IHR MAGAZIN FÜR HEIDE, BÜSUM UND UMGEBUNG

Frischer Wind

FEBRUAR 2026

GRATIS!

Hohnbeer 2026: Drei Eggen, ein Fest

Von Januar bis Februar macht Heide sich bereit für eine der schönsten und charaktervollsten Traditionen im Norden. Auch im Jahr 2026 stimmen die drei Heider Eggen ihre Vorbereitungen ab, damit die fünfte Jahreszeit wieder mit Musik, Umzügen, Begegnungen und plattdeutschem Frohsinn gefeiert werden kann. Hohnbeer steht für Gemeinschaft, Brauchtum und die Pflege der plattdeutschen Sprache – und ist weit mehr als nur ein Fest im Jahreskalender.

Foto: © R. Turchetto

Zum traditionellen Start trafen sich Ende 2025 Vertreter der Norderegge, Süderegge und Österegge mit Ehrenmitgliedern und beteiligten Organisationen, um die Weichen für die Festtage zu stellen. Dabei standen vor allem die Terminplanung und die Organisation des bunten Programms im Mittelpunkt: Umzüge, Einkehr an den bekannten Stationen, Ehrungen, Spielmannszüge und natürlich die großen Feste in den Sälen der Stadt.

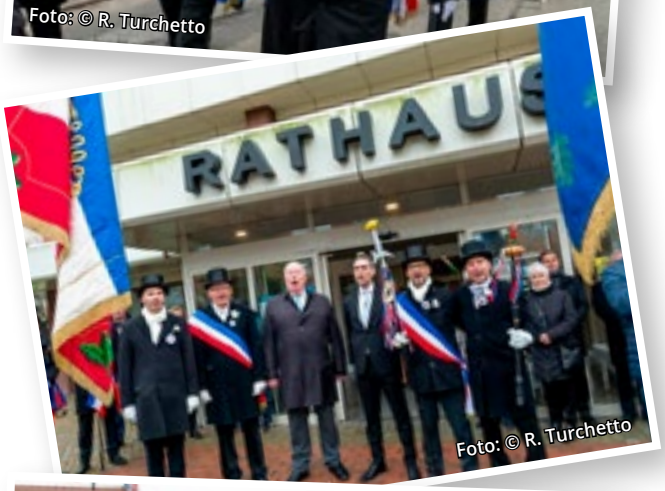


Foto: © R. Turchetto

Am Ende des Winters – wenn der Schnee langsam schwindet und die ersten Frühlingstage locken – ziehen die Hohnbeermänner in ihren traditionellen Fräcken, mit Zylindern und Schärpen los, um die Stadt zu beleben. Die Festtage verbinden Jung und Alt, Einheimische und Gäste, und sorgen für stimmungsvolle Stunden mit Musik, Humor und Geselligkeit.

Foto: © R. Turchetto

Die Vorbereitungen gehen dabei weit über den reinen Festbetrieb hinaus: Schon Wochen vor den Umzügen werden Plätze und Straßen geschmückt, ehrenamtliche Helferinnen und Helfer koordinieren Abläufe und Logistik, und Partner wie Polizei, Feuerwehr oder Musikvereine stimmen sich aufeinander ab, damit alles reibungslos klappt.

Nach der „Generalversammlung" Anfang Januar – bei der die letzten Beschlüsse für die Saison gefasst wurden – rückt nun die Hohnbeer-Zeit spürbar näher. Schmückaktionen und Aufbauarbeiten beginnen, die erste Großaktion ist traditionell das Schmücken des Kandelabers, bei dem die Bevölkerung herzlich zum Mitmachen eingeladen ist.

14.02. | Nordereggen-Hohnbeer

21.02. | Südereggen-Hahnbeer

28.02. | Östereggen-Hohnbeer

FEBRUAR

FRISCHER WIND **02/2026**

Hohnbeer 2026: Drei Eggen, ein Fest 02

Nach der Winterwelt ist vor der Winterwelt 04

Geschenke zum Valentinstag 06

Rancho Grande: Night-Party im Februar 08

Lange Nacht der Frauen in Heide 10

50 Jahre Ballettschule Rönnfeldt 12

Sportlicher Jahresausklang mit dem OSC 14

Elterncampus an der FH Westküste 15

AWD eröffnet Recyclinghof in Büsum 16

Neue Dithmarscher Künstlergruppe WestArt 18

Aktionstag „Milch“ im Landwirtschaftsmuseum 19

Erfolgsgeschichte: Kauf-1-Mehr-Aktion 20

Sonderausstellung: Die Sturmflut 1976 22

Unser großer Rätselspaß: Sudoku & Schwedenrätsel 24

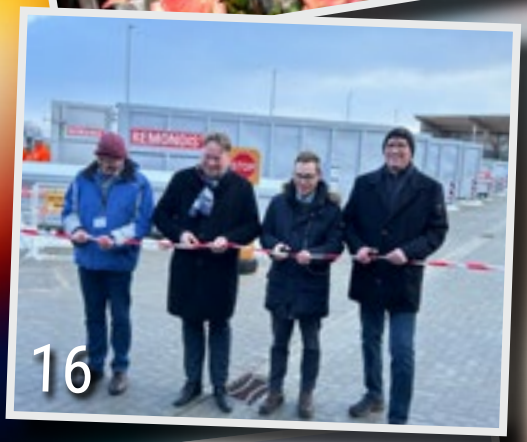
Kabinengeflüster aus Heide & Umgebung 26

MTV Heide: E-Jugend bei DHB Mini-WM 28

Kreative Kunstabende in Tellingstedt 29

FilmClub Heide e.V. – Programm im Februar 30

Fünf Tipps zu Nahrungsergänzungsmitteln 31



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
Titelbild: Fabian Fink

OFFSET DRUCK PINGEL WITTE

Das Team des Heide Stadtmarketings zieht eine positive Bilanz der Heider Winterwelt: Michael Schittek, Sarah Wulff, Jennifer Adam und Torben Ernst im beliebten Muckelwald auf dem Heider Marktplatz.

Nach der Winterwelt ist vor der Winterwelt

Kurze Zeit nach dem Ende der Heider Winterwelt zieht das Heide Stadtmarketing eine erste positive Bilanz. Gleichzeitig ist das Team schon wieder aktiv geworden bei der Organisation für das große Event im gerade angebrochenen Jahr.

„Die Heider Winterwelt war ein voller Erfolg und gleichzeitig eine gute Lernerfahrung“, sind sich Geschäftsführer Michael Schittek und Projektleiter Torben Ernst einig. „Vor allem die Eisbahn mit Natureis, anstelle von Kunsteisplatten, war ein Publikumsmagnet und auch auf den Muckelwald als Neuheit gab es eine große positive Resonanz.“ Zahlreichen Menschen habe die Winterwelt ein Lächeln aufs Gesicht gezaubert. Dies sei ein Zeichen dafür, dass vieles richtig gemacht wurde.

„Eine tolle Teamleistung“, wie Schittek betont. „Unser Dank gilt den direkten Kolleginnen und Kollegen vom Stadtmarketing, dem Auf- und Abbauteam, dem Schlittschuhteam, Manfred Will als ehrenamtlicher Weihnachtsmann, der lokalen Wirtschaft, den Heider Stadtwerken, den Sparkassen und Genossenschaftsbanken, den Rettungskräften, den ehrenamtlichen Schiris beim Eisstockschießen und vielen mehr“, sagt Michael Schittek. Die hohen Besucherzahlen spiegeln den Erfolg wider. Torben Ernst spricht von einer gefühlten Verdreifachung der Gäste, die auch aus der weiteren Entfernung in die Kreisstadt gekommen seien. „An einem Tag standen zehn große Reisebusse gleichzeitig auf dem Marktplatz, um die Fahrgäste an der Winterwelt aussteigen zu lassen“, so der

Schonender geht’s wirklich nicht, die sanfteste Autowäsche!

Das A.PF.EL. Auto- Pflege- Erlebnis

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

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

- 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!

Projektleiter. „Für uns als Team war es ein immenser Kraftakt, aber er hat sich gelohnt.“

Der reibungslose Betrieb der Echteisbahn war eine besonders große Herausforderung, damit das Angebot pünktlich eröffnet werden konnte, sei so manche Nachtschicht für das rund 10-köpfige Aufbaumteam nötig gewesen. „Beim Aufbau der Eisbahn, die etwa so aussieht wie eine überdimensionale Fußbodenheizung, haben wir rund 8.000 Dichtungen auswechseln müssen“, erzählt Torben Ernst. „Für dieses Jahr versprechen wir uns deutlich weniger Zeitaufwand, da es einen Austausch im Bereich des Endsystems der Eisbahn geben wird.“

Ein echtes Problem während des laufenden Betriebs sei das von der Decke herabtropfende Kondenswasser gewesen aufgrund des relativ warmen Winters. „Durch die Tropfen entstanden kleine Hügel auf der Eisfläche, die wir alle zwei

bis drei Stunden mit einer Bürste oder einem spitzen Hammer wieder entfernt haben“, so Schittek. „Das war schon eine zeitintensive Sache. Daher sind wir aktuell gemeinsam mit dem Zeltbauer auf der Suche nach einer Lösung.“

Den neuen und sofort beliebten Muckelwald mit Feuerstelle werden die Besucher der Heider Winterwelt auch in diesem Jahr wieder finden. Um das Ausschreibungsverfahren für die Stände braucht sich das Heider Stadtmarketing aktuell nicht zu kümmern, da diese bis 2027 gesetzt sind. Die Bandenwerbung ist dagegen ein Thema auf der jährlichen Agenda. „Zum Glück haben wir viele treue Sponsoren, ohne die wir die Heider Winterwelt gar nicht auf die Beine stellen könnten“, sagt Michael Schittek. Um die Akquise für die zahlreichen Wechselhütten kümmert sich derweil Sarah Wulff aus dem Stadtmarketingteam.

Vereinzelt habe es Beschwerden zur Barrierefreiheit gegeben, die man aber weitestgehend ausräumen konnte. „Wie in jedem Jahr ist zuvor eine Begutachtung der Barrierefreiheit mit einer Abnahme durch den Seniorenbeirat erfolgt“, erzählt Torben Ernst. Viel Lob habe es für das neue kulinarische Angebot auf der Winterwelt gegeben. Hier hätten die Besucher zeitweise in drei Reihen Schlange gestanden. „Es gehört zu unseren Aufgaben, auf Trends auch im Bereich der Kulinarik zu schauen“, sagt Michael Schittek. „Und es hat funktioniert.

Aufgrund der großen Besucher-Resonanz auf die Heider Winterwelt 2025 wünschen sich 90 Prozent der Schausteller und Standbetreiber, dass diese wie früher wieder bis zum 6. Januar geöffnet ist. Mal sehen, was die Zukunft bringen wird.“

Beitrag von Andrea Hanssen. Fotos: Heide Stadtmarketing

Bosch-Dienst Wahl
Bosch Car Service
Inhaber: Ingo Dohrn
Hamburger Str. 43
25746 Heide
Telefon: 0 48 1 / 54 75
info@bosch-dienst-wahl.de

Für Ihr Auto tun wir alles.

DEAL? KNUTZENDEAL!

