



Infoveranstaltung „Darmgesundheit“: Flohsamenschalen und mehr



Großes Interesse bei der Infoveranstaltung des Sozialverbandes, Ortsverband Lunden.

Foto: ig

Eine gesunde Darmflora ist mitentscheidend für das Immunsystem und das Wohlbefinden. Fördern lässt sie sich durch eine abwechslungsreiche, ballaststoffreiche Ernährung mit viel Gemüse, Vollkornprodukten und fermentierten Lebensmitteln wie Sauerkraut, Joghurt oder Kefir, die nützliche Bakterien liefern. Ausreichend Flüssigkeit, wenig hochverarbeitete Lebensmittel und Bewegung unterstützen die Verdauung.

Die Aufgaben des Darmes, sowie ein reibungsloser Ablauf im Darm wirken sich nicht nur auf die Verdauung selbst, sondern auch auf das allgemeine Wohlbefinden aus. Der Magen-

Darm-Trakt beherbergt über 100 Billionen Mikroorganismen, also mehr als ein Mensch Zellen hat. Sie helfen bei der Aufnahme von Nährstoffen, unterstützen die Darmbeweglichkeit. Jeden Tag haben wir die Chance, den Darm zu entlasten, beziehungsweise zu stärken. Darmkrebs ist eine häufige Erkrankung. Männer sind häufiger betroffen als Frauen. Leider haben immer mehr junge Menschen Darmkrebs.

Bewegung, Ernährung, wenig Zucker, nicht Rauchen, wenig bis gar kein Alkohol, Übergewicht vermeiden und Vorsorge spielen eine wichtige Rolle, um das Darmkrebsrisiko zu minimieren. Eine HPV-Impfung bei

Jungen ist ebenfalls wichtig, da es das Risiko an Analkrebs zu erkranken minimiert. Leider werden bei uns in Deutschland fast nur Mädchen dagegen geimpft. Es minimiert bei ihnen das Risiko an Gebärmutterhalskrebs zu erkranken.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt Erwachsenen etwa 30 Gramm Ballaststoffe täglich. Dazu zählen z.B. Vollkornbrot, Wildreis, Gemüse, Obst und Hülsenfrüchte.

Weitere wichtige Informationen erhielten die fast 50 Teilnehmer an der Informationsveranstaltung „Darmgesundheit“ beim Sozialverband Deutschland, Ortsverband Lunden, von Professor Thomas

Herrmann, Chefarzt der Medizinischen Klinik I des WKK. Die Wichtigkeit einer Darmspiegelung wurde allen klar. Dass man davor keine Angst haben muss, konnte Prof. Herrmann ebenfalls vermitteln. Dass die Darmspiegelung von spezialisierten Ärzten durchgeführt werden sollte, ist bei der Komplexität des Darmes klar.

Bilder und Grafiken bereicherten den ausgezeichneten Vortrag. Die Spendenbox, es wurde für warme Decken für die Chemo-Patienten im WKK Heide gesammelt, ergab 265 Euro. Der Ortsverband überweist 365 Euro an den Förderverein.

Irmgard Fleig

- ANZEIGE -

Vom Bauhandwerker zum Immobilienberater

Bombach Immobilien: Ihr Hausverkauf in guten Händen

Den richtigen Partner für den Kauf oder Verkauf einer Immobilie zu finden, ist Vertrauenssache. Der Immobilienmarkt ist voller Makler - doch wie viele davon verstehen wirklich, was ein Gebäude zusammenhält?

Hinter Bombach-Immobilien steht Max Bombach, ein Immobilienberater, der sein Hand-

werk buchstäblich von der Pike auf gelernt hat. Er bietet eine umfassende, kompetente und individuelle Beratung, die weit über das Standardmaß hinausgeht.

Ein Experte mit Blick fürs Detail
Als gelernter Bauhandwerker und ehemaliger Bauträger betrachtet Max Bombach Objekte

nicht nur durch die Brille des Maklers, sondern mit dem geschulten Auge des Profis.

Diese fundierte Erfahrung im Baugewerbe ermöglicht es ihm, die Bausubstanz und Qualität einer Immobilie präzise einzuschätzen. Für die Kunden bedeutet das: Sicherheit und Transparenz ab dem ersten Besichtigungstermin.

Kompetenz, die sich auszahlt
Neben der bautechnischen Expertise bringt Max Bombach ein starkes kaufmännisches Fundament mit: Durch eine zweijährige Weiterbildung an der Handelsschule Kiel verfügt er über das nötige Fachwissen für eine detaillierte und strukturierte Abwicklung komplexer Vorhaben.

