

IHR MAGAZIN FÜR HEIDE, BÜSUM UND UMGEBUNG

Frischer Wind

JANUAR 2023

GRATIS!



Traumbäder zum

Wohlfühlen

von Haustechnik Thomsen



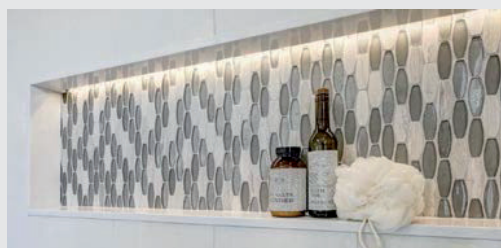
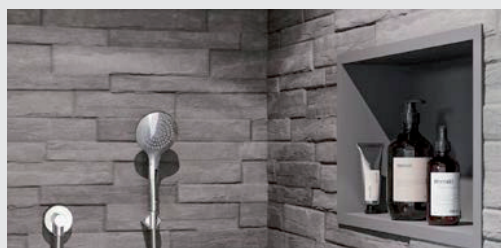
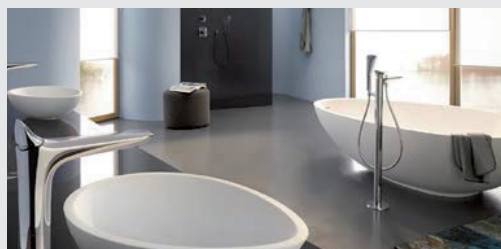
Wir planen, bauen & renovieren Ihr Bad. Ob Neu-, An- oder Umbauten - modern, klassisch, behinderten- oder altersgerecht – wir sind immer der richtige Partner für Sie. Wir bieten Ihnen jede Menge Ideen & Fachwissen, eine Top-Ausführung aller Arbeiten, Kundendienst und einen ausgezeichneten Service inkl. 3D-Planung von Anfang an...

Was können wir für Sie tun?

Heizung - Wenn es um Ihre Heizung geht, bringen wir nicht nur Knowhow und Kompetenz mit - sondern auch jahrzehntelange Erfahrung. Wir beraten Sie gern und stellen unsere handwerklichen Fähigkeiten bei Ihnen unter Beweis.

Alternative Energien - "Green Technology" ist ein Stichwort, dem wir uns im Bereich der Haustechnik seit langem widmen. So zeigen wir Ihnen Alternativen zum Heizungsbetrieb mit fossilen Energien (Öl und Gas) auf, informieren Sie über Solarenergie, Wärmepumpentechnologie und Hybridtechnik.

Kundendienst - Wir sind für Sie da, wenn Sie uns brauchen - schnell und unkompliziert. Sowie zur Heizungsoptimierung bei Bestandsanlagen zur **Energieeinsparung**. Ein Anruf genügt.



Kommen Sie ins Team...

Wir stellen ein:

AUSZUBILDENDE ANLAGENMECHANIKER (m/w/d) für 2023

für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik

ANLAGENMECHANIKER (m/w/d)

für Sanitär- und Heizungstechnik

KUNDENDIENST-MONTEUR (m/w/d)

für Sanitär und Heizung

info@haustechnik-thomsen.de
www.haustechnik-thomsen.de

SEIT 1983

Thomsen
GmbH & Co. KG

HAUSTECHNIK

Heizung · Sanitär · Öl- u. Gas-Kundendienst · Klimatechnik · Lüftung · Rohrreinigung

Kreuzstraße 121a · 25746 Heide · ☎ 04 81 / 68 46 80

JANUAR

FRISCHER WIND 01/2023

Der Schuhmacherort in Heide	Seite 04
Vorfreude auf die Brahms-Wochen 2023	Seite 06
Toller Service der AWD im Januar: Abholung der Weihnachtsbäume	Seite 08
MelodieKan Musikunterricht mit besonderer Note in Heide	Seite 10
Großartige Spende des kleinen Weihnachtsmarktes für guten Zweck	Seite 12
Whisky-Tastings 2023 mit Ralf Splettstößer	Seite 13
Heide hilft mit 85 Weihnachtspaketen Aktion für Familien	Seite 14
20 Jahre Jazzcoast.di „Miles Davis – Birth of the Cool“	Seite 15
„Legends at the Sea“ geht in eine neue Runde mit Sarah Connor	Seite 16
„Dithmarscher helfen Dithmarschern“	Seite 17
Essen, Trinken und Genießen	Seite 18
Kabinengeflüster aus Heide & Umgebung	Seite 20
Impressionen Heider SV	Seite 22
MTV: Traditionelle Adventsfeier	Seite 23
Orte, die man gesehen haben sollte Kreistannen – Erholungswald	Seite 24
Unser großer Rätselspaß: Schwedenrätsel & Sudoku	Seite 26
Neujahrsvorsatz „Ordnung schaffen“ Wie sieht es mit den Versicherungen aus?	Seite 28
Lesungsreihe geht weiter	Seite 29



Impressum

Herausgeber: Heider Offsetdruckerei Pingel-Witte
Layout & Satz: Rüdiger Kock, **Anzeigen:** Katja & Kai Witte
E-Mail: witte@pingel-druck.de • Telefon: (04 81) 8 50 70 0

**OFFSET
DRUCK**
**PINGEL
WITTE**

Der Schuhmacherort in Heide



© Heide Stadtmarketing

Von Links: Michael Schittek – Heide Stadtmarketing, Robert Czech-Black – Busterink (Tattoostudio), Nadine Sievers – Hairzton (Friseur), Matthias Refisch – Irish Pub, Melanie Roedder – Pfötchen Paradies (Tierbedarf), Kristina & Mijo Mandic – Croatia, Thi Thúy Nguyễn – Beauty Studio (Nagelstudio), Jens Rommel – L1, Wojciech Wojcik – Club 13, Marion Lüders – Bei Marion, Nele Stenzel – ReizBar (Bar) – Fruchtbar (Café) – Fairnaschbar (Süßigkeitenladen). Nicht anwesend: Annika Ostermann – Nachhaltig Hautnah (Kosmetikstudio), Fabian Wolf (Club 13).

Ein Schusterjunge in Form einer Bronze-Skulptur gleich am Eingang der Altstadtgasse heißt alle Passanten und Besucher des Schuhmacherortes willkommen. Und dies mit gutem Grund: Die beliebte Gastromeile war Mitte des 19. Jahrhunderts nämlich eine Handwerkerstraße, in der

vornehmlich Schuster und Gerber ihren Beruf ausübten. Ihnen zu Ehren schuf der Maler und Bildhauer Siegfried J. Assmann die authentische Statue.

„Aktuell befindet sich der Bereich **Schuhmacherort** im Wandel“, sagt Stadtmanager Michael Schittek. „Es gibt hier ein absolut cooles Angebot für alle Generationen und einen bunten Mix aus Gastronomie, Dienstleistung und Einzelhandel, der einen Besuch lohnenswert macht.“ Heides Altstadt-Gasse ist zunehmend beliebter bei Einheimischen, wie Touristen, bei Studierenden und After-Work-Gästen

Riecke und Theobald
SANITÄR HEIZUNG KLIMA

4 Tage Arbeiten
3 Tage Frei

Wir suchen Monteure (m/w/d) und bieten:

- einen zukunftssicheren und unbefristeten Arbeitsplatz
- übertarifliche Bezahlung sowie Weihnachts- und Urlaubsgeld
- familienfreundliches Arbeiten **4 Tage Woche zu 37 Stunden**
- Betriebliche Altersversorgung und Krankenzusatzversicherung
- moderne Arbeitsmittel und hochwertige Werkzeuge
- Fortbildungen und Schulungen sowie Firmenveranstaltungen

Riecke und Theobald GmbH
Schulstraße 20
25779 Hennstedt

michael.theobald@rt-shk.de
Mehr unter: www.rt-shk.de



und verdient wachsende Beachtung. Das Stadtmanagement denkt über Möglichkeiten für weitere kreative Veranstaltungen nach wie etwa ein Weinfest in der warmen Jahreszeit. „Der Schuhmacherort verströmt einen besonderen Altstadt-Charme“, findet Michael Schittek. „Seit der weitestgehenden Sperrung für den Kraftverkehr hat sich die Aufenthaltsqualität und damit auch die Verweildauer der Gäste deutlich erhöht.“ Die Verkehrsberuhigung hat verschiedene Gastronomen motiviert, ihr Angebot im Außenbereich zu erweitern. Im schönen Ambiente der historischen Gasse lässt es sich eben gut aushalten – beispielsweise im **Restaurant Alex Kitchen** bei einer gefüllten Ofenkartoffel oder leckerer Pasta. Eine gute Anlaufstelle nicht nur für Veganer ist die **Fruchtbar**. Hier kann man sich ein Stück vegane Torte, einen zauberhaften Cocktail oder anderes schmecken lassen. Kürzlich hat Inhaberin Nele Stenzel zudem noch einen Süßigkeiten-Shop namens **Fairnaschbar** eröffnet – ein echter Geheimtipp für alle kleinen und großen Naschkatzen.

Die Kneipen **Bei Marion** oder der **Irish Pub** haben dagegen schon lange Kultstatus im Schuhmacherort. Und dann gibt es noch die **ReizBar** mit Musik aus allen Genres für das angeblich „friedlichste Kneipenpublikum“ der Kreisstadt. Außerdem der **Club L1**, das Bistro **Mex**, das **Plan B**, das **Buddy's**, der **Club 13** und das **Restaurant Croatia**, wo



Schusterjunge und Stadtmanager: Michael Schittek freut sich über das wachsende Angebot und die zunehmende Aufenthaltsqualität im Schuhmacherort.

die umfangreiche Speisekarte den Gast vor die angenehme Qual der Wahl aus kroatischen Spezialitäten stellt. Im **PfötchenParadies** dreht sich dagegen alles um die Welt der Hunde, Katzen & Co. Als Outdoor- und Freizeitshop ist der **BW-Laden** seit mehr als 40 Jahren aus dem Schuhmacherort nicht wegzudenken. Und auch an die Schönheit ist gedacht: Für eine kurze Auszeit aus dem Alltag können die Kunden sich verwöhnen lassen, sowohl im **Beauty-Studio** als auch im Kosmetikstudio **Hautnah**, wo viel Wert auf Nachhaltigkeit gelegt wird.

Wer mehr über den Schuhmacherort erfahren möchte, kann sich ganz einfach mit Hilfe seines Smartphones durch die vom Stadtmarketing angebotene **digitale Stadtführung** auf eine kleine Zeitreise begeben.

Infos: Tourist-Information, Markt 37, Heide, Telefon 0481/2122160, www.heide-nordsee.de

Text + Fotos: Andrea Hanssen

Auto-Shop 100
seit 1968

Autoteile · Kfz.-Meisterwerkstatt · Autohandel

Urlaub für's Auto:

Reparatur – Inspektionen – Service
...dann kommen alle erholt aus dem Urlaub

THULE – Partner

Fahrradträger,
Gepäckkörbe und Dachträger,
Transportboxen und Dachkoffer

Transportprobleme?
WIR BIETEN DIE LÖSUNG!