Vom 06.02. bis 01.03.2026 mit unseren Gutscheinen ganz einfach sparen.

6x KNUTZEN *Deals*
Gutscheine im Gesamtwert von **1560 €**

Hier können Sie unsere Gutscheine bequem herunterladen.

KNUTZEN WOHNEN
Hamburger Straße 109 | **HEIDE**
0481 - 68 010 | www.knutzen.de
Mo. – Fr. 09:00 – 18:00 Uhr
Sa. 09:00 – 14:00 Uhr

Verwaltung: Knutzen Wohnen GmbH | Gutenbergstraße 12 | 24941 Flensburg

Geschenke zum Valentinstag

Schöner Liebesbrauch oder reiner Kommerz? Am Valentinstag – dem 14. Februar - schenken sich zahlreiche Verliebte, Verlobte und Verheiratete Blumensträuße, Schmuck, Parfüm oder andere Aufmerksamkeiten. Einfach als kleinen Beweis ihrer Zuneigung. Kritische Zungen behaupten allerdings, dass geschickte Vermarktungsstrategien der Floristen dem Valentinstag zu seiner heutigen Popularität verhalfen.

Ein Blick in die Geschichtsbücher zeigt jedoch, dass der Valentinstag keine Erfindung der Floristen-Branche ist. Sein Ursprung liegt weit zurück. Bereits im alten Rom gab es nämlich Blumen zum 14. Februar. Beim Valentinstag handelt es sich ursprünglich um einen christlichen Feiertag zu Ehren des heiligen Valentinus. Dieser starb im Jahr 269 nach Christus als Märtyrer und hatte zu seinen Lebzeiten heimlich Brautpaare getraut. In Deutschland kennt man den Valentinstag erst seit dem zweiten Weltkrieg. US-Soldaten brachten den in Amerika weit verbreiteten Brauch hierher.

Am Valentinstag gehen besonders viele Blumensträuße über den Tresen – Rosen gelten seit jeher als Symbol der Liebe und Klassiker am Tag der Liebe.

Wie auch immer man darüber denken mag: an kaum einem anderen Tag gehen bei den Blumenhändlern so viele Sträuße über den Tresen wie am 14. Februar. Als Symbol der Liebe gilt bekanntlich die Rose. Besonders junge Paare nehmen den Valentinstag zum Anlass, sich ein wenig schick zu machen und den Abend beispielsweise mit einem romantischen Restaurantbesuch zu verbringen. Das Team vom Modehaus Ramelow steht interessierten Kundinnen gern mit Anregungen und Modetipps zur Seite. „Der Valentinstag ist ein schöner Grund, sich schick zu machen und gemeinsam mit dem Partner einen besonderen Abend zu verbringen“, sagt Tanja Schimmer. „Kleidung in der Trendfarbe bordeauxrot lässt sich wunderbar kombinieren. Auch schokoladenbraun liegt voll im Trend und ist sozusagen das „neue Schwarz“. Und ein bisschen Glitzer geht nicht nur zu Weihnachten, sondern das ganze Jahr über.“

Trendfarben zum Valentinstag: bordeauxrot, schokoladenbraun und ein Hauch Glitzer – das Modehaus Ramelow gibt Styling-Inspirationen für den besonderen Abend.

Apropos Glitzer. Zu den beliebtesten Geschenken, die Männer ihrer Liebsten am Valentinstag überreichen, gehört ein schönes Schmuckstück. „Viele Kunden entscheiden sich für eine Halskette mit einem Herzanhänger“, sagt Mareike Greulich vom Fachgeschäft Juwelier Dygutsch. „Gerne gravieren wir auf Wunsch eine persönliche Botschaft ein, die das Geschenk noch individueller macht.“ Auch von der

Firma Pandora gibt es für den Valentinstag viele besondere Schmuckideen – wer mag nimmt eine Kette, ein Armband oder einen Ring mit einem roten Herz. Wer plant, seiner Liebsten die „Frage aller Fragen“ zu stellen, entscheidet sich für einen Antragsring aus dem geschmackvollen Dygutsch-Sortiment.

Immer eine gute Geschenkidee – sowohl für Damen als auch Herren – ist ein toller Duft. Die Parfümerie Douglas hält bekanntlich eine große Auswahl bereit für jeden Geschmack. „Besonders bei jungen Frauen ist zurzeit das neue Eau de Parfum Gucci Flora Gorgeous Gardenia beliebt“, sagt Filialleiterin Kirstin Harders. „Der blumige, fruchtige Duft ist eine tolle Alternative zum Rosenstrauß.“ Für junge (und auch ältere) Männer empfiehlt Kirstin Harders als Geschenk zum Valentinstag einen der verschiedenen Herrendüfte von Jean Paul Gaultier. „Diese Kreationen haben einen richtigen Hype ausgelöst“, sagt sie. „Viele junge Männer sammeln die Düfte – allein aufgrund der kreativen Optik des Parfüm-Flacons.

Beitrag und Fotos von Andrea Hanssen

Mareike Greulich vom Juwelier Dygutsch präsentiert einen Antragsring – persönliche Gravuren machen Schmuckstücke zum Valentinstag besonders individuell.

Zu verkaufen: Exklusives Wohnhaus in Ostrohe

Einfamilienhaus | Baujahr: 1997 | Massivbau | Wohnfläche: ca. 180 m² | Grundstück: 995 m² | 6 Zimmer | Einbauküche | Gäste-WC
Heizung: Zentralheizung Gas (2016) | großer Garten | 2 Garagen | Sauna | überdachte Terrasse | Terrasse | Glasfaseranschluss

Exklusive Einfamilienhaus in 25746 Ostrohe mit moderner Ausstattung, durchdachter Raumaufteilung und liebevoll angelegtem Garten. Rund 180 m² Wohnfläche, helle und großzügige Räume, offener Wohn- und Essbereich mit hochwertiger Einbauküche sowie ein ausgebautes Dachgeschoss mit drei Schlafzimmern und einem großen Vollbad. Der Garten bietet mit Terrasse, überdachtem Freisitz und einem eigenen Saunahaus eine wahre Wohlfühloase. Zwei Garagen sowie zusätzliche Stellplätze runden das Angebot ab – ein Zuhause zum Einziehen und Genießen.

599.000,00€

Für weitere Informationen und für Fragen zum Exposé kontaktieren Sie bitte:
VR Immobilien eG · Ansprechpartnerin: Andrea Huth
Tel. 0481 – 8586-292 · E-Mail: huth@vr-immobilien-nord.de

VR Immobilien eG
VERKAUF | VERMIETUNG | VERWALTUNG

NIGHT-PARTY IM FEBRUAR

Das Traditions-Steakhouse Rancho Grande startet mit einem besonderen Event ins neue Jahr. Gute Vibes, klasse Musik, ein Welcome Drink sowie ein raffiniertes Flying Buffet mit lauter schmackhaften Köstlichkeiten – all dies erwartet die Gäste der Night Party am Samstag, den 7. Februar 2026, ab 19 Uhr.

„Starten Sie die unvergessliche Party mit einem Willkommensgetränk und genießen dann in lockerer Atmosphäre unsere kleinen kulinarischen Spezialitäten, die von unserem Team auf Tabletts direkt an Ihrem Tisch gereicht werden", sagt Inhaber Milenko Šaulić. „Nach dem Motto Open End – Feiern, solange die Nacht lebt! sind Sie herzlich eingeladen, Spaß zu haben und zu tanzen zu den besten Partyhits der vergangenen Jahre. Mit Alex Mark aus Serbien haben wir einen Vollblut-DJ mit Festival-Erfahrung engagiert, der weiß, wie man Partygäste in Stimmung bringt."

Aleksandar Marković, wie dieser mit bürgerlichem Namen heißt, ist bereits seit rund 30 Jahren in der Musikszene aktiv. Er gilt als einer der Gründer des Radiosenders und digitalen Musikverlags Valternativa Records.

Nach bereits drei durchgeführten Events setzt Milenko Šaulić aufgrund der großen Resonanz mit der grandiosen Night Party seine Veranstaltungsreihe im Rancho Grande fort. Wer sich einen Platz für nur 26 Euro pro Person im stilvollen Ambiente des kürzlich komplett renovierten Restaurants sichern möchte, reserviert am besten schon heute. Familie Šaulić und das insgesamt 13-köpfige Team aus meist

Grillmeister Ljubinko Ninić – seit 1990 im Unternehmen und aus der Küche nicht wegzudenken. Bodenständig, routiniert und mit echter Liebe zum Handwerk.

langjährigen Mitarbeitern freuen sich auf Sie! Künftig werden außer Events auch Bier-Tastings sowie Rum-, Gin- und Whiskey-Tastings veranstaltet. Und bis einschließlich 28. Februar gilt eine super Happy-Hour-Aktion für Steaks zu attraktiven Preisen an allen Öffnungstagen (nähere Infos auf der Homepage).

Das Rancho Grande ist weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt für Gastfreundschaft, großartigen Service und nicht zuletzt für seine hochwertigen Speisen. „Steaks sind einfach unsere Leidenschaft", sagt Milenko Šaulić. „Deswegen verwenden wir ausschließlich erstklassige Ware aus Neuseeland, Argentinien, Irland sowie Färsenfleisch aus Pommern." Im Reifeschrank, dem sogenannten Dry Ager, wird hochwertiges Fleisch – für die Gäste sichtbar – am Knochen über etwa vier Wochen abgehängt. Dabei entwickelt sich ein unvergleichlicher Geschmack. Wer eher zu Burgern, einer Fischspezialität oder leichter und grüner Küche tendiert, wird im Rancho Grande natürlich auch fündig. Ein wöchentlich wechselnder Mittagstisch mit einem Fleisch- und einem Fischgericht zum attraktiven Preis rundet das vielseitige Angebot ab.

Das Herzstück des Restaurants ist die offene Küche, so dass die Gäste bei der Zubereitung der Speisen zuschauen können. Diese gehört zum sehenswerten Ergebnis der kürzlich durchgeführten zweimonatigen Komplett-Renovierung des Steakhouses.

„Aufgrund der Empfehlung der großartigen Tischlerei Hansen holten wir für das neue Konzept einen Innenarchitekten aus Hamburg ins Boot", sagt Milenko Šaulić. „Wir wollten dem Rancho Grande ein zeitgemäßes, wertiges und authentisches Gesicht geben. Die Qualität unserer Speisen sollte sich auch im Innenausbau widerspiegeln." Das Resultat kann sich sehen lassen: dabei bilden warme und nachhaltige Materialien – wie massives Eichenholz von Duckdalben aus dem Nord-Ostsee-Kanal – die Grundlage der stilvollen Gestaltung. Gezielte Lichtakzente sorgen für eine behagliche Atmosphäre, zudem wurde für eine gute Raumakustik gesorgt. Der Bartresen wurde mit alten Eichenbrettern verkleidet, während der gesamte Bar-Rückbereich komplett neu gestaltet wurde. Für einen komfortablen Aufenthalt der Gäste sorgen außerdem hochwertige und bequeme Stühle und Bänke.

Von der Region für die Region: „Bei der Auswahl der für den Umbau beauftragten Firmen haben wir viel Wert auf Regionalität gelegt", sagt Milenko Šaulić. „Wir freuen uns, unsere Gäste nun im gleichermaßen modernen und gemütlichen Ambiente begrüßen zu können."