Dank seiner frühesten Tätigkeit über die Investitionsbank besitzt er tiefgreifende Kenntnisse im Bereich der

Immobilienfinanzierung. Diese seltene Kombination aus Handwerk, kaufmännischem Know-how und Finanzierungsexpertise macht die Beratung bei Bombach-Immobilien so besonders. So werden die Kunden sicher durch den Dschungel aus Zahlen, Verträgen und baulichen Fakten begleitet.

Sie planen, Ihre Immobilie zu verkaufen?

Vertrauen Sie jemandem, der den Wert Ihres Eigentums nicht nur schätzt, sondern versteht. Bombach Immobilien findet nicht einfach nur „einen“ Käufer - sondern den richtigen Partner für ihr Objekt und führt die Verhandlungen auf Augenhöhe und mit fachlicher Kompetenz.

upu

■ Kontakt: 04841-9557 oder 0175-1833287. E-Mail: info@bombach-immobilien.de.

Professionelle Fußpflege seit 25 Jahren

auch außer Haus nach
telefonischer Vereinbarung:

0151 / 215 77 617

Edina Möller, Westerhafenstr. 22, Friedrichstadt



Jahreshauptversammlung CDU BV-Lunden

(rd) Der CDU-BV Lunden lädt ein zu seiner Jahreshauptversammlung am Mittwoch, 4. März, um 19 Uhr im Schwimmbadcafé, Brunnenstraße 68 in Lunden. Tagesordnung: 1. Eröffnung, Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit; 2. Wahl einer Versammlungsleitung • Vorsitzende/r • Beisitzer/in zugl. Schriftführer/in; 3. Wahl von Stimmenzählern; 4. Berichte • Bezirksvorsitzender • Fraktionsvorsitzender • Kassenführer • Kassenprüfer; 5. Aussprache und Antrag auf Entlastung.

Tag der Archive in Friedrichstadt

(rd) Wer sich einmal über die Aufgaben eines Archivs informieren möchte, hat dazu am Sonntag, 8. März zwischen 14 und 17 Uhr im Stadtarchiv Friedrichstadt in der Westerlilienstraße 7 Gelegenheit.

Bei einem Nachmittag der offenen Tür können Sie sich anschauen, welche Akten, Fotos und Bücher in unserem Archiv aufbewahrt werden und erhalten Informationen darüber, welche

Aufgaben ein Stadtarchiv erfüllt.

Zu jeder vollen und halben Stunde finden Führungen durch das Archiv statt. Außerdem können Sie günstig Dubletten aus der Bibliothek erwerben und bei einer Tasse Kaffee mit anderen Geschichtsinteressierten ins Gespräch kommen.

Der Eintritt ist frei und das Team des Stadtarchivs freut sich über viele wissbegierige Gäste.

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

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

TAXI

B Blume
Claußen

Dialyse, Bestrahlungs- & Rehafahrten • auch rollstuhlgerecht

Unsere Taxen sind mit
Trennwänden ausgestattet!

Friedrichstadt
04881-500



Café am Bahnhof

12
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
- KH-Anschlußpflege
- hervorragendes Raumklima
- vollstationäre Pflege
- abwechslungsreiches durch Reetdach
- Urlaubs-/Kurzzeitpflege
- Beschäftigungsprogramm
- von allen Kassen anerkannt

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

www.dahrenhof.de

Auch Online können Sie „Die Woche“ lesen! www.diewoche.sh

Sie haben etwas aus der Region zu berichten?



... dann senden Sie uns ihre Texte und Fotos an:
diewoche@pingel-druck.de

Wahlen beim Männergesangsverein Drage von 1872

Bei der Jahreshauptversammlung des Drager Männergesangsvereins wurden mehrere Vorstandsposten neu besetzt.

Nach der Begrüßung, dem gemeinsamen Essen und den Danksagungen an die DRK-Damen Elke Jähnichen und Elke Hinrichsen durch den Schriftführer Günther Carstens wurde in die Tagesordnung eingestiegen. Der 2. Vorsitzende Horst Nöhring ließ sich an diesem Abend wegen eines Trauerfalles in der Familie entschuldigen.

Der Jahresbericht und das

Protokoll wurden verlesen und ohne Beanstandungen durchgewunken.

Kassenwart Jürgen Brandt trug den Kassenbericht vor und die Revisoren bescheinigten ihm eine tadellose Führung der Finanzgeschäfte des Vereins, so dass der Vorstand entlastet werden konnte.

Da die Chorleiterin und 1. Vorsitzende Anita Nickelsen gesundheitsbedingt nicht mehr antreten konnte, musste ihr Posten neu besetzt werden.

Thomas Friess ist nun seit dem 12. Januar neuer 1. Vorsitzender des MGV Drage. Zu

seinem Stellvertreter wählten die anwesenden Sangesbrüder Günther Carstens, der gleichzeitig den Posten des Schriftführers inne hat. Der bisherige 2. Vorsitzende Horst Nöhring hatte sein Amt aus persönlichen Gründen zur Verfügung gestellt.

