

Anzeigenblatt für
Friedrichstadt, Lunden
und Umgebung

Die Woche

Auflage: 6.500 Exemplare

Auch online
verfügbar! **Die Woche**
www.pingel-witte-druck.de/diewoche

1987. Ausgabe

8. Juli 2020

40. Jahrgang

In den Ferien zum Wattenmeerforscher werden



Im Labor des Multimar Wattforum können Kinder und Eltern selbst zu Forschern werden. Das Nationalpark-Zentrum bietet in den Sommerferien fünf Termine für Familien an. Foto: Claußen/LKN.SH

Sieben Wochen nach der Wiedereröffnung zieht das Multimar Wattforum eine positive Bilanz und fährt sein Gästeangebot weiter hoch. Umweltbildungsprogramme, Gruppenbesuche und Führungen sind in dem Nationalpark-Zentrum unter bestimmten Bedingungen wieder möglich.

„Es ist schön, wieder Leben

in der Bude zu haben. Sobald das Wetter die Touristen nach Drinnen treibt, bilden sich Warteschlangen vor unserer Eingangstür“, beschreibt Claus von Hoerschelmann, der im Multimar Wattforum für den Ausstellungsbetrieb sorgt, die Lage. „Unser Hygiene- und Schutzkonzept mit den Corona-Regeln funktioniert. Die Besucher ma-

chen mit und verhalten sich verantwortungsvoll. Wir hoffen, die Gästezahl nach und nach weiter erhöhen zu können.“

Ein nächster Schritt in Richtung „Normalbetrieb“ sind zwei Bildungsangebote, die das Multimar Wattforum in den Sommerferien für interessierte Urlauber bereithält. An fünf Terminen findet im Forscherlabor ein spannendes Programm für die ganze Familie statt.

Den Start machte am letzten

Donnerstag das „Forscherlabor Meeresmüll“, das sich dem globalen Problem von Plastikmüll in den Meeren widmete.

In dieser Woche, am 9. Juli wird von 13 bis 16 Uhr das „Forscherlabor Wattenmeer“ angeboten. Das Programm bietet einen Einblick in die Unterwasserwelt des Nationalparks Wattenmeer. Knifflige Forscherfragen, verknüpft mit hautnahen Begegnungen mit lebenden Seesternen, begeistern Jung und Alt gleichermaßen.

Bei beiden Programmen erkunden die Gastforscher, neben dem Laborteil, die große Erlebnisausstellung selbstständig anhand eines Entdeckerbogens.

Weitere Familientermine im Forscherlabor sind der 16. Juli, der 23. Juli sowie der 30. Juli, jeweils von 13 bis 16 Uhr. Das Bildungsangebot kostet 3,- Euro zusätzlich zum Multimar-Eintritt. Eine Anmeldung am Infotelefon unter 04861-96200 ist wegen der begrenzten Teilnehmerzahl erforderlich.

Auch Ausstellungsführungen und Gruppenbesuche sind im Multimar Wattforum wieder möglich. Führungen sind im Zeitraum von 9 bis 11 Uhr und nach 16 Uhr buchbar. Die Teilnehmenden werden mit einem Audiosystem ausgestattet. Eine vorherige Anmeldung per Telefon oder Onlineformular ist nötig. Wegen der Corona-Pan-

demie gelten im Multimar Wattforum zurzeit besondere Regeln für die Besucher, wie Masken- und Abstandspflicht, die im Detail unter www.multimar-wattforum.de/corona zu finden sind.

Nationalpark-Zentrum Multimar Wattforum, Dithmarscher Straße 6a, 25832 Tönning, Infotelefon 04861-96200, www.multimar-wattforum.de. Öffnungszeiten: 10 bis 17 Uhr täglich, außer am 24. 12.

