

IHR MAGAZIN FÜR HEIDE, BÜSUM UND UMGEBUNG

# Frischer Wind

NOVEMBER 2023 | GRATIS!



# Whisky Tastings 2023 / 2024 in Lühr's Landgasthof

Auch in 2023 / 2024 geht es weiter mit den Whisky Tastings in Lühr's Landgasthof in Erfde. Durch die beliebten Tastings führt Ralf Splettstößer aus Eutin.

Neues aus dem Reich des Whiskys am **17. November und 8. Dezember 2023**. Der Experte Ralf Splettstößer verspricht viele interessante Whisky-Abfüllungen. Im Januar und April folgen weitere Tastings, jeweils um 19.30 Uhr mit einem deftigen Essen als Grundlage. Karten zum Preis von 63,- € unter Telefon 04333 / 220.



## Comedy op Platt Live mit Jens Wagner

**Am 15. Dezember in Lühr's Landgasthof.** Der neue Stern am plattdeutschen Unterhaltungshimmel: Der Kiebitzreihler Landwirt und Platt-Comedian Jens Wagner begeistert mit seinen Bühnenprogrammen seine Fangemeinde in ganz Norddeutschland. Seine unbekümmerte Art mit dem Publikum umzugehen und für jeden seinen „Schnack“ parat zu haben, kommt an. In seinem neuen Stück „Ok de Jungen ward mol old“ erinnert der Platt-Comedian immer wieder an die Gemütlichkeit alter Zeiten und beklagt die Hektik und das Tempo der heutigen Zeit. Seine Geschichten zieht er aus seinem persönlichen Umfeld. Beginn 19 Uhr, Eintritt: € 33,50. Karten gibt es unter: 04333 / 220



### Muschelessen

**am 04.11. um 19:00 Uhr** – Muschelsuppe - Zwischengericht - Muscheln. Für die, die keine Muscheln mögen, halten wir ein Ersatzmenü parat.

**22,90€**

pro Person

### Steak-Wochen

**noch bis zum 05.11.** – Leckere Steak-Gerichte unter 28,00 €. Von hiesigen Rindern und Schweinen!



### Spareribs- & Schnitzel-Evening

**11.11. um 19:00 Uhr & 12.11. um 11:30 Uhr**  
Für Fleisch- und Knochenjäger! Spareribs & Schnitzel mit verschiedenen Beilagen. Reservierung bis zum 08.11.2023

**24,50€**

pro Person

### Jens Wagner - Comedy op Platt

**am 15.12. um 19:00 Uhr**  
Mit Grünkohl satt!

**33,50€**

pro Person



### Whisky Tasting

**17. November & 8. Dezember 2023**  
Beginn 19.30 Uhr. Mit dem Whiskybotschafter Ralf Splettstößer aus Eutin. Mit Essen und Unterhaltung. Reservierung bis 5 Tage vorher.

**63,00€**

pro Person



### Adventsmenü

**3. Dezember & 10. Dezember 2023 ab 11:30 Uhr**  
Vorspeise - Hauptgang - Dessert.  
Wir bitten um rechtzeitige Reservierung

**24,50€**

pro Person

### Weihnachtsbüfett

**25. Dezember 2023 ab 11:30 Uhr**  
Kinder von 6 bis 14 Jahren zahlen pro Lebensjahr € 1,00.  
Reservierung erbeten bis zum 20.12.2023

**36,50€**

pro Person

[www.luehrs-landgasthof.de](http://www.luehrs-landgasthof.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](http://www.restaurantampark-buesum.de) und auf Facebook

## Partyservice Geflügelhof Nissen



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

Ihre Familienfeier schon ab 4 Personen!

**Denken Sie schon jetzt an Weihnachten!**

Rufen Sie uns an! Tel. 0172 / 288 57 76  
oder im Internet unter: [www.gefluegelhofnissen.com](http://www.gefluegelhofnissen.com)

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

# NOVEMBER

FRISCHER WIND 11/2023

Lühr's Landgasthof – Termine im November & Dezember .....	02
Der LIONS-Adventskalender 2023 .....	04
Weihnachtsmarkt an der Hochzeitsmühle .....	05
Dithmarscher Wunderkammer .....	06
30 Jahre Tischer Ehlers.....	08
Vom Tafelkunden zum Tafelleiter .....	10
30 Jahre Jugendfeuerwehr Weddingstedt.....	12
Digital fit im Alter: Termine im November .....	14
Pädagogisch qualifiziert und hochmotiviert .....	15
Cremigen Frischkäse zu Hause leicht selber machen .....	16
Vortrag zum Plötzlichen Herztod im Dörpshus.....	17
Kulinarische Hotspots & geheimen Stuben .....	18
Wir suchen ein liebevolles Zuhause! .....	20
Die 1. Herrenmannschaft vom TSV Büsum.....	21
Unser großer Rätselspaß: Sudoku & Schwedenrätsel.....	22
Kabinengeflüster aus Heide & Umgebung.....	24
Die Schwimmsparte des MTV Heide.....	26
Start der Cheerleadingsparte im MTV Heide.....	27
Dämmung auf eigene Faust?.....	28
FilmClub Heide e.V. – Programm im November .....	29
Orte, die man gesehen haben sollte: Preiler Koog .....	30



## Impressum

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

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



Dierk Claußen, Peter Timm und Lions-Club-Präsident Kai Bunge

# Der LIONS-Adventskalender 2023

**Am Dienstag, den 7. November, ist es wieder soweit: Insgesamt 8.000 Lions-Adventskalender werden an zehn Verkaufsstellen in ganz Dithmarschen angeboten.**

Die Erfahrung zeigt: In einer halben Stunde sind alle Adventskalender weg! Da heißt es, rechtzeitig raus und Schlange stehen, um maximal fünf der begehrten Exemplare zu ergattern. So manch einer hatte in den vergangenen Jahren eine Thermoskanne mit Kaffee dabei, um sich die Wartezeit zu verkürzen. Kai Bunge, amtierender Lions-Club-Präsident, wird persönlich in das Geschehen rund um den Kalenderverkauf eintauchen und beim Geschäft von Arno Schnathmeier in St. Michaelisdonn vor Ort sein.

Ein stimmungsvolles Bild des Meldorfer Doms ziert den aktuellen Kalender, hinter dessen 24 Türchen sich rund 270 Gewinne verstecken. Den Druck hat wie in jedem Jahr seit Beginn der erfolgreichen Aktion die Heider Offsetdruckerei Pingel-Witte übernommen. Zum Preis von jeweils fünf Euro gibt es die Chance auf Gewinne im Gesamtwert von mehr als 30.000 Euro. Und die können sich sehen lassen: Ein Strandkorb, E-Bikes, ein Bambus-Fahrrad, Fernseher, Waschmaschine, I-Pads, Akku-Rasenmäher und wertvolle Gutscheine zählen zu den Hauptgewinnen. Am 1. Dezember werden die Gewinner unter notarieller Aufsicht gezogen in der Dithmarscher Landeszeitung und online veröffentlicht.

Die Erfolgsgeschichte startete vor 21 Jahren mit einer Auflage von 3000 Stück. Von Beginn an dabei ist Peter Timm, der sich alljährlich um das zeitintensive Einwerben der Spenden kümmert. Ab dem kommenden Jahr tritt Dierk Claußen aus Ostrohe in seine „großen“ Fußstapfen.

Der Adventskalenderverkauf bedeutet für den Lions-Club jedes Jahr die größte Einnahmequelle neben einem Golfturnier, dem Militärmusikkonzert im Brunsbütteler Elbeforum, dem Domkonzert in Meldorf sowie dem Punschverkauf inklusive Verlosung auf dem Heider und Brunsbütteler Weihnachtsmarkt.

## **Verkaufsstellen und -zeiten 7. November 2023:**

Albersdorf – Buchhandlung Albersdorf, 9 Uhr  
 Büsum – Scheller-Boyens Buchhandlung, 9 Uhr  
 Brunsbüttel – Buchhandlung Schopf, 8 Uhr  
 Burg – Tee-Burg, 9 Uhr  
 Heide – Scheller-Boyens Buchhandlung, 8 Uhr  
 Lunden – Druckerei Schallhorn, 7.30 Uhr  
 Marne – Edeka-Frischemarkt Frauen, 8 Uhr  
 Meldorf – Warns, 8.30 Uhr  
 St. Michaelisdonn – LOTTO Toto Schnathmeier, 8 Uhr  
 Wesselburen – Druckerei Möhring, 8 Uhr

*Text: Andrea Hanssen*

# Weihnachtsmarkt

an der Hochzeitsmühle „Aurora“  
in Weddingstedt.

3.12.  
(1. Advent)



**Auch 2023 findet wieder der Weihnachtsmarkt an der und um die Hochzeitsmühle in Weddingstedt statt. Auch in diesem Jahr haben wieder viele „neue“ und „alte“ Aussteller, z.B. mit Floristik, Holz- und Kreativarbeiten, Honig, Textilien, usw., ihr Interesse bekundet.**

Der Weihnachtsmarkt findet am 3. Dezember 2023 in der Zeit von 10:00 bis 18:00 Uhr rund um die Hochzeitsmühle Aurora statt – Start ist um 10:00 Uhr mit einem Gottesdienst. Anschließend folgt ein buntes Programm für Kinder und Erwachsene mit Tombola, Drehorgel, Chor, Kinderschminken, Märchenerzählungen, einer Nikolausstiefelaktion und vielem mehr. Auch für das leibliche Wohl ist wieder mehr als gut gesorgt. Es

gibt zahlreiche Angebote an warmen und süßen Speisen, Naschen und Getränken.

Eine große Parkfläche steht auf dem Sportplatz neben der Sporthalle zur Verfügung. Die Auffahrt ist beim Buswendeplatz an der Ostroher Straße. Benutzen Sie bitte NICHT den Parkplatz von Koll's Gasthof, da dieser ein Privatparkplatz ist und für deren Gäste benötigt wird. Die Parkfläche zum Sportplatz ist ausgeschildert und auf dem Sportplatz hängt ein Banner mit Hinweis zum Hintereingang.

Weitere Informationen und das Programm zum Weihnachtsmarkt an der Hochzeitsmühle finden Sie im Internet unter der Adresse:

[www.weihnachtsmarkt-weddingstedt.de](http://www.weihnachtsmarkt-weddingstedt.de)

**Brot:Zeit**  
Heidebrot

Immer donnerstags

**Einfach gutes Brot, einfach mal ausprobieren.**  
Zart von innen, knackig von außen: Das Heidebrot hat eine kräftige Kruste und ist sehr gut verdaulich. Schon probiert?

[www.muehlen-baecker-heide.de](http://www.muehlen-baecker-heide.de)

Mühlen  
Bäcker



# Dithmarscher Wunderkammer

**In der „Dithmarscher Wunderkammer“ mit den Augen nach Schätzen suchen. Von der alten Tradition des Rolandreitens erfahren. Im Landrecht-Gesetzbuch aus dem Jahr 1447 blättern – digital, versteht sich. Das wiedereröffnete Landesmuseum in Meldorf gewährt einen tiefen Einblick in die Seele der Dithmarscher – und ist dabei ein Museum zum Anfassen.**

Rund drei Jahre haben Neukonzeption und Bauzeit in Anspruch genommen, das Ergebnis kann sich sehen lassen.