Uebler Kupplungsträger i21
Art.-Nr. 15900 / 15930

- Für 2 Fahrräder
- Abklappwinkel 60°
(Auch 90° Variante)
- Max. Zuladung
- Eigengewicht 13 kg
- 2 abnehmbare Abstandshalter

Heide, Meldorfer Str. 200 (gegenüber Famila)
Fon 0481/78666-0 • www.autoshop100.de

Auto-Service
Westerweck
Inhaber: Jan Jeronimus

AUTOFIT


Kfz-Meisterfachbetrieb
Reparaturen aller Fabrikate

Ihr kompetenter Partner rund ums Auto

- Inspektion mit Mobilitätsgarantie
- Unfallreparaturen
- Auspuff- und Bremsendienst
- Ölwechsel-Service

- Stoßdämpfer
- Karosserie
- täglich HU/AU
- Klima-Service

Am Kleinbahnhof 14 • 25746 Heide
Telefon 04 81 / 34 40 • Telefax 04 81 / 8 82 22

A woman with short dark hair, wearing a red and orange floral dress and black boots, is sitting on a black grand piano. She is in a room that looks like a museum, with a large painting of a room in the background and a music stand with sheet music to her right.

Geschäftsführerin
Sarah Reinke

Vorfreude auf die Brahms-Wochen 2023

„Liebster Vater, ich weiß mich auf Heide besser zu besinnen als auf manche Stadt, wo ich länger war.“ Diese Zeilen schrieb Johannes Brahms im Jahr 1865 an seinen Vater.

Die Brahms-Gesellschaft Schleswig-Holstein ehrt den berühmten Künstler seit 1997, dem Jahr des 100. Todestages, mit den Brahmswochen in Heide und der näheren Umgebung. „Mit diesem kleinen Festival möchten wir einen wichtigen kulturellen Beitrag in die traditionsreichen Konzertsäle und Kirchen der Region bringen – und damit unser Herzens-Anliegen erfüllen, das bedeutende künstlerische Erbe des Komponisten in die Zukunft zu tragen“, sagt Joachim Nerger, Vorstandsvorsitzender und künstlerischer Leiter.

„Diesmal ist die Vorfreude nach den allgemein negativen Pandemie-Erfahrungen für den Kunstbetrieb mit zum Teil

abgesagten Veranstaltungen besonders groß“, meint Geschäftsführerin Sarah Reinke. „Mit einem vielversprechenden Programm aus Neuem und Bewährtem steht nun eine Rückkehr zur Normalität bevor.“

Die Auftaktveranstaltung findet im Heider Berufsbildungszentrum (BBZ) am Freitag, 21. April, statt und verspricht einen musikalischen Hochgenuss. Erstmals ist es gelungen,

das **LandesjugendOrchester Schleswig-Holstein unter der Leitung des Dirigenten Sergi Roca Bru** für einen Auftritt zu gewinnen. Bühne frei für den begabten Nachwuchs unseres Landes, das als Höhepunkt des philharmonischen Konzerts die Brahms Sinfonie Nr. 3 präsentieren wird. Das Atrium des BBZ als Veranstaltungsort stellt als nicht klassischer Konzertsaal eine Neuheit dar.

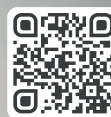
Karten für alle Veranstaltungen gibt es im Reisebüro Biehl in Heide, Brunsbüttel, Husum und Itzehoe sowie online unter www.brahms-sh.de.

Böttcher
RADWELT

RAUF AUFS RAD

Montag - Freitag 10 - 18 Uhr

Samstag 9 - 14 Uhr



Neues wagt die Brahms-Gesellschaft auch mit der **Comic-Ausstellung**, die am Sonntag, den 7. Mai, im Brahms-Haus eröffnet wird. **Comiczeichner Tim Eckhorst** und weitere Künstler erzählen aus dem turbulenten Leben von Johannes Brahms und entführen auch in die Kunst des Comiczeichnens. Dem schließt sich am Sonntag, 11. Juni, ein spannendes **Comic-Battle** an.

„Unerhört!“ lautet der Name des Programms des **LUBO-Senseemble**. Das **Streichquintett** tritt am Freitag, 26. Mai, in der St. Jacobi-Kirche in Neuenkirchen auf. Das Publikum darf sich unter anderem auf zwei Meisterwerke in weitgehend unbekannten Bearbeitungen freuen: Beethovens berühmte Kreutzer-Sonate sowie Brahms' großes Klavierquintett op. 34.

Ein **Frühstückskonzert** mit **Anaëlle Turret, Harfenistin des NDR-Elbphilharmonie-Orchesters**, wird es am Sonntag, 4. Juni, an einer bisher ebenfalls nicht bekannten Spielstätte der Brahms-Wochen geben. Im schönen Ambiente des Gut Apeldör in Hennstedt erwartet die Besucher ein apartes Programm mit Bearbeitungen von Werken unter anderem von Liszt, Mozart und Scarlatti. Ein reservierbares Frühstücksbüfett rundet die Veranstaltung ab.

Keine Brahms-Wochen ohne Einbindung der Museumsinsel Lüttenheid. Hier findet am Samstag, 10. Juni, ein **Kin-**



der- und Familienkonzert statt. Auf dem Programm steht „Mitmach-Musik – Als das Cello mit der Gitarre tanzt!“ unter der Leitung von **Konzert-Pädagogin Christina Dean**.

Den Abschluss der Brahms-Wochen 2023 bildet die **Klaviersommernacht** am Samstag, 24. Juni, im Büsumer Watt'n Hus. „Ein Muss für alle Liebhaber der klassischen Tastenkunst“, findet Geschäftsführerin Sarah Reinke. Die **Pianisten Julian Gast, Marianna Shirinyan und Matthias Kirschner** beleuchten aus ihren faszinierend unterschiedlichen Perspektiven Klavierwerke unter anderem von Haydn, Mozart, Chopin und Brahms. Und natürlich wird der Ohrenschaus wieder mit Gaumenfreuden kombiniert.

Text und Fotos: Andrea Hanssen

Respekt vor gutem Brot

Handwerk

Vollkorn-Getreide

Aroma

Gesund

bekömmlich

Reifezeit

Dinkel

Geschmack

Tradition

Liebe

Salz

Sauerteigbrote

Ruhe

Kruste

seit 1985

Mühlen Bäcker

Blumenstraße 1 in 25746 Heide

Toller Service der



im Januar:



Bei der Planung und Durchführung der öffentlichen Abfallentsorgung für Abfälle aus privaten Haushaltungen ist die AWD aus dem Kreisgebiet nicht wegzudenken – und kümmert sich auch alljährlich um die Abholung der Weihnachtsbäume; hier: Pressesprecherin Uta Kloth und ihre Kollegin Janina Tauch.

Abholung der Weihnachtsbäume

Auf die Abfallwirtschaft Dithmarschen (AWD) ist Verlass! Wie in jedem Jahr sorgt sie über die Mitarbeiter der Firma Remondis Dithmarschen GmbH im Monat Januar für die Abholung der Weihnachtsbäume (bis zu 2,5 Metern).

Ein toller Service für alle Haushalte, denn einfacher geht's nicht: **Den abgeschmückten Baum gut sichtbar am besten am Abend vor dem Abholtermin an eine passende Stelle platzieren** – so findet das Remondis-Team, das meist schon in der Dunkelheit am frühen Morgen startet, jeden Baum zum Abtransport. „Eines ist dabei ganz wichtig“, sagt AWD-Pressesprecherin Uta Kloth. „Bitte den Tannenbaum ohne jeglichen Weihnachtsschmuck

an der Straße platzieren, denn im Kompostwerk kann nur sortenreines Biomaterial zu hochwertigem Kompost verarbeitet werden.“ **Gebündelte Zweige, Sträucher oder Bäume mit Ballen sind nicht für die Abholung vorgesehen.**

Rund 18.500 Weihnachtsbäume warten im ersten Monat des Jahres auf ihre Abfuhr. Umgerechnet sind dies etwa 160 Tonnen Grünmaterial, das anschließend im Kompostwerk Barmstedt verarbeitet wird. Die Bäume werden gehäckselt und mit dem feuchten Biomüll gemischt, so dass daraus wertvoller Güte-Kompost entsteht. „Die kreisweite Sammlung dauert vom 9. – 30. Januar 2023“, berichtet

Schonender geht's wirklich nicht, die sanfteste Autowäsche!



www.apfel-heide.de
info@apfel-heide.de

Das
APFEL
Auto- Pflege- Erlebnis

Christian Kathmann
beim E-Center · Hamburger Str. 145
25746 Heide · ☎ 04 81 / 8 17 31

- **Sanfte Textilstreifenpflege**
- **Nanowachs und Glanzpolitur**
- **Unterbodenreinigung**
- **Unterbodenschutz**
- **Motorreinigung**
- **Felgen- und Cockpitpflege**
- **Innenraumreinigung**
- **Polsterreinigung** (shamponieren)
- **Lederpflege**
- **Lackaufbereitung** (polieren)

... und für Selbstwäscher! Beachten Sie bitte unsere drei SB-Waschboxen mit Warmwasser!

Was sich 2023 ändert

Neues Sperrmüll-System

Ab April 2023 wird der Sperrmüll nicht mehr an feststehenden Terminen eingesammelt, sondern über ein individuelles Abrufsystem. Jeder Kunde kann bis zu dreimal jährlich einen Termin buchen.

Abfuhrkalender

Künftig wird der Abfuhrkalender nicht mehr persönlich zugestellt, sondern mit der Jahresrechnung per Post.

AWD-App

Mit der AWD-App erhalten Sie automatisch Ihre Abfuhrtermine und aktuelle Infos.

Blaue Tonne

Ab April 2023 werden beim Einsammeln von Papier, Pappe und Kartonagen nur noch die blauen Tonnen geleert. Nebestehende Pappen oder lose Kartons können nicht mehr mitgenommen werden. Tipp: Einfach zerkleinern und ebenfalls in die Tonne werfen. Oder bei einem Mehrbedarf bereits heute eine zusätzliche Papiertonne anfordern.



Gut sichtbar, rechtzeitig und sortenreines Biomaterial ohne Fremdstoffe – so lautet die Bitte der AWD an die Bürger für die Platzierung der Weihnachtsbäume. (Foto: AWD)

AWD-Geschäftsführer Dirk Sopha. „Wer nicht auf seinen Termin warten möchte, kann seinen Weihnachtsbaum bis zum 4. Februar kostenfrei auf einem der neun Recyclinghöfe abgeben.“

Einen Extra-Hinweis möchte die AWD zu Girlanden oder Adventskränzen geben. „Diese gehören in die Restmülltonne“, betont Uta Kloth. „Und nicht in die Biotonne. Bitte denken Sie an die Mitarbeiter des Kompostwerkes, die alle Fremdstoffe per Hand aussortieren müssen.“ Zudem sorgen mit Draht und Band aufgebundene Girlanden und Kränze häufig für einen Stillstand des Fließbandes. Das muss nicht sein, wenn alle ein bisschen mitdenken und vorsorgen. Bei Fragen hilft das AWD-Team gerne weiter: Tel. 0481/85 500 oder www.awd-online.de

Text + Foto: Andrea Hanssen

Eine Werkstatt – Alle Marken



Bosch-Dienst Wahl Bosch Car Service

Inhaber: Ingo Dohrn

Hamburger Str. 43

25746 Heide

Telefon: 0 48 1/54 75

info@bosch-dienst-wahl.de

Für Ihr Auto tun wir alles.



Stranddomicil Steiner

Lage: ruhige Lage, direkt am Deich mit Meerblick, 3 Min. zu den Kureinrichtungen, Wellenbad, Fischereihafen und Ortskern.

Wohnungen: Exklusive 1- bis 3-Raum-Komfortwohnungen, alle mit Balkon oder Terrasse in Südwestlage, teilweise behindertengerecht, SAT-TV, Telefon. Ihnen stehen 2 Fahrstühle zur Verfügung. WLAN im Haus, Fahrräder für unsere Gäste.