Bei den übrigen Wahlen wurden die bisherigen Amtsinhaber wiedergewählt. Alle Wahlen erfolgten einstimmig.

Im Tagesordnungspunkt 8 ging es um die Anpassung des Jahresbeitrags. Nachdem Kassenwart Brandt die zu erwartenden Kosten für das Jahr

2026 vorgetragen hatte, einigte man sich auf einen Beitrag von 50 Euro pro Jahr.

Unter Verschiedenes trug der neue 1. Vorsitzende die Idee vor, ein Osterfeuer zusammen mit anderen Drager Vereinen und Institutionen zu organisieren, da das Beekenbrennen wegen zu starken Windes ausfallen musste und der große Holzhaufen noch immer auf dem Acker liegt.

In gemütlicher Runde saß man nach der Versammlung noch bei anregenden Getränken und Gesprächen zusammen.

Marktfrühstück DRK Lunden

(rd) Unser „Marktfrühstück“ für jedermann gibt es immer den 1. Donnerstag eines Monats. Pro Person nehmen wir nur 3 Euro. Es findet wie immer im DRK-Zentrum in Lunden, Friedrichstraße statt.

Jahreshauptversammlung der Stapelholmer Sportgemeinschaft

(rd) Einladung zur Jahreshauptversammlung am Dienstag, 24. März um 19.30 Uhr im Sportlerheim. Tagesordnung: 1. Eröffnung und Begrüßung, 2. Bericht des geschäftsführenden Vorstandes, 3. Bericht des Vorstandes, 4. Bericht des Kassenwartes, 5. Bericht der Kassenprüfer, 6. Entlastung

des Vorstandes, 7. Wahlen 1. Vorsitzende/r, 2. Vorsitzende/r, Schriftführer/in, Jugendobmann/frau, Kassenprüfer, 8. Haushaltsvoranschlag, 9. Info neue Turnhalle, 10. Anträge, 11. Verschiedenes. Anträge zur Jahreshauptversammlung sind dem Vorstand bis zum 17. März schriftlich vorzulegen.

Antiquitäten-Schmuck-Kleinkunst

Goldstube Heide

Schuhmacherort 6 · 25746 Heide · Tel. (0481) 81 78 67 29
Mo.–Fr. 10–17 Uhr · Sa. 10–14 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Wir kaufen

- Gold jeglicher Art
- Silber, Zinn
- Modeschmuck
- Münzen
- Bernstein
- Perlenketten
- Zahngold (auch mit Zähnen)
- Silberbesteck (auch 90er versilbert)
- Uhren (Armband & Taschenuhren)



Wir zahlen für Markengoldschmuck bis zu 150,- €/Gramm.
Großer Ankauf für Versilbertes Besteck 90-100 Auflage. Bringen Sie am Besten ihre ganze Schatulle mit und wir ermitteln gemeinsam den Wert. Kommen Sie vorbei und lassen bei einem Café oder Tee ihren Schmuck schätzen.

Wir kaufen auch Luxusuhren an – wir zahlen bis zu 100.000,- €.

*Gerne bieten wir auch kostenlos Hausbesuche an. Unsere Bewertungen sind unverbindlich und diskret.

Goldstube Heide

Entrümpelung zum Festpreis!

- Entrümpelung mit Wertanrechnung
- Haushaltsauflösungen
- Seniorenuzüge

Freundlich, preiswert und zuverlässig. Egal ob Wohnung, Keller, Haus oder Büro!

0481-81786729
Schuhmacherort 6 • HEIDE
Mo.-Fr. 10-17 Uhr • Sa. 10-14 Uhr

GRATIS KARTON! KOSTENLOSE BERATUNG!

DRK-Shop wieder geöffnet

(rd) Der DRK-Shop in Lunden, Breiter Weg, ist ab sofort wieder geöffnet.

Dorfkrimi in Drage

(rd) Am Montag, 2. März gibt es im Dorfgemeinschaftshaus in Drage eine Dorfkrimi-Vorführung sowie ein gemeinsames Abendessen ab 18 Uhr. Titel des Film: „Kein schöner Tod II“. Kosten: inkl. Film 12,50 Euro. Nur die Filmvorführung ab 19 Uhr kostet 5 Euro. Anmeldung werden erbeten unter Tel. 04881-1504 oder 01525-8509520.

Friedrichstädter Frauenfrühstück

(rd) Das nächste Friedrichstädter Frauenfrühstück findet am 2. März wieder von 9 bis 11 Uhr im evangelischen Gemeindehaus statt. Wer nicht kommen kann oder neu dazukommen möchte, melde sich bitte unter den Telefonnummern 04881-660 oder 04881-462 bis zum 27. Februar ab oder wieder an, damit nicht unnötig eingekauft wird.