Das Multimar Wattforum in Tönning ist das größte Besucherzentrum für den Nationalpark Wattenmeer in Schleswig-Holstein. Es lockt mit einer 3.125 Quadratmeter großen, interaktiven Ausstellung. 37 Aquarien laden dazu ein, die Unterwasserwelt der Nordsee zu entdecken. In der Walausstellung ist das beeindruckende Skelett eines im Wattenmeer gestrandeten Pottwals zu bestaunen.

Ausstellung in Friedrichstadt



Zu einer Ausstellung im Kunstraum Naturkost in Friedrichstadt, Westermarktstraße 23, mit Acrylmalerei, Collagen, intuitiven und abstrakten Bildern, lädt die Visionärin und Künstlerin Monika Fischer (kleines Foto) ein. Die Ausstellung läuft noch bis Ende Juli 2020. Öffnungszeiten: Do.-Sa. 11-17 Uhr und So.-Mi. nach telefonischer Absprache.

**Ihre Maklerin in
Friedrichstadt und Umgebung**
SCHWEGER IMMOBILIEN
Inh. Helga Schweger
Prinzenstraße 34 • 25840 Friedrichstadt
Tel. 04881-937255 • www.schweger-immo.de

**Küsten
Tischlerei**
... Holz und me(e)hr
Bau- und Möbeltischlerei
TIMM KLÜTZ • Tischlermeister
Telefon 0177-7552922
25746 Heide • Gorch-Fock-Straße 25
info@kuestentischlerei.de • www.kuestentischlerei.de

**Gardinen in
großer Auswahl!**
Beratung • ausmessen • Montage
**Plisseestores • Rollos
Insektenschutz**
Annahmestelle Heißmangel und Wäsche
Wäscherei Jebe – sowie Norge-Reinigung
**TEXTILHAUS
Adolf Barteld**
Inh. H.-A. Dethlefs
Claus-Harms-Straße 16 25774 Lunden
Telefon 04882-230 Fax 603340

Zimmerermeister

Willy Fürst
Tel. 04881-7481
od. 0176-40167384
Fax 04881-9389957
E-Mail: fuerst-willy@t-online.de
Heitmannsweg 3a • 25878 Drage

- Dachstühle / Holzbau
- Dachsanierungen
- Dachgauben
- Carports
- Wintergärten
- Terrassenüberdachungen
- Innenausbau
- Holzfußböden
- Sturmschäden

für Sie – pünktlich – freundlich – hilfsbereit – www.taxi-500.de

TAXI
Friedrichstadt
04881-500

Café am Bahnhof
Immer mittwochs:
Dinkel-Grünkernbrot 500 g **3,20 €**
Gesa Kobarg
Bahnhofstr. 1a • Friedrichstadt
04881-937900

Nachwuchszeit bei den Seehunden

Die Sandbänke im Nationalpark Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer gleichen in diesen Tagen einer Kinderstube: Bei den wohl bekanntesten tierischen Wattenmeerbewohnern, den Seehunden, werden die Jungen geboren und aufgezogen.

Die Hauptwurfzeit liegt zwischen Anfang Juni und Mitte Juli. Der Nachwuchs wird bei Ebbe geboren und muss der Mutter schon bei der nächsten Flut ins Wasser folgen; er bleibt etwa vier bis sechs Wochen bei ihr, bevor er sich langsam selbstständig macht.

„Der Seehundbestand stagniert in den vergangenen Jahren im gesamten Wattenmeer auf hohem Niveau, das Gleiche gilt für Schleswig-Holstein“, so der Seehundexperte der Nationalparkverwaltung Armin Jeß. Im vergangenen Jahr lag die Zahl der Jungtiere hierzulande laut Zählungen bei 3.723 Exemplaren. Über den diesjährigen Stand lasse sich derzeit noch nichts sagen, da die Zählungen, die im Juni stattgefunden haben, noch nicht ausgewertet sind, so Jeß.