Schon von Weitem weckt die besondere Backsteinfassade des Neubaus mit seiner plastischen Vermauerung und den drei Repliken der Dithmarscher Landesgeschichte die Neugier und spiegelt dabei sowohl das geschichtliche als auch das moderne Dithmarschen wider. Im neu gestalteten kul-

turellen und historischen Zentrum an der Westküste gibt die umfangreiche Ausstellung in den insgesamt vier Baukörpern vielschichtige Antworten auf die Fragen: Was ist Dithmarschen und wer sind wir Dithmarscher?

Gleich im Prolog-Raum der Dauerausstellung kommen verschiedene Bürger durch kurze Interviewfilme zu Wort und berichten über Land und Leute. Der Raum „Wasser und Wind“ holt die Besucher thematisch ins Boot beim Küstenschutz, der Landgewinnung sowie der Windenergie. Zweisprachig, digital und analog. Weiter geht's in die „Dithmarscher Wunderkammer“ – gefüllt mit zahlreichen, für die Zukunft aufbewahrten Schätze der Dithmarscher. Von der Barbiepuppe bis zum Schulranzen, vom Staubsauger bis zum Fernsehgerät. „Das Landesmuseum wurde 1896 erbaut und zählt bundes-

## Alles aus einem Kopf

Kostenlose Beratung! Ihr Ansprechpartner im Bereich Allfinanz.

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

*Früher an  
später denken!*

 Deutsche  
Vermögensberatung



**Bastian Witte** • Agenturleiter • Bankkaufmann

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

weit zu den ältesten bürgerschaftlich gegründeten Museen“, berichtet Andreas Heller. Der Hamburger Architekt zeigt verantwortlich für den Entwurf des Neubaus sowie der inhaltlichen Neukonzeptionierung. Zu den weiteren Räumen zählen „Ländliche Wohnkulturen“ mit Ensembles wie die Fliesenstube wohlhabender Bauern sowie die Gerichtsstube des Landvogts Markus Swyn.

Alles um die Dithmarscher Bauernrepublik, die Schlacht von Hemmingstedt und das Landrecht dreht sich in der großen zentralen Halle, vielleicht das Herzstück des Museums. Digitale Infotafeln erklären die jeweiligen Exponate und ermöglichen einen vertieften Einblick in die Geschichte. So wie etwa an einem Medientisch, der das Landrecht von 1447 unter die Lupe nimmt. „Das digitale Blättern im Gesetzbuch lässt sich auch gut für den Schulunterricht nutzen“, erklärt Heller. Ein Museum zum Ausprobieren eben. Mit zahlreichen interaktiven Stationen. Und dem Fokus sowohl auf den museumspädagogischen als auch den touristischen Aspekt.

Neu sind die Ausstellungsräume über Dithmarschens Kaiserreich, den Ersten Weltkrieg sowie die Weimarer Republik bis zur NS-Zeit. Der Raum mit den Biografien verschiedener Personen wie Kriegsgefangene und Zwangsarbeiter in der Zeit des Zweiten Weltkrieges ist sehr eindrücklich gestaltet und besonders wichtig für die Vergangenheitsbewältigung. Denn Dithmarschen war bekanntlich seinerzeit eine Nazi-Hochburg. Auch der Alltag in der Nachkriegszeit wird in den Museumsräumlichkeiten beleuchtet – wie etwa durch ein Klassenzimmer, eine Kneipe, ein Kino und zwei Arztpraxen.

Der Neubau umfasst neben einem Foyer mit Museumsshop auch zwei Säle für Sonderausstellungen und Veranstaltungen. Der 110 Jahre alte Bütje-Brunnen hat einen würdigen Platz im Außenbereich des Landesmuseums erhalten, das künftig mit Energie aus dem Erdwärmespeicher versorgt werden soll.

Die regulären Öffnungszeiten sind dienstags bis sonntags von 10 bis 17 Uhr. Die Eintrittspreise betragen 6 Euro für Erwachsene, 3 Euro für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre. Kinder unter sechs Jahren haben freien Eintritt.

*Text & Fotos: Andrea Hanssen*



**Böttcher**  
RADWELT

RAUF AUFS RAD

**Montag - Freitag** 10-18 Uhr

**Samstag** 10-14 Uhr



 boettcher\_radwelt

 Böttcher Radwelt

Waldstraße 3 • 25746Wesseln



# 30 Jahre Tischler Ehlers

**Holz ist unser Leben – Holz ist unsere Inspiration. Unter dieses Motto hat Tischlermeister Jan Ehlers seine Firmenphilosophie gestellt. In diesem Jahr begeht der 59-Jährige sein 30-jähriges Betriebsjubiläum. „Ein guter Anlass, um unseren vielen Stammkunden für Ihre Treue zu danken“, sagen Jan Ehlers und Ehefrau Melanie, die ihm wertvolle Unterstützung im Büro gibt. „Ohne unsere Kunden wären wir nicht dort, wo wir heute sind.“**

Mit Liebe zum Detail übernimmt die Firma Ehlers Kleinstaufträge und Reparaturen aller Art wie auch die Instandsetzung von Fenster und Türen. Außerdem gehört die Aufarbeitung von persönlichen Lieblingsstücken oder antiken Möbeln zur Leistungspalette. Ist beispielsweise die Lehne eines altertümlichen Stuhls defekt, wird diese nach der Reparatur mit einem speziellen Lack versehen, der nach Fertigstellung für eine authentische Optik sorgt. Gerne wird die Tischlerei Ehlers auch bei Umzügen zu Hilfe gezogen, wenn der Auf- und Abbau bestimmter Einrichtungsgegenstände nötig ist. Mit Fachkompetenz, Flexibilität und Freundlichkeit ist Jan Ehlers zur Stelle. Und nicht zuletzt mit fairen Preisen. „Ich schau bei der Arbeit

nicht so auf die Uhr“, sagt er. „Natürlich müssen Preis und Leistung im Verhältnis stimmen, aber das Wichtigste ist für mich ein glücklicher Auftraggeber.“ Seine nunmehr 30-jährige Erfahrung hat eine gute Vernetzung mit anderen Gewerken zur Folge. „Wir sind gerne Ansprechpartner für den Kunden, denn erst wenn dieser zufrieden ist, bin ich es auch“, sagt Jan Ehlers. „Unsere Liebe zum organischen Material Holz erkennt man im Detail. Unsere Arbeit ist von nachhaltigem Wert und soll möglichst lange Freude bereiten.“

Das Geschäftsgebiet der Tischlerei Ehlers umfasst die Stadt Heide und Umgebung. Mit seinem blauen Firmenfahrzeug und zahlreichen kleineren Handmaschinen „an Bord“ ist Jan Ehlers hin und wieder aber auch im Süden des Kreisgebietes unterwegs, denn verschiedene öffentliche Auftraggeber greifen seit Jahren auf die Tischlerei Ehlers zurück. Mit dem 1989 absolvierten Meisterbrief in der Tasche wagte der Firmeninhaber 1993 den Schritt in die Selbständigkeit – zunächst mit einer mobilen Tischlerei. Der Firmensitz befand sich seinerzeit in Schlichting. Drei Jahre lang fuhr er mit dem Firmenbus von Kunde zu Kunde. Unterstützung erhielt er von einer

Hilfskraft und später von einem angestellten Gesellen. 1996 wurde er dann mit seinem Meisterbetrieb inklusive eigener Werkstatt in Süderheistedt sesshaft und erfüllte sich damit einen Traum. Als Ausbildungsbetrieb übernimmt er seit dem Jahr 2015 Verantwortung in Zeiten des Fachkräftemangels, auch um jungen Menschen eine berufliche Perspektive geben. Aktuell steht ihm ein Auszubildender im dritten Lehrjahr zur Seite.



„Ich bin Tischler aus Leidenschaft“, sagt der gebürtige Kude-ner. „Ich mag meine Arbeit mit dem schönen Werkstoff Holz, sie ist vielseitig und bringt zudem viel Kundenkontakt mit sich.“ Nicht selten wird Jan Ehlers nach getaner Arbeit zu Kaffee und Kuchen eingeladen. Für einen kleinen Klönschnack nimmt er sich gerne Zeit und hat ein offenes Ohr für die Belange seiner Kunden. „Auch das gehört für mich dazu“, meint er. „Gerade in dieser schnelllebigen Zeit ist der zwischenmenschliche Kontakt wichtiger denn je.“

Für ein unverbindliches Gespräch steht Jan Ehlers gern zur Verfügung. Anruf oder E-Mail genügt: Tel. 0481/87481 oder mobil 0173/5194213; tischlereijanehlers@t-online.de.

Text & Fotos: Andrea Hanssen

# QUALITÄT MIT PROFIL!

Sie haben Qualität verdient. Unsere Liebe zum Holz erkennt man im Detail. Die Tischlerei Jan Ehlers liefert ausgezeichnete, individuelle Produkte, die sich sehen lassen und die lange Freude bereiten.

Ob hochwertige Restauration Ihrer Lieblingsstücke, ob Instandsetzung, Modernisierung oder individuelle Herstellung von Möbelstücken - hier sind Sie richtig. Gerne berate ich Sie! Rufen Sie mich an oder senden Sie eine Nachricht - ich freue mich auf Sie!

**Jan Ehlers**

Fertigung von Meisterhand

*Der Tischler*

Mittelstraße 3, 25779 Süderheistedt  
Tel. 0481 - 87481 · Mobil 0173 - 5 1942 13

[www.tischlereijanehlers.de](http://www.tischlereijanehlers.de)

## ADVENTSZEIT MIT KNUTZEN

FESTLICHE  
*Stimmungs-*  
MACHER



KNUTZEN  
WOHNEN

KNUTZEN WOHNEN | HAMBURGER STR. 109 | 25746 HEIDE  
TELEFON 0481 / 68 010 | [WWW.KNUTZEN.DE](http://WWW.KNUTZEN.DE)



Heidi und Mirko Lietzmann

# Vom Tafelkunden zum Tafelleiter

**Lebenswege verlaufen nicht immer schnurgerade. Doch sind es nicht gerade die Umwege und die Erfahrungen, an denen Menschen wachsen und die in späteren Jahren ihr Handeln bestimmen? Mirko Lietzmann zum Beispiel.**

Vor 25 Jahren war der Mittvierziger noch Kunde bei der AWO-Tafel in Heide. Heute ist er dort fest angestellt und leitet mit Herz und viel persönlichem Einsatz diesen wichtigen Teilbereich der sozialen Arbeit. „Ich habe mich hochgearbeitet“, schmunzelt Mirko Lietzmann. Zu Recht darf er stolz sein auf das, was er leistet, und die positiven Impulse, die er setzt. Seit gut drei Jahren wirkt auch Heidi Lietzmann dank eines Förderprojektes im Orga-Team der Tafel mit – als Stellvertreterin ihres Mannes.

