstärke und vor allem um Eleganz.

JAHRHUNDERTEALTE TRADITION

Der Sport knüpft übrigens an jahrhundertealte Traditionen an. Die Wurzeln der Stangenakrobatik reichen bis ins 12. Jahrhundert nach Indien zurück: Beim Mallakhamb trainierten männliche Ringer an Holzpfählen Kraft, Reflexe und Körperspannung. Fast zeitgleich entwickelten Zirkusartisten im imperialen China die Kunst des Chinese Pole – extrem anspruchsvolle Akrobatik an vertikalen Masten, die enorme Physis erforderte. Erst über die Wanderzirkusse der USA in den 1920er-Jahren fand die Kunst ihren Weg in die Unterhaltungswelt. Die Geschichte zeigt, dass Pole Dance die Renaissance einer jahrhundertealten Bewegungskunst ist.

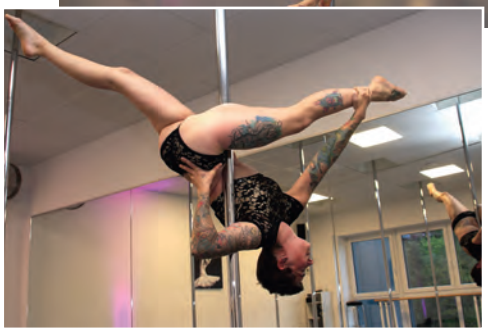


Foto: Adobe Stock

Tanz und Spaß
AN DER STANGE

*In **Husums Tanzschule „Dance & Fun“** wird nicht nur auf dem Parkett getanzt, sondern auch an der Stange: Pole Dance wird immer beliebter.*





„Wenn bei uns Pole Dance läuft, fahren die Autos oft langsamer am Gebäude vorbei“, schmunzelt Irina Prinz. Die Chefin des „Dance & Fun“ in Husum wundert das nicht. Sie ist selbst jedes Mal begeistert: „Die Teilnehmerinnen machen das mit einer spielerischen Leichtigkeit – es ist einfach schön anzusehen.“

KRAFT GEPAART MIT ELEGANZ

Geleitet werden die Kurse von der 28-jährigen Anna Taube. Die Ballettpädagogin, Fitnesstrainerin und zertifizierte Pole-Dance-Instruktorin Level 1 bis 2 weiß genau, wie sie die Teilnehmer*innen begeistert: „Beim Pole Dance brauchen wir so gut wie jeden Muskel, aber wir fangen ganz klein an. Keiner muss Angst vor den Aufgaben haben.“

In den Kursen werden Kraftübungen mit eleganten Bewegungen kombiniert. Alles beginnt mit der Körperhaltung und dem Gefühl für die Stange. In den ersten Stunden stehen Elemente wie der „Pole Walk“, der „Dip Spin“ oder das klassische „Plié“ auf dem Programm. Drehungen wie der „Front Hook spin“ sorgen schnell für Erfolgserlebnisse.

INTERESSANTE CHOREOGRAFIEN

Pole Dance verbindet sportliche Herausforderungen mit interessanten Choreografien. Alter und Gewicht sind dabei nebensächlich. „Hauptsache, man hat Spaß an der Bewegung“, sagt Anna Taube. Sie ist immer wieder begeistert vom Zusammenhalt in den Gruppen: „Wir sind eine Gemeinschaft, die sich gegenseitig anfeuert und sich über den Fortschritt des anderen freut.“

Aktuell trainieren „nur“ Damen, doch auch die Herren sind herzlich eingeladen, diesen athletischen Sport wieder für sich zu entdecken. Trainiert wird montags und dienstags ab 19 Uhr sowie freitags ab 18:15 Uhr. „Kommen Sie vorbei, erleben Sie Ihren Körper neu“, freuen sich Irina Prinz und Anna Taube auf Interessierte. Mehr unter www.dance-fun.net

Fotos: Marion Laß



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

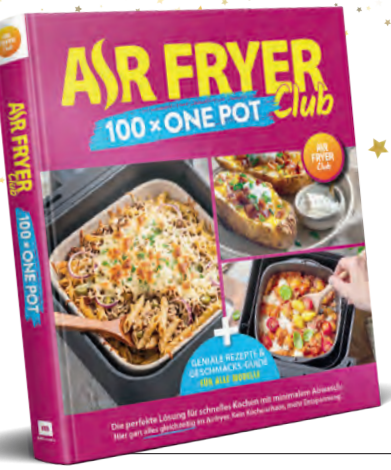

Fotos: Søstrene Grene

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



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 Garkorb entstehen. 24,90 Euro
www.falkemedia-shop.de



THIRD WAVE-KAFFEE

Mit der Barista Express mahlen Sie Bohnen direkt vor der Extraktion und zaubern Barista-Kaffee dank Mikro-Milchschaum. 679,90 Euro
www.sageappliances.com

TOMATENLIEBE

In diesem reich bebilderten Buch zeigt Tomatenpionierin Ute Studer wie der Anbau gesunder und robuster Tomatenpflanzen auch in Zeiten des Klimawandels gelingt. Sie verrät, worauf es bei der Sortenwahl ankommt und wie Tomaten hervorragend gedeihen.
Ute Studer: Tomatenglück
Haupt Verlag, 184 Seiten, 39,99 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 Kommunikation hilft oder Nachrichten verschickt. 599,99 Euro
www.de.store.enabot.com



Foto: Enabot





Foto: BOOX

IMMER DABEI

Von der Schlange an der Kasse bis zum Kaffee, der gerade zubereitet wird – der Alltag ist voller kleiner Pausen. Genau dafür hat BOOX den Picco entwickelt: ein E-Paper-Lesegerät im Spielkartenformat, das sich dank magnetischer Hülle an der Rückseite des Smartphones befestigen lässt. 109,99 Euro
euroshop.boox.com



URLAUBSFEELING!

Verschenken Sie ein Stück norddeutsches Urlaubsgefühl! In der Strandkorb-Manufaktur der Stiftung Mensch fertigen Menschen mit Behinderung in liebevoller Handarbeit hochwertige, wetterfeste Strandkörbe aus heimischen Hölzern. Ob Kinderkorb oder Zweieinhalb-Sitzer – Stoffe und Lasuren sind individuell kombinierbar. Ein echtes Unikat mit sozialem Mehrwert. Erhältlich bei der **Strandkorb Manufaktur, Halle 4, Marschenpark, Marschstr. 94, 25704 Meldorf. www.stiftung-mensch.com**

HOCHWERTIGE HANDWERKSKUNST

Sie sind auf der Suche nach einem besonderen Geschenk? In der Museumsweberei der Stiftung Mensch in Meldorf entstehen an historischen Webstühlen zauberhafte Unikate. Mit viel Fingerspitzengefühl und Leidenschaft weben Menschen mit Behinderung hier hochwertige Kissenhüllen, Wolldecken und Teppiche. Handwerkskunst, die nicht nur das Zuhause verschönert, sondern auch Inklusion lebt. Erhältlich beim **Handwerkerhof Altes Pastorat, Papenstr. 2, 25704 Meldorf www.stiftung-mensch.com**





SK/26/IV/10

STRANDKÖRBE ALS WEIHNACHTSGESCHENK

HANDWERK, DAS FREUDE SCHENKT.

Individuell gefertigt, langlebig und mit echter Leidenschaft gebaut. Ein Strandkorb ist mehr als ein Geschenk – er ist ein Lieblingsplatz für viele Jahre.

STIFTUNG MENSCH
Arbeit. Wohnen. Fördern. Kultur.

Stiftung Mensch Strandkorb Manufaktur
Tel.: 04832/999 563 · Marschstr. 94, 25704 Meldorf
www.stiftung-mensch.com/strandkorbmanufaktur



TRADITION TRIFFT HANDWERK

Entdecken Sie unsere Weberei.

Historische Webkunst aus Meldorf

In der historischen Weberei der Stiftung Mensch entstehen auf traditionellen Webstühlen hochwertige Textilien mit Charakter. Mit viel Handarbeit, Leidenschaft und gelebter Inklusion wird hier ein besonderes Handwerk bewahrt.



SK/26/IV/01

STIFTUNG MENSCH
Arbeit. Wohnen. Fördern. Kultur.

Erleben Sie traditionelle Webkunst hautnah:
Stiftung Mensch Werkstattladen Meldorf
Tel.: 04832/999 660 · Papenstr. 2 · 25704 Meldorf
www.stiftung-mensch.com


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

Weihnachten

mit Genuss, der von Herzen kommt.

Seit über 30 Jahren steht Ellas für mediterrane Lebensfreude. In unserer Präsenteschmiede stellen wir Präsentekisten, Weinkisten und Präsentkörbe individuell nach euren Wünschen zusammen – liebevoll ausgewählt, persönlich graviert und mit viel Herz verpackt.

- **FÜR FAMILIE, FREUNDE, MITARBEITENDE UND GESCHÄFTSPARTNER**
- **GEFÜLLTE PRÄSENTEKISTEN MIT GRAVUR AB 50,00 €**
- **INDIVIDUELLE ZUSAMMENSTELLUNG & GROSSE MENGEN AUF ANFRAGE**



60,00 €*
Beispiel-Präsentekiste mit Inhalt & individueller Gravur

Präsentekisten mit persönlicher Gravur

Ein gravierter Holzdeckel macht jede Kiste zum Unikat: Ellas-Motive, euer Wunschtext, ein Foto oder euer Firmenlogo. Eigene Vorlagen schickt ihr uns einfach als **PNG-Datei**.



Ellas Motive


Persönliche Bilder



Feiertage



Hochzeit



Jubiläum



Firmenlogo

INDIVIDUELL
Wunschtext oder Motiv nach euren Ideen.

NATÜRLICH
Echtes Holz – jedes Stück ein Unikat.

VIELSEITIG
Weihnachten, Geburtstag, Hochzeit, Jubiläum.

Präsentkörbe

Fertig gefüllt in drei Größen – von der kleinen Aufmerksamkeit bis zum großzügigen Genusskorb.


Klein · Mittel · Groß

Danke sagen, Freude schenken

Präsentekisten für Feuerwehren und andere Helfer – nach dem Einsatz, zum Jubiläum oder einfach als Zeichen der Wertschätzung.

Unsere Preise für Privatkunden

inkl. 19 % MwSt. · gültig bis 31.12.2026

Präsentekiste inkl. Gravur · ohne Inhalt	
1–9 Stück	29,50 €
ab 10 Stück	19,90 €
ab 50 Stück	17,90 €

Weinkiste inkl. Gravur · ohne Inhalt	
1–9 Stück	18,90 €
ab 10 Stück	16,90 €
ab 50 Stück	15,30 €

Präsentkorb mit Inhalt	
Klein	ab 12,50 €
Mittel	ab 35,00 €
Groß	ab 55,00 €

Gewerbekunden: Eigene Staffelpreise (exkl. MwSt.) gerne auf Anfrage. · *Preis inkl. MwSt. und Deckel mit individueller Gravur.

Ab 10 Stück bitte bis 14.12.2026 vorbestellen – damit alles pünktlich unterm Baum liegt

04671 942 11 44
Persönliche Beratung vor Ort oder telefonisch

Abholung vor Ort oder am Wochenmarkt*
*Wochenmarkt abhängig von der Bestellmenge

bestellung@ellas-bredstedt.de
oder online bestellen: www.ellas-bredstedt.de

Lieferung auf Anfrage
Wir machen eure Geschenkidee zu etwas Besonderem.

Ellas GmbH
Rosenburger Weg 29
25821 Bredstedt
ellas-bredstedt.de

Liebevoll ausgewählt. Persönlich zusammengestellt. Von Herzen verschenkt.









Wer eine Auszeit braucht, ist auf Amrum genau richtig. Lange Spaziergänge am Wasser und eine „Tote Tante" im Café – da kommen schnell die Lebensgeister zurück.



Natur und echte Entschleunigung

Wenn der sommerliche Trubel verflogen ist, zeigt Amrum seine ruhige Seite. Wer jetzt auf die Insel reist, hat den endlosen Strand fast für sich allein. Und diese herrliche Stille …

Es ist der ideale Zeitpunkt für alle, die echte Entschleunigung suchen und friesische Traditionen erleben möchten.

BREITE SANDBANK, GUTE LUFT

Das markanteste Merkmal der Insel ist der Kniepsand. Diese breite Sandbank bietet immensen Raum für lange Spaziergänge, und das Einatmen der salzhaltigen Luft stärkt das Immunsystem und lässt uns im wahrsten Sinne des Wortes einmal so richtig durchatmen.

PHARISÄER UND DEFTIGES

Einige traditionelle Cafés öffnen auch in der Nebensaison ihre Pforten. Auf den Speisekarten locken wärmende Klassiker wie „Pharisäer" oder „Tote Tante" und deftige Wintergerichte, wie die Nordfries*innen sie mögen.

WEITBLICK VOM LEUCHTTURM

Das Wahrzeichen der Insel, der Amrumer Leuchtturm, hat im Winter an bestimmten Tagen in der Woche geöffnet. Am besten fragt man seine*n Gastgeber*in. Wer die Stufen erklimmt, wird mit einem gigantischen Blick über die wunderschöne Wattlandschaft inklusive der Inseln Föhr und Sylt belohnt.

