Rellinger Bote

Meldungen, Tipps & Termine

Ausgabe 45 · Herbst 2021

GRATIS für Sie!

JETZT INKLUSIVE
FUXXL
Regionalsport im Kreis Pinneberg und Hamburg-West

Für den Magen
Brokkoli-Salat mit Mango

Für das Gehirn
Neuer Lesestoff

Für den Spaß
Veranstaltungen in der Region

Titelbild: Adobe Stock

ANZEIGE

Anja Freese
Gesundheit & Wellness

Regelmäßige *Online-Vorträge:*

Wasser – die gesunde Lösung: Hier erfährst du alles, was du über Wasser wissen solltest.

Wie steht es um unser Leitungswasser?
Mikroplastik, Medikamente, Pestizide, Nitrate: Wie sieht es wirklich aus?

Kalk war gestern... Wunderbar weiches Wasser – wie ist das möglich?
Begriffe, wie: „totes Wasser, lebendiges Wasser, levitiertes Wasser, energetisiertes Wasser und informiertes Wasser" werden auf meinen Infoabenden einfach und verständlich erklärt.

Was macht ein gesundes Wasser aus?

Welches Wasser ist für Säuglingsnahrung geeignet?

Molekularer Wasserstoff... das vielleicht beste Antioxydant der Welt?

Wähle einfach einen Online-Vortrag unter:
www.anja-freese.de/termine/

Die Zugangsdaten für den Online-Vortrag erhältst du anschließend per Mail.

Anja Freese | TEL: 04101/805 70 11 | MOBIL: 01520/20 20 976 | E-MAIL: info@anja-freese.de | WWW.ANJA-FREESE.DE

Keine Lust mehr

Unmotiviert sitzt der Redakteur vor dem Rechner und sucht nach Themen (und Anzeigenkunden) fürs neue Heft. Nebenan im Home-Office eines Global-Players herrscht ähnliche Stimmung, verschärft durch die lieben Kollegen rund um die Welt, die 24 Stunden am Tag genervte E-Mails schreiben.

Der Corona Blues ist wohl ein globales Phänomen. Irgendwie ist die Luft raus, auch in den seltenen Momenten, in denen der Sommer 2021 seinem Namen gerecht wird. Dabei geht es doch endlich runter mit den Infektionen und rauf mit dem Leben, wie wir es bis vor 1 ½ Jahren gewohnt waren.

Ach herrje! Sollen wir jetzt etwa abends wieder aufgebrezelt unter Menschen, statt im Schlabberlook ins Puschenkino? Wir fangen ganz vorsichtig an. Restaurantbesuch fußläufig und nur im Familienkreis. Lecker wie früher. Geht doch. Wir werden mutiger, Food Truck Festival bei herrlichem Sonnenschein. Nachbarn getroffen, mit wildfremder Familie eine Bierzeltgarnitur geteilt. Darf man das überhaupt?

Schreck! Auf dem Supermarktparkplatz die Maske vergessen. Oder ist das jetzt erlaubt, wenn wieder alle Mann ins Volksparkstadion dürfen?? Ach nein, das ist ja ein anderes Bundesland. Ist hier jetzt 2 G, 3 G oder was? Das mit der Maske ist kompliziert geworden. Und um irgendwo reinzukommen, muss man jetzt auch noch mit Luca und Corona Warn-App gleichzeitig rumfummeln.

Wir sind seit Monaten überfordert. Erst mit den ganzen Corona-Maßnahmen und jetzt damit diese hinter uns zu lassen, um die Freiheiten zu genießen, die bis März letzten Jahres selbstverständlich waren. Auf dem Sofa ist es auch schön.

Aber wir haben keine Lust mehr und machen das jetzt. Muss ja nicht gleich ein Bad in der Menge auf der Reeperbahn sein, bei uns in der Region geht es etwas ruhiger zu und man kommt ohne HVV hin, S-Bahn ist dann noch etwas unheimlich. Unser lokaler Terminkalender ist wieder gut gefüllt. Es ist angerichtet, greifen Sie zu!

In diesem Sinne viel Spaß bei den ersten Schritten zurück ins normale Leben.

Volker Meliß

Inhalt dieser Ausgabe

4 **Update aus dem Rathaus**
7 **Klimafreundliche Asthma-sprays**
8 **Homöopathie** bleibt beliebt
9 **So schmeckt Heimat** Der Rezeptkalender
10 **Bienennachmittag** in Rellingen
11 **FUXXL** Kunstrasen eingeweiht
12 **FUXXL** Der SCP gibt Gas!
13 **FUXXL** Floorball Nationalmannschaft
14 **Pinneberg horcht auf** Zacho ist da
16 **Zumba** Basic Steps beim SCP
17 **Zeitgeist** neues Gastrokonzept in Pinneberg
18 **Der Herbst in der Region** Termine
23 **Bücherecke** Lesetipps auch fürs Christkind
24 **Elementarschaden** Die aktuelle Versicherung
25 **Trauer** gehört zum Leben!
26 **Kaffee** aus der eigenen Plantage
27 **Löwenkalender** Advent mit dem Lionsclub
28 **Sechs Jahre** im Zeichen der Linde
30 **Der Klimabote** Grad°wanderung
34 **Rohkost mit Exotik** Brokkoli-Salat mit Mango

Impressum

Verlag:
VM-Media Volker Meliß
An der Eiche 51
25421 Pinneberg
Tel: 04101 - 50 58 99
mail@pinnauboten.de
www.pinnauboten.de

Redaktion und Anzeigenvertrieb:
Volker Meliß
vm@pinnauboten.de
Fotoredaktion:
Fotoagentur HERZBERG
Gestaltung:
Manuela Heins
mh@pinnauboten.de

Druck:
WIRmachenDRUCK GmbH,
71522 Backnang

Die Redaktion bedankt sich bei allen Autoren und Fotografen, für die unentgeltliche Bereitstellung ihrer Texte und Bilder. Nicht gekennzeichnete Werke stammen von der Redaktion.

Hinweis: Alle Veranstaltungsangaben ohne Gewähr. Die Zeitschrift und alle darin enthaltenen Abbildungen und Texte sind urheberrechtlich geschützt. Eine Verwendung oder Vervielfältigung bedarf der Zustimmung des Verlages. Alle Rechte an geschützten Namen und Marken liegen bei deren Inhabern.

Update aus dem Rathaus

Auch Rellingen beginnt sich vorsichtig, aber bestimmt aus der Umklammerung der Pandemie zu lösen und zu einer Normalität zurückzukehren, in der alles andere wichtiger ist als dieses Thema. Und andere Themen gibt es in der Tat genügend, wie wir im Gespräch mit Bürgermeister Marc Trampe notieren konnten.

Digitale Infotafel

An der Bushaltestelle vor dem Rathaus und damit an einem der zentralsten Plätze in Rellingen, hat die neue digitale Infotafel ihren Platz gefunden. Hier finden alle Neuigkeiten aus der Gemeinde ihren Platz. Tagesaktuell und in moderner Form präsentiert sich hier nicht nur die Verwaltung, sondern es gibt auch die Möglichkeit für die lokale Wirtschaft, sich hier den Bürgern zu präsentieren. Auch Informationen des HVV und Nachrichten vom NDR werden dort gezeigt.

Veranstaltungen

Um den Ort weiter zu beleben, soll zukünftig jeden Monat ein Event im Ortszentrum stattfinden. Mal groß, mal klein, mal von der Gemeinde organisiert, mal vom Treffpunkt, mal von den Vereinen. Die Fäden dazu laufen bei Frau Müller im Rathaus zusammen. Den Anfang machte im September der Bienentag, der begeistert aufgenommen wurde und sehr gut besucht war. Weiter geht es mit dem Herbstmarkt am 21.Oktober und am 6. und 7. November mit dem Kunsthandwerkermarkt im Rathaus.

„Wir prüfen jetzt nicht mehr, was wir absagen müssen, sondern was wieder stattfinden kann“, bringt der Bürgermeister die aktuelle Lage auf den Punkt. „Natürlich, ohne dabei leichtsinnig zu werden“. In diesem aktuellen Rahmen mit deut-

ANZEIGE

Helfen Sie uns zu helfen!

DRK-Ortsverein Rellingen
Vorstand@drk-rellingen.de
04101-512060

www.drk-rellingen.de

- Sanitätsdienst - Katastrophenschutz - Blutspenden - Handarbeitsgruppen - Seniorentanz, -Gymnastik - Kleiderkammer -

lich zurück gegangenem Infektionsgeschehen und einer hohen Impfquote in der Zielgruppe, wird die Gemeinde dieses Jahr auch die traditionellen Seniorenweihnachtsfeiern wieder aufnehmen, vorausgesetzt es gibt keine unerwarteten Rückschläge bei der Pandemiebewältigung.

CVS

Der Um- und Ausbau der Schulgebäude ist jetzt abgeschlossen, jeder hat seinen neuen Platz gefunden. Auf dem Schulhof wird jetzt noch ein Geschicklichkeitsparcours errichtet. In direkter Nachbarschaft wird das Jugendzentrum Oase modernisiert und bekommt einen neuen Außenbereich. Dort wo zwischen Schule und dem neuen Parkplatz in der Bauphase das „Containerdorf“ stand, entsteht ein neuer Verkehrsübungsplatz.

DirtPark und Pumptrack

Während Opa früher mit seinem Bonanza-Fahrrad brav auf dem Fahrradweg rumgeeiert ist, wartet die Jugend von heute dringend auf den Dirtpark mit Pumptrack. Da wird nämlich nicht mehr in die Pedale getreten, sondern auf den Wellen im Gelände Schwung geholt, was Opa nur von der Schaukel kennt. Und auch Rellingen hat beschlossen, so eine Anlage zu bauen. Wenn die Gemeinde dafür die Fördermittel bekommt.

