

Ausgabe 1 · 21. Jahrgang
Frühjahr 2025 · 7,- €

DAS MAGAZIN FÜR DAS GANZE LAND

top magazin

POTSDAM
BRANDENBURG

sport

„Des Wandern ist ...“
Per Pedes unterwegs

travel

Highlights mit Seeblick
Saisonstart an den Küsten

mobility

Hauptsache oben ohne
Cabrio- und Fahrradrends

people

**Wünsche
werden wahr**

22. Brandenburg-Ball



4197175907008 12025

www.top-magazin-brandenburg.de Menschen · Lifestyle · Wirtschaft

porta



Entdecken Sie
jetzt die
**Outdoor-Trends
2025**
auf unserer
Aktionsfläche!



GARTENSESSEL

349.99

Abholpreis

GARTENSESSEL

Aluminiumgestell pulverbeschichtet
grau, inkl. Kissen 100% Olefin hellblau,
ca. B96 x H93 x T101 cm 4626622.00

GARTENMÖBEL UND MEHR

porta CARD



**Jetzt Vorteile
sichern**

Anmeldung und alle Infos
porta.de/porta-card

14480 Potsdam • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Potsdam
Zum Kirchsteigfeld 4 • direkt neben dem Stern-Center • Tel.: 0331 20085-0

porta.de

Editorial

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

„Wünsche werden wahr“ – so lautete das Motto des diesjährigen BRANDENBURG BALL – wie immer ein glamouröses Erlebnis in Potsdam. Vielleicht gehen ja auch in baldiger Zukunft ein Teil unserer Wünsche in Erfüllung. Einer, nämlich der, dass es endlich Frühling wird, ist schon fast erfüllt, auch, wenn die Wetterprognose für die kommenden Tage wieder Schmuddelwetter vorhersagt. Aber eins ist sicher: irgendwann wird sie kommen, die warme Jahreszeit, mit all den Dingen, die wir so gernhaben. Es ist länger hell, man kann draußen sitzen, vielleicht bei einem Espresso oder Wein in netter Gesellschaft. Was hoffentlich wiederkommt, ist die Senkung der Mehrwertsteuer in der Gastronomie. Zumindest war diese gute Nachricht am Rande der Sondierungsgespräche von CDU, CSU und SPD zu hören. Der DEHOGA Bundesverband postete dazu auf Social Media: „7% Mehrwertsteuer kommen – unser Einsatz hat sich gelohnt! (...). Damit sind die richtigen Weichen gestellt: das sind echte Lösungen.“ Vielleicht – je nachdem wann, und natürlich, ob es wirklich umgesetzt wird – sparen wir dann auch schon beim nächsten Restaurantbesuch oder beim Urlaub. Auf den kommenden Seiten haben wir dazu interessante Gastronomiebetriebe und großartige Destinationen ausgewählt. Ich glaube, die Reiselust, die in uns/mir gerade sehr groß ist, hat dazu geführt, dass unsere Reiseroute vielleicht diesmal sogar noch umfangreicher ist als sonst. Lassen Sie sich also inspirieren. Manchmal genügt auch schon ein kleiner Ausflug ins Grüne, wir haben ein paar schöne Ideen für Sie zusammengestellt.

Um nochmal auf die Sondierungsgespräche unserer neuen Regierung zurückzukommen, soll es wohl wieder einen Anreiz für Elektroautos geben, um der sinkenden Nachfrage entgegenzuwirken. Passend dazu und natürlich zu den hoffentlich bald warmen Temperaturen, stellen wir ihnen ein paar schöne neue Cabrios vor. Mit einem dieser Modelle (wenn sie schnell lieferbar sind) können sie dann auch zu einer der Theatervorstellungen oder zu einer Ausstellung fahren, die alle zusammen so interessant sind, dass man dafür auch gerne die Zeit nicht draußen verbringt.

Neben all den gewohnten informativen Tipps und Ideen haben wir natürlich auch wieder ein paar News in Sachen Fashion und Style, Infos aus der Sportwelt und einen Rückblick auf die Neujahrsempfänge, die den schönen Titel: „Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“ ...

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen zauberhaften Frühling.

Herzlichst
Ihre



Martina Reckermann
Chefredakteurin

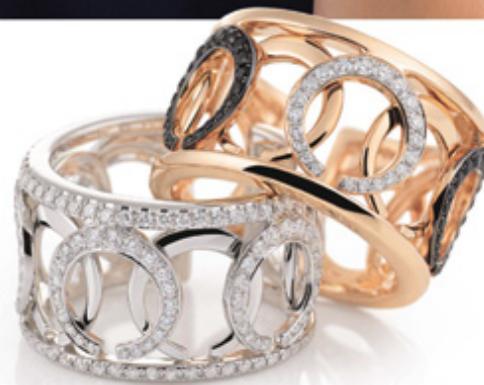
Wir würden uns freuen, wenn Sie uns folgen würden:

Instagram: @topmagazin.brandenburg, @topmagazin_potsdam sowie bei Facebook: TOP Magazin Brandenburg

P.S. In diesem Magazin befindet sich eine Beilage des Prime Time Theater.
Falls Sie fehlt, sprechen Sie uns einfach an: info@raz-magazin.de



Tel. +49 (0)221 799913



AL CORO

MEZZALUNA

alcoro.com

Noch mehr **top** on top!

Mehr Business. Mehr Lifestyle.
Mehr Society. Mehr Trends.
Mehr Events. Mehr News.

Online bietet das
TOP Magazin Potsdam/Brandenburg
jetzt noch mehr aus der Region!



IMPRESSUM

Ausgabe Frühling 2025

Verlag

RAZ Verlag und Medien GmbH, Am Borsigturm 15, 13507 Berlin
Geschäftsführer: Tomislav Bucec
Tel. 030 / 4377782-0, Fax 030 / 4377782-22, E-Mail: info@raz-verlag.de
www.raz-verlag.de



Chefredaktion

Martina Reckermann (V.i.S.d.P.)
E-Mail: topmagazin@raz-verlag.de

Redaktion

Sophia Lindt, Hanni May, Brigitte Menge, Miriam Pilko, Martina Reckermann,
Anastasia Roos, Annett Ullrich, Marie Weiß u. a.

Fotos

Ursula Lindner, Annett Ullrich, www.pixabay.de u. a.

Anzeigen

Martina Nellesen, Martina Reckermann, Annett Ullrich u. a.
E-Mail: anzeigen@raz-verlag.de

Layout

Dietmar Stielau

Redaktionsschluss für diese Ausgabe: 06.03.2025

Namentlich gekennzeichnete Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingereichtes Material (Bilder, Manuskripte etc.) wird keine Haftung übernommen. Nachdruck von Berichten und Fotos, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags. Die Nutzungsrechte der von Top Magazin kopierten Grafik/Texte/Fotos/Anzeigen liegen vollständig beim Verlag.
© vollständig beim Verlag – alle Rechte vorbehalten.

Das TOP Magazin Potsdam/Brandenburg erscheint dreimonatlich, die nächste Ausgabe erscheint am 18. Juni 2025.
Es gilt die Anzeigenpreisliste vom Januar 2025 www.raz-verlag.de.

Top 10

verantwortlich für die Seiten 39, 60-66:

Top of the Tops & Top Magazin International GmbH & Co. Verlags und Lizenz KG
Im Acker 26a, 53127 Bonn
Telefon (02 28) 96 96-230
info@top-magazin.de / www.top-magazin.de
USt-IdNr.: DE 182 544 866

Anzeigenleitung: Ralf Kern r.kern@top-magazin.de
Assistenz der Geschäftsführung: Christine Gogolin
Anzeigenrepräsentanz: Eleonore Schmidt, Thomas Straßburg, Kirsi Fee Wilhelm
Redaktion (V&SdP): Ralf Kern r.kern@top-magazin.de
Online-Redaktion: Claire Masimo
Layout/Grafik: Niels Tappe www.kundn-werbung.de

Top 10 Anzeigen-/PR's erscheinen mit einer Auflage von über 130.000 Exemplaren in den regionalen top magazinen der Standorte: BERLIN, DORTMUND, DRESDEN, DÜSSELDORF, FRANKFURT, HAMBURG, KÖLN, MÜNCHEN, RUHR (Essen), STUTTGART

Top Magazin

ist ein eingetragenes Warenzeichen und erscheint in Lizenz der/verantwortlich für den Titel:

Top of the Tops & Top Magazin

International GmbH & Co. Verlags und Lizenz KG
Im Acker 26a, 53127 Bonn
T. (02 28) 96 96-230
info@top-magazin.de / www.top-magazin.de
USt-IdNr.: DE 182 544 866
Geschäftsführung: Ralf Kern
Assistenz der Geschäftsführung: Christine Gogolin
Titel/Grafik: Stephan Förster s.foerster@top-magazin.de
Titelbildfoto 1-2025 www.istock.com/Bild-Nr. 1141445575/Slava_Vladimirkaya
Seitenbetreiber www.top-magazin.de
Top of the Tops & Top Magazin International GmbH & Co. Verlags und Lizenz KG

Top Magazin ist bereits seit über 43 Jahren erfolgreich auf dem Markt! In Lizenz erscheint Top Magazin mit der Frühjahrsausgabe 1-2025 in 31 Städten/Regionen mit einer Gesamtauflage von rund 300.000 Exemplaren.

Aachen, Augsburg, Berlin, Bielefeld, Bonn, Brandenburg/Potsdam, Dortmund, Dresden, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg, Koblenz, Köln, Leipzig, München, Münster, Niederrhein, Reutlingen/Tübingen, Rhein-Kreis Neuss, Ruhr (Essen), Saarland, Sachsen-Anhalt (Süd)/Halle (Saale), Sauerland, Siegen-Wittgenstein, Stuttgart, Südwestsachsen, Thüringen, Trier/Lux, Ulm/Neu-Ulm, Wuppertal. Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 42

Inhalt

People & Events

- 08 **Träume werden wahr**
Glanzvoller BRANDENBURG-BALL
- 14 **Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne**
Potsdamer Neujahrsempfänge
- 16 **Rauschende Party**
30 Jahre Potsdamer Augenklinik

Potsdam & Brandenburg

- 24-28 **News aus der Region**
Potsdamer Stadtgespräch

Business & Finance

- 38-40 **Talks an inspirierenden Orten**
Neues von der AG City

Mobility

- 48 **„Oben ohne“ in den Frühling**
Neue Cabrios, die begeistern

Sport

- 50 **Freiheit auf zwei Rädern**
Neue Fahrrad Trends
- 52 **Turniere und Charity Flights**
Start der Golfsaison

Health & Fitness

- 54 **Lecker, aber ungesund**
Zuckrige Softdrinks

Travel

- 68-75 **See, Sonne und Spaß**
Frühlingsstart an der See

Sport

- 78 **Auf Schusters Rappen....**
Besondere Wandertouren

Gourmet & Culture

- 82-92 **Kulinarik und Kultur**
Tipps rund um diese beiden wichtigen „Ks“

Rubriken

- 03 **Editorial**
- 06 **Auslagestellen**
- 94 **Veranstaltungskalender**

Auswahl an Auslagestellen des TOP Magazin Potsdam/Brandenburg

Andreas Ehl Potsdam

Fritz-Zubeil-Straße 95, 14482 Potsdam

Audi Zentrum Potsdam

Fritz-Zubeil-Straße 70-80, 14482 Potsdam

Aust Fashion

Brandenburger Straße 66, 14467 Potsdam

Autohaus Dallgow

Wilmsstraße 120, 14624 Dallgow-Döberitz

Bäckerei Braune

Friedrich-Ebert-Straße 101, 14467 Potsdam

BIOSPHERE Potsdam

Georg-Hermann-Allee 99, 14469 Potsdam

Brandenburgische Spielbanken

Schloßstraße 14, 14467 Potsdam

Bürgerschaftsbank Brandenburg

Schwarzschildstraße 94, 14480 Potsdam

Cafe Rosenberg

Dortustraße 15, 14467 Potsdam

City Optik Scharnbeck

Brandenburger Straße 46,
14467 Potsdam

Confiserie Felicitas

Gutenbergstraße 26, 14467 Potsdam

Confiserie Felicitas

Schokoladenweg 1 (ehemals Dorfstraße 15),
03130 Hornow

Dogstyler Potsdam

Zeppelinstraße 47a, 14471 Potsdam

Filmmuseum Potsdam

Breite Straße 1a, 14467 Potsdam

Fleesensee Feriendorf

Am Kalkberg 1, 17213 Cöhren-Lebbin

Fleischerei Meissner

Karl-Liebknecht-Str. 131, 14482 Potsdam

NEU Gästehaus Landglück

Mühlenweg 13, 16818 Langen

Hotel Am Wald

Luckenwalder Straße 118, 14552 Wildenbruch

Hotel zum Hofmaler

Gutenbergstr. 73, 14467 Potsdam

HPG Projektentwicklungs

Straße nach Fichtenwalde 13, 14547 Beelitz

Huth Exklusive Strümpfe und Wäsche

Friedrich-Ebert-Straße 23, 14467 Potsdam

Inselglück

Unter den Linden 1, 14542 Werder

Intersport Olympia

Brandenburger Straße 30/31, 14467 Potsdam

Intersport Olympia

Hauptstraße 7, 14776 Brandenburg an der Havel

Intersport Olympia

Landsberger Chaussee 17,
16356 Ahrensfelde-Eiche

NEU LaLemonVita

Friedrich Eberst Straße / Nauener Tor,
14467 Potsdam

Landhotel Potsdam

Reiherbergstraße 33, 14476 Potsdam/Golm

LARÜCIL Wimpernverlängerung

Hans-Thoma-Straße 2, 14467 Potsdam

Luisen Kosmetik

Schopenhauerstraße 10, 14467 Potsdam

Mahsa

Jochen-Klepper-Straße 7b, 14469 Potsdam

Marco Marcu Fashiondesign

Mittelstraße 37, 14467 Potsdam

Mode & Design - Kristina Hasenstein

Brandenburger Straße 44, 14467 Potsdam

OSV Hotel- und Kongress

Am Luftschiffhafen 1, 14471 Potsdam

Personal Shopping

Unter den Linden 4, 14542 Werder

Peserico Potsdam

Friedrich-Ebert-Str. 103-104, 14467 Potsdam

Potsdamer Lakritzkontor

Jägerstraße 21, 14467 Potsdam

Potsdamer Wohnungsgenossenschaft 1956 eG

Zeppelinstraße 152, 14471 Potsdam

Powerhouse Potsdam

Am Neuen Markt 5, 14467 Potsdam

Restaurant & Café Drachenhaus

Maulbeerallee 4a, 14469 Potsdam

Ristorante Lodovico

Friedrich-Ebert-Straße 97, 14467 Potsdam

Salon Berenike

Benkertstraße 3, 14467 Potsdam

Sanitätshaus Kniesche

Friedrich-Ebert-Straße 25/26, 14467 Potsdam

Satire Theater Potsdamer Kabarett Obelisk e. V.

Charlottenstraße 31, 14467 Potsdam

Schloss Kartzow

Kartzower Dorfstraße. 16, 14476 Potsdam

Sternauto Potsdam

Gerlachstraße 14, 14480 Potsdam

Stilbude

Benkertstraße 2, 14467 Potsdam

Streitböcker & Partner

Birkenstraße 10, 14469 Potsdam

Die nächste Ausgabe des **Top Magazin Potsdam/Brandenburg** erscheint am 18. Juni 2025!

Zu finden an zahlreichen Auslagenstellen, im Lesezirkel, 4-5 Sterne Hotels, Golfplätzen, der gehobenen Gastronomie, ausgewählten Geschäften, bei hochkarätigen Events ... und unter:

www.raz-verlag.de/publikationen/top-magazin-brandenburg-potsdam

**Sie möchten Magazine zum Auslegen, haben Anregungen oder
Sie möchten sich mit Ihrem Unternehmen präsentieren?**

Wir freuen uns auf Ihre E-Mail: topmagazin@raz-verlag.de oder telefonisch: 030 43 777 82-28

**Zu sehen, was man
alles geschafft hat -
das macht
unheimlich stolz.**

**Anne Heidrich,
Fliesenlegermeisterin, Zernitz-Lohm**



hwk-potsdam.de/ausbildungsboerse

**Lust auf Handwerk?
Hier geht es zu unserer
Ausbildungsboerse.**



**Handwerkskammer
Potsdam**

DAS HANDWERK
DIE WIRTSCHAFTSMACHT. VON NEBENAN.

UMDENKEN AUF HANDWERK.DE

Der elegante Start ins neue Jahr: Der Brandenburg- Ball 2025

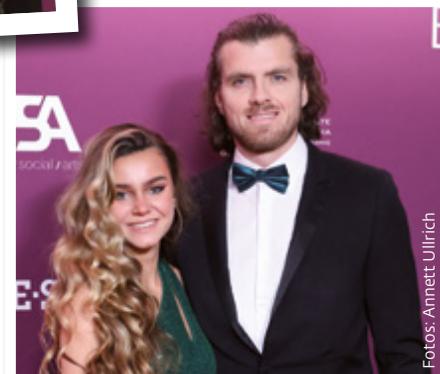
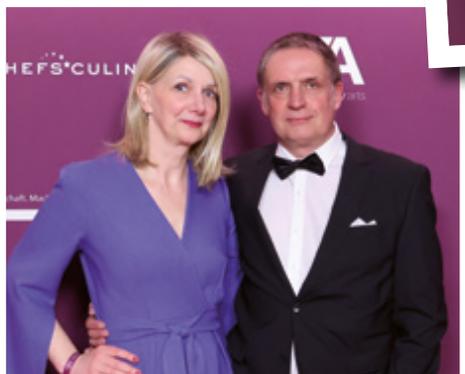
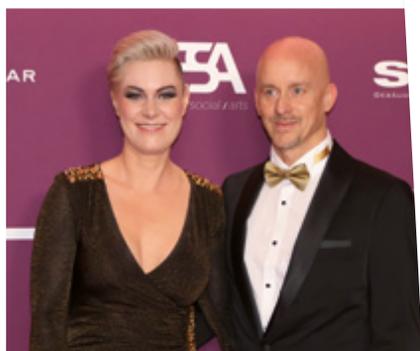
Es ist das bedeutendste gesellschaftliche Charity-Ereignis in Brandenburg. Bereits zum 22. Mal fand Ende Januar der Brandenburg-Ball im Kongresshotel Potsdam am Templiner See statt. Schirmherr der Veranstaltung war erneut Brandenburgs Ministerpräsident Dietmar Woidke.

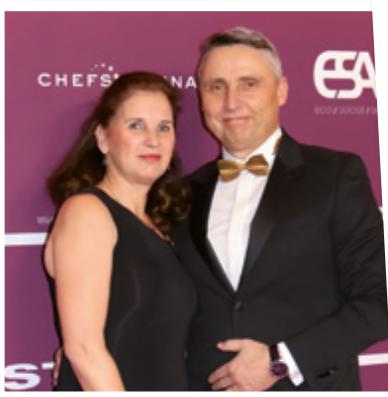
Rund 550 Gäste aus Wirtschaft, Kultur, Wissenschaft und Politik, aus den Medien und dem Sport feierten eine rauschende Ballnacht. Begrüßt wurden sie von Jann Jakobs, Oberbürgermeister Potsdam a. D., in seiner Eigenschaft als Vorsitzender des Ball-Kuratoriums.

Die Gäste

Unter den Gästen: Ministerpräsident Dietmar Woidke, die Gesundheitsministerin Brandenburgs Britta Müller, der brandenburgische Infrastrukturminister Detlef Tabbert, Wirtschafts-

minister Brandenburgs Daniel Keller, zahlreiche Vertreter und Präsidenten der brandenburgischen Industrie- und Handelskammern, Schlagersänger Frank Zander, der dreifache Kanu-Olympiasieger Sebastian Brendel, Triathletin und Olympiasiegerin Laura Lindemann, die Schauspieler Wolfgang Bahro sowie Dominic Boer. Ehrengast des Abends war Dr. med. Carola Holzner alias Doc Caro. Die Notärztin und Fachärztin für Anästhesiologie begann vor vier Jahren auf den Social-Media-Plattformen über ihren Berufsalltag zu berichten. Als Doc Caro begeistert sie auch in der VOX TV-Serie „Doc Caro – Jedes Leben zählt“.





Ministerpräsident Dietmar Woidke betonte in seiner Begrüßungsrede, dass dieser Ball wie kein anderer für den Zusammenhalt in Brandenburg stehe. „Hier werden Netzwerke gesponnen“, so Woidke. Netzwerke, die sich nach dem Ball fester knüpften und so die Entwicklung Brandenburgs mitprägten. „Ohne den Brandenburg-Ball wäre Brandenburg heute nicht da, wo es heute ist“, so der Ministerpräsident, der zugleich betonte: „Es ist auch immer wieder ein Anlass etwas zu tun für die Menschen, denen es nicht so gut geht.“

Das Charity-Projekt 2025

Von Beginn an unterstützt der Ball ein karitatives Projekt. In diesem Jahr gingen die Erlöse aus dem Verkauf der Tombola-Lose an den ASB Wünschewagen Brandenburg. Er erfüllt sterbenskranken Menschen einen letzten Herzenswunsch. Ob ein Ausflug ans Meer, ein Besuch bei der Familie oder ein Konzert der Lieblingsband – seit 2016 macht der Wünschewagen in Brandenburg solche letzten Reisen möglich. Über 300 letzte Wünsche wurden bereits erfüllt, jeder einzelne ein bewegender Moment für alle Beteiligten. Mittlerweile gibt es in jedem Bundesland mindestens einen Wünschewagen, der mit Hilfe von vielen ehrenamtlichen Helfern unterwegs sein kann und letzte glückliche Momente für die sterbenskranken Menschen schafft.



Ein Erlebnis,
das bleibt

www.baumundzeit.de



Führungen



Veranstaltungen

BAUM&ZEIT

Deutschlands einziger
Baumkronen- und
Zeitreisepfad

Ehregast Doc Caro

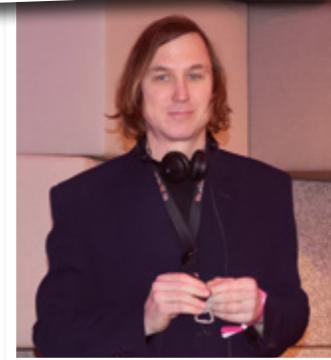
Doc Caro freute sich sehr, als Ehregast für dieses Projekt zu werben und führte aus, dass es wohl drei Typen gäbe, die auf die Frage: ‚Was wünschst Du Dir?‘, ganz unterschiedliche Antworten geben. Da sei der eine, der es nicht weiß, der andere, der behauptet wunschlos glücklich zu sein und der dritte, der eine ganze Bestellliste seiner Wünsche ausrollen kann. „Und wenn sie aber jemanden fragen, der krank ist, der sogar unheilbar krank ist, dann bekommen sie eine ganz klare Antwort. Denn diese Menschen haben nur einen Wunsch, und das ist gesund zu werden“, weiß Dr. Carola Holzner. Aber weil dies eben nicht jedem vergönnt ist, sei es um so wichtiger, so eine Einrichtung wie den Wünschewagen zu haben.

Der Spendenscheck

An diesem Abend konnte Eva Götze vom ASB Landesverband zusammen mit Tatjana Jury, Schirmherrin des Projektes Wünschewagen, einen Spendenscheck in Höhe von 24.600 Euro entgegennehmen. Die Summe kam nicht nur durch den Verkauf der Tombola-Lose zusammen, sondern auch durch hohe Einzelspenden. Besonders hervorzuheben dabei sind die ESA AG mit 5.000 Euro, der Ostdeutsche Sparkassenverband mit 3.000 Euro und Kirsch & Drechsler Hausbau GmbH mit 2.000 Euro.

Genussmomente

Kulinarisch überzeugte die Küche des Kongresshotels mit Kalbsfiletmedallions mit Kräuterkruste, Rückenfilet vom Seehecht, Poulardenrolle und vegetarischen Bratlingen – alles fein kombinierbar mit Salaten, Blattspinat, Kartoffelrösti und weiteren Beilagen sowie Vorspeisen und einer beeindruckenden Auswahl an Desserts. Zum ersten Mal begrüßte Thomas Zabel als Geschäftsführer des Kongresshotel Potsdam und Hausherr die Gäste des Brandenburg glanzvollstem Netzwerktreffen seine Stärken zeigen. Dazu hat vor allem das gesamte Team beigetragen von der Küche bis zum Ser-



PIRSCHHEIDE PRÄSENTIERT

★ LONGEST SUMMER ★

Night Party 2025

SAMSTAG
21. JUNI

EINLASS: 18:45 UHR
BEGINN: 19:00 UHR

TICKETS
VVK 19€

WWW.PIRSCHHEIDE.COM

PARTY LOUNGE

Sa. 12. April
Sa. 24. Mai

AFTER WORK PARTY

Do. 17. April
Mi. 30. April

AFTER WORK
PARTY
POTSDAM

BACK TO THE 80s/90s

Sa. 10. Mai
Sa. 12. Juli



Fotos: Annett Ullrich

Sozietät _____
KRAFT & FRIEDERICH
 Rechtsanwälte & Steuerberater Berlin & Potsdam

Rechtsberatung

- Gesellschafts-/Vereinsrecht
- Gewerblicher Rechtsschutz
- Vertragsrecht
- Ehe-/Familien-/Erbrecht
- öffentliches Recht/Verwaltungsrecht
- Beamtenrecht

Steuerberatung

- Jahresabschluss
- Steuererklärung
- Steuergestaltung
- Vertretung vor den Finanzgerichten
- Steuerstrafrecht

Beratung & Betreuung

- für Unternehmen bei der
 - Gründung
 - Führung
 - Nachfolge
- für Vereine und Verbände

vice. Unsere Mannschaft hat einen tollen Job gemacht. Persönlich freue ich mich, dass der Ball inzwischen eine feste Institution im Land Brandenburg ist, und wir diesen seit Jahren in unserem Hotel ausrichten“, so Thomas Zabel.

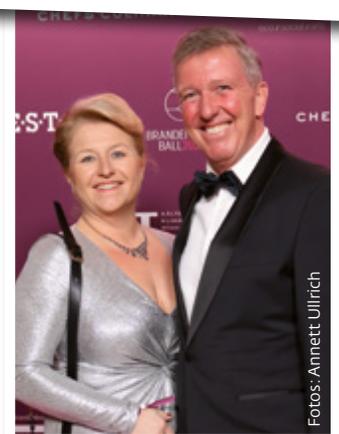
Das Tanzen

Aber ein Ball heißt auch deswegen Ball, weil das Wort Ball vom lateinischen Wort ‚ballare‘ stamme und das heißt tanzen, resümierte Ministerpräsident Woidke. Und daher wurde an diesem Abend natürlich reichlich getanzt, geschwoft und ausgelassen gefeiert. Ob Cha-Cha-Cha, Walzer oder Disco Fox: die Markus Nowak Showband und HIT MAMA, eine 6-köpfige Berliner Band, brachten das Tanzparkett zusammen mit den vielen Tänzerinnen und Tänzern dieses Abends zum Glühen. An der Party Corner gab es Musik vom Band. Und die wurde von keinem geringeren als dem Schauspieler und exzellenten DJ Lars Eidinger präsentiert. Vielseitig und kreativ ließ der Berliner die Hits der letzten vier Jahrzehnte ineinanderfließen. Die Fange-meinde war groß, die Tanzfläche voll und die Leute begeistert ob der Bühnen- und DJ-Präsenz dieses besonderen Künstlers.

Eine Stunde nach Mitternacht übernahm dann die Potsdamer DJane Katjuscha die Turntables und sorgte ebenfalls für ausgelassene Partystimmung bis in die Morgenstunden.

von Annett Ullrich ■

www.brandenburgball.de
www.kongresshotel-potsdam.de



Fotos: Annett Ullrich

FROM BREAKFAST TO APERITIVO

Frühstück, Brunch, Lunch, Kuchen oder Snack...

Großartiger Kaffee, Aperitif, Wein, oder Champagner...

Geburtstag, Hochzeitsfeier, oder Party mit Freunden...

La Lemon Vita GmbH
 Nauener Tor (Westflügel)
 Friedrich-Ebert-Straße 0
 14467 Potsdam
 Mail: ciao@lalemonvita.de

LALEMONVITA

LALEMONVITA.DE

Grips und Spannung in der Landtechnik

Robert Ziem, 33, aus der Prignitz hat seinen Meister gemacht. Als Land- und Baumaschinenmechatronikermeister zeigt er, wie wichtig diese handwerkliche Aus- und Weiterbildung ist. Denn ins-besondere zu Erntezeiten müssen die Maschinen laufen.

Wie kamen Sie auf die Idee, etwas mit Landmaschinen zu machen?

Meine Eltern betreiben einen landwirtschaftlichen Betrieb. So hatte ich als Kind schon früh Kontakt, und wollte den elterlichen Betrieb unterstützen.

Wie sieht ein Arbeitstag bei Ihnen aus?

Wenn der Werkstattleiter die Aufträge verteilt hat, fahre ich zu den Kunden. Zuvor bereite ich mich jedoch auf den Termin vor, in dem ich mich über die Maschine, die repariert oder gewartet werden soll, informiere. Dazu gehört auch, das passende Werkzeug oder Filter einzupacken. Dann, bei der Maschine auf dem Feld, sehe ich mir die Fehlerbeschreibung an, und versuche sie so schnell wie möglich wieder in Gang zu bringen, so dass die Ernte weiter gehen kann.

Was ist für Sie das Schönste an Ihrem Beruf?

Er ist abwechslungsreich, man muss den Grips anstrengen, sich auf neue und immer wieder unterschiedliche Maschinen einlassen, und das ist spannend. Insbesondere wenn es sich um Oldtimer-Maschinen handelt.

Auf welche berufliche Leistung sind sie besonders stolz?

Ich absolvierte zwei Ausbildungen - zum Fertigungsmechaniker und nach der Bundeswehrzeit als Soldat auf Zeit zum Land- und Baumaschinenmechatroniker. Im Januar 2022 konnte ich als bester Lehrling meines Jahrgangs abschließen. Im Herbst startete ich in Vollzeit am Bildungs- und Innovationscampus Handwerk (BIH) der Handwerkskammer Potsdam mit der Meisterausbildung und schloss mit der Note ‚Gut‘ Ende 2023 ab. Darüber hinaus erwarb ich diverse Schweisser-Prüfbescheinigungen. Außerdem bin ich bei der Feuerwehr ehrenamtlich tätig und kann auf einige Jahre ehrenamtlicher kommunalpolitischer Arbeit im Gemeinderat zurückblicken.



Foto: privat

Was war Ihr Meisterstück?

Ich habe eine Hydraulikanlage konstruiert und gebaut. Zeichnungen und Schaltpläne waren dabei wichtig sowie deren Funktionstüchtigkeit. Also irgendwie genau das, was ich auch jetzt während eines Arbeitstages anwenden muss.

www.hwk-potsdam.de

Jedem Anfang wirkt ein Zauber inne

Das Jahr 2025 begann wie jedes Jahr am 1. Januar. Traditionell stellen viele Netzwerke und Vereine auf ihren Jahresempfängen im Monat Januar ihr Jahres-Motto vor. Meist sind es Werte wie Weisheit, Schlauheit, Leidenschaft und Transformation. Und diese Werte passen in diesem Jahr ganz besonders gut zum aktuellen Jahr der Schlange nach der chinesischen Mythologie.

Denn die Schlange, das sechste Tier im Tierkreiszyklus, wird traditionell mit Eigenschaften wie Intuition, Weisheit und Charme assoziiert und oft mit dem Element Feuer in Verbindung gebracht, das für Leidenschaft und Transformation, Reflexion und Wachstum steht. Auch die christliche Jahreslosung „Prüft alles und behaltet das Gute“ aus dem 1. Brief von Paulus an die Thessalonicher fokussiert auf den Wandel und die Möglichkeiten. Es gilt demnach, nicht der Angst und Wut die Macht zu überlassen, sondern mit Mut, Offenheit und Freiheit, neue Wege zu gehen unter Bewahrung des Guten.