WINTERSPAZIERGANG

Zudem lohnt ein Winterspaziergang durch die idyllischen Orte. Nebel mit seinen reetgedeckten Friesenhäusern beispielsweise: Auf dem dortigen Friedhof erzählen „sprechende Grabsteine" vom Leben der Amrumer Seefahrer und Walfänger.

HIGHLIGHT BIIKEBRENNEN

Winterliches Highlight ist das Biikebrennen am 21. Februar, das in Dörfern wie Wittdün, Nebel und Norddorf gepflegt wird. Einst wurden die Walfänger mit dem Feuer verabschiedet, wenn sie zum Fang hinaus aufs Meer fuhren. Heute vertreibt das weithin sichtbare Feuer den Winter. Nach dem Entzünden der Biike steht man gerne noch mit Glühwein am Feuer und genießt das Beisammensein. Anschließend zieht es alle zum Grünkohlessen in die Restaurants – eine Reservierung ist allerdings ratsam.

ANREISE PER FÄHRE

Die Anreise erfolgt mit den Fähren der Wyker Dampfschiffs-Reederei ab Dagebüll. Allein das ist schon ein Erlebnis. Vor Ort verbinden Busse die Orte Wittdün, Nebel und Norddorf, meistens abgestimmt auf die Fährzeiten.

Fotos: Adobe Stock

ANZEIGE

Amrum im Winter
– MIT SAUNA UND BIIKE

Raus aus dem Alltag, rein in die Winterruhe! Amrum ist gerade in der kalten Jahreszeit ein wunderbares Ziel für alle, die einfach mal durchatmen möchten. Eine ideale Basis dafür bietet das Hotel Garni Anka in Norddorf.

Das familiengeführte Hotel besteht aus vier Häusern und öffnet bereits im Februar seine Türen für winterliche Kurztrips – mit Übernachtungen ab 65 Euro inklusive Frühstück. Das ideale Angebot, um die schöne Insel kennenzulernen.





Fotos: Hotel Garni Anka

KURZTRIP ZUM BIIKEBRENNEN



Ein schöner Anlass für einen Kurztrip ist das traditionelle Biikebrennen am 21. Februar. Bei einer Buchung ab vier Nächten ist das deftige Grünkohlessen am Biike-Abend für jeden Gast bereits inklusive. Auch abseits des Festes steht Erholung im Fokus: Nach einem ausgiebigen Strandspaziergang können sich Hausgäste in der ganztägig geöffneten Sauna aufwärmen. Wer abends nicht mehr vor die Tür möchte, lässt den Tag entspannt im „Burger Pier“ direkt im Speisesaal ausklingen. Siehe auch www.burgerpier.de.

WANDERN UND FASTEN

Das Hotel bietet im Winter und Frühjahr zudem Gruppenreisen für Buchinger- und Basenfasten an. Auch Wandergruppen und Fastenleiter finden hier eine passende Basis. Als Hausgäste profitieren Sie von Mitgliedschaften und Kooperationen mit ortsansässigen Partner*innen. Alle Infos dazu auf der Homepage unter der Rubrik Entdecken und Erleben.

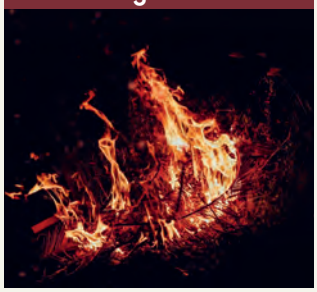
GUTSCHEINE ZU WEIHNACHTEN

Kleiner Tipp: Ein Inselurlaub lässt sich auch wunderbar verschenken. Über die Homepage können Gutscheine gekauft und direkt ausgedruckt werden. Weitere Infos unter: www.anka-amrum.de

---

HOTEL Garni ANKA
Norddorf · Amrum

Biike-Feuer 2027 Angebot!



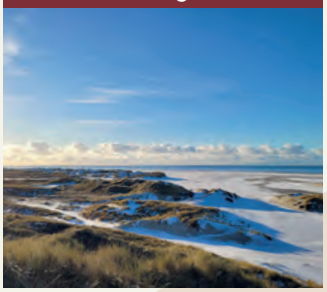
Jetzt schon Ihren Nordsee-Traum sichern!
Ein paar Tage Auszeit mit salziger Seeluft. Tradition und moderner Komfort zum Biike-Feuer am 21.02.2027.

Der perfekte Kurztrip



Wunderschöne Tage auf Amrum!
Durchatmen, entschleunigen und erholen. Kurztrip ab 4 Nächten inkl. Frühstücksbuffet.

Gruppenreisen & Fastenangebote



In den Wintermonaten sowie im März bieten wir **Gruppenreisen** für Buchingerfasten und Basenfasten an. Wir freuen uns außerdem über weitere interessierte Wandergruppen sowie Leiterinnen und Leiter von Buchingerfasten-Gruppen.

Gutscheine für Weihnachten



Über unsere Homepage können **Gutscheine** unkompliziert gekauft und direkt selbst ausgedruckt werden – ideal auch zum spontanen Verschenken oder natürlich als Weihnachtsgeschenk.

mitten im paradies
Nei Stich 8 • 25946 Norddorf / Amrum
Telefon 0 46 82-7 36 • **www.anka-amrum.de**

Folgt uns gerne auf Instagram und Facebook um keine Angebote und Informationen zu verpassen.
: hotel_anka : Hotel Anka



Der Dorfkern von Nieblum mit der St.-Johannis-Kirche im Hintergrund.

TRAVELBOOK AWARD 2026 geht nach Föhr

„SCHÖNSTES DORF DEUTSCHLANDS“

Das Friesendorf Nieblum auf der Insel Föhr ist Gewinner des TRAVELBOOK AWARDS 2026 in der Kategorie „Schönstes Dorf Deutschlands“. Zehntausende Menschen wählten per Online-Voting unter fünf nominierten Dörfern.

Nieblum überzeugte mit seinem einzigartigen Inselcharme, den historischen Friesenhäusern und seinem malerischen Ortsbild. Boy Rethwisch, der Bürgermeister von Nieblum, nahm den Award bei der Preisverleihung in Berlin persönlich entgegen.

PREISVERLEIHUNG IN BERLIN

„Wir fühlen uns geehrt, dass so viele Menschen für Nieblum abgestimmt haben“, so Rethwisch. „Die Auszeichnung bedeutet uns sehr viel und zeigt, dass sich unsere Arbeit und die aller Nieblumer*innen für den Erhalt des historischen Ortsbildes auszahlt. Der Preis gehört dem ganzen Dorf!“ Mit nach Berlin gereist waren neben den beiden Stellvertreter*innen von Rethwisch, Kai Jensen und Christina Clausen, auch Jochen Gemeinhardt, Geschäftsführer der Föhr Tourismus GmbH (FTG), sowie FTG-Mitarbeiterin Fenja Oestreich. „Schöne Dörfer gibt es natürlich in ganz Deutschland“, so Gemeinhardt. „Dass Nieblum nun deutschlandweit so begeistert hat, freut uns sehr. Als ausgezeichnetes Trendreiseziel für das kommende Jahr macht es hoffentlich vielen Menschen Lust auf einen Urlaub in der Friesischen Karibik.“

ÜBERGABE IM TRACHTENLOOK

Echtes Insel-Feeling vermittelte in Berlin das Outfit der beiden Föhrer Damen: Clausen und Oestreich nahmen in der typischen Föhringer Tracht an der Preisverleihung teil. „Nieblum ist schon mit seinen reetgedeckten Häusern, dem Friesendom, den sprechenden Grabsteinen sowie den kleinen Boutiquen und kulinarischen Genüssen eine Reise wert“, so Rethwisch. „Uns war aber wichtig zu zeigen, dass Nieblum – und die ganze Insel Föhr – auch lebendige Traditionen bietet. Dafür ist unsere Tracht ein sehr anschauliches Beispiel.“

Foto: © Föhr Tourismus GmbH/Harald Bickel (1)



Luftbildaufnahme der St.-Johannis-Kirche in Nieblum. Im Hintergrund ist die Hallig Langeness zu sehen.



Die „sprechenden" Grabsteine der Seefahrer von Föhr.



Trachtentanz – eine schöne Tradition auf Föhr.



Reetdachhaus mit Rosengarten.

Fotos: © Föhr Tourismus GmbH/Moritz Kertzscher (2) / © Föhr.de (3) / Travelbook/Yannic Stock (1)

NIEBLUM UND SEINE SEHENSWÜRDIGKEITEN

Prächtige Lindenalleen, Kopfsteinpflasterstraßen, schmucke Kapitänshäuser, herrliche Rosengärten und breite Sandstrände – diese Mischung macht das staatlich anerkannte Seebad Nieblum einzigartig. Im Jahr 2025 besuchten über 25.000 Gäste den Ort, in dem rund 600 Menschen ganzjährig leben. Zu den Sehenswürdigkeiten von Nieblum zählen die Kirche St. Johannis – die größte der drei Inselkirchen, auch „Friesendom" genannt. Auf dem denkmalgeschützten Friedhof kann man bei einem Rundgang in die Welt der Walfänger und Kapitäne eintauchen. Die „sprechenden" Grabsteine berichten als steinerne Zeugen vom bewegten Leben der Föhringer Seefahrer. Selbst Golfspielende kommen in Nieblum nicht zu kurz: Die 27-Loch-Anlage zählt zu den schönsten Norddeutschlands. Auch Weinliebhabende kommen hier auf ihre Kosten: Auf dem Weingut Waalem entstehen trockene Weißweine, Rosé und Sekt, die im Rahmen von Führungen und in der Vinothek vor Ort verkostet werden können. Westlich von Nieblum liegt der Ortsteil Goting. Er bietet besonders Strandurlaubenden gemütliche Urlaubsquartiere – und eine Abendstimmung am Goting Kliff, die ihresgleichen sucht. Weitere Infos unter www.nieblum.de und www.foehr.de/nieblum.

DER TRAVELBOOK AWARD

TRAVELBOOK ist ein Online-Reisemagazin, das jährlich Reiseziele auszeichnet, die bei der Leserschaft, Expert*innen sowie der Redaktion in besonderer Weise herausragen.
Der TRAVELBOOK AWARD fand 2026 zum fünften Mal statt und kürt jedes Jahr die Trendreiseziele des Folgejahres in verschiedenen Kategorien – dieses Jahr erstmals auch in der Kategorie „Schönstes Dorf Deutschlands". Über 150.000 Stimmen wurden in diesem Jahr insgesamt abgegeben – und mit über 30 Prozent der Stimmen in seiner Kategorie konnte sich Nieblum deutlich gegen die anderen vier Kandidaten (Schmilka am Elbsandsteingebirge, Tüchersfeld in der Fränkischen Schweiz, Dörrenbach in der Pfalz und Fischerhude in Niedersachsen) durchsetzen.



Stolze Preisträger*innen: Kai Jensen (1. stellvertretender Bürgermeister), Fenja Oestreich (FTG-Mitarbeiterin), Boy Rethwisch (Bürgermeister der Gemeinde Nieblum), Christina Clausen (2. stellvertretende Bürgermeisterin) und Jochen Gemeinhardt (FTG-Geschäftsführer).



Der Strand von Nieblum lädt zu Wassersport und ausgedehnten Spaziergängen ein.



Der Husumer Weihnachtsmarkt startet am 16. November um 18 Uhr mit dem „Anleuchten mit Musik".

Husums Marktplatz
TRÄGT WIEDER GLITZER

Jetzt kommt wieder diese besondere Zeit, in der der Geruch von Zimt und gebrannten Mandeln durch die Städte zieht. Es ist die Zeit der Lichterketten, die Zeit der Weihnachtsmärkte. Und Husums Markt ist besonders schön.

Vom 16. November bis zum 27. Dezember verwandelt sich der Husumer Marktplatz rund um den Tine-Brunnen in eine kleine Winterwunderwelt mit Tannenbäumen, Budenzauber, Kinderkarussells sowie Punsch- und Wurstständen. Geöffnet ist – bis auf den 22. November und den 25. Dezember – täglich ab 10 Uhr.

ANLEUCHTEN AM 16. NOVEMBER

Gestartet wird mit dem „Anleuchten". Es findet am Montag, 16. November, um 18 Uhr statt. Dabei übernimmt Bürgermeister Martin Kindl die ehrenvolle Aufgabe, die Lichterkette an der riesigen Weihnachtstanne zum Leuchten zu bringen – und stimmt anschließend gemeinsam mit dem Spielmannszug Rödemis und allen anwesenden Besucher*innen das „Singen für alle" an. Sicher werden wieder schöne Weihnachtslieder zu hören sein.