Dorfkrimi „Kein schöner Tod II“

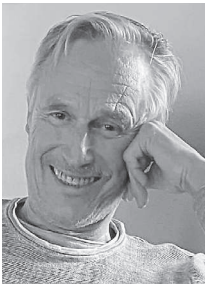
(rd) Am 28. Februar um 19 Uhr gibt es im DGH Seeth den Dorfkrimi „Kein schöner Tod II“. Einlass ist ab 18 Uhr, Vorverkauf im DGH am 18. Februar von 15 bis 17 Uhr.

Drage: Essen in Gemeinschaft

(rd) Im Dorfgemeinschaftshaus in Drage wird am Mittwoch, 4. März um 11.45 Uhr wieder gemeinsam gegessen. Als Gericht wird Hühnerfriskassee mit Reis und Rote Beete angeboten. Der Nachtisch ist wie immer eine Überraschung. Anmeldungen bitte bis Donnerstag, 26. Februar bei Maren Möller, Tel. 04881-415.

Irischer Frühling in Ramstedt

Am Sonntag, 1. März um 18.30 Uhr läuten drei Vortragskünstler den irischen Frühling ein. Dr. Dieter Hanke (Foto) wird vier Geschichten aus dem Heimatland von Whiskey und Guinness präsentieren: über unzuverlässige Männer, die ihre Zeit lieber in Pups verbringen, über Vertreter Gottes, die den Balken im eigenen Auge nicht



Irischer Frühling im Dörpshuus

(sg) Am Sonntag, 1. März um 18.30 Uhr läuten 3 Vortragskünstler den meteorologischen Frühling in Irland ein. Dr. Dieter Hanke wird ausgesuchte Geschichten aus dem Heimatland von Whiskey und Guinness vorlesen; die 2 Musiker vom Drager Duo „Schräg gegenüber“ werden dazu passende irische Folkloremelodien servieren. Das ganze findet statt im Dörpshuus in Ramstedt, Bäckerweg 2.

Frühlingsmarkt der Landfrauen

(rd) Am 15. März gibt es im Dörpshuus in Ramstedt von 10 bis 17 Uhr einen Frühlingsmarkt. Es erwartet sie viele kreative Aussteller sowie ein gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen und Räucherfisch direkt aus dem Ofen.

Ich, 58, suche dringend eine Single-Wohnung in Friedrichstadt od. Umgebung
1-2 Zimmer! Gehbehindert, Erdgeschoss oder Aufzug, Keine Haustiere, Nichtraucher!
Kontakt unter 01522-3292045

Mitglieder-versammlung

Der Vorstand des SoVD OV Friedrichstadt/Koldenbüttel lädt alle Mitglieder herzlich zur Mitgliederversammlung mit Wahlen am 7. März in Reimers Gasthof ein. Die Versammlung beginnt um 14 Uhr. Schriftliche Einladungen mit der Tagesordnung sind alle per Post, als Beilage in der Verbandszeitung und als Email an die Mitglieder gegangen. Es muss in dieser Versammlung satzungsgemäß ein neuer Vorstand gewählt werden. Da für mehrere Posten sich noch keine BewerberInnen gemeldet haben, hoffen wir noch auf Wahlvorschläge. Die Mitgliederversammlung wollen wir mit Kaffeetrinken und ein paar Spielrunden abschließen. Wir hoffen auf rege Beteiligung. Anmeldungen bei Elke Davids, Tel. 04881-1381 bis zum 2. März. *Der Vorstand*

Kreativrunde und Osterbasteln

(rd) Bei den Landfrauen Friedrichstadt und Umgebung gibt es am Mittwoch, 4. März um 19 Uhr „Die Kreativrunde“ und „Frühjahrs-Oster-Basteln“ im Seether Dorfgemeinschaftshaus. Nähere Info und Anmeldung: Elke Fedders, Tel. 04881-7973 oder Tanja Arp-Götze, Tel. 04881/8146. Gäste sind herzlich willkommen!

Klönnachmittag fällt aus

(rd) Der Klönnachmittag im DRK-Zentrum in Lunden, Friedrichstraße muss im Januar und Februar leider ausfallen.

JHV des TSV Seeth/Drage

Seine Jahreshauptversammlung in diesem Jahr führt der TSV Seeth/Drage am Samstag, 28. Februar um 20 Uhr im Sportlerheim Seeth durch. *Helge Jensen, 1. Vorsitzender*

Vorbereitung Kulturnacht 2026

(rd) Am 29. August findet die diesjährige Kulturnacht statt. Zu einem ersten Vorbereitungstreffen, vor allem für neue Teilnehmende, lädt das Organisationsteam am 3. März um 19 Uhr ins Stadtarchiv, Westerlilienstraße 7 ein. Telefonische Auskunft erteilt Christiane Thomsen unter der Nummer 04881-1511.