Um den Anforderungen gerecht zu werden, wird großzügig geplant auf der Wiese hinter dem Parkplatz an der CVS. Es sollen drei Fahrbahnen und ein großzügiger Aufenthaltsbereich entstehen. Während sich der Nachwuchs auf dem Mini-Parcours ans Biken auf der Huckelpiste gewöhnt, können die Profis zwischen dem asphaltierten Pumptrack und der Schotterstrecke mit echten Sprungschanzen wählen. Die ganze Anlage soll vom Freizeitradeln mit dem E-Bike bis hin zu Sportveranstaltungen mit vorolympischen Ausscheidungswettbewerben für BMX-Fahrer allen Bikern Spaß machen. ▶

ANZEIGE

WEGE ZU
INNERER HARMONIE
UND ÄUSSERER
SCHÖNHEIT

Kerstin Donner
Fachkosmetikerin

- Cosmeceutical Hautspezialistin
- Farb-, Stil-, Make-up-Beratung
- Systempflege
- Wellness-Behandlung

Fritz-Reuter-Straße 5 · 25462 Rellingen
Telefon 04101 – 3 22 57

E-mail kerstin@donner-kosmetik.de · www.donner-kosmetik.de

Entwicklung am Kreisel in Krupunder

Hinter dem schlichten Kürzel B72 verbirgt sich eines der wichtigsten Bebauungsprojekte der Gemeinde. Am Kreisel in Krupunder wird der große Acker bebaut werden. Neben der Erich-Kästner-Grundschule, einer Sporthalle und einigen Grundstücken für Gewerbebetriebe soll hier das große Rechenzentrum eines neu in Rellingen ansiedelnden Betriebes entstehen, sowie einige Grundstücke für privaten Wohnraum. Von dem großen Hallenkomplex, der hier einst für Unmut sorgte, ist nichts mehr zu spüren. Die Fläche wird offen und einladend gestaltet sein, das Rechenzentrum sich dezent in die Ecke drücken und in Richtung „Am Kellergraben“ würde die B72 nahtlos an den Bestand anknüpfen. Nun wird das in den Gremien der Gemeinde beraten und wir dürfen gespannt sein, was am Ende dabei herauskommt.

Nachtragshaushalt

Hinter diesem Begriff versteckt sich gewöhnlich die Erkenntnis, dass es bei den mit den geplanten Ausgaben nicht bleibt, sondern mehr Geld benötigt wird. Nicht so 2021 in Rellingen. „Wir sind ins Jahr mit einem planerischen Defizit gestartet, konnten aber durch eine deutliche Verbesserung im Bereich der Gewerbesteuer einen positiven Nachtrag beschließen“, erläutert der Verwaltungschef. „Dieser sieht einen Überschuss von etwa 5 Millionen vor“. Dieser üppige Überschuss geht im Wesentlichen auf die positive Geschäftsentwicklung eines einzigen Rellinger Unternehmens zurück, was erneut die Bedeutung der Gewerbegebiete für die Gemeinde unter Beweis stellt.

Corona

Im November werden erneut an zwei Terminen mobile Impfteams in Rellingen ihre Dienste anbieten, sowohl für Erstimmunisierung als auch für Auffrischungsimpfungen. Gleichzeitig geht die Nachfrage nach Schnelltest deutlich zurück und das Angebot wird zurückgefahren. Das Testzentrum bei Nordsport ist weiterhin geöffnet.

ANZEIGE

Klimafreundliche Asthmasprays

Sind Asthmasprays klimaschädlich? Manche schon, wie eine aktuelle Untersuchung zeigt. Doch es gibt auch klimafreundliche Systeme, mit denen sich eine Menge Kohlendioxid (CO_2) einsparen lässt.

Auch FKW schadet dem Klima

Asthmasprays enthalten schon lange keine Fluorchlorkohlenwasserstoffe (FCKW) mehr. Als deren Einsatz wegen ihrem schädigenden Einfluss auf die Ozonschicht verboten wurden, stiegen die Hersteller um auf Dosieraerosole mit Fluorkohlenstoff (FKW) und Pulverinhalatoren, die ganz ohne Treibgase auskommen.
Doch auch wenn FKW das Ozonloch nicht direkt angreifen, tragen sie dennoch zum Treibhauseffekt und zur Klimaerwärmung bei. Wie groß dieser Effekt ist, haben nun schwedische Forscher untersucht. Sie verglichen die CO_2-Bilanz zweier Pulverinhalatoren mit der eines Dosieraerosols. Da viele Asthmatiker*innen zwei Asthmasprays benötigen (eines zur Dauertherapie und ein schnell wirksames Spray bei Bedarf), berechneten die Forscher*innen die Werte für eine übliche Standardtherapie.

Über 400 kg CO_2-Äquivalent im Jahr einsparen

Dabei kam heraus, dass die untersuchten Dosieraerosole eine bis zu 30fach schlechtere CO_2-Bilanz haben als die Pulverinhalationssysteme. Nutzt die Asthmatiker*in sowohl zur Dauer- als auch zur Bedarfstherapie Pulverinhalationssysteme, produziert er damit etwa 17 kg CO_2-Äquivalente. Die gleiche Therapie mit Dosieraerosolen kommt dagegen auf 439 kg CO_2-Äquivalente.
Wer also von 2 FKW-Dosieraerosolen auf 2 Pulverinhalationssysteme wechselt, spart im Jahr etwa 420 kg CO_2-Äquivalent ein. Also eine Menge, die dem Fleischverzicht einer Person für ein Jahr entspricht. Würde beispielsweise Großbritannien seinen Anteil der Dosieraerosole in der Asthmatherapie von derzeit 70% auf das schwedische Niveau von 13% senken, ließen sich jährlich 550 000 Tonnen CO_2-Äquivalent einsparen.

Spraywechsel nur unter ärztlicher Aufsicht!

Ein Asthmaspray muss zuerst einmal der Patient*in Erleichterung bringen, das ist klar. Doch sollte bei der Wahl des Inhalationssystems durchaus auch der Klimaaspekt berücksichtig werden, meinen die schwedischen Forscher*innen. Wichtig ist aber: ein Systemwechsel darf nur nach ärztlichem Rat und mit gründlicher Anleitung erfolgen.

Text: Dr. med. Sonja Kempinski

ANZEIGE

Brunnen Apotheke

Ahmet Tekin
Hauptstraße 25
25462 Rellingen
Tel: 04101 207800

Post Apotheke

Ahmet Tekin
Hauptstraße 35
25462 Rellingen
Tel: 04101 200110

Verwendung von Homöopathie in der Bevölkerung gleichbleibend hoch

70 Prozent der Deutschen sind offen für Homöopathie – mehr als jeder zweite Deutsche hat schon Erfahrungen damit. Das ist das Ergebnis einer aktuellen Umfrage, die das Meinungsforschungsinstitut forsa im Auftrag der Deutsche Homöopathie-Union (DHU) durchgeführt hat.

Die aktuelle Umfrage führte forsa im Zeitraum vom 30. Juli bis 9. August 2021 durch. Insgesamt wurden dafür im Rahmen der bevölkerungsrepräsentativen Mehrthemenumfrage bundesweit 2006 Personen ab 18 Jahre befragt. Schon seit dem Jahr 2010 ermittelt forsa für die DHU jährlich die Meinungen der Deutschen zum Thema „Homöopathie".

Die diesjährige Umfrage ergab, dass der Anteil der Menschen in Deutschland, die schon Homöopathie verwendet haben, so hoch ist wie im Vorjahr: 54 Prozent der Befragten geben an, Erfahrungen mit dieser Therapieform gesammelt zu haben – für weitere 16 Prozent käme die Verwendung homöopathischer Arzneimittel in Frage. Insgesamt sind also 70 Prozent der Deutschen ab 18 Jahre offen für Homöopathie beziehungsweise haben schon Erfahrung mit der Therapieform.

Die deutliche Mehrheit (67 %) der Befragten mit Homöopathie-Erfahrung war bisher mit der Wirksamkeit und Verträglichkeit der homöopathischen Arzneimittel zufrieden (48 %) oder sogar sehr zufrieden (19 %).

Eine renommierte deutsche Apothekerzeitung schrieb dagegen im September 2021: „Untersuchungen, die einen Überblick über vorhandene Studien geben, kommen zu dem Schluss, dass die Wirksamkeit der Homöopathie einer Behandlung mit einem Placebo entspricht – also einem Scheinmedikament, das keinen Wirkstoff enthält."

Woher mag wohl dann die Zufriedenheit von 67 % der Bevölkerung kommen? Tatsächlich wird in vielen Studien die Überlegenheit der Homöopathie gegenüber einem Placebo belegt (nachzulesen auch unter **www.hri-research.org/de/informationsquellen/homeopathy-faqs/**).

Text: Elke Kramper, Heilpraktikerin Ellerbek

ANZEIGEN

Heilpraxis Elke Kramper
Klassische Homöopathie

Elke Kramper, Heilpraktikerin
Pinneberger Straße 167 • D-25474 Ellerbek
04101 371 841 • praxis@elke-kramper.de
www.elke-kramper.de

Bild: Adobe Stock

Angekommen!

Der neue Erfolgs-Kochkalender 2022 mit Rezepten von Geflüchteten ist ab sofort verfügbar! Vier Jahre nach dem Erfolg des ersten Kalenders „So schmeckt Heimat", der einen Erlös von 20.000 Euro erzielt hatte, erscheint nun ein zweiter Kalender.

■ Herausgegeben wird er, wie schon 2018, von Elisabeth Bolle und Burgunde Uhlig. Geflüchtete kochen Rezepte aus ihren Herkunftsländern. Es gibt neue Rezepte aus den Ländern Syrien, Afghanistan, Iran, Irak und Eritrea. Der Erlös des gemeinnützigen Kalender-Projekts „Angekommen – So schmeckt Heimat - Teil 2" wird wieder geteilt. Eine Hälfte bekommt die Flüchtlingshilfe in Rellingen für besondere Aufgaben. Die andere Hälfte bekommt in diesem Jahr „Ärzte ohne Grenzen", die großartige Organisation, die weltweit dort hilft, wo die Not am größten ist.

Der neue Rellinger Rezeptkalender ist zum Beitrag von 14,90 Euro erhältlich, in Rellingen bei der Buchhandlung Lesestoff und im Rathaus und in einigen Buchhandlungen in Pinneberg und Hamburg.