Sport- und Erholungsmöglichkeiten in unserem Relaxcenter



Hohenzollernstraße 26-28 • 25761 Nordseeheilbad Büsum

Telefon: 0 48 34 - 91 61 • Telefax: 0 48 34 - 91 62

Internet: www.stranddomicil-steiner.de

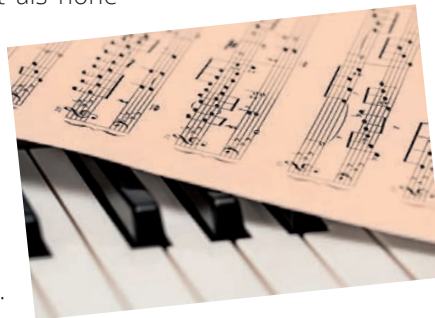


Musikunterricht mit besonderer Note in Heide

Musik, Leben, Leichtigkeit. Für **Irina Kan-Junge** gehört das unmittelbar zusammen. „Für mich ist Musik die einfachste Art zu kommunizieren. Ich sehe Musik nicht als hohe Kunst. Vielmehr ist es eine für JEDEN umsetzbare Ausdrucksform seiner Emotionen, seiner Kreativität und seines Seins“, sagt die Gründerin von MelodieKan.

Seit 2016 bietet die gebürtige Usbekistanerin in ihrer Heider Musikschule Unterricht für Kinder und Erwachsene. Mit besonderer Note. „MelodieKan holt Jeden in seiner Einzigartigkeit

ab, wertschätzt und stärkt ihn in seiner Individualität“, beschreibt die Musikpädagogin und Geragogin. „Wir arbeiten nicht ergebnisorientiert, sondern prozessorientiert.“ Natürlich gehe es auch um Leistung, aber vor allem sollen ihre Schüler mit Freude ein Instrument erlernen und sich individuell ausdrücken.



Der Erfolg gibt ihr und dem Team aus freiberuflichen Musiklehrern recht. Dies gilt für

alle Generationen. Zwischen fünf und 88 Jahre sind ihre Schüler alt. „Meist entscheidet sich nach drei bis vier Monaten, ob ein Schüler bei der Stange bleibt“, berichtet Irina Kan-Junge. „Wer dann weiter macht, ist meist Jahre später noch hier.“ Instrumentalunterricht gibt es in Klavier, Gitarre und Schlagzeug, außerdem Gesangsunterricht. MelodieKan bietet Einzel- und Gruppenkurse, Workshops und Seminare. „Nach Herzenslust musizieren, Erfolge spüren, Leichtigkeit genießen und viel lachen“ – so beschreibt Irina Kan-Junge ihren pädagogischen Ansatz. „Es geht vor allem um das gemeinsame Musizieren und die Freude an der Musik“, sagt sie. Unter dem Motto „MelodieKan & Friends“ werden über das Jahr und die Region verteilt in Kooperation mit anderen auch Konzerte gegeben – wie etwa im

Schöne Fenster & mehr...

Inspirationen, tolle Angebote & erstklassiger Service!

- Gardinen
- Dekostoffe
- Plissees
- Rollos
- Jalousien
- Vertikalstores
- Flächenvorhänge
- Insektenschutz

Aufmaß • Angebot • Fertigung • Montage

Barteld
HEIMTEXTILIEN

Himmelreichstraße 8
25746 Heide
Telefon 0481/6838389
Mo. bis Fr. 9.30 Uhr bis 18.00 Uhr
Sa. 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Textilhaus.Barteld@web.de

Brahms Haus in Heide, in der Büsumer Tapas-Bar oder vor Corona auch in Form von Wohnzimmer-Konzerten.

Sogar über ein eigenes Tonstudio verfügt die Musikschule MelodieKan. Das moderne Mischpult wird nicht nur für den eigenen Unterricht genutzt, sondern hin und wieder auch für die Aufnahme von Werbespots im Auftrag von Firmen. „Manchmal kommen auch Sängerinnen oder Sänger, um einen Track oder auch einen Video-Clip aufzunehmen“, erzählt Irina Kan-Junge. Innovativ ist auch der Klavierunterricht über ein sogenanntes Silent-System, bei dem dank digitaler Tonerzeugung das Klavierspiel über einen Kopfhörer wiedergegeben werden kann.

„Musik ist mein Leben“, meint Irina Kan-Junge. „Was gibt es Schöneres als am Morgen den Tag mit Chopin zu beginnen?“ Ihr erstes Instrument, das Klavier, erlernte die zweifache Mutter im Alter von neun Jahren. Eher spät für ein Kind in Russland, wie sie sagt. Der Unterricht sei streng und mit relativ viel Leistungs-

druck gewesen. Eine Erfahrung, die die leidenschaftliche Musikpädagogin später ins Gegenteil verkehrt hat. „Ob Kinder oder Erwachsene, Menschen mit Behinderung oder aus anderen Kulturkreisen – alle mögen die Musik für sich erobern. Mein Fachwissen bildet dabei lediglich das Fundament, auf dem meine Musikgäste ihr eigenes Erlebnisgebäude aufbauen können.“

Text und Fotos: Andrea Hanssen



Rund um den Bau. Wir sind der richtige Partner.



Schönes Wohnen

Gesund einrichten

Energetisch sanieren

Raum schaffen

Garten gestalten

Vom Dach zum Keller

Sie möchten Ihr Haus modernisieren, Räume verändern oder den Garten und Balkon neu gestalten?

Sie haben die Ideen, wir das passende Material und die richtige Beratung.

Für den Profi und den Selbsterbauer!

Renovieren, sanieren oder modernisieren – mit hoher Qualität und Top-Beratung

150 JAHRE
1868-2018

**Schröder Bauzentrum GmbH,
Heide & Co. KG**
Fritz-Thiedemann-Ring 39
25746 Heide, Tel. 0481 690-0
www.schroeder-bauzentrum.de



BAUEN MIT VERSTAND!
Schröder
BAUZENTRUM

Großartige Spende des kleinen Weihnachtsmarktes für guten Zweck

1.255 Euro-Geldspende geht an Förderkreis für krebskranke Kinder und Jugendliche e.V.



Ein offenes Herz für Menschen in besonders schwierigen Situationen haben von links Hans-Jürgen von Hemm aus Ostrohe, Susanne Leonhardt (Hamburg), Gisela Schmidt (Eutin), Johanna Verheyen (Heide), Organisatorin Susanne Abraham (Heide) und Eva-Maria Bornemann (Heide).

Foto: Wolfgang Dräger

Sage und schreibe 1.255 Euro kamen aus großartigem ehrenamtlichem Engagement durch Strickarbeiten und der Erlös aus einer Tombola beim kleinen Heider Weihnachtsmarkt im Heider Kunsthaus beim ehemaligen alten ZOB für den Förderkreis für krebskranke Kinder und Jugendliche e.V. zusammen.

Einmal wieder konnte die Heiderin und Ideengeberin Eva-Maria Bornemann, als Teilnehmerin des diesjährigen kleinen Weihnachtsmarktes, ihren Erlös aus der handwerklichen Arbeit durch das regelmäßige Stricken und dem Verkauf von Wollsocken in verschiedenen Größen und anderen Strickartikeln während des Weihnachtsmarktes im Heider KUNSTHAUS und der Erlös aus der begleitenden Tombola zum Vorjahr um 700 Euro auf 1.255 Euro steigern, die noch rechtzeitig vor Weihnachten dem Förderkreis für krebskranke Kinder und Jugendliche e.V. in Kiel gespendet wurden. Alle Ausstellungsteilnehmer waren begeistert von der Idee und somit sagten Susanne Abraham, Susanne Leonhardt, Gisela Schmidt, Johanna Verheyen und Hans-Jürgen von Hemm der Geldspende zu Gunsten der Kinderkrebshilfe zu. Die weihnachtlichen Tombolapräsente und das Spendenziel motivierten viele Besucher, Gutes zu tun. Anerkennenswert ist zudem, dass Eva-Maria Bornemann die Kosten der Wolle und die vielen Stunden Arbeitszeit gleich mit gespendet hat. Ein großartiges Beispiel für die Hilfsbereitschaft von Menschen in besonders schwierigen Situationen. Das Ausstellungsteam bedankt sich bei den vielen spendenfreudigen Besuchern des kleinen Weihnachtsmarktes vom 1. bis 3. Adventswochenende. Nähere Informationen zum 1985 gegründeten Förderkreis gibt es im Internet unter www.krebskranke-kinder-kiel.de

Text: Hans-Jürgen von Hemm



Liiver to Huus

„Liiver to Huus – als im Heim“

Unsere Mitarbeiter sind 24 h bei Ihnen zu Hause für Sie da.

Wünschen Sie ein unverbindliches Beratungsgespräch?

Dann setzen Sie sich gern telefonisch mit uns in Verbindung.

Wir freuen uns auf Sie!

Liiver to Huus · Inh. Markus Modery · Dorfstr. 11 · 25774 Hemme
Tel. 04837 9690937 · office@liiverto huus.eu · www.liiverto huus.eu

Whisky-Tastings 2023 mit Ralf Splettstößer



Es geht weiter mit den Whisky-Tastings im „Lührs Landgasthof“ in Erfde. Durch die Tastings führt Ralf Splettstößer aus Eutin.

Er wird am 13. Januar Neuigkeiten aus dem Reich des Whiskys an die Westküste Schleswig-Holsteins bringen. Bei den ausgesuchten feinen Whiskys sind viele interessante Abfüllungen dabei, verspricht der Experte. **Ein**

Rum-Tasting gibt es am 21. April 2023 für alle Fans der exotischen Aromen-Welt. Die Abende beginnen jeweils um 19.30 Uhr mit einem deftigen Essen als solide Grundlage, kosten 63 € und sind unter Tel: 04333/220 buchbar.



**11.01.-
19.02.**

Schnitzel-Freuden-Zeit

Viele leckere Schnitzel-Variationen
mit davor und danach

Jedes Gericht
17,90€

13.01.
19:30 Uhr

Whisky-Tasting

mit dem Whiskybotschafter Ralf Splettstößer
aus Eutin

Mit Essen und Unterhaltung. Reservierung bis
5 Tage vorher. Weiterer Termin: 25.02.2023
Rum-Tasting am 21. April 2023!

63,00€
pro Person

11.02.
19:00 Uhr

Muschel-Essen

Muschelsuppe - Zwischengericht - Muscheln
Für diejenigen, die keine Muscheln essen
halten wir ein Ersatzmenü parat
Reservierung erbeten bis zum 06.02.2023

21,90€
pro Person

27.01.
19:00 Uhr

Dia-Abend mit Dinner

Essen & danach Dias über
„Rund um die Eider“
mit Jörg Zimmermann
Reservierung erbeten bis 23.01.2023

24,50€
pro Person

12.02.
11:30 Uhr

Mehlbeutelessen

Leckeres für die ganze Familie
Kinder von 6 bis 14 Jahren zahlen
pro Lebensjahr 1,00 €.
Reservierung bitte bis 5 Tage vorher!
Nächster Termin am 19. März 2023

15,70€
pro Person

28.01.
19:00 Uhr

Spareribs- und Schnitzel-Evening

29.01.
11:30 Uhr

!!! Für Fleisch- und Knochenjäger !!!
Spareribs & Schnitzel
mit verschiedenen Beilagen
Reservierung bis zum 23.01.2023

20,50€
pro Person

18.02.
19:00 Uhr

Grünkohllessen

Deftiger Grünkohl mit Kasseler,
Kochwurst, Schweinebacke,
Bratkartoffeln und süßen
Kartoffeln
Reservierung erbeten
bis 15.02.2023

18,90€
pro Person

www.luehrs-landgasthof.de

Heide hilft mit 85 Weihnachtspaketen Aktion für Familien



Macht jedes Jahr wieder Spaß: In der Vorweihnachtszeit werden im Rotary Club Heide Pakete gepackt. Die Aktion geht auf eine Initiative von Schatzmeister Klaus-Peter Wermeyer (Meldorf) zurück, der immer noch die Fäden in der Hand hält. Rotary-Präsident Sönke Boyens übergab 85 Pakete an Malva Abraham vom Diakonischen Werk.