Vortrag in der Gedenkstätte

(rd) Die Schleswig-Holsteinische Universitäts-Gesellschaft lädt zu einem Vortrag ein. Prof. Dr. Dr. Ino Augsberg spricht über Menschenrechte und Religion. Wann: Mittwoch, 4. März um 19:30 Uhr. Wo: Kultur- und Gedenkstätte Ehemalige Synagoge Friedrichstadt, Am Binnenhafen 17, 25840 Friedrichstadt. Eintritt: 7 Euro; Mitglieder zahlen 3 Euro; Schüler und Studenten frei.

SUCHE
dringend Porzellan, Bestecke uvm.
Bitte alles anbieten!
HEI 0177-2723048

Kurse der VHS Friedrichstadt

(rd) Folgende Kurse finden im Rathaus, 2. Obergeschoss in der VHS in Friedrichstadt statt: Hatha Yoga, fortlaufend dienstags, 18 bis 19.30 Uhr, je 5 Termine, 50 Euro. Plattdeutsch, 25. März, 17 bis 18.30 Uhr, 8 Termine, 40 Euro. Englisch am Vormittag – Termin bitte erfragen, Februar, 9 bis 10.30 Uhr, 10 Termine, 60 Euro. Anmeldung und weitere Info: Volkshochschule Friedrichstadt, Am Markt 11, Tel. 04841-992-722, info@vhs-friedrichstadt.de

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

Herstellung:
Heider Offsetdruckerei
Pingel-Witte
Hamburger Straße 69
25746 Heide

Stapelholm: JHV der Sportgemeinschaft

(rd) Die Stapelholmer Sportgemeinschaft von 1971 e.V. lädt ein zur Jahreshauptversammlung am Dienstag, 24. März um 19.30 Uhr im Sportlerheim. Tagesordnung: 1. Eröffnung und Begrüßung; 2. Bericht des geschäftsführenden Vorstandes; 3. Bericht des Vorstandes; 4. Bericht des Kassenwartes; 5. Bericht der Kassenprüfer; 6. Entlastung des Vorstandes; 7. Wahlen: 1. Vorsitzender, 2. Vorsitzender, Schriftführer/in, Jugendobmann/frau, Kassenprüfer; 8. Haushaltsvorschlag; Info neue Turnhalle; 10. Anträge; 11. Verschiedenes. Anträge zur Jahreshauptversammlung sind dem Vorstand bis zum 17. März 2026 schriftlich vorzulegen.

Vortrag im Bootshaus

(rd) Was ist eigentlich in der Welt los? Am 4. März um 19 Uhr findet im Bootshaus der Friedrichstädter Rudergesellschaft ein spannender Vortrag statt. Thomas Gröters, Vorstandsmitglied der FRG und Oberst bei der Bundeswehr, spricht zum Thema „Was ist eigentlich in der Welt los? Sicherheitspolitischer Blick auf den Globus“. Die Rudergesellschaft lädt alle Interessierten herzlich zu diesem Vortrag ein und hofft auf viele Gäste.

DRK Lunden: Essen in Gemeinschaft

(rd) Am 19. Februar, 12 Uhr findet im DRK-Zentrum in Lunden, Friedrichstraße ein Essen in Gemeinschaft statt. Es gibt lecker Hackbraten für nur 7 Euro pro Person. Bitte bei Torssten Heinen, Tel. 04882-3070982 anmelden.

Friedrichstadt: Wir machen sauber

Es ist wieder soweit, in Friedrichstadt wird sauber gemacht. Wir laden herzlich ein, dabei zu sein am Samstag, 7. März, Treffen Marktplatz, 9.30 Uhr. Nach der Begrüßung auf dem Marktplatz werden die Sammelpläne sowie Mülltüten und Handschuhe verteilt. Im Anschluss an die Aktion laden wir ein in das Feuerwehrgerätehaus zu einem Beisammensein bei einem Imbiss. *Der Bürgermeister*

Kinderkunst-Vernissage

Am 9. März um 16 Uhr findet in gemütlicher Atmosphäre der alten Tischlerei Friedrichstadt eine besondere Kinderkunst-Vernissage statt. Junge Künstlerinnen und Künstler präsentieren mit großer Freude ihre entstandenen Werke. Die Ausstellung zeigt die kreative Vielfalt, Fantasie und Ausdruckskraft der Kinder und lädt Besucherinnen und Besucher dazu ein, die Welt aus ihrer Perspektive zu entdecken. Die Veranstaltung bietet Raum für Begegnung, Austausch und Inspiration – und würdigt die kreative Arbeit der teilnehmenden Kinder. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, diese kreative Ausstellung mit musikalischer Begleitung und einem kleinen Buffet zu besuchen. *Kamila Peters*