Wo Seehundnachwuchs ist, gibt es hin und wieder auch sogenannte Heuler am Strand – Jungtiere, die, vermeintlich von der Mutter verlassen, jäm-



merlich heulen. Nicht in jedem Fall jedoch ist hier das Eingreifen des Menschen erforderlich. Häufig ist das Tier zum Beispiel durch die Strömung abgetrieben. Das Heulen dient dann als Kontaktruf, damit die Mutter es wiederfindet. Heuler entdeckt? So verhalten Sie sich richtig:

- Großen Abstand halten und dem Kleinen nicht den Weg zum Wasser versperren.

- Das Tier auf gar keinen Fall anfassen – auch zur eigenen Sicherheit, denn Seehunde können heftig beißen und gegebenenfalls auch Krankheiten übertragen.

- Hunde anleinen und fernhalten, um dem Findling Stress zu ersparen und die Übertragung von Krankheiten zwischen Hund und Robbe zu vermeiden.

- Die zuständige(n) Person(en) benachrichtigen, also den verantwortlichen Seehundjäger (Telefonnummern sind in der Region und bei der Polizei bekannt, hängen meist auch in der Kurverwaltung aus), die Seehundstation Friedrichskoog (Telefon 04854-1372) oder die Polizei (Telefon 110).

ZU VERKAUFEN:

2 Außenfilter, div. Steine und ganz viel Zubehör für Aquarium (300 + 500 l)

sowie eine Riesenschaukel
Preis: VHB
Tel. 01520-7109661

Reinigungskraft gesucht!

Wir suchen ab 1. 9. 20 für unsere Praxis eine zuverl. Reinigungskraft auf 450-Euro-Basis.

Dipl.-Med. D. Kowalczyk
Osterlilienstr. 7a · Friedrichstadt
Telefon 04881-664

Stubbenflohmarkt in Friedrichstadt!

Am Sonntag, 19. Juli ist Stubbenflohmarkt in Friedrichstadt in der Westerhafen- und Kirchenstraße von 11 bis 17 Uhr. Vor den Häusern auf den Stubben von Westerhafen und bieten Friedrichstädter Bürger kleine und große private Trödeschätze zum Kauf an, die auch für wenig Geld einen neuen Besitzer oder Liebhaber finden dürfen. Wir freuen uns auf ein buntes kommunikatives Markttreiben. Wenn es aus Kübeln gießen sollte oder heftig Sturm droht, fällt die Veranstaltung aus. Ausschank oder Bewirtung, sowie Alkohol am Stand sind nicht erlaubt, und die gültigen Hygiene- und Kontaktregelungen sind für alle Händler und Besucher verbindlich. Für die mit dem Auto anreisenden Besucher stehen die öffentlichen ausgewiesenen Parkplätze wie sonst auch zur Verfügung. Wir bitten darum, Westerhafen- und Kirchenstraße nach Möglichkeit nicht oder nur ganz, ganz langsam im Schrittempo(!) zu befahren! Wir freuen uns auf Euch!

PKW-Garage gesucht

in Friedrichstadt Oberstadt
Angebote bitte an
W. Marquard
☎ 0172-9022785
DANKE!

Die Woche IMPRESSUM

Unser Anzeigenblatt »Die Woche« erscheint immer mittwochs.
Telefon: 0481 - 850700
Fax: 0481 - 8507025
E-Mail: diewoche@pingel-druck.de
Herstellung:
Heider Offsetdruckerei
Pingel-Witte
Hamburger Str. 69 · 25746 Heide

DRK-Shop Lunden geöffnet

Der DRK-Shop in Lunden ist am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 9 bis 14 Uhr geöffnet. Bitte Mund- und Nasenschutz mitbringen.

Wir gratulieren



Unsere Kinder sagen „JA“!

Jana und Martin

Wir wünschen Euch eine glückliche Zukunft!