Aktuelle Events und weitere Informationen:
www.rancho-grande-heide.de

Beitrag von Andrea Hanssen. Fotos: Rancho Grande

RANCHO GRANDE
HOUSE OF STEAKS

RANCHO GRANDE HEIDE GMBH & CO. KG
Markt 46 | 25746 Heide
Tel. 0481-728 28 | Fax 0481-78 70 313
kontakt@rancho-grande-heide.de
WWW.RANCHO-GRANDE-HEIDE.DE

Lange Nacht der Frauen in Heide

Der SI Club Dithmarschen lädt Frauen aller Altersgruppen zu einem inspirierenden Abend voller Information, Austausch, Vernetzung und gemeinsamer Freude ein. Veranstaltungsort ist die Eventhalle **„Alte Druckerei", Güterstraße 15 in Heide.** Los geht's am Freitag, den 13. März, ab 17 Uhr in der Alten Druckerei in der Güterstraße 15 in Heide.

Das Motto „Wissen, Freude, Austausch" ist Programm. „Die Lange Nacht der Frauen macht feministische, alltagsnahe und gesellschaftlich relevante Themen in einem offenen, lebendigen Rahmen sichtbar", sagt Bentje Ott, Gleichstellungsbeauftragte beim Kreis Dithmarschen und SI-Mitglied in Personalunion. „Unsere Veranstaltung soll das Wissen erweitern und Spaß machen zugleich." Die Idee zu der Veranstaltung, die sich gern langfristig etablieren soll, sei während eines SI-Workshops entstanden, wie Schriftführerin Anja Piening erzählt. Ein Arbeitskreis habe sich um die Organisation gekümmert und jetzt sei man voller Vorfreude auf die Premiere.

„Wir möchten, dass der Abend die Besucher stärkt, verbindet und inspiriert", sagt Mareike von Hemm. „Es wäre schön, wenn möglichst alle mit einem erweiterten Horizont, mit neuen Impulsen und Kontakten nach Hause gehen."

Mit der Langen Nacht der Frauen möchten die Veranstalter Frauen erreichen und stärken mit Themen, die aus dem Leben gegriffen sind – und für die bei vielen durchaus die eine oder andere Barriere oder Scheu bezüglich der Zugänglichkeit besteht. „Wir hoffen, dass das Rahmenprogramm auf großes Interesse stößt und dass sich bei manchen Besucherinnen nebenbei das Anhören eines Vortrags einfach so ergeben kann", sagt Bentje Ott. „Drei der acht Referentinnen der Impulsvorträge, die parallel in drei Räumen stattfinden, kommen aus den Reihen des SI Clubs." Ein weiteres Highlight ist das Frauen-Speed-Dating, bei dem sich die Teilnehmerinnen in kurzen Gesprächsrunden persönlich kennenlernen können.

Das Programm

Markt der Möglichkeiten von 17:00 – 21:30 Uhr

Ein zentraler Bestandteil der Veranstaltung ist der Markt der Möglichkeiten. Hier präsentieren sich rund 20 Beratungsstellen, Initiativen und spannende Angebote – vor allem aus Dithmarschen – mit: Informationsständen, Austauschformaten, kleinen Mitmachaktionen. Stellvertretend für alle seien hier genannt: Beratungsstelle Frau & Beruf, Jobcenter/Agentur für Arbeit, Praktikum Westküste, Frauenhaus, Frauen helfen Frauen e.V., Ernährungsberatung, Landfrauenverein und viele weitere.

Impulsvorträge zu lebensnahen Themen
von 18:00 – 21:00 Uhr

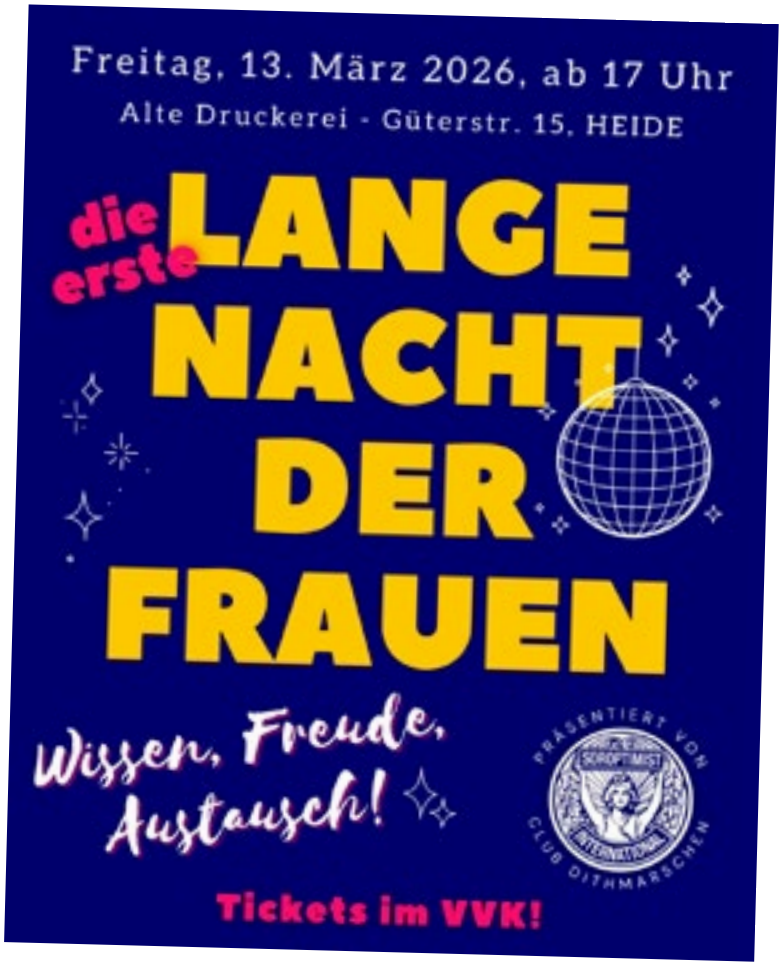
- Selbstbehauptung im (beruflichen) Alltag
- Finanzen
- Rechtlich informiert
- Mikrofeminismus
- Grenzen setzen & People Pleasing
- Wechseljahre / Menopause
- Gesundheit, Stärke & Selbstregulierung
- Ordnung für Vielbeschäftigte und Familien

Musik, Austausch & Tanz ab 21:00 Uhr - Mitternacht
Ab 21:00 Uhr wird getanzt, geschnackt und gefeiert mit der eigenen DJane des SI Club Dithmarschen. Für Essen und Getränke ist während der gesamten Veranstaltung gesorgt.

Karten
12 Euro im Vorverkauf: Scheller Boyens Buchhandlung Heide und Büsum, Apotheken Wesselburen und Lunden, Blumen Wittmaack Heide, Peter Panter Buchladen Meldorf sowie Apotheke Elisabeth Albersdorf. 15 Euro an der Abendkasse

Weitere Informationen finden Sie auf der Website:
www.clubdithmarschen.soroptimist.de

Beitrag und Fotos von Andrea Hanssen



4-Familien-Haus in Süderholm

JONNY WIEKHORST IMMOBILIEN
Der neue Weg nach Haus

- Erdgeschoss-Wohnungen mit Terrasse (71m²)
- Dachgeschoss-Wohnungen mit Loggia (57m²)
- Neue Gasthermen 4x (2022)
- Grundstück: 845m²
- Baujahr 1991
- Mieteinnahmen: 23.700,00€ / p.a.

549.000 €

Friedrichstraße 41 25746 Heide
0481/1524 www.wiekhorst-immobilien.de

50 Jahre Ballettschule Rönnfeldt

Im Februar feiert die Ballettschule Rönnfeldt in Heide ihr 50-jähriges Bestehen. Was heute eine feste Institution in der regionalen Tanzlandschaft ist, begann Mitte der 1970er-Jahre als mutiger Schritt in die Selbstständigkeit. 1976 übernahm Sylvia Renken, geborene Rönnfeldt, die Zweigstelle Hemmingstedt der Ballettschule Tabbert und führte sie fortan unter eigenem Namen.

Über viele Jahre hinweg war das damalige DEA-Casino die Heimat des Ballettunterrichts. Erst im April 1989 bezog die Schule ihren heutigen Standort in der Gleiwitzer Straße in Heide – ein Umzug, der den Grundstein für weiteres Wachstum legte. Aus der Ballettschule wurde im Laufe der Zeit ein Familienbetrieb.

Sylvias Töchter Nadine Timm und Natalie Krüger brachten ihre eigenen tänzerischen Werdegänge in die Arbeit der Schule ein. Nadine ließ sich zur Tanzpädagogin ausbilden und unterrichtete über viele Jahre Jazzdance. Natalie absolvierte eine Ausbildung zur Bühnendarstellerin, gibt seit 2003 Hip-Hop-Kurse und leitet die Ballettschule heute gemeinsam mit ihrer Mutter. Ergänzt wird das Team durch Vladyslava Hladskykh aus der Ukraine. Die ausgebildete Bühnentänzerin unterrichtet den Erwachsenenkurs und hat dessen Leitung vor rund einem Jahr übernommen.

Fortbildung spielte für Sylvia Renken stets eine zentrale Rolle. In Kiel und Hamburg absolvierte sie zahlreiche Workshops bei internationalen Dozenten und erwarb rund 20 Zertifikate – unter anderem in kreativem Kindertanz, klassischem Ballett, Modern Dance, Musical Dance, Senioren- und Spitzentanz.

Das Unterrichtsangebot der Ballettschule ist bewusst breit aufgestellt. Kinder, Jugendliche und Erwachsene trainieren in der Regel einmal pro Woche. Während die Jüngsten meist mit kreativem Kindertanz beginnen, wechseln viele später in Kinderballett, Hip-Hop oder Contemporary. Der klassische Tanz bildet dabei das Fundament. „Er ist wie das Fundament eines Hauses“, sagt Sylvia Renken. „Er schafft die Grundlage für alle anderen Tanzrichtungen.“

Dass dieser Ansatz trägt, zeigt sich auch in der Entwicklung ehemaliger Schülerinnen: Sieben von ihnen absolvierten erfolgreich eine Ausbildung zur Tanzpädagogin, zwei weitere ließen sich zur Bühnendarstellerin ausbilden. Die Ballett-

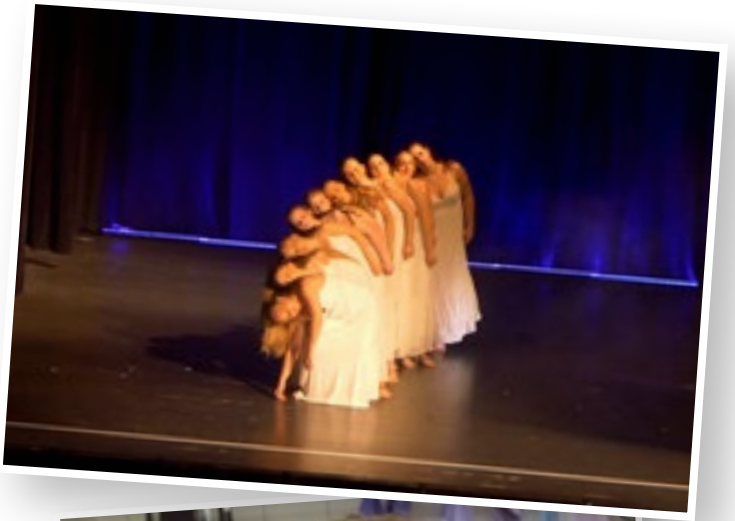
50 Jahre
Ballettschule Rönnfeldt
Gleiwitzer Str. 2, 25746 Heide
Kurse für Kinder- u. Erwachsene
7.März 26 Empfang im Studio, ab 10:00
29.11.26 Jubiläums-Tanzgala, Stadttheater
15:00 u. 18:00 Uhr Infos: 015140485641

schule wurde dafür vom Kulturministerium des Landes Schleswig-Holstein als berufsvorbereitende Ausbildungsstätte anerkannt.