NIKOLAUSBESUCH UND ANDERE AKTIONEN

Auch in diesem Jahr finden wieder zahlreiche Aktionen rund um den Weihnachtsmarkt statt. Eine davon ist die Nikolaus-Aktion am 6. Dezember ab 17 Uhr. Gemeinsam mit Bürgervorsteher Robert Koch kommt der Nikolaus auf einer Drehleiter der Freiwilligen Feuerwehr vom Dach der Einhorn-Passage auf den Marktplatz herunter und verteilt Süßigkeiten an die Kinder. Seit vielen Jahren ist dies fester Bestandteil der Husumer Adventszeit – und Highlight vieler Kids.

LIVE-MUSIK AM DIENSTAG

Ganz neu soll es in diesem Jahr jeden Dienstagabend Live-Musik auf dem Markt geben. Für jeden Geschmack soll etwas dabei sein, versprechen die Organisatoren.

FRISCHE ERBSENSUPPE

Auch die Suppen-Aktion der Bundeswehr darf nicht fehlen. Dabei verkaufen die Mitglieder der Traditionsgemeinschaft des Jagdbombergeschwaders 41 frisch gekochte Erbsensuppe für einen guten Zweck. Die Aktion ist ein beliebter Klassiker, der am 5. Dezember nicht nur den Magen erfreut, sondern auch ein Zeichen der Verbundenheit mit der Region setzt.

LATE-NIGHT-SHOPPING

Natürlich haben auch die Geschäfte geöffnet und hoffen auf viele Besucher*innen. An einigen Tagen besteht sogar die Möglichkeit, bis 20 Uhr einzukaufen, und zwar zum Late-Night-Shopping am 5., 12. und 19. Dezember. Die verlängerten Öffnungszeiten des Marktes sorgen dafür, dass auch nach dem Shoppingspaß noch ein Abstecher auf den Marktplatz möglich ist.

Foto: LTO Nordseekiste Nordfriesland | Markus Rohrbacher

LICHTERFAHRT DER TRECKER

Die Lichterfahrt darf nicht fehlen. Seit einigen Jahren sorgen Nordfriesische Landwirte aus dem Umland mit dieser Aktion für ein optisches Highlight, denn mit ihren weihnachtlich beleuchteten Traktoren erhellen sie am 22. Dezember die Straßen in Mildstedt, Rödemis und Husum. Zielort ist der Marktplatz. (Mehr zur Route auf den „Das ist los“-Seiten).



Buden mit Kunsthandwerk umrahmen den Tine-Brunnen an der Kirche.

STADTFÜHRUNGEN

Vom 21. November bis zum 19. Dezember finden auch wieder die beliebten Stadtführungen statt. Treffpunkt ist jeweils um 14:30 Uhr vor der Tourist Information. Bei heimeliger Adventsstimmung wandern die Teilnehmer*innen auf den Pfaden der Husumer Stadtgeschichte. Auf Anfrage bei der Tourist Information können sogar Gruppenführungen mit Punsch-Angebot vereinbart werden.

Die Stadtführungen über den Jahreswechsel finden täglich vom 25. Dezember bis zum 3. Januar 2027 statt; Start ist um 14.30 Uhr vor der Tourist Information. Wer die Ruhe nach den Feiertagen nutzen möchte, um die Stadt zu entdecken, findet hier ein schönes Programm.

BUDENZAUBER, KUNSTHANDWERK UND KARUSSELLS

Ob Sie auf der Suche nach einem Geschenk sind, beim Glühwein den Klängen der Musik lauschen oder einfach nur die festlich beleuchtete Stadt genießen möchten – Husum mit seinem heimeligen Weihnachtsmarkt bietet eine Kombination aus Budenzauber, Kunsthandwerk, Kinderkarussells, Tannenbäumen und vielen Ständen, die für das leibliche Wohl sorgen. Geöffnet ist Montag bis Mittwoch von 10 bis 22 Uhr, Donnerstag bis Samstag bis 23 Uhr und am Sonntag bis 22 Uhr. Der Eintritt ist wie immer frei und die Nutzung des „HusumBus“ an den Adventssamstagen sogar kostenlos.



Die Nikolaus-Aktion am 6. Dezember gehört zu den Highlights.



Fisch Carl serviert seit 1998 köstliche Krabbenbrötchen

Foto: Fisch Carl

ANZEIGE

Krabbenbrötchen-Koryphäe

Am besten schmeckt's

BEI FISCH CARL IN HUSUM!

*Ein charmanter Familienbetrieb in Husum hat den Krabbenbrötchen-Dreh raus. Nicht nur Einheimische schwören auf Fisch Carl, auch Genießer*innen aus nah und fern sind hellauf begeistert.*

Bereits seit 1998 verwöhnt Fisch Carl seine Gäste mit den wohl besten Krabbenbrötchen, die man in Nordfriesland und darüber hinaus finden kann. Die stets herzliche Besatzung serviert nicht nur Frische und Qualität, sondern auch eine Portion gute Laune – ein Besuch lohnt sich also allemal!

FANGFRISCHE NORDSEEKRABBEN DIREKT INS BRÖTCHEN

Die legendären Krabbenbrötchen von Fisch Carl sind buchstäblich mit fangfrischer Ware belegt, denn die Krabben kommen direkt aus der Nordsee und werden in Büsum frisch gepult, bevor sie in knusprig-frischen Brötchen serviert werden. Neben den Krabben wandern auf Wunsch aber auch andere Fischspezialitäten ins Brötchen. Das ganze Jahr über ist der Verkaufsstand an der Schiffbrücke in Husum für Gäste geöffnet. Inmitten der maritimen Hafen-Atmosphäre schmeckt die nordfriesische Spezialität gleich doppelt so gut! Mittlerweile sind die heiß begehrten Fischbrötchen aber auch auf verschiedenen, ausgewählten Märkten oder Veranstaltungen vertreten.

Husumer Krabben Brötchen
Nils-Peter Carl
Schiffbrücke 15, Husum
Tel.: 04841 / 665 418 4

Husumer Krabben Brötchen

Geisterlichter
BEIM LICHTERFEST

Vom 5. bis zum 8. November verwandelt sich Husum beim dritten Lichtkunstfest erneut in eine atmosphärische Welt aus Licht, Nebel und Klang.





Unter dem Motto „Geisterlichter – Mythen der See“ treffen alte Meeres-Legenden auf moderne Lichtkunst. Fassaden werden zu Projektionsflächen und erzählen von Unterwasserwesen, Geisterschiffen, Irrlichtern und dem Ekke Nekkepenn.

VOM SCHIMMELREITER BIS ZUR NAUTILUS

Vier Stationen und ein Fotopoint bilden einen Rundgang durch die Innenstadt: Am Rathaus erklingt das „Echo des Geistermeers“, im Torhaus zeigt sich „Nekkepenns Rache“. Vor dem Schloss vor Husum leuchtet der „Schimmelreiter“ auf, während an der Marienkirche das „St.-Elms-Feuer“ und im Inneren die Installation „Nautilus“ zu erleben sind.

ERÖFFNUNG AM 5. NOVEMBER

Eröffnet wird das Festival am 5. November um 17.15 Uhr am Historischen Rathaus durch Landrat Florian Lorenzen. Die kreative Leitung übernimmt Lichtdesigner Michael Kantrowitsch. Entwickelt wurde das Konzept gemeinsam mit Projektleiterin Erinn Carstens-Doll und dem Kreativduo kluck. kola. Jana Mersch und Christian Confer gestalten die Bildwelten, die technische Umsetzung liegt bei Jan Boe von NF Pro Audio.

VERKAUFSOFFENER SONNTAG UND LATERNENUMZUG

Neben den Installationen gibt es an verschiedenen Orten gastronomische Angebote. Am Sonntag laden Husums Geschäftsleute außerdem zum verkaufsoffenen Sonntag ein. Auch der große Laternenumzug „Husum leuchtet“ gehört wieder zum Programm.

Fotos: Archiv Marion Laß

Hafenklappbrücke
WIRD FIT GEMACHT

Die Husumer Hafenklappbrücke wird instand gesetzt. Gerüste, Planen und jede Menge Arbeit am Stahl prägen das Bild. Bis voraussichtlich 26. Februar 2027 bleibt die Brücke vollständig gesperrt.



Grund dafür ist die umfassende Instandsetzung der Stahlkonstruktion, die vor weiteren Schäden geschützt werden soll. „Der Lack ist ab“ lautet dabei fast schon das Motto der anstehenden Arbeiten. An vielen Stellen hat die bestehende Beschichtung ihre besten Zeiten hinter sich. Damit aus kleineren Schäden keine größeren werden, wird der Stahl dort, wo es notwendig ist, bis zur Grundierung freigelegt. Schadstellen werden entrostet und anschließend mit einem neuen, mehrschichtigen Farbaufbau versehen. Auf diese Weise erhält die Stahlkonstruktion wieder einen langfristigen Schutz vor Korrosion.

GERÜST UND PLANEN

Für eine fachgerechte und möglichst kontrollierte Durchführung der Arbeiten erhält die Brücke abschnittsweise ein Gerüst und wird mit Planen abgeschirmt. Diese schützen nicht nur die Arbeitenden vor Wind und Wetter. Sie verhindern zugleich, dass bei den Sanierungsarbeiten entstehender Staub und mögliche Schadstoffemissionen unkontrolliert in die Umgebung gelangen.

Doch nicht nur der Stahl bekommt eine Auffrischung: Auch die seitlich verlaufenden Gehwege auf der Brücke erhalten einen neuen Belag. Dafür wird der vorhandene 2-Komponentenbelag der Oberfläche aufgenommen und durch einen neuen ersetzt. Mit den Arbeiten setzt sich die Sanierung der wichtigen Husumer Verkehrsverbindung konsequent fort. Bereits im vergangenen Jahr erfolgte die vollständige Instandsetzung der Fahrbahn über der Brücke.

UMLEITUNG BEACHTEN

Eine entsprechende Umleitung wird während der langen Vollsperrung ausgeschildert. Verkehrsteilnehmer*innen sollten sich daher auf längere Wege und zusätzliche Fahrzeiten einstellen. Die Stadtverwaltung bittet um Verständnis.

Foto: Stadt Husum, Mommsen

ANZEIGE

ERDIGES BRAUN TRIFFT **goldene Wärme**

Schokoladen- und Nougat-Töne sowie erdige Nuancen – in diesem Herbst feiert die Farbe Braun ihr herbstliches Mode-Comeback und gehört beim Goldschmiede-Meisterbetrieb Carolin Kröhnke zu den Top-Favoriten.



Foto: Goldschmiede Carolin Kröhnke

Der neue Trend strahlt pure Eleganz aus, doch erst mit dem passenden Schmuck wird der Look komplett. Carolin Kröhnke zeigt in ihrer Husumer Werkstatt, wie wunderbar warmes Gelbgold mit natürlichen Edelsteinen zu den neuen Kombinationen harmoniert.

EDELSTEINE, KLEINE KRAFTQUELLEN

Ihre handgefertigten Unikate schenken uns mit 585er Gelbgold ein Gefühl von Wärme und Beständigkeit in der dunklen Jahreszeit. Kombiniert werden die Unikate von Carolin Kröhnke mit Steinen, die wie kleine Kraftquellen wirken.

ERDUNG, RUHE, LEBENSKRAFT

Der Rauchquarz beispielsweise sorgt für Erdung und tiefe Ruhe im Alltag. Dagegen steht der tiefrote Granat für neue Lebenskraft und innere Stärke, während der schwarze Onyx für den nötigen Fokus sorgt. Ein wunderbarer Kontrast zu diesem Ensemble ist der honigfarbene Citrin, der Optimismus und Lebensfreude versprüht und zusammen mit den eher verhaltenen Farben für herbstliche Lichtblicke sorgt.

ORGANISCHE FORMEN MIT STATEMENT

Besonders gerne arbeitet Carolin Kröhnke mit organischen Formen. Ein breiter Goldring mit winzigen Goldkügelchen besetzt, scheint direkt aus der Natur zu stammen und setzt ein klares Statement, während zarte Edelsteinringe und -ohrringe das Sonnenlicht einfangen. Ihr Schmuck ist bodenständig, nahbar und von zeitloser Schönheit. Diese Stücke können noch in den nächsten Jahrzehnten wunderbar getragen werden.

HANDWERKLICHE PRÄSISION

Wer seinen Look mit Beständigkeit krönen möchte, findet im Husumer Meisterbetrieb handwerkliche Präzision. Ein Besuch in der Werkstatt lädt dazu ein, die Magie der Steine und der Farben zu entdecken. Und wer weiß – vielleicht ist etwas dabei fürs bevorstehende Weihnachtsfest?

Goldschmiede Carolin Kröhnke

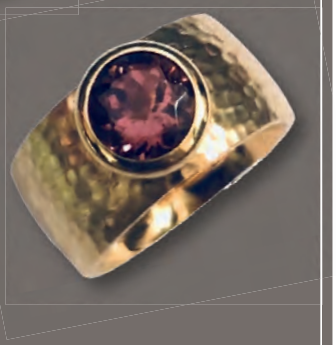
Schmuck und Trauringe



OPEN
Mo. bis Fr.:
10-18 Uhr
Sa.:
10-15 Uhr







Goldschmiede Carolin Kröhnke · Meisterbetrieb
Neustadt 16 • 25813 Husum • Tel. 0 48 41 / 66 99 316 • kontakt@carolin-kroehnke.de
www.carolin-kroehnke.de

Ein Blick in die Weihnachtszeit bei Krokusblütenkönigin Lea Pröpper

„Um die Geschenke wird bei uns gewürfelt“

Lea Mayleen Pröpper aus Silberstedt ist seit März 2026 Krokusblütenkönigin der Stadt Husum und hat schon einige Termine für die Stormstadt wahrgenommen. Jetzt freut sie sich auf die Adventszeit und das bevorstehende Weihnachtsfest.