Jahreshauptversammlung mit Vortrag

Der DKR Ortsverein Bergenhusen e.V. lädt am 4. März um 18.30 Uhr die Mitglieder und Gäste zur Jahreshauptversammlung im Café Landgasthof Hoier Boier in Bergenhusen ein. Zu Beginn der Versammlung wird ein warmer Imbiss gereicht. Der Eigenanteil beträgt 8 Euro, Gäste zahlen 15 Euro. Tagesordnung: 1. Begrüßung, 2. Feststellung der Beschlussfähigkeit und Genehmigung der Tagesordnung, 3. Grußworte, 4. Protokoll und Tätigkeitsbericht 2025, 5. Kassenbericht, Entlastungen, 6. Wahlen Kassenwart, Kassenprüfer, 7. Ehrungen, 8. Verschiedenes. Anträge sind bis zum 25. Februar bei Elke Witt, Tel. 04885-

422 einzureichen. Verbindliche Anmeldung bitte bis zum 25. Februar bei Jutta Heine, Tel. 0162 9042047 oder Elke Witt, Tel. 04885-422. Aufgrund der aktuell immer wieder auftretenden Schockanrufe, Gewinnversprechen am Telefon und Betrug durch falsche Polizeibeamten, erklärte sich Herr Polizeihauptmeister Schrader aus Schleswig bereit, im Anschluss der Versammlung einen Vortrag über „Betrüger am Telefon, am Handy und an der Tür“ für uns zu halten, mit dem Ziel, dass wir vor der gefährlichen Abzocke der Trickbetrüger sicher sind und uns entsprechend verhalten. *Ingo Brüning*

In stillem Gedenken

Wir nehmen Abschied von

Günter Rahn

Als langjähriges Mitglied des Südschleswigscher Wählerverband (SSW) und engagierter Stadtvertreter in Friedrichstadt hat er unsere Arbeit nachhaltig geprägt.

Unsere Gedanken sind bei seiner Familie.

Stellvertretend für den SSW Friedrichstadt
Jan U. Kratochvil

Hanna Biedler

† 15. Januar 2026

Es ist schwer einen geliebten Menschen zu verlieren, aber es tut gut zu erfahren, wie viele sie gern hatten.

Wir danken allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme zum Ausdruck brachten.

Im Namen der Familie
Susanne Königstein und Kerstin Hansen-Biedler

Friedrichstadt, im Februar 2026

Elly Kallweit

† 10.1.2026

Herzlichen Dank sagen wir auf diesem Wege allen, die sich mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme in so liebevoller Weise zum Ausdruck gebracht haben.

Ein besonderer Dank geht an Herrn Pastor Alexander Westbrock für seine einfühlsamen Worte und an Herrn Wolfgang Schiede von Bestattungen Mumm & Bendixen für den würdevollen Abschied.

Die Kinder mit Familie

Stapel, im Februar 2026

UTERMARK

WOHNKULTUR MEISTERHAFT

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.tischlerei-utermark.de

Ungehaltene Reden ungehaltener Frauen

Christine Brückner hat in ihrem Buch „Wenn Du geredet hättest, Desdemona“ (Ullstein Verlag) unter dem Untertitel „Ungehaltene Reden ungehaltener Frauen“ fiktive Monologe meist historischer und literarischer Frauenfiguren verfasst, die damit ihre Standpunkte zur Position der Frau und zu ihrer eigenen Rolle aus eigener Sicht vertreten können.

In der Produktion der Meldorf Theatergruppe treten sechs von ihnen auf, die Auszüge aus ihren Monologen zu-, gegen- und miteinander vortragen: Christine Brückner selbst führt ein, Christiane von Goethe geb. Vulpius und Donna Laura, das Idol des Dichters Francesco Petrarca, reflektieren als Duo über die Kunst, (männliche) Künstler und gesellschaftliche Erwartungen, Eva Braun treibt als Solitärin Naivität und

Ignoranz auf die Spitze, und schließlich entwickeln Katharina Luther geb. von Bora und die antike Königin Klytämnestra im Wechselspiel ihre Gedanken zu Politik in Haus und Staat.

Diese Frauen haben uns auch heute noch etwas zu sagen und Denkanstöße zu geben – aus dem Bild heraus, das wir uns von ihnen und sie sich von sich selbst gemacht haben. Die Musik, die eigens für diese Inszenierung komponiert wurde, untermalt, illustriert und verstärkt emotional das auf der Bühne Gespielte.

Sie wird unter der Idee „12 Stimmen – 12 Töne“ ausschließlich von 12 Frauenstimmen ausgeführt, die sich mal vorsichtig tastend, mal aggressiv, mal ausladend in der Fläche, mal ausdrucksstark solistisch, einer Zwölftonreihe folgend, bewegen. Sie wirkt wie

eine zusätzliche Darstellerin im akustischen Raum, wobei der Melderder Komponist Boris Guckelsberger den gesamten Tonumfang der weiblichen Stimme bis zur Schmerzgrenze nutzt, um unter anderem Texte von Francesco Petrarca, Hugo von Hoffmannsthal und Rose Ausländer zum Klingen zu bringen.