Zum pädagogischen Konzept gehört es außerdem, das Erlernte regelmäßig vor Publikum zu präsentieren – etwa bei Stadt- oder Vereinsfesten. Höhepunkt des Jahres ist die große Tanzgala, bei der alle Kurse ihre aktuellen Choreografien zeigen. In der Vergangenheit waren dort unter anderem Ausschnitte aus bekannten Balletten sowie Musicaltänze nach Originalchoreografien zu sehen.

Im Jubiläumsjahr sind gleich zwei große Tanzshows geplant: Am Sonntag, 29. November 2026, finden im Stadttheater Heide Aufführungen um 15 Uhr und um 18 Uhr statt. Bereits zuvor wird gefeiert: Am 7. März 2026 lädt die Ballettschule ab 10 Uhr zu einer Jubiläumsfeier ins Studio ein. Eingeladen sind Schülerinnen und Schüler, ehemalige Absolventinnen und Absolventen, Familienangehörige, Freunde und Wegbegleiter – kurz: alle, die die Geschichte der Ballettschule Rönnfeldt in den vergangenen fünf Jahrzehnten mitgeschrieben haben.

Beitrag und Fotos von Sylvia Renken



Sylvia Renken

Unser Marco Wichmann und Johann Makarow

NORD-OSTSEE AUTOMOBILE
VAN MOSSEL AUTOMOTIVE GROUP

HYUNDAI Center Heide Meldorfer Straße 103, 25746 Heide, T 0481 683 830 0

Lust auf Leistung – Center in Flensburg, Eckernförde, Heide, Husum, Schleswig, Marne, Itzehoe, Neumünster, Hamburg-Harburg, Hamburg-Bergedorf, Schwarzenbek, Bad Belzig
hyundai.nord-ostsee-automobile.de

HYUNDAI

Sportlicher Jahresausklang mit dem OSC

Mit internationaler Beteiligung endete das Sportjahr des Ostroher Sport Club (OSC) mit dem traditionellen Silvesterlauf.

Mit 50 Läufern, Walkern, Nordic Walkern und Wanderfreunden trafen sich zum Jahresausklang, seit dem Bestehen der OSC-Laufsparte im Jahre 2002 – nunmehr schon zum 23. mal – zu dem von ihr organisierten Silvesterlauf.

Spartenleiterin Anke Rohwer und ihr Team, mit der Unterstützung der Nordic Walking-Sparte, hatten im Dörpshus Ostroh´ alles organisiert. Pünktlich um 13.00 Uhr wurden die Sportler des OSC und Gäste aus nah und fern, auch aus Argentinien und der Schweiz, von der Spartenleiterin Anke Rohwer begrüßt. Kurz darauf ging es bei trockenem und angenehmen Wetter für die Läufer auf eine 5- und 10 km lange Laufstrecke durch das Ostroher und Süderholmer Moor. 29 Walker und Nordic Walker absolvierten eine über 5 kilometerlange Strecke in gut 60 Minuten durch das Ostroher Moor. Für die Walker und Nordic Walker war dies ein besonderer Termin, denn es handelte sich offiziell um die 100. Übungseinheit der Nordic Walking-Sparte des OSC, die die beliebte Ausdauersportart das vergangene Jahr ohne Pause montags und freitags vormittags durchführte.

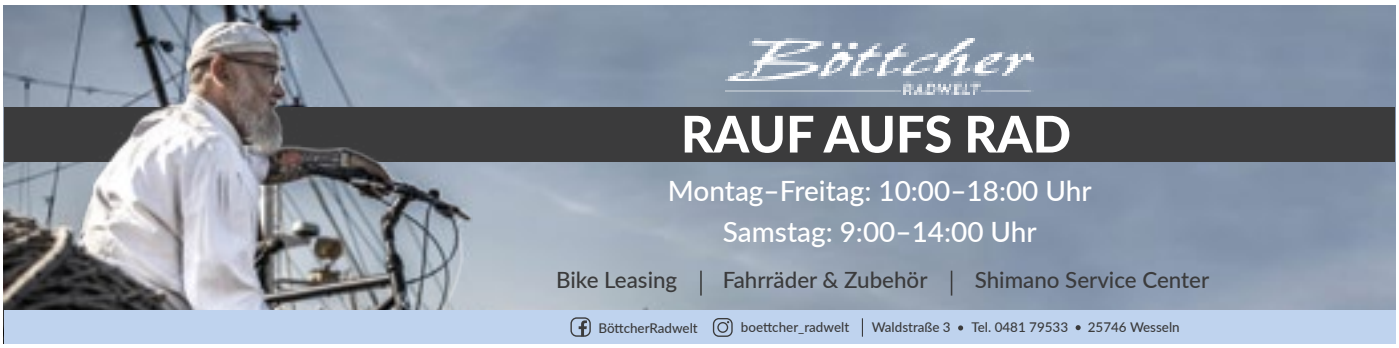
Unter anderem hatten sich auch 10 Walker und Nordic Walker der befreundeten Sparte des TSV Büsum um Trainerin Dörthe Bölter nach Ostrohe aufgemacht.

Die Wandergruppe machte sich vom Dörpshus aus auf den Weg ins Neubaugebiet „Am Helmken“ und informierte sich dort über den aktuellen Baufortschritt.

Nach rund eineinhalb Stunden trafen sich alle Teilnehmer nach einer wohltuenden sportlichen und entspannten Übungseinheit im geschmückten Saal im Dörpshus Ostroh´.

Der gemeinsame Jahresausklang endete bei leckeren Köstlichkeiten eines vielseitigen Büfetts und guten Gesprächen in entspannter Atmosphäre.

Text und Foto: Hans-Jürgen von Hemm



Studierende der FH Westküste in der Marktbude Heide Beim Elterncampus am 11. Februar steht der offene Austausch über Bildungs- und Berufswege im Mittelpunkt

Elterncampus an der FH Westküste

Orientierung für die Bildungs- und Berufswahl: Eltern sind die wichtigsten Ratgeber, wenn es um die Bildungs- und Berufsentscheidung ihrer Kinder geht. Gleichzeitig ist die Vielfalt an Möglichkeiten groß: Mehr als 300 anerkannte Ausbildungsberufe und eine noch weitaus größere Zahl an Studienangeboten erschweren den Überblick. Um Eltern bei dieser Aufgabe zu unterstützen, lädt die Fachhochschule Westküste gemeinsam mit der Agentur für Arbeit Heide zum Elterncampus ein.

Die Veranstaltung findet am Mittwoch, 11. Februar 2026, ab 17 Uhr, an der Fachhochschule Westküste in Heide statt. Eingeladen sind Eltern, deren Kinder in den kommenden Jahren einen Schulabschluss – gleich welcher Art – anstreben.

„Der Elterncampus lebt vom persönlichen Austausch“, sagt Carsten Friede, Sprecher der FH Westküste. „Wir freuen uns, wenn Eltern ihre individuellen Fragen stellen, mit uns ins Gespräch zu kommen und sich so einen realistischen Überblick über die attraktiven Bildungs- und Berufsmöglichkeiten in unserer Region zu verschaffen.“

Der Elterncampus verbindet kurze Impulse mit viel Raum für Austausch und Fragen. Die Beiträge greifen zentrale Fragen der Berufs- und Studienorientierung auf: Wie gelingt eine klischeefreie Berufswahl? Wie lassen sich eigene Stärken erkennen und in passende Bildungswege übersetzen? Und welche neuen Berufsbilder entstehen durch gesellschaftliche Entwicklungen wie Energiewende oder Künstliche Intelligenz? Ergänzend werden die Studienmöglichkeiten an der FH Westküste sowie die Ausbildungslandschaft in der Region vorgestellt.

„Dies sind zwei wirklich gut investierte Stunden in die berufliche Zukunft Ihrer Kinder“, ermuntert Claudia Schlüter, Sprecherin der Agentur für Arbeit Heide, Eltern zur Teilnahme an der Veranstaltung.

Im Mittelpunkt des Abends steht der persönliche Austausch. Zwischen und nach den Programmpunkten haben die Teilnehmenden Gelegenheit, mit Ansprechpersonen der Fachhochschule Westküste, der Agentur für Arbeit Heide und des BBZ Dithmarschen ins Gespräch zu kommen, Fragen zu klären und konkrete Orientierungshilfen mitzunehmen.

Die Teilnahme am Elterncampus ist kostenfrei. Zur besseren Planung wird um eine kurze Anmeldung per E-Mail unter Angabe des Namens sowie der teilnehmenden Personenzahl gebeten: pr@fh-westkueste.de

Ein Beitrag der Fachhochschule Westküste

AWD eröffnet Recyclinghof in Büsum

Einen echten Meilenstein in der Dithmarscher Abfallwirtschaft bildet der 3.140 Quadratmeter umfassende Hof in der Straße Am Bauhof 26. Dieser ersetzt nun den früheren, zu klein gewordenen Standort, der nur etwa halb so groß war und keine Erweiterungsmöglichkeiten bot. Gleich zu Jahresbeginn, am 5. Januar, wurde planmäßig die Eröffnung gefeiert.

Bauphase und Baukosten

Rund neun Monate dauerte der Bau des neuen modernen Recyclinghofes, für den die AWD insgesamt 2,2 Millionen Euro in die Hand genommen hat. Darin enthalten sind neben dem Bau inklusive des Grundstückspreises auch die Anschluss- sowie verschiedene Nebenkosten wie etwa für die Beschilderung. Die AWD hatte mit dem Planungsbüro BN Umwelt aus Breitenfelde und der STRABAG aus Lunden die passenden regionalen Partner gefunden, um das zukunftsweisende Projekt umzusetzen.