Insgesamt sind im Team der Tafel 15 Personen in die Arbeitsabläufe involviert. Überwiegend sind es Männer und Frauen mit geförderten Arbeitsgelegenheiten (AGH) oder auch Personen im Engagierten Ruhestand. Die Tafelarbeit reicht weit in das Privatleben von Mirko und Heidi Lietzmann hinein. Im Gegensatz zum Arbeitsbeginn um 6 Uhr sei das Dienstende um 14 Uhr reine Theorie. „Das Handy bleibt auch nach Feierabend eingeschaltet, schließlich kann immer etwas sein“, so Mirko Lietzmann.

Wie kam es dazu, dass Mirko Lietzmann vor 25 Jahren selbst Tafelkunde war? Er blickt zurück: „Ich hatte mehrere Jobs im Einzelhandel. Auch Maßnahmen der Agentur für Arbeit waren dabei – manche nur kurz. Das Richtige war es nie und was ich gerne gemacht hätte, passte körperlich nicht.

Vielleicht hatte ich auch nicht immer die richtige Einstellung. Da war nicht viel übrig.“ Für seine heutige Arbeit ist diese Biografie nicht von Nachteil. „Ich kenne die Seite vor und die Seite hinter unserem Ausgabebetzen. Unsere Kunden wissen, wen sie vor sich haben.“

## Ohne Sachspenden keine Tafel

Über Bekannte habe er damals den Tipp mit der Tafel bekommen. Bedürftigkeit vorausgesetzt wird im AWO-Büro eine zeitlich begrenzte Tafelkundenkarte ausgestellt. Gegen Vorlage dieser Karte können an der Ausgabestelle Lebensmittel gegen kleines Geld erworben werden. An diesem Punkt im Gespräch stellt Mirko Lietzmann klar: „Wir sind kein Vollversorger, nur ein Unterstützer. Was an Lebensmitteln vorgehalten und angeboten werden kann, wechselt beständig.“ Aus rechtlichen Gründen darf die Tafel keine Lebensmittel erwerben, sondern nur solche verteilen, die gespendet werden. Größtenteils erfolgen die Spenden durch hiesige Supermärkte, Tankstellen, Bäckereien und Discounter, aber auch durch einheimische Produzenten, Großküchen und Verarbeitungsbetriebe. Es sind Lebensmittel, die noch unverdorben sind, aber für den Verkauf nicht mehr den Vorgaben der Unternehmen entsprechen. Täglich steuern drei AWO-Fahrzeuge die Abgabestellen an und sammeln die Lebensmittel ein. Diese werden dann im Team sortiert und auf die vier Tafeln des AWO-Ortsvereins in Heide, Lunden, Wesselburen und Büsum verteilt. „Auch Privatkunden spenden Lebensmittel, das hilft und freut uns sehr“, sagt AWO Ortsvorsteher Karsten Wessels.

## An vier Tagen in der Woche geöffnet

Die Lebensmittelbeschaffung ist schwieriger geworden. Karsten Wessels: „In vielen Märkten wird nicht mehr so schnell aussortiert oder die Ware verbilligt als ‚Gutes von gestern‘ angeboten.“ Zugleich steigt aber die Zahl der Tafelkunden stetig.

Dies führte bereits jetzt dazu, dass die Heider Tafelkunden maximal an zwei von vier möglichen Wochentagen Ware beziehen können. Jeweils ab 11.30 Uhr am Montag und Dienstag sowie am Donnerstag und Freitag ist die rückwärtig zum Heider AWO-Haus gelegene Tafelausgabestelle geöffnet.

Oft schon eine Stunde vor Öffnung sind die ersten Kundinnen und Kunden da. Viele kennen sich und schnacken miteinander. Für manche sei es oftmals die einzige Unterhaltung am Tag – die Tafel als Kommunikationsbörse. Die Tafel ist aber auch ein Baustein für Nachhaltigkeit, denn Lebensmittel sind viel zu wertvoll zum Wegwerfen.

## Herzenswunsch geht in Erfüllung

Ein Herzenswunsch des Tafelteams wird übrigens im November wahr: das Aufstellen des neuen Lebensmittelrensens. Möglich wurde die Finanzierung mit Spendengeldern aus der NDR-Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“.

Da es für die Spendensumme aber keinen komplett fertigen neuen Tresen zu kaufen gab, griff der gelernte Metallbauer Karsten Wessels zum Schweißbrenner und schweißte kurzerhand in seiner privaten Werkstatt das Metallgestell für den Holzaufbau zusammen. Der Aufbau aus hygienischem Tischlerholz kommt aus der Werkstatt von Tischlermeister Jan Ehlers aus Süderheistedt. Auch bei der Planung dieses neuen

Tresens hat Tafelleiter Lietzmann mitgewirkt. „Mirko macht sich viele Gedanken und es kommen immer gute Anregungen von ihm“, lobt Karsten Wessels. Vor 25 Jahren war es Mirko Lietzmann nicht vorgezeichnet, dass es mal so kommen würde. Happy End für ihn: Er hat die Arbeit gefunden, die das Beste aus ihm herausholt.



Das Team der Tafel



## Rund um den Bau. Wir sind der richtige Partner.



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!

Schönes Wohnen

Gesund einrichten

Energetisch sanieren

Raum schaffen

Garten gestalten

Vom Dach zum Keller

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



# 30 Jahre Jugendfeuerwehr Weddingstedt

Ein buntes Jubiläum anlässlich des 30-jährigen Bestehens feierte kürzlich die Jugendfeuerwehr Weddingstedt auf dem Gelände des Dörpshus in Ostrohe. Diese verfügt aktuell über rund 35 Mitglieder aus den Gemeinden Weddingstedt, Wesseln, Ostrohe, Stelle-Wittenwurth und Neuenkirchen. Beim „Spiel ohne Grenzen“ wetteiferten neben den fünf eigenen Teams verschiedene Mannschaften aus dem Amt Heider Umland sowie der Kieler Partner-Wehr um den Siegertitel. Als bestes Team hatte am Ende die Jugendfeuerwehr Weddingstedt die Nase vorn.

„Spaß und Geselligkeit steht bei uns im Vordergrund“, sagt Christoph Nienhüser, der seit Ende letzten Jahres als Jugendwart fungiert. Ihm zur Seite steht Jugendgruppenleiter Joel Conklin und ein insgesamt 13-köpfiges Ausbildersteam. Die Mitgliederzahl hält sich seit Jahren recht konstant. „Wenn jemand austritt, gibt es meist zeitgleich auch ein bis zwei neue Gesichter in der Wehr“, sagt Joel Conklin. „Zum Glück haben wir keine Nachwuchsprobleme, Neulinge sind trotzdem jederzeit willkommen.“ Auch sechs Mädchen gehören zur Weddingstedter Jugendfeuerwehr.

Jeden Donnerstagabend von 18.30 bis 20 Uhr ist Dienst angesagt im Feuerwehrgerätehaus in Weddingstedt. „Wir versuchen, Dienste und Übungen so abwechslungsreich und interessant wie möglich zu gestalten“, betont Christoph Nienhüser. „Dabei werden wie bei der erwachsenen Wehr Löschangriffe aufgebaut, Planspiele durchgeführt, Fahrzeuge kennengelernt, Leitern aufgestellt, vermisste Puppen gesucht und vieles mehr.“ Außerhalb des Dienstes werden auch Ausflüge unternommen – wie etwa in diesem Sommer



## Schonender geht's wirklich nicht, die sanfteste Autowäsche!



[www.apfel-heide.de](http://www.apfel-heide.de)  
[info@apfel-heide.de](mailto: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!

ein Zeltlager in Soltau mit Besuch des Heide Parks und des Serengeti-Parks. „Einmal jährlich findet unser Berufsfeuerwehrtag statt“, berichtet Joel Conklin. „Dann übernachteten wir in der Feuerwache und führen realitätsnahe Einsatz-Übungen durch. Das bringt jedes Mal riesig Spaß.“



Jugendfeuerwehrlaute können drei Abzeichen ablegen: Die Jugendflamme 1 und 2 sowie die sogenannte Leistungsspanne. Letztere ist die höchste Auszeichnung in Deutschland für ein Mitglied der Jugendfeuerwehr.

Drei Dinge stünden allgemein im Fokus, so Nienhüser: Die Vermittlung von feuerwehrtechnischem Grundwissen, die Bildung einer guten Gemeinschaft und die Bereitschaft zum Ehrenamt. Denn nicht selten trete ein Mitglied der Jugendwehr mit Erreichen der Volljährigkeit in die Einsatzabteilung der Freiwilligen Feuerwehr ein. Bei vielen Mitgliedern liegt das Feuerwehr-Gen in der Familie. So auch bei Christoph Nienhüser, der schon mindestens in vierter Generation die Uniform trägt.



In diesem Jahr steht für die Jugendfeuerwehrlaute noch die Begleitung verschiedener Laternenumzüge an. Und auch die jährliche Weihnachtsfeier soll wieder durchgeführt werden. Weitere Interessierte kommen gern einfach zu einem Gruppenabend in der Feuerwache (weitere Infos: Instagram).

*Text & Fotos: Andrea Hanssen*

## Schädlingsbekämpfung aller Art

# HARTMANN!

Beratung – Verkauf – Versand

Tel.: 0 46 26 - 18 99 293

email: [hartmann-eu@t-online.de](mailto:hartmann-eu@t-online.de)  
[www.hartmann-eu.de](http://www.hartmann-eu.de)  
 Treenestr. 77 - 24896 Treia

KEINE ANFAHRTSKOSTEN! Qualität und Garantie seit 1968!



## 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      [michael.theobald@rt-shk.de](mailto:michael.theobald@rt-shk.de)  
 Schulstraße 20  
 25779 Hennstedt      Mehr unter: [www.rt-shk.de](http://www.rt-shk.de)

# GARTENPFLEGE

## BERTSCHIS



Ein Anruf der sich lohnt!

HAUS-, GARTEN- UND GRUNDSTÜCKSPFLEGE

Denken Sie an den Herbst / Winter

Heckenschnitt, Baumschnitt, Laubbeseitigung, Winterdienst

Alles aus einer Hand!

Tel.: 0170-5494999

25746 Ostrohe Neue Straße 32



# Digital fit im Alter: Termine im November

Soziale Teilhabe setzt digitale Teilhabe voraus. Damit digitale Lösungen tatsächlich genutzt werden, müssen sie von Älteren gekannt werden und einen Mehrwert bieten. Dazu benötigen sie Erfahrungs- und Erprobungsorte, in denen Menschen ohne oder mit geringen Erfahrungen der Einstieg in die digitale Welt ermöglicht wird. Eines

dieser lokalen Angebote ist der Digitalkompass Dithmarschen im Offenen Kanal Westküste.