VcKB: Eigeninitiative als Erfolgsfaktor



Lutz Ausserfeld, Vertreter VcKB

Der Verbund der christlichen Kliniken Brandenburg (VcKB) begrüßte im Nikolaisaal Potsdam auf seinem 12. Neujahrsempfang rund 300 Gäste. Unter ihnen Britta Müller, Ministerin für Gesundheit und Soziales, die das Grußwort der Brandenburger Landesregierung überbrachte. Den Impulsvortrag hielt in diesem Jahr Dr. Carl Naughton, der über Zukunftsmut referierte. Seine Kernaussage: Habe den Mut Dich Deines Verstandes zu bedienen! Denn Zukunftsmut bestehe aus Zuversicht, Zutrauen, Robustheit, Optimismus und Eigeninitiative. Die Korrelation ist positiv: je mehr

Zuversicht, um so größer ist der Erfolg. Und was machen die Zuversichtlichen nun anders als die Verzagten? Sie würden die Hürden schneller überspringen, in dem sie besser und schneller in Alternativen denken, eigeninitiativ werden, einfach mal machen und sich dabei ihres gesunden Menschenverstandes bedienen, führte Dr. Naughton aus.

www.vckb.de

GNWP: Das WIR-Gefühl stärken

Das Geschäftsnetzwerk Potsdam (GNWP) begrüßte zu seinem traditionellen Jahresauftakt im Friedenssaal der Friedenskirchgemeinde rund 120 Gäste, darunter auch der Baubeigeordnete der



Mikos Meininger, GNWP-Vorsitzende
Dagmar Pätzold, Dr. Steffen Kammradt

Stadt Potsdam, Bernd Rubelt, sowie Dieter Kosslick, der sich freute, sein 2. Green Vision Filmfestival in Potsdam ankündigen zu können. Dr. Steffen Kammradt, Geschäftsführer der Wirtschaftsförderung Brandenburg (WFBB), hielt ein mutmachendes Grußwort. Passend zum Jahres-Motto des Netzwerkes „Das WIR-Gefühl stärken“ hatten verschiedene Projekte Gelegenheit, sich kurz zu präsentieren, u.a. Prof. Dr. Dieter Laszik mit seiner Effizienten Funktionellen Therapie, die helfen kann, wieder schneller arbeitsfähig zu werden, und Peter Eichstätt mit dem Musikprojekt Aufhorchen für Senioren und Demenzerkrankte. Dabei werden altbekannte Schlager und Volkslieder tiefer und langsamer gesungen, um das Erinnerungsvermögen und die Vitalität der Älteren und Dementen zu aktivieren.

www.gnwp.de

MCP: Wissensvermittlung und Vernetzung

Der Jahresauftakt des Marketing Clubs Potsdam (MCP) fand in der Biosphäre Potsdam statt. Unter den 40 Gästen war auch die Präsidentin der IHK Potsdam, Ina Hänsel, und die Vorsitzende des Geschäftsnetzwerkes Potsdam, Dagmar Pätzold, denn gegenseitige Vernetzung in den Netzwerken sei sehr wichtig,

wie der Präsident des Marketing Clubs Potsdam, Götz Friedrich, betonte. Der Auseinanderfall von Wunsch und Wirklichkeit, von Verhaltenswünschen der Menschen und ihrer Verhaltensrealität, kurz: das Attitude-Behavior-Gap, wurde von Prof. Dr. Marco Sarstedt in einem spannenden Vortrag unter die Lupe genommen. Die meisten Menschen können ihre Vorsätze nicht umsetzen, weil das, was sie vorhaben, und das daraus zu erwartende Ergebnis, zu weit weg und zu abstrakt sind. Menschen erlebten oft eine wahrgenommene Wirklosigkeit, die sie letztlich doch nicht für die Altersvorsorge sparen oder eben nicht das teurere Bio-Huhn kaufen lässt. Insbesondere das Mißtrauen gegenüber ‚grünen Aussagen‘ sei hoch. Möglichkeiten diesen Auseinanderfall zu begrenzen oder ihn gar aufzulösen, liegen darin, Wissen zu vermitteln und Können zu unterstützen, erläuterte Prof. Sarstedt.

www.marketingclub-potsdam.de



MCP-Präsident Götz Friederich und Nico Franzen



Markus Wicke, Vorstand Förderverein mit Museumsdirektor Dr. Thomas Steller



Förderverein des Potsdam Museums: Unabhängig und stark

Das Jahr 2024 war das bislang erfolgreichste Jahr des Potsdam Museums, stellte Direktor Steller auf dem Empfang des Fördervereins vor rund 100 Gästen fest. Mehr als 50.000 Besucher zählte das Museum im Jahr 2024. Das freute natürlich auch den Förderverein, der maßgeblich zu diesem Erfolg beigetragen hat. Denn zahlreiche Ankäufe von Gemälden, Fotosammlungen und anderen

Objekten führen immer wieder dazu, dass neue Ausstellungen konzipiert und die Dauerausstellung mit neuen Objekten aufgewertet werden kann. Vereinsvorstand Markus Wicke führte aus, dass es dem Förderverein in den 20 Jahren seiner Existenz gelungen sei, über 800.000 Euro an Spenden- und Fördergeldern einzusammeln. Damit ist der Förderverein einer der wenigen Vereine in Potsdam, die der Stadt Geld einbringen, was den Verein in seiner Unabhängigkeit stärke. Zwei der erst kürzlich durch den Förderverein erworbenen Gemälde waren zum Jahresauftakt erstmalig nach der Restauration zu sehen. Ein Bildnis zeigt den Potsdamer Oberstudienrates Prof. Walther Schmidt, der an der heutigen Dortuschule lehrte und 1932 vom Maler Heinrich Basedow d.J. porträtiert wurde. Basedow der Jüngere war von 1924 bis 1936 in Potsdam als freischaffender Maler tätig.

www.wirtragen.org

Kulturstadt Potsdam e. V.: Mit Energie ins Neue Jahr

Der Verein Kulturstadt Potsdam e. V., der die Öffentlichkeitsarbeit und die Kommunikation der rund 40 Kulturbereiche der Landeshauptstadt koordiniert, setzte seine Tradition fort, seinen Jahresauftakt an einem besonders geschichtsträchtigen Ort in der Landeshauptstadt stattfinden zu lassen. In diesem Jahr konnte die Vorstandsvorsitzende Fides Mahrla die rund 120 Gäste im Festsaal der ehemaligen Offiziersspiseanstalt des früheren Regiments Garde du Corps begrüßen. Der Festsaal befindet sich in dem Knobelsdorff-Haus Am Kanal 2-3, errichtet im Jahre 1752, und ist heute Teil des Unternehmenssitzes der E.DIS AG. In Vertretung für den Gastgeber sprach E.DIS-Finanzvorstand Jürgen Schütt über die Energiewende aus der Sicht des Netzbetreibers und führte aus, dass der starke Ausbau von diversen Photovoltaik- und Windenergieanlagen, die mit dem Ausbau der Leitungsnetze, für die die E.DIS als Energietransporteur verantwortlich ist, nicht Schritt halten könne. Grund: Von der Planung über die Genehmigung bis zur Inbetriebnahme dauert es bei den PV- und Windanlagen ca. 2 bis 3 Jahre, bei den Trassen jedoch 10 bis 12 Jahre. Das Missverhältnis führe zu völlig irren Entwicklungen, wonach die Anlagen Strom-Leistung produzieren, die dann jedoch nicht abgenommen werden kann.

www.kulturstadt.potsdam.de



Fides Mahrla

Universität Potsdam: Für die Freiheit der Wissenschaft

Bereits zum 9. Mal kombinierte die Universität Potsdam ihren Jahresauftakt mit der Verleihung des „Voltaire-Preises für Toleranz, Völkerverständigung und Respekt vor Differenz“. Der von der Friede Springer Stiftung finanzierte und mit 5.000 Euro dotierte Preis wurde an die aus Argentinien stammende Soziologin Prof. Dr. Rosario Figari Layús vom Zentrum für Versöhnungsforschung der Rheinischen Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn verliehen. Bereits während ihres Studiums in Buenos Aires interviewte Rosario Figari für ein Forschungsprojekt zu den Verbrechen der Militärdiktatur in Argentinien Angehörige von Verschwundenen sowie Überlebende illegaler Inhaftierungen und Folter. Später befasste sie sich mit der paramilitärischen Gewalt in Kolumbien und arbeitete eng mit Opfern des bewaffneten Konflikts zusammen. „Frau Layús stellte stets den Schutz und die Würde der Betroffenen in den Mittelpunkt ihrer Forschung und sorgte dafür, dass diese möglichst von den Ergebnissen profitieren konnten“, hob Jurymitglied Prof. Dr. Florian Schweigert in seiner Laudatio auf dem Campus Griebnitzsee hervor

www.uni-potsdam.de

SC Potsdam: Mit Emotion und Leidenschaft

Rund 60 Gäste aus dem Kreise der Sponsoren, Förderer, Freunde und Mitarbeiter folgten der Einladung des SC Potsdam in seine Geschäftsstelle im Kirchsteigfeld und wurden von der Präsidentin des Vereins, Kathleen Friedrich, begrüßt. Unter den Gästen auch Britta Müller, Ministerin für Gesundheit und Soziales im Land Brandenburg, die in ihrer Funktion als Präsidentin des brandenburgischen Volleyballverbandes an der Veranstaltung teilnahm. Kathleen Friedrich ging in ihrer Begrüßungsrede auf das letzte Jahr ein, das ein Jahr des Wandels und der Neuausrichtung gewesen sei. Jetzt käme es darauf an, den Verein gemeinsam zu gestalten und den Weg in eine große Zukunft zu ebnen. Und diese läge sowohl im Spitzensport als auch im Breitensport, führte die SC-Präsidentin aus. In beiden Bereichen wolle man Maßstäbe setzen. Denn wie so oft im Leben, ist es die richtige Mischung, die zum Erfolg führe. An diesem Abend, durch den Hallensprecher und SCP-Mitglied Manuel Hammer führte, wurden denn auch passend dazu 15 ehrenamtlich und hauptamtlich Tätige mit einer Urkunde und einem Präsent geehrt. Die Ehrung wurde den Frauen und Männern zu teil, weil sie die Nachwuchsgruppen betreuen, weil sie helfen, Veranstaltungen zu organisieren, weil sie einfach immer da sind, wenn der Verein sie braucht. „Wir haben großartige Menschen an unserer Seite“, so Rico Freimuth, der auch ein großes Dankeschön an die Familien der Ehrenamtlichen richtete.



Kathleen Friedrich, Präsidentin des SC Potsdam, Rico Freimuth, Geschäftsführer SCP, und Britta Müller, Präsidentin des brandenburgischen Volleyballverbandes

www.sc-potsdam.de



Prof. Dr. Rosario Figari Layús erhielt den diesjährigen Voltaire-Preis

von Annett Ullrich ■

30 Jahre Potsdamer Augenklinik im Graefe-Haus

Anfang Januar feierte Dr. Volker Rasch das 30. Jubiläum seiner Augenklinik. Passend zu den aktuellen Zwanziger Jahren gestaltete sich der Festakt im Kongresshotel Potsdam ganz im Stil der 1920er-Jahre mit Swinging Music und burlesken Showeinlagen.

Rund 180 Gäste aus Medizin, Wirtschaft, Politik und Sport begingen das Jubiläum gemeinsam mit Dr. Volker Rasch und seinem Team. Unter den Gästen auch international erfolgreiche CEO's bekannter Ophthal-Technik-Firmen aus Holland, der Schweiz, Frankreich und den USA. So kam beispielsweise Nick Curtis, der Vorstand der Firma LensAr eigens aus Florida angereist. Der Abend, durch den die Berliner Travestiekünstlerin Sheila Wolf mit viel Charme führte, zeigte eindrucksvoll die Meilensteine im beruflichen Leben von Dr. Volker Rasch, der seine Liebe zur Augenheilkunde früh entdeckte: Seine Eltern waren Optikermeister und führten ein Brillengeschäft in Nauen. „Sehen ist einer der wichtigsten Sinne. Wenn ich Menschen helfen kann, dass dieser Sinn wieder besser funktioniert, dann bin ich glücklich.“

Das beste Behandlungsergebnis für die Patienten zu erreichen, war und ist seine Grundmaxime. Und dazu gehöre es eben auch, neue Verfahren in der Diagnostik und Behandlung zu entwickeln, zu implementieren und durchzuführen, führte der Potsdamer Augenarzt aus. Dies ist ihm besonders in der Zu-



Dr. Volker Rasch und Nick Curtis, CEO LensAr (USA)

sammenarbeit mit Dr. Georg Korn gelungen, mit dem er Methoden zur Katarakt-OP (Grauer Star) mit Hilfe eines Femtosekunden-Lasers entwickelte. Da Dr. Korn an diesem Abend verhindert war, wurde seine Grußbotschaft per Liveschaltete über Zoom präsentiert. Darin ging Dr. Korn auch auf die Nutzungsmöglichkeiten der Laser-Kernfusionstechnik zur Strom- und Energiegewinnung ein und stellte sein Unternehmen Marvelfusion vor.

Keine Jubiläumsfeier ohne Rückblick und Danksagung! Und so ging ein großer Dank an die hochqualifizierten Mitarbeiter der Augenklinik, von denen einige schon rund 20 Jahre dabei sind. Einsatz, Motivation und Verlässlichkeit sind hohe Werte, die das Team der Potsdamer Augenklinik prägen, wie Dr. Rasch betonte. Die tägliche Optimierung der hauseigenen Prozesse, um den gesetzlichen Anforderungen mehr als gerecht zu werden, ist ein weiterer Baustein des Teamworks. Ein großes Dankeschön richtete Dr. Rasch auch an seine Familie und erinnerte auch an seine Eltern und Großeltern. Denn gerade von den Großeltern hätte er gelernt, dass Fleiß und Bescheidenheit



Les Belles Magnifiques



Lutz Nichelmann (li.) und Torsten Müller (re.) von den Potsdam Royals, Dr. Volker Rasch und Dr. univ. Maximilian Rasch (m.)



Burlesque-Tänzerin Katerina Sahara

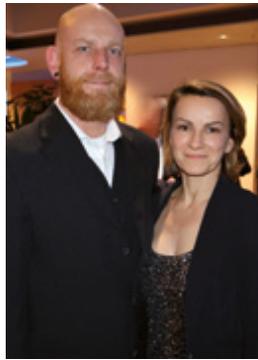
Fotos: Annett Ullrich



Moderatorin Sheila Wolf



Bernd und Marguerita Müller (ii.) mit Dr. Volker Rasch



Michael Kalliske und Dr. Juliana Franck



Gisela und Rainer Dräger



Christoph Dietrich und Simone Klevenow, MBS

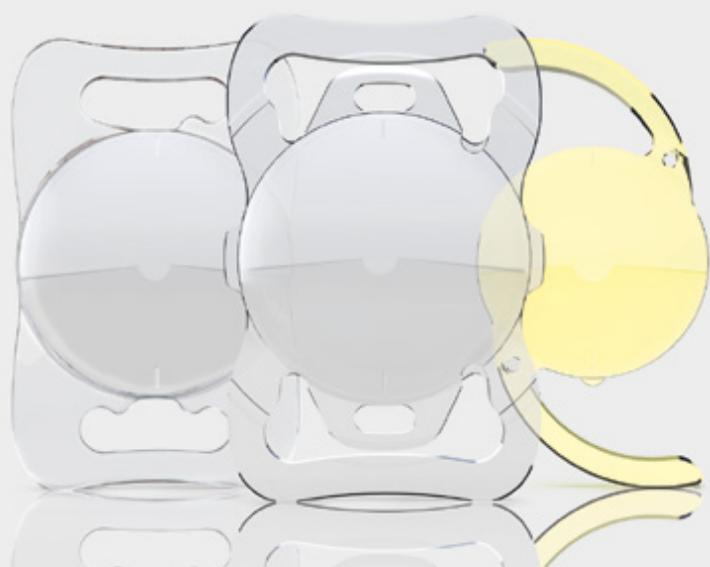
wichtige Tugenden sind, um in der Arbeit erfolgreich zu sein. Zum Erfolg gehört für den sportbegeisterten Augenarzt auch, etwas davon an die Gesellschaft zurückzugeben. Viele Jahre hat sich die Augenklinik daher im internationalen Spitzensport engagiert - 15 Jahre lang waren Dr. Rasch und sein Team Exklusiv-Partner der Deutschen Sporthilfe.

Aktuell unterstützt die Augenklinik den Verein Vision for Puma e. V., der sich für die Verbesserung der Augenheilkunde in Tansania einsetzt. An diesem Festabend überreichten die Mitarbeiter der Klinik einen Scheck über 1.000 Euro an die Hilfsorganisation. Zusammen mit anderen Spenden, die anstelle von Jubiläumsgeschenken erbeten wurden, kamen über 3.500 Euro zusammen. Für die kommenden Jahren plant die Klinik an ihrem sozialen Engagement festzuhalten.

In 2025 will sie neue Wege in der Behandlung der altersbedingten Makula-Degeneration gehen. Außerdem setzt die Klinik auf innovative Vorsorgeuntersuchungen. Und weil für Dr. Rasch der Beruf Berufung ist, wird er auch in Zukunft forschen, seine Ergebnisse in Fachzeitschriften und Kongressen veröffentlichen.



www.teleon-patientinfo.com



LENTIS® Comfort | Comfort^{toric}

FEMTIS® Comfort | Comfort^{toric}

ACUNEX® VARIO | VARIO^{toric}

Moderne Intraokularlinsen bei Altersweitsichtigkeit

Trübt der Graue Star Ihre Sicht?

Fällt Ihnen das scharfe Sehen in der Nähe zunehmend schwerer?

Nervt das Hantieren mit einer oder gar mehreren Brillen?

Behindert eine Sehstörung wie Altersweitsichtigkeit oder Hornhautverkrümmung Sie im Alltag, im Beruf oder beim Sport?

Mit Hilfe moderner Intraokularlinsen (IOL) können Sie diese Probleme lösen und oft sogar Ihr Leben komplett brillenfrei genießen.

Auf unserem Patienteninformationsportal stellen wir Ihnen die häufigsten Sehstörungen und deren Behandlungsoptionen vor und erläutern, wofür die verschiedenen Intraokularlinsen geeignet sind.

Teleon ist seit 30 Jahren vertrauenswürdiger Partner der Potsdamer Augenklinik im Graefe-Haus und gratuliert Dr. Rasch herzlich zum Jubiläum!

Meilensteine in 30 Jahren Potsdamer Augenklinik

1990 erwarb Dr. Rasch das Objekt in der Hans-Thoma-Str. 11. In einer Rekordzeit von nur neun Monaten erfolgte der Umbau und die Sanierung, so dass 1991 zunächst die Augenarzt-Praxis eröffnete. In Anwesenheit von Blida Heynold von Graefe, der Ur-Enkelin des Ophthalmologen Albrecht von Graefe, Begründer der modernen Augenheilkunde, wurde das Haus als „Albrecht-von-Graefe-Haus“ eingeweiht und fortan der Augenheilkunde gewidmet.

1992 führte Dr. Rasch die ersten ambulanten Augen-OPs in den Neuen Bundesländern durch. Die Operation des Grauen Star mit Implantation von innovativen Premiumlinsen stand von Anfang an im Vordergrund. Die zunehmende Erweiterung der Praxis und die wachsende Nachfrage führten Ende 1994 zur Gründung der Potsdamer Augenklinik im Albrecht-von-Graefe-Haus GmbH.

1996 Dr. Rasch entwickelte die erste IOL-Linse mit einer 4-Punktzonen-Abstützung. Vorteil: die Linse sitzt stabiler und zentrierter im Kapselsack des Auges als Linsen mit einer 2-Punkt-Abstützung. Für diese Weiterentwicklung erhielt Dr. Rasch mehrere Preise. Schon vor der Wende hat sich Dr. Rasch mit der Herstellung von künstlichen Linsen beschäftigt. In den letzten drei Jahrzehnten hat er mit Praxis und Klinik auf diesem Gebiet viel bewegen können, mehr als 40 Patentanmeldungen zeugen davon.

1998 implantierte Dr. Rasch mit Dr. Ken Rosenthal in New York erstmalig einen Kapselspannring mit Irisblende. Zahlreiche internationale Preise und Ehrungen folgten. Aus einer kleinen Idee wurde ein Welterfolg. Die Kapselspannringe wurden von Dr. Rasch in den Folgejahren modifiziert und verbessert.

2002 entwickelte Dr. Rasch die Idee, mit einem Femtosekundenlaser (FSL) Operationen des Grauen Star durchzuführen. Zusammen mit Dr. Georg Korn meldete er ein Patent für die FSL-gestützte Katarakt-OP an und stellte sie auf mehreren Kongressen vor. Doch die Industrie lehnte ab. Erst ab 2006 begann die Industrie, Femtosekundenlaser für die Kataraktchirurgie zu entwickeln.

2014 kauft die Augenklinik den ersten Femtosekundenlaser der US-Firma LensAR. Fortan entwickelt Dr. Rasch die Methode fort und meldet weitere Patente an. Inzwischen blickt die Augenklinik auf über 6000 Operationen mit dem Femtolaser zurück. Zur Möglichkeit, mit dem Laser auch Hornhautverkrümmungen (Astigmatismus) zu reduzieren, entstand 2024 eine wissenschaftliche Publikation.

2024/25 die Augenklinik feiert ihr 30-jähriges Jubiläum. Dr. med. univ. Maximilian Rasch wird perspektivisch die Nachfolge seines Vaters antreten. Erst kürzlich hat er seine Promotion in der Augenheilkunde verteidigt und arbeitet als Assistenzarzt in der Klinik mit.



Foto: Potsdamer Augenklinik im Graefe-Haus

www.augenklinik-potsdam.de

Kälte & Wärme maßgeschneidert

Ob Lebensmittelwirtschaft, Logistik oder Gebäudeausrüstung – wenn es um innovative und energieeffiziente Kältetechniksysteme geht, wenden sich nationale und internationale Industriekunden an die pakt GmbH.

Die in Stahnsdorf ansässige pakt GmbH ist auf den Anlagenbau gewerblicher und industrieller Kältetechnik sowie Wärmepumpen spezialisiert. Sie entwickelt, plant und realisiert maßgeschneiderte Systeme für kälte- und wärmetechnische Anwendungen. „Standardlösungen sind nicht unser Anspruch – wir bieten individuelle Lösungen für jede Kundenanforderung“, betont Sebastian Querner. Zusätzlich bietet das Unternehmen umfassende Serviceleistungen an – von Inspektionen über Wartungen bis hin zu Instandsetzungen.

Die pakt GmbH hebt sich von klassischen Fachbetrieben vor allem durch ihren konsequenten Fokus auf nachhaltige Lösungen und energieeffiziente Technologien ab. Bereits seit 2011 setzt das Unternehmen vorrangig auf natürliche Kältemittel wie Ammoniak, Propan und Kohlendioxid. Diese sind energetisch effizienter als synthetische Alternativen, verursachen keine oder nur sehr geringe direkte Treibhausgasemissionen und haben geringere Umweltauswirkungen.

Die Geschichte der pakt GmbH reicht bis 1946 zurück. Damals gründete Alfred Kunze in Potsdam einen Handwerksbetrieb, der sich auf die Reparatur von Kühlschränken spezialisierte. 1972 wurde das Unternehmen in der DDR verstaatlicht und in den VEB Kältetechnik Potsdam integriert. In dieser Zeit erweiterte sich das Leistungsspektrum schrittweise um industrielle Kältetechnik, Kühllager, Wärmepumpen und Wärmespeicher. Nach der Wende 1990 erfolgten die Privatisierung und die Umwandlung in die heutige GmbH. 2011 begann der studierte Kältesystemtechniker Sebastian Querner als Ver-



triebsingenieur im Unternehmen. 2018 übernahm er zunächst 25 Prozent der Unternehmensanteile und wurde Geschäftsführer. Unterstützung erhielt er dabei von der Bürgschaftsbank Brandenburg, die ihm die nötigen Sicherheiten gewährte. „Die Zusammenarbeit mit der Bürgschaftsbank lief tadellos“, berichtet Sebastian Querner. „Ich wurde sehr gut beraten und habe auch kritische Fragen gestellt bekommen, die mir bei der Übernahme weiterhalfen. Ich kann die Bank in jedem Fall weiterempfehlen.“

Im vergangenen Jahr zog die pakt GmbH von Potsdam in einen modernen Neubau nach Stahnsdorf um. Auf ca. 2.000 Quadratmetern Verwaltungs- und Produktionsfläche werden Baugruppen so vorgefer-

tigt, dass sie auf der Baustelle schnell und effizient montiert werden können. „Das Firmengebäude wurde nach neuesten Standards als Effizienzhaus 40 geplant“, so Sebastian Querner. Deshalb verfügt es nicht nur über eine Photovoltaikanlage auf dem Dach, sondern auch über eine reversibel arbeitende Kältemaschine für Heiz- und Kühlzwecke, die mit dem natürlichen Kältemittel Propan betrieben wird.

In den neuen Standort investierte das Unternehmen einen mittleren siebenstelligen Betrag. Auch diese Investition wurde von der Bürgschaftsbank abgesichert. Damit die Zukunft gesichert ist, begleitet die Bürgschaftsbank Brandenburg aktuell ebenfalls die weitere Nachfolge innerhalb des Unternehmens.

www.pakt.de
www.bb-br.de

Frühling lässt sein blaues Band

... wieder flattern durch die Lüfte, schrieb 1829 Eduard Mörike.
Denn seit alters her ist der Frühling die Jahreszeit ,die für Aufbruch,
für die Sehnsucht nach Wärme und bessere Zeiten steht.

Der Frühling ist für viele der liebste Teil des Jahres, da er nicht nur die Landschaft in fröhliche Farben taucht, sondern auch eine Vielzahl von Freizeitmöglichkeiten bietet, die das Leben wieder lebendig und unbeschwert erscheinen lassen. Bei smarten Temperaturen um 20 bis 25 Grad lässt es sich gut entspannen und in Geselligkeit die Sonne genießen: bspw. im Biergarten, beim Spargelessen oder auf einer Dampferfahrt.

Biergärten – Geselligkeit unter freiem Himmel

Biergärten sind mittlerweile rar geworden. In Potsdam findet man im Hafthorn, in der Alten Meierei oder im Augustiner am Bürgerbahnhof noch die Möglichkeit, ein kühles Bier in guter Gesellschaft und draußen zu trinken. Die

Altere Meierei besticht mit ihrem herrlichen Blick über den Jungfernsee bis rüber zur Pfaueninsel, der Biergarten am Bürgerbahnhof mit bayerischem Bier. Im Restaurant zur Historischen Mühle findet man nach einem ausgedehnten Spaziergang durch den Sanssouci-Park Platz unter schattigen Kastanienbäumen.

www.meierei-potsdam.de
www.hafthorn.de
www.lalemonvita.de

Spargel – Das Gemüse des Frühlings

Kaum ein Gemüse ist so eng mit dem Frühling verbunden wie der Spargel. Der Spargelhof in Klaistow ist ein Beispiel dafür, wie diese Delikatesse in der Region zelebriert wird. Besucher können hier nicht nur den Spargel in all seinen Varianten kosten, sondern auch die

idyllische Landschaft genießen und an speziellen Veranstaltungen teilnehmen, die den Frühling noch erlebbarer machen. Auch auf dem Jakobs-Hof in Beelitz kann das Edelgemüse genossen werden genauso wie auf dem Domstiftsgut in Mötzow oder auf dem Spargelhof am Storchennest in Beelitz/OT Rieben.

www.vielfruchthof.de
www.beelitzer-spargel.de
www.spargelhof-klaistow.de



Vielfruchthof Mötzow

Foto: Annett Ullrich



HISTORISCHE
DAMPFSCHIFFFAHRT
IN POTSDAM
GUSTAV IST ZURÜCK!

TICKETS SIND AB SOFORT ERHÄLTlich:
CODE SCANNEN, FAHRT FINDEN UND DIREKT BUCHEN
ODER UNTER WWW.DAMPFSCHIFF-GUSTAV.DE



Foto: Julia Cawley Photography



Vor dem Nauener Tor in Potsdam lässt es sich im La Lemon Vita herrlich verweilen

Foto: Schahbaz / Alpakahof



Ruhe und Harmonie mit Alpakas

Dampferfahrten – Frühling auf dem Wasser

Gerade in den wärmeren Monaten bietet es sich an, auf den zahlreichen Flüssen und Seen Brandenburgs und Berlins eine entspannte Bootstour zu unternehmen. Mit und ohne musikalische Begleitung lässt es sich auf dem Wasser herrlich entspannen, wenn man sanft an der haveländischen Landschaft vorbeigeleitet. Wieder Fahrt aufgenommen hat, nach einigen Ruhejahren, das historische Dampfschiff Gustav aus dem Jahr 1908. Wer mit ihm die Havel rauf und runter fährt, erlebt immer auch ein Stück Technikgeschichte. Und wenn dann noch die River Blues Band zum Sonnenuntergang Blues und Rock'n'Roll spielt, dann

könnte man sich ein bisschen wie Tom Sawyer und Huckleberry Finn auf Abenteuerfahrt fühlen.

www.schiffahrt-in-potsdam.de
www.berlin-cityschiffahrten.de
www.dampfschiff-gustav.de

Alpakahöfe – Etwas Exotik im Frühling

Für Tierliebhaber sind Alpakahöfe im Frühling ideal, um die freundlichen Tiere in ihrer natürlichen Umgebung zu erleben. Man kann sie füttern, streicheln oder auf kurzen Wanderungen begleiten. Mit ihrer sanften Art und ihrem flauschigen Fell sind sie besonders bei Kindern beliebt. Über die letzten Jahre haben sich einige Alpakahöfe im Land

Brandenburg etabliert, so bspw. in Potsdam, in der Uckermark, in der Prignitz. Meist bieten sie auch Ferienwohnungen und Frühlingsretreats an.

www.der-alpakahof.de
www.hch-alpacas.com
www.alpakahof-ruppiner-land.de

Der Frühling

Die Sonne bringt Energie und Schwung. Das frisch-grüne Blattwerk der Bäume wirkt wie Balsam für die Seele. Die zahlreichen Möglichkeiten, sich endlich wieder draußen zu bewegen, tragen zur mentalen Erholung bei. Der Frühling ist die Zeit, das Leben zu feiern und den Moment zu genießen.

von Annett Ullrich ■

SPARGELHOF KLAISTOW

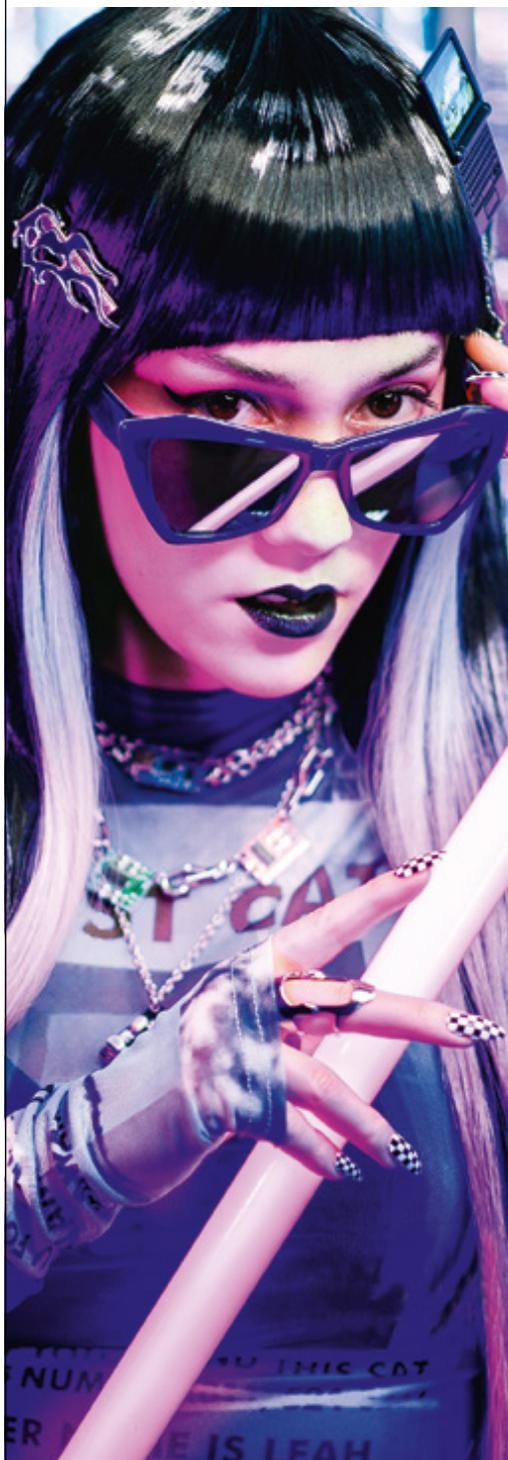
AUF NACH KLAISTOW!

23.3. Großer Frühlings-Flohmarkt
 Beelitzer Spargel ♥ Hofrestaurant
 Spargelbuffet, jeden Mo, Fr + Sa
 Hofladen ♥ Hofbäckerei ♥ Dekoscheune
 Abenteuer-Spielplatz mit XXL-Rutschen
 Streicheltiere ♥ Wildgehege ♥ Kletterwald
 Wohnmobil-Stellplätze

WWW.SPARGELHOF-KLAISTOW.DE
 Spargel u. Erlebnishof Klaistow · Glindower Str. 28 · 14547 Klaistow
 Tel. 03206-610 70 · täglich 8-21 Uhr von April-Dezember



Außergewöhnliches für's Auge



makellos.
マーケロス

CITY
OPTIK SCHARNBECK
Brillen | Kontaktlinsen | Hörgeräte

Brandenburger Straße 4B
14467 Potsdam
Tel. 0331 - 29 34 48

www.scharnbeck-optik.de

Falkensee gewinnt!

