

Kaminkonzert mit „Duo Sing Your Soul“

„Paris mon amour – Piaf trifft Klezmer“ - Kaminkonzert zum neuen Jahr im Gemeindehaus der St. Christopherus-Gemeinde am 24. Januar um 19 Uhr mit dem Duo „Sing Your Soul“.

Traditionell Ende Januar ist das Duo „Sing Your Soul“ mit seiner exotischen Kombination mehrerer Klarinetten (Ulrich Lehna) mit dem Konzertakkordeon (Meike Salzmann) im Jürgen-Ovens-Gemeindehaus der St. Christopherus-Gemeinde zu Gast, dieses Mal mit einer besonderen musikalischen Mischung.

Am Freitag 24. Januar um 19 Uhr erklingt das Programm „Paris, mon Amour – Piaf trifft Klezmer – Musik gegen das Vergessen“. Das Duo, das in diesem Jahr sein 25jähriges Bühnenjubiläum feiert, freut sich über eine angemessene Spende für die Musik. Eine Reservierung ist nicht erforderlich, aber möglich per Mail unter Akkordeon-salzmann@gmx.de Termine und weitere Infos: sing-your-soul.jimdofree.com.

Edith Piaf ist der Inbegriff des französischen Chansons und deren Klang ohne das Akkordeon undenkbar. Das Ak-



kordeon ist aber der krassste Außenseiter in der Musikbranche. Dabei war es besonders in Frankreich beliebt und sein Klang beschwört sofort den Geruch von Baguette und das Bild der Champs Elysee herauf.

Das „Duo Sing Your Soul“ verneigt sich vor der Grande Dame des Chansons und hat viele ihrer unsterblichen Hits neu arrangiert und mit Elementen aus Jazz und Musette Neue bereichert. Mit Herzblut und

Gefühl widmen sich die zwei Musiker Edith Piaf, deren großes Lebensthema die Liebe war und die ihren jüdischen Pianisten vor den Nationalsozialisten bewahrte.

Über das meist unbekanntere Wirken und musikalische Leben von Norbert Glanzberg berichtet das Duo in spannenden Moderationen und stellt die emotionale Klezmermusik vor, die auch den jüdischen Komponisten in seinem Schaffen stark beeinflusste und in deren Mittelpunkt die „singende Klarinette“ a la Giora Feidman steht.

Ulrich Lehna und Meike Salzmann begannen ihre Karriere mit der Klezmermusik und ernteten deutschlandweit hervorragende Kritiken für ihre virtuoseren Konzerte und inspirierenden Moderationen.

Auch in 2025 absolviert das Duo wieder mehrere Konzertreisen durch ganz Deutschland, die von Flensburg bis an den Bodensee, von der Mosel zur Rhön, in den Schwarzwald und in den Harz bis ins Allgäu und nach Graubünden in die Schweiz führen.

Meike Salzmann

Mehr Geld 2025: Gute Nachricht für Pflegebedürftige

(djd). Krank oder pflegebedürftig zu sein, wird seit Jahren immer teurer. Aber jetzt gibt es auch einmal gute Nachrichten: Pflegebedürftige erhalten ab 2025 mehr Geld: „Während im vergangenen Jahr nur das Pflegegeld und die Pflegesachleistung angehoben wurden, sind diesmal alle Leistungen der Pflegekassen einheitlich um 4,5 Prozent heraufgesetzt worden.“

Das wurde schon 2023 im Pflegeunterstützungs- und -entlastungsgesetz (PUEG) so festgelegt“, erläutert Frank Herold von der Pflegeberatung compass. „Die Erhöhung soll der erste Schritt einer turnusmäßigen Anpassung der Leistungen alle drei Jahre gemäß der Inflation sein.“

Und was bedeutet das in Zahlen? Zum Beispiel beträgt ab Jahresanfang die wichtigste Leistung, das Pflegegeld, 347

statt bisher 332 Euro für Pflegegrad 2, 599 statt 573 Euro für Pflegegrad 3, 800 statt 765 Euro für Pflegegrad 4 und 990 statt 947 Euro für Pflegegrad 5.

Auch bei der Pflegesachleistung gibt es ein deutliches Plus: Für die Unterstützung eines Pflegedienstes können Pflegebedürftige jetzt zwischen 796 (bisher 761) Euro bei Pflegegrad 2 und 2.299 (bisher 2.200) Euro bei Pflegegrad 5 ausgeben. Die Leistungen beim Aufenthalt im Pflegeheim betragen nun zwischen 805 und 2.096 Euro, ab Pflegegrad 1 gibt es den Entlastungsbetrag, der von 125 auf 131 Euro angehoben wurde.