„Die Situation und die Belange älterer Menschen sind vielfältig und unterscheiden sich stark – auch und insbesondere im digitalen Bereich“, so Koordinator Andreas Guballa. Deshalb sei es wichtig, dass alle Menschen in unserer Gesellschaft an diesen digitalen Prozessen, sei es im privaten Leben, sei es bei Behördengängen, im Beruf, teilnehmen können.

Bei den monatlichen Digitaltreffs können interessierte ältere Menschen den Umgang mit digitalen Endgeräten kennenlernen und werden dabei von geschulten Internetlotsen unterstützt.

Im November finden die Treffs am

Donnerstag, den 9. November von 10 bis 12 Uhr im Offenen Kanal Westküste, Am Kirchhof 1-5 in Heide und am Dienstag, den 14. November von 14 bis 16 Uhr in der Stadtbücherei Heide statt.

Auch die stark nachgefragten kostenlosen Tablet-Schulungen der Telekom-Senioren-Akademie gehen im November in die nächste Runde.

Am 21. November von 10 bis 12.30 Uhr startet der iPad Kurs Teil 2, am selben Nachmittag von 14 bis 16.30 Uhr sowie am 22. November von 10 bis 12.30 und von 14 bis 16.30 Uhr findet jeweils Teil 3 des Tabletkurses für Android-Geräte statt.

„Dabei werden die Teilnehmenden Schritt für Schritt durch den Prozess geführt, um Sicherheit im Umgang mit der Technik zu vermitteln. Weitergehende Inhalte sind dann u.a. die Themen Online-Banking und Videotelefonie“, so Guballa.

Wegen der begrenzten Plätze ist eine Anmeldung für die Workshops unter 0481 3333 oder digital-kompass@ok-westkueste.de erforderlich.

## HARDER

Glasbau



- Fenster und Türen aus: Kunststoff - Holz - Aluminium
- Wintergärten
- Rollläden
- Plissee
- Innentüren
- Überdachungen
- Sonnenschutzanlagen

Waldschlößchenstr. 156/Grundhof  
Heide - Oströhe

**Tel. 0481 850 540**

[www.harder-glasbau.de](http://www.harder-glasbau.de)



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

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

---

**GÜNTER PIOCH**  
GÜNTER PIOCH GMBH & CO. KG

---

**Heide-Süderholm ☎ (0481) 3003**



## Pädagogisch qualifiziert und hochmotiviert

Am 05.12.2023 ist es soweit: 13 frischgebackene pädagogische Assistenzen halten ihr Zertifikat in den Händen. Damit sind sie bereit, in Schulen, Kita`s oder Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen die dringend benötigte „helfende Hand“ zu sein. Der aktuelle Fachkräftemangel gerade im pädagogischen Bereich ist ein großes Problem, womit genau diese Basisqualifikation zur Pädagogischen Assistenz der Deutschen Angestellten-Akademie entgegenwirken soll. Das Konzept fällt auf fruchtbaren Boden: Die Nachfrage nach dem Folgekurs ist groß.

Das Besondere an diesen Helfenden Händen ist, dass sie durch die Fortbildung bei der DAA pädagogische Grundlagen vermittelt bekommen haben, was andere Quereinsteiger meistens nicht mitbringen. Innerhalb dieses neunmonatigen Kurses lernen die Kunden der Agentur für Arbeit und dem Jobcenter in 912 Unterrichtseinheiten Grundlagen im Bereich der Sozialkompetenz, Psychologie, Pädagogik, Therapieformen und der Integrationsarbeit. Ergänzt wird dies dann durch 100 Stunden Praktikum in einer von ihnen selbst gewählten Einrichtung. Unterrichtet werden die 13 motivierten Quereinsteiger im Alter von Mitte 20 bis Anfang 50 von Karin Stahlhut, die mit ihrer fachlichen Expertise die Themen so vermitteln kann, dass alle gedanklich gut folgen können. Dies wird regelmäßig durch geschriebene Lernerfolgskontrollen deutlich. Außerdem gestaltet die Dozentin den Unterricht sehr praxisnah und hat dafür gesorgt, dass schon einige Gastdozenten ihren Auftritt bei der DAA hat-

ten. Eine Schulleitung, eine Konrektorin, eine Mitarbeiterin aus einer Heimeinrichtung, die sich auf Autismus-Spektrums-Störung spezialisiert hat, sowie ein Kinder- und Jugendhilfeträger. Unterstützt wird die Dozentin von Mareike Hamann, die eine sozialpädagogische Sprechstunde anbietet, sowie als Vertretung und für die Planung und Organisation zuständig ist.

Finanziert wird dieser qualifizierte Kurs durch die Agentur für Arbeit und dem Jobcenter, die sehr an Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten ihrer Kunden interessiert sind. Die Beraterinnen der Agentur kommen auch regelmäßig zur DAA, um ihre Kunden im Kurs zu besuchen.

Die DAA ist seit Jahren in Heide mit der Kundenzentrumsleitung Maycken Müller ein etablierter Weiterbildungsträger, der sich unter anderem auf eine individuelle Beratung und bedarfsorientierte Kundenbetreuung im Bereich der Weiterbildung, Umschulung, sowie für Bewerbungs- und Sprachcoaching spezialisiert hat.

### Zugangsvoraussetzung:

Gespräch bei der Arbeitsagentur/Jobcenter  
Gespräch bei der DAA  
Eintragsfreies erweitertes Führungszeugnis

**Wann:** Nächster Start März 2024

**Wo:** DAA Heide, Hamburger Str. 130

### Ansprechpartnerin:

Mareike Hamann, Telefon: 0481-850 61 18

# Essen, Trinken und Genießen!



## Cremiger Frischkäse lässt sich zu Hause leicht selber machen

Viele Lebensmittel, die es zu kaufen gibt, lassen sich auch sehr gut selbst herstellen. Das geht oft einfacher als gedacht und hat viele Vorteile. Denn meist ist das eigene Produkt besonders frisch, die Zutatenliste viel kürzer als bei der Variante aus dem Laden, und noch dazu macht „Do It Yourself“ einfach Spaß. Wie wäre es zum Beispiel, aus der heimischen Küche eine kleine Käserei zu machen und cremigen Frischkäse selbst zu produzieren? Dazu braucht es nur zwei Zutaten und ein bisschen Geduld.



### Rezept-Tipp

Frischkäse Grundrezept

#### Zutaten für ca. 220 Gramm Frischkäse:

- 1 Liter Frischmilch (mind. 3,8 Prozent Fettgehalt)
- Lab, zum Beispiel 20 Tropfen Alpenrose Käselab 2 %  
(Lab ist ein Enzym aus dem Kälbermagen, das Milch gerinnen lässt)

Dazu ein Käsetuch oder eine Käseform sowie möglichst ein Thermometer.

#### Zubereitung:

Die Milch in einen sauberen Topf unter gelegentlichem Umrühren auf 30 bis maximal 36 Grad erwärmen – am besten mit einem Thermometer arbeiten. Den Topf von der Herdplatte nehmen, unter gleichmäßigem Rühren 20 Tropfen (ca. 1 ml) Alpenrose Käselab hinzugeben und noch 3 Minuteniterrühren.

Dann den Topf zugedeckt an einen warmen Ort stellen und nicht mehr bewegen. Am besten ist eine Temperatur von 30 Grad, viel weniger als 20 Grad sollten es nicht sein. Vier bis sechs Stunden oder über Nacht stehen lassen. Nach der Hälfte der Zeit die bereits fest gewordene Masse mit einem Messer schneiden, damit die Molke weiter austreten kann.

Ist die Milch dick geworden und „steht“ fest wie Pudding, wird der Frischkäse von der Molke getrennt. Dafür entweder ein Baumwolltuch in ein Sieb legen oder eine Käseform, erhältlich etwa unter [www.alpenrose-kaeselab.de](http://www.alpenrose-kaeselab.de) - verwenden und für ein paar Stunden abtropfen lassen. Danach den Frischkäse in eine Schüssel geben und nach Belieben verfeinern.

Das vielseitige Produkt bietet dann zahlreiche köstliche Möglichkeiten. So schmeckt Frischkäse als Brotaufstrich sowohl süß mit Marmelade oder Honig als auch herzhaft mit Kräutersalz oder in einem deftigen bayerischen Obazda. Bei Hauptgerichten macht er Wraps cremiger, gibt Suppen und Saucen eine sahnig-frische Note und ist eine gute Basis für leckere Gemüseaufläufe. Den ganz großen Auftritt hat er in einer köstlichen Frischkäsetorte oder als Topping auf Muffins und Co.

Guten Appetit!

## HOTEL ALTER MUSCHELSAAL

Unser Restaurant hat für Sie geöffnet:  
Di. 17:00 - 21:00 Uhr, Mi. - So. 12:00 - 21:00 Uhr  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Bitte beachten Sie: In der Zeit vom 19.11. - 27.11., sowie am 24.12. & 25.12. haben wir leider geschlossen. Wir danken für Ihr Verständnis!



Hafenstraße 25-27 · 25761 Büsum · Telefon: (0 48 34) 24 40  
[www.hotel-alter-muschelsaal.de](http://www.hotel-alter-muschelsaal.de) · [info@hotel-alter-muschelsaal.de](mailto:info@hotel-alter-muschelsaal.de)

## Partyservice & Restaurant



05.11.2023 9.30 Uhr	<b>Grillschneckenfrühstück</b>	16,50 € /p.P. <b>satt</b>
22.11.2023 18.00 Uhr	<b>Schnitzelvariationen</b>	17,00 € /p.P. <b>satt</b>
26.11.2023 11.30 Uhr	<b>Dithmarscher Spezialitäten</b>	22,50 € /p.P. <b>satt</b>
03.12.2023 17.30 Uhr	<b>Spanferkel mit Salatbuffet</b>	19,50 € /p.P. <b>satt</b>

Dellbrück 8 · 25704 Bargenstedt · ☎ 0 48 06 - 3 64  
[www.dithmarscher-grillscheune.de](http://www.dithmarscher-grillscheune.de)

# Vortrag zum Plötzlichen Herztod im Dörpshus

In Deutschland sterben jedes Jahr ca. 65.000 Menschen am plötzlichen Herztod. Es handelt sich um kein einheitliches Krankheitsbild, zahlreiche Herzleiden können sich dahinter verbergen. Die häufigste Ursache ist eine koronare Herzkrankheit. Weitere Ursachen sind z.B. bekannte, aber auch unbekannte angeborene Herzfehler, Herzklappenerkrankungen sowie ein hoher Blutdruck.

Auch eine Herzmuskelentzündung ausgelöst durch Viren, Bakterien, Pilze oder Giftstoffe kann zum plötzlichen Herztod führen.

Folgende Symptome sollten immer ernst genommen werden: Brustschmerzen und/oder Luftnot, Herzrasen mit eingeschränkter Belastbarkeit, hartnäckiges Herzklopfen, kurze Bewusstlosigkeiten, Schwindelanfälle.

Eine Herzdruckmassage, die Nutzung eines automatisierten externen Defibrillators kann ein Leben retten. Jeder Erwachsene sollte regelmäßig einen Erste-Hilfe-Kurs besuchen, um im Notfall helfen zu können.