Im Wettbewerb um den Titel „Sportlichste Stadt/Gemeinde im Land Brandenburg 2024“ ist die Stadt Falkensee als Sieger hervorgegangen. Auf dem 2. Platz folgt Neuruppin, Wittenberge belegt Platz 3. Bewertet wurden die Mitgliederzahlen in den Sportvereinen, die Vielfalt der sportlichen Angebote, die bürgerfreundliche Nutzung von Sportstätten, der Stellenwert des Sports sowie Innovation und Kreativität in der Umsetzung der Sportangebote in der Kommune. Die Preisgelder in Höhe von 5.000, 3.000 und 2.000 Euro wurden Anfang des Jahres an die Preisträger übergeben. Sportminister Steffen Freiberg betonte die Bedeutung des Wettbewerbs: „Brandenburg ist Sportland. Mit der Auszeichnung als ‚Sportlichste Stadt‘ unterstützen das Sportministerium, der Landessportbund Brandenburg sowie der Städte- und Gemeindebund Brandenburg seit mehr als zwei Jahrzehnten die besonderen Partnerschaften zwischen Sport und Kommunen. Tausende Brandenburgerinnen und Brandenburger bringen sich in Sportvereinen ein und bereichern mit ihrem Engagement ihre Heimatorte. Ich danke Ihnen für ihren Einsatz und danke den Städten und Gemeinden, die sie dabei unterstützen. Die Partnerschaft von Sport und Kommunen fördert die Gesundheit und das Miteinander. Den diesjährigen Wettbewerbssiegern gelingt das in vorbildlicher Weise. Ich gratuliere zur Auszeichnung. Machen Sie weiter so!“

www.mbjs.brandenburg.de

Sport frei!

Verstärkung für die Turbinen

Seit Januar spielt die brasilianische Stürmerin Thalia Dias De Souza beim 1. FFC Turbine Potsdam auf einer Angreiferposition. Thalias Reise begann bei Corinthians, wo sie in der Saison 2019-2020 spielte. Es folgte eine Zeit bei São Paulo, in welcher sie von 2020 bis 2021 ihre Fähigkeiten weiterentwickelte. Thalia war für den Vilaverdense Futebol Clube in Portugal aktiv, bevor sie 2024 zu Jc Futebol Clube wechselte. „Ich freue mich in Potsdam angekommen zu sein. Mein Traum in Europa und in der 1. Frauen-Bundesliga Fußball zu spielen, ist wahr geworden“, sagt Thalia Dias De Souza, die nun ihre Reise in Deutschland fortsetzt und ihre Fähigkeiten in der höchsten Liga unter Beweis stellen möchte.

www.turbine-potsdam.de

Thalia Dias
De Souza, 21,
stürmt nun für
die Turbinen



Foto: Turbine Potsdam

Junior-Orcas im Siegeslauf



Foto: Sandra Seifert

Der Motor der Orcas auf der linken Seite:
Jonas Große

Die U18-Wasserballer der Potsdam Orcas haben die Hauptrunde der laufenden Bundesliga-Saison nahezu makellos abgeschlossen. Trotz noch ausstehender Partien steht die Mannschaft von Trainer Slawomir Andruszkiewicz als Sieger dieses ersten Saisonabschnitts fest. Damit ist nicht nur die vorzeitige Qualifikation für das Vierer-Endrunden-Turnier gesichert, sondern auch die erneute Ausrichtung dieser Finalrunde am ersten Mai-Wochenende im Sport- und Freizeitbad blu. Bis zum Match zehn von zwölf hatten die Junior-Orcas alle 30 Punkte eingesammelt und lagen mit der beeindruckenden Tordifferenz von 192:85 folgerichtig an der Tabellenspitze. Im 11. Spiel musste die Mannschaft ihre erste Saisonniederlage gegen SV Cannstatt einstecken, das 12. Match gegen den Post-SV Nürnberg beendeten die Orcas Anfang März wieder mit einem Sieg. Damit hat Potsdam seine zwölf Spiele der Hauptrunde mit 33 Punkte/222:107 Tore absolviert.

www.potsdam-orcas.de

HBL-Jugendzertifikat 2025

Der 1. VfL Potsdam hat im Rahmen des diesjährigen Zertifizierungsverfahrens der Handball-Bundesliga (HBL) das begehrte Jugendzertifikat 2025 erhalten. Diese Auszeichnung bestätigt den Verein als Vorreiter in der Nachwuchsförderung und unterstreicht die kontinuierliche Arbeit des Vereins, Talente im deutschen Handball-sport nachhaltig zu entwickeln. Das Jugendzertifikat wird von der Lizenzierungskommission der HBL jährlich an Clubs vergeben, die durch ihre Nachwuchsarbeit die Kriterien für die Entwicklung junger Spieler zu Profis und potenziellen Nationalspielern erfüllen. Dazu gehören unter anderem die Qualifikation und Anstellungsverhältnisse der Nachwuchstrainer, Schulkooperationen für Vormittagstrainingseinheiten und die individuelle Förderung besonders talentierter Jugendspieler.

www.vfl-potsdam.de

Verstärkung im Außen

Der SC Potsdam ist auf dem Transfermarkt aktiv geworden. Der Supercup-Gewinner des Jahres 2022 verpflichtet die deutsche Außenangreiferin Lara Darowski. Die frühere Junioren-Nationalspielerin wechselte Anfang Januar von Schwarz-Weiß Erfurt ins Brandenburgische. „Ich kann in Potsdam einfach noch einmal auf einem höheren Niveau spielen, das reizt mich“, sagte die 22-Jährige direkt nach ihrer Vertragsunterschrift. „Für Erfurt wäre die Saison voraussichtlich nach der Hauptrunde vorbei. Die Chance, sich noch für die Playoffs zu qualifizieren, ist minimal. Bei Potsdam weiß man noch nicht, wie weit der Weg geht. Doch grundsätzlich kann der SCP aus meiner Sicht mit den drei Top-Teams Schwerin, Stuttgart und Dresden mithalten, wenn der Kader komplett ist. Und genau auf diesem Level möchte ich spielen, um mich auch selbst weiterentwickeln.“

www.sc-potsdam.de



Eugen Benzel und Lara Darowski halten das neue Trikot mit der Nummer 13 in der Hand

Foto: SC Potsdam



KNAPPWORST
STEUERBERATUNG



**Regional
kochen wir
in der ersten
Liga**

Dipl.-Kfm. Thomas Knappworst

Am Bassin 4 • 14467 Potsdam

Tel.: +49 331-29 82 10

info@knappworst.de

www.knappworst.de

Franziska Gürtler in
ihrer Apotheke

Heide-Apotheke eröffnet

Mitte März hat Franziska Gürtler in Beelitz-Heilstätten ihre Heide-Apotheke eröffnet. Damit ist das historische Areal der Heilstätten um eine wichtige urbane Institution reicher. Denn die bis zu 5.000 Menschen, die perspektivisch im Quartier Beelitz-Heilstätten wohnen werden, benötigen natürlich eine moderne Infrastruktur und Einrichtungen des täglichen Bedarfs. Die Heide-Apotheke bietet Medikamente und Beratung sowohl persönlich als auch auf digitalem Wege an. Außerhalb der Öffnungszeiten kann die bestellte Ware über einen Automaten abgeholt werden. Ergänzend dazu plant die Apothekerin einen Lieferservice, der sich beispielsweise an bettlägerige Patienten richtet, die ihre Medikamente nach Hause bestellen können. Besondere Beratungsexpertise hält Franziska Gürtler im Bereich der Darmgesundheit und Mikronährstoffe sowie Homöopathie und Naturkosmetik.

www.heide-apotheke.com



Foto: privat

Stadtgespräch



Heute und Damals

Die Potsdamer Freundschaftsinsel, ein idyllischer Park an der Havel direkt neben dem Stadtzentrum, ist ein Paradies für Spaziergänger und Gartenliebhaber. Bekannt ist sie vor allem durch den Schau- und Sichtungsgarten, der von Karl Foerster und Hermann Mattern von 1938 bis 1940 angelegt wurde. Aber die Geschichte ihrer Nutzung ist noch viel älter und vielfältiger. Vom 4. Mai bis 1. Juni erzählt die Ausstellung „Im Fluss. Die Potsdamer Freundschaftsinsel“ Geschichten aus dem Leben dieses blühenden, grünen und kontemplativen Ortes. Die Besucher erwarten im Ausstellungspavillon an der Wasserachse auf der Freundschaftsinsel eine Auswahl von historischen Fotografien, Kunstwerken und Dokumenten, die teilweise zum ersten Mal gezeigt werden. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten. Veranstalter ist der Förderverein des Potsdam-Museums in Kooperation mit den Freunden der Freundschaftsinsel e. V.

www.freundschaftsinsel-potsdam.de

www.wirtragen.org

42x Fritz von Gontard

Das Potsdam Museum kann sich über 42 Werke von Fritz von Gontard (1890–1979) freuen, die ihm vom regionalen Energieversorger E.DIS als Schenkung übergeben wurden. Der Künstler, ein Nachfahre des berühmten Architekten Carl von Gontard, hat mit seinen detailreichen Stadtansichten und Landschaften das historische Potsdam eindrucksvoll festgehalten. Die Sammlung, die seit den späten 1990er Jahren am Firmensitz von E.DIS ausgestellt war, findet nun ein neues Zuhause im Museum und wird Teil der städtischen Sammlung.

www.potsdam-museum.de



Fritz von Gontard, Potsdam Marmorpalais, 1932

© Potsdam Museum / Foto: Lisa Maire Lohan

Werderaner Baumblüte

Am 26. April beginnt das 146. Baumblütenfest in Werder mit dem traditionellen Baumblütenball im Ballsaal der Bismarckhöhe. Auf diesem Event wird traditionsgemäß die amtierende Baumblütenkönigin - Theresa Tauchert - verabschiedet und ihre Nachfolgerin für die 146. Saison erstmalig vorgestellt. www.baumbluetenfest.de

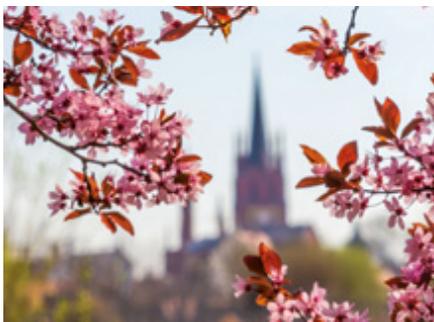


Foto: Martin Kambach

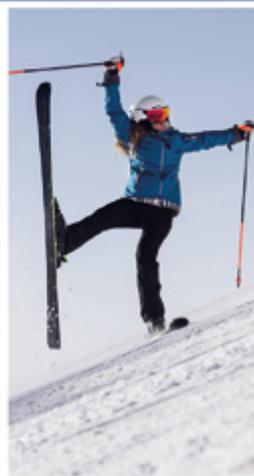
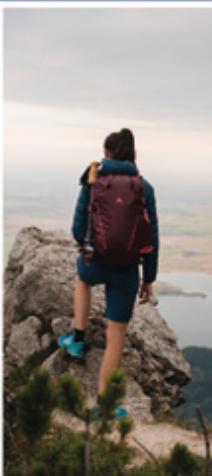


Antonello Manacorda

GROßE Oper: Der Freischütz

Eine große Liebe, ein alter Brauch, ein Pakt mit dem Teufel und eine schicksalshafte Wendung: Am Montag, den 28. April um 19 Uhr inszeniert die Kammerakademie Potsdam, unter der Leitung von Antonello Manacorda, Carl Maria von Webers romantisches Meisterwerk „Der Freischütz“ als konzertantes Musikerlebnis. Gemeinsam mit dem RIAS Kammerchor, Johanna Wokalek und großartigen Solistinnen und Solisten erschafft die KAP ein klangliches Universum, das den Wald, die geheimnisvolle Wolfsschlucht und die Abgründe der menschlichen Seele unmittelbar erlebbar macht. In Berlin wird der Lieblingsklassiker am 5. Mai um 20 Uhr im Großen Saal der Philharmonie präsentiert. www.kammerakademie-potsdam.de

@intersportolympia  



FINDE DEINEN SPORT

DEIN SPORTFACHGESCHÄFT
FÜR DIE GANZE FAMILIE!
INTERSPORT OLYMPIA

Alles für deinen Sport. Alles für dich.

POTSDAM
Innenstadt

BRANDENBURG
HAVEL

KAUFPARK
EICHE

GP
GROPIUSPASSAGEN

**INTERSPORT
OLYMPIA**

Sporthaus Olympia, e. Kfm.

GROPIUS PASSAGEN
Johannisthaler Chaussee 295 - 327 · Berlin

POTSDAM INNENSTADT
Brandenburger Straße 30 / 31 · Potsdam

**BRANDENBURG / HAVEL
INNENSTADT**
Hauptstraße 7 · Brandenburg a. d. H.

KAUFPARK EICHE
Landsberger Chaussee 17 · Ahrenfelde
www.intersport-olympia.de

Mehr Wohnungsbau-Förderung gefordert



Foto: Pixabay

Die Bevölkerung in Potsdam wächst beständig. Das Wohnungsangebot ist jedoch zu gering. Mitunter erhält die Pro Potsdam auf eine neu zu vermietende Wohnung rund 500 Anfragen. Aktuelles Hauptproblem ist die mangelnde Finanzierungsmöglichkeit über Förderungen seitens Bund und Land. 52 Prozent der Bauprojekte verzögern sich deshalb.

Denn ohne Fördermittel könnte zwar gebaut werden, jedoch nicht mehr sozialverträglich vermietet werden. Die Kostenmiete für freie Finanzierungen beträgt 24,75 Euro netto kalt/m². Mit Nebenkosten liegen diese Mieten dann bei 27 Euro brutto warm. Diese Fakten schilderte die Pro Potsdam bei einem Pressegespräch. „Wir brauchen die Wohnungsbauförderung!“, stellte Geschäftsführer Bert Nicke fest. „Wir haben die Grundstücke, um mehr als 600 weitere Wohnungen zu bauen. Hierfür brauchen wir mindestens 100 Millionen Euro Fördermittel“, so Nicke.

www.propotsdam.de



Foto: Annett Ullrich

Solides Jahresergebnis

Die Mittelbrandenburgische Sparkasse (MBS) hat das Geschäftsjahr 2024 erfolgreich mit einem Jahresüberschuss von 16,3 Millionen Euro abgeschlossen. Der Vorstandsvorsitzende der größten brandenburgischen Sparkasse, Andreas Schulz, präsentierte Mitte Februar zufrieden die vorläufigen Bilanzzahlen und blickte zudem hoffnungsvoll in das neue Jahr. Besonders stolz blickt die größte Sparkasse im Land Brandenburg auch auf ihr gesellschaftliches Engagement. Gemeinsam mit ihren drei Stiftungen hat die MBS knapp 900 Projekte im Bereiche von Kunst, Kultur, Jugend, Sport, Soziales und Umweltschutz mit über 4,3 Mio. Euro unterstützt. Hinzukommt die Gewinnausschüttung des Jahres 2023 in Höhe von 8 Millionen Euro, die in 2024 erfolgte. Nach dem Brandenburgischen Sparkassengesetz müssen diese Gewinne gemeinnützigen Zwecken zugeführt werden.

www.mbs.de

Ganz Potsdam mit nur einem Gutschein

Anzeige

Der Stadtgutschein Potsdam ist mehr als ein Einkaufsgutschein – er verbindet Stadtbewohner und Besucher mit der lokalen Wirtschaft. Denn er ist bei über 60 Händlern, Restaurants und Dienstleistern einlösbar. Er bietet damit die Freiheit, ganz nach Geschmack einzukaufen, zu genießen oder eine Freizeitaktivität zu erleben.

So ist der Stadtgutschein auch ein sinnvolles Tool für die Mitarbeiterbindung, denn er kann als steuerfreier Sachbezug für Mitarbeiterjubiläen oder im Rahmen der Gehaltsumwandlung eingesetzt werden. Zudem profitieren Unternehmen von einem praktischen Arbeitgeber-Abo und individueller Gestaltungsmöglichkeit als Werbeträger.

Auch im Privaten ist der Stadtgutschein eine flexible und sinnvolle Geschenkidee. Seit dem Start wurden bereits über 2.000 Gutscheine verkauft, Tendenz steigend. „Der Stadtgutschein ermöglicht eine bewusste Entscheidung für den lokalen Handel – eine echte Win-Win-Situation“, sagt Projektmanagerin Doreen Heinze. Erhältlich ist der Gutschein als Karte oder digitales PDF, online oder in ausgewählten Ausgabestellen wie den Tourist Informationen und dem Lakritzkontor.

www.stadtgutschein-potsdam.de



1. Preis für den Plögerschen Gasthof

Das Eckgebäude zur Friedrich-Ebert-Straße am Alten Markt - der Plögersche Gasthof - wurde vom Verein Stadtbild Deutschland e.V. zum „Gebäude des Jahres 2024“ gekürt. Für diese außerordentliche Bauleistung am Alten Markt im Block III erhielt die Potsdamer Wohnungsgenossenschaft 1956 (PWG) noch Ende Februar den 1. Preis. Die PWG hat sich mit diesem herrschaftlichen Eckhaus, das ursprünglich 1754 nach dem Vorbild eines Palazzo im italienischen Vicenza gebaut wurde, aus acht Bewerbern für den Preis qualifiziert. Mehr als 50% der Jurystimmen fielen auf den Plögerschen Gasthof. Insbesondere die Relieffassade und ihre Relieftiefe beeindruckten die Jury, wenngleich diese Details im Gegensatz zum baulichen Vorbild in Italien stehen. Im Unter- und Erdgeschoss sowie im 1. Obergeschoss sind großzügige Flächen für Gastronomie entstanden. Ebenfalls auf dieser Etage finden sich öffentliche Veranstaltungsräume. In den beiden darüber liegenden Etagen befinden sich Büroräume, im 5. Ober- und im Dachgeschoss vier große familiengerechte Wohnungen.

www.pwg1956.de; www.verein-stadtbild-deutschland.org



Fotos: Josephine Braun

(v. l. n. r.): Klaus-Dieter Boshold (PWG 1956), Tilo Bergmann (Stadtbild Deutschland e. V.), Roman Poosch und Matthias Pludra (PWG 1956) und Prof. Jörg Springer (Springer Architekten)



Fotos: Annett Ullrich

Der Plögersche Gasthof am Alten Markt

Projektreise nach Sansibar

Im Februar reiste eine städtische Delegation in die Partnerstadt Sansibar. Es war die dritte Reise im Rahmen des Projektes „Biocooling Zanzibar“. In diesem Kooperationsprojekt geht es um den Erhalt und die Pflanzung von Bäumen, um zu erforschen, wie natürliche Verschattungssysteme für öffentliche Plätze in dicht bebauten Stadtgebieten verbessert und weiter entwickelt werden können.

www.potsdam.de
www.biocooling.co.tz



Foto: Pixabay

Anzeige

Veinland! Auch im Norden Brandenburgs erfolgreich

Die VEINLAND GmbH hat sich mit ihrer Niederlassung in Prenzlau auf die Entwicklung und Produktion elektronischer Systeme spezialisiert.

Mit einem klaren Fokus auf individuelle und passgenaue Kundenwünsche hat sich der Prenzlauer Unternehmensteil als zuverlässiger Partner in der Elektronikbranche etabliert. Das Produktionsspektrum in Prenzlau reicht von der LED-Technik bis hin zur Füllstandsmesstechnik inklusive passender Sprachmodule. Vieles wird hausintern mit einer hohen Fertigungstiefe entwickelt und hergestellt. Daher ist es unseren Kunden möglich, mit Hilfe unserer innovativen Lösungen ihre Herausforderungen zu erfüllen.

Neben der Produktentwicklung bietet VEINLAND umfassende Beratung, Schulung und technischen Support an. Das engagierte Team von Fachleuten unterstützt bei der Implementierung und Nutzung der Systeme. Diese ganzheitliche Betreuung sorgt dafür, dass die Kunden nicht nur Produkte erwerben, sondern auch langfristige Partnerschaften mit VEINLAND eingehen.

www.veinland.net



Foto: GR/Veinland

Die Veinland GmbH präsentiert sich auf der Ausbildungsmesse „Tag der Berufe“ in Prenzlau



Foto: Patrick Pleul / IHK Ostbrandenburg

Ehrung als ausgezeichnete Ausbildungsbetrieb (IHK)

German UDS ist akkreditiert

Die German University of Digital Science mit Sitz in Potsdam hat offiziell die staatliche Anerkennung durch das Ministerium für Wissenschaft, Forschung und Kultur erhalten. Die Bildungseinrichtung verfolgt ein 100%-iges digitales Lernmodell ausschließlich in englischer Sprache. Sie bietet international anerkannte Abschlüsse in fortschrittlichen Bereichen wie Digital Leadership, Applied AI und Cybersecurity. Mit Blick auf die Zukunft will die UDS ihrer Mission und damit der Vision ihrer Gründer, Prof. Dr. Mike Friedrichsen und Prof. Dr. Christoph Meinel, treu bleiben: digitale Bildung von Weltklasse für alle zugänglich zu machen und die Zukunft des Lernens in diesem digitalen Zeitalter zu gestalten.

www.german-uds.de



Foto: Susanne Tockan/UDS

Prof. Dr. Mike Friedrichsen und Prof. Dr. Christoph Meinel freuen sich über die Akkreditierung

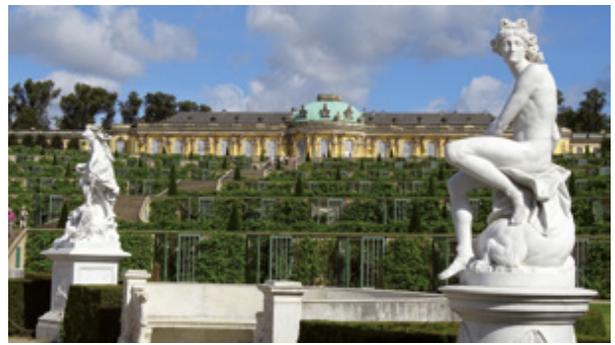


Foto: Pixabay

Kultur als Wirtschaftsfaktor

Eine Studie der Universität Potsdam im Auftrag der IHK Potsdam hat bestätigt, dass die SPSG als nachhaltiger Wirtschaftsfaktor einen bedeutenden wirtschaftlichen Beitrag in der Region Berlin/Brandenburg leistet. Allein im Jahr 2023 besuchten fast 223.000 auswärtige Gäste das Schloss. Viele von ihnen übernachteten in Potsdam und nutzten weitere Angebote in der Region. Auch ländliche Gemeinden wie Ketzin/Paretz und Rheinsberg profitieren von den Aktivitäten der Stiftung, denn auch in kleineren Kommunen stärkt der Schlössertourismus die lokale Wirtschaft. Die Umwegrentabilität liegt bei einem außergewöhnlich hohen Wert von 5,54 Euro. Das bedeutet, dass für jeden Euro, den das Land Brandenburg aus dem Haushalt bereitstellt, 5,54 Euro zusätzlich generiert werden. „Kultur ist ein essenzieller Wachstumstreiber und trägt entscheidend zur Entwicklung einer Region bei. Es ist von großer Bedeutung, diesen Beitrag mit belastbaren Zahlen zu untermauern, damit Kultur nicht als bloße Selbstverständlichkeit wahrgenommen wird“, bekräftigt Prof. Dr. Uta Herbst vom Marketinglehrstuhl der Universität Potsdam, die die Studie durchgeführt hat.

www.spsg.de

www.ihk-potsdam.de

www.uni-potsdam.de

Jeden Mittwoch:
Ein Preis für alle Plätze!

Mittwoch is' GruppenTACH!

ab
5 Tickets:
5%
Rabatt

ab
10 Tickets:
10%
Rabatt

ab
15 Tickets:
15%
Rabatt

Essen, Trinken & Theater. Jetzt buchen auf primetimetheater.de

DAS BERLINER
KULT-THEATER



Ina Hänsel, Präsidentin der IHK Potsdam, die derzeit den Vorsitz über die Landesarbeitsgemeinschaft der IHKs in Brandenburg hat

Mehr Mut zur Veränderung

Deutschland hat gewählt. Die Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) der IHKs haben unmittelbar danach ihren Forderungskatalog vorgestellt. Ist eine Kooperation der drei Industrie- und Handelskammern im Land Brandenburg. Sie vertritt die Interessen von etwa 160.000 Unternehmen aus Industrie, Handel und Dienstleistungen

„Kein Weiter-so! Nach der Bundestagswahl braucht es jetzt einen entschlossenen Kurswechsel, um den freien Fall der deutschen Wettbewerbsfähigkeit zu stoppen.“ Das sagte Potsdams IHK-Präsidentin Ina Hänsel, Vorsitzende der Landesarbeitsgemeinschaft der Industrie- und Handelskammern des Landes Brandenburg, am Abend der Bundestagswahl.

„Nur wenn es gelingt, durch tiefgreifende Strukturreformen einen neuen Kurs einzuschlagen und mehr Investitionen anzuziehen, kann Deutschlands Wirtschaft wieder gesunden und im internationalen Wettbewerb Schritt halten. Dies gelingt mit einer nachhaltigen Fachkräftestrategie und Anwerbeoffensive, einfacheren und schnelleren Verfahren sowie klaren Regeln. Auch international wettbewerbsfähige Energiekosten sowie ein endlich spürbarer Bürokratieabbau ge-

paart mit milliardenschweren Investitionen in die digitale Verwaltung, in die Verkehrsinfrastruktur sowie in Innovationen sind hierfür notwendig. Wir haben unsere Forderungen zur Bundestagswahl frühzeitig an die Parteien herangetragen – jetzt erwarten wir Taten und werden ihre Umsetzung genau verfolgen“, so Ina Hänsel. „Deutschland hat ganz sicher die Experten - aber zu wenig Mut zur Veränderung. Das muss sich ändern.“

Lediglich fünf Prozent der Unternehmen sehen in der aktuellen IHK-Umfrage bundesweit ein gutes Fachkräfteangebot, wohingegen zwei Drittel die Situation als negativ bewerten. Zwei von drei Betrieben sehen in der deutschen Bürokratielast einen klaren Wettbewerbsnachteil. Fast alle Unternehmen sind mit den Energiekosten unzufrieden, über 80 Prozent halten Deutschland dadurch inter-

national für nicht konkurrenzfähig. Kein einziger Betrieb ist der Meinung, dass die derzeitige Unternehmensbesteuerung einen Beitrag zur Wettbewerbsfähigkeit leistet.

„Damit die Wirtschaft auch zukünftig für Arbeit, Ausbildung und Wohlstand sorgen kann, braucht es dringend Stabilität und mehr Verlässlichkeit – vor allem aber praxisnahe Rahmenbedingungen, damit Deutschland im internationalen Maßstab wieder attraktiver wird“, sagt Ina Hänsel für Brandenburgs IHKs.

Die LAG ist eine Kooperation der drei Industrie- und Handelskammern im Land Brandenburg. Sie vertritt die Interessen von etwa 160.000 Unternehmen aus Industrie, Handel und Dienstleistungen.

www.ihk-potsdam.de

Schön von Kopf bis Fuß



Innovativ und stark im Design

Eine Sonnenbrille ist nicht einfach nur eine Sonnenbrille, sie ist edles Accessoire und sinnvoller UV-Schutz zugleich. Bei Scharnbeck City Optik ist die innovative und designstarke Markenwelt aus dem Hause AOYAMA im Angebot. Gegründet wurde das Label vor rund 50 Jahren in Japan, das seit 2001 in Deutschland gerade mit den Marken makellos und Bench punktet. Die erfahrenen Optiker von Scharnbeck City Optik, die auch dieses Label führen, beraten mit hohem Anspruch. So findet jeder Typ seine passende Brille sowie die richtige Passgenauigkeit im Hinblick auf Form, Größe und Gläser.

www.aoyama-optical.de
www.scharnbeck-optik.de



Wir erwecken schlummernde Muskeln zu neuem Leben. **Mach dich stark für 2025.**



Jetzt anmelden & durchstarten!



Gesunde Füße

Fußgesundheit wird oft unterschätzt, obwohl sie so wichtig ist, denn unsere Füße tragen uns ein Leben lang. Orthopädische Leistungen wie Einlagen, besondere Schuhe für Einlagen, orthopädische Maßschuhe, Bandagen, Kompressionsstrümpfe und natürlich die gezielte Beratung für die Fußgesundheit findet man in der Schuhwa eG in der Filiale in der Charlottenstraße 61, gegenüber dem Klinikum. Die zweite Filiale der Schuhwa eG befindet sich in der Charlottenstraße 88, gegenüber der Wilhelmgalerie. Hier kann man Schuhe verschiedener Marken kaufen und - ganz im Sinne der Nachhaltigkeit - reparieren lassen. Ob Absatz, Sohle oder Schaft: die Handwerker der Schuhwa können fast alles wieder herstellen.

www.schuhwa.de



Fotos: Annett Ullrich



Sommer, Sonne, Strand und Meer

Irgendwo ist immer Sommer. Bei Huth Exklusive Strümpfe und Wäsche finden die Frauen gerade jetzt die schönste Bademode der Saison 2025. Ein komisches Gefühl bzgl. der gewünschten Strandfigur ist hier gänzlich unangebracht, denn durch das breit gefächerte Sortiment mit seinen vielfältigen Größen, Schnitten und Farben, kann das Fachgeschäft die unterschiedlichsten Wünsche erfüllen. „Setzen Sie mit uns gemeinsam Akzente, denn die richtige Bademode wird Ihnen das Gefühl geben, schön, sexy und begehrenswert zu sein“, so Beate Huth.

www.huth-dessous.de

by MODE & DESIGN

vanLaack

MADE FOR ME / MAN

Meisterliche Handwerkskunst

Ihr Lieblingshemd nach Maß fertigen lassen

Friedrich-Ebert-Str. 96 · 14467 Potsdam
Tel. 0331 97913942 · www.mode-potsdam.de

Lederwaren HAUFE

Anspruchsvolle Lederwaren
exklusiver Marken aus Deutschland
Golden Head und Leonard Heyden

Lederwaren Haufe
Verkauf und Reparatur
Charlottenstraße 88 · 14467 Potsdam
Telefon: 0331/201 98 60

Öffnungszeiten
Mo-Fr 10 bis 18 Uhr · Sa 10 bis 13 Uhr



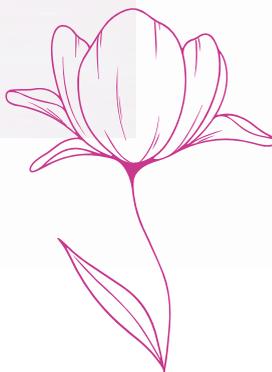
DER FRÜHLING NAHT, DAS FASHION-KARUSSEL DREHT SICH WIEDER UND BESCHERT UNS VIELE SPANNENDE TRENDS: BLUMEN, PASTELL, TRANSPARENZ! IN DER KOMMENDEN SAISON GEHT ES ABER EINMAL MEHR DARUM, SEINEN EIGENEN STIL ZU FINDEN UND EINE FREIHEIT ZU GENIEßEN, WIE MAN SIE VIELLEICHT NUR IN FASHION ERLEBEN KANN. UND: WER WAGT, GEWINNT – MIT AUFREGENDEN NEUEN FORMEN UND UNGEWÖHNLICHEN STYLE-FUSIONEN.

konzept+ text Petra Käding fotos PR

flowers TALK



BIGLOVE
Millefleur? Keine Chance. Marcel Ostertag präsentiert Volumen und Riesenblüten, so farbenprächtig, dass man denkt, die Kleider müssten duften. Foto: Marcel Ostertag



NEWSCHOOL
Streublumen, Bubikragen, Rüschen, stoffbezogene Knöpfe – so retro die Bluse, so modern ist dieser Look mit maritim angehauchtem Rock. Foto: Prada

WALLPAPER

Wer opulente Tapeten-Blumenmuster mag, wird La Double J lieben ... und vielleicht an der Auswahl an Looks verzweifeln – so schön! Foto: La Double J



STYLEFLOWERS

Gerade die richtige Dosis Eleganz für den Tag: Kleid von Marc O'Polo, Ohrringe und Kette von Romantico Romantico, Tasche von Jérôme Dreyfuss, Slingpumps von Thea Mika, gesehen bei breuninger.com

PASSIONPIECE

Oben zarter Spitzenbody, unten raffinierter A-Linien-Cut – das italienische Kult-Label Etro hat diesen Traum von einem Kleid kreiert. Foto: Etro



WATERLILIES

Ein Look wie ein Sommertraum: Kleid von Marc Cain, Ohrringe, Brosche und Tasche von Chanel, Wedges von Scarosso



DRAMAQUEEN

Für einen glamourösen Auftritt: Kleid und Clutch von La Double J, Ohrringe von Etro, Handschuhe von COS, Tasche von Ganni, High Heels von Scarosso

Von der 70 mm-Filmkamera bis zum Modell der Thronrettungsmaschine: das Schaudepot ist eröffnet

Am 17. Januar eröffnete das Filmmuseum Potsdam sein Schaudepot im Sammlungsgebäude in der Marlene-Dietrich-Allee 12, direkt zwischen den Filmstudios und der Filmuniversität Babelsberg KONRAD WOLF gelegen.

Der Schatz des Filmmuseum Potsdam ist groß. Über eine Million Objekte zur Filmgeschichte stehen für Forschung, Lehre und Vermittlung sowie für Ausstellungen zur Verfügung. Sie dokumentieren die Produktion, Auswertung und Rezeption von Filmen.