„Neben diesen bekanntesten Leistungen sind auch die Tages- und Nachtpflege, die Kurzzeit- und Verhinderungspflege, der Wohngruppenzuschlag, die Zuschüsse zu Pflegehilfs- und

-verbrauchsmitteln und digitale Pflegeanwendungen sowie für wohnumfeldverbessernde Maßnahmen entsprechend erhöht worden“, zählt Herold auf. Der Experte empfiehlt, sich bei der Planung der Pflege fachkundig beraten zu lassen: „Gerade um die Weihnachtszeit, wenn die Familie zusammenkommt, fällt ja ein Pflegebedarf oft erstmals auf. Wer sich dann im neuen Jahr darum kümmert, steht oft vor vielen Fragen.“

Die compass private pflegeberatung berät kostenfrei unter der Service-Nummer 0800-1018800, die Terminvereinbarung ist auch online möglich. Privatversicherte können die Beratung auch zuhause oder per Videogespräch wahrnehmen.

Erhöhter Beratungsbedarf könnte sich auch zur Jahresmitte noch einmal ergeben, denn ab dem 1. Juli 2025 werden die

Leistungsbeträge der Kurzzeit- und der Verhinderungspflege zu einem gemeinsamen Jahresbetrag zusammengefasst – mehr dazu auch unter www.pflegeberatung.de. „Hier werden sicher Fragen zur Verrechnung und Übertragung der Ansprüche aufkommen“, meint Herold. „Kompetente Pflegeberaterinnen und -berater können dann helfen.“

Professionelle Fußpflege seit 25 Jahren

auch außer Haus nach
telefonischer Vereinbarung:

0151 / 215 77 617



Edina Möller, Westerhafenstr. 22, Friedrichstadt

Wir sind
für Sie da!



Pflegeservice Krause
Hausliche Kranken- und Altenpflege

Rosendahler Weg 18 b · Mildstedt

Tel. 04841-8758900

info@pflegeservice-krause.de
www.pflegeservice-krause.de

Überblick unserer Leistungen:

Im Rahmen der Krankenversicherung: Medizinische Behandlungspflege nach §37 Abs. 2 SGB V, wie z.B.:
• Medikamentengabe • BZ-Messung u. Insulingabe
• Injektionen u. Infusionen • An- u. Ausziehen von Kompressionsstrümpfen • Anlegen von Kompressionsverbänden • Versorgung akuter u. chronischer Wunden • Krankenhausvermeidungspflege nach §37 Abs. 1 a SGB V / Im Rahmen der Pflegeversicherung nach SGB XI: • Körperpflege • Ernährung • Mobilität • Pflegeberatungsbesuche nach §37 Abs. 3 SGB XI / Bereich Hauswirtschaft: • Hauswirtschaftliche Versorgung u. Betreuung, wie z.B. Begleitung b. Einkäufen, Reinigung des Wohnraums etc. • Finanzierung über Entlastungsbetrag ab Pflegegrad 1

Gardinen in großer Auswahl!

BERATUNG · AUSMESSEN · MONTAGE

Plisseestores • Rollos • Insektenschutz

Annahmestelle Heißmangel und Wäsche
Wäscherei Jebe – sowie Norge-Reinigung

Passbilder

TEXTILHAUS Adolf Barteld

Inh. H.-A. Dethlefs

Claus-Harms-Straße 16 · 25774 Lunden

Telefon 04882-230 · Fax 603340



Entdecken Sie
unsere Angebote!

GESTERN - HEUTE - MORGEN

GENERALVERTRETUNG

Allianz (li) Rüdiger Teske e.K.

Am Markt 6 · 25840 Friedrichstadt
Telefon 04881-608 · Fax 04881-7654

E-Mail: ruediger-teske@allianz.de · <http://www.teske-allianz.de>

Verlässlicher Allianzpartner in allen Versicherungsfragen in Friedrichstadt und Umgebung!

Für Sie • pünktlich • freundlich • hilfsbereit • www.taxi-500.de

TAXI

B

Blume
Claußen

Unsere Taxen sind mit
Trennwänden ausgestattet!