Lea Pröpper beim Fotoshooting im Schlosspark kurz nach ihrer Krönung.

Lea ist 22 Jahre alt und arbeitet im Jobcenter in Schleswig. Zusammen mit Mama Sarah, Papa Christoph und ihren beiden Brüdern Jim (16) und Len (8) lebt die Krokusblütenkönigin mit vielen Zucht- und Berittpferden in Esperstoft auf einem großen Pferdehof. Natürlich ist sie begeisterte Reiterin und verbringt wie ihre Mutter gerne Zeit im Sattel. Sie war sogar vor einigen Jahren Kreismeisterin im Dressursport.

GÄNSEBRATEN UND ROLLADEN AN HEILIGABEND

Auf das Weihnachtsfest freut sich Lea schon sehr. „Wir feiern meistens mit Oma und Opa zusammen und zum Essen wird bei uns richtig aufgetischt“, sagt sie. Meistens gibt es Gänsebraten und Rolladen, die Oma und Opa schon vorab zubereitet haben und die an Heiligabend mitgebracht werden. Dazu tischt Leas Mutter leckere Beilagen wie Rotkohl und Kartoffeln auf und fertigt den Nachtisch. „Und der ist wirklich ein Highlight: Zum Abschluss des Menüs gibt es ein Trauben-Cookie-Dessert. Es besteht aus Weintrauben, Keksen und Mascarpone mit Sahne. Total lecker“, ist Lea begeistert. Vor dem Weihnachtsessen am 24. Dezember versorgt die Familie natürlich erst die Pferde und trifft sich dann gegen 18.30 Uhr am Tisch. Jetzt darf Weihnachten kommen.

DER WEIHNACHTSMANN KOMMT WÄHREND DER FÜTTERUNG

„Der Weihnachtsmann kommt bei uns leider meistens, wenn wir gerade beim Füttern sind“, erzählt Lea mit einem Augenzwinkern. Sehr zum Leidwesen ihres 8-jährigen Bruders, der den Mann in Rot zu gerne einmal live erwischen möchte. Aber bis auf einmal hat er ihn bisher verpasst. „Ein zweites Mal hätten wir ihn fast erwischt. Da stand seine Schubkarre voller Geschenke vor unserer Haustür“, erzählt Lea schmunzelnd.

UM DIE GESCHENKE WIRD GEWÜRFELT

Nach dem Essen geht es für die Familie an die Geschenke. „Sie liegen allesamt unter dem Weihnachtsbaum – und es sind viele“, erzählt die 22-Jährige. „Meistens würfeln wir. Wer eine Eins oder eine Sechs würfelt, darf sich ein Päckchen mit seinem Namen wegnehmen. Mein kleiner Bruder muss meistens erstmal alles aufreißen und bespielen. Für ihn ist das Weihnachtsfest noch eine aufregende Sache.“
Manchmal kommen im Laufe des Abends noch Leas Tante und Onkel vorbei, die ganz in der Nähe wohnen. „Dann wird oft noch bis Mitternacht gemütlich beisammen gesessen.“

RAUS AN DIE LUFT AM ERSTEN WEIHNACHTSTAG

Am ersten Weihnachtstag schläft die Familie erstmal aus – bis auf denjenigen, der früh morgens die Pferde füttern muss. Anschließend verbringen alle den Tag gemeinsam auf dem Hof. Mittags werden die Reste vom Vortag gegessen und für Lea ist am Nachmittag meistens noch Zeit, die Pferde zu bewegen. „Ob ich dann reite, weiß ich nicht. Aber raus an die Luft muss ich auf jeden Fall“, sagt die ambitionierte Reiterin. „Mein Fokus liegt auf der Dressur, aber manchmal springe ich auch. Das kommt natürlich immer auf das Pferd an.“

Fotos: niklas.photografie

„Wir haben meistens einen ziemlich großen Geschenkeberg unterm Tannenbaum“, sagt die Krokusqueen.



Einmal kam tatsächlich der Weihnachtsmann an Heiligabend vorbei. Sehr zur Freude der Familie.



„WEIHNACHTSESSE“ AM ZWEITEN WEIHNACHTSTAG

Am zweiten Weihnachtstag ist bei Familie Pröpper Party angesagt, denn im Treffpunkt Esperstoft, der Disco im Ort, freuen sich alle auf die „Weihnachtsesse“ mit Smalltalk und Musik. „Meistens sitzen wir vorher bei meinem Vater im Büro. Das liegt gegenüber der Location. Da kommen an dem Abend viele Bekannte vorbei, und irgendwann geht es dann rüber. Gefeiert wird dann auch mal bis morgens um 6 Uhr, das ist keine Seltenheit…“, lacht sie.

SILVESTER GEHT ES NACH DÄNEMARK

Für Silvester hat die Krokusqueen auch schon eine Idee. „20 Jahre habe ich zuhause gefeiert. Letztes Jahr war ich mit meiner Familie bei Freunden in Schweden, und in diesem Jahr fahre ich mit meinen Freunden nach Dänemark in ein Ferienhaus“, erzählt Lea. Sie freut sich schon sehr auf die Woche dort. Am 4. Januar geht es dann zurück nach Hause.

IMMER WIEDER USA

Für 2027 gibt es auch schon Pläne. Wahrscheinlich wird sie wieder in die USA fliegen. Husums Krokusqueen hat nämlich die Weiten Amerikas für sich entdeckt. Bereits 2025 ist sie vier Wochen lang mit dem Auto quer durch Kalifornien, Utah, Arizona und Nevada gereist und hat dabei ihre Liebe für das Land entdeckt. „Die erste Woche war echt hart ganz alleine, aber danach habe ich das Touren quer durch Amerika lieben gelernt“, sagt sie.

Gerade erst kommt sie von einer zweiten USA-Tour zurück. Diesmal war Lea drei Wochen lang in Texas unterwegs, hat dort Verwandte besucht, ist in die großen Städte gefahren und hat sich drei Tage lang im Big-Bend-Nationalpark umgesehen. Wandern und Kajakfahren standen dort auf ihrer Liste, geschlafen hat sie auf einem Campingplatz im Auto. „Ich bin schon ziemlich abenteuerlustig“, sagt die 22-Jährige von sich selbst. Anschließend hat sie in George Town bei Austin zwölf Tage lang auf zwei Hunde aufgepasst, während die Besitzer unterwegs waren. „Housesitting nennt sich das dort. Die Amis sind da sehr offen. Wir hatten vorher über Facetime miteinander gesprochen und uns ein bisschen kennengelernt“, erzählt Lea. Seit Ende Oktober ist sie wieder zu Hause und plant bereits die nächste Reise. Diesmal soll es nach New York gehen.

In ihrer Rolle als Krokusblütenkönigin ist Lea natürlich auch noch unterwegs – bis im März eine Nachfolgerin gewählt wird. Doch nun steht erstmal das Jahresende an und mit ihm das Weihnachtsfest. Darauf freut sich Lea schon sehr. „Mit meiner Familie an Heiligabend zusammenzusitzen ist immer etwas ganz Besonderes.“



Lea hat ihre Liebe zu Amerika entdeckt. Mit dem Auto hat sie u.a. Kalifornien und den Grand Canyon in Arizona besucht.



Die begeisterte Turnierreiterin war vor Jahren sogar Kreismeisterin.



Fotos: Lea Pröpper

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 Süd-tondern. 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



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)



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







ANZEIGE







Entdecken Sie vielseitige Mode für alle und vieles mehr im Modehaus CJ Schmidt.

EIN SHOPPINGTAG AM MEER

*150 Jahre **CJ Schmidt** in Husum: Das modern gestaltete Traditionshaus feiert sein Jubiläum mit Mode, Genuss und besonderen Veranstaltungen. Ein Besuch in der Stadt am Meer lohnt sich im November also gleich doppelt.*

Gerade jetzt hat die graue Stadt am Meer ihren ganz eigenen Reiz. Wenn es draußen rauer wird, lädt Husum zum Entdecken und Genießen ein. Im UTSICHT Café & Restaurant sorgen die Gourmetwochen im November mit regionalen Spezialitäten wie Backensholzer Käse, Lachsvariationen oder Gallowaybratwurst mit Trüffelpüree für eine genussvolle Shoppingpause.

CASHMERE FÜR KALTE TAGE

Modisch gibt es einiges zu entdecken. Verführerisch schön ist in dieser Saison die große Auswahl an reinem Cashmere. Vom lässigen Pullover bis zum feinen Cardigan, mit Rollkragen, Turtleneck oder V-Ausschnitt – in vielen aktuellen Farben und Schnitten. Lieblingsstücke, die sich wunderbar anfühlen und mit denen man am liebsten gleich den ganzen Winter verbringen möchte.

FASHION-EVENTS ZUM VORMERKEN

Im November stehen viele Fashion-Events auf dem Programm. Am Samstag, 21. November, zeigt Marc Cain bei einer Modepräsentation, wie spannend sich die aktuellen Premium-Looks kombinieren lassen. Und bei der Curvy Modenschau beweisen die Models, wie viel modische Vielfalt in den Größen bis 54 steckt. Dass schöne Mode nicht immer sichtbar sein muss, zeigt die Dessousmodenschau am 14. November. Hier bekommen die schönsten Stücke für darunter ihren eigenen Auftritt. Am Freitag, 20. November, ist Buddy & Selly zu Gast und kauft gut erhaltene Markenkleidung an. Dafür gibt es einen Shoppinggutschein und direkt die Gelegenheit, ein neues Lieblingsstück zu entdecken.

PERSÖNLICHE BERATUNG, DIE PASST

Wer sich lieber ganz in Ruhe beraten lassen möchte, kann bei CJ Schmidt einen persönlichen Shoppingtermin vereinbaren. Eine Modeberaterin begleitet die Kund*innen durch das Haus, hat ein Gespür für ihren Stil und findet gemeinsam mit ihnen Outfits, die wirklich passen. Termine lassen sich unkompliziert unter www.cjschmidt.de buchen.

NEUES FÜRS HERRENHAUS

Auch im Herrenhaus gibt es Neues: Bei den Anzugwochen stehen moderne Silhouetten, interessante Farben und frische Kombinationen im Mittelpunkt. Und während der camel active-Wochen kommt sogar ein wenig Abenteuerlust ins Spiel. Mit etwas Glück können Besucher*innen einen Ford Ranger für ein Wochenende gewinnen.

Im Sporthaus erwarten Sie die Outdoortage. Testen Sie Ihre neue Jacke unter Livebedingungen bei 6 Bft und gefühlten –20 °C im Sporthaus.

WEIHNACHTSIDEEN ZUM STÖBERN

Ein erster Weihnachtszauber zieht schon ein: Im Bereich Home & Living ist der Weihnachtsmarkt eröffnet. Mit schönen Ideen für die Adventszeit, besonderen Kleinigkeiten und Geschenken, die man am liebsten selbst behalten würde.
150 Jahre CJ Schmidt erzählen nicht nur die Geschichte eines Modehauses, sondern auch ein Stück Husumer Stadtgeschichte. Der November zeigt, dass es immer wieder neue Gründe gibt, nach Husum zu kommen.

Mehr dazu hier!

Fotos: CJ Schmidt

BRIT CHIC

NOVEMBER 2026

CASHMERE
CORNER
Aktuelle Styles & Farben
– ein Hauch von Luxus

ALT VERKAUFEN
NEU VERLIEBEN
20.11. Buddy & Selly – verkaufen
Sie, was nur noch im Schrank hängt

MARC CAIN
MODEPRÄSENTATION
20.11. um 13 und 15 Uhr
Premiumlooks live präsentiert

GOURMET WOCHEN
Ab 6.11. im UTSICHT
Café & Restaurant

IHRE MODE-
TERMINE

8.11.
SHOPPING SONNTAG
LICHTKUNSTFEST

150
CJ SCHMIDT

AI generated



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



Kurze Lederquaste, genarbt, in friesenblau

Schlüssel-LOTTA in nougat





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

KENNENLERN-
ANGEBOT
FÜR LITERATURFANS

Unabhängige Rezensionen und
neue Bücherwelten!



E-Paper
für nur
1 EURO
testen*

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

ABO-ID: BU22EPA

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



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



Eisbahn, Hütten
UND WEIHNACHTLICHER ZAUBER

Heider Winterwelt nennt sich der liebevoll gestaltete Weihnachtsmarkt mitten im Herzen von Dithmarschens Kreisstadt. Das Besondere: Er verfügt über eine große Eisbahn.