Rund 750 Objekte und 400 Schriften der Filmgeschichte wurden für das Schaudepot ausgewählt. Im ersten Raum wird die technologische Entwicklung der Filmtechnik präsentiert. Die Sammlung Werner Nekes (1944-2017), ein Filmemacher und Sammler, interessierte sich für Erfindungen, die mit optischen Tricks und Effekten überraschen. Fast 100 Objekte aus der Nekes-Sammlung sind für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht. In einem weiteren Ausstellungsbereich verdeutlichen Szenenbild, Modelle und Requisiten wie komplex es ist, einen Film zu produzieren. Darüber hinaus gibt es verschiedene Vermittlungsangebote.

„Zahlreiche Objekte aus der Sammlung, die wir hier der Öffentlichkeit präsentieren, haben einen direkten Bezug zum Standort, wo seit 113 Jahren Film- und Mediengeschichte geschrieben wird“, erläutert Dr. Michael Fürst, Direktor Filmmuseum Potsdam.



Ministerin Dr. Manja Schüle (5. v. l.) besuchte die Eröffnungsfeier des Schaudepots.



377 Technik-Objekte, ca. 400 Technik-Schriften, 95 Nekes-Objekte und ca. 125 3D-Objekte warten darauf, entdeckt zu werden

Dr. Manja Schüle, Ministerin für Wissenschaft, Forschung und Kultur des Landes Brandenburg, stellte fest: „In den Sammlungen laufen die Fäden zusammen, wenn es darum geht, Nachlässe und filmbezogene Materialien für die Wissenschaft und künftige Generationen als kulturgeschichtliche Zeugnisse zu sammeln, zu erforschen und zu vermitteln. Ich bin mir sicher: Mit dem Schaudepot erhöhen wir die Attraktivität des Film- und Medienstandortes Babelsberg noch einmal mehr.“

Das Kulturministerium des Landes Brandenburg und die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien (BKM) haben die Einrichtung des Schaudepots mit jeweils 425.000 Euro unterstützt.

Montags und mittwochs von 10 bis 12 Uhr können einstündige Zeitfenster

für den Besuch gebucht werden sowie donnerstags von 15 bis 17 Uhr. Spezialführungen werden einmal im Monat an einem Dienstagnachmittag angeboten. Gruppenanmeldungen auf Anfrage.

von Annett Ullrich ■

www.filmmuseum-potsdam.de

IST IHR UNTERNEHMEN VORBEREITET?

- Windows 10 ? **Endet am 14. Oktober 2025**
- Office 2016/2019 ? **Endet am 14. Oktober 2025**
- Exchange Server 2016/2019 ? **Endet am 14. Oktober 2025**

Trifft mindestens einer dieser Punkte bei Ihnen zu ?

Dann rufen Sie uns gerne an – mit über 35 Jahren Erfahrung und zahlreichen zufriedenen Kunden bringen wir Ihr Unternehmen wieder auf den neuesten Stand.

Das bieten wir:

- Schnelle Planung und Umsetzung der Updates
- Individuelle IT-Lösungen für ihre Anforderung
- Rundum-Betreuung, damit Sie sorgenfrei arbeiten können

Noch nicht überzeugt ?

Das sind die Nachteile bei alten Systemen:

- Kein Schutz vor neuen Sicherheitslücken
- Hohes Risiko für Cyberangriffe
- Ausfälle und unproduktives Arbeiten
- Sie sind nicht DSGVO konform
- Keine neuen Features für Ihre Systeme

Testen Sie uns!

Sichern Sie sich eine kostenlose IT-Ist-Aufnahme mit unverbindlichem Angebot

Unsere Partner

Wir arbeiten mit branchenführenden Unternehmen zusammen, um unsere IT-Dienstleistungen optimal zu gestalten. Hier sind einige unserer Partner:



BERLIN - Reinickendorf | ORANIENBURG - Friedensstr. 2A

 www.joerissen-edv.de
 info@joerissen-edv.de
 030 40 39 50 - 10



Mehr Infos

Berlin Capital Club News

Traditioneller Neujahrsempfang

Über 400 Mitglieder folgten am 24. Januar 2025 der Einladung von Clubpräsident Wolfgang Branoner und Geschäftsführer Alexander D. Klostermann zum diesjährigen Neujahrsempfang. Nach dem Champagnerempfang im Foyer des Hilton Berlin wurden in den Clubräumen bei kulinarischen regionalen Köstlichkeiten neue Kontakte geknüpft und alte aufgefrischt sowie gemeinsam ein Ausblick auf das Jahr 2025 geworfen. Ein wunderbaren Abend mit wunderbaren Aussichten.



Fotos: CCA Projekt GmbH, Fotograf: Agentur Baganz



BERLIN CAPITAL CLUB
AM GENDARMENMARKT

Der Berlin Capital Club

Von der CCA Gruppe im Jahr 2001 als erster privater Business Club der Metropole gegründet, prägt der Berlin Capital Club das wirtschaftliche und gesellschaftliche Leben der Hauptstadt. Hier werden im edlen Ambiente geschäftliche Kontakte gepflegt, anregende Gespräche geführt oder es wird sich einfach nur in angenehmer Atmosphäre entspannt.

www.berlincapitalclub.de



Operated by CCA International
www.cca-intl.com

Die CCA Gruppe

Der Berlin Capital Club wird von der CCA Gruppe, dem führenden Entwickler und Betreiber von privaten Clubs in der Region Asien/Pazifik und Europa, betrieben. Die Gruppe betreibt ebenfalls den Berliner Golf & Country Club am Motzener See.

www.cca-intl.com



Member of International Associate Clubs
www.iacworldwide.com

Das IAC-Netzwerk

Als Mitglied des Berlin Capital Club genießt man gleichzeitig alle Mitgliederprivilegien und Annehmlichkeiten des International Associate Clubs Netzwerkes, dem weltweit fast 250 Clubs angehören.

www.iacworldwide.com

Aus Berliner Golf & Country Club Motzener See e. V. wird Berliner Golf & Country Club am Motzener See. Spielbetrieb seit dem 01. Januar 2025 unter neuem Betreiber



Seit dem 01. Januar 2025 wird der Golfclub unter dem Namen Berliner Golf & Country Club am Motzener See und in der Verantwortung der Besitzgesellschaft geführt. Die Besitzgesellschaft hat bereits alle Maßnahmen in die Wege geleitet, sodass es unter der neuen Führung einen reibungslosen Start in die neue Golfsaison geben wird. Das Team sorgt weiterhin für die gewohnt hohen internationalen Standards in Hard- und Software. Die Konditionen für 2025 werden auf dem Niveau von 2024 beibehalten. Dies sichert Familie Dieter R. Klostermann durch ihr nunmehr 26 Jahre andauerndes Engagement für den Golf & Country Club am Motzener See zu. Dieses klare Bekenntnis garantiert der Anlage eine solide und verlässliche Zukunft.

Die Mitglieder und Freunde des Golf Club am Motzener See freuen sich zu Recht auf die neue Golfsaison in der neuen Organisationsform, in der sie Freude am Spiel, an gemeinsamen Gesprächen und Erlebnissen und an der stetig wachsenden Mitgliederzahl haben werden. Die neue Betreibergesellschaft, auch im Namen der Familie Klostermann, dankt dem Präsidium für seinen unermüdlichen Einsatz und die Unterstützung, den Golf Club am Motzener See in eine erfolgreiche Zukunft zu führen.



Fotos: Berliner Golf & Country Club am Motzener See



Sportlicher Treff

Der erste City Talk im neuen Jahr fand passenderweise zu den guten Vorsätzen im Johnson Fitness & Wellness Store Berlin-Steglitz statt.

Einer der weltweit führenden Hersteller für Fitnessgeräte hat im vergangenen November den Store Deutschlands in Berlin eröffnet, wo sich die geladenen Mitglieder am 23. Januar in der Schöneberger Str. 1 in Steglitz einfanden, um sich rund um Fitness, Gesundheit und Ernährung inspirieren zu lassen. Nach der Begrüßung durch AG City Vorstand Stefan Warweitzki und Joachim Beckert, Director D2C wurde der „Circle of Well-being“ und die Store-Konzepte vorgestellt. Anschließend

durfte man die einzelne Geräte wie den professionellen Body-scan ausprobieren und sich beraten lassen. Großen Ansturm gab es bei den Massagesesseln. Natürlich wurde auch genetzt, getrunken und gesnackt.

von Martina Reckermann ■

www.agcity.de



Fotos: Photo Huber

Fußball hautnah

Der City Talk am 06. März war diesmal nicht inmitten der City, sondern eher am Rand von Berlin, konkret im Stadion An der Alten Försterei.

Der Gastgeber war bei diesem Event der Wirtschaftsrat 1. FC Union e.V., der sich als das Wirtschaftsnetzwerk für den Fußballclub versteht. Mit über vierzig Mitgliedern, vornehmlich aus dem mittelständischen Bereich, gehört er seit 2004 als feste Größe zum engeren Umfeld des Fußballvereins. Am 06. März stand der Fokus auf dem Profifußball der Frauen beim 1. FC Union Berlin. Zusammen mit Jennifer Zietz, Geschäftsführerin Profifußball Frauen beim 1. FC Union Berlin schauten die Gäste auf die Professionalisierung des Frauenfußballs beim Verein, auf die Einzigartigkeit des Frauenfußballs und wie Partner und der Verein bei der Entwicklung unterstützen konnten und zukünftig können. Neben Jennifer Zietz begrüßte als Gastgeber auch Dr. Dirk Fischer, Vorstandsvorsitzender des Wirtschaftsrates 1. FC Union e. V. und Aufsichtsratsmitglied des 1. FC Union Berlin die Teilnehmer, die beim anschließenden Get-together in der „Eisern Lounge“ das besondere Ambiente und den atemberaubenden Blick in das gesamte Stadion genossen.

von Marie Weiß ■

www.ag-city.de



Fotos: Photo Huber

The unchanging purpose

Mechanical Model Caliber 0210

Modell: NC1000-51E

citizenwatch.eu

The
CITIZEN



CITIZEN

BETTER STARTS NOW

Ein inspirierender Abend

Einen Tag vor Valentinstag hat die AG City zum Talk in eine ganz besondere Location eingeladen: ins VIVONT am Potsdamer Platz.

In entspannter Lounge-Atmosphäre genossen die Mitglieder einen hochprozentigen Talk im Rahmen einer „Open Bar“. Die Eventlocation auf zwei Ebenen mit modernem Design, hohen Decken und einem Mix aus Glas, Metall und mediterranen Einflüssen begeisterte die Gäste, die von Patrick Wittke, Vorstand AG City und den Gastgebern, Jacqueline Schmieder-Jordan und Andreas Schmieder, begrüßt wurden. Im Anschluss wurden köstliche saisonale Cocktails und Fingerfood kredenzt. Außerdem konnte man an einem kleinen Cocktailkurs teilnehmen. Passend zum nahen Valentinstag gab es eine Verlosung eines Cocktailkurses und ein Gin Tasting für Paare.

von Martina Reckermann ■

www.agcity.de



Fotos: Photo Huber

Wer hat an der Uhr gedreht?

10 JAHRE JÜNGER DANK HBO*



HYPERBARE SAUERSTOFF-BEHANDLUNG

Zellverjüngung, Leistungssteigerung und Optimierung der natürlichen Heilprozesse – das sind nur einige wissenschaftlich nachgewiesene Vorteile der bahnbrechenden HBO-Behandlung.

Entdecken Sie die fantastische Wirkung unserer hochmodernen Überdruck-Sauerstoffkammer und fühlen Sie sich schon ab der ersten Behandlung jünger, vitaler und gesünder!



Wir beraten Sie gerne

Dr. Gerlinde Wagner
Dr. Kristina Unger



Terminbuchungen und alle Infos zu unserem gesamten Angebot finden Sie online.

www.jungbrunnen-praxis.com

* Medizinische, anerkannte Studie: „The effect of hyperbaric oxygen therapy on the pathophysiology of skin aging: a prospective clinical trial.“



**Jungbrunnen
praxis**

Ein gut gelauntes
Reinigungsteam von
Niederberger



Foto: Niederberger Berlin GmbH & Co. KG

Berlinale: Hinter den Kulissen des EFM

Die Berlinale ist jedes Jahr ein Muss für Filmstars, Regisseure und Cineasten aus aller Welt – und nicht nur für sie. Auch der Gebäudedienstleister Niederberger Berlin hat sich längst als fester Bestandteil des Events etabliert. Bereits zum 22. Mal sorgten seine Reinigungsteams auch diesmal dafür, dass die Filmfestspiele makellos über die Bühne gingen. Besonders im Martin Gropius Bau, dem Herzstück des European Film Markets, erforderte die Reinigung höchste Präzision. Die Aufgabe des Gebäudedienstleisters ist es, dafür zu sorgen, dass die historischen Räume, die hohen Decken und die empfindlichen Böden dabei in makellosem Zustand sind. „Die Herausforderung ist enorm“, erklärt Peter Hollmann, Betriebsleiter von Niederberger Berlin. „Zehn Tage Ausnahmezustand im Gropius Bau – dafür braucht es eine minutiöse Planung, die wir schon Wochen vor Beginn abgeschlossen haben müssen.“ Übrigens: jede Reinigungskraft legt während einer einzigen Berlinale-Schicht rund zehn Kilometer zurück, saugt bis zu 1.000 Quadratmeter Teppich und leert etwa 80 Mülleimer.

www.niederberger.de

Business-News

Positive Tourismus Bilanz 2024

Zum ersten Mal seit 2019 verzeichnete Berlin wieder mehr als 30 Millionen Übernachtungen im Jahr. Die Zahl der Gäste in den 725 Beherbergungsbetrieben der Stadt stieg 2024 um 5,2 Prozent auf 12,7 Millionen. Dies geht aus der aktuellen Bilanz des Amtes für Statistik Berlin-Brandenburg hervor. 42 Prozent der Berlin-Besucher sind internationale Gäste. Ihre Zahl stieg 2024 um mehr als zehn Prozent auf rund 4,7 Millionen. Dabei entfällt jede siebente internationale Übernachtung in Deutschland auf Berlin. Die meisten ausländischen Gäste kamen im vergangenen Jahr aus Großbritannien, den Niederlanden und Italien. Hauptgründe für einen Besuch sind die Sehenswürdigkeiten, das Kunst- und Kulturangebot sowie die Vielfalt der Stadt.

www.visitBerlin.de

Von der Idee bis zur internationalen Expansion

2024 wurden 2.766 Startups in Deutschland gegründet – 11 % mehr als im Vorjahr. Das bestätigen die Zahlen aus der Report-Reihe „Next Generation – Startup-Neugründungen in Deutschland“. Ein Hotspot ist Berlin. Doch Gründungserfolg erfordert mehr als nur eine gute Idee. Es braucht Leidenschaft, eine klare Vision und gezielte Unterstützung. Diese bekommen Gründer*innen bei der Blue Factory in Berlin. Als europäischer Startup-Inkubator der ESCP Business School bietet die Blue Factory lebenslange Unterstützung und fördert diverse Geschäftsmodelle. Seit Ende Februar gibt es ein Coworking-Space auf dem Campus in Charlottenburg.

www.blue-factory.eu

Wirtschaftsfaktor Wassertourismus

Zehn Jahre nach der ersten Erhebung Wassertourismus in Berlin und Brandenburg ist die Branche mit rund 6.100 direkt Beschäftigten weiterhin ein bedeutender Wirtschaftsfaktor der Region. Für die Initiatoren der neuen Studie „Wirtschaftliche Effekte im Wassertourismus in Berlin und Brandenburg“ – darunter die Industrie- und Handelskammern in Berlin-Brandenburg, die Wassertourismus Initiative Nordbrandenburg (WIN), ADAC Allgemeiner Deutscher Automobil-Club e. V. (Berlin-Brandenburg und München) – zeigen die Ergebnisse, dass die wassertouristischen Akteure maßgeblich zur Attraktivität der Region beitragen. Die Kernbotschaft lautet: Der Fokus in den nächsten Jahren ist noch stärker als bislang auf ein nachhaltiges, qualitatives Wachstum zu legen.

www.ihk.de/Potsdam

Foto: Pixabay



Klimaschutz-partner 2025

Bis zum 25. April 2025 können sich Unternehmen, Bürger und öffentliche Einrichtungen mit ihren Projekten und innovativen Konzepten bewerben. Ob Kreislaufwirtschaft, Energie- oder Wassereffizienz, erneuerbare Energien, nachhaltige Mobilität oder Begrünungsmaßnahmen – die Vielfalt der Kategorien bietet Platz für jedes Engagement im Bereich Klimaschutz und Nachhaltigkeit. Der Wettbewerb prämiiert Projekte in drei Kategorien: realisierte Projekte, innovative Planungen und Projekte öffentlicher Einrichtungen. Zudem wird ein mit 1.000 Euro dotierter Publikumspreis vergeben, über den die Besucher*innen im Ludwig Erhard Haus abstimmen können.

www.klimaschutzpartner-berlin.de

Mehr MINT-Bildung in Brandenburg

Rolls-Royce Deutschland und die CHESCO GmbH gaben Ende Januar in Cottbus den offiziellen Startschuss für eine langfristige Partnerschaft zur Förderung der MINT-Bereiche in Brandenburg. Im Mittelpunkt der Kooperation steht die Newton Flight Academy Brandenburg, die im Juli 2024 am Standort Cottbus eröffnet wurde. Ziel ist es, Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 19 Jahren für Naturwissenschaften und Technik zu begeistern und praxisnahes Lernen zu ermöglichen. Rolls-Royce wird das Projekt bis 2029 mit 12.500 Euro jährlich unterstützen

www.rolls-royce.com

Roomers Berlin

Seit Jahresbeginn trägt das Luxushotel am Steinplatz den Namen Roomers Berlin, neuer Eigentümer ist die Gekko Group. Die Marke möchte durch das Rebranding, das seit 1913 bestehende Haus zu einem Ort voller Inspiration entwickeln. Im zum Haus gehörenden „Restaurant am Steinplatz“ prägt nun die Berliner Gastro-Größe The Duc Ngo, der u. a. das Restaurant „Golden Phoenix“ im Boutique-Hotel Provocateur in Charlottenburg konzipiert hat, den gastronomischen Stil. Für das Roomers Berlin wird er ein französisches Brasserie-Konzept umsetzen.

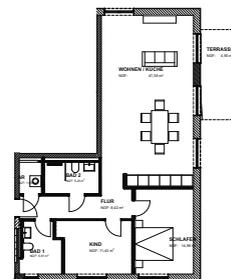
www.gekko-group.de

Die letzten Wohnungen

im exklusiven Projekt am Tor zum Villenpark Potsdam



Zum Beispiel
Wohnung Nr. 13
100 m²



Ein Projekt der EUCON Europäische Consulting AG
Verkaufsbüro: Rudi-Ball-Straße 26 | 14476 Potsdam
Tel. 0800 144 76 00 | info@villenpark-potsdam.com
www.villenpark-potsdam.com



AM TOR ZUM
VILLENPARK
• POTSDAM •

Zukunftsort Berlin-Buch



Foto: RMP Stephan Lenzen Landschaftsarchitekten

Das neugestaltete Areal wird künftig mehr Aufenthaltsqualität und barrierefreien Zugang zum Spreeufer bieten

Mit rund 6.500 Beschäftigten in der Gesundheitswirtschaft leistet der Zukunftsort Berlin-Buch einen zentralen Beitrag für die Branche in der Hauptstadtregion. Mehr als jeder zweite Arbeitsplatz ist in der Forschung und Entwicklung angesiedelt. Auf dem international renommierten Campus Berlin-Buch arbeiten 3.000 Menschen aus über 70 Nationen, davon allein

rund 1.200 Wissenschaftler, die an der Medizin der Zukunft arbeiten. Diese Ergebnisse weist eine Analyse der Investitionsbank Berlin (IBB) aus, die Ende Januar veröffentlicht wurde. Sie zeigt, dass der Zukunftsort auch wirtschaftlich ein Erfolgsmodell ist. Geplante Investitionen in Höhe von 728 Mio. Euro für die bauliche Erweiterung des Zukunftsortes können signifikante Wertschöpfungseffekte und zusätzliche öffentliche Einnahmen von 125 Mio. Euro erzeugen.

www.berlin-buch.com



© GRAND VISIONS

Neugestaltung des Rathaus-Forums

Gestartet sind die bauvorbereitenden Maßnahmen zur Neugestaltung des Rathaus- und Marx-Engels-Forums. Das Areal inmitten des historischen Gründungskerns von Berlin ist durch geschichtliche Zeugnisse und städtische Wahrzeichen verschiedenster Epochen, wie Marienkirche, Rotes Rathaus, Fernsehturm, Neptunbrunnen und Marx-Engels-Denkmal geprägt. Aus der frühen, mittelalterlich dichten Bebauung und den späteren städtebaulichen Überprägungen, u. a. des 18. und 19. Jahrhunderts, entwickelte sich nach der Zerstörung im Zweiten Weltkrieg und dem anschließenden Hauptstadtausbau der ehemaligen DDR ein großzügiger Freiraum zur neuen Stadtmitte. Nach dem Abschluss der bauvorbereitenden Maßnahmen erfolgt der Baustart der Hauptbaumaßnahme zur Neugestaltung des Spreeuferes voraussichtlich im Mai 2025.

www.gruen-berlin.de

Anzeige



Luxusimmobilien auf Mallorca

Wer möchte nicht gerne ein eigenes Feriendomizil auf Mallorca. WELLImmobilien begleitet alle Kaufinteressenten vom ersten Gespräch in Deutschland bis zum Kauf auf der Insel.

Eine traumhafte Aussicht, die perfekte Lage und auch noch alle Annehmlichkeiten sprechen bei einer Immobilie für sich. Einen Traum wie diesen kann man derzeit im Luxussegment für 9,5 Mio € exklusiv bei der Firma WellImmobilien erwerben. Es handelt sich hierbei um einen Neubau mit allen Vorzügen – nahe Portal Nous. Die Fertigstellung ist für April/Mai 2025 avisiert. Darüber hinaus ein charmantes Stadthaus mit 11 Zimmern in Andratx Stadt für 749.000 € oder Es Capdella ein Grundstück für 550.000 €

bzw. ein Neubauprojekt für 2,2 Mio €. Alles im schönen Südwesten Mallorcas.

Weitere Informationen erhalten Sie direkt von der Firmeninhaberin Melanie Huch-Malitzki. Sie begleitet sie von der ersten Besichtigung bis hin zur Übergabe der Traumimmobilie sowie bei Bedarf auch im Anschluss zum Wohle Ihrer Immobilie im HomeDesign bzw. der individuellen Innengestaltung.

www.well-immobilien.de

WellImmobilien
www.well-immobilien.de



„Im Bad will ich mich
WOHLFÜHLEN und
ENTSPANNEN.“

©Villeroy&Boch

WOHLFÜHLEN & ENTSPANNEN

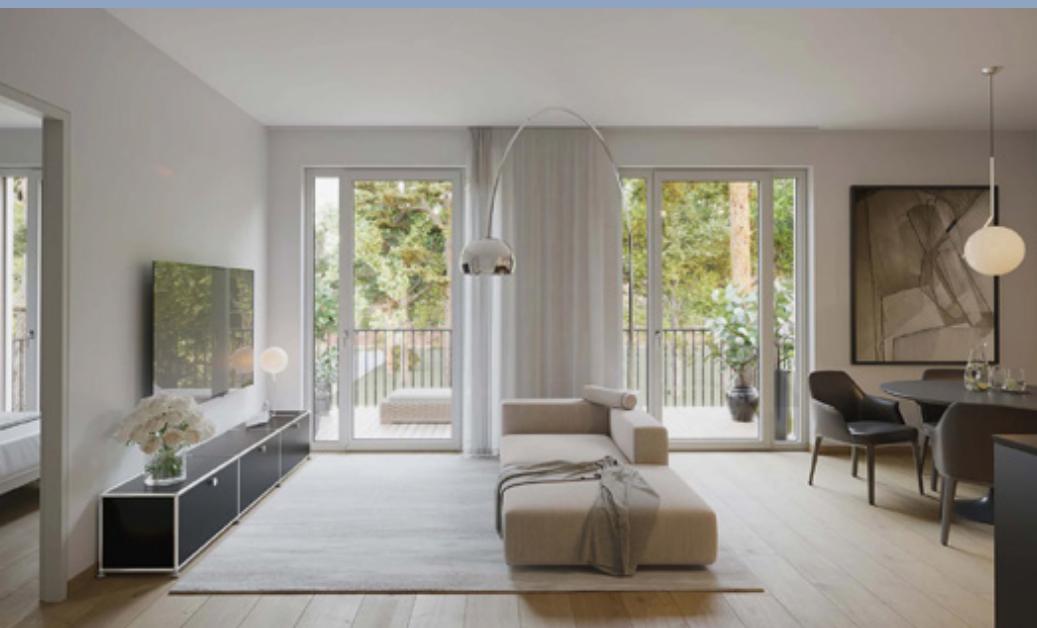
mit LAABS, Ihr Experte für Bad, Heizung
und Elektro. Besuchen Sie uns jetzt in
unserer Badausstellung.

www.laabs-potsdam.de

LAABS
bad & heizung®

Die letzten Wohnungen

im exklusiven Projekt am Tor zum Villenpark Potsdam



Zum Beispiel
Wohnung Nr. 3
EG, 54 m²



Ein Projekt der **EUCON Europäische Consulting AG**
Verkaufsbüro: Rudi-Ball-Straße 26 | 14476 Potsdam
Tel. 0800 144 76 00 | info@villenpark-potsdam.com
www.villenpark-potsdam.com


AM TOR ZUM
VILLENPARK
• POTSDAM •

Wohnglück unter freiem Himmel:

porta Potsdam läutet die Outdoor-Saison ein

Langsam, aber sicher können wir es kaum noch erwarten, die ersten warmen Sonnenstrahlen auf der Haut zu spüren. Höchste Zeit also, den Garten, Balkon oder die Terrasse in ein gemütliches Outdoor-Wohnzimmer zu verwandeln. 2025 erwarten uns moderne Gartenmöbeltrends, die nicht nur durch Funktionalität, sondern auch durch stilvolles Design begeistern.

Wer auf der Suche nach den neuesten Outdoortrends ist, wird bei porta in Potsdam garantiert fündig. Mit einer großen Auswahl an Gartenmöbeln, Outdooraccessoires und Grills ist porta die erste Adresse, wenn es um die Einrichtung des Freiluft-Wohnzimmers geht.

Wer mit dem Trend gehen will, der liegt in diesem Jahr mit der Kombination von modernen Möbeln und innovativen Outdoorstoffen genau richtig. Die modernen, pflegeleichten Stoffe sind speziell für den Außeneinsatz entwickelt, zeichnen sich durch ihre hohe Widerstandsfähigkeit aus und trotzen den Witterungsverhältnissen. Doch die Möbel überzeugen nicht nur durch Qualität, sondern auch in puncto Optik: Dank der breiten Farbpalette, die von angesagtem Tönen wie Taupe und Champagner bis hin zu hellen Grautönen reicht, lässt sich die Outdoor-Oase nach Belieben gestalten. Diese freundlichen Farben schaffen eine einladende Atmosphäre und lassen sich hervorragend mit grünen Pflanzen oder natürlichen Holzelementen kombinieren. So entsteht eine harmonische Balance zwischen Natur und modernem Design.

Gartenmöbel-Trend Rope und Seilbespannung

Ein Trend, der auch 2025 bleibt, sind Gartenmöbel mit Rope- oder Seilbespannung. Diese Möbel sind nicht nur bequem, sondern verleihen jeder Terrasse oder jedem Balkon auch einen stylischen Look. Das robuste Material wird zu eleganten Sitzflächen oder Rückenlehnen verarbeitet und sorgt für ein modernes, leichtes Aussehen. Der Mix aus Naturmaterialien und modernen Designs macht diesen Trend perfekt für jedes Outdoor-Ambiente. Die feinen, durchbrochenen Muster schaffen eine luftige, fast schwebende Optik, die besonders gut zu warmen Temperaturen passt.

Die perfekte Ergänzung: Outdooraccessoires und -leuchten

Neben den Möbeln spielt die Wahl der passenden Outdooraccessoires eine entscheidende Rolle für das Gesamtbild. In der großen Gartenmöbelausstellung bei porta am Stern-Center finden Draußen-Liebhaber dementsprechend auch ein abwechslungsreiches Sortiment an Wohnaccessoires wie Kissen und Teppiche aus wasserabweisenden Outdoorstoffen sowie passende Leuchten. Ob elegante Solarleuchten, stimmungsvolle Lichterketten oder moderne Stehleuchten – die Vielfalt an Beleuchtungslösungen ermöglicht es, den Garten auch in den Abendstunden in Szene zu setzen



www.porta.de

65
JAHRE

www.bauhaus.info
BAUHAUS

Wenn's gut werden muss.

**WIE GUT
IST DAS
DENN!**



ab
999,-

Sunfun Lamellenpavillon 'Milos'

Gestellfarbe Night-Grey, Lamellen individuell per Handkurbel einstellbar, Terrasse, Sitzplatz oder Grillstelle jederzeit im richtigen Licht, komplett aus pulverbeschichtetem Aluminium gefertigt, freistehend oder als Anstellpavillon verwendbar, in verschiedenen Größen erhältlich (ohne Deko und Zubehör)

(o. Abb.) B 294 x T 294 cm **999,-** 31298771

B 392 x T 294 cm **1.399,-** 31305228

(o. Abb.) B 579 x T 294 cm **1.999,-** 31298771

Sunfun Pavillon-Seitenwand Lamellen 'Milos'

B 92 x H 221,5 cm, geeignet für alle Milos Pavillons **249,-**

31994398

Zu den
Angeboten



Finanz-
kauf
0%

Finanzierungswochen

Finanzierungswochen bis 31.5.2025. Effektiver Jahreszins von 0,00% der Santander Consumer Bank AG, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach, gebührenfrei, keine Anzahlung, Laufzeit nach Wunsch 6, 10, 12, 18 oder 24 Monate, Bonität vorausgesetzt, bereits ab einem Einkauf von € 199,- möglich.

BAUHAUS 16x in Berlin und Umland, auch ganz in Ihrer Nähe!

BAUHAUS Gesellschaft für Werkstatt, Haus und Freizeit Berlin mbH & Co. KG, Sitz: Brunsbütteler Damm 144, 13581 Berlin
BAUHAUS Fachcentren Berlin GmbH & Co. KG, Sitz: Nahmitzer Damm 26, 12277 Berlin
BAUHAUS GmbH Nord-Ost & Co. KG Gesellschaft für Bau- und Hausbedarf, Sitz: Schöneler Str. 53, 13127 Berlin-Pankow
BAUHAUS Gesellschaft für Bau- und Hausbedarf mbH & Co. KG Berlin, Bayreuther Straße 3 – 4, 10787 Berlin

Alle Angebote nur gültig bis 31.5.2025, solange der Vorrat reicht.

„Oben ohne“ in den Frühling

Kaum zeigen sich die ersten Sonnenstrahlen im beginnenden Frühjahr, können es Cabrio-Freunde kaum noch abwarten. Die Cabrio-Saison steht vor der Tür. Wem noch das passende Fahrzeug fehlt, muss etwas länger suchen, denn das Angebot wird zunehmend kleiner.

Eine der wenigen Neuheiten kommt von Mini, wo die neue Modellreihe um das beliebte Cabrio ergänzt wurde. Gleich in drei Motorvarianten gibt es das Cabrio. Bereits im Cooper C stehen 163 PS zur Verfügung, im Cooper S sind es schon 204 Pferdestärken. Wem das nicht reicht, kann zum John Cooper Works mit 231 PS unter der Haube greifen. Dazu kommt ein Drehmoment von 380 Nm, eine Spitzengeschwindigkeit von 245 Stundenkilometer und eine Beschleunigung von 0-100 in 6,4 Sekunden. Alle sind mit einem 7-Gang-Automatikgetriebe ausgestattet. Mindestens 32 150 Euro, 2 850 Euro mehr als für die geschlossene Variante, müssen Oben-ohne-Freunde in der Ausstattungsvariante „Classic Trim“ auf den Tisch legen. Dafür gibt es unter anderem Lenkradheizung, LED-Scheinwerfer, Driving- und Parkingassistenten. Damit ist man im Grunde gut ausgestattet. Der 3 300 Euro teurere John Cooper Works Trim bietet zusätzlich noch Sportsitze, Sportbremse sowie ein adaptives Fahrwerk.

Einst stand die britische Marke MG für sportliche Roadster. Nach der Insolvenz wanderten die Markenrechte nach China. Mit dem MG Cyberster stellte man 2021 auf der Shanghai Auto Show eine Konzeptstudie vor, welche die Tradition der offenen Roadster gekonnt fortführt. Im Gegensatz zu früher allerdings rein elektrisch. Preislich startet der Cyberster mit 64 990 Euro für die heckangetriebene Single Motor Variante. Hier verfügt der fast zwei Tonnen schwere Zweisitzer über 340 PS und 475 Nm Drehmoment, was eine Beschleunigung von 0-100 Stundenkilometern in 5,2 Sekunden möglich machen soll. Die Höchstgeschwindigkeit liegt bei 195 km/h. Im Gegensatz dazu verfügt das 5.000 Euro teurere Topmodell über zwei Elektromotoren und Allradantrieb. Insgesamt sind hier 510 Pferdestärken und 725 Nm möglich. Damit gelingt der Sprint von 0-100 in nur 3,2 Sekunden, während die Höchstgeschwindigkeit nur um fünf km/h höher liegt. Die vom Hersteller angegebene Reichweite beträgt 507 bzw. 443 Kilometer.