Die Diakonie hilft in jedem Jahr bei der Verteilung an bedürftige Familien in Norderdithmarschen und im Raum Garding. Kleine Geschenke, kleine Kostlichkeiten und allerhand Naschwerk gehören dazu. Vor

der Übergabe die Arbeit, alles will beschafft, sortiert und verpackt werden.

Diesmal waren rund 15 Rotary-Mitglieder und Partnerinnen am Werk. Dank bester Vorarbeit war nach knapp anderthalb Stunden alles erledigt. Aus dem Club hatten Mitglieder rund 4.500 € für die Aktion aufgebracht. Dr. Reiner Nawrath, der sich für die Rotarier in der Flüchtlingshilfe stark engagiert, trug Sorge dafür, dass einige der Weihnachtspakete für Familien aus der Ukraine genutzt werden können. Für sie veranstaltete Rotary Heide im Heider DRK-Haus eine besondere Weihnachtsfeier.



Rotary-Präsident Sönke Boyens und Malva Abraham

HEIDER OFFSETDRUCKEREI

DRUCKSACHEN & LAYOUT

SEIT 1973 STEHEN WIR FÜR KUNDENNÄHE, PERSÖNLICHEN SERVICE, HÖCHSTE QUALITÄTSSTANDARDS, TERMINTREUE UND FLEXIBILITÄT BEI DER PRODUKTION IHRER PRODUKTE.

HEIDER OFFSETDRUCKEREI
HAMBURGER STR. 69, 25746 HEIDE
TEL: (04 81) 8 50 70 - 0
E-MAIL: WITTE@PINGEL-DRUCK.DE
WWW.PINGEL-WITTE-DRUCK.DE

**OFFSET
DRUCK**

**PINGEL
WITTE**

UNSERE LEISTUNGEN

BEI UNS WERDEN HOHE ANSPRÜCHE FARBEFROHE WIRKLICHKEIT!
OFFSETDRUCK | DRUCKVORSTUFE | LAYOUT & SATZ | LOGISTIK

✓ Satz & Layout	✓ Chroniken	✓ Abi-Zeitung
✓ Briefbögen	✓ Durchschreibesätze	✓ Broschüren
✓ Rechnungen	✓ Eintrittskarten	✓ Flyer
✓ Bücher	✓ Vereinshefte	✓ Visitenkarten

WWW.PINGEL-WITTE-DRUCK.DE

„Miles Davis - Birth of the Cool“

Dokumentarfilm von Stanley Nelson

Das 20. Jubiläumsjahr von Jazzcoast.di - Dithmarscher Jazzinitiative beginnt mit dem Dokumentarfilm „Miles Davis - Birth of the Cool“. Den Film zeigt Jazzcoast.di in Kooperation mit dem FilmClub Heide am **Mittwoch, den 18. Januar um 19.30 Uhr im Kino „Lichtblick“** in Heide.

„Miles Davis - Birth of the Cool“ feierte seine Premiere auf dem Sundance Film Festival 2019. Der Dokumentarfilm von Stanley Nelson wurde von Kritikern als ein fesselnder Schlüssel zum Verständnis des Lebens, der Kunst und des Genies von Miles Davis gefeiert.

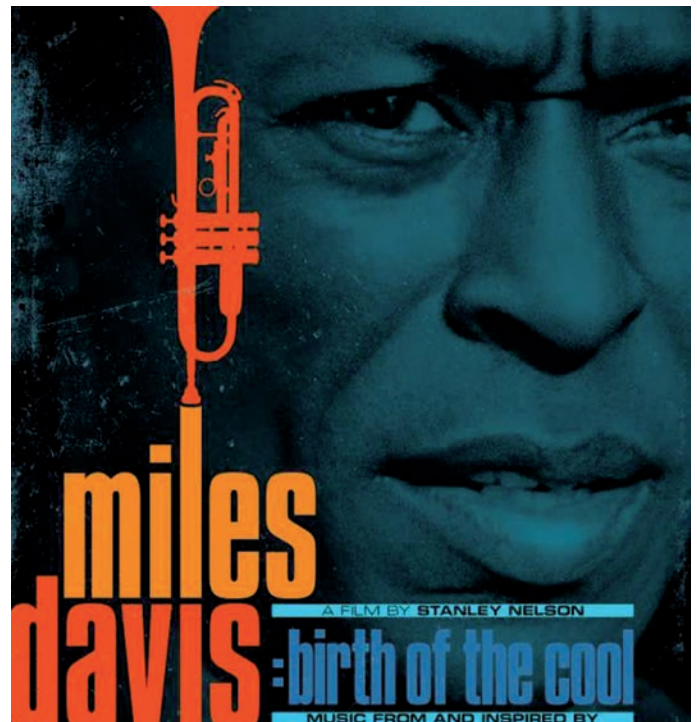
Owen Gleiberman lobte den Film in Variety (30. Jan. 2019) als „... ein quälendes Porträt: Reichhaltig, sondierend, trauernd, romantisch, triumphierend, tragisch, erheiternd und blitzartig ehrlich.... Nelson ist ein Filmemacher mit einem sechsten Sinn dafür, wie man die Geschichte in die Gegenwart schubst.“

Joel Selvin vom San Francisco Chronicle nannte die „neue Miles Davis-Doku ein unverzichtbares Porträt des ikonischen Jazz-Genies“ (3. Sep. 2019).

„Ich erinnere mich, dass ich meinem Vater das Exemplar von ‚Kind Of Blue‘ gestohlen habe, um es mit aufs College zu nehmen. Seitdem bin ich von Miles fasziniert und habe lange davon geträumt, seine Geschichte zu erzählen. Er war für mich eine einzigartige Naturgewalt, der Inbegriff von Coolness“, so der Regisseur Stanley Nelson. „Dieser Film ist für mich etwas ganz Besonderes, und das Kuratieren des Soundtracks gab mir die Möglichkeit, noch tiefer in sein Archiv einzutauchen, damit sowohl eingefleischte Fans als auch neue Hörer etwas Neues entdecken können.“

Kartenvorbestellungen sind ab Montag, den 16. Jan. 2023

im Kino „Lichtblick“ unter 0481/686811 oder an der Kinokasse möglich. Das Telefon ist täglich jeweils eine halbe Stunde vor der ersten Vorstellung besetzt.



MÖBEL VON KNUTZEN

SO KANN MAN ES SICH

EINRICHTEN



KNUTZEN
WOHNEN

KNUTZEN WOHNEN | HAMBURGER STR. 109 | 25746 HEIDE
TELEFON 0481 / 68 010 | WWW.KNUTZEN.DE

 **Heizung • Sanitär • Lüftung**
Ölfeuerungs- u. Gas-Anlagen
Wärmepumpen • Solartechnik

Fachmännische Beratung – Wartung Ihrer Heizungsanlage
Günstige Einstellung des Ölbrenners
Fachgerechte Ausführung von Sanitär- u. Klempnerarbeiten

GÜNTER PIOCH

GÜNTER PIOCH GMBH & CO. KG

Heide-Süderholz (0481) 3003

„Legends at the Sea“

geht in eine neue Runde mit Sarah Connor

Der Top-Act steht fest: Beim legendären „Legends at the Sea“ im Rahmen des Büsum Open Airs 2023 wird die Queen of Pop Sarah Connor für ein emotionales und musikalisches Feuerwerk sorgen – ein musikalisches Highlight der kommenden Sommer-Saison 2023. Die legendäre Konzertreihe „Legends at the Sea“

kehrt auch 2023 zurück an die Nordseeküste. Auf der Watt-Tribüne in Büsum wird Sarah Connor mit ihrer großartigen Band den Besuchern vor einem atemberaubenden Panorama am Samstag, 3. Juni 2023, ein unvergessliches Live-Erlebnis beschere. Das Open Air beginnt um 19.30 Uhr, der Einlass ist ab 18.00 Uhr.



Strandhotel Hohenzollern

HOTEL • RESTAURATION • CAFÉ

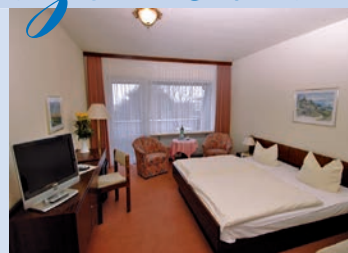


Strandstraße 2 · 25761 Büsum
Tel. 048 34/99 50 · Fax 048 34/99 51 50
www.strandhotel-hohenzollern.de
info@strandhotel-hohenzollern.de



ZUKUNFTSprogramm
Schleswig-Holstein

- Direkt am Meer mit eigener Brücke zum Deich.
- Zentrale, aber ruhige Lage.
 - 43 Komfort-Zimmer, Lift bis zur 2. Etage.
- Stilvolles Restaurant mit reichhaltiger Auswahl.
- In der Vor- und Nachsaison günstige Pauschalangebote.
 - Wellness-Bereich mit finnischer Sauna, Dampfsauna, Ruheraum sowie Fitnessraum.
 - Aufenthaltsraum- und Fernsehraum.
- Attraktive Arrangements zu Weihnachten sowie Silvester und Neujahr.
- Gruppen willkommen.
- Fordern Sie unseren neuen Hausprospekt und Preisliste an!



Sarah Connor kommt dem Wunsch ihrer Fans für den Sommer 2023 nach und spielt live an der Nordseeküste. Damit führt Sarah genau das fort, was sie ihren Fans schon dieses Jahr geboten hat. Denn sowohl bei ihrer erfolgreichen Arenatournee in diesem Frühjahr als auch bei ihren Open Airs bestach die Sängerin mit einer unglaublich sympathischen Nahbarkeit ihren Fans gegenüber. Egal, ob sie jemanden auf die Bühne holte, um mit ihm/ihr zu singen oder sie witzig und schlagfertig auf Rufe aus dem Publikum reagierte – all das ist Sarah Connor pur. Auch die Themen, die sie in ihren Ansagen anschnitt, waren persönlich, echt und emotional. Sie bewies unglaubliche Entertainer-Qualitäten und zog ihr Publikum mit ihrer unverwechselbaren Stimme von Anfang an in ihren Bann.



bietet sich für ein unvergessliches Weihnachtsgeschenk oder als Anlass für einen Büsum-Urlaub an.

Die Konzertreihe „Legends at the Sea“ im Rahmen des Büsum Open Airs 2023 findet vor einmaliger Kulisse des UNESCO-Weltnaturerbes Wattenmeer statt: Ein unverwechselbares Live-Festival mit beeindruckendem Blick auf die Nordsee, hochwertiger gastronomischer Versorgung und die besten Drinks sorgen für ein Mitsommer-nachts-Feeling mit Gänsehautmomenten. Der exklusive Vorverkauf startet ab sofort über www.mewes-ticket.de, www.myticket.de, www.eventim.de sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen. Das Ticket kostet 69,90 Euro und

Übrigens: Als Warm-up zu „Legends at the Sea“ mit Sarah Connor tritt am Abend vorher **Kerstin Ott** erstmalig in Dithmarschen auf. Mit der „Best Ott Tour 2023/2024“ bringt Kerstin Ott am 2. Juni 2023 bei der „Schlagerparty am Meer“ frischen Spirit nach Büsum. Weitere auftretende Schlagerstars sind **Nino de Angelo, Eloy de Jong, Klaus & Klaus, Graham Bonney, Mia Weber** und **Pia Sophie**.