Natürlich findet auch wieder das beliebte Eisstockschießen statt.

Deutschlands größter unbebauter Marktplatz verwandelt sich jedes Jahr von Mitte November bis zum 23. Dezember in ein tolles Winterparadies. Jung und Alt freuen sich auf die Heider Winterwelt.

HÜTTEN-VIELFALT MIT KUNSTHANDWERK

Mit der Winterwelt kommen viele liebevoll dekorierte Hütten auf den Markt, die ein sorgfältig ausgewähltes Sortiment an Weihnachtsdekorationen und Geschenkideen, Modeschmuck und hochwertigen Lederwaren sowie Honig und Wachs anbieten. Hier findet man noch echte Handwerkskunst. Das zum Teil täglich oder wochenweise wechselnde Sortiment in den Buden sorgt dafür, dass die Marktbesucher*innen stets neue Inspirationen bekommen. Mal sind es die Leckerlis für unsere Vierbeiner, mal das selbstgemachte Kunsthandwerk.

KULINARISCHE GENÜSSE

Das gastronomische Angebot lässt ebenfalls keine Wünsche offen. Herzhafte Klassiker wie Wurst und Fleisch vom Grill sowie Fischbrötchen und Grünkohl lassen die Herzen höher schlagen. Doch auch so manch süße Verführung wie frisch gebrannte Mandeln und Spritzteig-Gebäck sorgen für kulinarischen Genuss.

EISSTOCKSCHIESSEN UND SCHLITTSCHUHLAUFEN

Im Mittelpunkt des Heider Marktes thront die große Eisbahn. Hier wird nicht nur um den begehrten „Stadtwerke-Heide-Eisstock-Cup“ im traditionellen Eisstockschießen gekämpft, sondern auch tagsüber Schlittschuh gelaufen – ein Vergnügen, auf das sich Jung und Alt schon sehr freuen.

WEIHNACHTSMANN AUF VISITE

Regelmäßig besucht der Weihnachtsmann die Winterwelt, und natürlich bringt er mit seiner Präsenz die Kinderaugen zum Leuchten. Seine Auftritte sind fester Bestandteil der Vorweihnachtszeit in Heide.

WILLKOMMEN IN DER STIMMUNGSVOLLEN VORWEIHNACHTSZEIT

Ob auf der Suche nach einzigartigen Geschenken, kulinarischen Entdeckungen oder einfach nur, um Heide und die winterliche Atmosphäre zu genießen – die Heider Winterwelt lädt ein, die Adventszeit in vollen Zügen zu genießen. Herzlich willkommen zur Vorweihnachtszeit!

Fotos: Dirk Jacobs, Heide Stadtmarketing / Adobe Stock



In Büsum freut man sich auf die Adventszeit– mit dem Büsumer Adventskalender.



Um beim Büsumer Adventskalender 2026 mitmachen zu können, muss man sich registrieren unter adventskalender.buesum.de.

Adventskalender Büsum im Gesamtwert von knapp 8.000 Euro

24 Türchen, KNIFFLIGE RÄTSEL UND GEWINNE

Was haben Büsum, das Wattenmeer und ein Adventskalender gemeinsam? Es gibt jede Menge zu entdecken!

Ab dem 1. Dezember 2026 lädt der digitale Büsumer Adventskalender wieder dazu ein, täglich ein Türchen zu öffnen, Rätsel zu lösen und mit etwas Glück attraktive Preise zu gewinnen. Die Registrierung ist ab sofort unter adventskalender.buesum.de möglich.

UNTERHALTUNG UND INFORMATION

Nach drei erfolgreichen Ausgaben verbindet der Kalender auch in diesem Jahr spielerische Unterhaltung mit spannenden Informationen. Die Themen reichen von Büsums Geschichte und Gegenwart bis zum Nationalpark Wattenmeer. Wer die täglichen Rätsel löst, kann unter anderem Übernachtungs-, Gastronomie- und Freizeitgutscheine sowie weitere Preise aus Büsum gewinnen.

ATTRAKTIVE GEWINNE

Die attraktiven Gewinne des von der Tourismus Marketing Service Büsum GmbH (TMS Büsum) initiierten Adventskalenders im Gesamtwert von knapp 8.000 Euro werden von zahlreichen Büsumer Unternehmen zur Verfügung gestellt. Eine besondere Überraschung wartet am 25. Dezember 2026: Erstmals gibt es eine Sonderverlosung. Alle, die an den 24 regulären Türchen teilgenommen haben, erhalten die Chance auf einen zusätzlichen Gewinn im Wert von 1.000 Euro – und damit auf ein Stück Büsum für zu Hause.

JETZT ONLINE REGISTRIEREN

Wer beim Büsumer Adventskalender dabei sein möchte, kann sich bereits jetzt online registrieren. Und weil geteilte Vorfreude doppelte Freude macht, darf der Link gerne an Familie, Freunde und weitere Büsum-Fans weitergegeben werden. Jetzt registrieren und ab dem 1. Dezember miträtseln: adventskalender.buesum.de

Fotos: Oliver Franke (1) · TMS Büsum (1)



SCHMÖKERTIPPS

Im Herbst und im Winter ist die ideale Zeit, um sich mit einer Kuscheldecke aufs Sofa zu legen und die Nase in einen packenden Roman oder Thriller zu stecken. Wir haben einige Buchtipps für Sie vorbereitet.



TOTE FRAUEN VERZEIHEN NICHT

Stockholm, Silvester 1895/96: In der Kälte der Neujahrsnacht entdeckt die junge Näherin Hildur die Leiche einer Frau im Hinterhof ihres Mietshauses – neben ihr ein toter Fötus. Die Tote ist Emma Josefina, 16 Jahre alt und Dienstmädchen im Haushalt des angesehenen Bauherrn Johan Henrik Creutz. Hildur kann das grausame Bild nicht vergessen. Gemeinsam mit drei Mitbewohnerinnen beginnt sie, Fragen zu stellen. Was die Frauen aufdecken, ist ein Blick in die dunklen Abgründe einer Gesellschaft, in der Frauen kaum mehr als Besitz sind.

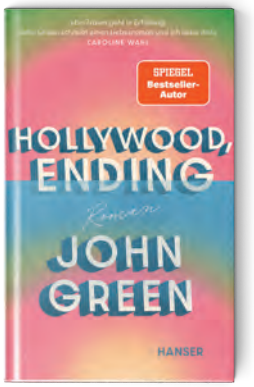
Katarina Wennstam, Tote Frauen verzeihen nicht, Penguin Verlag, 480 S., 17 Euro



FINDE UNS NICHT

Fünf Jahre nachdem ihr Mann Owen verschwunden ist, hat sich Hannah mit ihrer erwachsenen Stieftochter Bailey ein neues Leben aufgebaut. Sie versucht, die Vergangenheit hinter sich zu lassen – bis Owen plötzlich vor ihr steht. Hannah weiß, dass Bailey und sie in Gefahr sind. Einerseits möchte sie an eine zweite Chance glauben, gleichzeitig weiß sie, dass diejenigen, die Owen aus ihrem Leben verbannt haben, vor nichts zurückschrecken. Als einzige Möglichkeit scheint Hannah die Flucht. Doch so schnell gibt sie nicht auf, wo sie und Owen sich wiedergefunden haben ...

Laura Dave, Finde uns nicht, Heyne Verlag, 320 S., 17 Euro



HOLLYWOOD, ENDING

Für Kai und Juniper wird ihr Traum wahr. Sie bekommen eine Rolle im Hollywood-Film über Andy Warhol, den Vater des modernen Persönlichkeitskults. In der berauschenden Atmosphäre des Sets wachsen sie zusammen. Als der Erfolg sie mit einem Schlag berühmt macht, wird ihr Leben Teil der sozialen Medien. Was geschieht mit uns, wenn das Private öffentlich wird? Hollywood, Ending erzählt von zwei Menschen, die versuchen, in einer Zeit der digitalen Selbstinszenierung ihren Traum zu leben und dabei sich selbst und dem anderen treu zu bleiben.

John Green, Hollywood Ending, Hanser Verlag, 368 S., 26 Euro

Cover: Penguin Verlag (1) / Heyne Verlag (1) / Hanser Verlag (1)



DAS KLEINE HAUS DER WEISHEIT

Niklas und Fabienne reisen auf eine Nordseeinsel, um ihren vierten Hochzeitstag zu feiern – und um ihre Ehe zu kitten. Einiges steht zwischen ihnen: ihre Karrierepläne, sein Kinderwunsch, viele unausgesprochene Fragen. Aber „das kleine Haus der Weisheit" bietet statt Wellness und WLAN lediglich Wind, Weite, einen grantigen Raben, Ole und Helena. Das alte Gastgeberpaar lebt eine leise, selbstverständliche Liebe, die ohne große Worte auskommt. Zunächst sind Fabienne und Niklas enttäuscht, sowohl von der Insel, als auch vom Schweigen ihrer Gastgeber. Aber dann kommen sie sich Schritt für Schritt wieder näher. Ein Roman über das, was wirklich zählt.

Ulrich Hoffmann, Das kleine Haus der Weisheit, Verlag Herder, Esitate, 208 S., 18 Euro



PROVENZALISCHE KÄLTE

Es wird Winter in der Provence. Alles wirkt friedlich in Sainte-Valérie – bis in einem verlassenen Ferienhaus eingebrochen wird. Die Täter sind über alle Berge, haben aber eine Leiche zurückgelassen. Es stellt sich heraus, dass es sich bei dem Toten um Thomas Garcin, Leiter einer Thermalklinik in Gréoux-les-Bains, handelt. War Garcin zur falschen Zeit am falschen Ort? Und warum besaß er eine unregistrierte Waffe? Die Ermittlungen führen den liebenswerten provenzalischen Ermittler Pierre Durand zu einem kriminellen Netzwerk, das auch vor denen keinen Halt macht, die ihm nahestehen.

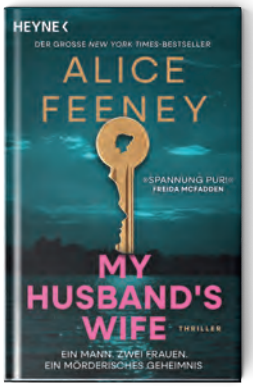
Sophie Bonnet, Provinalische Kälte, Blanvalet Verlag, 384 S., 18 Euro



SCHNEESTILL

Ein einsames Haus tief im Wald auf der Insel Öland: Weihnachten steht vor der Tür, und die erwachsenen Schwestern Natalie und Meja kehren zurück ins elterliche Zuhause. Aber die Stimmung ist angespannt. Ihre Mutter ist seit vier Tagen spurlos verschwunden. Alte Konflikte kommen hoch. Die Polizei stößt bei ihren Befragungen auf Widersprüche. Was weiß der Vater der Schwestern, der selbst pensionierter Polizist ist? Hat ihre Mutter sich entschieden, sie zu verlassen, oder hat jemand dafür gesorgt, dass sie nie wieder zurückkommt?

Johanna Mo, Schneestill, Heyne Verlag, 480 S., 17 Euro



MY HUSBAND'S WIFE

Eden Fox, eine aufstrebende Künstlerin, hat alles erreicht, was man sich wünschen kann: eine tolle Karriere, ein Mann an ihrer Seite, ein bezauberndes Anwesen, das sie seit Kurzem ihr Zuhause nennt. Dann kommt sie am Tag ihrer ersten Ausstellung vom Joggen zurück und nichts ist mehr, wie es war: Der Hausschlüssel passt nicht mehr. Eine fremde Frau, die ihr wie eine Doppelgängerin gleicht, öffnet die Tür. Dahinter ihr Ehemann, der behauptet, die Fremde sei seine Frau. Wer hat sich in Edens Leben gedrängt? Ihr bleibt wenig Zeit, die Wahrheit aufzudecken, denn sie schwebt in Gefahr.

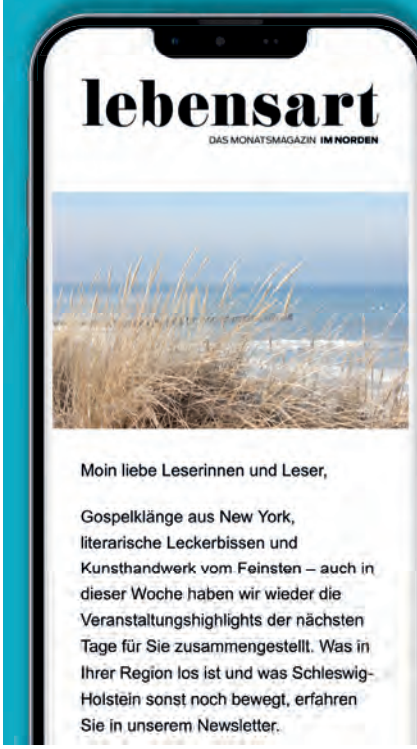
Alice Feeney, My Husband's Wife, Heyne Verlag, 448 S., 13 Euro

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



Cover: Verlag Herder (1) / Heyne (2) / Blanvalet (1)

Oh du Köstliche!