Elektrisch wird es wohl auch 2025 bei Porsche oben ohne zugehen. Dann nämlich, wenn der Porsche 718 Cayman Electric auf den Markt kommt - im Gegensatz zur Benzinvariante in der neuesten



Foto: BMW Group Presse

Gene-ration vom Typ 983. Eigentlich war das schon für 2024 geplant. Genau wie der Macan baut der elektrische Boxster auf der Premium Plattform Electric auf. Mit diesem Hintergrund rechnen Experten mit einem ähnlichen Marktpreis von 80 000 Euro aufwärts. Bis auf die ersten Erkö-nigfotos Anfang des Jahres ist noch nicht all zu viel bekannt, so dass sich Porsche-Freunde noch etwas gedulden müssen.

Deutlich weiter ist man bei Aston Martin, wo man im letzten Jahr dem Vantage ein Facelift spendierte. Gegenüber dem Vorgänger fällt der größere Kühlergrill und die markanten LED-Scheinwerfer ins Auge. Insgesamt wuchs die Karosserie um 30mm in die Breite. Im zweiten Quartal 2025 soll nach dem Coupé nun die Roadster-Variante auf den Markt kommen. Neben der Sekundenangabe für die Beschleunigung ist bei einem Cabrio noch ein weiterer Zeitfaktor wichtig. Wie schnell sich



Foto: Media MGLife

das Verdeck öffnen und schließen lässt. Das gelingt dem Vantage mit 6,8 Sekunden durchaus schnell. Und das bis zu einer Geschwindigkeit von 50 km/h. Als Antrieb dient ein 4-Liter-Twin-Turbo-V8 mit einer Leistung von 665 PS und einem Drehmoment von 800 Nm. Für die Kraftübertragung sorgt ein 8-Gang-Automatikgetriebe. Die Beschleunigung von 0 auf 100 gelingt in 3,6 Sekunden, Schluss der Beschleunigungsorgie ist erst bei 325 Stundenkilometern. Preislich dürfte der Roadster bei über 200 000 Euro liegen.

Noch einmal teurer wird es beim Kauf des Mercedes-Maybach SL 680, der seit Ende des letzten Jahres bestellbar ist. Mindest-

tens 255 850 Euro kostet die SL 680 Monogram Series, wahlweise in roter und weißer Lackierung. Unabhängig davon hebt sich die schwarz lackierte Motorhaube ab. Ein weiteres Designelement ist der Maybach-spezifische, beleuchtete Kühlergrill. Diese kann optional für 7 735 Euro zusätzlich mit Maybach Pattern versehen werden. Ansonsten halten sich die Individualisierungsmöglichkeiten noch in Grenzen. Unter der Haube steckt der bekannte 4-Liter-V8-Biturbo mit 585 PS und 800 Nm. Die Höchstgeschwindigkeit beträgt 260 km/h. Dabei wiegt der 4,697 Meter lange SL 680 knapp über zwei Tonnen. Ausgeliefert wird das Luxusauto ab diesem Frühjahr.

von Patrick Holzer ■

Freiheit auf zwei Rädern



Gunnar Fehlau, Leiter des von ihm gegründeten pressedienst-fahrrad (pd-f) lud Ende Februar zum traditionellen Fahrrad-Frühling ein und machte mit der Vorstellung der neuesten Trends Lust auf ein tolles Fahrradjahr. Zu Beginn wurde aber erstmal das Thema angeschnitten, ob der Wirtschaftsstandort Deutschland angesichts steigender Produktionskosten für Fahrradunternehmen an Attraktivität verliert.

Dazu hatte der pressedienst-fahrrad mit Führungskräften verschiedener Firmen gesprochen und festgestellt: In den Fahrradmarkt wird vielerorts investiert. Thomas Bernds, der exklusive Räder am Bodensee fertigt, sagt: „Deutsche Firmen waren erfolgreich, wenn sie im eigenen Land produziert haben.“ Marc K. Thiel vom in Wülfrath ansässigen Kinderradspezialisten Puky ist der Meinung, dass sie als Traditionsunternehmen den Anspruch hätten, die heimische Wirtschaft zu stärken. Und Guido Müller von Busch & Müller, dem im sauerländischen Meinerzhagen beheimateten Marktführer in Sachen Beleuchtung, bekräftigt: „Wir rüsten für die Zukunft – und das natürlich am Standort Meinerzhagen. Das Fahrrad löst viele Probleme bei Mobilität, Klimaschutz und Gesundheit.“

Dann geht es in medias res. In der Branche wächst das Angebot an Lösungen für die ganze Familie ständig. Das geht vom Babytransport per Kinderanhänger über praktische Helfer für den Einkauf bis hin zum kippstabilen Dreirad für Ältere wie das „Delta tx“. Lastenrad ist ein Stichwort. „Carrie“ war der Titel eines Horrorfilms, das gleichnamige E-Rad des Herstellers Riese & Müller ist das Gegenteil eines Gruselstreifens. Das Cargo-bike verfügt über eine Flexbox, die sich je nach Bedarf auf Lasten- oder Kindertransport anpassen lässt und dazu für platzsparendes Parken einklappbar ist. Das neue E-Bike „E-Simeto“ von Stevens mit Riemenantrieb ist wartungsarm und ganzjahrestauglich. Das „Pickup Compact Gretel“ von Bernds mit

d r e i

Rädern bietet Platz für eine Transportbox und ist durch eine ausgeklügelte Faltfunktion selbst bereit für den Transport im Kofferraum eines Autos. Solche Räder sind nicht gerade billig, bei „Gretel“ wird die 8.000-Euro-Grenze überschritten. Das sei schon sportlich, sagt Fehlau, „aber man erhält im Vergleich zu früher auch viel mehr Fahrrad für sein Geld.“

Technisch sind die Gefährte von heute mit denen von vor 20 Jahren kaum noch zu vergleichen. Ein Mountainbike wiege heute mit Motor so viel wie früher ohne zusätzlichen Antrieb. Und die Entwicklung geht unaufhaltsam weiter. Inzwischen gibt es ABS, Kurvenlicht oder Automatikschaltung. Die Motor-Getriebe-Einheit (MGU) von Pinion ist mit einer „Auto-Shift-Funktion“ ausgestattet, der Gangwechsel erfolgt vollautomatisiert aufgrund der eingegebenen Trittfrequenz. Weitere smarte Funktionen wie der automatische Gangwechsel beim Anfahren oder Bergab-Fahren stehen zur Verfügung. Verbaut ist das Wunderwerk am „Delite 5 GT Pinion“. Ähnlich Spektakuläres bietet Winoras „Yakun“-Serie mit dem neuen Bosch-Motor „Performance Line CX“, der die Motorunterstützung je nach Fahr-situation automatisch anpassen kann. Und beim „Yakun R5 Pro ABS“ sorgt ein Anti-Blockier-System für mehr Sicherheit. „Wir haben es ausprobiert, auf einer Strecke mit Rollsplit. Das funktioniert hervorragend“, sagt Fehlau. Und das passende Licht dazu liefert Busch & Müller mit seinem Premium-Produkt „Briq-XL“. Das leuchtet die Straße perfekt aus, blendet aber niemanden.

Sicherheitsspezialist Abus wartet mit dem neuen Helm „Hyp-E“ mit serienmäßigem Front- und Rücklicht, sowie



Foto: Bernd Karkossa

Radexperte Gunnar Fehlau stellt die neuen Trends 2025 vor

optionalem Bremslicht und Blinker mit einer Bedieneinheit am Lenker auf. Und das Fahrradschloss „Yardo“ wird nicht mehr durch einen Schlüssel, sondern durch den Fingerabdruck geöffnet.

Last but not least: Adventure. Was nichts anderes heißt als: Reisen mit dem Rad. Laut einer Analyse des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC) waren 2023 37,4 Millionen Radtouristinnen und -touristen „on the road“. Auch hier ist das Angebot breit gefächert. Kompakte E-Bikes mit 20-Zoll-Laufrädern wie das „P12 ZR Adventure“ des Herstellers I:sy mit der MGU-Einheit von Pinion sind was für Urlauber mit dem Wohnmobil, das „CS90 Allroad“ von Ca Go ist mit verschiedenen Gepäckträgern für Zelt, Taschen, Schlafsack oder Isomatte eher geeignet für längere Touren. Und wer mit leichtem Gepäck unterwegs sein will, für den käme vielleicht das „Colmaro Extreme“ des niederländischen Herstellers Koga in Frage. Das Gravelbike kann mit vielfältigen Lenkerformen, Schaltungsvarianten und Gabelarten, sowie Ösen am Rahmen zum Anbringen von Bikepacking-Taschen auf alle möglichen Urlaubsbedürfnisse angepasst werden. Aber Muskeln sollte man hier haben: Das Rad hat keinen Motor. Ausnahmsweise.

von Bernd Karkossa ■

www.pd-f.de



Foto: Pixabay

Start der Golfsaison

Endlich geht es wieder los, die Golfplätze werden auf die neue Saison vorgebereitet. Bei den frühlingshaften Temperaturen in den vergangenen Tagen wurde der eine oder andere Ball schon abgeschlagen und danach noch bei einem Getränk auf der Club Terrasse zusammengesessen.

Ein fester Termin im Kalender der Golfer*innen ist der Lions Charity Cup, der in diesem Jahr zum 29. Mal ausgetragen wird. Treffpunkt ist am 19. Juli im Golfclub Seddiner See. Diesmal ist es möglich, sich als Einzelteilnehmer oder als Viereremannschaft, z. B. als Firma anzumelden. Neben dem Golfspiel auf dem Seddiner Südplatz steht natürlich auch wieder der gute Zweck im Vordergrund. Der Lions Club Berlin-Kurfürstendamm unterstützt mit den Erlösen aus den Startgeldern, der Tombola und der Auktion gemeinnützige Einrichtungen in Berlin wie u. a. das Ricam Hospiz, ein langjähriges Herzensprojekt der Lions. Eine Anmeldung zum Lions Charity Cup ist demnächst unter der untenstehenden Website möglich.
www.berlin-kurfuerstendamm.lions.de

5 Tage – 5 Turniere – 5 Plätze

Die Berliner Golfwoche wird vom 11. bis zum 15. August 2025 ausgetragen. Den Auftakt in diesem Jahr macht der nur 30 Minuten vom Berliner Stadtzen-

trum entfernt liegende Berliner Golf & Country Club Motzener See e.V.. Er zählt zu einer der schönsten Anlagen in Berlin/Brandenburg. Am zweiten Tag geht es für die Teilnehmenden in den Golf Club Gatow. Er wurde 1969 als British Golf Club Gatow von den in Berlin stationierten Briten gegründet und zeichnet



Foto: Uwe Rieper

sich zum einen durch seinen schönen alten Baumbestand im Stil der berühmten Parkland-Courses aus. Zum anderen ermöglicht er auch weite Blicke über den Kladower Feldflur, wobei man sich schwerlich vorstellen kann, mitten in der deutschen Hauptstadt Golf zu spielen. In der Mitte der Woche lädt der Golf- und County Club Seddiner See ein. Die Golfanlage ist infolge ihrer Stadtnähe mit dem Auto schnell und bequem zu erreichen. Zwei anspruchsvolle 18-Loch-Meisterschaftsplätze, harmonisch eingefügt in die umgebende sanft hügelige Landschaft, machen jede Golfrunde zum Erlebnis. Gespielt wird auf dem Seddiner Südplatz. Die Golfanlage Gross Kienitz darf in der Golfwoche natürlich auch nicht fehlen, da der Wohlfühlfaktor in der gesamten Anlage sehr gut zur Golfwoche passt. Er liegt nur acht Minuten von der Berliner Stadtgrenze und zehn Autominuten vom BER entfernt. Ein Highlight kommt zum Schluss: der Golfclub Bad Saarow - Palmer Platz direkt am Scharmützelsee gelegen. Hier wird auch die Abschlussveranstaltung mit der Siegerehrung und einer Verlosung hochwertiger Preise stattfinden. Zum 14-jährigen Bestehen der Turnierreihe dürfen sich die Teilnehmenden auf Sonderaktionen freuen. Nicht zu vergessen sind auch die attraktiven Preise und die Gesamt-



Foto: Uwe Rieper

wertung der Golfwoche am Abschlusstag – so Veranstalter Uwe Rieper. Teilnehmen darf jeder Spieler, der Mitglied eines Golfclubs ist und ein Handicap von 50 hat. Natürlich können die Turniertage individuell zusammengestellt werden. Für die Chance auf den Gesamtsieg muss allerdings mindestens an zwei Terminen gespielt werden.

von Martina Reckermann ■

Anmeldungen unter:
www.berlingolfwoche.de
www.golffreunde.net



Lust auf Golf?

Jetzt in Gatow abschlagen!

Möchten Sie mit dem Golfen beginnen? Dann sind Sie bei uns genau richtig. Vom ersten Schnupperkurs bis zur Platzreife begleiten wir Sie unter professioneller Anleitung mit dem Trainerteam der Joel Goodson Golf Academy. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Schnupperkurse

- keine Vorkenntnisse erforderlich
- Leihschläger und Übungsbälle werden gestellt
- Nutzung der Übungsanlage am Kurstag auch über die Kursdauer hinaus

Termine und Infos unter
golfclubgatow.de/golf-startangebote

20€
p.P.

Gatow-Startpaket

Platzreife + Probemitgliedschaft

Absolvieren Sie mit einem PGA Golflehrer an zwei Wochenenden Ihre Platzreife und werden Sie im Anschluss 3-monatiges Mitglied in unserem Club.

Enthaltene Leistungen:

- 4-tägiger DGV-Platzreifekurs
- 3-monatige Mitgliedschaft im Anschluss an den Kurs
- Führung des Handicaps
- Kostenlose Trainingskarte zwischen den Kurstagen

Anmeldung und Termine unter
golfclubgatow.de/golf-startangebote

399€
p.P.

Mehr Infos unter www.golfclubgatow.de

Voll im Trend aber gefährlich – Cola, Limo & Co.

23 Gramm Zucker nehmen Menschen in Deutschland pro Tag im Durchschnitt über Softdrinks zu sich. Mit hippen Etiketten und ungewöhnlichen Rezepturen sind sie vor allem bei jungen Menschen beliebt. Aber nicht nur Zucker gefährdet die Gesundheit, sondern auch die enthaltenen Säuren. Die Initiative proDente machte anlässlich des Tages der gesunden Ernährung am 7. März auf die Auswirkungen von Softdrinks auf die Zahngesundheit aufmerksam.

Viele Menschen wissen, dass zuckerhaltige Getränke ungesund sind. Ein hoher Konsum kann zu Übergewicht oder Diabetes führen. „Die Gefahren von Softdrinks für die Zahngesundheit werden oft jedoch unterschätzt“, mahnt Dirk Kropp, Geschäftsführer der Initiative proDente e. V. „Zucker und Säuren aus Erfrischungsgetränken können sowohl zu Karies als auch zu Zahnschmelzerosionen führen.“

Zucker als Hauptverursacher von Karies

Der pro-Kopf-Verzehr von Zucker liegt in Deutschland bei etwa 35 Kilogramm pro Jahr. Das ist mehr als doppelt so viel wie von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlen. Dabei stammt sogar mehr Zucker aus Getränken als aus Süßwaren. Im Durchschnitt enthält ein Glas Softdrink (250 ml) sechseinhalb Zuckerwürfel.

„Kariesbakterien wandeln Zucker aus den Getränken in zahn-schädigende Säuren um“, erläutert Dr. Romy Ermler, Vorstandsvorsitzende der Initiative proDente e. V. und Vizepräsidentin der Bundeszahnärztekammer (BZÄK). „Die Säuren lösen Mineralien aus dem Zahnschmelz und entkalken ihn. Langfristig kann ein Defekt an der Zahnoberfläche, also eine Karies, entstehen.“

Säurehaltige Getränke schädigen Zahnschmelz direkt

In vielen Softdrinks ist nicht nur Zucker enthalten, sondern auch Säure. Diese kann die Zähne direkt schädigen. Denn Säuren lösen Mineralstoffe wie Kalzium und Phosphat aus dem Schmelz. Durch den häufigen Verzehr säurehaltiger Erfrischungsgetränke kann so der schützende Zahnschmelz dünner werden. Die Krux: Einmal stark geschädigt, kann der menschliche Körper Zahnschmelz nicht neu bilden. Als Folge sind die Zähne sensibler und können bei z.B. Heißem oder Kaltem empfindlich schmerzen. Auch haben Kariesbakterien leichteres Spiel.



Die meisten Softgetränke enthalten mehr Zucker als „richtige“ Süßigkeiten

Foto: proDente e.V./Kierzkowski

Cola, Limo & Co.: Tipps für gesunde Zähne

- Als Durstlöscher Wasser trinken.
- Nur gelegentlich zu Softdrinks greifen.
- Softdrink nicht über den Tag verteilt trinken, sondern in möglichst kurzer Zeit. Das reduziert die Kontaktzeit mit den Zähnen.
- Anschließend mit einem Schluck Wasser nachspülen.
- Kaugummi regt den Speichelfluss an. Mineralstoffe aus dem Speichel reparieren den Zahnschmelz.
- Kalzium- und phosphatreiche Lebensmittel wie Milch oder Käse stärken die Zähne.
- Fluoridhaltige Zahnpasta remineralisiert den Schmelz.

von Marie Weiß ■

www.proDente.de



BER LIN lächelt

Feste Zähne in nur einer Sitzung

- ✓ Computergesteuerte Implantationen
- ✓ Implantate sofort belastbar
- ✓ Behandlung im Schlaf durch sanfte Narkose
- ✓ Implantate und Keramikkrone in nur einer Sitzung

Lassen Sie die Profis ran: Dr. Wilde & Partner erwarten Sie in einer der größten und modernsten Spezialpraxen für zahnärztliche Implantologie.

Frühling ohne schwere Beine – Die Revolution in der Krampfadertherapie

Mit den ersten warmen Frühlingstagen steigt die Vorfreude auf mehr Bewegung, längere Spaziergänge und luftige Kleidung. Doch für viele Menschen bedeutet diese Jahreszeit auch die Rückkehr unangenehmer Beschwerden: schwere, schmerzende oder geschwollene Beine. Krampfadern, medizinisch als Varikosis bekannt, sind weit verbreitet und betreffen rund 30 % der erwachsenen Bevölkerung – Frauen häufiger als Männer.

Warum Krampfadern mehr als ein kosmetisches Problem sind

Während viele sie lediglich als optisches Problem betrachten, können sie unbehandelt zu ernsthaften gesundheitlichen Komplikationen führen. Chronische venöse Insuffizienz (CVI), Hautveränderungen bis hin zu offenen Beingeschwüren (Ulcus cruris venosum) oder gar tiefen Venenthrombosen sind mögliche Folgen. Trotz der hohen Prävalenz und der bekannten Risiken werden Krampfadern oft ignoriert oder die Behandlung aus Angst vor invasiven Eingriffen hinausgezögert.

Minimalinvasiv und revolutionär: VenaSeal als sanfte Alternative

In den letzten Jahren hat sich die Behandlung von Krampfadern grundlegend verändert. Während früher invasive Verfahren mit Operationen, Schnitten oder Hitzebehandlungen die Regel waren, setzen moderne Venenzentren auf schonende, minimalinvasive Methoden. Eine der innovativsten Techniken ist VenaSeal, ein medizinischer Venenkleber, der Krampfadern dauerhaft verschließt – ohne Narkose, ohne Schnitte, ohne Verbrennung des Gewebes. Der VenaSeal-Mechanismus basiert auf einem speziell entwickelten medizinischen Cyanacrylat-Kleber, der in die betroffene Vene injiziert wird. Innerhalb weniger Sekunden verklebt er die erkrankte Vene, sodass das Blut über gesunde Venen umgeleitet wird. Das Besondere: Es entsteht keine thermische Schädigung des umliegenden Gewebes, wodurch Nebenwirkungen wie Nervenschädigungen oder Verbrennungen, die bei Radiofrequenzablation (RFA) oder endovenöser Lasertherapie (EVLA) vorkommen können, minimiert werden.



Dr. Hamidreza Mahoozi

Vorteile von VenaSeal im Überblick:

- Kein operativer Eingriff, keine Schnitte
- Keine Narkose erforderlich
- Keine Verbrennung des Gewebes (wie bei Laser oder Radiofrequenz)
- Keine Notwendigkeit für Kompressionsstrümpfe nach der Behandlung
- Sofortige Rückkehr in den Alltag

Patientenfall: Eine Behandlung, die das Leben verändert

Frau M., 54 Jahre, aus Berlin litt seit Jahren unter schweren Beinen und Krampfadern. Besonders im Frühling und Sommer wurden die Beschwerden unerträglich. „Ich konnte abends kaum noch laufen, meine Beine fühlten sich ständig müde und



geschwollen an“, berichtet sie. Aufgrund der Angst vor einer Operation hatte sie die Behandlung lange hinausgezögert. Im Januar entschied sie sich für VenaSeal. „Die Behandlung war unglaublich schnell, und ich spürte sofort eine Erleichterung“, erzählt sie. Bereits am nächsten Tag konnte sie wieder zur Arbeit gehen – ohne Schmerzen und ohne Kompressionsstrümpfe.

Frühling als perfekter Zeitpunkt für eine Krampfaderbehandlung

Warum ist gerade der Frühling ideal für eine Krampfadertherapie? Es gibt mehrere Gründe:

1. Optimale Heilung vor dem Sommer: Nach einer VenaSeal-Behandlung sind keine langen Erholungszeiten nötig. Patienten können in der Regel sofort wieder aktiv sein – ideal für den Start in eine beschwerdefreie Sommersaison.
2. Weniger Beschwerden durch Hitze: In den wärmeren Monaten leiden viele Menschen verstärkt unter schweren und geschwollenen Beinen. Eine rechtzeitige Behandlung kann das Risiko venöser Komplikationen senken.
3. Keine Kompressionsstrümpfe notwendig: Im Gegensatz zu klassischen Methoden ist nach VenaSeal keine wochenlange Kompressionstherapie erforderlich, was den Alltag erheblich erleichtert.

Expertenmeinung

Dr. Hamidreza Mahoozi erklärt: „VenaSeal ist eine der schonendsten Methoden zur Behandlung von Krampfadern. Im Vergleich zu klassischen Verfahren ist es nicht nur weniger invasiv, sondern auch langfristig sehr effektiv. Die Vorteile für den Patienten liegen auf der Hand: weniger Schmerzen, keine Ausfallzeiten und eine sofortige Verbesserung der Lebensqualität.“

VenaZiel Berlin: Hochspezialisierte Behandlung im Herzen der Hauptstadt

Als modernes Zentrum für Venenerkrankungen bietet VenaZiel Berlin eine umfassende Versorgung nach neuesten wissenschaftlichen Standards. Neben der VenaSeal-Methode werden auch alternative minimalinvasive Therapien wie Radiofrequenzablation (RFA) und endovenöse Lasertherapie (EVLA) eingesetzt – individuell angepasst an die Bedürfnisse jedes Patienten. Mit der Eröffnung der neuen Filiale am Checkpoint Charlie im April 2025 erweitert VenaZiel sein Angebot für Patienten aus Berlin und Umgebung. Das neue Zentrum ermöglicht eine noch bessere Versorgung mit modernster Diagnostik und innovativen Behandlungsmethoden in der Phlebologie und Proktologie.

Fazit: Zeit für gesunde Beine – modern, schonend und nachhaltig

Die Behandlung von Krampfadern hat sich in den letzten Jahren revolutioniert. VenaSeal bietet eine schmerzarme, sichere und langfristige Lösung, um nicht nur das optische Erscheinungsbild der Beine zu verbessern, sondern vor allem die Gesundheit der Patienten nachhaltig zu schützen. Der Frühling ist die perfekte Zeit, um aktiv zu werden und den Weg zu leichteren, gesünderen Beinen einzuschlagen.

Jetzt den ersten Schritt zu gesunden und schönen Beinen machen! Scannen Sie den QR-Code, füllen Sie unser kurzes Formular aus und wir kontaktieren Sie für Ihren Wunschtermin – schnell, unkompliziert und individuell.



www.venaziel.de/top

Die Last auf meinen Schultern

Redewendungen wie „Die Angst sitzt mir im Nacken“ oder „Er trägt die Last auf seinen Schultern“ haben eine lange Tradition, doch nicht nur im übertragenen Sinne muss der Schulter- und Nackenbereich oftmals einiges aushalten. Nicht ohne Folgen: „Beinahe jeder Mensch hatte schon einmal Nackenschmerzen“, so Dr. Munther Sabarini, Neurochirurg und Gründer der Avicenna Klinik.

Die Schmerzen entstehen hauptsächlich durch Über- oder Fehlbeanspruchung der Muskulatur und sind das Ergebnis einer verspannten Muskulatur im Halsbereich. Doch auch falsches Liegen oder Verletzungen führen zu Nackenbeschwerden.

Nahrung für das Schmerzgedächtnis

Bestehend aus mehreren Muskelgruppen, unzähligen Nerven und sieben Wirbelkörpern stellt der Nacken neben der Haltung und Zentrierung des Kopfes auch dessen Beweglichkeit sicher. Daher beschränken sich Schmerzen in dieser Region selten nur auf den Schulterbereich, sondern strahlen weiter bis zum Kopf und in die Arme aus. „Eine Über- oder Fehlbelastung strapaziert auf Dauer die Haltekapazität der Muskulatur“, erläutert Dr. Sabarini. „Dadurch verhärtet diese und es kommt zu Schmerzen. In der Folge nehmen Betroffene instinktiv eine Schonhaltung ein, was die Beschwerden noch verstärken kann.“

Volkskrankheit Handynacken

Oftmals reagiert der Nacken auf langes Verharren in einer Fehlhaltung mit schmerzhafter Verkrampfung. Doch auch infolge eines Unfalls oder aufgrund von Stress spannt sich der Körper an. Als häufigster Grund für Verspannungen oberhalb der Rumpfregeion gilt heutzutage jedoch der ständige Blick nach unten. Eine unzureichende Durchblutung in Kombination mit längerer Muskelanspannung führt hier zu den Beschwerden im Schulter-Nackengebiet, dem sogenannten Handynacken. Begünstigt wird dieser durch den häufigen und oft auch längeren Blick auf das Smartphone – sei es zum Surfen, Schreiben oder



Dr. Munther Sabarini

Spielen. Denn dabei neigt sich der Kopf um etwa 45 Grad, sodass zu dem Grundgewicht des Kopfes zusätzlich etwa 20 Kilogramm auf die Wirbelsäule einwirken – das entspricht dem Gewicht einer Wasserkiste. Durch die gesenkte Haltung des Kopfes muss die Halswirbelsäule einer enormen Kraft entgegenwirken, denn in der Handyposition befinden sich die kleinen Gelenke zwischen den Wirbelkörpern in einer Endposition und die Gelenkkapseln sowie Bänder sind ständig gedehnt, die Muskulatur steht unter Anspannung. „Beim Blick auf mobile Geräte empfehle ich immer aufrecht zu sitzen und das Smartphone vor dem Gesicht zu halten, anstatt sich drüber zu beugen“, so Dr. Sabarini. „Dabei gilt grundsätzlich: Je ausgiebiger die Nutzungsdauer, desto mehr Belastung für Nacken und Schultern.“ Auch langanhaltendes Sitzen und zu wenig Bewegungspausen während der Nutzung elektronischer Geräte tragen zur Entstehung eines Handynackens bei.

Endlich schmerzfrei

Endlich schmerzfrei

Leiden Betroffene unter Beschwerden in der Nacken- und Schulterregion aufgrund von Verspannungen, helfen in der Regel Wärmebehandlungen, Entspannungsübungen, mehr Bewegung oder leichte Schmerzmittel, die zudem einer Schonhaltung vorbeugen. Besonders wer im Alltag lange sitzt, sollte etwa alle 30 Minuten aufstehen und sich strecken und ein paar Schritte laufen. Durch bewusstes Kreisen mit Kopf und Armen lassen sich verspannte Muskeln zusätzlich lockern. Dazu den



Kopf langsam nach vorn auf die Brust und dann in den Nacken legen. Langfristig sollte jedoch die Vorbeugung im Vordergrund der Therapie stehen. Hierzu eignen sich etwa Physiotherapie oder Krankengymnastik. Mit gezielten Übungen, welche die Muskulatur stärken, lässt sich hier eine gute Körperhaltung aufbauen. Auch osteopathische Behandlungen bieten eine gute Möglichkeit, Beschwerden entgegenzuwirken. Dabei werden Blockaden, die etwa durch den Handynacken entstanden sind, aufgelöst. „Tritt keine Besserung ein oder verschlechtert sich der Zustand gar, sodass die Schmerzen bis in die Arme ausstrahlen oder die Hände einschlafen, sollten Betroffene einen Arzt aufsuchen“, empfiehlt der Berliner Neurochirurg. „Denn teilweise liegen andere Ursachen wie ein Bandscheibenvorfall oder eine Arthrose der Wirbelgelenke in der Halswirbelsäule vor, die eine spezifische Behandlung erfordern.“

Foto: Pixabay

www.avicenna-klinik.de

Im Jahr 2001 gründete Neurochirurg Dr. Munther Sabarini die Avicenna Klinik, eine international anerkannte Klinik für Wirbelsäulenchirurgie. Heute ist die Klinik auf die Bereiche Wirbelsäulen- und Gelenkchirurgie spezialisiert. Zusammen mit den Fachgebieten Neurochirurgie mit Schwerpunkt Wirbelsäulenchirurgie sowie Orthopädie mit Schwerpunkt Gelenkchirurgie, aber auch Radiologie, Physiotherapie und Anästhesie bildet das Leistungsspektrum ein ganzheitliches Konzept. Patienten aus aller Welt erhalten in der Klinik mit internationalem Anspruch individuelle Beratung sowie Betreuung und profitieren von einem breiten diagnostischen und therapeutischen Spektrum. Um eine optimale medizinische Versorgung zu gewährleisten, arbeiten international anerkannte Fachärzte mit geschultem Personal eng zusammen. Besondere Schwerpunkte sind patientenschonende, innovative Behandlungsverfahren wie Lasertherapien und minimalinvasive Methoden. Geeignete Therapien finden aufgrund der interdisziplinären Zusammenarbeit von Spezialisten schnellstmöglich Anwendung. Die Klinik verfügt über eine hochmoderne Ausstattung im Bereich Diagnostik und Therapie sowie über äußerst komfortable Patientenzimmer. Durch die Mitgliedschaft in zahlreichen internationalen Gesellschaften für Neurochirurgie und Schmerztherapie unterstreicht die Klinik ihren hohen medizinischen Anspruch.

Auf dem Dach der Welt

China Provinz Yunnan

Konfuzius sagt: „Der Weg ist das Ziel.“ Es gibt Reisen, die mehr sind als nur ein Ortswechsel. Ein solcher Ort ist die chinesische Provinz Yunnan, das Herz des Drei-Flüsse-Landes an der Grenze zu Tibet. Hoch oben, in der Abgeschiedenheit, wartet eine Erfahrung, die Körper und Geist herausfordert. Weit entfernt von den ausgetretenen Tourismus-Pfaden, eröffnet sich dem Betrachter eine Welt, die unverfälschter nicht sein könnte, denn die drei großen Flüsse Jangtse, Mekong und Saluen haben sich tief in das Gestein gegraben und so eine Kulisse aus tiefen Schluchten und schroffen Sechstausendern geschaffen. Hier spürt man nur den eigenen Herzschlag, die majestätische Stille der Berge und die Ursprünglichkeit einer jahrhundertealten Kultur.

Lassen Sie die Seele ankommen

Bei einigen Völkern ist es üblich, sich nach einer langen Reise einen Tag Pause zu gönnen, damit die Seele nachkommen kann. Dies ist hier auch sehr empfehlenswert, denn die Anreise in dieser Region beansprucht lange Zeit. Die Reise beginnt mit einem Langstreckenflug von Frankfurt nach Chengdu Tianfu und geht dann noch mal weiter nach Lijiang Sanyi. Von dort aus ist ein weiterer Transfer von knapp 40 Minuten erforderlich, um das endgültige Übernachtungsziel zu erreichen.

Wahrhaft erhebend

Schon bei der Ankunft in dieser atemberaubenden Landschaft wird klar, warum diese Destination als „Dach der Welt“ bezeichnet wird. Die gigantischen Berge, die sich in den Himmel erheben, die glasklare Luft und die unberührte Natur lassen den Ankommenden das Gefühl spüren, über den Dingen zu stehen und laden ihn zu einem Perspektivwechsel ein, der ja immer ungeahnte und manchmal auch unerwartete Erkenntnisse bringt.

top tipp **i** Nehmen Sie sich einen Moment Zeit für einen tiefen Atemzug, um ganz im Moment zu sein.