„Das gemeinsame Verständnis für die abfallwirtschaftlichen Anforderungen der heutigen Zeit führt im Ergebnis zu einem Quantensprung vom alten zum neuen Recyclinghof“, sagte AWD-Geschäftsführer Dirk Sopha. „Neben den fachlichen Herausforderungen werden auch Kundenorientierung und Wertschätzung des im Betrieb eingesetzten Personals unmittelbar sicht- und spürbar.“ Landrat Thorben Schütt bedankte sich während der Eröffnung nicht nur bei allen beteiligten Unternehmen, sondern auch bei allen Vertretern der Gemeinde Büsum und den verschiedenen Ausschüssen des Kreises sowie dem Aufsichtsrat der AWD: „Sie alle haben dazu beigetragen, dieses Vorzeigeprojekt einer modernen Kreislaufwirtschaft zu realisieren. Bei der Investitionsentscheidung wurden Aspekte wie Abfallvermeidung, Wiederverwendung und Ressourcenschutz berücksichtigt und gleichzeitig personal- und kundenfreundliche Rahmenbedingungen geschaffen.“

Ein verbessertes Angebot

Der neue Recyclinghof befindet sich nur 350 Meter vom ehemaligen Gelände entfernt. Er bietet genügend Platz für einen modernen Büro- und Sozialcontainer sowie eine barrierefreie Toilette, die auch den Kunden zur Verfügung steht. Neu auf dem Gelände ist auch eine Annahmestelle für gebrauchte und funktionsfähige Gegenstände. Diese werden im Rahmen des Projekts „Zu gut für den Müll" gesammelt und später in den Kaufhäusern der hoelp einer Wiederverwendung zugeführt. Dem Thema Nachhaltigkeit gerecht wird außerdem die eigene Nutzung des mit Photovoltaik-Modulen erzeugten Stroms.

Sperrmüll und Grünabfall können künftig ganz bequem ebenerdig in drei Schüttboxen entladen werden. Durch ein Einbahnstraßensystem ist für die Verkehrssicherheit gesorgt. Der Kunde kann bei Interesse Abfallsäcke und Vorsortierbehältnisse käuflich erwerben, geplant ist der Verkauf von Kompostprodukten.

Auch bei Büsums Bürgermeister Oliver Kumbartzky ist die Freude groß. „Mit der zunehmenden Zahl an Einwohnern und Vermietungen trägt die AWD mit dem Neubau dazu bei, der wachsenden Nachfrage gerecht zu werden", begrüßte er die Weiterentwicklung der abfallwirtschaftlichen Tätigkeiten in der Gemeinde. Immerhin nutzen mittlerweile mehr als 10.000 Kunden pro Jahr das regionale Angebot.

Erweiterte Öffnungszeiten

Die Öffnungszeiten werden kundenfreundlich ganzjährig auf drei Tage erweitert. Der Hof hat montags und mittwochs von 13.00 bis 17.00 Uhr geöffnet, sonnabends von 9.00 bis 13.00 Uhr. Die von vielen Kunden nachgefragte monatliche Schadstoffsammlung bleibt erhalten. Der nächste Annahmetermin für Schadstoffe findet am 7. Februar von 9.00 bis 13.00 Uhr statt.

Beitrag von Andrea Hanssen. Fotos: AWD

RMR Inh. Björn Jacobsen
Rollladen
Markisenbau
ROHWEDDER
Rollladen- und Jalousiebaumeister
Schanzenstraße 6 • 25746 Heide
Tel. 0481/2222 • Fax 0481/5616
• Rolltore
• Rollgitter
• Rollos
• Jalousetten
• Faltstore
• Sonnenschutz
• Insektenschutz
• Vordächer
• Wintergarten-beschattungen
markisen-rohwedder@t-online.de

Küstenpferd
Ihr Reitsportgeschäft im Norden!
Sina & Laura Joesten
Am Kleinbahnhof 14
25746 Heide
Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 11:00 - 17:30 Uhr
Samstag: 10:00 - 13:00 Uhr

JONNY WIEKHORST
IMMOBILIEN
Der neue Weg nach Haus
„UNSER KOMPASS ZEIGT NACH HAUS"
Ein Familienunternehmen aus Heide
Friedrichstraße 41 · 25746 Heide
www.wiekhorst-immobilien.de
0481/1524 o.
0174/3930013

Neue Dithmarscher Künstlergruppe WestArt

Von wegen Provinz. Dithmarschen ist bunt. Hier gibt es nicht nur viel Kohl, sondern auch viel Kunst- und Kulturschaffende. Man trifft sich. Man kennt sich. Man spricht miteinander.

Und so kam es, dass sich nach dem Meldorfer Culturpreis 2025 elf Dithmarscher Künstler*innen unter dem Motto „ausgesiebt und jetzt erst recht“ zusammengefunden haben. Ina Berg, Birgitta Jasper, Irmgard Kullmann, Susanne Linnig, Dirk Peemöller, Uwe Peters, Elke Schadwell, Monika Tiedemann, Daniela Wehrmeier, Wolfgang Wehrmeier und Roland Wirrwa wollen dem Dithmarscher Publikum ihre vielfältige Kunst in einer gemeinsamen Ausstellung zeigen. Kunst und Kultur als Nahrung für die Seele … Dithmarschen ist ein fruchtbares Land. Nun ist es soweit: Der perfekte Name und der passende Ort sind gefunden, es kann losgehen.

WestArt – we start! Hinter diesem Wortspiel verbirgt sich die 1. Ausstellung der elf Kunst-Aktiven aus den Bereichen Malerei, Bildhauerei, Fotografik, Collage, Objekt- und Textilkunst. Die so unterschiedlichen Kunst-Genres ergeben zusammen eine interessante und lebendige Mischung, die für jeden Besucher Überraschungen bereit hält. In den wunderbaren Räumen der Museumsinsel Lüttenheid in Heide können während zwei Wochen im Februar die vielfältigen künstlerischen Interpretationen entdeckt, bestaunt und gekauft werden.

Einladung zur Vernissage. Die Ausstellung wird am Mittwoch, 11.02.2026 um 17 Uhr auf der Museumsinsel, Lüttenheid 40, in 25746 Heide, eröffnet. Die Künstler und Künstlerinnen werden anwesend sein. Statt einer Laudatio werden sie selbst kleine Einblicke in ihr Schaffen geben und gerne Fragen beantworten. Kunsthistorikerin und Museumsleiterin Frau Dr. Melanie Greinert wird ein paar Grußworte sprechen. Für den musikalischen Rahmen sorgt das DeichTrio (Emma, Mette und Friederike Weilbeer) mit irischer Musik auf Geige und Cello. Alle Kunst-Interessierten sind herzlich willkommen. Der Eintritt zur Vernissage ist frei.

Highlight zur Finissage: Taschenlampen-Führung
Als Finissage am Mittwoch, den 25. Februar haben die Künstler*innen etwas ganz Besonderes geplant: um 19:00 wird es dunkel im Museum. Im Schein einer Taschenlampe gehen die Besucher zusammen mit den Akteuren durch die Ausstellung und werden so die Kunstwerke in einem ganz anderen Licht erleben. Im Anschluss gibt es Punsch im Museumshof.

Ausstellung: WestArt – we start!
11. – 25. Februar 2026
Museumsinsel, Lüttenheid 40, in 25746 Heide

Vernissage: Mittwoch, 11.02.2026 um 17:00 Uhr

Finissage: Mittwoch, 25.02.2026 um 19:00 Uhr

Öffnungszeiten Museumsinsel Lüttenheid:
Di - Do: 11:30 – 17:00 Uhr, Fr: 11:30 – 14:00 Uhr
Sa: 14:00 – 17:00 Uhr, So: 11:30 – 17:00 Uhr

Beitrag von Daniela Wehrmeier

Schleswig-Holsteinisches LANDWIRTSCHAFTS-MUSEUM

22.02.2026 | 10:00 – 17:00 Uhr

Aktionstag „Milch“ im Landwirtschaftsmuseum

Aktionstag „Milch“ am **Sonntag, 22. Februar 2026,** im Schleswig-Holsteinischen Landwirtschaftsmuseum.

Trinkmilch, Joghurt, Butter, Käse oder Eis – Milch ist Teil der täglichen Ernährung. Doch was steckt und steckte alles hinter der Milchviehhaltung und Milchverarbeitung? Das Schleswig-Holsteinische Landwirtschaftsmuseum geht an diesem Aktionstag der Sache auf den Grund. Von 10:00 – 17:00 Uhr können die Gäste an unterschiedlichen Infostationen den Weg der Milch von der Kuh bis hin zum fertigen Molkereiprodukt verfolgen und beim Buttern und Käsen selbst Hand anlegen.

Der Aktionstag wird unterstützt durch die Käsestraße Schleswig-Holstein. Probieren ist ebenfalls ausdrücklich erwünscht!

Das Programm finden Sie im Internet unter:
www.landwirtschaftsmuseum.sh

Der Eintritt beträgt 4,00 Euro pro Person; für Kinder unter 6 Jahren und Menschen mit Schwerbehindertenausweis ist der Eintritt frei.

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 Selbermacher!

- 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

hagebaumarkt HIER HILFT MAN SICH.

BAUEN MIT VERSTAND!
Schröder BAUZENTRUM

Erfolgsgeschichte: Kauf-1-Mehr-Aktion

Wenn in den ersten Dezembertagen vor dem Edeka-Markt in Heide wieder die bunten Sammelwagen der Wirtschaftsjunioren stehen und Menschen mit vollen Einkaufstaschen vorbeigehen, dann ist es wieder soweit: Die „Kauf-1-Mehr-Aktion" (K1M) hat begonnen – eine Initiative, die längst über Dithmarschen hinaus Strahlkraft entwickelt hat. Was 2018 als lokale Idee begann, ist heute im gesamten Hanseraum anerkanntes Beispiel für soziales Engagement mit Mehrwert.

Die Idee ist so simpel wie wirkungsvoll: Kundinnen und Kunden kaufen bei ihrem regulären Einkauf ein oder mehrere zusätzliche Produkte – Haltbares wie Nudeln, Konserven, Mehl oder Hygieneartikel – und legen diese nach dem Bezahlen direkt in den Sammelwagen der Wirtschaftsjunioren. Am Ende des Tages werden die gesammelten Lebensmittel und Alltagsartikel an gemeinnützige Einrichtungen weitergegeben. In Dithmarschen etwa profitiert von der Aktion seit vielen Jahren die Heider Tafel beziehungsweise Einrichtungen wie die Tafel Heide und die AWO.

Was auf den ersten Blick nach einer einmaligen Spendenaktion aussieht, hat sich in den vergangenen Jahren zu einer Tradition entwickelt. Die Wirtschaftsjunioren Dithmarschen hatten die Initiative 2018 ins Leben gerufen und sie im Rahmen einer Delegiertenversammlung als „Best-Practice-Beispiel" vorgestellt. Ziel war es, mehr Menschen für das lokale Engagement zu gewinnen und die Idee in anderen Kreisen umzusetzen. Heute beteiligen sich über 25 Juniorenkreise im Hanseraum, die jedes Jahr in ihrer Region ebenfalls Aktionen unter dem Motto „Kauf-1-Mehr" durchführen.

In Dithmarschen selbst ist die Aktion längst mehr als eine lokale Anekdote. Viele Heiderinnen und Heider wissen genau, was im Dezember vor dem Edeka-Markt passiert. Für vie-

le ist der Besuch des Supermarkts – an diesem einen Tag im Advent – nicht nur ein Einkauf, sondern ein bewusstes Statement für Solidarität und Gemeinschaft. Dass die Resonanz so groß ist, zeigt der Blick auf die Zahlen: In diesem Jahr wurden in Heide insgesamt 76 prall gefüllte Kisten mit Lebensmitteln und Hygieneartikeln gesammelt – ein neuer Rekord. Diese Kisten wurden noch am selben Tag an die bedürftigen Menschen übergeben, die auf die Angebote der Tafel angewiesen sind.