Jetzt wird festlich aufgetischt! Unser Weihnachtsmenü bringt feine Aromen, winterliche Zutaten und ganz viel Genuss auf den Teller. Viel Freude beim Kochen und Genießen!

Vorspeise



Rezept auf der nächsten Doppelseite





Rinderfiletmedaillons
MIT PASTA, PILZEN & ROTWEINSAUCE

ZUBEREITUNGSZEIT: 2 STUNDEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 300 g Weizenmehl (Type 405) zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 200 g Hartweizengrieß
- 6 Eigelb
- 1 Ei
- Salz
- 5 EL Olivenöl
- 10 Stiele Thymian
- 3 Schalotten
- 600 g gemischte Pilze (z. B. Champignons, Austernpilze)
- 4 Scheiben Parmaschinken
- 4 Rinderfiletmedaillons (à ca. 160 g)
- Pfeffer
- 2 EL eiskalte Butter
- 100 ml Rotwein
- 200 ml Rinderfond

1. Für den Pastateig Mehl und Hartweizengrieß in eine Schüssel sieben. Eine Mulde bilden. Eigelb und Ei hineingeben. 1 TL Salz, 1 EL Öl und 2 EL Wasser zugeben. Alles etwa 10 Min. lang zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, noch etwas mehr Wasser zugeben. Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Min. kalt stellen.

2. In der Zwischenzeit Thymian waschen und trocken tupfen. 8 Stiele beiseitelegen, die Blättchen von den übrigen Stielen abzupfen. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Pilze putzen, ggf. in mundgerechte Stücke schneiden.

3. Den Nudelteig aus dem Kühlschrank nehmen und entweder mit einer Pastamaschine oder einem Nudelholz sehr dünn ausrollen. Mit etwas Mehl bestäuben, aufrollen und in feine Streifen schneiden. Mit einem bemehlten Küchenhandtuch abdecken.

4. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Je 2 Thymianstiele und 1 Scheibe Schinken um den Rand von jedem Rinderfiletmedaillon legen und mit Küchengarn fixieren. 2 EL Öl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundherum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. In Alufolie wickeln und im Backofen etwa 12 Min. garen.

5. 1 EL Butter in den Bratensatz der Rinderfiletmedaillons geben und zwei Drittel der Schalottenwürfel darin glasig dünsten. Mit dem Rotwein ablöschen und den Rinderfond zugeben. Bei hoher Temperatur offen auf ein Drittel einkochen lassen. Inzwischen in einer weiteren Pfanne 2 EL Öl erhitzen. Die Pilze darin rundherum scharf anbraten. Übrige Schalotte und die Thymianblättchen zugeben und etwa 5 Min. bei mittlerer Hitze mitbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Die vorbereitete Pasta in kochendem Salzwasser in 3 bis 4 Min. bissfest garen. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit 1 EL eiskalter Butter abbinden. Die Rinderfiletmedaillons aus dem Ofen nehmen und mit der abgetropften Pasta, den gebratenen Pilzen und der Rotweinsoße anrichten.

Fotos: Ira Leoni

Orangen-Zitronen-Joghurtcreme

MIT PISTAZIEN-AMARETTINI-STREUSELN

ZUBEREITUNGSZEIT:
1 STUNDE + 3 STUNDEN KÜHLZEIT

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 6 Blatt Gelatine
- 1 Vanilleschote
- 1 unbehandelte Orange
- 1 unbehandelte Zitrone
- 400 g Joghurt
- 100 g Magerquark
- 50 g Puderzucker
- 200 g Sahne
- 40 g Amarettini
- 25 g gehackte Pistazienkerne
- 80 g Mehl
- 30 g brauner Zucker
- 1 Msp. Zimt
- Salz
- 60 g kalte Butter

1. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauslösen. Orange und Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben. Jeweils die Schale fein abreiben, dann den Saft auspressen.

2. Joghurt mit Quark, Puderzucker und Vanillemark verrühren. Die Gelatine gut ausdrücken und mit 1 TL Zitronensaft erwärmen, bis sie sich aufgelöst hat. 2 EL von der Joghurtmasse zugeben, verrühren und diese Masse nun unter die restliche Joghurtmischung rühren.

3. Die Sahne steif schlagen. Sobald die Joghurtmasse zu gelieren beginnt (nach 10–15 Min.), vorsichtig Saft und Schale von Orange und Zitrone dazugeben und alles gründlich verrühren. Anschließend die Sahne unterheben und die Creme in schöne Gläser oder Schälchen füllen. Abgedeckt etwa 3 Std. kalt stellen.

4. Inzwischen den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Amarettini in einen Gefrierbeutel geben und fein zerstoßen. Mit Pistazien, Mehl, braunem Zucker, Zimt und 1 Prise Salz vermischen, dann mit der Butter zu Streuseln verkneten. Die Streusel auf das Backblech geben und im vorgeheizten Ofen in 8–10 Min. goldbraun und knusprig backen. Kurz abkühlen lassen, dann lauwarm auf der Orangen-Zitronen-Joghurtcreme verteilen und sofort servieren.

Dessert

Foto: Ira Leoni

Möhrensuppe
MIT ZIMTIGER AUBERGINE & ZIEGENFRISCHKÄSE

ZUBEREITUNGSZEIT: 45 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 500 g Möhren
- 7 EL Olivenöl
- 1 Lorbeerblatt
- 2 l heiße Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer
- ½ Aubergine
- 2 TL brauner Zucker
- 1 TL Zimt
- 200 g Ziegenfrischkäse
- 4 Stiele Petersilie
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 1 EL Sherry



1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Möhren schälen und grob raspeln. 2 EL Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Möhrenraspel und Lorbeerblatt dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Gemüsebrühe auffüllen, salzen und pfeffern und alles etwa 15 Min. kochen lassen. Lorbeerblatt entfernen.
2. Inzwischen die Aubergine waschen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. 5 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Aubergine darin von allen Seiten anbraten. 3 EL Wasser und etwas Salz zugeben und die Aubergine bei mittlerer Hitze etwa 10 Min. garen.
3. Braunen Zucker und Zimt zu den Auberginenwürfeln in die Pfanne geben. Den Zucker leicht karamellisieren lassen und die Auberginenwürfel mit Salz und Pfeffer würzen. Den Ziegenfrischkäse glatt rühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Petersilie waschen und trocken tupfen. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.
4. Die Möhrensuppe mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Sherry abschmecken. Auf 4 Teller verteilen und die Auberginenwürfel dazugeben. Den Ziegenfrischkäse in Nocken auf die Suppe setzen, Suppe mit Petersilie bestreuen und sofort servieren.



GRANATAPFEL-ROSMARIN-SPRITZ

ZUTATEN FÜR 4 GLÄSER (À 250 ML)

- 200 ml Granatapfelsaft
- 400 ml trockener Prosecco
- 100 ml Sprudelwasser
- ½ Bio-Orange
- 4 Rosmarinzweige, Eiswürfel

Orange heiß abwaschen, in dünne Scheiben schneiden, diese halbieren. Gläser mit Eiswürfeln füllen, Granatapfelsaft darauf verteilen. Mit gut gekühltem Prosecco und einem Schuss Mineralwasser aufgießen. Je eine halbe Orangenscheibe und Rosmarin ins Glas geben und sofort servieren. Für eine Variante ohne Alkohol den Prosecco einfach durch alkoholfreien Sekt oder Zitronenlimo ersetzen.





STRESSFREI ABNEHMEN
– SO LEICHT WIE NIE –

EXTRA:
Gratis-Downloads auf lowcarb.de im Buch



100 Rezepte
nach der cleveren 2-in-1-Formel

NEU! 14,99 €

VIELE VORTEILE
- Geld und Zeit sparen
- Deine Nerven schonen
- Alle essen gesünder
- Du fühlst dich viel besser

ISBN: 978-3-96417-269-3

Jetzt alle Low Carb-Kochbücher bestellen unter:
www.falkemedia-shop.de/lcbuecher

amazon.de · AUCH ÜBERALL IM BUCHHANDEL: bücher.de · Thalia · Hugendubel

SO SCHMECKT DER NORDEN



HEISSER „APEROL"-CIDRE

ZUTATEN FÜR 4 GLÄSER (À 350 ML)

- 1 Bio-Orange (Saft)
- 300 ml Apfelsaft
- 700 ml Cidre
- 1 Zimtstange
- 150 ml „Aperol"
- einige Apfel- und Bio-Orangenscheiben zum Garnieren

Orangensaft, Apfelsaft, Cidre und Zimtstange in einen Topf geben und bei kleiner Hitze erwärmen. Den Topf vom Herd nehmen, die Zimtstange entfernen, den „Aperol" dazugeben und alles gut vermengen. Die Mischung auf die Gläser verteilen, nach Belieben mit Apfel- und Orangenscheiben garniert servieren.

Foto: Sandra Leibinger

ANZEIGE

Weihnachtsfeier
MIT MALERISCHEM AUSBLICK

Genießen Sie die festliche Jahreszeit mit maritimem Charme und kulinarischen Köstlichkeiten im Restaurant ***Zur Alten Mühle*** *am Glückstädter Hafen.*



RESTAURANT Zur Alten Mühle

Genießen Sie im November leckere Wildspezialitäten und deftigen Grünkohl!

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





Direkt am Yachthafen im malerischen Glückstadt lädt das Restaurant „Zur Alten Mühle" zum Genießen und Verweilen ein. Weit über die Stadtgrenzen hinaus ist das Haus für seine köstlichen Fischspezialitäten bekannt. Doch auch Liebhaber*innen der norddeutschen Küche kommen bei Inhaber Dieter Lassmann und seinem Team auf ihre Kosten. Ab November steht wieder herzhafter Grünkohl auf der Speisekarte, und pünktlich zum Martinstag am 11. November dürfen sich Gäste auf fein zubereitete Gänsegerichte freuen. Auch für eine gemütliche Weihnachtsfeier in stimmungsvoller Atmosphäre ist „Zur Alten Mühle" die richtige Adresse. Wer sich einen Platz sichern möchte, sollte frühzeitig unter Tel.: 04124 / 18 07 reservieren. Mehr Infos unter www.restaurant-zur-alten-muehle.de.

Fotos: Adobe Stock; Restaurant Zur Alten Mühle

Dein Festessen war nie so einfach!

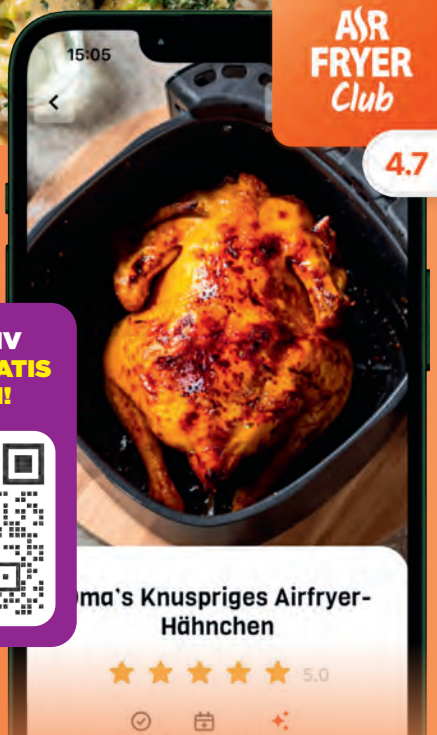
Die besten Airfryer-Rezepte an einem Ort



Foto: Anna Gieseler/mit KI bearbeitet (1)

AIR FRYER Club

4.7 ★



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!

ANZEIGE



Der Weihnachtsmarkt findet vom 11. bis zum 13. Dezember statt und wird Kinderaugen zum Leuchten bringen.

Sternenzauber
IN GLÜCKSTADT

Die Adventszeit naht und mit ihr kehrt in Glückstadt eine ganz besondere Weihnachtsstimmung ein. Vom 28. November bis zum 24. Dezember lädt der Glückstädter SternenZauber zur gemütlichen Vorweihnachtszeit mit vielen winterlichen Glücksmomenten ein.

In der Elbstadt herrscht weihnachtliche Vorfreude: Stimmungsvolle Aktionen, bunte Shoppingangebote sowie vielfältige Veranstaltungen – Besucherinnen und Besucher dürfen sich auf kulturelle und kulinarische Highlights freuen. So entsteht ein buntes Programm in besinnliche Atmosphäre, die in weihnachtliche Vorfreude versetzt.

ADVENTSGLÜCK

Das AdventsGlück bietet jedes Adventswochenende von Freitag bis Sonntag festliche Highlights, kreative Aktionen und vieles mehr. Von besonderen Angeboten über weihnachtliche Überraschungen, tollen Rabattaktionen oder festlichen Weihnachtsmenüs ist alles dabei.

WEIHNACHTSWUNSCHBAUM

Ein Wunsch wird zum Geschenk: Ab Ende November schmückt der Weihnachtswunschbaum die Tourist Information in Glückstadt. Gemeinsam mit dem Lions Club und der Familienbildungsstätte werden Wünsche von Kindern aus Familien gesammelt, die sich finanziell nicht so viel leisten können. Wer dem Weihnachtsmann helfen möchte, kann einen Wunsch pflücken, anonym erfüllen und damit Kinderaugen an Weihnachten zum Leuten bringen.