Marion & Fiets Berens Christine & Rudolf Helfrich
Friedrichstadt Hamburg

Die standesamtliche Trauung findet statt am Samstag, 11. Juli um 11.30 Uhr in der Holländischen Stube in Friedrichstadt.



Wir sagen allen ein herzliches „Danke“

für die vielen Glückwünsche, Blumen und Geschenke sowie das schöne Album zu unserer

Diamantenen Hochzeit

Ein besonderer Dank gilt unseren Kindern mit Familien und den Kranzbindern, die dazu beigetragen haben, dass es ein unvergeßlicher Tag war.

Hans und Marianne Bohn

Seeth, im Juni 2020



„Tillykke“
Elfi Schruwe
10. Juli 2020

80 Jahre Lebensweg,
er war nicht immer breit, der Steg.
Glücklich bist Du und auch fit,
und mischt überall noch mit.

Die Kinder wünschen Dir das Beste zu Deinem runden Geburtstagsfeste!

*Kay und Andrea, Orte und Frank,
Lars und Martina, Berit und Marcel,
Lena, Oke und Jessi, Bo und Smilla*

Beachten Sie unseren
Anzeigen- und Redaktionsschluss:
Freitag, 16 Uhr
Ihre Die Woche Redaktion



UTERMARK
WOHNKULTUR MEISTERHAFT

Ihr kompetenter Handwerksbetrieb für alle Wohnbereiche.

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

Öffnungszeiten: Mo.-Do. 7.00-17.00 Uhr
Frei 7.00-13.00 Uhr,

sonst gerne nach Vereinbarung.

Ian Utermark e.K.
25840 Friedrichstadt · Witzworter Straße 6
Telefon: 04801-9090 · Fax: 04881-7547
www.fischerei-utermark.de

DRK-Klönnachmittag trotz Corona-Krise



Viele Wochen hat jeder in seinem Kämmerlein gesessen und gewartet, endlich wieder Freunde treffen zu können. Am vergangenen Freitag hat dann der DRK OV Lunden einen Bingonachmittag nach draußen auf die Wiese des DRK-Shop-Geländes verlegen können. Die Vorschriften wurden eingehalten: beim Eintreffen Hände desinfizieren und jeder hat Platz mit 1,5 m Abstand genommen. Leider gab es diesmal keine Torte. Da es sehr heiss war, wurde u.a. durch „Mundschenk“ Thomas viel Wasser immer wieder in die Gläser gefüllt. Es war ein ersehntes Wiedersehen der 28 Klöner und Spieler. Alle gingen danach glücklich nach Hause und hoffen auf ein baldiges Wiedersehen.

CAMPINGZENTRUM WESTKÜSTE

www.campingzentrumwestkueste.de

Freizeit erleben

- Campingzubehör auf mehr als 800m²
- Reparaturservice vor Ort ☎ 0481 / 787 61 40 - 20
- KFZ-Meisterwerkstatt
- Große Auswahl an Neu- und Gebrauchtfahrzeugen

Meldorfer Straße 217, 25746 Heide

Durchhalten auf dem Weg zum Wohlfühlgewicht

(djd). Die Einschränkungen während der Coronakrise haben so manchen Menschen in Deutschland auch ein paar überflüssige Kilos beschert. Nun geht es darum, mit bewusster Ernährung und einer Neugestaltung der Bewegungsgewohnheiten möglichst nachhaltig

wieder zum Wohlfühlgewicht zurückzukehren. Und wer sich dann in seinem eigenen Körper wohlfühlt, blickt oftmals auch gelassener in die Zukunft. Leider ist Abnehmen für viele gar nicht so einfach, weil oft lieb gewonnene Gewohnheiten und verankerte Verhaltensmuster

den Weg zum Wohlfühlgewicht erschweren.

Wer dauerhaft abnehmen will, braucht neben einer Portion Motivation auch die Bereitschaft, sein Bewegungs- und Ernährungsverhalten zu ändern. Da kann es hilfreich sein, sich auf dem Weg zum Wohlfühlgewicht begleiten zu lassen.