Am 15. November um 19 Uhr findet eine Veranstaltung im Dörpshus in Lohe statt. Referenten sind: Prof. Dr. med. Patrick Diemert, Dr. med. Christian Lürer und Ltd. Oberarzt Frank Jordan, Dr. Katja Reisenbüchler – oder am 21.11. um 19 Uhr in der Ditmarsia in Meldorf, Referent Dr. med. Christian Lürer. **Der Eintritt ist frei!**



**Bedrohliche Herzrhythmusstörungen verhindern – Vorbeugung, Erkennung und Behandlung von Herzkrankheiten**

**Arzt-Patienten-Gespräch**  
Das MQW, der Förderverein „Ambulante Koronarsportgruppe Heide“ in Zusammenarbeit mit der Deutschen Herzstiftung laden ein.

**Lohe-Rickelshof**  
**Mittwoch, 15. November 2023 – 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Dörpshus, Loher Weg 124**

**Die Vorträge zum Thema halten:**  
Chefarzt Prof. Dr. med. Patrick Diemert  
Med. Klinik II – Kardiologie, Westküstenklinikum Heide  
Dr. med. Christian Lürer  
Niedergelassener Kardiologe in Heide  
Ltd. Oberarzt Frank Jordan  
Med. Klinik II – Kardiologie, Westküstenklinikum Heide  
Anschließend besteht die Möglichkeit zur Diskussion mit den Referenten sowie  
Dr. Katja Reisenbüchler  
Niedergelassene Fachärztin für Allgemeinmedizin in Meldorf

**Eintritt frei!**  
Wir bitten um eine Spende zugunsten der Deutschen Herzstiftung e.V.



## Polsterhandwerk - nachhaltig und langlebig

- Anzeige -

Das gute Alte bewahren und dabei nachhaltig unsere Umwelt schonen



Ihre Lieblingsmöbel haben ihre besten Jahre bereits hinter sich, sind durchgesessen und der Stoff ist mittlerweile abgenutzt? Da denken heutzutage viele direkt an eine Neuanschaffung. Oft ist neu aber nicht gleich besser, im Gegenteil: Häufig haben die neuen Polstermöbel nicht mehr die Qualität und Langlebigkeit, wie die guten alten. Zudem schonen wir mit ständigen Neuanschaffungen und dem Entsorgen der alten Möbel nicht gerade unsere geliebte Umwelt. Wer also das gute Alte bewahren und dabei gleichzei-

tig etwas für seine Umgebung tun will, sollte Nachhaltigkeit auch beim Wohnen und Einrichten fest in seinen Alltag integrieren. Mit dem fachmännischen Neubeziehen und Aufpolstern von z. B. Sofa, Sessel oder Stühlen, verbessern Sie nicht nur Ihren eigenen Sitzkomfort und verschönern Ihr Zuhause, sondern schonen damit auch gezielt Ihre Umwelt, sparen wichtige Rohstoffe ein und stärken zugleich das lokale Handwerk. Und genau hier kommt die Polsterei Grau ins Spiel: Sie gibt Ihren Lieblingsmöbeln, Erbstücken und Raritäten mit fachgerechter Aufarbeitung in traditioneller Handarbeit und den hochwertigen sowie langlebigen Materialien wieder ihren alten Wert zurück und verschafft diesen besonderen Stücken dadurch

wieder neuen Glanz. Somit steuert die Polsterei Grau mit ihrer Arbeit auch ganz gezielt gegen unsere immer weiter fortschreitende Wegwerfkultur und schon so bewusst und nachhaltig unsere Umgebung. Als inhabergeführter Familienbetrieb mit jahrelanger Erfahrung legt die Polsterei allergrößten Wert auf höchste Qualität und die volle Zufriedenheit ihrer Kunden. Außerdem bietet Ihnen der Betrieb eine große Auswahl an hochwertigen Stoffen und Lederarten sowie einen kostenlosen Lieferservice in ganz Schleswig-Holstein an. Zudem gibt es auf viele dieser Stoffe und Lederarten aktuell (allerdings nur noch bis Ende November!) bis zu 30% Rabatt. Gerne beraten wir Sie kostenfrei und völlig unverbindlich direkt bei Ihnen zu Hause.



*Wir freuen uns auf Ihren Anruf.*



**Polsterei Grau**  
Telefon 04333 2970 978  
Mobil 0176 30756195  
Süderende 9  
24803 Erfde  
info@polsterei-grau.de



# Kulinarische Hotspots & geheime Stuben

Der echte Norden hat kulinarisch viel zu bieten. Ob Rum, Whisky, Gin, Bier oder eine Kulinarische Ortsführung, hier gibt es viel zu erschmecken, zu genießen und zu erleben.

## Dithmarscher Whisky

In Westerdeichstrich reift der original Dithmarscher Whisky. Purer Deutscher Malt Whisky, frisch von der Küste. Was aus Liebe zum Whisky und zu Dithmarschen mit einer Idee und den ersten 11 Fässern begann, ist mittlerweile zu einer kleinen Erfolgsgeschichte herangewachsen. Die besonderen klimatischen Bedingungen hinterlassen während der Reifezeit ihren Einfluss in den hochwertigen Destillaten und so ist jeder Dithmarscher Whisky maritim geprägt von Wind, Meer und Wellen.

Im Warehouse-Café mit Shop werden regelmäßig Whisky-Tastings sowie Dithmarscher-Whisky-Deichspaziergänge angeboten. Ein Spaziergang durch die wunderschöne Natur entlang des Deiches am Nationalpark Wattenmeer. Dort erfährt man alles über den Dithmarscher Whisky.



## Dithmarscher Brauerei

Die Dithmarscher Brauerei ist die einzige Privatbrauerei an der Westküste Schleswig-Holsteins. Am historischen Firmensitz wird handwerklich nach überlieferten Rezepturen gebraut. Das Sortiment reicht vom Dithmarscher Pilsener in der markanten Bügelverschlussflasche bis hin zum Dithmarscher Alkoholfrei. Saisonale Spezialitäten sind Maibock, Urbock und Dithmarscher Lemon. Die qualitativ hochwertigen Dithmarscher Biere sind mittlerweile in ganz Norddeutschland erhältlich.

## Teehaus Hansen

Im Teehaus Hansen in Büsum gibt es eine vielseitige Auswahl. Fast 300 Teesorten, davon viele im Haus immer frisch gemischt. Der Rum ist hausgemacht aus original karibischen Rumsorten. Er soll die fruchtige Exotik der Karibik, aber auch die raue Nordsee widerspiegeln. Außerdem gibt es ein umfangreiches und ausgesuchtes Weinsortiment sowie eine breite und hochwertige Auswahl von schottischen und

irischen Whiskys, aber auch aromatischen Gins. Der Büsumer Kutter Gin ist mit seinem zarten Orangen-Zitrus-Aroma ein echter Genuss.



### Bäckerei Balzer

In Zusammenarbeit mit einer Brennerei aus Heide hat die Bäckerei Balzer eine gute, leckere Verwendung für das Altbrot gewonnen. Der Brot-Gin ist eine gute Alternative, das Altbrot zu verarbeiten, anstatt es zu entsorgen. Der Gin ist regional hergestellt und qualitativ sehr hochwertig.

### Kolles Alter Muschelsaal

Aus dem sogenannten Strandwermuth (Strandbeifuß) wurde früher ein Schnaps gemacht, der den Menschen an der Küste als Magenberuhiger diente. Da der Strandwermuth überall an der Küste wächst, kam im Restaurant Kolles Alter Muschelsaal die Idee auf, dies auch auszuprobieren. Der Schnaps wird mit braunem Zucker und Kornbrand angesetzt

und benötigt dann viel Zeit, um zu reifen. Der salzig-süße Geschmack begeistert sofort.

### Kulinarische Ortsführung

Büsum kann nicht nur entdeckt, sondern auch erschmeckt werden. Bei der kulinarischen Ortsführung gibt es kleine Kostproben aus der Büsumer Gastronomie und aus den kleinen Genussmittelläden. Unter dem Titel „Mehr genießen und Meer sehen“ sind Einheimische und Gäste herzlich eingeladen, in Büsums kulinarische Hotspots und geheimen Stuben einzukehren. Die ca. 3,5-stündige Tour findet einmal im Monat statt und ist auf 15 Teilnehmer begrenzt. Die Tour startet um 14 Uhr auf dem Ankerplatz.



Die Ortsführung bietet Kostproben, wie zum Beispiel von Kaffee und Espresso, frischgezapften Bier, Grauburgunder, Dithmarscher Korn und vielem mehr. Die nächsten Termine für die kulinarische Ortstour „Mehr genießen Meer sehen“: 09.11.2023, 07.12.2023, 11.01.2024, 15.02.2024, 21.03.2024



**Direkt  
am Meer**

# Strandhotel Hohenzollern

**HOTEL • RESTAURATION • CAFÉ**



Strandstraße 2 · 25761 Büsum  
Tel. 0 48 34/99 50 · Fax 0 48 34/99 51 50  
[www.strandhotel-hohenzollern.de](http://www.strandhotel-hohenzollern.de)  
[info@strandhotel-hohenzollern.de](mailto:info@strandhotel-hohenzollern.de)



- 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!





# Wir suchen ein liebevolles Zuhause!



Haylie ist eine Old English Bulldog-Boxer-Hündin, am 01.12.2021 geboren / nicht kastriert. Sie ist sehr ängstlich, hat in ihrem bisherigen Leben noch nicht viel kennengelernt. Am Grundgehorsam muss gearbeitet werden und ein Besuch in der Hundeschule sollte auf jeden Fall vorgenommen werden. Menschen gegenüber ist sie sehr anhänglich und lieb, auch freut sie sich über jede Streicheleinheit. Leider hat Haylie eine Form von HD, daher sollten größere Aktivitäten vermieden werden.



Bei uns im Tierheim warten -26- Kaninchen (die meisten Deutsche Riesen) auf ein neues Zuhause. Sie werden paarweise oder auch einzeln zu einem vorhandenen Kaninchen vermittelt. Die 3 Deutschen Riesen stammen aus schlechter Haltung und sind im Februar 2023 geboren. Sie sind vom Wesen sehr neugierig und aufgeschlossen.



Die Katzen Anakin und Luke wurden gefunden und sind ca. 8 Wochen alt. Sie sind wie die meisten Babykatzen sehr neugierig und verspielt. Sie warten mit weiteren -39- Babykatzen auf ein neues Zuhause. Unsere Katzen sind geimpft, gechippt (+Registrierung), entwurmt und entfloht. Die erwachsenen Katzen sind alle kastriert, bei unseren Babykatzen verpflichtet man sich, diese nach einer bestimmten Zeit (wird im Vertrag festgehalten) kastrieren zu lassen.