STERNTALER

Wer beim Glückstädter Sternenzauber einkauft, darf sich gleich doppelt freuen: Ab einem Einkaufswert von 25 Euro erhalten die Kund*innen in den teilnehmenden Geschäften und Restaurants pro Einkauf einen Sterntaler und nehmen so automatisch an einer Verlosung teil. Hinter den Gewinn-Nummern verbergen sich viele attraktive Preise der teilnehmenden Geschäfte. Als Hauptgewinn winkt ein Einkaufsgutschein im Wert von 500 Euro. Die Verlosung dafür findet am 8. Januar 2027 statt.

DIE GLÜCKSTÄDTER WEIHNACHTSBAUMKUGEL

Die Glückstädter Weihnachtskugel begeistert Jahr für Jahr Sammler und Weihnachtsfans. Zum 15. Mal wird der beliebte Baumschmuck in diesem Jahr mit einem neuen Glückstädter Motiv in Gold auf bordeauxrotem Grund erscheinen. Die Glückstädter Künstlerin Wiebke Möller gestaltet die jährlich limitierte Weihnachtskugel mit viel Liebe zum Detail. Seit 2012 ist sie ein fester Bestandteil der Glückstädter Adventszeit und sorgt für Freude beim Sammeln und Verschenken

Für 2026 gibt es wieder ein neues Weihnachtsmotiv für die Glückstädter Weihnachtskugel. Was wird es diesmal sein?

DER WEIHNACHTSMARKT

Der Weihnachtsmarkt vom 11. bis 13. Dezember ist das Highlight des Glückstädter Sternenzaubers. Heißgetränke und winterliche Köstlichkeiten sorgen auf dem historischen Marktplatz für eine gemütliche Atmosphäre, die zum Verweilen einlädt. Ob Kunsthandwerk, Selbstgestricktes, Schmuck oder kulinarische Spezialitäten – hier wartet die eine oder andere Geschenkidee darauf, entdeckt zu werden.
Die neuen Veranstaltungsbuden im dänischen Stil – jede in einer anderen Farbe – schmücken gemeinsam mit der festlich dekorierten Tanne den historischen Marktplatz und tauchen ihn in ein weihnachtliches Flair. Die Stimmung wird mit weihnachtlicher Live-Musik auf der Bühne abgerundet und die kleinen Gäste dürfen sich auf einen Ausflug mit dem Karussell freuen.

Glückstadt Destination Management,
Große Nübelstraße 31, 25348 Glückstadt,
www.glueckstadt-tourismus.de

Fotos: Glückstadt Destination Management

Lieblingsplätze
IM LICHTERGLANZ

Vom 24. November bis zum 31. Dezember findet in Itzehoe der Weihnachtsmarkt statt.



Stoßen Sie in Itzehoe bei Glühwein und Lichterglanz mit Ihren Liebsten an.

Wenn die Tage kühler werden, rückt das gemeinsame Miteinander an gemütlichen Treffpunkten wieder vermehrt in den Mittelpunkt. Solche „Lieblingsplätze“ gibt es vom 24. November bis zum 31. Dezember natürlich auch in Itzehoe. Dort verwandelt sich die Innenstadt rund um die Kirchenstraße und die Breite Straße in ein stimmungsvolles Weihnachtsdorf, in dem man die Hektik des Alltags für einen Moment vergessen kann.

FEIERABEND IN GESELLIGER RUNDE

Das Itzehoer Event ist eine gelungene Mischung aus dörflicher Vertrautheit und städtischem Flair. Das macht diesen Treffpunkt so besonders. Wenn am Nachmittag die festliche Beleuchtung eingeschaltet wird und die Fußgängerzone in goldenes Licht hüllt, entfaltet das kleine Hüttendorf seine ganz eigene Magie. Liebevoll dekorierte Stände laden dazu ein, nach dem gemütlichen Shoppingspaß kurz innezuhalten oder den Feierabend in geselliger Runde einzuläuten.

SÜSSE LECKEREIEN UND DEFTIGE KLASSIKER

Der Duft von Zimt, gebrannten Mandeln und heißem Punsch liegt in der Luft und weist den Weg zum kulinarischen Treffpunkt. Hier geht es nicht um Trubel, sondern um das bewusste Beisammensein im Kreis von Freund*innen. Von süßen Leckereien bis zu deftigen Klassikern hält das Angebot für jeden Geschmack etwas bereit.
Gut zu wissen: Wenn die Stimmung gut ist und die Gespräche in gemütlicher Runde kein Ende nehmen wollen, bleiben die Stände flexibel bis 22 Uhr geöffnet. So lässt sich die Adventszeit ganz ohne Eile genießen – ein echtes Stück Lebensart, auf das sich Jung und Alt freuen.

Fotos: Adobe Stock



LÜTT WIEHNACHT IN WILSTER

„Lütt Wiehnacht“ – der Weihnachtsmarkt in Wilster ist immer gemütlich und voller Adventszauber. Rund um das zweite Adventswochenende vom 4. bis zum 6. Dezember verwandelt sich der Marktplatz an der St.-Bartholomäus-Kirche in einen stimmungsvollen Treffpunkt. Der Regionalverein Wilstermarsch e. V. und der Gewerbe- und Verkehrsverein Wilster und Wilstermarsch e. V. gestalten gemeinsam mit zahlreichen ehrenamtlichen Vereinen ein vorweihnachtliches Wochenende für die ganze Region. Zwischen liebevoll geschmückten Ständen locken duftende Pförten, Eiergrog, verschiedene Glühweinvariationen und weitere Leckereien. „Lütt Wiehnacht“ bietet immer eine schöne Gelegenheit, Freunde, Familie und Bekannte zu treffen, miteinander ins Gespräch zu kommen und die Adventszeit in besonderer Atmosphäre zu genießen.



RECYCLING-CHALLENGE FÜR SCHULKLASSEN

Was passiert mit Altkleidern, alten Smartphones oder leeren Batterien? Schulklassen der Jahrgänge 5 bis 10 aus dem Kreis Steinburg können diesen Fragen jetzt bei der Recycling-Challenge 2026 nachgehen. Zur Auswahl stehen drei Recyclingmythen, die mithilfe kostenloser Kurzmodule der Initiative „Wir lieben Recycling“ untersucht werden. In einer etwa 45-minütigen Unterrichtseinheit erarbeiten die Schüler*innen die Fakten und setzen ihre Erkenntnisse kreativ um – etwa als Poster, Comic oder Tafelbild. Ein Foto des Ergebnisses wird online eingereicht. Unter allen teilnehmenden Klassen aus dem Kreis Steinburg wird eine Gewinnerklasse ausgelost, die 200 Euro erhält. Einsendeschluss ist der 13. November. Infos und Materialien unter wir-lieben-recycling.de/challenge.

Foto: Adobe Stock (3)

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.

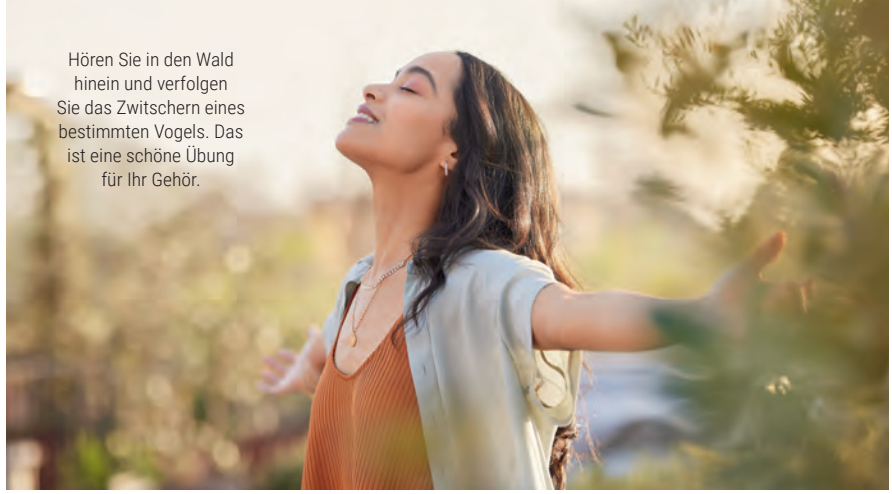
IMPLANTAT komplett®

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

Fotos: Adobe Stock

TRAINING FÜR IHR GEHÖR

Wir pflegen unsere Haut, achten auf gesunde Ernährung und halten uns mit Sport fit. Aber wann haben Sie sich das letzte Mal um Ihre Ohren gekümmert?



Hören Sie in den Wald hinein und verfolgen Sie das Zwitschern eines bestimmten Vogels. Das ist eine schöne Übung für Ihr Gehör.

Foto: Adobe Stock

Unser Gehör läuft meist völlig selbstverständlich im Hintergrund mit – bis es nachlässt. Dabei verarbeiten die feinen Sinneszellen im Innenohr nicht nur Geräusche, sondern liefern unserem Gehirn ständig Orientierung, Emotionen und lebendige Eindrücke. Wer gutes Hören als Stück Lebensqualität begreift, kann die eigene Wahrnehmung mit kleinen Alltagsübungen aktiv schärfen und verfeinern.

EINFACH MAL HINHÖREN

Hören findet nämlich zu einem großen Teil im Kopf statt. Während das Ohr die Schallwellen einfängt, verarbeitet das Gehirn die Signale. Und genau dieses Zusammenspiel lässt sich wie ein Muskel trainieren.

Versuchen Sie beim nächsten Spaziergang im Park oder beim Hören Ihres Lieblingssongs mal genau hinzuhören. Greifen Sie sich gezielt ein einzelnes Instrument aus einem Konzertstück heraus und folgen Sie nur dessen Melodie. Oder versuchen Sie in der Natur, das Zwitschern eines einzelnen Vogels aus dem Rauschen der Blätter zu filtern.

Diese einfachen Übungen stärken die Fähigkeit des Gehirns, relevante Geräusche von Nebengeräuschen zu trennen – eine Fähigkeit, die im Alltag oft verkümmert.

ACHTEN SIE AUF KLEINE WARNZEICHEN

Gleichzeitig lohnt sich ein achtsamer Blick auf die eigenen Hörgewohnheiten. Hören Sie im Alltag oft weg oder schalten Sie bei Hintergrundlärm schneller ab? Achten Sie auf kleine Warnzeichen: Wenn der Fernseher schleichend lauter gestellt wird oder Unterhaltungen im vollen Restaurant zunehmend anstrengender werden, ermüdet das Gehirn schneller. Gönnen Sie Ihren Ohren bewusste Lärmpausen. Schon zehn Minuten absolute Stille am Tag wirken wie ein Reset für das Nervensystem. Wer seinen Hörsinn pflegt, bleibt geistig beweglich.

ANZEIGE

GUT GERÜSTET IN DIE POLLENSAISON

Sie leiden unter saisonalen Pollen-, Hausstaubmilben- oder Tierhaar-Allergien oder kämpfen mit Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten wie Lactose, Fruktose oder Histamin? „Dann finden Sie bei mir passende Ansätze, um Beschwerden zu reduzieren und sich wieder leichter zu fühlen“, sagt Karin Steinke. Sie betreibt eine Arztpraxis für Komplementärmedizin in Bredstedt. Um die Belastungen durch saisonale Allergien spürbar zu verringern, empfiehlt sie, bereits zwei bis drei Monate vor Beginn der Allergiesaison mit einer vorbeugenden Behandlung zu beginnen. Damit kann der Körper optimal auf die Pollenzeit vorbereitet werden. „Aufgrund meiner 40-jährigen Praxiserfahrung im Bereich Chinesischer Medizin, spezieller Akupunktur, Homöopathie, Darmsanierung, Ernährungsmedizin, Psychosomatischer Medizin und der ärztlichen Weiterbildungs-Tätigkeit können Sie meinem fundierten Wissen vertrauen.“



Foto: Maike Hilbert

Arztpraxis für Komplementärmedizin
Karin Steinke
25821 Bredstedt
Tel.: 0172 / 949 66 36
www.karinsteinke.de

GRENZEN SETZEN OHNE SCHULDGEFÜHLE

Ob im Job, in der Liebe oder im Freundeskreis: Grenzen zu setzen fällt oft schwer. Denn jedes „Nein“ kostet Überwindung. Die Angst vor Ablehnung, Schuldgefühlen oder Konflikten lässt uns deshalb häufig schweigen und führt dazu, dass wir unsere eigenen Bedürfnisse hintenanstellen. Dabei sind klare Grenzen kein Zeichen von Schwäche, sondern von Selbstrespekt. Sie schützen uns – wie Verkehrsregeln auf der Straße – vor emotionalen Unfällen und bilden die Basis für gesunde und erfüllende Beziehungen auf Augenhöhe. Die Psychologin und Neurowissenschaftlerin Alba Cardalda zeigt in diesem Buch, wie wir selbstbewusst und einfühlsam „Nein“ sagen lernen. Sie hilft uns, unsere eigenen Grenzen zu erkennen, zu kommunizieren und zu verteidigen – und so echte Nähe aufzubauen und uns dabei selbst treu zu bleiben. Mit psychologischem Know-how, lebensnahen Beispielen und konkreten Strategien macht Alba Cardalda Mut, die eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen und selbstbewusst für sich einzustehen.