Weitere Infos unter www.legends-at-the-sea.com

„Dithmarscher helfen Dithmarschern“



Michael Stelter, Roland Knobbe, Dania Carstensen von der VR Bank Westküste und Klaus Hinsch setzen sich für den guten Zweck ein.

Eine rührige Gruppe von Dithmarschern hat sich zum Ziel gesetzt, Dithmarschern, die in eine Notlage geraten sind, zu unterstützen.

Insbesondere sollen die aktuellen Energiekosten und hohen Lebenshaltungskosten aufgefangen werden. Michael Stelter, einer der Initiatoren sagt: „Mit der Aktion »Dithmarscher helfen Dithmarschern« möchten wir gerne die Gemeinschaft und Hilfsbereitschaft in Dithmarschen fördern. Wir machen das alle mit Freude.“

Dabei unterstützt die VR Bank Westküste gerne.

Dania Carstensen, Kundenberaterin der Filiale in Heide, ist bei der Spendenübergabe dabei: „Ich freue mich, dass wir als Bank vor Ort mit einer Spende über 2.000 Euro helfen können.“

Essen, Trinken

Latte mit Kartoffel-Creme, Lachstatar und Milchschaum

Zutaten für 4 Personen

Für das Lachs-Tatar:

300 Gramm Räucherlachs klein gehackt
1/2 Bund Schnittlauch in dünne Röllchen geschnitten
Schwarzer Pfeffer frisch gemahlen
1 Schalotte, geschält und in ganz kleine Würfeln geschnitten
Spritzer Zitronensaft
Etwas Zitronenabrieb
Etwas Honig

Herstellung:

Alle Zutaten zusammen zu einem Tatar verarbeiten

Für die Kartoffel-Creme:

4-5 mittelgroße Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden
1 mittelgroße Karotte schälen und in kleine Würfel schneiden
100 Gramm Sellerie, putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden
1/4 von der Lauchstange, putzen und in kleine Würfel schneiden
1 Knoblauchzehe, geschält und grob gehackt
Frischer Oregano (4 Zweige)
Etwas Curry
1 Esslöffel Creme-fraiche
1 Esslöffel Butter (zerlassen)
1/16 Liter Sahne
Ca. 1/8 Liter Milch
Prise Zucker
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Für den Milchschaum:

1/2 Liter Milch zu 1/3 eingekocht



Für den Milchschaum:

Milch in einem Topf bis zu 1/3 einreduzieren lassen. Dann mit dem Milchschaumer aufschäumen und beim Anrichten reichlich obenauf nappieren. Mit Oregano und Schnittlauch ausgarnieren.



Herstellung Kartoffel-Creme:

Alle Zutaten zusammen ohne Creme fraiche, Sahne und Milch in Salzwasser weich kochen lassen. Dann das Kochwasser abgießen, Sahne, Milch (erst die halbe Menge) Butter und Creme fraiche hinzufügen und mit dem Hand-Mixer oder Schneebesen zu einer Creme verarbeiten. Wenn nötig die restliche Milch hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer sowie einer Prise Zucker abschmecken.

Partyservice Geflügelhof Nissen



Partyplatten auch für
Kurzenschlossene ab 4 Pers.!
Saftig geräucherte Putenbrust mit
2 Salaten, Sauce und Brot. Preis: a.A.

Familienfester, Gartenparty, Jubiläum?

Rufen Sie uns an! Tel. 0172 / 288 57 76

25776 Rehm-Flehde-Bargen - Alte Bundesstraße 5 Nr. 91 - Tel. (0 48 82) 52 06

und Genießen!

Hähnchenpfanne, alles vom Blech

Für 4 Personen:

16 Hähnchen-Unterschenkel

8 geschälte Tomaten, in grobe Stücke geschnitten
(darf auch eine Dose sein!)

2 große Zwiebeln, geschält und grob gewürfelt

4 Knoblauchzehen, geschält und grob gehackt

1 Bund Blatt-Petersilie, gehackt

Olivenöl

Salz

Pfeffer aus der Mühle

6 größere Kartoffeln,
geschält

und in Spalten
geschnitten

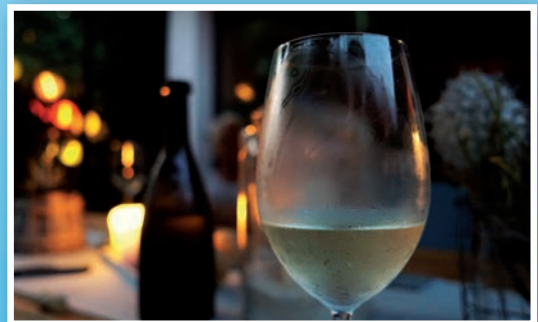


Herstellung:

Die Hähnchen-Unterschenkel mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Ein Backblech mit Olivenöl ausstreichen, darauf die Tomaten, Zwiebel und den Knoblauch verteilen, etwas mit Salz würzen. Anschließend darauf die Hähnchen-Unterschenkel setzen und die Kartoffelspalten verteilen. Mit Olivenöl großzügig beträufeln und im vorgeheizten Ofen, bei 190 Grad, ca. 30-40 Minuten fertig backen. Die fertige Hähnchenpfanne aus dem Backofen holen und mit gehackter Petersilie bestreuen!



Aus dem Kochbuch „Leckeres aus dem Ländle“
von Johannes Guggenberger



Partyservice & Restaurant



Sonntag
15. Januar
ab 17.30 Uhr

Grünkohl mit Kasslernackeln **satt**
Kochwurst, Schweinebacke und Bratkartoffeln **15,50 € /p.P.**

Mittwoch
18. Januar
ab 18.00 Uhr

Schnitzel **satt**
in verschiedenen Variationen **16,50 € /p.P.**

Sonntag,
29. Januar
ab 9.30 Uhr

Grillschennenfrühstück **satt**
inkl. Kaffee, Tee und Saft **16,00 € /p.P.**

Dellbrück 8 • 25704 Bargaenstedt • ☎ 0 48 06 - 3 64
www.dithmarscher-grillscheune.de

Restaurant Am Park

Durchgehend warme Küche
Direkt in der Fußgängerzone
am Rathauspark



seit 1982

Restaurant mit Café „Am Park“

Alleestraße 17 • 25761 Büsum • Telefon: 04834-3665
www.restaurantampark-buesum.de und auf Facebook



Kabinengeflüster aus Heide &

Interview mit Thomas Möller (Sportlicher Leiter Heider SV)



Presse:

Hallo Thomas, du bist seit dem 01.07.2022 wieder beim Heider SV. Lass uns doch bitte mal einen Einblick in deine Arbeit bekommen.

Möller:

Sehr gerne. Ich wurde von Andreas Meyenburg angesprochen, ob ich ihm nach dem

Regionalliga-Abstieg bei der Heider SV Liga GmbH unterstützen könnte. Wir haben uns darauf verständigt, dass ich das gerne in allen Bereichen rund um das Team und den Verein machen werde.

Presse:

Wie sah das im Einzelnen aus? Was konntest du für die Mannschaft tun und was für den Verein?

Möller:

Da ich erst zum 01.07.2022 den Posten des Sportlichen Leiters besetzt habe, konnte ich nur bedingt in das Transfergeschehen eingreifen. Zu diesem Zeitpunkt war der Markt, der für uns relevant war, schon abgegraben. Das ist natürlich

nicht gerade förderlich bei so einem dünnen Kader! Zudem kamen noch die vielen Pokalspiele und Ligaspiele in den englischen Wochen hinzu. Ein glückliches Händchen hatten wir mit den Verpflichtungen von Jannis Hinz, 18 Jahre (noch A-Jugendsspieler) und Melf Siemund, 19 Jahre, (von der 2. Mannschaft Weiche Flensburg), die uns auf Anhieb weitergeholfen haben. Vor allem haben beide einen Bezug zum Verein, da sie schon in der Jugend für den Heider SV gespielt haben.

Presse:

Leider hatte der Heider SV ein riesen Verletzungspech zu beklagen. Wie geht ihr damit um?

Möller:

Ja das war schon bitter, das uns so viele Spieler weggebrochen sind. In einer Zeit, wo wir echt guten Fußball gespielt haben. Hier mal die komplette Verletzungsliste:

Patrick Storb (Knie)

Calvin Ehlert (Handgelenk gebrochen)

Fabian Arndt (Muskelfaserriss), Marvin Ehlert (Schulter)

Hinrich Schröder (Thrombose im Arm), Mika Kieselbach (Knie)

Azat Selcuk (Achillessehne), Marco Wiegand (Knie)

Ich hoffe, das ich zur Rückrunde den einen oder anderen verletzten Spieler wieder auf dem Platz sehen werde, und nicht im Rehazentrum.



SPIELPLAN | Heider SV | Flens-Oberliga SH | 2022/23

DAT	GEGNER	ORT
Nachholspiel*	(H) FC Dornbreite Lübeck	HSV-Stadion, Heide
Nachholspiel*	(A) SV Grün-Weiß Siebenbäumen	Stadion Auf der Hufe, Siebenbäumen
Nachholspiel*	(H) Husumer SV	HSV-Stadion, Heide
Sa 25.02.2023 1400	(A) FC Dornbreite Lübeck	Sportplatz Steinrader Damm, Lübeck
Sa 04.03.2023 1330	(A) SC Weiche Flensburg II	Flensburger Stadion, Flensburg
Sa 11.03.2023 1330	(A) TSV Bordesholm	Sportpark am Möhlenkamp, Bordesholm
Sa 18.03.2023 1400	(H) Oldenburger SV	HSV-Stadion, Heide
Sa 25.03.2023 1400	(A) PSV Neumünster	Stadion an der Stettiner Str., Neumünster
Sa 01.04.2023 1400	(H) TSV Pansdorf	HSV-Stadion, Heide
So 16.04.2023 1400	(A) SV Frisia 03 Risum-Lindholm	Niko-Nissen-Stadion, Risum-Lindholm
Sa 22.04.2023 1400	(H) SV Eichede	HSV-Stadion, Heide
Sa 06.05.2023 1400	(H) VfB Lübeck II	HSV-Stadion, Heide
So 14.05.2023 1600	(A) Inter Türkspor Kiel	Hans-Mohr-Sportplatz, Kiel
Sa 20.05.2023 1400	(H) FC Kilja Kiel	HSV-Stadion, Heide



*noch nicht terminiert (Stand: 09.12.2022)

Die Frage war ja, wie wir mit der Verletzungsmisere umgehen.

Die Antwort ist:

„PROFESSIONELL“

Wir sind gut aufgestellt. In der ärztlichen Versorgung mit Dr. med. Jan Eßer und dessen Team in der Ostseesportklinik Bad Schwartau, der unter anderem Patrick Storb und Mika Kieselbach operiert hat und Dr. Müller, der Calvin Ehlert am Handgelenk operiert hat.

Der eine oder andere Spieler war bereits dort in der Klinik zur Behandlung. Wir nehmen diese



weite Fahrt gerne auf uns, da diese Klinik speziell auf Sportverletzungen ausgerichtet ist und die Spieler bei ihm wieder für den Leistungssport fit gemacht werden.