Nach der Vermittlung werden die Katzen und Hunde bei Findefix (Deutscher Tierschutzbund e.V.) registriert (der Chip enthält eine Kennziffer). Bei der Registrierung wird die Adresse des neuen Besitzers in einer Datenbank eingetragen und somit kann man jederzeit das Tier dem neuen Besitzer zuordnen. Zur Zeit suchen 11 Hunde, 151 Katzen (davon 41 Babykatzen) und 26 Kaninchen ein neues Zuhause.

**Tierschutzverein Dithmarschen e.V. / Tierheim Tensbüttel • Dellbrückweg 10, 25767 Tensbüttel-Röst**

Tierheim-Tel.: 04835 / 87 25 • Tierschutz-Tel.: 04835 / 9 71 60 90 • [www.tierschutzverein-dithmarschen.de](http://www.tierschutzverein-dithmarschen.de)

Spendenkonto: Sparkasse Westholstein, IBAN: DE65 2225 0020 0085 0022 44, BIC: NOLADE21WHO

**e-mail: [tierschutzverein.dithmarschen@online.de](mailto:tierschutzverein.dithmarschen@online.de)**



**VON POLL**  
IMMOBILIEN



VON POLL IMMOBILIEN  
Shop Heide/Husum  
Friedrichstraße 40  
25746 Heide  
T.: 0481 - 12 09 49 55  
[heide@von-poll.com](mailto:heide@von-poll.com)

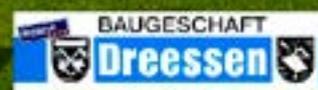


**Meldorf: Bungalow mit großer Garage in ruhiger Sackgassenlage**  
ca. 155 m<sup>2</sup> Wohnfläche, ca. 535 m<sup>2</sup> Grundstück, 4 Zimmer, Baujahr 1977/96, ausgebautes Dachgeschoss, 2 Bäder, Gäste-WC, Wellnessbereich, Bedarfsausweis, Endenergiebedarf 172,2 kWh/(m<sup>2</sup>a), Energieeffizienzklasse E, wesentl. Energieträger: Strom (Bj. 1996)  
**Kaufpreis: 265.000 €**  
Käufer- und Verkäuferprovision 3,57 % inkl. MwSt.



**Uelvesbüll/OT Porrendeich: Modernisiertes Einfamilienhaus auf dem Deich mit neuer PV-Anlage**  
ca. 115 m<sup>2</sup> Wohnfläche, ca. 862 m<sup>2</sup> Grundstück, 4 Zimmer, Baujahr 1975, Einblasdämmung, Dach bis in den First gedämmt, Wall-Box, Garage, Verbrauchsausweis, Endenergieverbrauch 133,5 kWh/(m<sup>2</sup>a), Energieeffizienzklasse E, wesentl. Energieträger: Gas (Bj. 2014)  
**Kaufpreis: 435.000 €**  
Käufer- und Verkäuferprovision 3,57 % inkl. MwSt.

[www.von-poll.com/heide-husum](http://www.von-poll.com/heide-husum)



# Die 1. Herrenmannschaft vom TSV BÜsum

**Ein etablierter Tabellenplatz in der Liga. Das ist erklärtes Saisonziel der 1. Fußball-Herrenmannschaft des TSV BÜsum. Den Ball flach halten brauchen die Blau-Gelben nicht, denn der Erfolg in den Spielzeiten der letzten Jahre kann sich sehen lassen.**

Das Team belegte als Aufsteiger in der Saison 2022/23 den dritten Platz in der Verbandsliga-West. Ein Jahr zuvor holten sich die BÜsumer den Kreispokalsieg und verfehlten diesen in der letzten Saison nur knapp durch eine Niederlage im Endspiel gegen den Heider SV. Christian Dedert bekleidet seit Juli dieses Jahres gemeinsam mit Florian Papenfuß das Amt des Obmanns. „Es gibt einen guten Zusammenhalt im Team und eine hohe Identifikation mit dem Verein“, sagt er. Die meisten Spieler hätten ihren Wohnort in BÜsum und unmittelbarer Umgebung.

Als Trainer fungiert Tim Dethlefs, an seiner Seite das TSV-BÜsum-Urgestein Michael Wiegand. Zu den Heimspielen kommen zwischen 70 und 150 Zuschauern. Nicht selten sind auch Touristen unter den Besuchern, die ihren Urlaub in BÜsum verbringen. Seit der Umstrukturierung spielt der TSV nun in der Verbandsliga-Nord.

„Unsere Reise-Kilometer und der Zeiteinsatz haben sich dadurch verdoppelt“, berichtet Dedert. Froh ist der

Obmann über die gute Unterstützung der vielen Sponsoren. Bei fast jedem Heimspiel erscheint die Stadion-Zeitung „Rosengrund-Echo“. Für das „Anheizen“ der Fans sorgt Stadionsprecher Danny Rybka – nicht zuletzt auch mit der inoffiziellen Vereins-Hymne „BÜsumer Krabben“ von Scholli Hansen. Gespielt wird auf einem Kunstrasenplatz. „Der bietet beste Voraussetzungen zum Fußballspielen“, findet Dedert. „Unabhängig vom Wetter herrschen jederzeit Wettkampfbedingungen.“

„Fast alles super“, meint Christian Dedert. „Wir haben drei Herren-Mannschaften am Start, es gibt eine Altliga und Mannschaften im Jugendbereich. Klagen wäre Jammern auf hohem Niveau. Nur eines vielleicht: Wir sind auf der Suche nach ein bis zwei weiteren Schiedsrichtern - Interessierte mögen sich gerne melden.“

Aktiv sind die Fußballer des TSV BÜsum hin und wieder auch außerhalb des grünen Rasens. So wird nicht nur das beliebte Anbaden organisiert, sondern auch gemeinsam mit der Handballsparte des Vereins das jährliche Strandfest auf die Beine gestellt.

Mehr vom TSV BÜsum finden Sie auch auf den gut gepflegten Social-Media-Kanälen bei Instagram und Facebook.

*Text: Andrea Hanssen*



*Florian Papenfuß & Christian Dedert*

# Knacken Sie unser Schwedenrätsel!

ehem. finnische Münze	ledig	deutsche Pop-sängerin	Raummaß für Schiffe (Abk.)	persönliches Fürwort (3. Fall)	Pferdezuruf: links!	japanisches Heiligtum	männlicher Artikel	Initialen Stallones	Höhenzug im Weserbergland	kleine Gehöfte in Spanien	argent. Provinz (Santa ...)
				leichtestes chem. Element			5				
deutsche Anrede			9	Flächenmaß der Schweiz		englisch-indischer Autor (Salman)			3		
deutsche Vorsilbe								ugs.: aufgeweckt (auf ...)	Chemiker im MA.		Kfz-Z. Kulmbach
	6		Frauenname								
biblischer König		Ausgeber von Aktien								4	
japanische Münze								kraft-arm			spanische Anrede (Frau)
Knorpelfische	Glaube an Naturgeister							Flachsabfall		unterschiedlich	
norw. Presse-dienst (Abk.)			1						ägyptischer Erntegott		
japanischer Politiker † 1909									demo-skop. Institut (Abk.)		
französisch: Meer									schweiz. Währung (Abk.)		
				'heilig' in portug. Städtenamen	Provinz im Zentral-Iran	Amtsbezeichnung (Mz.)	Volksstamm in Liberia	Schalter am Computer	englisch: Tee		
rundherum	7	ein dt. Geheimdienst (Abk.)		Erdumlaufzeit um die Sonne			niederländisch: eins	Initialen von Regisseur Allen	tschech. Tagebergbaustadt		englisch, französisch: Alter
Explosivlaut	Gletschergeröllablage						spanischer Artikel		lateinisch: Göttin	2	
			Aufforderung zur Ruhe			Gegenteil von Stillstand				8	
Salzsiederei				heruntergekommen					so-undsovielte		

idee+spiel Auswahl und Beratung auf über 700 m<sup>2</sup> emendo Fachhandlungspartner

Modelleisenbahn Spielzeug Kleinkind Schulbedarf

EUROTRAIN Notebooks PC-Systeme Reparaturservice für PC & Smartphone

**LÜTJE**

SPIELZEUG & COMPUTER

Berliner Str. 17 - Heide  
Tel. 0481-6899-0 - www.luetje.de

Parkplätze am Markt

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

Lösung Oktober: REISEWEG  
Lösung November: In der nächsten Ausgabe



## Autos für Dithmarschen

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



www.lundt-heide.de  
0481 8558 - 0

# Unsere Sudokus

## SUDOKU #1 - LEICHT

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

## SUDOKU #2 - SCHWER

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

## AUFLÖSUNG OKTOBER

■	■	■	■	E	■	■	P	N	O	■	■	■	■	D	■	■	■
S	P	I	L	■	■	D	I	S	K	U	T	I	E	R	E	N	■
A	M	O	K	■	A	S	A	■	I	N	D	I	A	N	A	■	■
R	A	G	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	G	■
I	A	N	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	E	S
M	■	■	G	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	S	H
O	L	A	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	A	S
E	Z	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	R	R
E	L	K	E	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	W	E
E	T	T	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	W	A
B	O	T	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	A	B
E	R	E	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	R	U
T	R	A	N	S	■	■	■	■	K	■	■	■	■	L	■	■	E
T	T	■	A	■	D	O	P	E	■	G	O	N	■	■	■	C	■
R	■	I	M	K	E	R	E	■	■	■	■	■	■	B	■	O	H
H	A	L	T	■	A	R	E	■	B	E	W	A	C	H	E	R	■
N	O	A	H	■	B	A	L	L	A	C	K	■	■	■	■	G	N

**OFFSET  
DRUCK  
PINGEL  
WITTE**



**Elektro Schallhorn**  
Inh. Ingo Schallhorn

25779 Hennstedt Tel. (0 48 36) 6 29  
Klewer Weg 24-26 Fax (0 48 36) 83 85

Wir sind auch weiterhin mit unserem Ladengeschäft für Deko, Hausgeräte und Installation in Hennstedt für Sie da!



markilux.com

Besuchen Sie unsere Ausstellung direkt an der B5

markilux - Für den schönsten Schatten der Welt.

**Rollo-Möller**

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

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

markilux



**Stranndomicil Steiner**

Lage: ruhige Lage, direkt am Deich mit Meerblick, 3 Min. zu den Kuranlagen, 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 Fahrräder 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.stranndomicil-steiner.de



**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



# Kabinengeflüster aus



## Merchandise-Stand

Bei den Heimspielen am **11. und 25. November** haben wir für Sie am Heider SV Merchandise-Stand viele Geschenkideen vom Heider SV für den Adventskalender, den Nikolaustag und für sportliche Weihnachtspräsente.

Sie können an diesen beiden Tagen jetzt auch personalisierte Trikots, Poloshirts und Hoodies bestellen.

Oder bestellen Sie bei uns im Onlineshop unter <https://heidersv-fanshop.de/> und holen Ihre Sachen bei uns am Stand ab. Wir sehen uns!

Ihre Autoscheibe hat einen Sprung?