Doch der Erfolg der Aktion ist nicht allein in der Menge der gesammelten Waren zu messen. Was sie besonders macht, ist die Art und Weise, wie sie Menschen zusammenbringt. Vom ehrenamtlichen Einsatz der Junioren über die Unterstützung durch den lokalen Handel – wie den Supermarkt Edeka Frauen in Heide – bis hin zu den treuen Spenderinnen und Spendern vor Ort: Gemeinsam wird an einem Tag im Jahr sichtbar, wie einfach soziales Engagement sein kann.

Gerade in einer Zeit, in der der gesellschaftliche Zusammenhalt in vielen Regionen auf dem Prüfstand steht, sendet die „Kauf-1-Mehr-Aktion“ ein klares Signal: Hilfe und Nachbarschaftshilfe sind keine abstrakten Werte, sondern fassbare Realität. Sie zeigt, dass selbst kleine Gesten – ein zusätzlich gekauftes Paket Mehl, ein Beutel Nudeln oder ein Hygieneartikel – in der Summe eine große Wirkung entfalten können.

Die Wirtschaftsjunioren Dithmarschen sprechen nicht umsonst von einem Erfolgsmodell, das in vielen Juniorenkreisen des Hanseraums übernommen wurde. Die Aktion verbindet lokales Engagement mit dem praktischen Nutzen direkter Hilfe, schafft Aufmerksamkeit für das Thema Lebensmittel- und Alltagsarmut und stärkt das Netzwerk zwischen Wirtschaft und Zivilgesellschaft.

Für die teilnehmenden Junioren selbst bietet die Aktion mehr als nur die Sammlung von Waren: Sie ist ein praxisnahes Erlebnis sozialer Verantwortung und gleichzeitig ein sichtbares Zeichen dafür, wie junge Führungskräfte ihre Region aktiv mitgestalten können. In Gesprächen mit Kundinnen und Kunden entstehen Gespräche über Bedürftigkeit im Alltag, über Chancen und Herausforderungen regionaler Gesellschaften und über die Rolle von Unternehmen und Jungunternehmern in sozialen Prozessen. Wenn also im kommenden Dezember wieder Einkaufswagen gefüllt werden, dann geht es um weit mehr als nur ein paar zusätzliche Produkte im Wagen. Es geht um ein buntes Miteinander, um Solidarität und um die Erfahrung, dass jeder und jede Einzelne etwas bewegen kann – oft schon mit einem einzigen Beitrag mehr.

Beitrag von Kristian Rudloff und Fabian Fink
Fotos: Wirtschaftsjunioren Dithmarschen

Lühr's Landgasthof
Norderende 3 · 24803 Erfde
☎ 04333 - 220

Mehlbeutelessen
am 15. Februar, 15. März um 11:30 Uhr.
Kinder von 6 bis 14 Jahren zahlen pro Lebensjahr 1,00 €
17,90€ p.P.

Muschelessen
am 7. Februar um 19:00 Uhr.
Muschelsuppe, Zwischengericht, Muscheln.
Für Die, die keine Muscheln mögen,
halten wir ein Ersatzmenü parat.
28,90€ p.P.

Schnitzel-Freuden-Zeit
noch bis zum 8. Februar. Viele leckere Schnitzelvariationen.
Jedes Gericht € 19,90 mit davor und danach!
jedes Gericht
19,90€ p.P.

Steak-Wochen
vom 11. Februar bis zum 15. März.
Leckere Steakgerichte von hiesigen Rindern,
Schweinen und Geflügel unter 30 €.
jedes Gericht unter
30,00€ p.P.

Grünkohlessen
am 21. & 23. Februar um 19:00 Uhr
am 22. Februar um 11:30 Uhr
Mit Kasseler, Kochwurst, Schweinebacke,
Bratkartoffeln und süßen Kartoffeln.
25,90€ p.P.

Rum-Tasting
am 27. März um 19:30 Uhr
Mit Norddeutschen Menü.
69,00€ p.P.

Stührwoldt & Schnoor
am 2. April 2026 ab 19:00 Uhr
Mit Landarbeitermahl
43,00€ p.P.

Wir bitten um Reservierung bis spätestens fünf Tage vor dem Termin.

www.luehrs-landgasthof.de

Sonderausstellung: Die Sturmflut 1976

„Sturmflut-Drama in Dithmarschen“, „Deichbruch: Wasser! Wasser! Wasser!“, „Ein Koog wird geräumt“ – solche und ähnliche Schlagzeilen gab es vor genau 50 Jahren in den Lokalzeitungen. Damals verursachte der Capella-Orkan die bis dato schwerste Sturmflut mit den höchsten gemessenen Pegelständen an der deutschen Nordseeküste. Das Dithmarscher Landesmuseum blickt aktuell - in Kooperation mit dem Landesbetrieb für Küstenschutz, Nationalpark und Meeresschutz Schleswig-Holstein (LKN.SH) - mit einer Sonderausstellung auf das Extrem-Ereignis zurück.

In den frühen Morgenstunden des 3. Januar 1976 erreichte damals ein heftiges Sturmtief die Deutsche Bucht. Mit Macht und einer Spitzengeschwindigkeit von bis zu 180 Stundenkilometer peitschte der Orkan das Wasser der Nordsee an die Küsten. Zahlreiche Deichschäden und einige Brüche wie im Christianskoog gehörten zu den Folgen der Naturkatastrophe.

Die Ausstellung befasst sich mit dem Sturmflutereignis 1976, aber auch mit der Entwicklung des Küstenschutzes allgemein. Zeitzeugenberichte von sieben Dithmarschern veranschaulichen dabei eindrücklich, wie die Sturmflut seinerzeit von der Bevölkerung erlebt wurde. Zugleich richtet die Ausstellung den Blick auf die aktuellen Maßnahmen des LKN.SH, um auch zukünftig einen möglichst großen Schutz vor Sturmfluten in Schleswig-Holstein zu gewährleisten.

„Die klassische, zeitgeschichtliche Ausstellung beinhaltet, wie man gesellschaftlich im Moment des Ereignisses darauf reagiert hat und wie man mit den Folgen umgegangen ist“, sagt Museumsleiter Alexander Eggert. „Wir schauen also auf die Geschichtlichkeit der Naturkatastrophe und zeigen außerdem, welche Erkenntnisse beispielsweise in Bezug auf den Küstenschutz daraus gezogen wurden.“ Die Gesellschaft sei nicht für einmal klüger, sondern für immer weiser geworden. So habe man seinerzeit aus den Erfahrungen durch die Jahrhundertsturmflut 1962 gelernt.

Obwohl es 1976 eine noch schneller auflaufende Flutwelle und auch höhere Wasserstände gegeben habe, seien die Folgen weniger schwer gewesen.

„Extrem-Ereignisse wie eine Sturmflut beeinflussen auch die regionalen Verwaltungsstrukturen und die Politik, wie man etwa am Beispiel des Ahrtal-Hochwassers sieht“, sagt Dr. Christoph Otte, wissenschaftlicher Mitarbeiter im Landesmuseum. „Es müssen Entscheidungen folgen, die über das Ereignis hinaus sozusagen hohe Wellen schlagen.“ In der Sonderausstellung werden diese und viele weitere Aspekte auf ganz unterschiedlichen Vermittlungsebenen veranschaulicht. So werden etwa auf Bildtexttafeln diverse Fotos und Zeitzeugen-Zitate präsentiert.

Museumsleiter Alexander Eggert (links) und Dr. Christoph Otte

„Außerdem laden wir nach dem Format des Erzähl-Cafés gezielt die Bürger ein, uns von ihren persönlichen Erlebnissen rund um die Sturmflut 1976 zu berichten“, sagt Alexander Eggert. Zum Ausstellungsmaterial des LKN gehören Exponate wie eine Lahnung, eine Ramme und verschiedene Deichbaumodelle. Und außerdem eine Wanderausstellung unter dem Namen „wasserstark.sh“, die über Themen rund um Hochwasser, Sturmfluten und Starkregen informiert. „Im Museumskino läuft während des gesamten Ausstellungszeitraumes ein vom LKN produzierter Film mit Zeitzeugeninterviews und historischen Aufnahmen aus dem Filmarchiv“, sagt Dr. Christoph Otte. „Eine Vortragsreihe mit diversen Referenten sowie öffentliche Führungen runden die Ausstellung ab. Ein spezielles museumspädagogisches Programm ist noch in Planung.“

Die Sonderausstellung ist zu besuchen in der Zeit vom 4. Januar bis zum 12. April im sogenannten Wechselausstellungsraum des Museums sowie in den Vorfluren.

Beitrag und Fotos von Andrea Hanssen. Titelfoto: H. Kuhrt

Elbeforum Brunsbüttel
Kulturhaus und Tagungszentrum

02
Programm Februar 2026

SO 01. FEB 2026 / 18.00 UHR
Bidla Buh – Die Abschieds-Tour
Die drei Musikkomödianten rasen im irren Tempo durch die Epochen und lassen sogar selbstgebaute Instrumente virtuos erklingen.

DI 03. FEB 2026 / 19.00 UHR
Krug. Zerbrochen!
Neu inszeniert: Ein Lustspiel aus dem 19. Jahrhundert über einen lügenden Dorfrichter, der eine junge Frau bedrängt. Verstaubt? Keineswegs

FR 06. FEB 2026 / 19.00 UHR
Verschwundene Sterne
„Veronika, der Lenz ist da" – kaum gelesen, schon klingt die Melodie. Doch wer schrieb sie? Einst Stars, dann von der deutschen Geschichte verdrängt und vergessen.

DI 10. FEB 2026 / 20.00 UHR
Dr. Fischer aus Genf oder die Bombenparty
Figurentheater mit Livemusik nach Graham Greene

DO 19. FEB 2026 / 20.00 UHR
Himlet
Schauspiel mit Objekten nach Shakespeares Hamlet

FR 20. FEB 2026 / 19.00 UHR
Scheibes Hit-Kitchen
Deutschlands einzige Live Musik Show auf Zuruf

FR 27. FEB 2026 / 19.00 UHR
Stephan Graf v. Bothmer: Stummfilm mit Musik
Mitreißende Live-Musik am Klavier: Stephan v. Bothmer erweckt vergessene Stummfilme aus Archiven zu neuem Leben – mit eigens komponierter Filmmusik.

SA 28. FEB 2026 / 20.00 UHR
Fools Garden Dish Of The Day Tour 2026
Gold- und Platinauszeichnungen weltweit, Preise wie Bambi & Echo. Die Band brennt weiter fürs Schreiben, Aufnehmen, Touren.

Elbeforum Brunsbüttel – Kulturhaus und Tagungszentrum
Von-Humboldt-Platz 5 · 25541 Brunsbüttel
Tel.: +49 (0)4852 5400-0 · Fax: +49 (0)4852 5400-44
E-Mail: info@elbeforum.de · www.elbeforum.de
elbeforum.brunsbuettel elbeforumbrunsbuettel

Knacken Sie unser Schwedenrätsel!