Das auf sechs Wochen ausgelegte Optifast Konzept beispielsweise richtet sich an Menschen, die in Eigenregie mit professioneller Anleitung abnehmen möchten - bei leichtem Übergewicht und ohne Vorerkrankungen, die eine ärztliche Betreuung erfordern würden.

Es kombiniert Ernährungswissen, Bewegungspläne und Verhaltensstrategien mit Diätprodukten aus der Apotheke.

Diese Kombination hat die Produkttesterinnen Stella und Caro überzeugt. Beide haben zu Beginn des Jahres das sechswöchige Optifast Konzept getestet. Caros Fazit: „Der Fahrplan funktioniert und ist wirklich einzusetzen in jedem Alltag - und ja, ich fühle mich gut und es hat funktioniert.“

Auch Stella hat durchgehalten und sagt: „Ich würde es wieder machen. Ich hoffe halt, dass ich jetzt mit den neuen Ernährungstipps und -tricks dann

auch mein Wunschgewicht halten kann.“

Das Optifast Konzept verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz und ist klar strukturiert: Das Herzstück ist ein neues, kostenloses Handbuch. Es liefert einen alltagstauglichen Wegweiser, den sogenannten Fahrplan, der Abnehmwillige Schritt für Schritt mit ausführlichen Anregungen zu ihrem Verhalten, ihrer Ernährung und ihrer Bewegung sowie mit Rezeptideen durch die sechs Wochen führt. Die Ernährungs- und Bewegungspläne wurden zusammen mit Experten entwickelt.

Ziel ist eine Gewichtsabnahme durch eine langfristige Umstellung des Lebensstils auf kalorienarme, selbstzubereitete Mahlzeiten, mehr Bewegung und Sensibilisierung für Verhaltensmuster. Ein kostenloser digitaler Motivator liefert auf Wunsch zudem täglich via WhatsApp motivierende Tipps und Tricks für die gesamten sechs Wochen. Das Handbuch und der digitale Motivator bereiten die Nutzer auch auf die Zeit „danach“ vor.

Alle Informationen zum Konzept und einen Blick ins neue Handbuch gibt es unter www.optifast.de.



Wer dauerhaft abnehmen will, braucht neben einer Portion Motivation auch die Bereitschaft, sein Bewegungs- und Ernährungsverhalten zu ändern. Produkttesterin Stella hat sich für das sechswöchige Konzept entschieden.

Unsere Öffnungszeiten: Mo.-Sa. 7-20 Uhr und So. 11-17 Uhr

Gültig von Mo., 6. 7. bis Sa., 11. 7. 2020

Irrtum vorbehalten

E Vester

Willkommen beim guten Geschmack!

Ostersielzug 11 • 25840 Friedrichstadt • Tel. 04881-1711

Aus unserer Fleischtheke:

Aus eigener Herstellung:

La Flûte mit herzhafter Remoulade
Schinken, Salami
jetzt NEU: Geflügel
Stück **2.54**

NEU NEU NEU!

Frische Eier direkt vom Erzeuger!

Freilandeier
Haltung auf Grünland durch mobile Ställe 10er-M-Packg. **2.93**
6er-M-Packg. **1.95**
vom Hof Timm aus Nindorf/Meldorf

Aus unserer Fleischtheke:

Hacktorten hausgemacht Stück **2.89**
Kasseler im Blätterteig hausgemacht Stück **2.89**
Hack im Blätterteig hausgemacht Stück **2.60**

Obst und Gemüse

Italien Tafeltrauben Hkl. I, hell, kernlos 1 kg **3.92**
Deutschland Bundmöhren Hkl. I Bund **-.97**
Deutschland Buttersalat Hkl. I Stück **-.77**
Deutschland Zucchini Hkl. I 1 kg **1.36**