Presse:

Was ist das Saisonziel? Wie sieht die Zukunft aus?

Möller:

Vor der Saison war das Ziel, schnellstmöglich den Klassenerhalt zu erreichen. Ich würde mal vorsichtig sagen, das Ziel ist erreicht, so daß wir jetzt das nächste Ziel angehen können – ein guter einstelliger Tabellenplatz.

Für die Zukunft des Heider SV werden jetzt schon die Weichen für die neue Saison gestellt.

Wir sind in Gesprächen mit unseren eigenen Spielern und möchten Leistungsträger und Perspektivspieler frühzeitig an uns binden und halten.

Wir halten Ausschau nach Spielern, die uns verstärken könnten und menschlich und wirtschaftlich zu uns passen. Und hier noch mal ein Hinweis für die Zukunft: In der Rückrunde werden wir nach dem Spiel wieder eine Pressekonferenz abhalten.

*Ich wünsche allen einen guten Start ins neue Jahr,
wir sehen uns im Heider SV Stadion.
Bleibt gesund und dem Heider SV treu!
Beste Grüße Thomas Möller*

LOTTO MASTERS

Welcome to Kiel!

EINTRITTSKARTEN + BUSTICKETS

(je nach Kategorie 18,00 - 35,00 €) (Heide-Kiel-Heide: 16,00 €)

erhältlich bei **Reifen-Meyenburg**

Carl-Friedrich-Benz-Straße 1, 25770 Hemmingstedt
Mo.-Fr.: 8 - 18 Uhr sowie Sa.: 8:30 - 13 Uhr

7. Januar

17.45 Uhr

Wunderino Arena Kiel

markilux.com

Besuchen Sie unsere Ausstellung direkt an der B5

markilux – Für den schönsten Schatten der Welt.

Rollo-Möller

Meldorfer Str. 30-32
25770 Hemmingstedt
Telefon 0481/62728
www.rollo-moeller.de
info@rollo-moeller.de

Fenster • Türen • Rollläden • Terrassendächer
Markisen • Tore • Insektenschutz • Vordächer

markilux

de Reiner kümmert

Reiner Steinberg

Maler- & Tapezierarbeiten

Tel.: 04836 - 996 57 64 • Mobil: 0174 - 665 72 03
Mail: reinersteinberg@web.de • Hauptstraße 10, 25779 Wiemerstedt

Reimann

Haustechnik • Wohnaccessoires

- Badausstattung und Zubehör
- Frottier-, Bett-, Tischwäsche
- Wohnaccessoires & Geschenke

Inh. Thomas Reimann • Sanitär- u. Heizungsbaumeister
Hafenstr. 9 • 25761 Büsum • Tel. (04834) 22 90 • Fax 31 49
eMail: Reimann-shk@t-online.de

Schädlingsbekämpfung aller Art

HARTMANN!

Beratung – Verkauf – Versand

Tel.: 0 46 26 - 18 99 293

email: hartmann-eu@t-online.de
www.hartmann-eu.de
Treenestr. 77 - 24896 Treia

KEINE ANFAHRTSKOSTEN! Qualität und Garantie seit 1968!



Impressionen Heider SV



Alles aus einem Kopf

- € Baufinanzierung
- 👤 Altersvorsorge
- 🏠 Banking
- 📈 Investment
- 🛡️ Versicherungen
- 🏠 Verkauf Ihrer Immobilie

*Früher an
später denken!*



Bastian Witte • Bankkaufmann • Agenturleiter

Mobil: 0172 / 184 15 30 • E-Mail: bastian.witte@dvag.de • Hamburger Straße 69, 25746 Heide



Auch in diesem Jahr konnte wieder die traditionelle Adventsfeier des Jugendvorstandes stattfinden. Am 26. November 2022 versammelten sich insgesamt 26 Kinder im Sportzentrum um einen schönen Adventsnachmittag mit dem Team des Jugendvorstandes und den beiden FSJ-Lern zu verbringen.

Gestartet mit ein paar Kennlernspielen wurde auch direkt mit der ersten Bastelaktion gestartet. Zuerst durfte jedes Kind seine eigenen weihnachtlichen oder mit

frei gestalten. Außerdem wurde noch ein kleiner Weihnachtstanz erlernt und ein paar weitere kleine Spiele gespielt. Der Adventsnachmittag wurde traditionell mit dem Waffeln essen abgeschlossen.

Die Kinder waren glücklich und hatten ihren Spaß. Auch der Jugendvorstand ist zufrieden mit der diesjährigen Adventsfeier und freut sich auf die Adventsfeier im nächsten Jahr.

Alles gute für das neue Jahr wünscht euer MTV Jugendvorstand!

Namen versehenen Buttons erstellen. Im Anschluss wurde erfolgreich ein Parcours im Sportzentrum durchlaufen, sodass es zur nächsten Bastelaktion ging. Die Kinder konnten sich einen von zwei Weihnachtsmännern aussuchen und diesen für die Deko zu Hause



HARDER
Glasbau GmbH

- Fenster und Türen aus: Kunststoff - Holz - Aluminium
- Wintergärten
- Rollladen
- Plissees
- Innentüren
- Überdachungen
- Sonnenschutzanlagen

Waldschlößchenstr. 156/Grundhof
 Heide - Ostrohe
 Tel. 0481-850 540
www.harder-glasbau.de



KÜSTENPHYSIO

- ✓ Krankengymnastik
- ✓ Manuelle Therapie
- ✓ Lymphdrainage
- ✓ Massagetherapie
- ✓ Sportphysiotherapie
- ✓ Faszienbehandlung / Training
- ✓ Pilates / Rückenschulungskurse
- ✓ Hausbesuche

EURE PHYSIOS
 VON DER KÜSTE

AM KLEINBAHNHOF 10 • 25746 HEIDE
 TEL. 0481 / 78 77 49 95
 E-MAIL: PRAXIS@KUESTEN-PHYSIO.DE
WWW.KUESTEN-PHYSIO.DE
 INH. TIM OSTERMANN | MIRCO HILDEBRANDT



Kreistannen – Erholungswald

– Orte, die man gesehen haben sollte –

In diesem Monat, dem ersten des Jahres 2023, führt Sie der Ostroher Fotograf und Autor, Hans-Jürgen von Hemm, zu Jahresbeginn in den Erholungswald der Kreistannen von Heide und Weddingstedt.

Zu den typischen guten Vorsätzen für das neue Jahr zählt unter anderem, Abnehmen wollen, sich gesünder zu ernähren, mehr Zeit für sich zu nehmen und vor allem mehr Sport zu treiben.

Da kommt der Ort des Erholungswaldes der Kreistannen zwischen Heide und Weddingstedt gerade recht. Dieser Wald zwischen Marsch und Geest bringt wie viele andere Dithmarscher Regionen Ihren Körper wieder richtig in Schwung. Eine sogenannte „Frischzellenkur“ für jeden Körper, ob groß oder klein, jung oder schon Senior, es ist nie zu spät, an sich zu denken – um Körper, Geist und Seele etwas Gutes zu tun.

Ein entspannter Spaziergang im dichten Nadelwald und auf dem weichen Waldboden ist für den Beginn schon ein guter Anfang. Jeden Schritt genussvoll spüren, die Botenstoffe der Bäume (Terpene) dazu einatmen und die Flora und Fauna wahrnehmen, ist



WINTEC AUTOGLAS

Meyenburg *Freundlich. Fair. Und Überall.*

- ✓ Steinschlagreparatur
- ✓ Neuverglasung
- ✓ PKW | LKW | Bus | Wohnmobile
- ✓ Vor-Ort-Service
- ✓ Hol- und Bring-Service
- ✓ Ersatzfahrzeug

9 x in Schleswig-Holstein:

✓ Hemmingstedt	✓ Itzehoe
✓ Heide	✓ Barmstedt (EBS)
✓ Rendsburg	✓ Husum (EBS)
✓ Elmshorn	✓ Lürschau (EBS)
✓ Pinneberg	

Tel: 04101 - 58 65 95
Fax: 04101 - 58 65 96

info@wintec-meyenburg.de



der richtige Einstieg in das neue Jahr. Eine schöne und abwechslungsreiche Wanderung leitet Sie über die als Weg 6 ausgeschaltete Route und führt zum Teil durch einen Fichtenwald in den Kreistannen.

In dem Erholungswald befindet sich auch der noch einzige aus den 1970er Jahren stammende Trimm-Dich-Pfad, der von der Gemeinde Weddingstedt in vorbildlicher Weise betreut wird. Der Trimm-Dich-Pfad liegt in der Gemarkung Weddingstedt am Straßenzug „Zum Waldhaus“. Lage/Koordinaten: 54°13'26.2"N 9°06'26.5"E. 25795 Weddingstedt, Straßenzug „Zum Waldhaus“.

Ca. 200 m von der Start- und Zielzone entfernt, gibt es einen Parkplatz mit einer Wetterschutzhütte. Die Rundstrecke beträgt 2.800 m und bietet auf über 20 Stationen Bewegungsübungen wie Klimmzug, Hüftkreisen, Liegestütze, Hangeln, Balancieren u.v.a.m. für alle Körperpartien an. Die Wege sind teilweise feucht, Wurzeln der Bäume und teilweise Steine sind Stolpergefahren. Also halten Sie bitte die Augen auf. Die Nutzung des Parcours ist kostenlos, aber auf eigene Gefahr. Alle Nutzer werden gebeten, achtsam mit den Gerätschaften umzugehen, die gesamte Anlage sauber zu halten und einen fairen, rücksichtsvollen und sportlichen Umgang untereinander zu halten. Bitte lesen und beachten Sie die Gebots- und Informationsschilder!

Natürlich gibt es auch eine offiziell ausgemessene 10.000-m-Strecke.

Die Kreistannen, ein wunderbares Stück Natur für Mensch und Tier. Ein Ort der Erholung und natürlich zum Sporttreiben. Platz genug ist vorhanden.

Fauna und Flora warten nur darauf, entdeckt zu werden. Auch das Niederwild wie Reh und Hase will entdeckt werden. Für die Vogelwelt sind etliche Nistkästen an Bäumen der Wege angebracht. Zur Baumbestimmung dient die „Allee Baum des Jahres“, gesponsert von der VR Bank Westküste – am Forstweg – auf dem in West-/Nordostrichtung verlaufenden Hauptweg. Dort wird jährlich ein Baum jeweils einer anderen Sorte gepflanzt, wie zum Bei-



spiel Esche, Rosskastanie oder Waldkiefer. Auf diesem Weg gibt es ebenfalls einige Bänke und Sitzgele-

genheiten für eine kleine Rast oder für Beobachtungshalte. Die Bänke schaffen zudem mehr Barrierefreiheit in dem Erholungswald. So können sich ältere und gehbehinderte Menschen besser ausruhen und die Natur noch mehr genießen.

Das Grün des Waldes zeigt sich in seinen vielfältigen Farben und Nuancen. Und in diesen und kommenden Wochen könnten die Bäume weiße schneebedeckte Spitzen tragen. Also sollten Sie sich warm anziehen und vielleicht einen warmen Tee mitnehmen.

Gut zu wissen: Die Kreistannen gehören zu rund 4.700 Hektar Wald in Dithmarschen. Mit circa 3,4 Prozent Waldanteil ist Dithmarschen der waldärmste Kreis Deutschlands.