Darstellerinnen: Meike Marxen, Gesche Utermark-Koch, Susan Claussen, Sabine Volkmann, Ulla Udluft und Nicole Haack, Musik: Boris Guckelsberger, Regie: Sven Methner.

Freitag, 6. März, 19 Uhr, Kultur- und Gedenkstätte Ehemalige Synagoge. Eintritt: 10 Euro, Ticketverkauf über die Touristinfo Friedrichstadt.

Miriam Rachenpöhler

Frauenpower im Haus Peters

(rd) Am 8. März um 15 Uhr gibt es im Haus Peters in Tetenbüll eine Auftaktveranstaltung zum Jahresmotto Frauen-Power mit Sekt und Selters. Zum Start des Jahresmottos, bei dem der Kraft der Frauen ein besonderes Augenmerk geschenkt werden soll, lädt das Haus Peters zu einer kleinen Feierstunde ein. Wortbeiträge sollen informieren und anregen, über diese Thematik ins Gespräch zu kommen. Im Haus Peters werden u. a. unter diesem Motto gewürdigt: Luise Peters: Schneiderin & Handarbeitslehrerin (Kulturhistorische Ausstellung), Künstlerinnen: Frauke Petersen, Ines Ramm, Christin Karbaum (Kunstaustellungen) u.v.m

Schwimmkurs des DLRG

(cl) Wir freuen uns, dass der Schwimmkurs „Projekt Schwimm-Mobil“ des DLRG Landesverbandes Schleswig-Holstein e.V. in diesem Jahr wieder im Treenebad Friedrichstadt stattfinden kann.

Es bestehen zwei Gruppen für Kinder im Alter von 6 Jahren bis 12 Jahren für Schwimmer mit und ohne Abzeichen. Der Kurs wird vom 3. bis 14. August,

von Montag bis Freitag stattfinden.

Vorteilhaft wäre es, wenn Eltern bzw. Aufsichten bei diesem Kurs anwesend sein können. Kosten entstehen keine. Rettungsschwimmer werden außer der DLRG anwesend sein. Rathaus Stadt Friedrichstadt. Anmeldungen und weitere Infos erhalten Sie unter der Tel. 04841-992722

Tag der offenen Töpferei

Am 14./15. März von 10 bis 18 Uhr findet zum 21. Mal der bundesweite „Tag der offenen Töpferei“ statt. In Schleswig-Holstein sind 20 Töpfereien mit unterschiedlichen Angeboten dabei. Davon alleine 7 an der Westküste! Wenn man ein wenig mehr darüber erfahren möchte, wie Keramik entsteht, hat man Gelegenheit dazu. Was einen bei dem Besuch einer teilnehmenden Töpferwerkstatt, z. B. bei tonalto in Friedrichstadt, so erwartet, findet man unter www.tag-der-offenen-toepferei.de Maria Ziaja und Markus Jung

HGV-Verbund Stapelholm unterstützt vielfältige Projekte in der Region

Der HGV-Verbund Stapelholm förderte wieder zahlreiche soziale, kulturelle und sportliche Projekte. Möglich gemacht wird dies durch den Erlös des beliebten HGV-Adventskalenders, dessen Einnahmen gezielt an Vereine, Initiativen und Einrichtungen mit regionaler Bedeutung weitergegeben werden.

Im Vorfeld waren Vereine, Kindergärten, Schulen, Jugendgruppen und Initiativen aufgerufen, ihre Projekte und Ideen in Form eines Antrags einzureichen. Die Resonanz war groß.

Über eine Förderung dürfen sich in diesem Jahr freuen: Natur- und Landschaftsschutz, SSG – Tennissparte, Stopler Theoderlud, FC Blau-Weiß Friedrichstadt, Segel-Club Friedrichstadt, Friedrichstädter Tennisclub, Schulsozialarbeit Erfde, Kulturbrücke e. V. Friedrichstadt, Kita Bergenhusen, Storchepflegestation Erfde,

Motorradfreunde Erfde 1985, DRK Stapel-Kindertagesstätte, Stapelholmer Sportgemeinschaft e.V. SSG, Förderverein Kitzrettung Seeth e.V., ADS Kindergarten Friedrichstadt, MC Stapelholm e.V., Stapelholmer Heimatbund, TSV Seeth/



Drage, Scheibengilde Süderstapel, Reitergemeinschaft Bergenhusen sowie die Kitzrettung Bergenhusen. „Die eingereichten Anträge haben gezeigt, wie viel Herzblut und Engagement in unserer Region steckt“, so der 2. Vorsitzende Stephan Doll des HGV-Verbund Stapelholm.