Nahverkehrszug	Milchsaft trop. Bäume	kleine Antillen-insel	englisch: ihm		3./4. Fall von ‚wir‘	lateinisch: Luft			lateinisch: wo		deutsche Vorsilbe	indianische Sprachfamilie		lateinisch: Kunst	hervorragend, prächtig	Initialen Spielbergs
					in natürlicher Größe						9					
Anzeige, Ankündigung			2		Fremdwortteil: drei				Held der griech. Sage						8	
poln. Autor (Stanislaw) †													Laut der Schafe	sehr, höchst		kurz für: lecker
			‚Ferner Osten‘													
span. Mehrzahlartikel		Geben von Ratschlägen														
ein Bremssystem (Abk.)													math. Zeichenausdruck			britischer Pirat in der Karibik
Stadt an der Weißen Elster	krimineller Nötiger												finnischer Männername		ugs.: lärmen, schreien	
		3												5		
früherer äthiop. Fürstentitel													Bergstock bei Sankt Moritz			
indische Presseagentur (Abk.)													alter Klavierjazz (Kw.)		7	
französisch: Straße													englische Musikrichtung			
					persönliches Fürwort (3. Fall)	verarbeitetes Fell		Stadt in Thailand		Eigenname der Eskimos	Strom zur Nordsee	1	engl. Zahlwort: zehn			
Frauenkurzname			arabische Oase		Lautstärkemaß		6			englisch: ja				birman. Staatsmann (2 W.)		afrikanische Palmenart
Jazzführungsstimme		unaufhörlich								bayrisch: nein	franz., span. Fürwort: du		Rufname d. Comiczeichners Stein			
				Jubelwelle im Stadion (La ...)				‚Datenautobahn‘ (engl.)			4					
bayrisch: Rettich					griechisches Fabelwesen								Save-Zufluss			

1	2	3	4	5	6	7	8	9

Lösung Januar: STEUERBORD
Lösung Februar: In der nächsten Ausgabe

Unsere Sudokus

SUDOKU #1 – LEICHT

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

SUDOKU #2 – SCHWER

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

AUFLÖSUNG JANUAR

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

OFFSET DRUCK
PINGEL WITTE

Theobald
SANITÄR HEIZUNG KLIMA
Ab sofort findet ihr uns in der Mühlenstraße 7 in Hennstedt.
04836 – 541
theobald-shk.de

Stranddomicil Steiner
Lage: ruhige Lage, direkt am Deich mit Meerblick, 3 Min. zu den Kureinrichtungen, Wellenbad, Fischereihafen und Ortskern.
Wohnungen: Exklusive 1- bis 3-Raum-Komfortwohnungen, alle mit Balkon oder Terrasse in Südwestlage, teilweise behindertengerecht, SAT-TV, Telefon. Ihnen stehen 2 Fahrstühle zur Verfügung. WLAN im Haus, Fahrräder für unsere Gäste.
Sport- und Erholungsmöglichkeiten in unserem Relaxcenter

Hohenzollernstraße 26-28 • 25761 Nordseeheilbad Büsum
Telefon: 0 48 34 - 91 61 • Telefax: 0 48 34 - 91 62
Internet: www.stranddomicil-steiner.de

Partyservice & Restaurant
01.02.2026 17.30 Uhr Grillschinken mit Bratkartoffeln, Sauerkraut, Möhrensalat & Remoulade 26,00€
15.02.2026 11.30 Uhr Buffet der Dithmarscher Spezialitäten 26,00€
22.02.2026 9.30 Uhr Grillscheunenfrühstück 21,00€
Dellbrück 8 · 25704 Bargenstedt · ✆ 0 48 06 - 3 64
www.dithmarscher-grillscheune.de

Auto-Service Westerweck
Inhaber: Jan Jeronimus
AUTOFIT
Kfz-Meisterfachbetrieb
Reparaturen aller Fabrikate
Ihr kompetenter Partner rund ums Auto
• Inspektion mit Mobilitätsgarantie
• Unfallreparaturen
• Auspuff- und Bremsendienst
• Ölwechsel-Service
• Stoßdämpfer
• Karosserie
• täglich HU/AU
• Klima-Service
Am Kleinbahnhof 14 · 25746 Heide
Telefon 04 81 / 34 40 · Telefax 04 81 / 8 82 22

Kabinengeflüster aus

Ein schöner Batzen Geld für den guten Zweck: Stephanie Olde (7. von rechts) und ihr Vater Hans-Otto Olde (8. von rechts) überreichen den Verantwortlichen des Heider SV eine Spende in Höhe von 12.601,55 Euro. Der Betrag fließt in Anschaffungen für die Jugendfußball-Abteilung des kleinen HSV. *Foto: Makuszies*

Heide & Umgebung

Das ist ein warmer Geldregen, der dem sportlichen Ehrenamt gut tut. Mit einer Spende in Höhe von 12.601,55 Euro erfreute die Geschäftsleitung vom Baugeschäft Otto Olde jetzt den Jugendfußball-Förderverein des Heider SV.

Olde und der „kleine HSV“ - das passt. Beide feierten im vergangenen Jahr Jubiläum und im Rückblick der Ereignisse offenbart sich, welche Strahlkraft sie bei aller Unterschiedlichkeit ihres Wirkens für den Zusammenhalt der Gesellschaft ausüben.

Olde pflegt eine lange Tradition. Die 1800 von Peter Jacob Olde gegründete Firma überstand alle wirtschaftlichen Veränderungen und ist damit der älteste Handwerksbetrieb in Dithmarschen. Inzwischen werden die Geschäfte in der sechsten und siebten Generation geführt.

Hans-Otto Olde leitet das Baugeschäft seit 1978. Ab 2016 ist Tochter Stephanie Olde als geschäftsführende Gesellschafterin dabei. Oldes haben prägende Bauwerke in Heide geschaffen, etwa das Kaufhaus Böttcher, die Vereins- und Westbank oder die VR Bank Westküste und auch das Druckzentrum von Boyens Medien in Weddingstedt.

Der Heider SV feierte 2025 sein 100-jähriges Bestehen mit mehreren Veranstaltungen. Ein Markenkern ist seit jeher die Jugendfußballabteilung. Ihr gehören derzeit rund 300 Mädchen und Jungen im Alter von fünf bis 18 Jahren an. Das runde Leder rollt in 19 Mannschaften. Diese Zahl erreicht kein Verein an der Westküste.

Neben den Grundbegriffen des Fußballs wird das Augenmerk auf Werte des positiven Miteinanders und der Integration junger Menschen unterschiedlicher Herkunft gelegt. Initiativen dieser Art unterstützen Oldes uneingeschränkt. Dass der Aufruf zur Unterstützung der Jugendarbeit bei Mitarbeitern, Kunden, Freunden und Geschäftspartnern eine so große Verbreitung erfuhr, war nicht abzusehen.

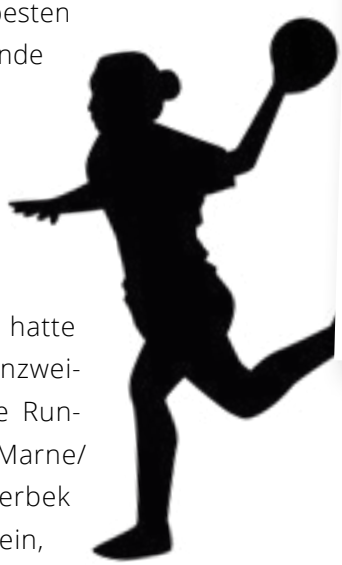
Mit der Spende wird der Heider SV notwendige Investitionen in Projekte tätigen, zum Beispiel neue Tore für die kleinsten Kicker anschaffen.

Beitrag von Ulrich Seehausen

E-Jugend bei DHB-Mini-WM

DHB Mini WM, die weibliche E-Jugend des MTV Heide war in der Hauptrunde dabei!

Die DHB-Mini-WM ist ein vom Deutschen Handballbund ausgerichtetes Turnierformat für den Nachwuchs, bei dem Jugendmannschaften in Anlehnung an eine Weltmeisterschaft gegeneinander antreten. Die Teams vertreten dabei jeweils ein Land und spielen zunächst in Vorrunden, bevor sich die besten Mannschaften für die Hauptrunde qualifizieren.



Mit viel Motivation startete die Mannschaft am vergangenen Samstag in diese Hauptrunde der DHB-Mini-WM. Bereits im Oktober hatte sich das Team als Gruppenzweiter der Vorrunde F für diese Runde qualifiziert. Siege gegen Marne/Brunsbüttel und den TSV Ellerbek legten dafür den Grundstein, lediglich gegen die HSG Pinnau musste man sich knapp mit zwei Toren geschlagen geben.

In der Hauptrunde warteten drei starke Gegner auf das Team. Im ersten Spiel gegen die HG OKT zeigte die Mannschaft eine gute Leistung, ließ jedoch zu viele Chancen ungenutzt und verlor unglücklich in letzter Sekunde durch einen direkten Freiwurf. Gegen die HSG Holstein Kiel/Kronshagen hielt das Team mit großem Einsatz dagegen, musste sich am Ende jedoch mit 8:11 geschlagen geben. Im abschließenden Spiel gegen die HSG 91 Nortorf präsentierten sich die Spielerinnen noch einmal geschlossen und überzeugend sowohl in der Abwehr als auch im Angriff. Die starke Teamleistung wurde mit einem knappen, aber verdienten Sieg belohnt.

Am Ende der Hauptrunde stand ein respektabler vierter Platz zu Buche. Die knappen Ergebnisse verdeutlichten, wie ausgeglichen das Teilnehmerfeld war. Alle Spielerinnen zeigten im Turnierverlauf eine positive Entwicklung und bewiesen großen Teamgeist. Der Verein zeigte sich stolz auf die gezeigten Leistungen und den Einsatz der gesamten Mannschaft.

Kreative Kunstabende in Tellingstedt

Wenn die Tage kurz und die Abende lang sind, wächst bei vielen Menschen der Wunsch nach Inspiration, Begegnung und schöpferischem Ausdruck. Genau hier setzt ein neues Kulturformat an, das ab Februar 2026 frischen kreativen Wind nach Dithmarschen bringt.

Art moments Dithmarschen lädt zu einer Reihe exklusiver kreativer Kunstabende ins Café Osterhof in Tellingstedt bei Laue ein. An fünf Abenden haben kunstinteressierte Menschen die Möglichkeit, unter professioneller Anleitung selbst aktiv zu werden. Das Ganze ohne Leistungsdruck, dafür mit viel Raum für persönliche Entfaltung.

Angeboten werden die Abende von den Künstlerinnen Michaela Theobald und Miriam Bundel, die ihre Erfahrung, ihr Gespür für Farben und Formen sowie ihre Begeisterung für kreatives Arbeiten mit den Teilnehmenden teilen.

Das Besondere an den Kunstabenden: Sie richten sich ausdrücklich nicht nur an geübte Künstlerinnen und Künstler. Vielmehr steht das gemeinsame Erleben von Kunst im Mittelpunkt. „Es geht nicht darum, perfekt zu sein, sondern darum, den eigenen kreativen Moment zu entdecken“, lautet das Leitmotiv des Formats. Schritt für Schritt entstehen unter fachkundiger Anleitung zwei hochwertige Kunstwerke im Format 40 x 50 Zentimeter, die die Teilnehmenden am Ende mit nach Hause nehmen.

Die Abende sind bewusst klein gehalten – maximal zehn Personen nehmen teil. So entsteht eine persönliche, fast atelierähnliche Atmosphäre, die Raum für Austausch, individuelle Betreuung und kreative Freiheit lässt.