Sie können ihn auch per Mail bestellen:
kochkalender@posteo.de

ANZEIGE

Rellinger Aktionstag:

Bienen-Nachmittag

Am 9. September fand bei strahlendem Sonnenschein ein Rellinger Aktionstag rund um die Biene auf dem Arkadenhof statt. Beim Bienenmobil von Imker Alfred Schade konnten Interessierte sich über die Honigbiene und auch über das Imkerhandwerk austauschen.

Leckerer Rellinger Honig wurde ebenfalls zum Kauf angeboten. An den Ständen der Grünen Galerie und TRIFOLIA konnte man bienenfreundliche Pflanzen erwerben, um den Insekten richtige Nahrung bieten zu können. Die Jugendpflege Rellingen hat den Bau von Insektenhotels angeboten, damit den Bienen zukünftig mittels einer Nisthilfe ein Unterschlupf gewährt wird.

„Wir freuen uns, dass wir mit dem Bienen-Tag und dem bunten Programm für Jung und Alt viele Besucher anlocken konnten", berichtet Jessica Müller, zuständig für die Öffentlichkeitsarbeit in der Gemeinde Rellingen.

Kinderschminken, der Ballonkünstler Mr. Jack und der Verkauf von Büchern zur Biene von der Buchhandlung Lesestoff rundeten den Bienen-Nachmittag auf dem Arkadenhof ab. Für das leibliche Wohl sorgte häppjes & klöterkraam mit leckeren Honigwaffeln und Bienen-Stich.

Für eine besondere Überraschung bei den jüngsten Besuchern sorgte der Besuch der Biene Maja. Sie verteilte Samentütchen mit kleinen Sonnenblumen an das zahlreich erscheine Publikum.

In regelmäßigen Abständen sollen weitere Veranstaltungen auf dem Arkadenhof und in Rellingen folgen. Der Bienen-Nachmittag galt als Auftakt. Auch Bürgermeister Marc Trampe zeigt sich begeistert: „Wir freuen uns auf weitere Aktionstage in Rellingen."

Text: Gemeinde Rellingen

Gemeinde Rellingen Kunstrasen Einweihung Spiel

Beide Teams der „Gemeinde Rellingen All Stars“ und die „SC Egenbüttel All Stars“.

Bild: SC Egenbüttel

Rellingen hilft: Erfolgreiches Benefizspiel auf dem Kunstrasenplatz im Moorweg

■ Nachdem die Gemeinde Rellingen und der SC Egenbüttel nach der Coronapause zum Eröffnungsspiel des Kunstrasenplatzes eingeladen hatten, wurde dieser mit einem Benefizspiel und dem ersten Tor vom Bürgermeister Marc Trampe offiziell eröffnet. Rund 150 Zuschauer*innen feuerten bei bestem Wetter die Teams „Gemeinde Rellingen All Stars“ und die „SC Egenbüttel All Stars“ im Moorweg an. Gespielt wurde 90 Minuten lang für den guten Zweck. Am Spieltag konnten insgesamt 630 Euro Spenden zu Gunsten der Helfer*innen der freiwilligen Feuerwehren aus den Hochwassergebieten gesammelt werden. Das Spiel endete mit einem 6:4 für die „SC Egenbüttel All Stars“.

ANZEIGE

Fröhlicher Wohnen wünscht allen ein fröhliches und besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Neue Jahr 2022

ZUHAUSE ist ZUHAUSE- und wenn es noch so klein ist!

Fröhlicher Wohnen vermittelt seit über 25 Jahren fröhliche und zufriedene Kunden.
Lassen Sie sich bei allen wichtigen Immobilienfragen kostenlos beraten, denn Wohlgefühl hat einen Ort!

Fröhlicher Wohnen • Sibylle Janiczek
Kauffrau der Grundstücks- und Wohnungswirtschaft
Rollbarg 26 • 25482 Appen-Etz • E-Mail: janiczek@fröhlicher-wohnen.de

Telefon: 0 41 01 / 85 12 47

Tag des Sports beim SC Pinneberg

Die SCP-Mannschaft: Trainer, Betreuer und Ehrenamtliche vom SC Pinneberg.

Die SCP-Mannschaft: Trainer, Betreuer und Ehrenamtliche vom SC Pinneberg.

Bei besten Wetter, mit vielen Besucher:innnen mit bester Stimmung hat eine großartige Mannschaft vom SC Pinneberg aus Übungsleiter:innen, Ehrenamtlichen, Mitgliedern und Aktiven am 05.09.2021, einen abwechslungsreichen, sportlichen Tag organisiert. Der „Tag des Sports" hat viele Sportler an die Raa gelockt, die sich unterschiedlich sportlich ausprobiert konnten.

■ Es war eine Veranstaltung für die ganze Familie. Alle packten fleißig mit an – von Geschäftsstelle bis zum Mitglied. So entstand auch ein rundum familiäres Programm für Groß und Klein und für Jung und Junggebliebene. „Wir sind froh alle wieder zusammen zu sein und Sport gemeinsam zu machen!" sagt Geschäftsführerin Bärbel Neubert.
Alle Pinneberger:innen waren herzlich eingeladen sich sportlich neu auszuprobieren und in verschiedenen Sportarten hinein zu schnuppern. Auf dem Vereinsgelände und in der vereinseigenen Gymnastikhalle stellten sich die verschiedenen Sparten vor. Von Entenangeln, Mitmach-Zirkusaktionen mit dem Zirkuspädagogen Jens Ewald, bekannt als Clown Mücke; über einen Poolnudelparcours, dem DFB-Sportabzeichen Fitnesskurse zum Auspowern oder zur Entspannung konnte vieles ausprobiert werden.

Inklusion beim Mixed-Fußballspiel

Nicht gegeneinander, sondern miteinander spielten Spieler der Jugendmannschaft und Spieler des Inklusionsteam beim Mixed-Fußballspiel „und alle spielen mit…" gemischt. Niemand wusste vorher in welcher Mannschaft er*sie spielen würde. Nur der Spaß am Fußball sollte im Vordergrund stehen. „Niemand bleibt draußen, außen vor", betonte Andreas Witten Initiator und Leiter des Inklusionsprojektes, das Hand in Hand mit der Lebenshilfe Pinneberg und dem SCP vor Jahren ins Leben gerufen wurde. „Super – das war klasse, das müssen wir mal wieder machen…"
Das Team des SCP mit seiner tollen Mannschaft freut sich weiterhin auf Interessierte, die ein Schnuppertraining absolvieren möchten. Denn Mannschaft macht's – wie schon die Kampagne des LSV SH „Das habe ich beim Sport gelernt" feststellt.
Aufgrund dieses tollen, erfolgreichen Tag, plant der Sport-Club Pinneberg am 15.05.2022 auf dem Vereinsgelände wieder einen „Tag der offenen Tür".

Geschäftsstelle:
Mo. 17 – 19 Uhr & Di. – Do. 9 – 12 Uhr
Ansprechpartnerin Geschäftsstelle:
Kathrin Lüder Tel.: 04101/691713
E-Mail: kathrin.lueder@sport-club-pinneberg.de
www.sport-club-pinneberg.de

Bild: Witten/SCP

Floorballer von Blau Weiß 96 Schenfeld in der Bundesliga und International im Einsatz!

Jonah Koop beim Deutschen Nationalteam U19

Der Schenefelder Torhüter Jonah Koop (rechtsstehend), überzeugte und wurde gleich gegen Schweden zum Spieler des Spiels gewählt.

Nachdem sich die Floorballer von Blau Weiß 96 in der Bundesliga etabliert haben, macht sich die gute sportliche Entwicklung auch auf internationaler Ebene bemerkbar.

Blau-Weiß Torhüter Jonah Koop wurde zur Nationalmannschaft der U19 WM vom 25.–29. 8. in Brno in Tschechien eingeladen. Das Auftaktspiel gegen den Nachwuchs aus Schweden ging mit 2:13 verloren. Trotzdem konnten die jungen Deutschen bereits zeigen was sie können. Torhüter Jonah Koop, der insgesamt bei der WM auf zwei Spiele fürs deutsche Team im Tor kam, überzeugte und wurde gleich gegen Schweden zum Spieler des Spiels gewählt. Das 2. Spiel gegen die Schweiz ging mit 1:9 verloren. So musste, ein Sieg gegen den letzten Gruppengegner Dänemark her, um das definierte Ziel Klassenerhalt, rund um den Trainer-Staff von Thomas Berger zu erreichen.

Der deutsche Nachwuchs überzeugte schließlich auf ganzer Linie und konnte das Spiel drehen. Mit dem 7:4 Sieg war das Ziel Klassenerhalt erreicht und sicherte sich so die Möglichkeit am nächsten Tag die WM mit Platz 5 abzuschließen. Im letzten Spiel musste man sich dann aber gegen die Letten recht deutlich 8:1 geschlagen geben. Trotz der Niederlage sind die Spieler sehr stolz. Jonah ist froh, dass er bei der für ihn einmaligen U19 WM ein Teil der deutschen Mannschaft gewesen ist. Insgesamt kam Jonah auf 43 gehaltene Bälle und 17 Gegentore. Das macht eine Fangquote von 72 % – starke Leistung! Durchatmen ist aber nicht angesagt, denn Jonah blickt nun mit seiner Schenefelder Mannschaft auf den Saisonstart der Bundesliga. Der WM-Titel ging an den Gastgeber. Die Tschechen konnten in einer packenden Partie vor heimischer Kulisse den Titel mit einem 4:3 gegen Finnland erneut gewinnen.

ANZEIGE

Suchbild!

Frage:
Was fehlt hier?

Antwort:
Die passenden Weihnachtspräsente für Ihre **Kunden**, **Mitarbeiter** und **Geschäftspartner**!

Lösung:

IMAGEtrendline
Werbemittel und Kundenpräsente

Wir haben die Ideen und die Freude Ihre Präsent-Ideen umzusetzen!

Rollbarg 26 • 25482 Appen- Etz • Tel.: 0 41 01 / 85 12 46
info@imagetrendlinde.de • www.IMAGEtrendlinde.de

Pinneberg horcht auf

Der Rellinger Hörakustiker Per Zacho hat sein achtes Hörinstitut in der Pinneberger City eröffnet, in der es kein inhabergeführtes Fachgeschäft mehr gab.