Cover: Penguin Verlag

Alba Cardalda, Wie man höflich fk you sagt, Penguin Verlag, 240 Seiten, 18 Euro**

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.



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



Foto: Adobe Stock

UNSER BUCHTIPP

HANDBUCH TESTAMENT

DAS ERBE DEN EIGENEN VORSTELLUNGEN ENTSPRECHEND ÜBERTRAGEN

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



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

Was wird der Bundesgerichtshof dem Gesetzgeber in Sachen Erbschaftssteuer ins Aufgabenbuch schreiben? Welche Vorschläge machen die Parteien, damit es bei der Übertragung von Vermögen gerecht zugeht? Die aktuellen Diskussionen sind für den einen oder die andere ein Anstoß, über die Regelung des eigenen Nachlasses nachzudenken. Denn wenn der eigene Wille zu Lebzeiten festgeschrieben wird, vermeiden Erblasser nicht nur Streit unter den Hinterbliebenen, sondern stellen auch sicher, dass das Erbe den persönlichen Vorstellungen entsprechend verteilt wird. Der Ratgeber „Handbuch Testament“ erklärt die Grundzüge des Erbrechts und zeigt, wie über die Weitergabe von Geldvermögen, Immobilien oder anderen Gegenständen verfügt werden kann.

WAS PASSIERT OHNE TESTAMENT?

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

CHECKLISTEN UND MUSTERFORMULIERUNGEN

An Beispielen werden mögliche Konstellationen beschrieben, sodass sich hieraus Entscheidungshilfen für den eigenen Erbfall ergeben. Checklisten und Musterformulierungen bieten Unterstützung. Ein Kapitel zeigt, wie sich legal Steuern sparen lassen. Der Ratgeber ist online erhältlich unter shop.verbraucherzentrale.de oder per Telefon unter 0211 / 913 80 15 55 sowie in den Verbraucherzentralen und im Buchhandel.

IM HIMMEL GEBORGEN



Basierend auf einer wahren Begebenheit, erzählen Mirko Albert und Bernhard Jakoby mit „Im Himmel geborgen – Was meine Tochter uns aus dem Jenseits erzählt: Umgang mit Trauer in der Familie“ eine berührende Geschichte von Abschied, Trauer und Hoffnung.
Von heute auf morgen stirbt die zehnjährige Nessi völlig überraschend. Ihr Vater, selbst Sterbebegleiter und schon als Kind in unmittelbarem Kontakt mit dem Tod durch seine eigene Nahtod-Erfahrung, verleiht seiner Tochter eine Stimme. Indem er ihre Perspektive einnimmt, erschafft er eine Geschichte, die ihm und seiner Familie im Trauerprozess hilft und eine Verbindung zu seiner Tochter herstellt. Über ihn lässt Nessie ihre Liebsten aus dem Himmel heraus wissen, dass sie noch da ist. Nessis Worte werden durch den Sterbeforscher Bernhard Jakoby eingeordnet. Mit Erfahrungsberichten schafft er eine zusätzliche Tiefe. Das Buch richtet sich an alle Familien, die ein Kind verloren haben oder sich die Frage der irdischen Endlichkeit stellen. Die Einnahmen der Autoren werden gespendet.

Mirko Albert und Bernhard Jakoby, Im Himmel geborgen, Windpferd Verlag, 320 S., ca. 20 Euro,

Cover: Windpferd Verlag

Cover: Hanser Berlin
Cover: Simone Andjelković/simple.net

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





AUSSTELLUNGEN
IM NOVEMBER & DEZEMBER

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.*



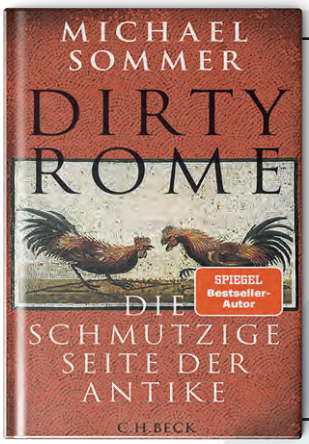
Leonhard Boldt – Stehender männlicher Akt (Detail), um 1903

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



Blick in die Ausstellung „KATZEN!“ im MARKK

Vielfalt der Katzensymbolik. Auch im Vorfeld eingesandter Cat Content aus Hamburger Haushalten wird präsentiert. Weitere Informationen gibt es unter www.markk-hamburg.de.



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

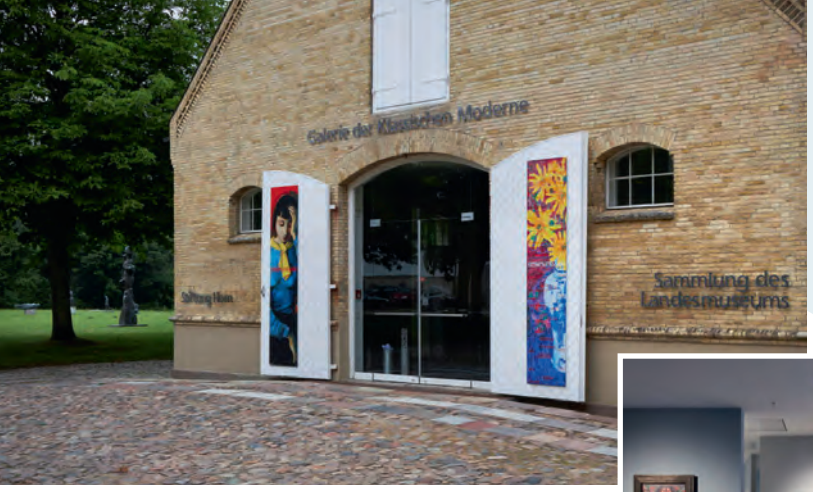
MEERESZAUBER



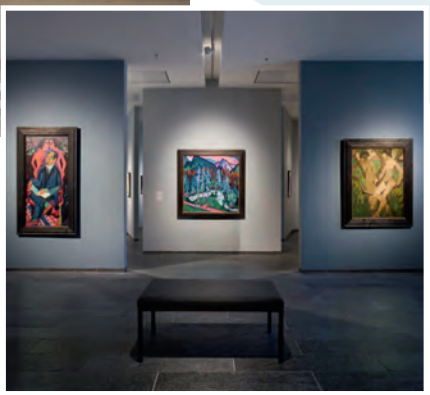
„Der Strand von Haukland auf Norwegens Lofoten, aufgenommen an einem stürmischen Wintermorgen.“ (Foto: Christian Hoiberg), „Frühes Morgenlicht illuminiert an den Felsen der Bedruthan Steps Südwestengland pink leuchtende Strandgrasnelken.“ (Foto: Sebastien Coell), „Kontemplative Stimmung am Strand des 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

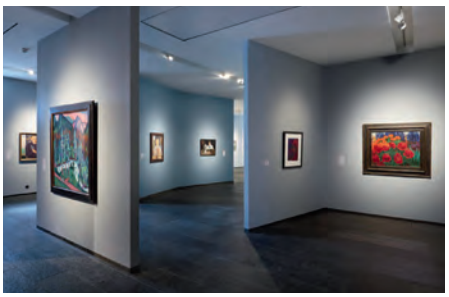
Cover: Alexander S. Kunz



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



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 KUNST-SCHAFFENDE

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



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.



Wenn es ums Grobe geht …

Wer ein Haus baut oder gebaut hat, weiß: Erst wenn rund ums Haus alles schön ist, beginnt der Genuss.



Foto: Adobe Stock

Ob Zufahrt, Terrasse, Hof oder Gartenweg: Pflasterflächen prägen den ersten Eindruck eines Grundstücks und müssen im Alltag einiges aushalten. Regen, Frost, schwere Fahrzeuge und ständige Nutzung stellen hohe Anforderungen an Material und Ausführung. Deshalb beginnt eine dauerhaft schöne Fläche nicht erst mit dem Verlegen der Steine, sondern mit sorgfältig geplanten Erdarbeiten.

STABILER UNTERBAU, DURCHDACHTE ENTWÄSSERUNG

Am Anfang steht der passende Untergrund. Dazu gehört häufig auch der Ausgleich des Erdbodens: Unebenheiten werden beseitigt, Höhenunterschiede ausgeglichen und Flächen für ihre spätere Nutzung vorbereitet. Da kann es schon mal grob zugehen. Je nach Bodenbeschaffenheit und Belastung wird das Gelände ausgehoben, tragfähig aufgebaut und verdichtet. Ein stabiler Unterbau sorgt dafür, dass sich Pflastersteine nicht verschieben oder absacken.
Ebenso wichtig ist eine durchdachte Entwässerung: Wasser muss zuverlässig ablaufen können, damit sich keine Pfützen bilden und Frostschäden vermieden werden.

WELCHE MATERIALIEN

Bei der Gestaltung gibt es viele Möglichkeiten. Ein Betonpflaster überzeugt durch seine große Auswahl an Formen und Farben, Naturstein bringt eine individuelle, zeitlose Note in den Außenbereich. Klinker wiederum passen besonders gut zu traditionellen Häusern und norddeutscher Architektur. Auch unterschiedliche Verlegemuster, eingefasste Beete oder passende Randsteine können Wege und Plätze optisch aufwerten.

ERD- UND PFLASTERARBEITEN

Fachgerecht ausgeführte Erd- und Pflasterarbeiten verbinden Funktion und Gestaltung. Sie schaffen belastbare Flächen und geben Garten, Hof, Auffahrt und Hauseingang eine klare Struktur. Bei Planung und Ausführung am besten auf die Erfahrung von Fachleuten setzen.





UNSER BUCHTIPP

EVERYDAY HOME –

Bewusst wohnen im Rhythmus des Alltags



Vom ersten Morgenlicht bis zum Ausklang des Abends prägen viele kleine Momente unser Wohlbefinden. Dieser Wohn-Guide nimmt den Tagesrhythmus in den Fokus und zeigt, wie man das eigene Zuhause so gestaltet und nutzt, dass es von morgens bis abends zu den persönlichen Bedürfnissen passt. Die erfahrene Interior-Expertin Marion Hellweg erklärt, wie Farbe, Licht, Materialien oder Stimmungen die Raumwirkung und damit auch das Wohlgefühl beeinflussen.
Mit praxisnahen Wohnideen, Achtsamkeits-Routinen, Reflexions-Impulsen und geführten Übungen begleitet sie kapitelweise durch Morgen, Mittag, Nachmittag, Abend und unterstützt dabei, die eigenen Wohnräume bewusster wahrzunehmen und Gewohnheiten neu zu gestalten. Ergänzt durch Journaling-Seiten, Rezepte, Playlists und viele liebevolle Details entsteht ein inspirierender Ratgeber für ein bewusstes Leben in den eigenen vier Wänden.

Marion Hellweg, Everyday Home – Bewusst wohnen im Rhythmus des Alltags, Prestel Verlag, 224 S., 200 Abbildungen, 26 Euro, erscheint am 7. Oktober 2026

Foto: Cover: Prestel Verlag



Diele Trex Select im Farbton Malted Barley.



Diele Trex Select im Farbton Milestone.

Diele Trex Select im Farbton Whiskey Barrel.

NEUE WPC-DIELE

Weniger Arbeit, mehr Genuss

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

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, sind bei Privatnutzung mit einer 35-Jahre-Garantie versehen – etwa gegen Verziehen, Flecken und Verfärben – 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 ausgewogenen 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.

FÜR JEDES PROJEKT DIE PASSENDE LÖSUNG

Die neuen Select-Dielen gibt es in drei melierten, 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.

ALTERNATIVE FÜR BUDGETBEWUSSTE

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



WECHSEL

Salzbrezeln krachend,
Baum ansehend
liegen
Sofa bewachend
Wein trinkend
fliegen
zwischen den Jahren
Ruhe bewahren

Tatendrang volle Kraft
runter fahren
Stille genießen
Wechsel begießen,
Jahr endet. Och?
Ganz tiefes Loch!
Doch nichts ist verlor´n!
Bald wieder alles von vorn.

Markus Jung



Fotos: Adobe Stock, Markus Jung

MARKUS JUNG



... wurde 1955 in Mönchengladbach geboren. Seit 2014 ist er mit Patchwork-Familie und Keramikwerkstatt tonalto wohnhaft in Friedrichstadt. Seit über 40 Jahren arbeitet er als Werber, Texter, Designer, Musiker und Künstler. Er veröffentlichte in den Anthologien des Nordbuch e.V. und online. Im Oktober 2025 erschien der erste eigene Lyrikband „Blau mit Sprenkeln“ beim Ihleo Verlag, Husum. Mehr Informationen auf seiner Homepage www.lichtkunstdinge.de.

SENDEN SIE UNS IHR GEDICHT!

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

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.

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 = ♥