**WINTEC AUTOGLAS Meyenburg** Freundlich. Fair. Und Überall.

Tel: 04101 - 58 65 95

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

8 x in Schleswig-Holstein: Hemmingstedt • Itzehoe • Rendsburg • Barmstedt • Elmshorn • Husum • Pinneberg • Lürschau

[www.autoglas-meyenburg.de](http://www.autoglas-meyenburg.de) • [info@autoglas-meyenburg.de](mailto:info@autoglas-meyenburg.de)



# Heide & Umgebung



## Heider SV behält den Kreispokal

Beim Spiel am 20.9.2023 in Büsum gewann der Heider SV mit 3:1 gegen den TSV Büsum. Herzlichen Glückwunsch!



## Herzlichen Glückwunsch, McDonald's Heide!

Einer unserer treuesten Sponsoren feiert 30-jähriges Jubiläum! Im Oktober wurde die 1. Herrenmannschaft von Eugen Jüchter traditionell nach dem Training in seine Heider McDonald's Filiale zum Essen eingeladen. Es gab Burger und Pommes satt – und lecker wars! Die Mannschaft konnte sich an diesem Abend einmal herzlich für die jahrelange Spon-sorschaft und Unterstützung bei Eugen Jüchter bedanken, der im Oktober sein 30-jähriges McDonald's-Jubiläum feierte.

Wir gratulieren zu drei Jahrzehnten McDo-nald's in Heide und freuen uns auch in Zukunft auf eine starke, gemeinsame Partnerschaft. In der Region, für die Region!

## UNSER SPIELPLAN IM NOVEMBER

05.11.	SAMSTAG 14:00 UHR		:		AUSWÄRTS BEI TSV BÜSUM
11.11.	SAMSTAG 14:00 UHR		:		HEIMSPIEL GEGEN DEN FC DORNBRITTE LÜNECK
18.11.	SAMSTAG 13:30 UHR		:		AUSWÄRTS BEI SC WEICHE FLEMSBURG II
25.11.	SAMSTAG 14:00 UHR		:		HEIMSPIEL GEGEN DEN TSV FLEMSBURG

Fußball-Flems-Oberliga, Saison 2023/24 (Änderungen vorbehalten)

Hol Dir ein Stück Heider SV nach Hause!  
[www.heidersv-fanshop.de](http://www.heidersv-fanshop.de)

**premio** REIFEN +  
AUTOSERVICE

### EINFAHRSCHADEN AN IHREM REIFEN?

Kein Problem – wir führen die Reparatur Ihres Reifens professionell und ordnungsgemäß durch!

Ihr Vorteil bei uns:

- Spezielle Montagemaschinen
- Qualitätssiegel durch wdK-Zertifikat
- Geschulte Monteure nach Ausübungsberechtigung gem. § 7a HWO

Reifen-Meyenburg GmbH & Co. KG  
Carl-Friedrich-Benz-Str. 1 • 25770 Hemmingstedt  
Tel.: 0481/78767-0



# Neues vom MTV Heide



## MTV Heide – Schwimmsparte

**Schon mal was vom Nikolausschwimmen gehört? Oder von Tauchringen in der Form eines Hais? Wie wäre es, mal eine Bahn zu schwimmen mit ner Kerze in der Hand? Oder mal ein ganzes Wochenende gemeinsam mit den Vereinskollegen bei einem bunten Programm zu verbringen? In der Schwimmsparte des MTV Heide gibt es so einiges. Langeweile ist nicht dabei.**

„Schwimmen macht sicher, stark und vor allem Spaß“, sagt Spartenleiter Dirk Löbkens. „Die Schwimmsparte des MTV Heide hat eine lange Tradition und ein breitgefächertes Angebot. Mit rund 250 Mitgliedern verfügt unser Verein über eine der größten Schwimmabteilungen des Kreises.“ Training, Wettkämpfe, Meisterschaften: Kinder, Jugendliche und Erwachsene erfreuen sich beim MTV am gemeinsamen sportlichen Hobby – ca. 80 Prozent der Mitglieder sind Kids.

„Unsere Jüngsten sind zwischen vier und acht Jahre“, erzählt Schwimmtrainerin Finja Franck. „Sie haben das Seepferdchenabzeichen zum Ziel und sind megastolz, wenn sie es geschafft haben.“ Das Training ist altersgerecht und spielerisch, damit der Spaß im Vordergrund steht. Um die Lütten zum Tauchen zu motivieren, hat der MTV Ringe mit einer besonderen Optik angeschafft.

Doch auch der Wettkampfgedanke wird großgeschrieben: „Dabei wird so mancher Reisekilometer in Kauf genommen“, berichtet Jugendwartin Kathrin Holler. „Ob in Dänemark,



Flensburg, Kiel, Lübeck oder Hamburg – bei insgesamt 17 Wettkämpfen in 2023 haben die Schwimmer des MTV unsere schwarz-weißen Vereinsfarben erfolgreich vertreten. Drei Wettkämpfe werden noch folgen.“ Bei den Deutschen Meisterschaften im Schwimm-Fünfkampf haben Mitglieder des MTV es schon so manches Mal aufs Treppchen geschafft und sogar schon den einen oder anderen Meistertitel geholt. Nicht ganz unschuldig daran sind sicherlich die hochqualifizierten Trainer. „Ein wenig stolz sind wir, dass wir zweimal jährlich auch als Wettkampfveranstalter fungieren“, sagt Kathrin Holler. „Nämlich beim Maikäferschwimmen und beim Herbstschwimmen.“ Dirk Löbkens ergänzt: „Zum Glück konnten wir acht neue Kampfrichter aus den Reihen der Elternschaft gewinnen, sodass wir nun 20 Bereitwillige zur Verfügung haben.“

Auch Aktivitäten außerhalb des Wasserbeckens gibt es zahlreich in der MTV-Schwimmsparte. Dazu zählen: Gemeinsames Minigolfspiel oder Bowling, Trainingswochenenden mit Übernachtung in der Turnhalle, Trainingslager organisiert vom Kreisschwimmverband und vieles mehr. „Auf das jährliche Nikolausschwimmen in Wilster freuen sich die Kinder immer sehr“, so Finja Franck. „Der Nikolaus kommt und bringt Naschis mit, außerdem bekommt jedes Kind eine Medaille.“ „

*Text & Fotos: Andrea Hanssen*

## Start der Cheerleadingsparte

Am 16.09.23 war es endlich soweit: Die im April 2023 neu gegründete Cheerleadingsparte unter dem Namen „Tide Cheersport Heide“ richtete das erste große „Try out“ aus. Es gab regen Andrang: 70 Personen nahmen am Try out teil und trainierten in drei verschiedenen Altersklassen auf sechs Stunden verteilt.

Die Athletinnen und Athleten – zum großen Teil noch ohne Erfahrung – lernten an diesem Tag die grundlegenden Inhalte des Cheerleadings kennen. In Dithmarschen wird die Sportart derzeit nur vom MTV angeboten.

Mit viel Spaß und Geduld führten die Coaches und Helferinnen und Helfer die Interessierten durch den Tag. Der Grundstein war gelegt!

Mittlerweile sind auch bereits die ersten richtigen Trainings absolviert und der Andrang nimmt nicht ab. Fast alle Teams in allen Altersklassen sind schon voll besetzt – hier kann nur noch mit Vorerfahrung aufgenommen werden. Im Senior-Team „Eclipse“ (ab 15 Jahren) sind auch noch Plätze ohne Vorerfahrungen frei.

Daher ist bereits die Etablierung von zwei weiteren Teams – einem Breitensport/Aufbauteam im Primary- und eins im Youth-Bereich ab Sommer 2024 geplant. Diese Teams sind für all diejenigen, die gerne den Cheersport kennenlernen oder ausüben möchten, aber (noch) nicht an Meisterschaften teilnehmen können / möchten.

Wir freuen uns somit jederzeit über Unterstützung im Coaches-Team, sei es im Leistungs- oder Breitensportbereich. Vorerfahrungen sind dafür nicht zwingend notwendig, da du immer erfahrene Coaches an der Seite hast und gerne zu-



sätzlich eine C-Lizenz erworben werden kann. Melde dich gerne bei uns, wenn du Lust hast, TCH voranzubringen und ein Teil des Teams zu werden!

Wir sparen bereits auf unsere ersten Uniformen. Gerade für unser Leistungsteam versuchen wir durch Spenden Leihuniformen anzuschaffen, sodass die Eltern der schnell wachsenden Kinder nicht auf sich stetig wiederholenden hohen Kosten sitzenbleiben. Da eine Uniform ca. 300€ kostet, sind wir über jede Unterstützung froh – egal, ob privat oder durch eine Firma. Gespendet werden kann unter folgender Crowd-Funding Seite: <https://t1p.de/tch-spende> oder direkt an den MTV. Eine Spendenbescheinigung wird natürlich ausgestellt.

Alle Infos und Trainingszeiten sind auf der MTV Website nachzulesen. Wendet euch bei Fragen gerne direkt an unsere Spartenleitung Celine unter [tide-cheersport@mtv-heide.de](mailto:tide-cheersport@mtv-heide.de).

**Auto-Service**  
**Westerweck**  
Inhaber: Jan Jeronimus

**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**

**JUNGE, SPORTLICHE MODE**

**simply**

**www.simply-heide.de**

**WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!**

MARKT 5, 25746 HEIDE · TEL. 0481 / 61390  
**WWW.SIMPLY-HEIDE.DE**

# Dämmung auf eigene Faust?

**Das Dachgeschoss ist im Sommer zu heiß und im Winter zu kalt? Die Außenwand schimmelt? Oft führen schon kleine und kostengünstige Maßnahmen zum Schutz der eigenen Immobilie – auch bei Dämmvorhaben. Die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein zeigt, worauf Verbraucherinnen und Verbraucher achten sollten.**

Gerade in den kühleren Jahreszeiten bringt Wärmedämmung an Wänden, Dach oder Kellerdecke mehrere Vorteile: Zum einen entweicht weniger Wärme aus den Räumen, sodass weniger geheizt werden muss. Das spart Energie. Zum anderen sind die Wand-, Boden- oder Deckenoberflächen wärmer. Das steigert die Behaglichkeit im Raum. Denn in der Nähe von kalten Flächen ist die gefühlte Temperatur niedriger als die tatsächliche Lufttemperatur. Um das auszugleichen, wird oft noch mehr geheizt. Das kostet extra, belastet das Klima und führt zu trockener Heizungsluft. Warme Oberflächen beheben das Problem. Darüber hinaus senken sie das Schimmelrisiko und schützen das Gebäude vor Witterungsschäden.

Wärmedämmung senkt den Energiebedarf deutlich und damit die Energiekosten. Sie muss aber bezahlt werden. Je nach Bauteil sind die Kosten dabei unterschiedlich. Die Dämmung

bisher ungedämmter Bauteile lohnt sich in fast allen Fällen. Auch weil die Lebensdauer von Wänden, Decken oder Dächern mehrere Jahrzehnte beträgt, in welchen sie in gutem Zustand Kosten einsparen.