■ Am 27.9. war es so weit, die blauen Luftballons und das Suppenmobil vor der Tür lassen keinen Zweifel daran, dass es im Gesundheitszentrum Pinneberg am Damm etwas zu feiern gibt. Für Per Zacho ist es jetzt das achte Hörinstitut und bei der Eröffnung spürt man deutlich an, dass es auch für ihn noch immer etwas besonders ist, eine neue Filiale zu eröffnen.

„Wir expandieren nur dorthin, wo das Umfeld passt, wo wir wissen, dass unsere hohen Qualitätsstandards geschätzt werden und eine Bereicherung darstellen", erläutert Per Zacho seine Entscheidung für Pinneberg. „Nachdem in der City der letzte inhabergeführte Hörakustiker geschlossen hatte und dieses Ladengeschäft in city-naher Lage im Gesundheitszentrum zur Verfügung stand, haben wir uns entschlossen, diese doppelte Lücke mit unserem Angebot zu füllen."

„Unsere neue Zacho-Filiale am Damm 49 in der Kreisstadt ist mit zwei Hörräumen auf dem neuesten Stand der Technik ausgestattet", ist Filialleiterin Sabrina Tenzer von ihrem neuen Arbeitsplatz im kernsanierten Ladengeschäft begeistert. „Frau Rechter und ich freuen uns darauf, den Pinnebergerinnen und Pinnebergern zu gutem Hören zu verhelfen."

„Eine dritte Kollegin suchen wir noch", ergänzt Zacho, der hier wie in allen seinen Hörinstituten auf festes Personal vor Ort setzt, statt auf eine eher knappe Personaldecke, die über alle Filialen hinweg gestreckt wird. „Hörakustik ist Vertrauenssache. Das kann nicht aufgebaut werden, wenn ständig die Ansprechpartner wechseln. Unsere Mitarbeiter vor Ort sind es, die Hörgeräte Zacho zu dem machen, was wir sind."

Leistungsstark durch den großen Verbund aus acht Hörinstituten, kompetent und individuell vor Ort. Das ist Zachos Erfolgsrezept für hohe Kundenzufriedenheit. Ab sofort auch in Pinneberg!

Vereinbaren Sie gleich einen Termin bei Hörgeräte Zacho in
Rellingen, Am Rathausplatz 17, Tel. 04101 – 37 68 84,
Halstenbek, Gustavstraße 7, Tel. 04101 – 805 75 95,
Pinneberg, Damm 49, Tel. 04101 – 51 30 59,
weitere Fachinstitute auf **www.zacho.de/filialen**

Von links nach rechts: Inhaber Per Zacho, Andrea Zacho, Sabrina Tenzer, Carolin Rechter

HÖRGERÄTE
ZACHO

JETZT
14 TAGE
**KOSTENFREI
ZUHAUSE
TESTEN!**

Besuchen Sie uns und erleben
Sie **modernste Im-Ohr-Hörgeräte**
wie das neue **Signia Silk X**.

Sie finden uns **8 x in Hamburg und Umgebung.**
Auch in **Ihrer Nähe:**

Rellingen | Am Rathausplatz 17
Tel. 04101- 37 68 84

Halstenbek | Gustavstraße 7
Tel. 04101- 805 75 95

Pinneberg | Damm 49
Tel. 04101- 51 30 59

**WIR SIND
JETZT AUCH IN
PINNEBERG
FÜR SIE DA!**

Alle Filialen unter **www.zacho.de**

Fachinstitut Hörgeräte Zacho GmbH & Co. KG | Am Rathausplatz 17 | 25462 Rellingen

Hebrock & Proß

HP Intel-i3 15,6“

15,6“ matt FHD
8GB, 256GB SSD
WLAN, CAM
Intel UHD Grafik
Windows 10S

599,–

Verkauf solange der Vorrat reicht

- **Werkstattservice auch für Fremdgeräte**
- **Datenrettung, Displaytausch, Aufrüstungen etc.**
- **Vor-Ort-Service bei Privat- und Firmenkunden**
- **Internet, Server und Netzwerkeinrichtungen**
- **Notebook und Wunsch-PC Beratung**

Intel Büro-PC 6-Kern

LC-Power 7038B
420W
Intel i5-11600
6x 4,8 GHz
8 GB DDR4,
DVD-RW
512 GB SSD
Intel M.2
Intel UHD
Graphics 750

749,–

Verkauf solange der Vorrat reicht

Rugenbarg 277, 22549 Hamburg
Mo – Fr 9:45 – 18.30 Sa 10.00 – 15.00
Tel. 040/831 60 46, info@hebrock-pross.de
www. hebrock-pross.de

Zumba beim SC Pinneberg

Die große Werbetrommel wird längst für andere Mode-Workouts gerührt. Doch das tut dem Spaß beim Zumba keinen Abbruch.

Wer sich gerne von lateinamerikanischen Rhythmen in Urlaubsstimmung versetzen lässt und dem dabei unweigerlich aufkommenden Bewegungsdrang am besten sofort nachgehen möchte, ist hier genau richtig.

Zumba verbindet tänzerische Elemente mit leichten Fitnessübungen. In ihrem Kurs „Zumba – Basic Steps“ zeigt Gabi Mertins an 10 Abenden Grundschritte aus verschiedenen Tanzstilen und bringt die Teilnehmer auf Trab. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, alle Schritte leicht zu erlernen. Spaß für jeden ist so beim musikalischen Workout mit Fernweh-Feeling garantiert.

Ab Montag, dem 1. 11. 2021 geht es wieder los, auch der spätere Einstieg ist jederzeit möglich. Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle unter der Telefonnummer 04101/ 69 17 13 oder per Mail unter **info@sport-club-pinneberg.de** entgegen.

Zumba – Basic Steps
Montag, 18.00 Uhr – 18.45 Uhr **45,– €**
10 Termine ab 1.11.2021 (nicht in den Ferien)
Sporthalle des SCP,
An der Raa 13, 25421 Pinneberg

Bild: Adobe Stock

Zeit für einen neuen Geist

Nicht nur in der City ist zu spüren, dass die Stadt immer attraktiver wird. So findet sich die neueste Gastro-Perle „Zeitgeist" nicht rund um die Fußgängerzone, sondern im Freizeit- und Sportgebiet Eggerstedt. Wir haben es schon ausprobiert.

„Wir dachten, es ist hier Zeit für einen neuen Geist. Für Pinneberg, für den SC und für diese Location", erläutert uns Miguel Camos, wie er mit seiner Geschäftspartnerin Kerstin Schneidewind auf den Namen gekommen ist.

Wohl wahr, hier ist alles neu, hell und gemütlich zugleich. Es war wirklich dringend Zeit für diese Kernsanierung der ehemaligen Vereinskneipe des SCP. Camos, der selbst im Verein aktiv ist und sich für die Jugend engagiert, legt Wert darauf, unabhängig zu sein von seinem Verpächter. „Wir sind kein Vereinslokal, sondern der neue Treffpunkt aller Pinneberger, die hier im Grünen ihre Freizeit genießen."

Im Zeitgeist trifft man sich mit Freuden, zu Frühstück, Kaffee und Kuchen, auf einen Burger oder Flammkuchen, entweder als Mittagstisch oder abends gerne kombiniert mit einem kleinen Abstecher in die Weinkarte. Die lockt mit guten Tropfen aus Rindchen´s Weinkontor, während in der Küche Flammkuchen, Burger & Co. ebenso frisch wie schmackhaft zubereitet werden. Den Zeitgeist können die Gäste auch erleben, wenn hausgemachte hochwertige geistige Nahrung die Leckereien aus der Küche begleitet bei einer Lesung oder einer musikalischen Darbietung.

„Das schöne Leben und andere Köstlichkeiten: Frühstück – Mittag – Torten - Abend". Mit diesem Konzept wird das „Zeitgeist" die Pinneberger Gastro-Szene bereichern, daran besteht nach dem ersten Test-Flammkuchen kein Zweifel!

ZEITGEIST

An der Raa 13, 25421 Pinneberg, 01401-5558311
Mo: 11.30-18.00. Di 11.30 – 21.00, Mi: Ruhetag,
Do-Sa: 9.00 – 21.00, So. 9.00 – 18.00

GUTSCHEIN

für ein Glas Prosecco oder ein Heißgetränk

Termine und Tipps aus Ihrer Nachbarschaft

Alle Angaben ohne Gewähr! Bitte informieren Sie sich vor einem Besuch über die jeweiligen aktuellen Hygieneregeln.

NOVEMBER 2021

Freitag 5. November

11:00 – 18:00 Uhr Stadtzentrum Schenefeld

KUNSTHANDWERKERMARKT

Stadtzentrum Schenefeld, Kiebitzweg 2; Auch für Kinderspaß ist gesorgt: Holztiere auf Rollen warten auf die Kleinen.