Wandkühlregal

Grünländer Schnittkäse 130-g-Packg. **1.27**
Arla Buko Frischkäse 200-g-Be. **-.86**
Milram Quark 185-g-Be. **-.64**
Arla Kaergarden 250-g-Be. **1.27**
Danona Activia Joghurt 4 x 115-g-Packg. **1.27**
Ehrmann Grand Dessert sortiert 190-g-Be. **-.43**

Aus unserer Fleischtheke

Gemischtes Hackfleisch 1/2 Rind, 1/2 Schwein 1 kg **5.88**
Frischer Schweine-nackenbraten 1 kg **4.35**
Frisches Nackenkotelett 1 kg **4.89**
Frisches Schweine-kluftschnitzel 1 kg **6.70**
Schweinefleischpfanne versch. gewürzt 1 kg **6.70**
Schinkenkrustenbraten 1 kg **4.35**
Frische Rostbratwurst mit Kümmel 1 kg **6.70**
Holzfallersteak aus der Schulter 1 kg **4.35**
1a Rinderbraten 1 kg **9.80**
1a Rindergulasch 1 kg **9.80**
Hähnchenbrustfilet 1 kg **8.82**

Trockensortiment

Mövenpick Kaffee „Der Himmlische“ 500-g-Packg. **3.51**
Ferrero Nutella 450-g-Glas **1.95**
Knorr Fix Produkte sortiert Btl. **-.48**
Lätta Margarine 500-g-Be. **-.86**
Haribo Lakritz od. Fruchtgummi sortiert 200-g-Btl. **-.57**
Funny frisch Chips sortiert 175-g-Btl. **-.93**
Fa Duschbad sortiert 250-ml-Fl. **-.74**
Kitekat Katzennahrung sortiert 400-g-Ds. **-.38**

Tiefkühlkost

Dr. Oetker Restaurant Pizza sortiert Pckg. **1.75**

Sternmarke Spirituose, 26 Vol.-% 0,7-l-Flasche **4.15**

Beck's Bier + 3.42 € Pfand
24 x 0,33-l-Kiste **9.69**

Krombacher Bier + 3.42 € Pfand
24 x 0,33-l-Kiste **10.17**

Astra Urtyp od. Holsten Edel + 3.66 € Pfand
27 x 0,33-l-Kiste **8.76**

Rotkäppchen Sekt sortiert 0,75-l-Flasche **2.41**

NEU Post-Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.30-18, Sa. 8.30-14 Uhr • Tel. 04881-936447

Der Fachbetrieb ganz in ihrer Nähe ...

- Kundendienst und Reparatur
- Neubau- und Altbau-Installation
- Elektroheizungen
- Satelliten- und Antennenanlagen
- EDV-Netzwerk/Protokollierung

LORENZEN GmbH
ELEKTROBETRIEBE

Rantrum
04848
201

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir **DICH!**

Elektroniker (m/w/d) für Energie- und Gebäudetechnik
Anlagenmechaniker SHK (m/w/d)

Wir bieten ein tolles Betriebsklima in einem jungen, dynamischen Team, einen unbefristeten Anstellungsvertrag mit vielen zusätzlichen sozialen Leistungen sowie eine flexible Arbeitszeitgestaltung nach Absprache.

Mehr Informationen unter: www.wuf-christiansen.de
Interesse geweckt? Dann bewirb Dich jetzt gerne per Mail: info@wuf-christiansen.de

WUF CHRISTIANSEN GmbH
Heizung • Sanitär • Elektro
Friedrichstadt • St. Peter-Ording
04881 / 93030
Tönniger Straße 19a
25843 Friedrichstadt
04863 / 478877
Wittenbergweg Nr. 32
25828 St. Peter-Ording
ALLES AUS EINER HAND
MEISTERBETRIEB SEIT 1919!
Heizung ■ Sanitär ■ Elektrotechnik
info@wuf-christiansen.de ■ www.wuf-christiansen.de