Das Erste, was dem Besucher ins Auge fällt, ist die ungewöhnlich hohe Baumgrenze in Yunnan. Während in Europa die Baumgrenze oft bei etwa 1800 bis 2000 Metern liegt, findet man in Yunnan Bäume noch in Höhen von über 3500 Metern. Dies liegt an den besonderen klimatischen Bedingungen der Region, die es den Bäumen ermöglichen, in größeren Höhen zu gedeihen.

Was wir bewahren wollen, müssen wir teilen

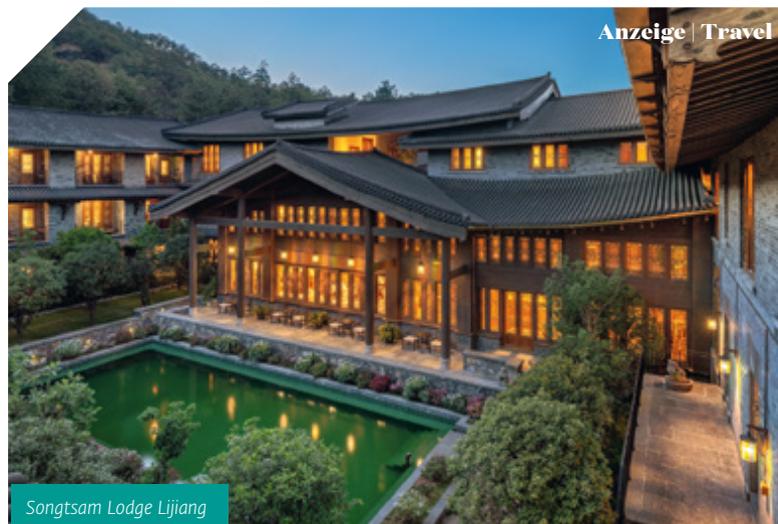
Die Songtsam Hotelgruppe, bei der wir zu Gast sind, ist eine privat geführte Hotelkette und wurde von Pema Dorjee gegründet, einem visionären Unternehmer und ehemaligen Dokumentarfilmer. Er stammt aus einer Familie, die tief in der tibetischen Kultur verwurzelt ist. Sein Traum war es, die Traditionen und die außergewöhnliche Schönheit der Region mit der Welt zu teilen und zum Wohlstand der einheimischen Bevölkerung beizutragen. Ein Highlight der Songtsam Hotels sind die beeindruckenden Sammlungen, welche eine Vielzahl von Kunstwerken, Antiquitäten und kulturellen Artefakten umfassen.

top tipp **i** Nutzen Sie die Führungen und Vorträge in den Hotels, um mehr über die vielfältigen Sammlungen und die Geschichte der Region zu erfahren.

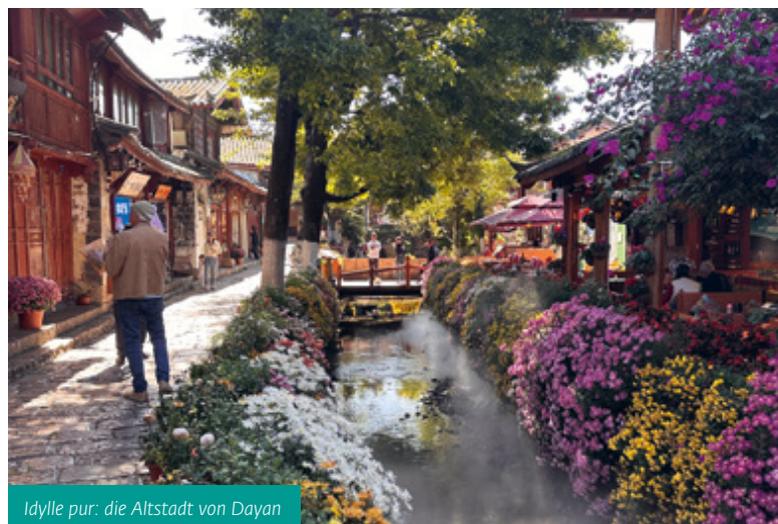
Erste Station: Songtsam Lodge Lijiang

Grundsätzlich folgt unsere Reise der historischen Tea Horse Route – eine alte Handelsroute, die durch die Region führt. Diese Route wurde einst von Karawanen genutzt, die Tee aus Yunnan nach Tibet und weiter nach Indien transportierten. Jedoch ist nach der Ankunft in der Songtsam Lodge Lijiang auf 2400 Höhenmetern erst einmal Akklimatisieren und Schlafen angesagt. Die Lodge, in der Nähe der historischen Stadt Lijiang, bietet eine perfekte Mischung aus traditioneller Naxi-Architektur und modernem Komfort. Die gut erhaltene Altstadt von Lijiang, ein UNESCO-Weltkulturerbe, lädt zu ersten Erkundungen ein. Die engen Gassen, malerischen Kanäle und die typischen Bauwerke lassen den Besucher in eine magische Welt eintauchen.

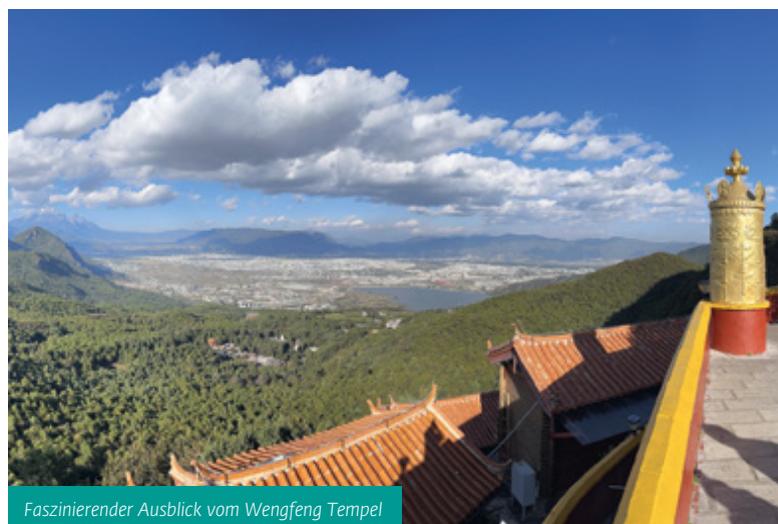
top tipp **i** Trinken Sie viel Wasser und vermeiden Sie anstrengende Aktivitäten in den ersten Tagen, um sich besser an die Höhenlage zu gewöhnen. »



Songtsam Lodge Lijiang



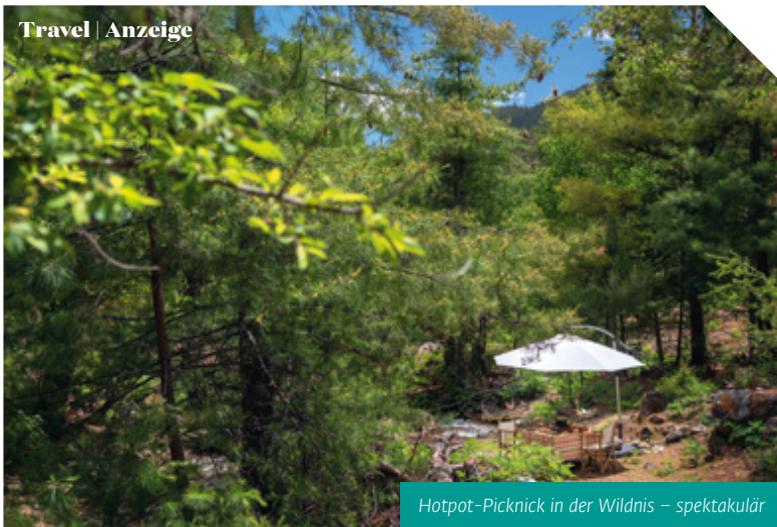
Idylle pur: die Altstadt von Dayan



Faszinierender Ausblick vom Wengfeng Tempel



Einer der top Höhenwanderwege der Welt



Hotpot-Picknick in der Wildnis – spektakulär



Fantastischer Blick aus dem Restaurant der Songtsam Lodge Linka Shangri-La



Farbenfrohes Kloster Songzanlin



Kulinarische Vielfalt der Region

» **Willst du die Welt erkunden, finde neue Freunde**

Die Umgebung der Lodge ist von bescheidenem Wohlstand geprägt, und die Menschen sind herzlich und gastfreundlich. Ein großer Pluspunkt der Songtsam Hotelgruppe ist, dass sie Einheimische als Angestellte rekrutiert. Dies trägt nicht nur zur lokalen Wirtschaft bei, sondern ermöglicht den Gästen auch authentische Begegnungen mit den Menschen. Das Personal der Lodge spiegelt die Vielfalt der 25 ethnischen Gruppen wider, die in der Region Yunnan friedlich nebeneinander leben.

Kommunikation jenseits der Worte

Es darf an dieser Stelle nicht unerwähnt bleiben, dass die Kommunikation eine gewisse Herausforderung darstellt. In dieser abgelegenen Gegend ist es schwierig, sich mit Englisch zu verständigen. Entgegen der weitverbreiteten Annahme, dass die Chinesen aufgrund ihres Fortschritts die englische Sprache gut beherrschen, ist dies in dieser Gegend nicht der Fall. Doch genau hier liegt auch ein gewisser Reiz: Die Kommunikation erfolgt oft nonverbal. Wenn alles nichts hilft, gibt es immer noch den Google Translator auf dem Smartphone.

top tipp **i** Laden Sie vor der Reise eine Übersetzungs-App auf Ihr Smartphone herunter oder üben Sie einige grundlegende chinesische Phrasen. Und auch wenn die Sprachbarriere eine Herausforderung ist, sagen Gesten und ein Lächeln oft mehr als tausend Worte.

Markt der Köstlichkeiten

In den folgenden zwei bis drei Tagen steht stressless auf dem Programm. Die Gäste können das Wellness-Programm der Lodge genießen, die Landschaft bewundern und die Altstadt von Lijiang nochmals besuchen. Ein Ruhetag in der Lodge ist ebenfalls empfehlenswert, um sich vollständig zu akklimatisieren.

Ein Besuch der antiken Stadt Dayan und des Zhongyi-Marktes bietet einen tiefen Einblick in das tägliche Leben in Lijiang. Hier können die Gäste frische Produkte, Kunsthandwerk und lokale Spezialitäten entdecken. Auch wird gesungen und getanzt. Die vielen bunten Farben und die fröhlichen Menschen machen den Ausflug zu einem nachhaltigen Erlebnis.

Ein weiterer Höhepunkt ist der Besuch des Wenfeng-Tempels. Der Tempel, einer der „Fünf berühmten Tempel von Lijiang“, liegt auf einem Hügel und bietet einen weiten Blick auf die umliegende Landschaft und prächtige Fotomotive. Die beeindruckende Architektur und die ruhige Atmosphäre machen den Besuch zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Hinweis: Bitte beachten Sie immer die Hinweise Ihres Reiseleiters, um sich aus kulturellem Respekt der Tempel etikette anzupassen.

Weiterreise zur Benzilan Lodge – Aufenthalt und Aktivitäten

Nach der Erkundung von Lijiang geht die Reise weiter zur Benzilan Lodge auf 1900 Höhenmetern. Hier beginnen die ersten Tageswanderungen, darunter der berühmte Höhenwanderweg in der Tiger Leaping Gorge mit Blick auf den Jinsha Fluss. Ein Aufenthalt von mindestens zwei Nächten, idealerweise drei, ist ratsam. Nehmen Sie sich unbedingt die Zeit, um in die Geheimnisse der Meditation einzutauchen.

top tipp **i** Packen Sie bequeme Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung ein. Die Wanderungen bieten spektakuläre Ausblicke, aber das Wetter kann schnell umschlagen. »

» Ein Souvenir der anderen Art

Die nächste Station ist Shangri-La. Ein eindrückliches Erlebnis ist die Wanderung durch den Niding-Wald. Der Wald, bekannt für seine hohen Yunnan- und Huashan-Kiefern sowie eine Fülle von Pfingstrosen, Azaleen und Schwertlilien, eignet sich perfekt für intensive Naturbeobachtungen. Das Hotelteam organisiert an idyllischen Plätzen in der Wildnis Hotpots, ein traditionelles Gericht, bei dem frische Zutaten nach Wahl in heißer Brühe zubereitet werden. Zudem können die Gäste das Kloster Songzanlin besuchen. Es ist das größte tibetisch-buddhistische Kloster in Yunnan. Wer auf der Suche nach dem tibetischen Spirit war, wird ihn hier finden.

Das Kloster wurde im Jahr 1679 während der Qing-Dynastie gegründet und ist ein bedeutendes religiöses Zentrum für die tibetisch-buddhistische Gemeinschaft. Es erstreckt sich über eine Fläche von etwa 33 Hektar und beherbergt rund 700 Mönche. Die Anlage umfasst mehrere Hallen, Tempel und Wohngebäude, die reich mit tibetischen Kunstwerken, Wandmalereien und Statuen geschmückt sind.

Im Hotel Songtsam Linka Shangri-La können Gäste an Tangka-Malerei-Workshops teilnehmen und unter fachkundiger Anleitung ihre eigenen Kunstwerke schaffen.

Fun-Fact: Der Begriff „Shangri-La“ stammt aus dem Roman „Lost Horizon“, der 1933 von James Hilton veröffentlicht wurde. Das Buch erzählt die Geschichte einer Gruppe von Menschen, die nach einem Flugzeugabsturz in einem abgelegenen Tal im Himalaya landen. Dort entdecken sie das fiktive, utopische Paradies Shangri-La, ein Ort des ewigen Friedens, der Jugend und des Wohlstands. Die Umbenennung der Stadt Zhongdian in Shangri-La war ein kluger touristischer Schachzug, der das Interesse und die Neugier von Reisenden aus aller Welt geweckt hat.

top tipp **i** Nehmen Sie sich Zeit, die Workshops zu besuchen. Diese Kunstform bietet eine wunderbare Möglichkeit, ein einzigartiges Souvenir zu schaffen.

Authentische Gaumenfreuden und Aktivitäten

Shangri-La bietet kulinarische Erlebnisse, die die Gäste mit ihrer reichhaltigen und frischen Küche immer wieder überraschen. Neben traditionellen tibetischen Gerichten kann man auch an Barbecue-Abenden teilnehmen, bei denen regionale Zutaten auf einem Holzkohlegrill am Tisch zubereitet werden.



Ralf Kern: Mein persönliches Highlight

Auf einem der weltweit top Höhenwanderwege Menschen aus aller Welt sowie Einheimischen aber auch Kühen und Ziegen zu begegnen, hat schon etwas Besonderes. Und über dem Abgrund Dankbarkeit für die Gastfreundschaft zu zeigen, ist selbstverständlich.

Wer es sehr aktiv mag, kann beim Horse Riding oder mit Quads die Umgebung erkunden, den Napa See besuchen und die Gedenkstätte am Yangtze-Fluss. Der Napa See, ein saisonaler See in der Nähe von Shangri-La, ist in erster Linie bekannt für seine reiche Vogelwelt und ist ein ausgesprochen beliebtes Ziel für Naturliebhaber und Fotografen.

Sauerstoff aus der Dose

Eine Reise in die Höhenlagen Chinas auf 3500 Metern stellt aufgrund der niedrigen Sauerstoffkonzentration eine echte Herausforderung dar. Jedoch wird in den Hotels vorgesorgt. Es stehen Sauerstoffaggregate zur Verfügung, die bei Bedarf genutzt werden können. Eine praktischere Lösung sind jedoch die Sauerstoffflaschen, die in Form von großen Spraydosen erhältlich sind. Sie sind leicht zugänglich und kostengünstig. Um den Sauerstoff zu nutzen, wird eine Maske auf die Dosenöffnung gesetzt, und durch Drücken kann der Sauerstoff inhaliert werden.

top tipp **i** Hören Sie auf Ihren Körper und nutzen Sie die bereitgestellten Sauerstoffflaschen bei Bedarf. Es ist wichtig, bei den ersten Anzeichen von Höhenkrankheit sofort Maßnahmen zu ergreifen.

Die Yunnan-Region und Shangri-La ist ein Reiseziel für alle, die glauben, schon alles gesehen zu haben. Die Reise ist mehr als nur ein Urlaub – sie ist eine tiefgehende Erfahrung, die Körper und Geist herausfordert und bereichert – eine wahre Grenzerfahrung. Die wilde Landschaft, die reiche Kultur und die herzliche Gastfreundschaft der Menschen machen diesen Tripp zu einem unvergesslichen Erlebnis. Wer den Weg zu diesen abgelegenen Orten geht, wird nicht nur die Schönheit der Natur entdecken, sondern auch ein Stück von sich selbst.

Yunnan ist mehr als nur ein Ziel – Yunnan ist ein Weg zu sich selbst.

top facts



Air China und andere Airlines fliegen ab Frankfurt



Empfohlene Reisezeiten sind März - Mai und September - November



Während der Sommerzeit sind es +6 Stunden, sonst +7 Stunden



Es wird empfohlen, Bargeld (RMB) mitzunehmen. Kreditkarten werden nur bedingt akzeptiert.



Der Reisepass muss noch eine Gültigkeit von sechs Monaten haben. Sollte man eine Verlängerung nach Tibet planen, schlägt ein unkompliziertes Visum für 15 Tage mit 100 € zu Buche.



Die Reisebegleitung spricht Englisch. Buchtipp: The Tibetan Book of Living and Dying



www.songtsam.com



Weitere Informationen und Impressionen

Israel

Eine Reise zwischen Grenzerfahrungen und Glücksgefühlen

Eine Reise nach Israel - für viele in diesen Zeiten nur schwer vorstellbar. Leider. Denn: Wer einen weiten Bogen um diese einmalige Destination macht, verpasst ein Land, das faszinierender und facettenreicher kaum sein könnte. Wir haben eine Rundreise durch Israel gemacht und verraten Ihnen, warum sich ein Besuch auch – und gerade jetzt – lohnt.



Strandpromenade Tel Aviv



Blick von Old Jaffa

Eine Reise nach Israel bringt einen an Grenzen – geographisch, kulturell, religiös und auch emotional. Es sind krasse Kontraste, die die Eindrücke prägen. Sei es zwischen der pulsierenden, modernen Metropole Tel Aviv und dem geschichtsträchtigen Jerusalem, zwischen kargen Wüsten und traumhaften Küsten und auch zwischen dem Krieg in Gaza und einer ansteckenden Fröhlichkeit, die ebenso ständig zu spüren ist.

top tipp **i** Fakt ist: Das Auswärtige Amt hat die komplette Reisewarnung auf eine Teilreisewarnung reduziert. Was man dabei aber nicht vergessen sollte: Auch wenn Israel flächenmäßig nur etwa halb so groß ist wie die Schweiz, beschränken sich die kriegerischen Auseinandersetzungen auf den verhältnismäßig kleinen Bereich des Gazastreifens. Dass man zu dieser Region stets einen ausreichenden Sicherheitsabstand wahren sollte, ist selbstverständlich und auch keine Einschränkung,

denn das Land hat viele Highlights und Abenteuer zu bieten, die man ohne erhöhtes Gefahrenpotenzial erleben kann.

Zu diesen Höhepunkten gehört auf jeden Fall die Weltstadt Tel Aviv. Vom Flughafen Frankfurt aus dauert der Flug etwa vier Stunden. Spätestens bei der Ankunft am modernen Ben Gurion Airport rücken Sorgen und Bedenken in den Hintergrund. Und dort bleiben sie auch während des gesamten Aufenthalts in Israels heimlicher Hauptstadt. Zu keiner Zeit fühlt man sich hier unsicher.

Tel Aviv ist nach Jerusalem die zweitgrößte Stadt in Israel, gilt aber als das wirtschaftliche und kulturelle Zentrum des Landes. Wolkenkratzer und Strand, coole Lokale und schicke Boutiquen – Tel Aviv pulsiert wie keine andere Stadt im Nahen Osten. Tel Aviv ist selbstbewusst, lebendig, urban, jung und hipp. Die Menschen leben im Hier und Jetzt.



Beeindruckendes Erlebnis am Toten Meer



Gigantischer Blick von Masada



Instagram-Hotspot Makhtesh Ramon Krater

An jeder Ecke findet man Mahnmale, die an die Entführungsoffer erinnern, die sich teilweise noch immer in Geiselhaft der Hamas befinden. Aufkleber mit Fotos und gelbe Schleifen als Zeichen der Solidarität. Die Menschen verschließen vor den schrecklichen Schicksalen nicht die Augen, aber sie lassen sich von Trauer, Angst und Bedrohung auch nicht die Freude am Leben nehmen. Diese lebensbejahende Mentalität fasziniert, sie beeindruckt und sie steckt an.

Genauso wie sich Leid und Lebenslust nicht ausschließen, existieren in Tel Aviv auch Alt und Neu ganz selbstverständlich nebeneinander. Nur wenige Kilometer südlich von der imposanten Skyline entfernt liegt Old Jaffa. Die einstige Hafenstadt ist so etwas wie die Altstadt von Tel Aviv. Statt Hochhäusern findet man hier charmante, teils verfallene Häuschen, statt breiter Boulevards schmale Gassen. In Jaffa kann man sich schnell verliehen – und verlieben. Sehr sehenswert ist der Flohmarkt, auf dem Händler seit über 100 Jahren ihre Waren feilbieten.

Wer sich an dem geschäftigen Trubel der Großstadt sattgesehen hat und den im Sommer heißen Temperaturen entfliehen will, gönnt sich eine Auszeit im Tal von Elah. Nur 40 Autominuten von der Metropole entfernt weht das ganze Jahr eine kühle Brise durch die Kronen majestätischer Eukalyptus- und Pistazienbäume. In der sanften Hügellandschaft sind in den vergangenen 20 Jahren 34 Weingüter entstanden. Das Tal von Elah ist so etwas wie Israels Toskana geworden und heute eines der wichtigsten Weinanbaugebiete in Nahost. Einer der Pioniere in dieser Gegend ist Gadi Sternbach, der sich 1996 als Winzer im Dorf Givat Yeshayahu niederließ. Mit seinem Hans-Sternbach-Weingut, das er nach seinem Vater benannte, erfüllte sich der Gründer den Traum, landwirtschaftlichen Tourismus zu schaffen und hat bis heute sichtlich Freude daran, in perfektem Deutsch seine Gäste durch den Weinberg zu führen und in dem dazugehörigen Restaurant zu verköstigen.

top tipp **i** Besonders für Menschen mit Hautproblemen bietet sich ein Tagesausflug zum Toten Meer an. Die heilende Wirkung des extrem salzhaltigen Wassers und Schlammes soll nicht weniger als magisch sein. An Zauberei erinnert auf jeden Fall das Gefühl von Schwerelosigkeit, wenn man sich in den Fluten treiben lässt. Floating im Toten Meer ist ein echtes Erlebnis.

Auch unvergesslich sind die Eindrücke von einem Ausflug in die Wüste. Das wohl schönste Panorama über die unendlichen Weiten hat man vom Berg Masada aus. Das rote Felsmassiv thront 450 Meter über dem nahen Toten Meer. Vor über 2000 Jahren errichtete König Herodes auf dem Plateau eine Festung. Heute ist das große Areal nicht nur eine Ausgrabungsstätte und Teil eines

nach ihr benannten Nationalparks, sondern wurde 2001 auch in die Liste des UNESCO-Weltkulturerbes aufgenommen.

Masada ist die nach Jerusalem meistbesuchte Touristenattraktion Israels. An normalen Tagen kommen – oder vielmehr kamen – täglich 5000 Besucher. Nach dem Hamas-Überfall auf Israel überwinden höchstens noch 50 Leute am Tag die 400 Höhenmeter zum Plateau mit der Seilbahn oder zu Fuß über den sogenannten Schlangenfild. Der Vorteil: Sie werden mit kurzen Wartezeiten und grandiosen Fotomotiven belohnt.

top tipp **i** Überhaupt ist Israel ein Eldorado für Foto-Begeisterte. Nicht minder spektakuläre Eindrücke und Aufnahmen kann man im En-Awdat-Nationalpark in der Wüste Negev im Süden Israels sammeln. Am besten startet man früh morgens mit einer Jeep-Offroad-Tour. Das erste Ziel sollte der Makhtesh Ramon Krater sein. Er entstand, anders als die meisten Krater der Welt, nicht durch vulkanische Aktivitäten oder Meteorit-Einschläge, sondern durch Wind und Wasser. Vor etwa 220 Millionen Jahren haben Erosionsprozesse die Landschaft geformt. Mit einer Länge von 40 Kilometern und einer Tiefe von 500 Metern ist er einer der größten Erosionskrater der Welt. Am Rand der steilen Klippe die Beine in die Tiefe baumeln lassen, während die aufgehende Sonne den gigantischen Krater in sanfte Morgenröte taucht – unvergesslich.

top tipp **i** Nach Sonnenuntergang lohnt es sich, mit einem Astronomen noch etwas tiefer in die Wüste zu fahren. Hier, an einem der dunkelsten Orte der Welt, ist die sogenannte Lichtverschmutzung am geringsten. Die Luft ist ebenso klar wie der gigantische Sternenhimmel. 2000 bis 3000 Sterne und Planeten kann man mit bloßem Auge erkennen. Der Blick ins Universum durch das Teleskop des Himmels-Experten macht schlicht sprachlos.

Übernachtungen sind innerhalb des Nationalparks nicht erlaubt. Doch Unterkünfte sind so zahl- wie variantenreich. Unweit hat die „Alpaca Farm“ ihre Zelte aufgeschlagen. Man übernachtet in sogenannten Jurten oder zweckmäßigen kleinen Hütten und bekommt hautnah Einblicke in das Farmleben. In einem umgebauten Passagierflugzeug (!) exportierten die Besitzer einst 180 Alpakas. Als sie in Israel ankamen, waren es 181 – in der Luft war tatsächlich Nachwuchs zur Welt gekommen. Die Geschichte hat etwas von einem modernen biblischen Wunder.

Ganz typisch für Israel dagegen sind sogenannte Kibbuzim. Dabei handelt es sich um eine Form jüdischer Gemeinschaftssiedlungen, in denen das tägliche Leben mehr oder weniger kollektiv organisiert ist. Alle der 270 Dörfer funktionieren ein bisschen anders, was sie eint, ist der Grundgedanke einer klassenlosen »



Jerusalems Marktstraßen



Grabeskirche Jerusalem



Auf dem Weg zum Lesen aus der Tora

» Gesellschaft, in der Eigentum gemeinschaftlich verteilt wird. Die meisten Kibbuzim zeigen sich offen gegenüber Besuchern nicht jüdischen Glaubens. In vielen gibt es Gasthäuser. So zum Beispiel auch in Ne'ot Smadar. Der Kibbuz im südlichen Negev ist als Künstlerdorf bekannt und erlaubt es Angehörigen aller Religionen, nicht nur für eine Nacht im Gasthaus, sondern auch für längere Zeit als Volontär Teil der Gemeinschaft zu werden.

Dass es möglich ist, dass alle Religionen friedlich Seite an Seite leben können, beweist auch das Dorf Neve Shalom-Wahat al-Salam (zu Deutsch: Stätte des Friedens). Genau mit diesem Ziel gründete es 1969 der Dominikanerpater Bruno Sarr auf einem Klostergelände. 100 Familien mit rund 300 Angehörigen leben heute dort – Juden, Palästinenser, Moslems, Christen und Atheisten – allen Konflikten und nationalen Spannungen zum Trotz.

top tipp **i** Es ist der Höhepunkt jeder Israel-Reise. Kommt man an einem Freitag an, findet man sich mitten in einer gigantischen Street Party wieder. Die Leute tanzen auf den Straßen, die Märkte sind voll, es wird eingekauft, es wird gesungen, es wird gefeiert – bis die Sonne untergeht. Dann ist Ruhe, es ist Sabbat. Für gläubige Juden ist der siebte Tag jeder Woche ein Tag, an dem nicht gearbeitet wird. Der Sabbat beginnt am Freitagabend mit Sonnenuntergang und endet am Samstagabend mit Einbruch der Dunkelheit. Elektrische Geräte sind in dieser Zeit tabu. Trotzdem wird traditionell am Freitagabend mit der Familie das Sabbatmahl zelebriert. Die Gerichte werden vorbereitet und mit einer speziellen Methode warmgehalten. Es wird gesungen und gebetet. Einige jüdische Familien öffnen ihr Zuhause für Touristen. Man kann das Sabbatmahl bei ihnen offiziell buchen und mit am Tisch sitzen.

Besuchern offen stehen natürlich auch die zahlreichen Sehenswürdigkeiten der Stadt. Vor der Grabeskirche in der Altstadt Jerusalems, die an der überlieferten Stelle der Kreuzigung und des Grabes Jesu steht, reihen sich eigentlich lange Warteschlangen. Zur Zeit kann man eines der größten Heiligtümer des Christentums fast ohne Wartezeit besuchen. 2025 wird dies aufgrund des „Heiligen Jahres“ anders sein.

An der Klagemauer wiederum gilt die allerhöchste Sicherheitsstufe. Hier ist es voll. Es drängen sich Männer in allen typischen religiösen Gewändern. Frauen haben einen eigenen Abschnitt. Auch als Besucher darf man an die Mauer herantreten, um mit den Menschen das Gespräch zu suchen. Viele junge Gläubige aus aller Welt pilgern zu den heiligen Städten. Auch hier wird gesungen und getanzt. Die Geräuschkulisse ist eine Mischung aus religiösen Gesängen und Party-Musik, die Lautstärke ein faszinierender Kontrast zu dem tiefen Glauben, der an diesem Ort intensiv zu spüren ist.

top tipp **i** Ein Geheimtipp für alle, die noch tiefer in die religiöse Tradition eintauchen wollen: Links neben der Klagemauer gibt es ein kleines Gebäude. Hier darf man als Gast miterleben, wenn streng gläubige orthodoxe Juden aus der Tora lesen und beten. Hier fühlt es sich ein bisschen an, als sei die Zeit stehen geblieben.

Doch das ist sie nicht. Das wird einem auf den Straßen Jerusalems bewusst. In der Altstadt mischen sich die Kulturen und Religionen. Es gibt sogar ein österreichisches Gästehaus in einem ehemaligen Hospiz – drinnen werden Apfelstrudel und Wiener Melange serviert. Gleich um die Ecke gibt es köstlichste Levante-Küche oder traditionelle arabische Spezialitäten.

Doch nicht nur kulinarisch ist es eine Stadt voller Gegensätze. Der krassste Kontrast ist die Dualität zwischen Religion und Radikalität. Die Waffenpräsenz ist allgegenwärtig. Wie selbstverständlich gehen Soldaten in Zivil, teils in Badeschlappen, mit einer Langwaffe über der Schulter zum Markt. In Jerusalem gehören Waffen in diesen Tagen ebenso zum Straßenbild wie tanzende Massen. Es sind Bilder, die bewegen. Die Eindrücke einer Reise nach Israel streift man nicht mit dem Abflug wieder ab. Es bleibt eine Grenzerfahrung, lange nachdem man die Landesgrenzen hinter sich gelassen hat. Was aber auch immer bleibt, ist die Einzigartigkeit dieses Reiseziels, die Israel immer haben wird. ■

top facts



Flüge werden aktuell wieder von der gesamten Luft-hansa-Gruppe in der DACH-Region und vielen mehr angeboten.



Ganzjähriges Reiseziel



Alle Kreditkarten werden akzeptiert



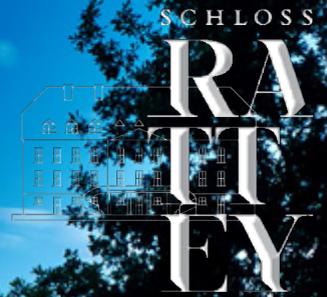
Kein Visum nötig



www.goisrael.com



Weitere
Informationen und
Impressionen



SCHLOSS RATTEY

Hotel und Norddeutschlands größtes Weingut.

Stadtmüde? Sie brauchen eine kleine Auszeit? Entfliehen Sie und genießen Ruhe, Landschaft und Wein. Entspannen Sie in der Sauna, lesen ein Buch und atmen durch. Freuen Sie sich auf regionale Speisen begleitet von regelmäßig prämiertem Wein aus Mecklenburg-Vorpommern. Wir freuen uns auf Sie.



Hotel Schloss Rattey verspricht einen erholsamen Aufenthalt inmitten von Weinreben am Fuße der Brohmer Berge, schmackhaftes Essen mit vorzüglichen Weinen von überzeugender Qualität. Oder Sie bevorzugen unser selbstgebrautes Bier ‚Brohmer Landbräu‘ und erleben beides wie auch die Produkte unserer Naturmanufaktur Inselmühle Usedom bei einer Produktionsführung mit Verkostung bzw. in unserem Hofladen.

Nach einem Besuch sehenswerter Ausflugsziele an Ostsee oder Stettiner Haff, der nahegelegenen Burg Stargard oder Wildtierstiftung Gut Klepelshagen werden Sie mit Vorfreude zur Beschaulichkeit nach Schloss Rattey zurückkehren, um sich einfach nur wohlzufühlen. Das Schlosshotel mit standesamtlichem Trauzimmer ist bislang eher Geheimtip für Hochzeiten. Konzertgäste oder Tagungsteilnehmer kehren zudem gern mit Ihrer Familie und Hund wieder.



www.inselmuehle.de



SCHLOSS RATTEY
Schlossplatz 1 | 17349 Schönbeck
kontakt@schlossrattey.de
+49 3968 25500

www.schlossrattey.de



www.brohmer.com



Foto: Archiv H.J. Merkle

Jubiläumsjahr und Heringsdorfer Glanzzeiten

Einmalige Höhepunkte, historische Rückblicke und ein bunter Strauß an Veranstaltungen – all das erwartet Besucher*innen in diesem Jahr im Seebad Heringsdorf auf der Insel Usedom. Anlässlich des 205. Jubiläums der Namensgebung durch König Friedrich Wilhelm III. begibt sich der Ort auf eine spannende Zeitreise, die ihren Höhepunkt in den Heringsdorfer Glanzzeiten findet.