Samstag 6. November

10:00 - 12:00 Uhr Ev.-Luth. Christus-Kirchengemeinde Pinneberg

KINDERKIRCHE

Christuskirche Pinebeg, Bahnhofstraße 2; KunsthandwerkerInnen und DesignerInnen präsentieren ihre Arbeiten

Samstag + Sonntag 6. + 7. November

11:00 – 18:00 Uhr Rellinger Rathaus

KUNSTHANDWERKERMARKT

Rellinger Rathaus; KunsthandwerkerInnen und DesignerInnen präsentieren ihre Arbeiten

19:30 Uhr FORUM THEATER Pinneberg

WENN WIR TANZEN, SUMMT DIE WELT

Rathaus Pinneberg Bismarckstr. 8; von Finn-Ole Heinrich und Dita Zipfel; **Karten:** 10 € (ermäßigt 7,50 €)

Freitag 12. November

20:00 Uhr Waldenauer Speeldeel

LOTTOGLÜCK FÜR OPA BRÜCK

Alte Datumer Schule, Nienhöfner Straße 18, Pinneberg

Samstag 13. November

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

BENEFIZ FÜR AMNESTY

Rellinger Kirche; Rellinger Gospel-Train

ANZEIGE

19:00 Uhr Waldenauer Speeldeel

LOTTOGLÜCK FÜR OPA BRÜCK

Alte Datumer Schule, Nienhöfner Straße 18, Pinneberg

8:30 – 10:00 Uhr Pinneberg

SCHADSTOFFMOBIL

Parkplatz an der Hochbrücke

Samstag + Sonntag 13. + 14. November

11:00 – 17:00 Uhr Bürgerstiftung Bruno Helms

14. HALSTENBEKER KLEIDERMARKT MIT TRÖDEL UND KUNST

Ludwig-Meyn-Str. 15, Halstenbek; Gewerbehalle

Sonntag 14. November

16:00 Uhr Waldenauer Speeldeel

LOTTOGLÜCK FÜR OPA BRÜCK

Alte Datumer Schule, Nienhöfner Straße 18, Pinneberg

Donnerstag 18. November

19:30 Uhr Die Drostei

MARAIS CONSORT: DIALOGE

Drostei, Dingstätte 23, Pinneberg; Das Marais Consort präsentiert ein Programm, das quasi den „Vorabend" des Concerto Grosso beschreibt, ein Programm mit instrumentaler Farbigkeit und einer dialogischen Musizierfreude, auf dem die Entstehung des Concerto Grosso als einer der beliebtesten Formen im Barock fußt.

Freitag 19. November

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

KAMMERMUSIK DURCH DIE JAHRHUNDERTE

Rellinger Kirche

Samstag 20. November

19:00 Uhr Waldenauer Speeldeel

LOTTOGLÜCK FÜR OPA BRÜCK

FORUM Schenefeld Achter de Weiden 30

ANZEIGE

» Tschüss Alltag.
Hallo Freiheit.

Ihr Haus erfüllt jetzt Träume.

Geld aufs Konto und endlich die Welt erkunden – dank des Immobilien-Teilverkaufs von wertfaktor. Sie bleiben Eigentümer und gewinnen zudem einen Partner, der sich an Investitionen und Instandhaltung beteiligt. Flexibel, fair und transparent.

Lassen Sie sich jetzt **persönlich** beraten unter **040 / 696 391 838**
wertfaktor.de/infopaket

DEUTSCHES INSTITUT FÜR SERVICE-QUALITÄT GmbH & Co. KG
1. PLATZ
Testsieger Immobilien-Teilverkauf
Service
TEST Nov. 2020
7 Anbieter
www.disq.de
Privatwirtschaftliches Institut

Nr.1 im Immobilien-Teilverkauf

wertfaktor
Ihre Immobilie zahlt sich aus.

Halstenbek & Schenefeld

SCHADSTOFFMOBIL

08:30 – 10:00 Uhr Schenefeld, Bauhof Dannenkamp
11:00 – 12:30 Uhr Halstenbek, Schutzenplatz

Sonntag 21. November

16:00 Uhr Waldenauer Speeldeel

LOTTOGLÜCK FÜR OPA BRÜCK

FORUM Schenefeld Achter de Weiden 30

Montag 22. November

17:00 Uhr Rellinger Kantorei

PERGOLESI: STABAT MATER

Rellinger Kirche

Mittwoch 24. November

18:00 Uhr Stadt Pinneberg bis 5. Januar 2022

PINNEBERGER WEIHNACHTSDORF

Drosteiplatz; zusätzlich verkaufsoffener Sonntag 2.Januar 2022

Samstag + Sonntag 27. + 28. November

14:00 und 17:00 Uhr Pinneberger Bühnen

DSCHUNGELBUCH

Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofstr. 8, Pinneberg; Wir entführen Euch in den Dschungel zu Mogli, Balu und Baghira. **Karten** unter www.pinneberger-buehnen.de

11:00 – 18: Uhr Stiftung Landdrostei

NIKOLAUSMARKT IN DER LANDDROSTEI

Drostei Pinneberg; 48 Aussteller aus Norddeutschland bieten im stimmungsvollen Ambiente der barocken Drostei weihnachtliches und anderes Kunsthandwerk zum Kauf an.

Sonntag 28. November

16:00 Uhr JUKS Schenefeld

PLATTDÜTSCH: „HOOL DIEN MUUL UN SING MIT“ / JOCHEN WIEGANDT

JUKS Schenefeld, Osterbrooksweg 25; Einlass ab 15 Uhr; **Karten** VVK: **15 €**; Abendkasse: **18 €**

ANZEIGE

Dein Waschbär
Mobile Mülltonnenreinigung

Umweltschonend
Ohne Chemie – Mit 70 °C heißem Wasser

Wir kommen 1 Tag nach der Leerung.
Einmalig oder in regelmäßigen Abständen

Dein Waschbär
Datumer Straße 60
25469 Halstenbek

Tel. 04101 – 853 74 29
www.dein-waschbaer.de

DEZEMBER 2021

Mittwoch **1. Dezember**

20:00 Uhr JUKS Schenefeld

NAZARETH

JUKS Schenefeld, Osterbrooksweg 25; NAZARETH auf großer Europa-Tour

Freitag **3. Dezember**

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

VORWEIHNACHTLICHES KONZERT

Rellinger Rathaus

Freitag + Samstag **3. + 4. Dezember**

14 und 17 Uhr Pinneberger Bühnen

DSCHUNGELBUCH

Sonntag **5. Dezember**

14 :00 Uhr Pinneberger Bühnen

DSCHUNGELBUCH

Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofstr. 8, Pinneberg; Wir entführen Euch in den Dschungel zu Mogli, Balu und Baghira. **Karten** unter www.pinneberger-buehnen.de

Samstag **11. Dezember**

08:30 – 10:00 Uhr Pinneberg

SCHADSTOFFMOBIL

Parkplatz an der Hochbrücke

Sonntag **12. Dezember**

12:00 Uhr Die Drostei bis 13. Februar 2022

68. LANDESSCHAU des BBK Schleswig-Holstein

Drostei Pinneberg; Zum vierten Mal wird der Landesschau-Förderpreis an Künstler*-innen unter 35 Jahren vergeben. Der mit 1.000 Euro dotierte Preis wird in diesem Jahr vom Rotary Club Pinneberg gestiftet.

15:00 Uhr Die Drostei

LITERATUR-CAFÉ: LICHTE GEDANKEN

Drostei Pinneberg; Der Märchenerzähler Jörn-Uwe Wulf begleitet sich auf der Keltischen Harfe. **Eintritt**: 10 €

ANZEIGE

lorenz-hilft

Vielseitig, zuverlässig

Ihr Computer streikt? Ich biete:

Service, Virenbeseitigung, Reparatur, Kaufberatung, Anschluss/Installation, Internet, eMail, PC/Tablett Einführung

Weitere Leistungen:

Telefonumstellung auf VoIP, Smartphones einrichten, TV-, Heimkinoberatung

Kontakt: info@lorenz-hilft.de

04101-83 16 378/0176-4962 0709

Hubert Lorenz,

Dockenhudener Ch. 3, 25469 Halstenbek

Wir behandeln nach modernsten Methoden in entspannter Atmosphäre.

ZAHNARZTPRAXIS A. MOUNESI

Zahnarztpraxis A. Mounesi
Tangstedter Chaussee 4 | 25462 Rellingen
Telefon 04101 – 831 41 49 | www.zahnarztpraxis-mounesi.de

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

J.S. BACH „WEIHNACHTSORATORIUM (I-III)

Rellinger Kirche; Solisten, Sinfonietta Lübeck, Rellinger Kantorei; Leitung: Oliver Schmidt

Samstag 18. Dezember

20:00 Uhr Forum Schenefeld

WEIHNACHTSSHOW MIT CARO JOSÉE & BAND

FORUM Schenefeld, Achter de Weiden 30

Sonntag 19. Dezember

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

JOSEPH HAYDN: PAUKENMESSE, LUDWIG VAN BEETHOVEN: VIOLINKONZERT

Rellinger Kirche ; Jonas Rölleke. Violine, nn., Sopran., nn., Alt, nn., Tenor, nn., Bass; Symphonisches Ensemble, Rellinger Kantorei; Leitung: Oliver Schmidt

JANUAR 2022

Samstag 8. Januar

Halstenbek & Schenefeld

SCHADSTOFFMOBIL

8:30 – 10:00 Uhr Schenefeld, Bauhof Dannenkamp
11:00 – 12:30 Uhr Halstenbek, Schutzenplatz

Samstag 15. Januar

15:00 Uhr Kindertheater des Monats

HERBERT UND MIMI - GLATT VERKEHRT

Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofstr. 8, Pinneberg; Herbert und Mimi stricken sich durch alle möglichen Märchen. Eine clowneske Improtheatershow für Jung und Alt.

Samstag 22. Januar

8:30 – 10:00 Uhr Pinneberg

SCHADSTOFFMOBIL

Parkplatz an der Hochbrücke

ANZEIGE

D. und A. Mizielinscy, N. Baranowska

Alle Welt zu Tisch

Norwegen bedeutet für viele Lachs, Peru Ceviche, Frankreich Käse, Argentinien Steaks, Japan Sushi ...Die Prägung unserer Kultur durch Essen und Trinken ist immens! Warum in Norwegen Lachs eine solche Rolle spielt, seit wann in Italien Pizza gegessen wird (oder in Berlin Döner), warum Glückskekse in China unbekannt sind, wie die Paprika nach Ungarn kam und Äthiopien den Kaffee wiederentdeckte, welchen Einfluss Klima, Religionen, Böden oder Migrationsbewegungen auf vieles haben, erklärt dieses Buch Kindern anhand von 26 Ländern. Deren Küchen, Nahrungsvorlieben und Geschichte werden auf prall gefüllten Doppelseiten vorgestellt und natürlich mit Rezepten flankiert. Für Deutschland stehen Kartoffelsalat, für den Iran Safranreis und für die Türkei Imam bayildi. Erneut ist den polnischen Grafikern auf ihrem Weg, Kindern die Welt umfassend zu erklären, ein großer Wurf gelungen!

ISBN: 978-3-89565-420-6 € 29,00

Herbstlaub und Laternenlicht.