Natürlich dürfen die Kultur und die geschichtliche Entwicklung des Waldes nicht zu kurz kommen. So lohnt sich auch ein Besuch des Großsteingrabes „Steenoben“ (HISTOUR-Punkt WD9 Grabkammer aus Findlingsblöcken) in der Gemeinde Ostrohe, nahe dem Ortsausgang von Ostrohe in Richtung Weddingstedt, an der Kreisstraße 43.

Nähere Informationen gibt es unter dem QR-Code:

Sogar ein tolles Gewässer gibt es in den Kreistannen. Dieses Angelgewässer befindet sich im südöstlichen Bereich des Waldes, nahe der Landesstraße 150, beim Betonsteinwerk Schröder.



Ausreichend Parkplätze bei den Kreistannen gibt es am „Alten Landweg“ und an der Straße „Zum Waldhaus“.

Wir wünschen Ihnen zum Jahresbeginn und für das neue Jahr nun viel Spaß beim Erholen, beim Genießen und Abschalten, sich etwas Gutes zu tun und um neue Energie zu tanken. Lassen Sie sich bei einem Spaziergang oder einer sportlichen Aktivität in den Kreistannen von der Natur begeistern.

Text und Fotos: Hans-Jürgen von Hemm

**WIR FREUEN UNS
AUF IHREN BESUCH!**
MARKT 5, 25746 HEIDE • TEL. 0481 / 61390
WWW.SIMPLY-HEIDE.DE

Knacken Sie unser Schwedenrätsel!

zusammen mit, samt	Hautauschläge	angels. Kirchenhistoriker † 735	Gattin des Gottes Thor	dt. Komponist † 1847	griechischer Buchstabe	bestimmter Artikel	Sohn Noahs (A.T.)	Abk.: Euro-scheck	kanadischer Wapiti-hirsch	sehr wenig, klein (ugs.)	Initialen Gottschalks
deutsche Endsilbe				Briefmarkensammler							
deutsche TV-Anstalt (Abk.)				Düsseldorfer Flaniermeile		kochen					
Labans Tochter (A.T.)			Gewebshormon						Adelstitel in England	ein Hormon	Initialen Montands
griech. Vorsilbe: bei, daneben				dt. Luftschiffpionier † 1942							
schmaler Gebirgsweg		kaufm.: Zwischen-summe									
europ. Weltraumorg. (Abk.)									poetisch: Hauch		Speisenfolgen
polnischer General † 1850									Vorname der Engelke	Kiefernzapfen	
Frauenkosenamen											
höchstes Spiel beim Skat			italienisch: sechs	Kamel-schaf in Südamerika			eurasi-scher Staatenbund			japani-scher Wallfahrtsort	Südwind am Gardasee
wilde Ackerpflanze		Wintersportanlage					Rufname von Capone	weiblicher franz. Artikel		demoskop. Institut (Abk.)	
übertriebene Sparsamkeit			belg. Arden-nenheilbad			Mittel-meer-insulaner					
				geistlicher Würden-träger					israeli-tischer König		



Andreas Jensen

jetzt 3 x in Büsum:

Heider Straße 2a
 Tel.: 0 48 34 - 93 62 00
 Öffnungszeiten:
 Mo - Sa: 6:30 - 20:00 Uhr
 So: 11:30 - 17:30 Uhr

Nordseestraße 16
 Tel.: 0 48 34 - 96 54 915
 Öffnungszeiten:
 Mo - Sa: 6:30 - 20:00 Uhr
 So: 11:30 - 17:30 Uhr

Alleestraße 6
 Tel.: 0 48 34 - 95 77 0
 Öffnungszeiten:
 Mo - Sa: 7:00 - 20:00 Uhr
 So: 11:30 - 17:30 Uhr

Alle Filialen auch sonntags geöffnet!!!

Wir ♥ Lebensmittel.

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

Lösung Dezember: OHRRINGE
Lösung Januar: In der nächsten Ausgabe

Lundt

Autos für Dithmarschen

Autohaus Lundt GmbH & Co. KG | Schanzenstraße 1 | 25746 Heide



www.lundt-heide.de

0481 8558 - 0

Unsere Sudokus

SUDOKU #1 - LEICHT

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

SUDOKU #2 - SCHWER

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

AUFLÖSUNG DEZEMBER

■	■	■	■	E	■	■	P	U	■	L	■	■	S	■	■	■
E	K	E	L	N	■	L	I	N	S	E	N	S	U	P	P	E
■	E	X	O	T	■	D	N	S	■	A	R	S	E	N	A	L
■	R	E	G	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
■	I	B	N	■	■	■	■	■	■	■	■	■	S	A	T	O
■	E	■	B	■	■	■	■	■	■	■	■	■	G	N	O	M
■	N	S	A	■	■	■	■	■	■	■	■	■	S	S	■	■
■	■	I	S	■	■	■	■	■	■	■	■	■	T	■	B	■
■	V	E	N	E	■	■	■	■	■	■	■	■	T	A	K	E
■	R	N	B	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	L	I	Z
■	N	B	A	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	T	E	O
■	E	I	L	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	E	S	A
P	U	L	L	E	■	■	■	P	■	G	■	■	L	N	E	R
■	E	D	■	D	■	F	E	M	E	■	L	U	X	■	L	■
■	R	■	V	O	R	L	A	G	E	■	■	■	I	■	A	G
L	E	D	A	■	H	A	R	■	R	E	I	S	E	B	U	S
■	R	O	T	A	■	P	L	A	T	I	N	E	■	A	R	S

**OFFSET
DRUCK
PINGEL
WITTE**

Ihr kompetenter Kfz-Spezialist in der Nähe!



- Inspektion nach Herstellervorgabe
- HU*/AU
- Öl-Service
- Achsvermessung
- Bremsen-Service
- Reifeneinlagerung
- und vieles mehr

*Durchführung durch externe amtlich anerkannte Prüforganisation.

Reifen Meyenburg GmbH & Co. KG
Carl-Friedrich-Benz-Straße 1 · 25770 Hemmingstedt
0481/787670 · www.premio-heide.de



ElbeForum Brunsbüttel
Kulturhaus und Tagungszentrum

Aktuelles aus dem ElbeForum

Dienstag, 03.01.2023, 20:00 Uhr
Der Untergang des Hauses Usher
Eintritt: ab 26,- €

Sonntag, 15.01.2023, 20:00 Uhr
The Who and the What
Eintritt: ab 26,- €

Freitag, 20.01.2023, 20:00 Uhr
Selfies für Blindschleichen – Kabarett mit Kerim Pamuk
Eintritt: 26,- € / Schüler*innen 13,- €

Montag, 23.01.2023, 20:00 Uhr
Don't Stop the Music
Eintritt: 30,00 - 36,00 €

Sonntag, 29.01.2023, 20:00 Uhr
Schmidt Show on Tour
Eintritt: ab 26,- €

Freitag, 03.02.2023, 19:00 Uhr
Klavierkonzert –
ein geführter Abend durch die Welt der Musik
Eintritt: 22,- € / Schüler*innen 11,- € inkl.

Donnerstag, 09.02.2023, 20:00 Uhr
Herr Biedermann und die Brandstifter
Eintritt: ab 26,- €

Samstag, 11.02.2023, 19:00 Uhr
Marie Spaemann & Christian Bakanic
Eintritt: ab 26,- €

ElbeForum Brunsbüttel · Von-Humboldt-Platz 5 · 25441 Brunsbüttel
mail@elbeforum.de · www.elbeforum.de · Telefon (0 48 52) 54 00 54

Neujahrsvorsatz „Ordnung schaffen“ Wie sieht es mit den Versicherungen aus?

verbraucherzentrale



2023 ist noch jung und viele Menschen haben sich für ihren Start in das neue Jahr Ziele gesetzt: Etwa mehr zu Sport treiben oder sich gesünder zu ernähren. Auch Ordnung zu schaffen zählt zu den typischen Neujahrsvorsätzen. Das große Ausmisten muss sich nicht allein auf den Kleiderschrank oder andere wohnliche Bereiche der eigenen vier Wände begrenzen. Auch bei Versicherungen können Verbraucherinnen und Verbraucher „ausmisten“ und dabei bare Münze sparen. Doch welche Versicherung ist verzichtbar?

Mehr als 2.000 Euro geben die Menschen in Deutschland im Schnitt pro Jahr für Versicherungen aus. Die hohen Kosten entstehen häufig durch eine zu hohe Anzahl von Policen. Wer sparen möchte, sollte darauf achten, dass der eigene Versicherungsschutz regelmäßig überprüft, an die eigene Lebenssituation angepasst wird und hierbei existenzbedrohende Risiken richtig versichert sind.

Versicherungen die jeder braucht

Der Versicherungsschutz sollte stets einen „GAU“, also den „größten anzunehmenden Unfall“, versichern. Hierzu gehört in jedem Fall der Abschluss einer privaten Haftpflichtversicherung in ausreichender Höhe: Wer anderen einen Schaden zufügt, muss mit Schadensersatzansprüchen rechnen.

Das kann teuer werden und im Extremfall sogar langfristig die Existenz bedrohen. Auch den eigenen Hausrat zu versichern, ergibt Sinn. Denn eine Neuanschaffung kann zum Bei-

spiel nach einem Brand, einem großen Wasserschaden oder bei verwüstetem Inventar nach einem Einbruch von vielen Privathaushalten nicht gestemmt werden.

Versicherungen der Lebensphase anpassen

Darüber hinaus sind Versicherungen wichtig, die ihrer individuellen Lebenssituation entsprechen. Wer etwa Nachwuchs erwartet, sollte über einen zusätzlichen Schutz für die Familie nachdenken. Eine Risikolebensversicherung etwa sichert die Angehörigen im Fall des eigenen Todes finanziell ab. Mit einer Berufsunfähigkeitsversicherung können sich Versicherte gegen dauerhafte Verdienstaufälle durch Krankheit oder Unfall schützen. Wer Besitzer eines Eigenheimes ist, darf auf die Wohngebäudeversicherung nicht verzichten. Als Zusatz zur Wohngebäudeversicherung empfiehlt sich auch der Abschluss einer Elementarschadenversicherung.



GEBÄUDEREINIGUNG

Ihr Partner in Sachen Reinigung!

Ernst Peters

Gebäudereinigermeister

Glas- & Gebäudereinigung • Winterdienst

Hamburger Straße 69, Heide • Fax 67231
0176 / 16 35 49 00 • 0481 / 6 35 49
www.gebaeudereinigung-ernst-peters.de



Überflüssige Versicherungen

Verzichtet werden kann auf Versicherungen, die nur kleinere Schäden absichern, wie dies beispielsweise bei einer Reisegepäckversicherung der Fall ist. Der Verlust eines Koffers lässt sich in der Regel leicht ersetzen. Glas-, Sterbegeld- und private Arbeitslosenversicherungen sind ebenfalls entbehrlich. Auch Extra-Geräteversicherungen für Fahrräder, Handys, Laptops oder Brillen lohnen sich nur bei extrem teuren Anschaffungen.

Beratung benötigt?

Sie sind sich unsicher, welche Versicherung zu Ihrer Lebenssituation passt oder Ihre Versicherung weigert sich, in einem Schadensfall angefallene Kosten zu übernehmen? In der unabhängigen Beratung der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein schauen wir uns gemeinsamen Ihren Fall an und unterstützen Sie bei der Kommunikation mit Ihrer Versicherung. Zu den Beratungen gelangen Sie über den fol-



genden Link oder den nachstehenden QR-Code: oder unter: www.verbraucherzentrale.sh/beratung-sh

Mehr Informationen:

Karin Tharra,
Verbraucherberatung Heide

Postelweg 4, 25746 Heide,
Telefon 0481 / 61774



Lesungsreihe geht weiter

Wegen des großen Besuchererfolgs wird der Schauspieler Lutz Herkenrath (Ritas Welt) seine Lesereihe in der St. Bartholomäus-Kirche in Wesselburen am **19. Januar 2023** fortsetzen:

„An der Arche um Acht“ von Ulrich Hub © Leserechte mit freundlicher Genehmigung des S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main. Musikalisch wird er begleitet von Ilse Bublitz (Querflöte).