Das Jahr 1820 wird zum zentralen Thema vieler geplanter Aktivitäten. Vieles wird sich an den Ursprüngen der ehemaligen Fischerkolonie orientieren und die einzigartige Geschichte Heringsdorfs lebendig werden lassen. König Friedrich Wilhelm III. besuchte im Juni 1820 die Provinz Pommern, wo er am 7. Juni der Namensgebung „Heringsdorf“ zustimmte. Anlässlich dieses Ereignisses gibt es ein umfangreiches Programm, das Sonderveranstaltungen, Lesungen, Vorträge, Ausstellungen und Führungen im Jahr 2025 umfasst. Den Auftakt zum Jubiläumsjahr bildet das 20. Internationale Kaiserbäder Pleinair vom 11. bis zum 18. Mai im Museum Villa Irmgard. In Rahmen des Kunstprojektes „7 MALEN AM MEER“ entstehen einzigartige Werke internationaler Künstler, die als Botschaf-



Foto: Archiv H.J. Merkle

Foto: KaiserbäderTourismusService GmbH

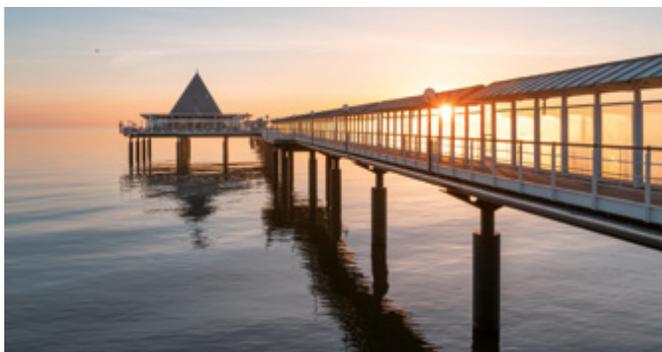


Foto: KaiserbäderTourismusService GmbH



ter der Kaiserbäder auf Reisen gehen werden. Im Juni eröffnet eine Freilichtausstellung zur Geschichte Heringsdorfs, die auf mehreren Tafeln die Entwicklung des Ortes – von den Anfängen des Kur- und Badewesens bis zur Bäderarchitektur – präsentiert. Diese historische Dokumentation wird das ganze Jahr über die interessante Vergangenheit Heringsdorfs informieren.

Von 31. Juli bis zum 3. August lädt die Veranstaltung „Heringsdorfer Glanzzeiten“ dazu ein, die Geschichte hautnah zu erleben. Die historische Kulisse der Heringsdorfer Promenade wird zur Bühne für traditionelles Handwerk, ein Gartencafé, Jahrmarktreiben, gastronomische Leckereien und ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm mit Walking Acts und traditionellen Kostümen runden das Angebot ab. Höhepunkt wird die erstmalige Aufführung der Szene zur Namensgebung sein, die Besucher in eine längst vergangene Zeit zurückversetzt. Dazu gibt es Podiumsgespräche, Sonderführungen zur Geschichte des Ortes sowie Vorträge und eine Ausstellung des Geschichtsvereins. Höhepunkte wie ein spektakuläres Höhenfeuerwerk und handgemachte Musik von Swing über Jazz bis hin zu einer Peter Maffay Show sorgen für unvergessliche Erlebnisse.

von Tina Feix ■

www.kaiserbaeder-auf-usedom.de



Meer. Erleben.
KAISERBÄDER.

Hören Sie es? Das Rauschen der Wellen, wenn das Wasser an den Strand strömt? Das Knirschen des Sandes, wenn er unter den Füßen nachgibt? Das Geräusch des Windes auf der Seebrücke? Buchen Sie Ihren Traumurlaub in Ahlbeck, Heringsdorf oder Bansin direkt bei uns. Wir freuen uns auf Sie!



QR-Code scannen



Urlaub in den Kaiserbädern – Nur mit uns:
Buchungszentrale der Kaiserbäder

Telefon: 038378 244 44

Mail: buchen@kaiserbaeder-auf-usedom.de

WWW.KAISERBAEDER-AUF-USEDOM.DE



Hering, Dorsch, Zander & Co.

Bis zum 5. April steht bei den Usedomer Fischerwochen heimischer Fisch aus der Ostsee und den umliegenden Boddengewässern ganz oben auf den Speisekarten.



Foto: Henry Böhm

Zahlreiche Restaurants zwischen Ahlbeck und Karlshagen servieren köstliche Fischgerichte in den kreativsten Variationen. „Wie kaum eine andere regionale Spezialität ist Fisch eng mit der Geschichte und Identität der Insel Usedom verwoben,“ sagt Nadine Riethdorf, Vorsitzende des Tourismusverbands Insel Usedom e.V. „Mit den Fischerwochen laden wir unsere Gäste jedes Jahr im Frühling ein, das authentische Usedom zu erleben.“ In diesem Jahr beteiligen sich mehr als 20 Restaurants an den Usedomer Fischerwo-

chen. Von traditionellen Heringsgerichten wie Matjes, Brathering oder Rollmops bis zu ausgefallenen Kreationen verwöhnen die Usedomer Küchenchefs ihre Gäste mit köstlichen Fischgerichten. Zum Auftakt der Fischerwochen am 8. März hatte das Strandhotel Seerose zur „Usedomer Heringsgala“ in das Restaurant „Alexander“ eingeladen. Das Küchenteam der Seerose unter der Leitung von Claus Preuß kreierte gemeinsam mit den Spitzenköchen Danilo Bernstein und Daniel Schnitzer (Hotel „Das Ahlbeck“ | Ahlbeck), Björn

Stolpe (Hotel Upstalsboom | Heringsdorf), Kai Dott (Strandhotel Ostende | Ahlbeck), Andreas Saul (Bandol sur mer | Berlin) sowie André Kähler (Restaurant O´Room | Heringsdorf) ein exklusives Menü rund um den Hering. Zum Abschluss der Usedomer Fischerwochen am 5. April wird es gemeinsam mit Gästen und Einheimischen ein Heringsfest auf dem Koserower Seebrückenvorplatz geben.

von Hanni May ■

www.usedom.de/Fischerwochen


DAS AHLBECK

 HOTEL & SPA

ZEIT
FÜR MEER



DIREKT AM MEER



2000QM WELLNESSBEREICH



ZIMMER MIT MEERBLICK

DAS AHLBECK HOTEL & SPA *****
 Dünenstraße 48 | 17419 Seebad Ahlbeck | www.das-ahlbeck.de

Positiv ins neue Jahr

Schon lange kein Geheimtipp mehr: Das schlossgut gross schwansee liegt am naturbelassenen mecklenburgischen Ostseestrand, nur wenige Meter von der Ostsee entfernt. Ende 2024 erfolgreich mit dem 5. Stern ausgezeichnet, freut sich Direktorin Janet Schroeder über eine sehr gute Buchungslage.

Wie kommt es, dass Sie so positiv in die Zukunft schauen und bereits im Januar sehr gute Buchungszahlen erreicht haben? Was macht das Schlossgut so einzigartig?

Wir befinden uns hier inmitten wunderschöner Natur am unberührten Ostseestrand. Unsere Gäste lieben es, sich bei uns verwöhnen zu lassen und in dieser hektischen Zeit mit viel Unruhe in der Welt inne zu halten und ein Frühlingserwachen in einzigartiger Natur zu erleben.



Wie schaffen Sie es, diese positive Stimmung zu erreichen, die sich auch in den sehr guten Bewertungen widerspiegelt?

Wissen Sie, das Herzstück unseres Hauses sind unsere Mitarbeitenden. Ihnen immer wieder den Spiegel zu zeigen, wie wertvoll und wunderbar sie alle sind, ist unser Erfolg und das spüren natürlich auch unsere Gäste.

Direktorin
Janet Schroeder



Fotos: schlossgut gross schwansee

Wir leben all unsere Auszeichnungen regelrecht und setzen den Fokus darauf wie bei meiner Auszeichnung zur Unternehmerin des Jahres in MV 2024 in der Kategorie „Fachkräftesicherung und Integration“ oder bei der aktuellen Nominierung für den Großen Preis des Mittelstandes 2025. Ein jedes Unternehmen ist nur erfolgreich, wenn das Team zufrieden und glücklich ist – unser wundervolles Team-Schwansee ist es.

Wir freuen uns schon, demnächst wieder auf der Sonnenterrasse im Schlossgarten zu sitzen.

Seit letztem Jahr haben wir einen exzellenten Konditor, der unsere Gäste kulinarisch am Nachmittag verwöhnt. Wir legen Wert auf lokale Manufakturen, eine hohe Frische-Qualität und kurze Wege. Unser eigenes Bienen-Völkchen produziert den Schwansee-Honig, den gibt es im Hotel-Shop zu erwerben. Ostern liegt Mit-

te April, da wird es herrlich, hier das Frühlingserwachen in unserem Park zu erleben.

Sicherlich auch eine traumhafte Hochzeits-Location?

Bei uns trifft Lifestyle auf urige Schlossatmosphäre, ein Traum für Frischverliebte. Neben den klassischen Hochzeiten im Frühling und Sommer haben wir auch immer mehr Winter-Hochzeiten; ein interessanter Trend. Auch ein knisternder Kamin ist sehr romantisch.

Was ist noch geplant?

Unsere Gourmet-Event-Reihe wird erfolgreich fortgesetzt. Ronny (Ronny Sievert / Sterne-Koch Grand Hotel Heiligendamm, Anm. der Redaktion) kommt im November zum 3. Event, hier gibt es nur noch wenige Karten. Es gibt neue BBQ-Termine, Muttertagsbruch und natürlich unsere Auftaktveranstaltung, die Gartenparty an Himmelfahrt für die ganze Familie. Unser Schlossgut bietet viel Abwechslung, akt. Termine gibt es auf der Website oder einfach bei Instagram oder Facebook reinschauen.

Was kann man hier sonst noch erleben?

Wunderschön sind ausgedehnte Spaziergänge am idyllischen Ostseestrand oder in den umgebenden Wäldern. Auch mit dem Fahrrad lässt sich der Frühling bei herrlichen Routen inmitten der Natur spüren. Die Hansestädte Lübeck und Wismar sind in kürzester Zeit mit dem Auto zu erreichen und bieten städtisches Küstenflair zum Shoppen. Ansonsten sind es 5 min zu Fuß durch unsere Allee zum Strand oder einige Schritte in den großen Schlosspark.

Das Gespräch führte Tina Feix ■

www.schwansee.de

Im Herzen der Halbinsel Tarnewitz

Etwa 1.000 m vom feinsandigen Strand entfernt, liegt die Hotelanlage Tarnewitzer Hof inmitten von herrlichen Wiesen und einem Wald. Hier kann man die Vorzüge eines Apartments oder Ferienhauses mit dem Service eines Hotels genießen. Das Apartmenthotel, die Doppelzimmer, die Schwedenhäuser und „Dat Witte Huus“ – eine Ferienvilla für 8 Personen – bieten Komfort und Behaglichkeit. In den perfekt ausgestatteten Küchen macht es viel Vergnügen, für Familie und Freunde zu kochen. Wer sich mal verwöhnen lassen möchte, kann die leckere mecklenburgische Küche im hoteleigenen und exquisiten Restaurant genießen. Verwöhnen lassen, kann man sich im Beautybereich mit Kosmetik- und Massagesstudio sowie in der Sauna mit Farblichttherapie. Auch Haustiere sind in der Hotelanlage gern gesehen. Die umliegenden Felder oder der sogenannte Urwald laden zum Spaziergang ein. Der Strand ist nur ein paar Minuten entfernt.

www.tarnewitzer-hof.de

Foto: Hotelanlage Tarnewitzer Hof



Foto: Michael Kromat



Foto: Brigitte Menge

Blick vom Elbe-Radweg auf den Fluss

Radreise-Klassiker feiert Jubiläum

Seit 1995 verbindet die 1.300 Kilometer lange Route das tschechische Riesengebirge mit der Nordsee. Der Elbe-Radweg zählt zu den schönsten Velotouren Europas. In diesem Jahr besteht die Route seit 30 Jahren. Rund 90 Kilometer des Elbe-Radwegs verlaufen durch das UNESCO-Biosphärenreservat Flusslandschaft Elbe in der Prignitz in Brandenburg. Im Jubiläumsjahr sind in der Prignitz zahlreiche Veranstaltungen und geführte Radtouren geplant.

www.elberadweg.de

www.dieprignitz.de

Reise-News



Foto: Karls

Übernachten bei „Bibi & Tina“

Im Juli 2022 wurde ein Bibi und Tina-Freizeitpark neben dem Karls Erlebnis-Dorf Elstal bei Berlin erstmals angekündigt, nun startet Inhaber Robert Dahl sein Großprojekt, das im Frühjahr 2026 eröffnen soll. Neben dem Erlebnis-Dorf an der B5

entsteht auf einem rund 70 Hektar großen Areal der ehemaligen Kasernen das Feriendorf, dessen Hauptattraktion eine Weltneuheit ist: Der Family-Launch-Duelling-Coaster verspricht ein völlig neues Achterbahnerlebnis für die ganze Familie. Der Freizeitpark entsteht in Kooperation von Karls und dem „Bibi und Tina“-Rechteinhaber Kiddinx, der in Berlin-Spandau seinen Sitz hat.

www.karls.de/elstal

Mit mehr als 250 Attraktionen, Cafés und Hotels an acht Standorten zählen Karls Erlebnis-Dörfer zu Deutschlands beliebtesten Familienausflugszielen

Seaside Ride ab Rerik

Vom 20. bis zum 22. Juni wird im Ostseebad Rerik nahe Rostock ein Gravel-Event veranstaltet: Kein Geringerer als André Greipel, ein aus Rostock stammender ehemaliger professioneller Radrennsportler, der zu den besten seiner Generation gehörte, organisiert den so genannten Seaside Ride, bei dem neben Graveltouren ein Musikprogramm, Streetfood, Saunafässer, Laufgruppen und Radler-Yoga angeboten werden. Weitere Informationen:

www.seasideride.de



Foto: TMV / Gross

Auf Landpartie

Die Eröffnung der 30. Brandenburger Landpartie findet am 14. Juni 2025 im Gut Schmerwitz im Hohen Fläming statt. Das 1.500 Hektar große Gut gilt als Demonstrationsbetrieb für ökologischen Landbau und ist ein anerkannter Ausbildungs- sowie Praktikumsbetrieb für die nachhaltige Landwirtschaft. Neben dem Feldbau und der Legehennenhaltung bietet der Betrieb eine große Bandbreite weiterer Betriebszweige, darunter eine Nudelmanufaktur, einen Hofladen, eine Gutsküche mit Restaurant und Café sowie ein Ferienhaus mit mehreren Ferienwohnungen. Die Brandenburger Landpartie lädt seit 1994 ein, Landwirtschaft und dörfliches Leben kennenzulernen.

www.mluk.brandenburg.de



Foto: pro agro/Nazariy-Kryvosheyev

Das Wochenende der offenen Hofstore, hier beim Thomashof Klein-Mutz in Zehdenick

Spreewälder Sagennacht

Das Open-Air Spektakel vom 07. bis zum 09.06. in Burg (Spreewald) dreht sich rund um Geschichten, Bräuche und Sagen der Wenden und Sorben im Spreewald. Jeder Abend wird mit Musik, Tanz und Theater gestaltet und durch kulinarische Köstlichkeiten abgerundet.

www.burgimspreewald.de



Foto: Matthias Hertwig

Museumstag – Kloster Neuzelle

Auch das Kloster Neuzelle ist Teil des Internationalen Museumstags und lädt am 18. Mai in den Kreuzgang und das Museum Himmlisches Theater ein, in dem die historischen Passionsdarstellungen ausgestellt sind. Außerdem gibt es an diesem Tag Sonderführungen und viele Hintergrundinformationen zum Museum und des Klosters.

www.klosterneuzelle.de



Foto: Andreas Tauber

Kloster Neuzelle

15898 NEUZELLE
Seenland
Oder-Spree

entspannte 1,5 h
von Berlin entfernt
und easy mit dem
Zug erreichbar

KLOSTERHOTEL NEUZELLE & RESTAURANT WILDE KLOSTERKÜCHE
hotel-neuzelle.de | wildeklosterkueche.de

RAUS AUFS LAND

UND EINFACH MAL ABSCHALTEN
- im modern-urbanen Setting unseres Boutiquehotels mit mehrfach ausgezeichnetem Casual-Dining-Restaurant. Entspannen Sie in einer Suite mit privater Sauna oder genießen Sie den Blick auf das historische Kloster von Neuzelle. Erleben Sie neue deutsche Küche - saisonal, kreativ und regional interpretiert. Das Highlight: unsere hauseigene Gin-Manufaktur. Zudem bietet unser stilvolles Ambiente den perfekten Rahmen für Tagungen und private Feiern.

KLOSTER NEUZELLE
Kultur und Veranstaltungen im
Barockwunder Brandenburgs

**KLEINES DORF
GROSSER GENUSS**

See, Sonne, Spaß



HOTEL RESIDENZ
WALDKRÖNE



Ostseebad Kühlungsborn
„Strandtage im Frühjahr“
3 Übernachtungen inkl. Schlemmerfrühstück
ab 169,- € pro Person
jetzt Frühbucheangebote sichern




Hotel Residenz Waldkrone · Tannenstr. 4 · 18225 Kühlungsborn · Tel. 038293 4000
www.waldkrone.de

Wenn die Strandkörbe herausgeholt werden, ist der Urlaub an der Ostseeküste Mecklenburg nicht weit weg. Der Frühling und Frühsommer versprechen auch in diesem Jahr wieder eine einzigartige Mischung aus maritimem Flair, aktiver Erholung und zahlreichen Freizeitmöglichkeiten für die ganze Familie.

In Kühlungsborn startet die Saison am 5. April mit der offiziellen Müllsammel-Aktion „Kühlungsborn putzt“. Die Stadt Ostseebad Kühlungsborn und die Tourismus GmbH rufen gemeinsam dazu auf, den Ort für die kommende Saison zu verschönern – damit sich Natur, Einheimische und Gäste gleichermaßen wohlfühlen. Mitmachen kann jeder. Ein besonderer Anreiz für die jüngsten Helfer: Kinder unter 12 Jahren erhalten für ihre Unterstützung einen Gutschein für das KÜ.BO.LA. Die Aktion wird wie in den vergangenen Jahren vom Bauhof der Stadt Ostseebad Kühlungsborn und der Freiwilligen Feuerwehr Kühlungsborn unterstützt. Ab 12 Uhr findet auf dem Gelände der Feuerwehr ein Tag der offenen Tür statt, bei dem alle fleißigen Helfer zu einem gemeinsamen Grillfest eingeladen sind. Um die Sammelstellen optimal zu besetzen, wird um eine unverbindliche Anmeldung im Haus des Gastes unter der Telefonnummer 038293-849-0 oder per E-Mail an info@kuehlungsborn.de (Stichwort „Frühjahrsputz“) gebeten.

Weitere Informationen: www.kuehlungsborn.de

Auf die Schippe-Fertig-Los!

Am Samstag, den 3. Mai lädt das Ostseebad Boltenhagen ab 11 Uhr wieder zum großen Sandburgen Wettbewerb ein. Die „Baustelle“ für alle großen und kleinen Buddler entlang der Seebrücke am Boltenhagener Ostseestrand ist unendlich. Auf einer Fläche von jeweils 5x5 Metern können sich Teilnehmer jeden Alters kreativ austoben. Ob allein, zu zweit oder als Team, jeder ist willkommen und kann mitmachen. Wichtiges Handwerksmaterial wie Eimer und Schaufel werden 1x pro Team (solange der Vorrat reicht) zur Verfügung gestellt. Gerne kann auch eigenes Material mitgebracht werden. Auch Deko Material, um die Burgen noch zu verschönern, ist erlaubt, genauso wie Maurerkelle und Wasserwaage als weitere Hilfsmittel. Die besten Bauwerke werden prämiert. Dafür werden tolle Preise bereitgestellt. Für das leibliche Wohl ist auch gesorgt. Der Sandburgen Wettbewerb ist zugleich auch der Auftakt in Boltenhagen für mehr als 300 Veranstaltungen wie Festivals, Konzerte, Märkte, Führungen, Vorträge und Feste mit Tradition. Auf dem Programm stehen z. B. das Hochsprung Meeting, der Mecklenburger Markt zu Pfingsten, Kiek in – Der Küstenmarkt, die Boltenhagener Schlemmermeile, das Seebrücken- Wein- und das DLRG Nivea Strandfest. Und wenn die sinkende Sonne das Meer in flüssiges Gold taucht, dann naht die Stunde des Sundowners an der Cocktailbar, dem Logenplatz im Ostseebad Boltenhagen.

www.boltenhagen.de

Buddeln und matschen an der ganzen Küste

Nicht nur in Boltenhagen, sondern auch an 12 weiteren Stränden entlang der Küste bis Graal-Müritz wird die Strandsaison an der Ostseeküste Mecklenburg traditionell mit dem großen Sandburgen-Wettbewerb am ersten Mai-Wochenende eingeläutet. In jedem Ort kürt eine Jury die schönsten Sandskulpturen und die Gewinner erhalten attraktive Preise.

Alle Startzeiten und Anmeldemöglichkeiten gibt's unter www.ostseeferien.de/saisonaufakt
www.auf-nach-mv.de

KunstOffen 2025

Gelbe Schirme weisen am Pfingstwochenende den Weg in Ateliers, Galerien und Werkstätten mecklenburgischer Künstler*innen. Vom 07. bis 09. Juni 2025 nehmen mehr als 400 Kunstschaaffende in den Landkreisen Nordwestmecklenburg und Rostock sowie der Hansestadt Rostock an der Veranstaltung teil, sodass eine offene Tür nie weit entfernt ist. Das Angebot reicht von Malerei und Fotografie bis zu kunsthandwerklichen Einzelstücken. Die perfekte Gelegenheit, um die faszinierende Kunstszene Mecklenburgs zu erkunden und einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Damit Besuchende ihre individuelle Kunstreise erleben können, gibt es Faltblätter zum Planen der Route.

www.ostseeferien.de/kunstoffen

von Marie Weiß ■



Ihr Lifestyle-Resort ★★★★★

SCHLOSSGUT GROSS SCHWANSEE AN DER OSTSEE FREUT SICH AUF SIE



schlossgut gross schwansee
Schloss · Lifestyle · Ostsee

Weitere Informationen zu
uns erhalten Sie unter:

schlossgut gross schwansee
Dornier Immobilien Holding GmbH & Co.KG

Am Park 1 · 23942 Gross Schwansee
Tel: +49 38827 8848-0



info@schwansee.de
www.schwansee.de

Oderberg liegt am nördlichen Rand des Oderbruchs im Biosphärenreservat Schorfheide-Chorin und punktet mit vielen verschiedenen touristischen Angeboten

Nahe
Sehnsuchts-
orte

Fotos: TMB / Steffen Lehmann

Nah und wunderbar

Schon der Name beschreibt zwei Merkmale des reizvollen Ortes im Nordosten Brandenburgs: Oder und Berg. Gelegen im UNESCO-Biosphärenreservat Schorfheide-Chorin inmitten einer Landschaft aus Wäldern, Bergen und Seen ist Oderberg ein Ort, der nah und unmittelbar zu Wander, Rad- und Wassertouren einlädt.

Wer zum ersten Mal nach Oderberg kommt, staunt, denn in der ansonsten flachen Landschaft, die von der Oder geprägt wird, ragen Berge bis zu 100 Metern Höhe. Die hat die Eiszeit geformt. Und so führt die Märkischen Eiszeitstraße durch die beschauliche kleine Stadt. Deren Silhouette bestimmt die denkmalgeschützte dreischiffige St.-Nikolai-Kirche mit ihrem markanten Turm, ein Bau des Architekten Friedrich August Stüler. Pfarrer Johannes Eichhorn kam im Jahr 2019 in die Region und die Berge erinnerten ihn schon bei seinem ersten Besuch „wenigstens ein bisschen“ an seine alte Heimat im Thüringer Wald. Seit drei Jahren betreut er sieben Kirchen in acht Orten ringsum. „Meine ganze Kirchengemeinde funktioniert nur deshalb so gut, weil es in jedem Ort Menschen gibt, die aktiv dazu beitragen, ihre Orte lebendig zu gestalten“, schwärmt der junge Pfarrer. Beim Stadtbummel folgt bei vielen Gästen das nächste Staunen, denn schroff fallen die Abhänge hinab zur Wriezener Alten Oder und zum Oderberger See. Die reizvolle Landschaft und der Wasserreichtum machten Oderberg schon zu Beginn des 20. Jahrhunderts zum Luftkurort und einem beliebten Reiseziel vor allem für

Großstädter. Das war eine Zeit des wirtschaftlichen Aufschwung Oderbergs. Für Wohlstand sorgten Ziegeleien, Sägewerke und die Fischerei. Am Oderberger See befand sich eines der größten Holzlager Deutschlands. Der Ort hatte in dieser Blütezeit eine eigene Zeitung, drei Bahnhöfe und 15 Kahnbauer.

Jede Menge Insider- und Ausflugstipps in die Umgebung gibt's in der Oderberger Tourist-Information, die sich im Binnenschiffahrts-Museum der Stadt befindet, Brandenburgs ältestem Technikmuseum. Höhepunkt ist für die meisten Besucher die RIESA - ein Elbe-Seitenrad-dampfer der Weißen Flotte Dresden, der hier seit knapp 50 Jahren am Ufer liegt und besichtigt werden kann. Vor der Tür der Tourist-Information befinden sich eine E-Bike-Ladestation sowie eine Ladestation für E-Autos. Das Fahrrad oder eine längere Wanderung sind die besten Möglichkeiten, um Oderberg als Insel Ort zu erleben. Die Neuenhagener Oderinsel zwischen Oderberg und Bad Freienwalde wird im Westen von alten Oderarmen und im Osten vom Durchstich der Oder zwischen Güstebiese (Gozdowice) und Hohensaaten umflossen. Bis zum 18. Jahrhundert floss die große Oder noch

durch Oderberg, heute verläuft der Strom rund fünf Kilometer weiter östlich.

Immer wieder Wasser ... Einige Kilometer östlich von Oderberg beginnt der Nationalpark „Unteres Odertal“ und zieht sich entlang der Oder. Die in Mitteleuropa selten gewordene Auenlandschaft wird seit 1995 als Nationalpark geschützt, erhalten, gepflegt und entwickelt. Wanderpfade, viele Kilometer Radwege auf den Deichen und in der Aue bieten den Touristen ein ursprüngliches Naturerlebnis. Oderberg selbst hatte einst eine eigene Quelle am Sandberge, unweit des Pimpinellenberges, der einst eine hohe Heilkraft zugeschrieben wurde. Die Quelle geriet in Vergessenheit, doch noch immer gibt es Häuser im Ort, in deren Keller eine eigene kleine Quelle sprudelt.

Die Oder, die Wriezener Alte Oder und der denkmalgeschützte Finowkanal, Deutschlands älteste künstliche, durchgängig befahrbare Wasserstraße, laden ein, die Gegend vom Wasser aus zu erkunden. Oderberg hat einen Wasserwanderrastplatz an der Wriezener Alten Oder mit Sanitäreinrichtungen, Feuerstelle und Zeltwiese sowie eine Marina mit 60 Liegeplätzen, auch eine Kanuausleih-

station gibt es im Ort. In Oderberg startet das Fahrgastschiff „Barnimer Land“, das auch Touren zum historischen und zum neuen Schiffshebewerk Niederfinow auf dem Plan hat. Das alte Schiffshebewerk wurde 1934 eröffnet und ist noch immer betriebsbereit, um tonnen schwere Schiffe wie in einem Aufzug über 36 Meter vom Oder-Havel-Kanal in die Alte Oder zu transportieren oder umgekehrt. Als das alte Schiffshebewerk an die Grenze seiner Leistungsfähigkeit stieß, wurde in seiner direkten Nachbarschaft das Neue Schiffshebewerk Niederfinow gebaut, das im Oktober 2022 eingeweiht wurde. Im Informationszentrum erfahren die Besucher Wissenswertes über Wasserstraßen im Allgemeinen, den Finowkanal mit seinen Schleusen sowie zum Schiffshebewerk im Besonderen. Filme und Modelle geben einen anschaulichen Einblick in den Bau und die Technik des neuen Schiffshebewerks. Beeindruckend ist der Blick von der Besuchergalerie des Schiffshebewerks auf die Schiffe, die sich auf und ab bewegen oder der in die Weite des Barnimer Lan-



Neben dem 1934 eröffneten Schiffshebewerk Niederfinow entstand das Schiffshebewerk Niederfinow Nord, das für größere Schiffe geeignet ist, und 2022 eingeweiht wurde.

des. Diese Momente, Natur und Stille zu genießen, gehört für Pfarrer Johannes Eichhorn und seine Familie zu den Geschenken des Alltags. Und so verrät der Geistliche einen der Lieblingsplätze seiner Familie: eine Anhöhe in Altgietzen. Ein schmaler Weg führt durch den Wald zu einem Birkenwäldchen, das direkt an der Abbruchkante endet. Wie ein Panora-

magemälde liegt die Offenheit der Oderbruchlandschaft uns zu Füßen, darüber der weite Himmel ...

von Brigitte Menge ■

www.reiseland-brandenburg.de
www.oderberg.info
www.oder-schiff.de
www.schiffshebewerk-niederfinow.com

Frühling im Paradies

Anzeige

Direkt am glasklaren Großdöllner See ist das wunderschöne Hotel Döllnsee zu finden. Eine Auszeit hier bedeutet Natur und Erholung pur.

Würzige Waldluft, Wellenplätschern des Sees und die wohltuende Atmosphäre des Hotels – dies sind die perfekten Zutaten für eine kleine Auszeit. Pünktlich zur neuen Saison kann das Haus in der Schorfheide noch mit einem weiteren und nachhaltigen Vorzug punkten. Vor dem Hotel soll bald ein Bus halten, der die Gäste direkt vom Bahnhof Hammelspring hierherbringt. Zudem besteht dann auch eine Anbindung an den ZOB Templin und den Bahnhof Templin, womit die ÖPNV-Anbindung erweitert wird. Der Urlaub beginnt dann also schon auf dem Weg und man kann sich auf ein paar entspannte Tage freuen, entweder mit einem Bad im See – vielleicht mit einem vorherigen Besuch in der Seesauna – oder im 29 Grad warmen Pool. Abgerundet von einem belebenden Waldspaziergang und einem anschließenden exquisiten Mahl im hoteleigenen Restaurant (zur Auswahl steht der Raum „Cottage“ oder „Bibliothek“), wo nur regionale Köstlichkeiten auf den Tisch kommen. In den gemütlichen Zimmern und Suiten findet dann ein perfekter Tag seinen Abschluss – so sieht er aus, ein perfekter Urlaubstag, bei dem das Hotel Döllnsee Team jedem Gast (fast) jeden Wunsch erfüllen konnte.



HOTEL
DÖLLNSEE-SCHORFHEIDE

Hotel Döllnsee GmbH & Co. KG
 Döllnkrug 2, 17268 Templin;
 Telefon: 039882 / 630; E-Mail: info@doellnsee.de
www.doellnsee.de



Foto: TMB / Wolfgang Ehn

Lust auf Wandern

Frühlingslust pur: Wandern macht Spaß, ganz gleich, ob man mehrere Tage oder nur ein paar Stunden unterwegs ist: Der Wind pustet den Kopf frei, die Natur inspiriert Seh-Süchte und der Körper genießt die Bewegung an der frischen Luft. Jetzt im Frühling ist der ideale Zeitpunkt für den aktiven Start ins neue Wanderjahr. Wir begannen auf dem Darß und kamen im Spreewald an.