Die schönsten Geschichten, Gedichte, Rezepte und Lieder zum Herbst sind in diesem Hausbuch ab 5 Jahren versammelt, atmosphärisch illustriert von Barbara Korthues. „Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da!“ Für viele die gemütlichste Jahreszeit, die zum Basteln, Backen und Vorlesen einlädt. Ein Hausbuch voller Blätterrascheln, Herbstwind und Laternenschein, mit Geschichten und Gedichten von Josef Guggenmos, Theodor Fontane, Joachim Ringelnatz, Ursel Scheffler, Selma Lagerlöff u. v. m.. Das perfekte Geschenk für alle Herbstkinder!

ISBN: 978-3-219-11871-1 € 19,95

Brot

Das neue, faszinierende Standardwerk zum Trendthema Brotbacken – fundiert, informativ, sinnlich! Gutes Brot ist herrlicher Duft, knusprige Kruste, weiche Krume. Gesalzene Butter drauf und reinbeißen. Köstlich! Über 3.500 Brotsorten gibt es in Deutschland: helles, dunkles, Vollkorn-, Weiß-, Sauerteig-, Hefe-, Holzofenbrot und und und. Süß, pikant oder neutral: am besten schmecken die handwerklich hergestellten Brote von einem echten Bäcker, einer Back-Manufaktur und vor allem natürlich selbst gebacken. Gutes Brot backen ist eine Kunst! Genießer und Profis wissen was das heißt: beste Zutaten, perfekte Zubereitung, ideales Back-Klima (Temperatur und Luftfeuchtigkeit). In diesem Buch erfährt der Leser alles, was zum gekonnten Brotbacken nötig ist, von Teubner und der Bäcker-Nationalmannschaft.

ISBN: 978-3-8338-5537-5 € 39,00

ANZEIGE

LESESTOFF
MEINE BUCHHANDLUNG
Bücher Spiele Tickets

Max Wiedebusch KG
Hauptstraße 74 • 25462 Rellingen
Telefon: 04101-780 96 00
mail@lesestoffundmehr.de
www. lesestoffundmehr.de

Ian Börms
Ihr Buchhändler

Bücher
Spiele
Kalender
Grußkarten
eBooks
Schulbücher
Vorverkaufsstelle für
- Schleswig-Holstein Musik Festival
- Theaterverein Rellingen
- Veranstaltungen der Rellinger Kirche
- Reservix

und vieles mehr ...

Wenn das Wetter verrücktspielt …

Naturgewalten

Die verheerende Naturkatastrophe Mitte Juli in Rheinland-Pfalz, Nordrhein-Westfalen und anderen Gebieten Deutschlands hat gezeigt, dass Unwetter durch den Klimawandel auch hierzulande stark zu nehmen. Beim Abschluss von Gebäudeversicherungen sichern private und gewerbliche Immobilienbesitzer*innen häufig nur die Basisdeckung ab. Durch sie sind Schäden am Gebäude versichert, die durch Feuer (Brand), Blitzschlag, Sturm/Hagel und Leitungswasser infolge Rohrbruchs entstehen, nicht aber Elementarschäden, die durch Naturgewalten verursacht werden. Oft wird darauf bei Vertragsabschluss verzichtet - aus Kostengründen oder weil viele denken, das Problem würde sie nicht treffen. Das stimmt so nicht. Starkregen kann überall auftreten und schwere Schäden verursachen, so kann z.B. die Kanalisation überfordert sein und das zurückgedrückte Wasser dadurch Toiletten oder Waschbecken fluten; der Grundwasserspiegel steigt so sehr an, dass Keller und Erdgeschosse voll laufen. Mit einem ergänzenden Elementarschutz lassen sich sowohl Gebäude- als auch Hausratversicherung kombinieren und Schäden durch Naturgewalten mitversichern. Dazu gehören Hochwasser/Überschwemmung (außer Sturmflut), Erdbeben, Erdsenkung, Schneedruck, Lawinen, Vulkanausbrüche, Rückstau und Starkregen. Die Gebäudeversicherung deckt das Haus selbst und die damit fest verbundenen Teile ab.

Der Elementarschutz in der Hausratversicherung kommt für Schäden an Ihrem beweglichen Hab und Gut auf, so dass es sinnvoll ist, beides abzusichern. Die Absicherung in der Hausratversicherung betrifft auch Mieter. Die zusätzlichen Versicherungsbeiträge hängen insbesondere von der Region ab, in der sich das Gebäude befindet. Deutschland ist in vier ZÜRS-Zonen (Zonierungssystem für Überschwemmung, Rückstau und Starkregen) vom Gesamtverband der deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) in vier Gefahrenklassen (GK) eingeteilt:

- **GK 1:** Hochwasser statistisch seltener als 1 x alle 200 Jahre
- **GK 2:** Hochwasser statistisch 1 x in 100 - 200 Jahren
- **GK 3:** Hochwasser statistisch 1 x in 10 - 100 Jahren
- **GK 4:** Hochwasser statistisch mind. 1 x in 10 Jahren

Elementarschäden verursachen in der Regel extrem hohe Kosten. Im Zweifelsfall sollte man sich eher für als gegen eine Elementarschadensdeckung entscheiden, auch in einer niedrigeren Gefahrenzone. Prüfen Sie, liebe Leserinnen und Leser, Ihre Verträge, ob in Ihren bestehenden Verträgen Elementarschäden und alle dazugehörigen Naturgewalten mitversichert sind. Anderenfalls bzw. wenn Sie künftig das Risiko von Elementarschäden versichern wollen, wenden Sie sich gern an einen Versicherungsmakler. Wir lassen Sie nicht im Regen stehen. *Text: Christiane Beyer, CBV Konzepte*

ANZEIGE

Trauer ist wichtig und gehört zum Leben

Durch die Pandemie hat das Tabuthema „Trauer“ die Chance bekommen, ein wenig näher an uns ran zu rücken, Zahlen über Tote und Intensivpatienten sowie Sorgen über eine Ansteckung mit dem Virus können das Bewusstsein über die Endlichkeit unseres Lebens geschärft haben. Warum fällt es Vielen so schwer, die eigene Trauer zuzulassen und die damit verbundenen Gefühle wahrzunehmen und zu zeigen? Die Trauer wird oft als etwas angesehen, was einen Menschen schwächt, dies hängt mit den heutigen gesellschaftlichen Erwartungen zusammen. Es herrschen bestimmte Vorstellungen darüber, wie man sich in einem Trauerfall zu verhalten hat. Gut gemeinte Worte wie: „ Du musst den Verlust hinter Dir lassen und loslassen“ oder „ Die Zeit heilt alle Wunden“ sind wenig hilfreich, denn unser Gefühl sagt uns etwas anderes und wir fühlen uns dadurch falsch. Die Zeit heilt leider nicht alle Wunden, durch den Verlust entsteht eine Narbe, die zu uns gehört. Wir lernen mit der Trauer und dem Verlust weiter zu leben, dabei darf die entstandene Narbe auch immer mal wieder Risse erhalten. Durch Situationen im Alltag, die uns an Verstorbene erinnern, überrollen uns die Gefühle der Trauer wieder. Der Schmerz kommt wie eine Welle über uns und es ist absolut in Ordnung diese Emotionen anzunehmen und dadurch zu akzeptieren. Denn genauso funktioniert die Trauer, es gibt kein richtig oder falsch und es bedarf soviel Zeit, wie man eben braucht. Rituale, Glaube oder Brauchtum können dabei helfen mit den Toten in Verbindung zu bleiben und die Erinnerungen zu leben.

Text: Silke Gundlach, Mind-body-care

ANZEIGE

mind body care

Silke Gundlach
Breslauer Straße 17
25474 Ellerbek
04101 56 80 470
kontakt@mind-body-care.de

mind-body-care.de
Praxis für seelische
und körperliche Gesundheit

- Ganzheitliche Gesundheitsberatung
- Psychologische Beratung & Coaching
- Trauerbegleitung
- Fachberatung zu Hochsensibilität & Burnout
- Ernährungsberatung
- Autogenes Training & Progressive Muskelentspannung
- Lauftraining & Laufgruppen
- Gesprächskreise
- Kursangebote
- Workshops & Vorträge

Produkte aus der Nachbarschaft

MOIN BOHNE

Nicht lang schnacken, einfach genießen!

Schon die Großeltern von Martin und Stefan Haberland waren im Lebensmitteleinzelhandel aktiv und fuhren mit einem mobilen Tante-Emma-Laden übers Land. Bis in die entlegensten Ecken der Elbmarsch versorgten sie die Menschen mit den wichtigsten Waren.

■ Dieses „Versorger-Gen“ hat sich auf die Brüder weitervererbt, die heute als Inhaber von Haberland Getränkesysteme Getränkeautomaten betreiben. Guter Kaffee für die bei den Kunden installierten Vollautomaten ist dabei der Kern des Geschäftes und führte zur Idee vom umweltschonenden Genuss anspruchsvollen Kaffees, auch für Verbraucher, aus der MOIN BOHNE geboren wurde.

Nachhaltigkeit, Umweltschutz und frischer Kaffee

Der hochwertige Kaffee wird in Tornesch langsam in der Trommel geröstet, wie es aus guten Gründen seit Jahrhunderten Tradition ist. So wie bei der Herstellung der Kaffee geschont wird, wird beim Vertrieb die Umwelt geschont. Der Weg des Kaffees bis zu den Großkunden ist kurz und je nach Verpackungsgröße vollkommen abfallfrei dank eines Pfandsystems für Transportboxen. In den Appel Edeka Märkten steht MOIN BOHNE Kaffee in umweltschonendem Kraftpapier im Regal. Mit einem dünnen Barrierefilm ist diese Verpackung auch ohne Aluminium lebensmitteltauglich und aromadicht.

Welcher Mahlgrad passt zu welcher Zubereitungsart?

French Press:

Für die French Press ist ein grober Mahlgrad am besten geeignet. Da der Kaffee ca. vier Minuten zieht, hat er genügend Zeit ausreichend Aromen zu lösen. Ist er zu fein gemahlen, schmeckt er schnell bitter.