Friedrichstadt
04881-500

Dialyse, Bestrahlungs- & Rehafahrten • auch rollstuhlgerecht



Café am Bahnhof

10
JAHRE

Inh. Gesa Gloxin · Bahnhofstraße 1a
25840 Friedrichstadt · Tel. 04881-937900

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 5.30-17 Uhr, Sa. 5.30-12 Uhr, So. 7-11 Uhr



Dahrenhof
Seniorenwohnen unter Reet

Wir pflegen das Besondere - und das sieht man bei uns bereits auf den ersten Blick.

- Familiäre Atmosphäre
- vollstationäre Pflege
- Urlaubs-/Kurzzeitpflege
- KH-Anschlußpflege
- abwechslungsreiches Beschäftigungsprogramm
- hervorragendes Raumklima durch Reetdach
- von allen Kassen anerkannt

Kontakt: Pflegeheim Dahrenhof
25878 Drage bei Friedrichstadt · Telefon 0 48 81-93 610
www.dahrenhof.de

Norman Jensen

NJ Auto Reparatur

Meisterbetrieb
Tel. 04881 - 93 73 67
Tönningerstr. 4 • 25840 Friedrichstadt

HEIZUNG SANITÄR KNOLL

Erneuerung Ihrer Heizungsanlage
Öl, Gasbrennwertgeräte und Solar
Alten- und behindertengerechter Badumbau
Klempnerarbeiten · Flachdachreparatur
Wir sind auch für die kleinen Reparaturen für Sie da!
Alles rund um Heizung & Sanitär
Telefon 0 48 81-93 77 99

Auch online
„Die Woche“ lesen:
www.diewoche.sh

Nordfriesland Diakonie Vertrauen Sie auf unsere Erfahrung!
pflegend • beratend • begleitend

Ambulante Pflege, die gut tut!

Unserer Diakoniestation Friedrichstadt bietet Ihnen:

- individuelle, kompetente und bedarfsgerechte Pflege
- umfassende Versorgung zu Hause
- ausführliche persönliche Beratung
- Beratung und Anleitung von Angehörigen
- Förderung der Selbstständigkeit und Mobilität
- Ausbildungsbetrieb

Sprechen Sie uns an!
Unsere Pflegedienstleiterin Nadja Gosch wird Sie gerne individuell beraten.

Diakoniestation Friedrichstadt
Fürstenburgwall 10 in 25840 Friedrichstadt
Tel.: 0 48 81 - 67 29 999
E-Mail: station.friedrichstadt@diakonie-nf.de

STARK FÜR SIE!

2025: Erstes Treffen der LandFrauen Lunden

Zahlreiche LandFrauen und einige Gäste konnte die erste Vorsitzende Marie-Luise Witt zum ersten Treffen im neuen Jahr willkommen heißen. Heinke Schrum aus Rehm hatte freundlicher Weise ihr gemütliches Gartenhaus für diesen Punschabend zur Verfügung gestellt. Bei winterlichen Temperaturen mit leichtem Schnee, heißem Punsch und leckeren Fingerfoods ließen es sich die Teilnehmenden gut gehen. Das Jahr 2024 wurde Revue passiert, über neue Aktivitäten, Vorträge und Ausflüge gesprochen und über so manche Anekdote herzlich gelacht. Ein gemütlicher, fröhlicher und heimeliger Abend. Am 14. Februar, um 19 Uhr wird die nächste Veranstaltung im Haus des Gastes in Krempel stattfinden: ein unterhaltsamer Vortrag mit Daniel Lorenzen, Bäckermeister aus Joldelund und bekannt als „der Bäcker aus der Walz“. Karten hierfür im H.d.G. erhältlich. Gudrun Kuhn



Pistazien – kleine grüne und wertvolle Kraftpakete

(djd). Klein und oho: Pistazien sind nicht nur schmackhaft, sondern enthalten zudem viele wertvolle Nährstoffe und Antioxidantien. Die in den USA angebaute Pistazie ist zudem eine pflanzliche Quelle für hochwertiges Protein. Als Snacks für zwischendurch oder als Grundzutut für leckere, selbstzubereitete Speisen spielen die grünen Kraftpakete daher eine wichtige Rolle in einer

gesundheitsbewussten, ausgewogenen Ernährung.