Wer handwerklich etwas geschickt ist, kann einige Arbeiten selbst übernehmen. Doch Vorsicht: Wer selbst einbaut, hat kein Recht auf Gewährleistung des verbauten Materials. Die Dämmung der Kellerdecke ist in den meisten Fällen recht einfach umzusetzen. An reinen Materialkosten muss mit etwa 25 bis 60 Euro pro Quadratmeter gerechnet werden. Die oberste Geschossdecke unter einem unbeheizten Dachboden kann ebenfalls in Eigenleistung gedämmt werden, wenn es sich um eine Betondecke handelt. Hier belaufen sich die Materialkosten auf etwa 45 bis 75 Euro pro Quadratmeter. Auch bei der Dämmung von Satteldächern gibt es Varianten, die zu ähnlichen Quadratmeterpreisen möglicherweise selbst umgesetzt werden können – sofern zwischen oder unter den Sparren gedämmt werden soll. Aber Vorsicht: Durch die Bauausführung darf sich kein Tauwasser bilden, sonst drohen erhebliche Bauschäden. Die technisch richtigen Konstruktionen sind dabei nicht einfach umzusetzen, möglicherweise muss auf der Innenseite eine Dampfsperre einwandfrei angebracht werden. Hierbei gilt es unbedingt auf eine fachlich korrekte Ausführung zu achten. Soll dagegen eine Dämmung oberhalb der Dachsparren angebracht werden, oder ist ein Flachdach zu dämmen, sind Verbraucher ohnehin oft auf Fachleute angewiesen. Kostenpunkt pro Quadratmeter: 240 bis 400 Euro.

Während des kostenlosen Online-Vortrags „Energetische Sanierung: Schritt für Schritt“ zeigen wir, wie bereits kleine Maßnahmen Energiekosten sparen können. Dazu gibt es Tipps für die Nutzung von Förderprogrammen für größere Modernisierungen:



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 17.00 Uhr  
Textilhaus.Barteld@web.de

# FilmClub



Triangle of sadness



Rocca verändert die Welt

Seit Dezember 2001 zeigt der „FilmClub Heide e.V.“ zwei Mal im Monat (jeden 1. Montag und jeden 3. Mittwoch) Kinoklassiker und gehobenen Mainstream, der in kommerziellen Kinos nur wenig Chancen hat. Der Kinoabend wird dabei zu einem kleinen ‚Event‘, einem kulturellen Highlight in Heide, bei dem die Zuschauer auf persönliche Art begrüßt werden und Informationen zum Film und den Filmemachern erhalten.

Karten: [www.kino-heide.de](http://www.kino-heide.de) und an der Kinokasse.

## 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](mailto:info@bosch-dienst-wahl.de)

Für Ihr Auto tun wir alles.



ElbeForum Brunsbüttel  
Kulturhaus und Tagungszentrum

## Programm im November

### Do, 02. November 2023, 10:00 Uhr **Der Wal**

Ein schauspielerischer Traum aus Licht und Schatten, Klang- und Figurenspektakel. Eintritt: 10,00 €, 7,50 € für Schüler\*innen

### Fr, 03. November 2023, 20:00 Uhr **Prince Valium**

Französisch-deutscher Powerschlag. Eintritt: 15,00 €, 7,50 € für Schüler\*innen

### Sa, 04. November 2023, 18:00 Uhr **Münchhausen - die Wahrheit übers Lügen**

Ein geniales Comic-Theater-Spektakel. Eintritt: 10,00 €, 7,50 € für Schüler\*innen

### Mi, 08. November 2023, 10:00 Uhr **Radau! Das Kinder Rockkonzert**

Let's get loud! Richtig abfeiern im ElbeForum. Mit der Band Radau aus Hamburg! Eintritt: 10,00 €, 7,50 € für Schüler\*innen

### Do, 09. November 2023, 20:00 Uhr **Spatz und Engel**

Ein musikalischer Abend über die Freundschaft großer Frauen. Eintritt: ab 26,00 €, ab 13,00 € für Schüler\*innen

### Fr, 10. November 2023, 20:00 Uhr **A33A Fever und Disco - Das Original aus Hamburg**

Best of ABBA and Disco - heute wird gefeiert! Eintritt: 28,00 €, 14,00 € für Schüler\*innen

### Sa, 11. November 2023, 19:00 Uhr **Ein moderierter Abend mit Florian Heinisch**

Klaviermusik im Spiegel der Jahrhunderte. Eintritt: ab 26,00 €, ab 13,00 € für Schüler\*innen

### So, 12. November 2023, 18:00 Uhr **Mellow - Blow your Mind!**

Mitreißen Live-Show, in der neuartige holographische Video- und Projektionseffekte auf handgemachte Magie und interaktive Illusionen treffen. Eintritt: ab 26,00 €, ab 13,00 € für Schüler\*innen

### Mi, 15. November 2023, 19:30 Uhr **Marinemusikkorps**

Das Benefizkonzert mit dem Lionsclub Dithmarschen. Eintritt: 20,00 €

### Do, 16. November 2023, 20:00 Uhr **Grimms sämtliche Werke ...leicht gekürzt!**

Kabarett vom Feinsten - intelligent, kurzweilig und aktuell. Eintritt: 26,00 €, 13,00 € für Schüler\*innen

### Do, 16. November 2023, 20:00 Uhr **Anne-Marie die Schönheit**

Schauspiel von Yasmina Reza mit Robert Hunger-Bühler. Eintritt: ab 26,00 €, ab 13,00 € für Schüler\*innen

### So, 26. November 2023, 16:00 Uhr / Mo, 27. November 2023, 10:00 Uhr **Ronja Räubertochter**

Musikalische Inszenierung nach dem Kinderbuch-Klassiker von Astrid Lindgren. Eintritt: 10,00 €, 7,50 € für Schüler\*innen

### Di, 28. November 2023, 17:00 Uhr **Führung durch die aktuelle Ausstellung**

Kunst gucken, Fragen stellen, Freude haben. Eintritt: kostenlos

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



# Preiler Koog

– Orte, die man gesehen haben sollte –

**In diesem Monat führt Sie der Ostrother Fotograf und Autor, Hans-Jürgen von Hemm, in die nördlichste Region unseres Kreises, nach Preil und dem Preiler Koog.**



Preil ist ein kleines, sehr altes Dorf und ein Ortsteil der Gemeinde Lehe mit rund 20 Einwohnern. Gehen Sie auf eine besondere Zeitreise in die landschaftlich sehr reizvoll gelegene Region. Selbst lag Preil vor einigen hundert Jahren noch auf einer Hallig. Hier können Sie einen Blick in die Vergangenheit und auf die Naturgewalten mit seinen Hinterlassenschaften werfen. Die einzigartige Flusslandschaft der Eider, einschließlich der Vorlandbereiche und die weiträumige

Marschenlandschaft mit den landwirtschaftlichen Flächen und dem typischen Grabensystem bestimmt das Gebiet. Die geologische Situation des Dorfes ist geprägt von brackigen Ablagerungen. Dies führte in dem schon 1615 eingedeichten Preiler Koog zur Bildung von nährstoffhaltigem Marschboden. Aufgrund der Fruchtbarkeit des Marschbodens sind insbesondere Ackernutzung und intensive Grünlandnutzung landschaftsbildbestimmend.



Das von landwirtschaftlichen Höfen und Ferienhäusern geprägte Preil können Sie über den Preiler Ring Richtung Norden durchfahren. Dabei kommen Sie auch am letzten Hof „Nordstern“ un-



seres Kreises vorbei, bevor Sie auf den Hopenweg stoßen. Fahren Sie links ab und nach 150 Meter befinden Sie sich auf der Deichkrone. Von hieraus haben Sie einen weiten Panorama-Rundumblick. In nördlicher Richtung sehen Sie in 800 Meter Entfernung ein sehenswertes archäologisches Kulturdenkmal aus der vor- und frühgeschichtlichen Zeit mit der einzigen noch im Eidergebiet vorhandenen Ringtränke. Sie bildete einen Schutz für das Vieh bei unerwarteten sommerlichen Überflutungen, da es den rettenden Ringdeich selbständig aufsuchen konnte. Die Ringtränke hat eine runde Wasserfläche von ca. 25 Meter Durchmesser und einen umlaufenden, etwa 3 Meter hohen Ringdeich.



In südwestlicher Richtung, direkt am Deichfuß in 1.600 Meter Entfernung liegt das sagenumwobene Soldatenloch. Hierbei handelt es sich um die markanteste Wehle im angrenzenden Lundener Koog, die bei einer furchtbaren Sturmflut am 11. Oktober 1634 entstanden ist. Eine blutrünstige Geschichte aus dem Nordischen Krieg (1700 - 1721) rankt sich um den Namen dieser Wehle. Sie ist unter anderem in der Chronik „Die Gemeinde Lehe an der Zeitenwende“ von Kurt Dummann nachzulesen. Von der Deichkrone aus haben Sie hier einen fantastischen Blick auf den Sonnenuntergang.

Über den Hopenweg erreichen Sie in östlicher Richtung eine noch sehr gut sichtbare Deichbruchstelle im Landschaftsschutzgebiet. Ein schweres Hochwasser zerstörte am 3./4. Februar 1825 an dieser Stelle den Eiderdeich und überschwemmte das Hinterland. Das Dorf Preil wurde völlig überschwemmt. Der mehrfach gebrochene Deich wurde an dieser Stelle wegen der tiefen Ausspülung nicht erneuert, sondern flussseitig mit einem neuen Deich umgeben. Die alten Deichreste mit den Durchbruchstellen blieben so erhalten, wie sie nach dem Deichbruch aussahen. Obwohl der heutige Eiderdeich seit



dem Bau des Eidersperrwerks 1968 – 1972 nicht mehr erhöht wurde, ist der Höhenunterschied zwischen dem alten und dem neueren Deich sehr auffällig.

Wir wünschen Ihnen nun beim Besuch des Weihnachtsbasars auf dem nördlichsten Hof Dithmarschens, „Hof Nordstern“, von Stefanie Mahmens, Preiler Ring 7, am Freitag, 24. November von 18 bis 22 Uhr und Sonnabend, 25. November von 11 bis 17 Uhr neue Eindrücke. Lassen Sie sich bei einem Spaziergang mit einem Blick auf den Preiler Koog, verbunden mit einem Sonnenuntergang begeistern.

*Text und Fotos: Hans-Jürgen von Hemm*

# Die Otter sind da!

Nationalpark-Zentrum  
**Multimar**  
WATTFORUM



Besuche uns  
in Tönning!



Erlebe unsere neue Fischotter-Ausstellung Watt. Land. Fluss. und die ganze Faszination des Wattenmeeres auf über 4.000 m<sup>2</sup>. Draußen und drinnen – 364 Tage im Jahr. **Entdecke eine ganze Welt.**



multimar-  
wattforum.de



Wattenmeer  
Weltkulturerbe seit 2009/2014

Nationalpark  
Wattenmeer



SCHLESWIG-HOLSTEIN

# 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 2024**

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](mailto:info@haustechnik-thomsen.de)  
[www.haustechnik-thomsen.de](http://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