Der HGV bedankt sich bei allen Antragstellern sowie bei den zahlreichen Unterstützern des Adventskalenders, die diese Förderung erst möglich gemacht haben. Auch in diesem Jahr gilt wieder: Wir unterstützen Ihr Projekt!

Eike Brodersen, HGV Verbund-Stapelholm e.V.



Ostersielzug 11
25840 Friedrichstadt
Telefon 04881-1711

Obst und Gemüse

Ägypten **Lauchzwiebeln**
Bund **- .77**

Hidel **Eier aus Bodenhaltung**
Gr. M 10er Pckg. **2.49**

GUT & GÜNSTIG **Speisemöhren**
aus Deutschland Kl. II 2 kg **1.00**

Aus unserer Kühlung

GUTFLEISCH **Fleischsalat**
pur od. mit Kräutern 400 g **2.22**

Zott **Sahnejoghurt**
versch. Sorten 140-150 g **- .39**

Arla **Buko Frischkäse**
versch. Sorten 2 kg **1.00**

GUTFLEISCH **Brühwurst-Aufschnitt**
versch. Sorten SB-verpackt 80 g **1.00**

Neue Öffnungszeiten Post + Lotto:
von Mo. bis Sa. 8.30 bis 12.30 Uhr

Oldesloer Weizenkorn
32 Vol. % **5.49**
0,7 l

Angebote gültig von Do., 26. 2. bis Sa., 28. 2. 2026

Aus unserer Fleischerei

GUTFLEISCH **Brühwurst-Aufschnitt**
versch. Sorten oder Nordisch Fleischwurst mit Kalbfleisch 100 g **1.39**

GUTFLEISCH **Rinderbraten od. Rindergulasch**
vom deutschen Jungbullen aus dem Vorderviertel 100 g **1.59**

GUTFLEISCH **Tafelspitz**
aus der deutschen Jungbullenkeule, ideal zum Schmoren 100 g **1.89**

GUTFLEISCH **Gekochter Hinterschinken od. Schinkenspeck** 100 g **2.00**

GUTFLEISCH **Rinderfilet**
das Beste vom Jungbullen aus Deutschland 100 g **4.49**

GUTFLEISCH **Frischer od. Kasseler Schweinebauch**
im Stück kg **4.99**

GUTFLEISCH **Gepökelter Krustenbraten**
aus dem Schinken kg **5.49**

GUTFLEISCH **Kasseler Nacken**
goldgelb geräuchert, ohne Knochen kg **5.99**

GUTFLEISCH **Kasseler Nacken**
goldgelb geräuchert, ohne Knochen kg **5.99**

GUTFLEISCH **Frisches Kotelett**
in Scheiben kg **6.49**

HEIDEMARK **Frische dtsh. Puten-Oberschenkel** kg **6.66**

GUTFLEISCH **Frische Bratwurst**
grob oder fein kg **6.90**

Unsere Öffnungszeiten:
von Mo. bis Sa. 7 bis 20 Uhr

Tiefkühl

Frosta **Pfannengerichte**
tiefgefroren, versch. Sorten 400-500 g **2.79**

Iglo **Fischstäbchen**
tiefgefroren, versch. Sorten 600 g **2.99**

Agrarfrost **Kartoffelpuffer**
tiefgefroren, 600 g **2.49**

Aus unserem Sortiment

Maggi **Itali. Pasta-spezialitäten**
versch. Sorten 800 g **2.00**

Mondamin **Soßenbinder od. Mehlschwitze**
versch. Sorten 250 g **1.29**

Mövenpick **gemahlener Bohnenkaffee**
"Der Himmlische" 500 g **6.99**

Storck **Toffifee** 125 g **1.11**

Knoppers **Classic** 200 g **2.00**

Sheba **Katzen-Nahrung**
versch. Sorten 85 g **- .49**

Hunde Nassnahrung
"Feine Mahlzeit" versch. Sorten 6 x 400 g **4.14**
Mengenrabatt: Menge 6

Nivea **Shampoo od. Spülung**
versch. Sorten 200/250 ml **2.49**

Rotkäppchen Sekt od. Fruchtsecco
versch. Sorten **3.29**
0,75 l

Coca Cola Kombikiste
versch. Sorten + 3.30 Pfand **11.99**
12 x 1 l

BW Bastian Witte
FINANZBERATUNG

Mobil: 01556 / 610 68 68
E-Mail: info@bastianwitte.de
Web: www.bastianwitte.de

- Versicherungen
- Baufinanzierung
- Altersvorsorge
- Sparpläne
- Geldanlage
- Verkauf Ihrer Immobilie

GENERALI DWS BADENIA