Das steckt drin in den kleinen Nüssen: Besonders im Fokus steht der hohe Anteil an sogenannten Antioxidantien von Pistazien, der sich mit anderem Powerfood wie Blaubeeren, Granatäpfeln oder Rote Beete messen kann. Antioxidantien neutralisieren freie Radikale, die gesunden Zellen schaden können, wenn sie in einem



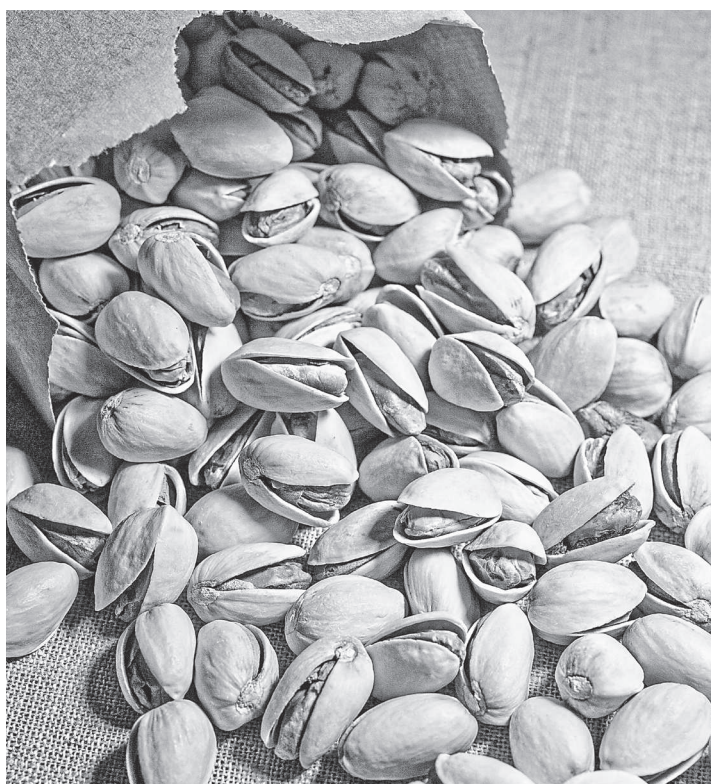
übermäßigen Maße produziert werden. „Nüsse gelten als wichtiger Lieferant von ungesättigten Fettsäuren, hochwertigen Proteinen, Ballaststoffen und Antioxidantien. Wer seine Gesundheit aktiv und langanhaltend fördern möchte, sollte Gemüse, Obst und Nüsse wie Pistazien als Teil einer gesunden Ernährung zu sich nehmen und regelmäßig Sport treiben“, rät die Bonner Sportmedizinerin Dr. Ursula Manunzio. Zudem sättigen die kleinen grünen Nüsse gut, sind von Natur aus zuckerfrei und kohlenhydratarm. Eine Portion Pistazien (28 Gramm oder 49 Kerne) ist ein sehr guter Kupferlieferant und eine wichtige Quelle für Protein, Ballaststoffe, Vitamin B6, Phosphor und Thiamin.

Rezept für Energy Bars & Balls mit Pistazien, Zutaten: 100 g zarte Haferflocken, 20 g

Cornflakes (ungesüßt), 10 g Leinsamen, 50 g amerikanische Pistazien, grob gehackt, 100 g Erdnussbutter, 75 g Agavendicksaft (Honig geht auch, dominiert aber den Geschmack sehr)

Zubereitung: Zuerst die trockenen Zutaten in einer Schüssel grob vermengen. Dann die Erdnussbutter mit dem Agavendicksaft gut verrühren und über die trockenen Zutaten geben. Alles gut miteinander vermischen.

Nun die Masse in eine eckige Auflaufform geben und mit den Händen die Masse hineindrücken. Ein Stück Backpapier zur Hilfe nehmen, falls die Masse zu klebrig ist. Alternativ kann man auch Kugeln formen. 15 bis 20 Gramm pro Kugel ergibt eine gute Größe. Zum Schluss für mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.



Starker Partner für Ihre finanzielle Zukunft.

- Versicherungen
- Altersvorsorge
- Sparpläne
- Baufinanzierung

*Früher an
später denken!*

Bastian Witte • Agenturleiter • Bankkaufmann
Mobil: 01556 / 610 68 68 • E-Mail: bastian.witte@dvag.de • Hamburger Straße 69, 25746 Heide



Teestunde mit Lesung

(rd) Am Sonntag, 19. Januar findet im Museum Haus Peters in Tetenbüll bei einer guten Tasse Darjeeling-Tee aus dem Samowar um 15 Uhr die erste „Teestunde mit Lesung“ im neuen Jahr statt. Mitglieder der Textwerkstatt Eiderstedt, die im Herbst das gemeinsame Buch „Eiderstedter Mosaik“ herausgegeben haben, werden hier Auszüge daraus vortragen. Eine telefonische Anmeldung zu den Winter-Öffnungszeiten (Fr.-So. 13-17 Uhr) unter Tel. 04862-681 wird erbeten. Der Eintritt ist frei.