Als Veranstaltungsort wurde mit dem Café Osterhof ein Platz gewählt, der für Ruhe, Gastfreundschaft und stilvolles Ambiente steht. Bei Snacks, Getränken und einem Begrüßungsgetränk können die Gäste ankommen, abschalten und in die kreative Arbeit eintauchen. Den feierlichen Abschluss der Reihe bildet eine gemeinsame Vernissage, bei der die entstandenen Werke präsentiert werden.

In einer Zeit, die von Tempo und Reizüberflutung geprägt ist, verstehen die Initiatorinnen die Kunstabende auch als bewusste Einladung zur Entschleunigung. Malen wird hier zum Gegenpol des Alltags – als Möglichkeit, innezuhalten, Neues auszuprobieren und sich selbst wieder näherzukommen.

„Viele Menschen tragen kreative Sehnsüchte in sich, geben ihnen aber im Alltag zu wenig Raum“, erklären die Künstlerinnen. Art moments Dithmarschen möchte genau diesen Raum öffnen – niedrigschwellig, wertschätzend und mit einem klaren Qualitätsanspruch.

Mit dem neuen Format wird das kulturelle Angebot in der Region um eine Facette reicher. Es verbindet Kunst, Begegnung und Genuss und zeigt, dass kreative Erlebnisse nicht nur in Großstädten ihren Platz haben, sondern auch in ländlichen Räumen lebendig und zeitgemäß sein können.

Art moments Dithmarschen – Kreative Kunstabende

Start: Donnerstag, 12. Februar 2026, 19.00 Uhr
19.02., 26.02., 05.03. & 12.03.2026 (Vernissage)
Café Osterhof in Tellingstedt bei Laue

Preis: 259 Euro pro Person
Teilnehmende: max. 10 Personen

Buchung und Infos unter:
0175 2735776 / michaela.theobald@icloud.com

FilmClub Heide Februar 2026

ARMAND

An einem der letzten Tage vor den Schulferien passiert etwas zwischen dem sechsjährigen Armand und dem gleichaltrigen Jon. Was genau, bleibt im Unklaren. Der Schulleitung erscheint der Vorfall immerhin so schwerwiegend, dass die Eltern der beiden Jungen einbestellt werden. Doch das Gespräch eskaliert schnell. Auf der Suche nach der Wahrheit geraten alle Beteiligten in einen Strudel aus Eitelkeiten, Eifersucht und Begehren. Messerscharf und mit satirischem Grundton blickt Halfdan Ullmann Tøndel in ARMAND auf das als friedlichen Austausch zur Wahrheitsfindung getarnte Elterngespräch. Schonungslos deckt er die vermeintlich an der Schule gelebten skandinavischen Grundwerte als Konstrukt aus falscher Loyalität und Boshaftigkeit auf.

MAMI WATA

In einem fiktiven Dorf in Guinea wird die Wassergöttin Mami Wata verehrt, die über das Medium Mama Efe mit den Bewohnern kommuniziert. Als Zweifel an Mama Efes Kräften auftauchen, kämpfen ihre Töchter Prisca und Zinwe für den Zusammenhalt im Dorf. In betörenden Schwarz-weiß-Bildern erzählt der Film eine auf westafrikanischer Folklore basierende Geschichte über Macht, Geschlechterverhältnisse, spirituelles Erbe und den Kampf zwischen Tradition und Moderne. Dabei bewegt er spielerisch und leicht mit einer vielschichtigen Heldin durch die Zeiten. Die Vorführung wird in Kooperation mit dem Frauenwerk Dithmarschen im Rahmen des Weltgebetstags der Frauen 2026 gezeigt, dessen Gottesdienst-Motto aus Nigeria stammt und weltweit am 6. März 2026 gefeiert wird.

Karten für 12,50 Euro unter **www.kino-heide.de** und an der Kinokasse.

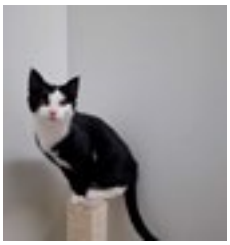
Samtpfoten suchen Zuhause: Ein Blick ins Tierheim Tensbüttel

Im Tierheim Tensbüttel, betrieben vom Tierschutzverein Dithmarschen e.V., warten derzeit mehrere liebe Fellnasen auf ein neues Zuhause. Alle anderen Vermittlungskriterien gelten ebenso: Kastration, Chip, Registrierung etc.

Damit Mensch & Katze gut zueinander finden, gelten beim Tierheim Tensbüttel folgende Regelungen: Erwachsene Katzen werden kastriert, entwurmt und gechipt vermittelt. Ebenso wird eine Registrierung beim Deutschen Haustierzentralregister „Findefix“ vom Deutschen Tierschutzbund vorgenommen – so kann ein entlaufener oder gefundener Vierbeiner jederzeit seinem Halter zugeordnet werden.

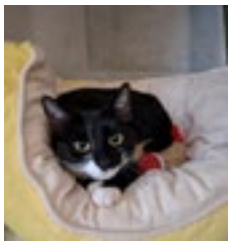
Besuchs- und Telefonzeiten sind von Mittwoch bis Sonntag, jeweils 15:00 bis 17:00 Uhr. Termine bitte telefonisch vereinbaren unter 04835 / 87 25.

Wenn du also ein kleines Herz für Katzen übrig hast – vielleicht wartet genau die richtige Samtpfote schon auf dich. Mehr Infos & aktuelle Schützlinge gibt’s auf der Webseite des Tierschutzvereins Dithmarschen (Tierheim Tensbüttel).

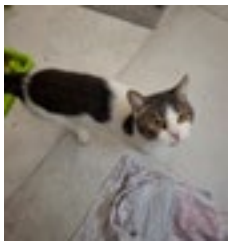


Wiebke
Wiebke ist im Juli 2025 geboren und zutraulich. Bei ihr wäre eine Wohnungshaltung möglich.

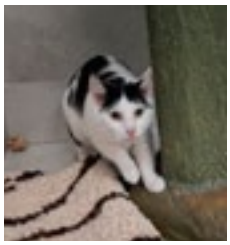
Patrick
Patrick ist Ende August 2025 geboren, ebenfalls zutraulich. Auch bei ihm wäre eine Wohnungshaltung denkbar.



Susann
Susann ist ca. 1 Jahr alt und zutraulich. Sie würde gerne Freigängerin sein.



Janina
Janina ist ebenfalls Ende August 2025 geboren. Sie ist etwas schüchtern. Eine Wohnungshaltung wäre möglich.



Ian
Ian ist ca. 12 Jahre alt. Er ist sehr scheu und sucht ein neues Zuhause als Hofkater. Er hat keine Zähne mehr.

CODE SCANNEN FÜR
MEHR INFORMATIONEN

Verbraucherberatung Heide | Meike Singhofen
Büropark Westküste • Rungholtstraße 9, Heide • Telefon: 0481 / 61 774

Verbraucherzentrale
Schleswig-Holstein

Fünf Tipps zu Nahrungsergänzungsmitteln

Das Jahr ist noch jung, und viele Neujahrsvorsätze wirken nach. Eine ausgewogene, gesunde Ernährung steht für zahlreiche Menschen weiterhin ganz oben auf der Liste. In der Werbung wird dabei häufig der Eindruck vermittelt, die Einnahme von Pillen und Pulvern sei dabei unerlässlich, um dieses Ziel zu erreichen. Die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein klärt auf und gibt fünf Tipps zum Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln.

Nahrungsergänzungsmittel unterliegen nicht denselben Qualitäts-, Wirksamkeits- und Sicherheitsanforderungen wie Arzneimittel. Für viele Inhaltsstoffe, etwa Pflanzenextrakte, existieren keine verbindlichen Standards. Zwar ist festgelegt, welche Vitamine und Mineralstoffe verwendet werden dürfen, verbindliche Höchstmengen fehlen jedoch. Eine behördliche Vorabprüfung findet nicht statt; für die Sicherheit sind Hersteller und Vertreiber verantwortlich. Kontrollen erfolgen meist erst nachträglich. Entsprechend hoch ist die Beanstandungsquote.

Natürliche Herkunft garantiert keine Unbedenklichkeit. Zahlreiche Pflanzen enthalten giftige oder pharmakologisch wirksame Substanzen. Werbeaussagen, die Nebenwirkungsfreiheit aufgrund natürlicher Inhaltsstoffe versprechen, sind kritisch zu bewerten. Begriffe wie „standardisiert“ oder „zertifiziert“ beziehen sich meist nur auf Herstellungsprozesse, nicht auf eine belegte Wirkung.

Nahrungsergänzungsmittel können die Wirkung von Medikamenten beeinflussen, etwa von Blutgerinnungs- oder Blutdruckmitteln, hormonellen Verhütungsmitteln oder Antidepressiva. Besonders pflanzliche Produkte wie Ginkgo oder Goji sind dafür bekannt. Auch unerwünschte Effekte wie Magen-Darm-Beschwerden oder Verfärbungen von Urin und Stuhl sind möglich.

Vor allem Schlankheitsmittel, Potenzprodukte und Sportlernahrungsergänzungsmittel können unerlaubte Arzneistoffe enthalten. Untersuchungen zeigen, dass Angaben wie „100 % pflanzlich“ insbesondere bei Online-Produkten aus dem Ausland nicht immer zutreffen.

Bei Kindern, Schwangeren sowie bei bestehenden Erkrankungen ist besondere Vorsicht geboten. Ärztliches und pharmazeutisches Fachpersonal sollte über alle zusätzlich eingenommenen Produkte informiert sein, da bestimmte Stoffe – etwa Biotin – Laborwerte erheblich verfälschen können.

Wer sich vertiefend mit dem Thema Nahrungsergänzungsmittel auseinandersetzen möchte, kann dies in der kostenfreien Online-Veranstaltung „Nahrungsergänzungsmittel – Gesundheit durch Pillen und Pulver?“ tun. Weitere Informationen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden sich über den QR-Code oben.

Heizung • Sanitär • Lüftung
Ölfeuerungs- u. Gas-Anlagen
Wärmepumpen • Solartechnik
Fachmännische Beratung – Wartung Ihrer Heizungsanlage
Günstige Einstellung des Ölbrenners
Fachgerechte Ausführung von Sanitär- u. Klempnerarbeiten
GÜNTER PIOCH
GÜNTER PIOCH GMBH & CO. KG
Heide-Süderholm ✆ (0481) 3003

HARDER Glasbau
VEKA
• Fenster und Türen aus:
Kunststoff - Holz - Aluminium
• Wintergärten • Innentüren
• Rollladen • Überdachungen
• Plissee • Sonnenschutzanlagen
Waldschlößchenstr. 156/Grundhof
Heide - Ostrohe
Tel. 0481-850 540
www.harder-glasbau.de

50 JAHRE **FRISCHER WIND** AN DER WESTKÜSTE.

Heider Offsetdruckerei

Heider Offsetdruckerei Pingel-Witte GmbH & Co. KG
Hamburger Str. 69, 25746 Heide · Tel. 0481 / 850 70 0

www.pingel-witte-druck.de

OFFSET DRUCK

PINGEL WITTE