Filterkaffee:

Bereitet man den Kaffee mit einer Filterkaffeemaschine zu, so sollte man einen mittleren Mahlgrad nehmen. Das sorgt für einen konstanten Fluss im Filter.

Siebträger:

Bei dieser Zubereitungsart wird ein sehr feiner Mahlgrad für die Zubereitung benötigt. Das Wasser hat nur kurz Zeit die Aromen zu lösen.

Herdkanne/ Espressokanne:

Für die Zubereitung wird hier ein mittlerer Mahlgrad mit Tendenz ins feine benötigt. Wenn möglich sollte dieser ein bisschen feiner als der für Filterkaffee sein. So kann das aufsteigende Wasser genügend Aromen lösen.

Für die Martin und Stefan Haberland fängt Nachhaltigkeit schon beim Anbau des Kaffees an.

Finca Fuente Vieja – die eigene Kaffeeplantage

Für die Haberlands geht Nachhaltigkeit weit darüber hinaus, fängt ganz vorne beim Anbau des Kaffees an. Seit der Gründung von MOIN BOHNE unterstützen sie deshalb den Wiederaufbau der Plantage Finca Fuente Vieja in der Dominikanischen Republik. Als Anteilseigner leisten sie nicht nur einen finanziellen Beitrag, sondern packen auch bei ihren Besuchen vor Ort mit an. Nur so können sie langfristig planen und ganzheitlich arbeiten, um sowohl für auskömmliche Lebensbedingungen und umweltgerechte Produktion auf der Plantage als auch für höchsten Genuss mit reinem Gewissen zu sorgen. Typisch norddeutsch verpacken Martin und Stefan Haberland ihr Engagement für konsequent nachhaltigen und hochwertigen Kaffeegenuss in nur zwei Worte: MOIN BOHNE!

Spenden und gewinnen!

EDEKA Appel verkauft auch dieses Jahr wieder den Adventskalender für einen guten Zweck

Der Adventskalender des Lions Club Ellerbek Rellingen mit rund 240 gesponserten Gewinnen mit einem Gesamtwert von über 16.000 € kostet **7,50 €**. Jeder Kalender hat eine Gewinnnummer. und kann ab dem 1. Dezember täglich gewinnen (Gewinnnummer auf **www.lc-ellerbekrellingen.de**). Der Verkaufserlös kommt wieder bedürftigen Kindern, Familien und Organisationen in Ellerbek, Rellingen und im Kreis Pinneberg zugute. Und jeder Kalender enthält Gutscheine für insgesamt 25,- €. Also immer ein Gewinn, auch wenn die eigene Nummer nicht gezogen wird!

Schon probiert?
Bestes aus unserer Region

Waterkant
Bleib mal lax! Roséwein
Frischer und knackig zum Relaxen oder auch zum Lachs

Bünting Tee
Bio Holunder-Sanddorn
oder
Bio Hibiskus
Frucktige Teesorten aus kontrolliert biologischem Anbau für die kalte Jahreszeit

Eis macht glycklich
Himbeere oder Zimt
Eis geht immer – besonders dieses vegane Eis aus natürlichen Zutaten in vielen verschiedenen Sorten

EDEKA Appel
EDEKA

Sechs Jahre Lindemann Hörakustik

Vor genau sechs Jahren wagte Marc Lindemann den Schritt in die Selbständigkeit und eröffnete in Rellingen in den ehemaligen Räumlichkeiten des Blumenladens Schmidt seinen eigenen Hörakustik Meisterbetrieb.

Das Hörakustiker Ehepaar Meike und Marc Lindemann hatte genaue Vorstellungen, was sie anders machen wollten als sie es in langen Jahren als Angestellte in der Branche kennengelernt hatten. Es ging beiden immer darum, der Kundschaft mit der perfekt auf ihr Gehör und die individuelle Lebenssituation abgestimmte Hörlösung zu helfen. Das Hörsystem wird erst am Ende der Beratung optimal passend ausgewählt. Der Mensch soll im Mittelpunkt stehen, nicht das Hörgerät.
Deshalb gibt es bei Lindemann Hörakustik auch keine Werbung für Hörgeräte im Geschäft, als Marc zunächst alleinverantwortlich Lindemann Hörakustik am 15. Oktober 2015 eröffnet. Dieses Kon-

VERSTÄRKUNG GESUCHT

Für ihr Team suchen Meike und Marc Lindemann jetzt eine motivierte zusätzliche Bürokraft, die zunächst als Elternzeitvertretung startet und mit der Option auf feste Anstellung eine langfristige Perspektive hat. Auch Quereinsteiger*innen aus anderen medizinischen oder sozialen Bereichen sind herzlich willkommen. Wenn Sie Teil des kleinen, feinen Familienunternehmens werden möchten und Freude am Kundenumgang haben, freuen sich Meike und Marc Lindemann auf Ihre Bewerbung. Erste Informationen über ihren neuen Arbeitsplatz finden sie auf **www.lindemann-hoerakustik.de.**

zept geht von Anfang an auf, es spricht sich schnell herum, dass hier in angenehmer und persönlicher Atmosphäre geholfen wird.
Kurz nach der Elternzeit steigt Frau Lindemann als Gesellschafterin ins Geschäft ein, im Mai 2018 wurde ein zweiter Anpassraum eingerichtet, um die stetig wachsende Nachfrage weiterhin in der gewohnten Qualität bedienen zu können. Ab August des Jahres hält die kaufmännische Angestellte Kareen Zenk den Inhabern den Rücken frei und kümmert sich darum, „dass der Laden läuft".
Seit Februar 2020 vervollständigt Hörakustik Gesellin Ilona Jabs das Quartett von Lindemann Hörakustik. Während der hohe Anspruch an die Beratungsqualität in den beiden Anpassräumen mit modernster Technik schon immer im Mittelpunkt steht, wird es ab Anfang des nächsten Jahres mit einem großen Büro, zusätzlichem Reparaturplatz und Archiv darum gehen, die Arbeitsbedingungen zu verbessern und die Abläufe effizienter zu gestalten.
Auch dann wird man sich beim Betreten des Geschäftes immer noch eher an den Empfangsbereich einer familiären Pension erinnert fühlen als an ein Fachgeschäft für Hörakustik. Denn weiterhin geht es um Menschen, nicht um Technik. Und dieses Konzept lebt das Familienunternehmen Lindemann Hörakustik tagtäglich mit motiviertem Team, netten Chefs und zufriedener Kundschaft.

ANZEIGE

HÖREN.
VERSTEHEN.
LEBEN.

Endlich wieder
natürlich Hören.

EXKLUSIV BEI UNS:
Das innovative Anpass-Verfahren „Natural Fitting"
• Abstimmung Ihrer Hörsysteme in Klang und Lautstärke auf Sie und Ihr individuelles Hörvermögen
• Neuer natürlicher Höreindruck
Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin.

LINDEMANN
HÖRAKUSTIK

Hauptstraße 77 • 25462 Rellingen • Telefon: 04101 / 774 27 97
info@lindemann-hoerakustik.de

Grad°wanderung

Der kleine Unterschied mit großer Auswirkung

Immer wieder wird in den Medien in Bezug auf den Klimawandel über die Zahl 1,5 Grad gesprochen. Im Pariser Klimaabkommen von 2015 heißt es, man wolle die Erderwärmung auf 1,5 Grad begrenzen, langfristig wolle man die weltweite Durchschnittstemperatur auf deutlich unter 2 Grad halten. Einigen Klimaaktivist*innen geht das jedoch nicht weit genug, sie fordern dauerhaft eine Begrenzung auf maximal 1,5 Grad. Doch, macht das wirklich einen so großen Unterschied?

1,5 Grad im Gegensatz zu 2 Grad, das klingt nicht besonders dramatisch. Denn was können 0,5 Grad schon für eine Rolle spielen? Leider eine sehr große, wie die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse zeigen (siehe Grafik).

Auf der einen Seite Dürre und Hitzewellen, auf der anderen Seite Starkregen und Überschwemmungen – solche Extremwetterereignisse werden mit zunehmender Erderwärmung häufiger gemeinsam auftreten. Wie es dazu kommt, erklärte Stefan Rahmstorf vom Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung erst kürzlich im Zuge der Überschwemmungen in NRW und Rheinland-Pfalz im ARD. Jedes Grad Erderwärmung führe dazu, dass die Luft im Durchschnitt 7 % mehr Wasserdampf aufnehmen und in Form von Regen wieder abgeben könne. Zudem sorge der schwächere Westwind in Deutschland dafür, dass Wetterlagen weniger schnell weiterziehen bzw. länger anhalten. Hitzewellen oder eben Dauerregen seien die Folge.

Ein Starkregen hatte am 14. Juli innerhalb kurzer Zeit die Uetersener Fußgängerzone unter Wasser gesetzt.

Dass diese Phänomene auch im Kreis Pinneberg bereits spürbar sind, zeigt sich z. B. bei der zwischenzeitlichen Überschwemmung der Uetersener Innenstadt nach dem Starkregen Mitte Juli diesen Jahres (s. Foto links). Geschäfte, Wohnungen und Keller mussten ausgepumpt werden, der Verkehr kam zum Erliegen. Dies lässt erahnen, wie schnell Unwetterereignisse aufkommen können. Konträr dazu haben die heißen Sommer 2018 und 2019 ihre Spuren hinterlassen. Auch im Kreis Pinneberg erholen sich die Böden nur langsam von diesen außergewöhnlich trockenen Jahren, was ebenso Auswirkungen auf die in dieser Region ausgeprägte Landwirtschaft hat. Dürreperioden sind vor allem deshalb problematisch, weil sie die Böden langanhaltend schädigen. Die sogenannte „Benetzungshemmung" bezeichnet den Vorgang, bei dem durch langanhaltende Trockenheit Fette und Wachse aus tieferen Bodenschichten an die Oberfläche gelangen und der Boden somit wasserabweisend wird. Vereinzelte, auch stärkere Niederschläge reichen dann für eine schnelle Regeneration der Böden nicht mehr aus. Ein prägnantes Beispiel aus der Region: Der Feuerlöschteich in den Holmer Sandbergen etwa hat seit ein paar Jahren erheblich an Volumen verloren (Fotos s. S. 40).
Was einem bei der Grafik unmittelbar bewusst wird: Die Auswirkungen der Erderwärmung nehmen nicht stetig, sondern oftmals drastisch zu.