Gefragt: Hybride Zukunftswärme

(djd). Hybride Heizsysteme, etwa als Kombination von Kachelöfen mit Wärmepumpen und anderen regenerativen Technologien, sind gefragt. Durch intelligente und individuelle Lösungen kann im Bestands- und Neubau damit ein hoher Grad an Autarkie, Flexibilität und Sicherheit erreicht werden.

Moderne Kachelöfen, Heizkamine, Kaminöfen und Pelletöfen heizen dank fortschrittlicher Verbrennungstechnik effizient, schadstoffarm und helfen, den fossilen Energieverbrauch zu reduzieren – für eine klimaschonende Wärmeversorgung im Sinne der Energiewende.

Beim Ofenbauer vor Ort kann man sich über Holzfeuerstätten und das hybride Heizen mit der Zukunftsentnergie Holz informieren. Die Fachbetriebe beraten individuell und sorgen für die richtige Abstimmung des Gesamtsystems auf Wärmebedarf und Komfortwünsche. Adressen von Ofenbauern in der Nähe gibt es auf www.kachelofenwelt.de.

Wärmepumpen wandeln die in der Umgebungsluft gespeicherte Wärmeenergie in Heizenergie um. Bei Temperaturen um den Gefrierpunkt reagieren Wärmepumpen allerdings träge und erwärmen Wohnräume nur langsam. Ihre Effizienz und Leistungsfähigkeit nimmt ab, je niedriger die Umgebungstem-



peratur ist. Bei starkem Frost schaltet sich ein elektrischer Heizstab zu, um das Brauch- und Heizungswasser zu erwärmen, dies treibt jedoch die Stromkosten in die Höhe.

Hier kann ein holzbefuenerter Kachelofen, Kaminofen, Heizkamin oder Pelletofen die ideale Ergänzung sein – als „Stand-alone-Lösung“ oder vernetzt im Heizungsverbund. Die CO₂-neutrale Heiztechnik erzeugt genau zur richtigen Zeit wohlige Wärme für angenehme Raumtemperaturen und eine entspannte Wohnatmosphäre. Besonders in den Übergangsmo-naten und im Winter senkt dies den Stromverbrauch spürbar und entlastet zugleich das öffentliche Stromnetz.

In gut gedämmten Häusern reicht in vielen Fällen ein richtig dimensionierter Kachelofen, um den zusätzlichen Wärmebedarf an kalten Tagen zu decken. Noch mehr Effizienz, Entlas-

tung und Heizkomfort bringt ein wasserführendes Ofensystem im Hybrid-Verbund mit Solarthermie oder einer Wärmepumpe.

So kann etwa ein Kachelofen, Heizkamin oder Pelletofen mit integriertem Wärmetauscher einen Großteil seiner Wärme in den zentralen Pufferspeicher der gesamten Heizungsanlage einspeisen. Die Energie ist damit auch zu einem späteren Zeitpunkt nutzbar: sowohl für die Raumheizung als auch zur Warmwasserversorgung für Küche und Bad.

Das Zusammenspiel aller Komponenten regelt eine elektronische Steuerung, die Bedienung erfolgt über ein Display und optional ebenfalls per Smartphone-App.

Klönnachmittag beim DRK Lunden

(rd) Am 17., 24. und 31. Januar um 14.30 Uhr findet der Seniorennachmittag mit Bingospielen im DRK-Zentrum in Lunden in der Friedrichstraße statt. Unser Bus fährt.

Vortrag bei den Landfrauen

(rd) Der Bäckermeister aus Joldelund Daniel Lorenzen, bekannt als der „Bäcker auf der Walz“, wird auf Einladung der LandFrauen Lunden am 14. Februar, ab 19 Uhr, im Haus des Gastes in Krempel auftreten. Er wird über seine Reise, die ihn bis nach Australien führte in einer lustigen und interessanten Weise berichten. Ein toller Vortrag erwartete die Gäste. Karten gibt es im Haus des Gastes in Krempel.

Theaterabend in Drage

(rd) Am Sonnabend, 1. Februar um 19.30 Uhr präsentiert der TSV Seeth/Drage im DGH Drage wieder einen Theaterabend. Die Theatergruppe Koldenbüttel spielt den Dreiaakter „De Stepphöhner“. Im Anschluss steigt die große Aftershowparty mit Open-End!