Beginn ist 20.00 Uhr, es gelten die aktuellen Corona-Regeln. Der Eintritt ist frei. (Um Spenden wird gebeten.)

Zum Inhalt:

Drei Pinguine erleben auf der Arche Noah als ihr ganz eigenes Abenteuer: Sie wollen alle drei mit auf Noahs Schiff, obwohl es nur für zwei von jeder Tierart Platz gibt. Auf ihrer Reise müssen die Pinguine nicht nur ihre Freundschaft unter Beweis stellen, sondern sich den ganz großen Fragen des Universums stellen: Ist der liebe Gott wirklich lieb? Sieht er tatsächlich alles? Isst er gerne Käsekuchen – und wenn ja: Mit oder ohne Rosinen?

Ulrich Hub ist ein wunderbares Buch für groß und klein gelungen, zurecht mit vielen Preisen ausgezeichnet.

Zum Vorleser Lutz Herkenrath:

Weit mehr als 500 Hörspiele, über 1.000 Theatervorstellungen und mehr als 280 Fernseh- und Kinofilme, seine Produktionsliste ist eindrucksvoll. In der Serie Ritas Welt

spielte er den fiesen Supermarketchef von Gaby Köster. Die Sendung gehörte zu den drei erfolgreichsten im deutschen Fernsehen und erhielt den Grimme Preis und den deutschen Fernsehpreis. Er selbst wurde außerdem mit dem deutschen Comedy-Preis und dem Rolf-Mares-Preis ausgezeichnet. Herkenrath wohnt seit einiger Zeit in Wesselburen und freut sich, dass die Lesereihe weitergeht.



Praxis für Ergo- und Physiotherapie

Therapieteam Berliner Hof
Berliner Straße 46 • Heide
0481 / 788 93 11

Anmeldezeiten:

Mo.: 10:00-12:30 & 14:00-17:00 Uhr
Di.: 8:30-12:30 & 13:00-17:00 Uhr
Mi.: 8:30-12:30 Uhr
Do.: 8:30-12:30 & 13:00-18:00 Uhr
Fr.: 8:30-12:30 Uhr



Leichtbeton-Mauerwerk dient als thermischer Energiespeicher, der die Sonnenwärme tagsüber aufnimmt und sie bei kälteren Temperaturen nach und nach in den Raum abgibt. Zusätzlich fungieren Schornsteinsysteme als wohngesunde Alternative zu konventionellen Verfahren. Als Heizmaterial wird dabei Holz verwendet – ein erneuerbarer, nachwachsender und nahezu kohlendioxid-neutraler Energieträger: www.klb-klimalichtblock.de



Foto: dj-d-k/KLB Klimalichtblock/Getty/nyul



Foto: dj-d-k/AdK/www.kachelofenwelt.de/kaufmann keramik

Mit einer elektrischen Heizung lassen sich Boden- und Wandflächen schnell und effizient erwärmen – kostengünstig und komfortabel. Mit der Steuerung per Smartphone oder Tablet kann die Temperatur jederzeit individuell geregelt werden. Die Grundlage der elektrischen Boden- und Wandheizung Ditra-Heat-E von Schlüter Systems bildet eine flach aufbauende Entkopplungsmatte, in der die Heizkabel verlegt werden: www.bekotec-therm.de.



Foto: dj-d-k/Schlüter-Systems

Das Ende fossiler Energieträger sollte nicht nur aus Umweltgründen forciert werden. Für den Betrieb einer Elektroheizung beispielsweise ist nur eine Steckdose nötig. Neben den recht niedrigen Anschaffungskosten können Nutzer klimaneutral bleiben, wenn nur Grünstrom zum Einsatz kommt. E-Heizungen von Wibo etwa heizen den Wohnraum innerhalb kurzer Zeit auf und speichern die Wärme effizient, mehr Informationen gibt es unter www.wibo.com.



Foto: dj-d-k/WIBO CLIMATEC

EFFIZIENT HEIZEN

Rund 70 Prozent aller Heizungen hierzulande werden noch mit Erdgas oder Öl betrieben. Doch die Lösung steht gewissermaßen vor der Haustür: Holz. „In Deutschland gibt es auf lange Sicht genügend Holz zur Wärmeengewinnung in privaten Haushalten, die umweltfreundliche Zukunftenergie Holz ist versorgungssicher. Dieses Potenzial sollte so schnell wie möglich genutzt werden“, erklärt Robert Mülleneisen, Vorsitzender des Gesamtverband OfenBau (GVOB). Mehr Infos dazu gibt es unter www.kachelofenwelt.de.

Einfach die Heizung herunterstellen, um Energiekosten zu sparen, ist keine gute Lösung: Niedrige Temperaturen mindern den Wohnkomfort und können zu Feuchtigkeitsablagerungen und Schimmelbildung führen. Smarte Thermostate, zum Beispiel von Homematic IP, sind eine sinnvolle Alternative. Jeder Raum wird nur dann erwärmt, wenn man ihn nutzt. Durch Zeitprofile oder eine Anwesenheitserkennung lassen sich die Heizzyklen auf die individuellen Bedürfnisse einstellen, der Heizenergiebedarf wird um bis zu 33 Prozent gesenkt. Infos unter www.alltagsvorsorge.de.



Foto: dj-d-k/eq-3/Schulte

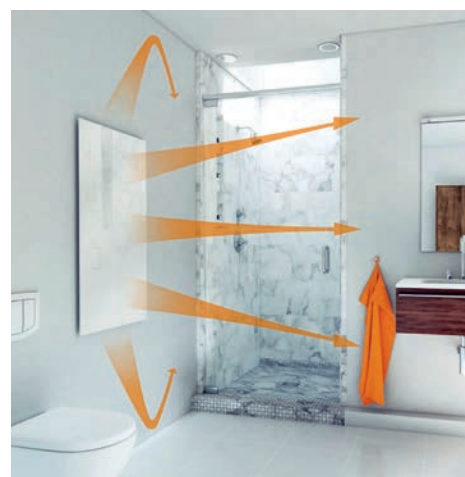


Foto: dj-d-k/ETHERMA

Elektrische Heizsysteme boomen. Es lohnt sich, beim Kauf auf hochwertige elektrische Heizlösungen aus europäischer Produktion zu setzen, die hohe Ansprüche an Sicherheit, Haltbarkeit, Leistung und Wirkungsgrad erfüllen. „Vor der Anschaffung einer E-Heizung sollte man sich über die Voraussetzungen für einen effizienten Einsatz informieren und mit den Gegebenheiten abgleichen.“, rät Christian Raschka, Geschäftsführer Etherma Deutschland: www.etherma.com.

Beruflicher Druck, Familienstress, Zukunftsängste, negative Nachrichtenlage: Das führt bei vielen Menschen zu stark angespannten Nerven. Einen Ausweg aus dem Seelentief kann die positive Psychologie bieten. Diese zielt darauf ab, das Gute im Leben – wie Freunde, Inspiration, Musik, Natur – bewusster wahrzunehmen und so mentale Stärke aufzubauen. Darüber hinaus kann Nervoregin mit natürlichen Heilpflanzen wie Johanniskraut, Passionsblume, Hafer und Scheinmyrthe unterstützen, um Körper, Geist und Seele wieder in Balance zu bringen. Infos gibt es unter www.nervoregin.de.

Foto: dj-d-k/Homöopathisches Laboratorium/Getty/Joana Lopes

Foto: dj-d-k/Jentschura International/V. Georgiev - shutterstock



Eine Fastenkur hilft, den Körper zu entlasten, Ballast abzuwerfen und neue Energie zu gewinnen. Um einer Überlastung des Stoffwechsels in Form von Fastenkrise vorzubeugen, empfehlen Experten eine Basenkur, wie sie Dr. h. c. Peter Jentschura entwickelt hat. Dabei werden nur die Säuren und Schadstoffe im Körper gelöst, die sich problemlos neutralisieren und ausscheiden lassen. Details zum basischen Beauty- und Healthcare-Konzept unter www.p-jentschura.com.



Foto: dj-d-k/Sanofi/Getty/Caroline Delaive

Nur knapp jeder Zweite in Deutschland (48 Prozent) ist zufrieden oder sehr zufrieden mit seiner Selbstfürsorge, wie eine repräsentative Umfrage im Auftrag von Sanofi ergab. Gleichzeitig ist den Menschen die Bedeutung von Selfcare sehr bewusst: Neun von zehn Befragten finden dafür guten Schlaf wichtig, 86 Prozent regelmäßige Bewegung und 84 Prozent eine gesunde Ernährung. Alle Ergebnisse: www.sanofi.de.



Foto: dj-d-k/Jentschura International/Getty Images/LightFieldStudios

Me-Time

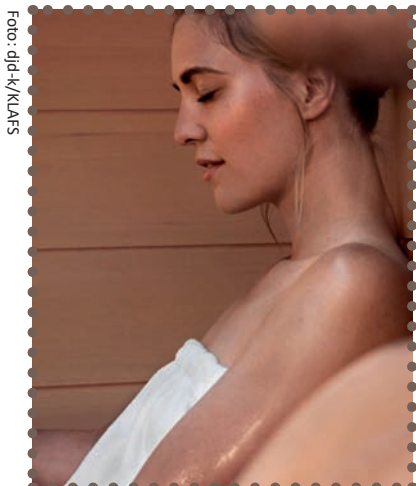


Foto: dj-d-k/KLAFS

Die kühle Jahreszeit mit trübem und tristem Wetter macht vor allem wegen des Lichtmangels vielen Menschen zu schaffen. Doch gegen den „Winterblues“ sind wir nicht machtlos. Entgegenwirken kann man beim Saunieren. Körper und Seele freuen sich über wohlthuende Wärme, die entspannen und regenerieren lässt. Das Sanarium von Klafs etwa vereint die positiven Wirkungen von Sauna und Dampfbad miteinander, aus einer Badeform lassen sich fünf Badeformen mit wechselnder Luftfeuchtigkeit kreieren. Infos bietet www.klafs.de. Zur Abwechslung kommt ein gesundheitlicher Nutzen: Regelmäßiges Saunabaden kann Bluthochdruck entgegenwirken.

Seelische Ausgeglichenheit und entspannte Auszeiten sind auch wichtig für die körperliche Gesundheit. Außerdem kann die Ernährung die Balance von Körper und Seele unterstützen. Nach Dr. Bach sind verschiedene Kombinationen von Blütenessenzen möglich. Die Original Produkte von Murnauers enthalten die Originalmischung nach Dr. Bach, auch Nr. 39 genannt. Sie ist einfach im Alltag einsetzbar: www.murnauers-bachblueten.de.



Foto: dj-d-k/Bachblüten/Murnauer/Shutterstock/Inside Creative House

Starker Partner für
Ihre finanzielle Zukunft.



*Früher an
später denken!*

Alles aus einem Kopf!



Altersvorsorge



Versicherungen



Sparpläne



Baufinanzierung



Geldanlage



Verkauf Ihrer Immobilie



Deutsche
Vermögensberatung

Bastian Witte

Mobil: 0172 / 184 15 30 • E-Mail: bastian.witte@dvag.de