Foto: Sylvia Kaufmann

KLIMAWANDEL

Macht ein halbes Grad wirklich einen Unterschied?

1,5 °C gegenüber **2 °C**

mittlerer Erderwärmung bis Ende des Jahrhunderts

3-4 °C — **Maximaltemperaturen in Teilen Europas** — **5 °C**

Um so viel Grad Celsius steigen die höchsten Temperaturen, die im Verlauf eines Jahres erreicht werden [1]

52 % — **heutige Rekorde werden Normalität** (Beispiel Hitze) — **88 %**

Wahrscheinlichkeit, dass jedes Jahr so heiß wird wie das bisherige weltweite Rekordjahr 2016 – in einer 1,5°-Welt würde also etwa jedes zweite Jahr so heiß wie 2016, bei 2 °C wären es neun von zehn Jahren [2]

42 % — Wahrscheinlichkeit, dass es jedes Jahr zu einer Hitzewelle kommt wie 2003, die europaweit Zehntausende Todesfälle verursachte [2] — **59 %**

fast 700 Millionen — Zahl der Menschen weltweit, die alle 20 Jahre oder noch öfter extremen Hitzewellen ausgesetzt sein werden – betroffen wären also entweder etwa jeder zehnte oder aber etwa jeder vierte Mensch [A] auf der Erde [3] — **mehr als 2 Milliarden**

2,6 — **Dürren** — **2,8**

Dürremonate [B] pro Jahr in Mitteleuropa; im Mittelmeerraum wären es sogar 3,2 bzw. 3,7 Monate [4]

11 % — **Überschwemmungen** — **21 %**

Anteil der Landfläche weltweit, auf der das Risiko von Überschwemmungen an Flüssen deutlich steigt. Hintergrund sind stärkere Niederschläge infolge des Klimawandels in vielen Regionen [5]

Anstieg des Meeresspiegels

4 mm pro Jahr — ANSTIEG des mittleren Meeresspiegels [C] weltweit zum Ende unseres Jahrhunderts [6] — **5,5 mm pro Jahr**

34 cm — ANSTIEG des mittleren Meeresspiegels der Nordsee [D] bei Cuxhaven (Niedersachsen) [7] — **53 cm**

Fotos: Fotografie Plautz, Julian Eggers

Der Löschteich in den Holmer Sandbergen 2015 (Bild links) und im August 2021 (Bild rechts): Das Wasservolumen hat sich stark reduziert.

ANZEIGE

schiele BÄDER

Durchblutung ist das A und O!

Das Schiele Kreislauftrainingsgerät wird erfahrungsgemäß eingesetzt zur:

- Stärkung des Immunsystems
- Unterstützung von Herz und Kreislauf
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Steigerung aller Bewegungsvorgänge
- Erhöhung der Sauerstoffaufnahme
- Durchblutung von Nervengewebe
- Förderung von Stoffwechsel und Ausleitung

Testen Sie unser Kreislauftrainingsgerät und fordern Sie nähere Informationen an.

www.schiele-baeder.de mail@schiele-baeder.de +49 (0) 410 134 239

Man kann dies mit dem Verlauf der Covid-19-Pandemie vergleichen. Zunächst sind nur einige wenige Menschen infiziert, ein überschaubares Problem. Doch jeder Infizierte gibt das Virus im Durchschnitt an mehrere Personen weiter – plötzlich schnellt die Kurve der Fallzahlen rasant in die Höhe. Ähnlich verhält es sich mit jedem Zehntel Grad der Erderwärmung, weshalb ein schnelles und effizientes Handeln so wichtig ist.

Am 9. August diesen Jahres wurde der erste Teil des sechsten IPCC-Sachstandsbericht der Vereinten Nationen veröffentlicht. Die Auswertung etlicher Studien zum Klimawandel ist beunruhigend, denn die 1,5 Grad werden voraussichtlich schneller erreicht werden als bisher angenommen.

Nun ist einmal mehr die Politik gefragt, richtungsweisende Entscheidungen schnell zu treffen und vor allem im Zuge der Bundestagswahl Verantwortung zu übernehmen.

Text: S. Plautz

Gefahr von Sturmfluten

alle **100** Jahre

Häufigkeit, mit der künftig an der Nordseeküste bei Cuxhaven eine Sturmflut von einer Stärke zu erwarten ist, mit der bislang statistisch nur einmal in 500 Jahren gerechnet werden musste [7]

alle **33** Jahre

eisfreier Nordpol

alle **40** Jahre

durchschnittliche Häufigkeit, mit der das Nordpolarmeer im September, also zum Ende des arktischen Sommers, eisfrei ist [8]

alle **3** bis **5** Jahre

Korallensterben

70–90 %

Anteil der Korallenriffe weltweit, die dem Risiko von Korallenbleiche ausgesetzt wären [6]

98–99 %

Artenvielfalt

8 %

Anteil der Pflanzenarten weltweit, die infolge des Klimawandels mehr als die Hälfte ihres Verbreitungsgebiets verlieren. Eine Erwärmung um 0,5 °C mehr bedroht also doppelt so viele Arten [9]

16 %

6 %

Anteil der Insektenarten weltweit, die infolge des Klimawandels mehr als die Hälfte ihres Verbreitungsgebiets verlieren. Eine Erwärmung um 0,5 °C mehr bedroht also dreimal so viele Arten [9]

18 %

4 %

Anteil der Wirbeltierarten weltweit, die infolge des Klimawandels mehr als die Hälfte ihres Verbreitungsgebiets verlieren. Eine Erwärmung um 0,5 °C mehr bedroht also doppelt so viele Arten [9]

8 %

Bei einer weltweiten Erwärmung um 2 °C nimmt die Zahl der Frosttage über dem nördlichen Mitteleuropa, insbesondere Deutschland und Polen, um mehr als

50 Prozent

stärker ab als bei 1,5 °C. Die möglichen Folgen, etwa die stärkere Verbreitung von Krankheiten, träfen unter anderem die Landwirtschaft. In Polen zum Beispiel sänke die Zahl der Frosttage im Winter gegenüber heute im Mittel entweder um acht Tage (bei 1,5 °C) oder um zwölf Tage (bei 2 °C) pro Jahr [10]

Je stärker die Erderwärmung, desto schlechter für die Wintersportbranche. Bei 2 °C verliert beispielsweise die Tourismuswirtschaft in den Alpen zusätzlich

1,9 Millionen

Übernachtungen pro Winter gegenüber den Verlusten bei einer Erwärmung um 1,5 °C [11]

Im Herbst 2018 hat der Weltklimarat IPCC einen umfassenden **Bericht** vorgelegt, der sich mit einem Anstieg der Temperaturen um 1,5 °C bzw. 2 °C beschäftigt. Dieser Report hat neben den hier zitierten Studien zahlreiche weitere Forschungsergebnisse ausgewertet und zeigt auch **Lösungswege** auf, wie die Erderhitzung noch auf 1,5 °C begrenzt werden kann.

Zur Erstellung dieser Grafik wurden verschiedene Studien herangezogen, sodass den angegebenen Zahlen teils verschiedene Methoden, Modelle und Referenzzeiträume zugrundeliegen. Quelle: klimafakten.de

Brokkoli-Salat mit Mango

Frau Appel empfiehlt:

Rohkost mit Exotik: Die knackigen Brokkoliröschen und die fruchtige Mango harmonieren ganz ausgezeichnet miteinander. Abgerundet mit cremigem Frischkäse-Dressing und leichter Schärfe schmeckt der Salat als Beilage oder kleiner Snack.

ZUTATEN (4 Portionen)

Für den Salat

- 250 g Brokkoli (in Röschen)
- 1 Paprika
- 1/2 Mango, ca. 150 g
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 2 EL Sonnenblumenöl

Für das Dressing

- 75 g Ziegenfrischkäse
- 5 El Milch
- 1 El Zitronensaft
- 1 TL Honig
- 1 kleine Chilischote
- Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

1 Brokkoli in kleine Röschen schneiden, Stiel anderweitig verwenden. Paprika putzen und in kleine Würfel schneiden.

2 Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Danach die Brokkoliröschen in der Pfanne mit etwas Öl ganz kurz andünsten, sie sollen knackig bleiben.

3 Mango schälen, den Stein vorsichtig raus schneiden und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Chilischote entkernen und fein hacken.

4 Ziegenfrischkäse mit der Milch cremig rühren, den Zitronensaft und Honig dazu geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alle Salatzutaten in einer Schüssel mit dem Dressing vermengen.

TIPP Der Brokkoli-Salat ist eine wunderbare Alternative zu den Blattsalaten und kann sogar am Vortag schon zubereitet werden.

Guten Appetit!

Foto: Fotoagentur Herzberg

ANZEIGE

ANZEIGE

Autohaus
Manfred SCHULTE
GmbH

25436 Moorrege
Tel. 04122 85 92 0

www.ah-schulte.de/haendler/fiat/fahrzeuge-suchen/500-electric

ANZEIGE

Unseren röstfrischen Kaffee versenden wir direkt, oder Sie finden ihn im ausgesuchten Einzelhandel, z.B. bei:

EDEKA
Struve seit 1906
A. GLASMEYER
METRO Hamburg
NIEMERSZEIN

u.v.a.m.

WWW.BECKING-KAFFEE.DE

Einfach bestellen
Per Online-Shop, Mobil-App oder Telefon.
Die Lieferung erfolgt mit DHL.

Profitieren Sie von Mengenrabatten:
bei 10 Pck. erhalten Sie 1 Pck. gratis dazu*
bei 18 Pck. erhalten Sie 2 Pck. gratis dazu*
*Bestimmte Varianten ausgeschlossen

Becking AG
Leverkusenstr. 31
22761 Hamburg Bahrenfeld
info@becking-kaffee.de

Geöffnet: Montag-Freitag 8-19 Uhr
(An Feiertagen geschlossen)

Becking Kaffee
Hamburger Manufaktur
seit 1928