Essen in Gemeinschaft

(rd) Am 16. Januar, 12 Uhr findet wieder Essen in Gemeinschaft im DRK-Zentrum in Lunden in der Friedrichstraße statt. Kosten 7 Euro. Um Anmeldung wird gebeten unter Tel. 04882-264.

SoVD-OV Lunden fährt nach Paris

(rd) Vom 28. April bis 1. Mai 2025 reisen wir für 4 Tage nach Paris. Es erwartet sie ein großartiges Programm mit vielen Sehenswürdigkeiten. Anmeldungen und Informationen bei Irmgard Fleig unter Telefon 04882-5225. Anmeldeschluss ist der 30. Januar 2025. Auch Nichtmitglieder im SoVD sind herzlich willkommen. Details sind auch unter <https://sovd-lunden.online/Termine/Gelbe-Zettel-Details/> zu finden.



„Unser Ziel ist es, Ihre Selbstständigkeit trotz Alter, Krankheit oder Behinderung so lange wie möglich in ihrer häuslichen Umgebung aufrechtzuerhalten!“

Stapelholmer Pflegedienst

Dorfstraße 7 · 25878 Drage
Telefon (04881) 938 7772

Mail: info@stapelholmer-pflegedienst.de
www.stapelholmer-pflegedienst.de

- Abrechnung mit allen Kassen -

Bitte beachten Sie unseren Anzeigen- und Redaktionschluss: Immer freitags, 16 Uhr.

Ihre „Die Woche“ Redaktion

Veranstaltungen des SoVD OV Lunden

(rd) **24. Januar, 18 Uhr:** Informationsveranstaltung mit Imbiss. Stellen Sie dem Geschäftsführer Alexander Jankowski vom SoVD Landesverband Schleswig-Holstein ihre Fragen. Anschließend gibt es eine Grillwurst im Brötchen. Haus des Gastes, Anmeldung bei Irmgard Fleig, Tel. 04882-5225. **11. Februar, 14.30 Uhr:** Klönen, Kaffee, Bingo im DRK-Zentrum. Anmeldung bei Ilona Steffen, Tel. 04882-3070063. **19. Februar, 18 Uhr:** Informationsveranstaltung Alzheimer Berichte aus der Praxis mit Alzheimer Patienten und den Umgang mit ihnen in der Familie. Haus des Gastes, Anmeldung bei Irmgard Fleig, Tel. 04882-5225.

Für unsere Sudokufreunde

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

04861 788

Sand / Kies / Stein / Findlinge / Bauschutt

RINGSTRASSE 6 / 25832 TÖNNING KURT-JANS.DE

Kurse der VHS Friedrichstadt

(rd) Es gibt noch Kurse an der VHS Friedrichstadt: **Hatha Yoga**, ab 14. Januar, fortlaufend dienstags, 18 bis 19.30 Uhr, 5 Termine im Yoga-Raum der Sporthalle der Eider-Treene-Schule, Kosten: 50 Euro. **Gitarre für Anfänger und leicht Fortgeschrittene**, ab 15. Januar, mittwochs, 16.15 bis 17.15 Uhr, 12 Termine, Kosten: 120 Euro. Der Kurs findet im Rathaus, 2. Obergeschoss statt. Wir bitten um Anmeldung bei der VHS Friedrichstadt, Am Markt 11, Tel. 04841-992-722 od. per Mail: info@vhs-friedrichstadt.de



BLOHM
BESTATTUNGEN

Wenn im Kreis der Lebenswelt ein Blatt zurück zur Erde fällt, kehrt es zum Ursprung nur zurück und findet dort sein stilles Glück.

BLOHM BESTATTUNGEN · INH. D. MANTHEY
STRANDSTRASSE 11 · 25879 STAPEL
MOBIL 0160 90248269



Unser Anzeigenblatt »Die Woche« erscheint immer mittwochs.
Telefon 0481-850700
Fax 0481-8507025
E-Mail: diewoche@pingel-druck.de

Herstellung:

Heider Offsetdruckerei
Pingel-Witte
Hamburger Straße 69
25746 Heide



Ihr kompetenter Handwerksbetrieb für alle Wohnbereiche.

Wir laden Sie herzlich zu einem Besuch unserer Ausstellungsräume in der Witzworter Straße 6 ein.

Öffnungszeiten: Mo.-Do. 7.00-17.00 Uhr
Frei 7.00-13.00 Uhr,
sonst gerne nach Vereinbarung.

Jan Utermark e.K.
25840 Friedrichstadt · Witzworter Straße 6
Telefon 04881-9090 · Fax 04881-7547
www.fischlerei-utermark.de