Wind und Wellen: der Leuchtturmweg

Die etwa 13 Kilometer lange Wanderung im Nationalparkgebiet Vorpommersche Boddenlandschaft beginnt und endet im Ostseebad Prerow. Dort weisen die Schilder zum Darßer Ort. Der Weg führt durch den vom Wind geprägten Darßwald mit seinen stillen Erlenbrüchen und knorrigen Buchen. Meer- und Waldluft im Doppelpack! Am Leuchtturm an der Nordwestspitze der Halbinsel Fischland-Darß-Zingst ist etwa die Hälfte des Wanderweges geschafft. Das backsteinrote Wahrzeichen wurde 1848 erbaut und warnt seitdem vor den Untiefen der Darßer Schwelle. Wer die 134 Stufen auf den Turm bewältigt, genießt die Ostsee gleich den Vögeln. Im Leuchtturm informiert das NATUREUM über die bewegte Entstehungsgeschichte des Darß und zeigt zugleich, wie bedroht der Naturraum ist. Weiter geht es am Strand und über einen Holzbohlensteg durch die Dünenlandschaft. Der Weg führt an Fukareksee und Libbertsee entlang, die ein wichtiges Rast- und Brutgebiet für Wasservögel sind. Am Beobachtungspunkt Ottosee öffnen die Dünen einen besonders weiten Blick aufs Meer. Zurück nach Prerow geht es direkt am feinsan-



Foto: TMM / Tiemann

Seit 1848 steht der alte Leuchtturm am Darßer Ort wie ein fester Riese an der rauen Ostsee

digen, weißen Strand entlang. Wer mag, zieht die Schuhe aus und genießt das Zusammenspiel von Meer, Wind, Sand und Ruhe – die beste Ladung für angeschlagene eigene Akkus.

www.auf-nach-mv.de/wandern/wandertouren

IN-ECHT-FLIX

präsentiert

GUTES WEDDING
SCHLECHTES WEDDING®



Infos & Tickets unter
primetimetheater.de

**DAS BERLINER
KULT-THEATER**

Weit oder nah: Schlei-Eider-Elbe

Fernwanderwege haben zwei große Vorteile: Sie sind (meistens jedenfalls) gepflegt, haben eine ausgebaute Infrastruktur und können bequem in einzelnen Etappen gelaufen werden. Wem die 260 Kilometer lange Strecke des Schlei-Eider-Elbe-Weges (SEE-Weg) von Schleswig an der Schlei bis Hamburg-Blankenese zu lang sind, der sucht sich eine der 12 Etappen aus. Wer es noch länger mag: Der SEE-Weg ist Teil des Europäischen Fernwanderwegs E1, der das Nordkap in Norwegen mit Süditalien verbindet. Natur- und Kultur-Entdeckungen gibt es auf der durchgehend markierten SEE-Wanderroute durch eine geschichtsträchtige Landschaft jede Menge: Schloss, Dom und Wikingermuseum in Schleswig, vorgeschichtliche Grabhügel, den Dom zu Meldorf und natürlich das schmucke Blankenese, wo man einfach nur gemütlich spazieren gehen kann.

www.wildganz.com/fernwanderweg/schlei-eider-elbe

Der Jakobsweg durch Hamburg

Neben der religiösen gibt es unterschiedliche persönliche Motivationen zu pilgern: das Leben reflektieren, Entwicklungen hinterfragen, Sinnsuche, sich im tiefen Einklang mit der Natur fühlen, jahrhundertealte Wege erlaufen. Ein uralter Pilgerweg ist die „Via Baltica“, vom baltischen Tallin nach Santiago de Compostela. Eine Etappe führt direkt durch die Stadt Hamburg. Die Tour eignet sich bestens, die Schönheiten der Hansestadt zu entdecken. Sie beginnt an der Wulksfelder Schleuse und führt entlang der Alster durch die Walddörfer, Poppenbüttel, das Alstertal, Ohlsdorf und die Außenalster bis in die Hamburger City. Hier, direkt an der Via Baltica liegt die Hauptkirche St. Jacobi. Vor mehr als 750 Jahren als Kapelle für Pilger vor den Toren der Stadt gebaut, ist sie noch heute Pilgerkirche mit einem Pilgerzentrum und eigenem Pastor. Im Kircheninneren stehen zwei Statuen, die den Namensgeber und Schutzpatron der Pilger zeigen: Jakobus mit Pilgerhut, Pilgerstab und Jakobsmuschel. Weiter führt der Jakobsweg über St. Petri, das Mahnmahl St. Nikolai und den Michel zur Elbe bis nach Blankenese, Rissen und verlässt das Gebiet des Stadtstaates bei Wedel. Auf dem Weg zu erleben: Natur pur, herrschaftliche Villen, Wassersport, die Silhouette der Alt- und Neustadt mit den Türmen der fünf Hauptkirchen, die Elbphilharmonie, Landungsbrücken, St. Pauli, Hafen, Elbstrand und Treppenviertel in Blankenese. Wer weiterlaufen will: Bis Santiago de Compostela sind es von Hamburg aus 2.270 Kilometer.

www.pilger-im-norden.de/der-jakobsweg-durch-hamburg



Foto: TMB/Steffen Lehmann

Unterwegs in der weiten Landschaft der Uckermark

Unterwegs auf der Via Imperii

Für Dr. Christopher Frantzen, Präsident der St. Jakobus-Gesellschaft Berlin-Brandenburg-Oderregion e. V., ist die Via Imperii durch die Uckermark und den Barnim einer seiner Lieblingswege in der Region. „Ein guter Einstieg hierfür ist der Grenzbahnhof Tantow im Landkreis Uckermark. Die Landschaft ist sanft gewellt und erinnert mich ganz besonders im Frühsommer sehr an Südfrankreich“, bekennt der Rechtsanwalt und leidenschaftliche Pilger. Die einstige römische Handelsstraße verlief von Stettin über Berlin, Leipzig, Nürnberg und Florenz nach Rom und verband wichtige Handels- und Wallfahrtsorte. Von Tantow aus sind es acht Tagestouren (Schwedt, Angermünde, Groß Ziethen, Eberswalde, Melchow, Bernau) bis Berlin-Mitte. Die Etappen können gut separat gelaufen werden – der Weg ist das Ziel.

www.brandenburger-jakobswege.de

Ruhe pur: Wandern durch die Döberitzer Heide

Die über 3.500 Hektar große Döberitzer Heide ist ein einmaliges Naturparadies und eine Oase unberührter Wildnis vor den Toren Berlins. Das ehemalige militärische Übungsgelände – seit 2004 im Besitz der Heinz Sielmann Stiftung – beherbergt über 6.700 andernorts vielfach verdrängte Tier- und Pflanzenarten und steht unter Naturschutz. Der 25 Kilometer lange Rundwanderweg führt durch sandiges Dünengelände entlang ausgedehnter Heideflächen, die von der charakteristischen Besenheide geprägt werden, am Feuchtgebiet Ferbitzer Bruch vorbei und durch lichte Waldgebiete mit ihrem Bestand an Eichen und Birken. Mit ein wenig Glück kann man Wisente, Przewalski-Pferde oder Rotwild beobachten. Auf etwa der Hälfte der Strecke steht der 13 Meter hohe Aussichtsturm am Finkenbergrücken, der einen prächtigen Panoramablick bis zum Fernsehturm und über das Havelland offeriert. Start und Ziel ist der Bahnhof Elstal.

www.sielmann-stiftung.de

Geschichte erlaufen – Auf dem Mauerweg

Nicht nur Touristen stellen hin und wieder die Frage, wo nun eigentlich die Berliner Mauer war. Die Narben überwuchert? Die Originalschauplätze überbaut? Der rund 160 Kilometer lange gut ausgeschilderte Mauerweg, der durch die Hauptstadt und Brandenburg führt, markiert den Verlauf der einstigen Grenze und ist eine gute Möglichkeit, die Teilung der Stadt an Originalschauplätzen zu erspüren. Beinahe auf Schritt und Tritt trifft der Wanderer auf Gedenkorte und Sehenswürdigkeiten. Übersichtspläne und Informationsstelen erklären die historischen Zusammenhänge und weisen auf Ereignisse am jeweiligen Ort hin. Manches erschüttert bis ins Mark, anderes erscheint heute skurril – in jedem Fall sind es lebendige Geschichtsstunden, die Hirn und Herz ansprechen. Alle paar Kilometer warten links und rechts des Weges Sehenswürdigkeiten auf Entdeckung, so das Dorf Lübars, das sowjetische Ehrenmal Schönholzer Heide, die Gartenstadt Staaken, das Schloss Pfaueninsel, die Heilandskirche in Sacrow, die Glienicker Brücke, der Park Babelsberg. Es ist einfach, den Weg in Etappen einzuteilen, Anfang- und Endpunkt sind mit dem ÖPNV erreichbar.

www.berlin.de/mauer/mauerweg

Foto: Brigitte Menge



Einst Grenz-, heute Naturschutzturm. Das Vereinsgebäude der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW), Regionalverband Oberhavel, in Bergfelde am ehemaligen Grenzstreifen zwischen Berlin-Frohnau und Hohen Neuendorf



Wildpferde in der Döberitzer Heide im Havelland

Foto: TMB / Streffen Lehmann

„Befiehl du deine Wege“ – Der Paul-Gerhardt-Weg

Im vergangenen Jahr schaffte es der Paul-Gerhardt-Weg als „Deutschlands schönster Wanderweg 2024“ nominiert zu werden. Er führt über 140 Kilometer auf den Spuren des bedeutendsten protestantischen Liederdichters nach Martin Luther von Berlins Mitte nach Lübben in den Spreewald. Der Weg verbindet über neun Etappen die drei wichtigsten Wirkungsstätten Paul Gerhardts (Berlin, Mittenwalde und Lübben im Spreewald), ist für Einsteiger bestens geeignet und voller Abwechslung: Berliner Stadtlandschaft mit viel Grün, die Seen und Wälder im Dahme-Seenland, das Netz von Fließeln im Spreewald. Dazu alte Kirchen, Schlösser, stille Dörfer, Zeugnisse alter und jüngerer Geschichte. Infotafeln sorgen an vielen Orten dafür, dass der Wanderer nichts übersieht. Im Jahr 2019 wurde der Paul-Gerhardt-Weg offiziell eingeweiht. Seitdem liefen viele Wanderschuhe von Menschen zwischen 9 und 90 Jahren den gut ausgeschilderten Weg im Zeichen des Abbildes von Paul Gerhardt, dessen Lieder wie „Befiehl du deine Wege“ oder „Geh aus, mein Herz, und suche Freud“ bis heute viel gesungen werden, einige sind weltweit verbreitet.

www.dahme-seenland.de/erlebnisse/wandern/paul-gerhardt-weg



Foto: Landkreis Dahme-Spreewald / Michael Zaleski

Der Weg führt vorbei an der St.-Moritz-Kirche Mittenwalde, hier wirkte der Theologe und Dichter Paul Gerhardt

Frei nach Altmeister Goethe: Warum in die Ferne laufen, sieh' das Gute liegt so nah. Überall – auch in den Metropolregionen – gibt es ausgewiesene Wanderwege. Es eine gute Zeit, die Wanderstiefel zu schnüren, schließlich ist die Natur schon erwacht und lockt mit Frühlingsfarben, wohlthuender Wärme und Düften von Kirschblüten und Maiglöckchen. Und wenn's regnet? Dann folgt prompt der Spruch: „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur ...“

von Brigitte Menge ■

Das Geheimnis für hervorragenden Geschmack? Wir legen großen Wert auf die sorgfältige Auswahl aller Zutaten und beziehen sie, wo immer möglich, aus der Region. Regionale Produkte haben einfach den besten Geschmack. Unser Roggenmehl stammt von den Feldern Brandenburgs, während der Weizen aus der Magdeburger Börde kommt – dem besten Weizenanbaugebiet Deutschlands. Das Urgetreide beziehen wir aus dem Fläminger Genussland. Unsere frische Milch und Butter beziehen wir von HEMME Milch aus der Uckermark, und die knackigen Kürbiskerne kommen von Feinkost Syring aus Beelitz.

Hauseigene Rezepturen

Unsere Backwaren entstehen nach eigenen, sorgfältig entwickelten Rezepten. Dabei verwenden wir hochwertiges Mehl und beste Zutaten, lassen den Teig ausreichend ruhen und investieren viel Zeit und Liebe in die Herstellung. Ein Teil unseres Mehls wird sogar aus dem vollen Korn in unserer eigenen Mühle in Beelitz gemahlen. Die Brote und Brötchen von Exner zeichnen sich durch ihren Natursauerteig aus, werden in traditioneller Handarbeit gefertigt und enthalten keine künstlichen Zusatzstoffe.

Eigene Konditorei

Ob Blechkuchen, Gebäck oder Torten – unsere Konditoren und Auszubildenden in der Konditorei kreieren alles selbst, mit viel Liebe und Kreativität, für all unsere Fachgeschäfte und Kunden.

Ein Team das für Handwerk und Tradition steht

Mitarbeiter sind unser wertvollstes Kapital, und deshalb ist uns ihre Wertschätzung besonders wichtig. Dies beginnt bereits mit einer fairen Vergütung: Verkäuferinnen und Verkäufer verdienen bis zu 18 Euro pro Stunde, während Auszubildende im dritten Lehrjahr 1.300 Euro monatlich erhalten. Aktuell setzen wir uns intensiv für die Einführung einer 4-Tage-Woche im Verkaufsbereich ein. Unabhängig davon, ob im Verkauf, in der Verwaltung, Logistik, Bäckerei, Konditorei oder im Ausbildungssektor – bei uns ist jeder herzlich willkommen, der etwas bewirken möchte.

Vieles mehr rund um die Bäckerei Exner, wie Stellenangebote oder Produktinformationen finden Sie unter:

www.baecereiexner.de



DEINE NEUE GENUSS APP

vorbestellen

exklusive Rabatte

immer aktuell

Kundenkarte

Punkte sammeln

+3% Rabatt
Beim Bezahlen per App.





Foto: Sarah Schloppsmies

Bonvivant: Dinner vegan

Vegan heißt voller Geschmack: Nikodemus Berger und sein Team treten nach langer Entwicklungsphase im Bonvivant Cocktail Bistro den Beweis an. Die neue Abendkarte bietet wie gewohnt kulinarische Highlights auf Sterne-Niveau – nur ohne den Einsatz tierischer Produkte. „Es war ein langer Weg“, gesteht der 30-jährige Küchenchef, „wir wollen keine Mogelpackungen liefern und haben viel experimentiert, um besten Geschmack, feine Texturen und spannende Konsistenzen garantieren zu können.“ Dabei geht es ihm nicht darum, einem Trend zu folgen. Der engagierte Spitzenkoch lebt seit frühester Kindheit vegetarisch und sammelt seine saisonalen Zutaten am liebsten selbst im Wald. Geplant ist, auch den Brunch vegan anzubieten.

www.bonvivant.berlin

Genuss-Zeit



Foto: Pia Negri

Patissier des Jahres

Der Gault & Millau hat entschieden: Dennis Quetsch, Küchenchef des Restaurant Rutz, wurde als Patissier des Jahres ausgezeichnet – eine verdiente Ehrung für sein Können und seine Kreativität. Mit seinen raffinierten Dessertkreationen setzt Dennis Quetsch kulinarische Maßstäbe und trägt dazu bei, dass das Rutz zu den Top-Adressen der deutschen und internationalen Gastronomie gehört. Der Gastroführer lobte insbesondere Quetschs kreativen Umgang mit Gemüse im Dessert sowie dessen unkonventionelle Ideen wie Fichtennadelsorbet, Schafgarbeneis, Salatsticks und Dill-Crumble.

www.rutz-restaurant.de

Küchenchef des Restaurant Rutz
Dennis Quetsch

Neu in der Kantstraße

Das Lo Fufu vereint italienische Einfachheit mit japanischer Perfektion. Küchenchef Amodio Iezza präsentiert seine ausdrucksstarke Handwerkskunst an einer langen Edelstahltheke, wo in einer offenen Küche die frischen Zutaten à la minute vor den Augen der Gäste zubereitet werden. Die einzelnen Gerichte werden mit ausgewählten Weinen, Sake und klassischen Cocktails gekonnt ergänzt. Wer die Vielfalt der modernen Kulinarik in vollen Zügen genießen möchte, wählt das Omakase-Menü. Nach japanischer Tradition werden verschiedene Gänge serviert, bis der Gast entscheidet, die Folge zu beenden. Das Restaurant bietet 26 Plätze und ist donnerstags bis montags von 13.00 bis 22.00 Uhr geöffnet.

www.lofufu.com



Foto: Romy Kaa

Neue Beelitzer Spargelkönigin

Maxi Hiemann ist die Beelitzer Spargelkönigin 2025. Mit der Wahl sei für sie ein Kindheitstraum in Erfüllung gegangen. „Ich bin mit den Spargelköniginnen aufgewachsen und war immer fasziniert, wenn ich sie gesehen habe“, sagte die 21-Jährige nach ihrer Wahl durch den Verein Beelitzer Spargel e.V. „Ich habe mich wirklich intensiv vorbereitet, habe gelernt, wie tief Spargelpflanzen in die Erde gesetzt werden und auch erfahren, wie viele Menschen in Beelitz durch den Spargel Arbeit haben.“ Am 10. April hat die Studentin für Medientechnik bei der Eröffnung der Spargelsaison ihren ersten öffentlichen Auftritt in ihrer neuen Funktion. Spargel ist gemessen an der Anbaufläche das bedeutendste Gemüse in Brandenburg. Das Hauptanbaugebiet befindet sich um Beelitz im Kreis Potsdam-Mittelmark.

www.beelitz.de



Maxi Hiemann ist die Beelitzer Spargelkönigin 2025

Wenn Oper zur Geschmacksache wird



Foto: Hotel de Rome

Madame Butterfly, Carmen, Die Königin der Nacht ... inspiriert von der unmittelbaren Nachbarschaft zur Staatsoper Unter den Linden lädt die CHIARO Bar im Hotel de Rome ein, die Faszination und Leidenschaft der Oper in sinnlicher Form zu erleben. Die innovative Karte, entwickelt vom talentierten Bar-Team in Zusammenarbeit mit Opernliebhabern, übersetzt den Glanz und die Dramatik welt-

berühmter Werke in fein abgestimmte Aromen. Jede Cocktail-Kreation ist eine Hommage an ikonische Arien, Charaktere und Szenen der Operngeschichte. Das Erlebnis geht über das Glas hinaus: Das Küchenteam hat die Lieblings Speisen berühmter Komponisten wie Tschaikowski, Beethoven und Puccini recherchiert und als Signature Foods ins Menü aufgenommen.

www.roccofortehotels.com



Foto: Senza

Italienisch gluten- und laktosefrei

Mitte Februar eröffnete in der Hannoverschen Straße 1 - im ehemaligen einsunternull - die Trattoria „Senza“: Das erste italienische Restaurant in der Stadt, das sich vollständig auf gluten- und laktosefreie Küche spezialisiert hat. Es setzt mit seinem Konzept von Antipasti über Primi und Secondi bis hin zu Dolce auf traditionelle italienische Gerichte, die in ihrer gesamten Vielfalt ohne Gluten und Laktose auskommen und verbindet so Tradition mit Innovation.

www.trattoriasenza.de

NEUER GENUSS

felicita's
CHOCOLATIER

Eine schokoladige Entdeckungsreise
rund um den Globus

Schokoladenplättchen aus feinsten belgischer
Schokolade mit Zutaten aus aller Welt

auch
vegan
erhältlich

gluten free 0% cocoa
alcohol free HORIZONS

HORNOW Schokoladenweg 1, 03130 Spremberg
DRESDEN Frauenstraße 9, 01067 Dresden
POTSDAM Gutenbergstraße 26, 14467 Potsdam

www.felicitas-schokolade.de

Neuer Bartender in der VOX Bar



Foto: White Kitchen, Grand Hyatt Berlin

Nachdem der Gault-Millau das VOX Restaurant & Bar mit einer Haube ausgezeichnet und zur „Besten Weinbar“ in der Grand Selection Award Winelist erklärt hat, tritt Willem Rijnders als neuer Head Bartender an. Der gebürtige Niederländer war die letzten 15 Jahre in England, den Niederlanden und Deutschland in unterschiedlichen Gastronomiebetrieben im Einsatz. So hat er nicht nur Erfahrung in Cocktailbars und Clubs vorzuweisen, er versteht sich auch darauf, in Restaurantbars Drinks und Cocktails auf die Kreationen der Küche abzustimmen. „Ich liebe es, mich von Gerichten zu neuen Getränken inspirieren zu lassen“, sagt er, „ich freue mich aber auch darauf, mit dem Küchenteam an perfekten Pairings zu arbeiten und zu experimentieren.“

www.grandhyattberlin.com



Foto: Wibes Agentur

Jonathan Kartenberg, Inhaber des Sterne-Restaurants Irma La Douce an der Potsdamer Straße

Kostengünstiger Lunch

Mit dem lässigen Lunch-Angebot im Sterneres-restaurant Irma la Douce möchte Inhaber Jonathan Kartenberg der Nachbarschaft entgegenkommen. Von Anfang an ging es dem Team darum, nicht nur Gourmets aus aller Welt zu beglücken, sondern Teil der Kiezkultur zu sein. So ist der günstige Mittagstisch hier sogar Chefsache. Kartenberg arbeitet mit einem kleinen Team und serviert selbst. So kann er die Preise für den Gast gut kalkulieren und dabei feine Lunch-Gerichte auf-tischen: Pasta (ab 11 Euro), Salate (ab 5 Euro), mediterrane Klassiker (ab 12 Euro) – eben Gerichte, die Spaß machen. Die Karte wechselt wöchentlich, die niedrigen Preise bleiben. Dienstags bis freitags von 12 bis 14 Uhr.

www.irmaladouce.de

Gastro Awards 2025

Wer sind die „Besten der Besten“? Diese Frage beantwortet die Fachzeitschrift „Der Feinschmecker“ mit der Verleihung der Gastro Awards 2025. Gastgeber des Jahres ist Oliver Kraft vom Lorenz Adlon. Als Innovation des Jahres wurde die Bonvivant Cocktailbar geehrt. Unter den mit 5 „F“, der höchsten Feinschmecker-Bewertung, ausgezeichneten Restaurants: Marco Müller, „Rutz Restaurant“.

www.feinschmecker.de

SeeHotel mit neuem Biergarten



Foto: Seminaris Hotels

Das Seminaris SeeHotel Potsdam plant im April die Neueröffnung eines Biergartens mit Blick auf den Templiner See. Für die Potsdamer und die Gäste der Stadt sollen rund 250 Plätze auf der Terrasse und der Wiese

vor dem 4-Sterne-Hotel zur Verfügung stehen. Das 225-Zimmer-Haus im grünen Süden der Landeshauptstadt liegt am Seeufer unweit des Bahnhofs Pirschheide direkt am Europaradweg R1.

www.seminaris.de

Mit Schokolade durch die Welt

Die Weltreise-Schokoladen-Kollektion der Confiserie Felicitas besteht aus 16 Täfelchen, in denen beste Zutaten aus verschiedenen Kontinenten harmonisch vereint sind: Chili aus Asien, Mandeln aus Südeuropa, exotische Früchte aus Südamerika. So sind die Schokoladen mal würzig, mal nussig und mal fruchtig, aber immer harmonisch abgestimmt mit den wertvollen Kakaobohnen, die die Confiserie Felicitas in der Lausitz in liebevoller Handarbeit zu bester Schokolade veredelt. Die Weltreise-Kollektion ist auch als vegane und glutenfreie Option erhältlich.

www.felicitas-schokolade.de



Foto: Confiserie Felicitas

Geschmackliche Reise

Das Berta Restaurant in der Stresemannstraße ist weit mehr als ein Ort für gutes Essen – es ist eine Hommage an die kulinarischen Traditionen Israels. Hier verschmelzen die lebendigen Aromen des Nahen Ostens mit modernen Techniken. Chefkoch Assaf Granit und sein Team haben das Berta zu einem unverzichtbaren Ziel für Feinschmecker gemacht. Mit der neuen Cocktailkarte wird dieses Erlebnis um eine weitere Dimension bereichert. Die neuen Cocktailkreationen Metuka, Hamuza oder Melucha sind eine Hommage an Israel. Frische Kräuter wie Thymian und Koriander verleihen den Drinks eine grüne, lebendige Note, während exotische Gewürze wie Zimt und Sternanis die Erinnerungen an orientalische Märkte wecken. Die Verbindung von feinem Champagner, fruchtigen Akzenten wie Birnensirup oder Passionsfruchtpüree und außergewöhnlichen Komponenten wie Mezcal, Hawaii-Gewürzen und Amarena-Kirschen erzeugt eine Balance aus Tradition und Moderne. Gerösteter Kaffee, verfeinert mit israelischen Gewürzen und in Eichenfässern gereift, fügt den Cocktails eine unverwechselbare Note hinzu und macht sie zu wahren Kunstwerken.

www.bertarestaurant.com

Fotos: Berta Restaurant



Ausgezeichneter Genuss

Das Traditionen innovativ sein können, beweisen die besten handgemachten Spirituosen, die alljährlich bei den Craft Spirits Berlin Awards ausgezeichnet werden. Zugelassen für Europas wichtigsten Wettbewerb für

„Craft Spirits“ sind nur Destillate und alkoholfreie Alternativen, die auf echtem Handwerk beruhen. Ansonsten setzt das Regelwerk dem Ideenreichtum keine Grenzen. Zu bewundern war das auf der stimmungsvollen Preisverleihung am 1. März 2025 im Sälchen. Die Kreativität der Branche ist beeindruckend. So fanden sich neben Klassikern wie Obstbränden, Gin, Rum und Wodka in erstklassiger Qualität auch spannende Neuheiten wie ein Basilikum-Aperitif, ein Bierlikör und ein Whisky aus Emmer. „Wir staunen jedes Jahr, wie hochwertig und innovativ die Einreichungen aus aller Welt sind“, sagt Organisator Theo Lighthart. Die Craft Spirits Berlin Awards gelten in ihrem 14. Jahr längst als Sprungbrett für den internationalen Markt. Das Siegel weckt Vertrauen.

www.craftspiritsberlin.de



Foto: Craft Spirits Berlin / Bernhard Ludwig

LANDHAUS
.....
SCHUPKE
FOOD & FRIENDS

Die Event-Location 2025

„Food & Friends heißt für uns, mit Begeisterung Ihnen als Freunde des guten Geschmacks mit kulinarischen Erlebnissen und Veranstaltungen ein unvergessliches Erlebnis zu bereiten.“

Restaurant · Scheune · Biergarten · Kinder-Somergarten · Open-Air-Bühne

- Hochzeiten
- Geburtstage
- Firmenveranstaltung
- Netzwerkveranstaltung
- Sommerfeste
- Weihnachtsfeiern
- Seminarräume
- Abschlussfeiern
- Trauerfeiern
- andere Veranstaltung



365 Tage
für Sie da

📍 Alt-Wittenau 66 ~ 13437 Berlin

☎ +49 30 63 41 97 11

✉ post@landhaus-schupke.com

🌐 <https://landhaus-schupke.com>

Vielfalt im Frühjahr

In Berlin und Brandenburg erwarten wie stets spannende Ausstellungen ihr Publikum. Der Blick auf die Themen gleicht dem Blick in ein Kaleidoskop! Wir stellen Ihnen hier vier sehenswerte Schauen vor.

Von Odesa nach Berlin Europäische Malerei des 16. bis 19. Jahrhunderts

**Gemäldegalerie
Bis zum 22. Juni 2025**

Kurz nach Beginn des Krieges in der Ukraine wurden die bedeutendsten Werke des Odesa Museums in ein Notlager gebracht, um sie zu schützen: Gemälde europäischer Maler des 16. bis 19. Jahrhunderts, unter ihnen Frans Hals, Domenico Morelli, Andreas Achenbach.

60 Werke aus Odesa treten in dieser Präsentation mit 25 Arbeiten aus den Berliner Gemäldesammlungen in einen Dialog – als Ergebnis einer außergewöhnlichen Kooperation und ein Zeichen der Solidarität.



Domenico Morelli, Porträt von Olena Tolstoi, 1875, Odesa Museum für Westliche und Östliche Kunst, Gemäldegalerie - Staatliche Museen zu Berlin

Jules-Alexis Muenier, Streit der Kutscher, 1893, Odesa Museum für Westliche und Östliche Kunst, Gemäldegalerie - Staatliche Museen zu Berlin

© Museum für Westliche und Östliche Kunst Odesa / Fotos: Christoph Schmidt

Lange Finger – Falsche Münzen Die dunkle Seite der Numismatik

**Bode-Museum
Bis zum 21. September 2025**

Ebenso alt wie das geprägte Geld sind die damit verbundenen Verbrechen: Münzen und Medaillen aus edlem Metall verlocken zu Diebstahl, Raub und Unterschlagung. Falschmünzen für den Geldumlauf untergraben das Vertrauen in Währungen. Bereits seit der Renaissance werden außerdem Münzfälschungen speziell für Sammler*innen hergestellt. Gerade für sie ist es heute, während die Bedeutung des Münzgeldes im Alltag abnimmt, eine besondere Herausforderung, die Fälschungen zu erkennen.



Fälschungen für den Geldumlauf von 2 Mark-Stücken der Jahre 1925–1931. Aus dem Archiv der Münze Berlin, 1953 an das Münzkabinett der Staatlichen Museen zu Berlin übereignet



Prägezange eines Falschmünzers zur Herstellung falscher Markstücke des Jahres 1934. Aus dem Archiv der Münze Berlin. Münzkabinett der Staatlichen Museen zu Berlin

© Staatliche Museen zu Berlin, Münzkabinett / Fotos: Franziska Vu

Mode aus Paris Schenkung Erika Hoffmann

Kunstgewerbemuseum

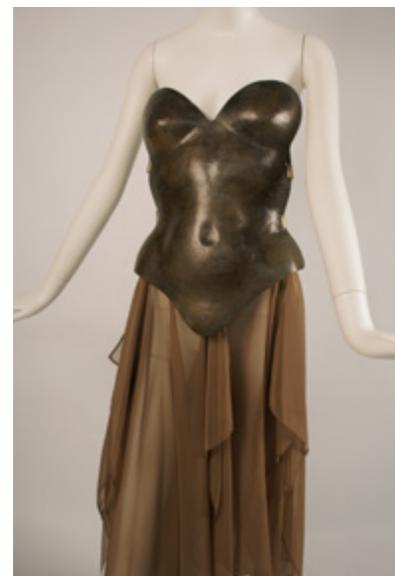
Bis zum 14. Dezember 2025

Für die Kunstsammlerin und Textilunternehmerin Erika Hoffmann war die Pariser Mode stets eine bedeutende Inspirationsquelle. Durch ihren Beruf und ihr Interesse an zeitgenössischer Mode und Kunst war sie in Künstlerkreisen bestens vernetzt. Sie reiste regelmäßig in die Modehauptstadt, um die Boutiquen der Designer zu besuchen. Zweiundzwanzig ihrer dort erworbenen Outfits schenkte sie nunmehr dem Kunstgewerbemuseum der Staatlichen Museen zu Berlin, das diese erstmals präsentiert.

www.smb.museum



© Staatliche Museen zu Berlin, Kunstgewerbemuseum / Fotos: Max Fährig



Thierry Mugler, Brustpanzer mit Zipfelrock, ca. 1980, Metall, Seide, Leder

Martin Margiela, Bemalte Weste aus Plakaten, ca. 1994, Papier und graue Farbe



© VC Bild-Kunst, Bonn 2024

IM DIALOG Sammlung Hasso Plattner: Kunst aus der DDR

Das Minsk, Potsdam

Bis zum 10. August 2025

Die nunmehr zweite Sammlungspräsentation des Kunsthauses setzt auf den Dialog als Herangehensweise an die Kunst der ehemaligen DDR: In zwei Ausstellungskapiteln werden die unterschiedlichen Perspektiven der Kunstschaffenden und die Kontexte beleuchtet, in denen die Arbeiten entstanden sind. Sie zeigen die Problematik der Kunstgeschichte und Kulturpolitik der DDR, mit ihrer Dynamik zwischen Ausdruck und Rückzug, zwischen Aussprechen und Schweigen.

www.dasminsk.de

Werner Tübke,
Drei Frauen aus Cefalù, 1983,
Sammlung Hasso Plattner

von Sophia Lindt ■

Vorhang auf!

Dem Leben eine Bühne! In Berlin und Brandenburg werden Sie fündig – aus einem großartigen Spielplan hier vier Tipps!

Eines langen Tages Reise in die Nacht

Deutsches Theater Berlin

Ein Sommerhaus an der Küste von Connecticut, um 08.30 Uhr morgens – im Wohnzimmer der Familie Tyrone beginnt ein scheinbar normaler Augusttag. Während der Titel gebenden Reise des Tages in die Nacht, bröckelt die Heile-Welt-Fassade jedoch nach und nach ... Das autobiografische Drama von Eugene O'Neill, geschrieben 1941, stellt die universellen, zeitlosen Themen von Isolation, Liebe und Verbundenheit, verpassten Chancen und Scheitern in den Vordergrund. Es gehört zu den wichtigsten Werken der amerikanischen Theaterliteratur.

23., 31. März 2025 und weitere Termine
www.deutschestheater.de



Foto: Thomas Aurin

Weltliteratur – düster-melancholisch und komisch-absurd zugleich



Foto: Apollonia T. Bitzan

Der Schnittchenkauf

Volksbühne Berlin

Schnittchen gibt es auch, auf der Hinterbühne werden diese zubereitet. Doch ist der Abend ein ganz anderer, als sein Titel vermuten lässt – er widmet sich nichts Geringerem als der theatralischen Auseinandersetzung mit dem Kunstbetrieb. René Pollesch, im vorigen Jahr unerwartet verstorbener Regisseur und Intendant, schuf diesen Text bereits 2011, in Bezug zu Brechts „Messingkauf“. Was lässt sich von Brechts Theater-Theorie ins Heute übertragen? Dem und großen Lebens-Themen spürt die Adaption des Werkes nach – eine unterhaltsame Hommage.

31. März 2025 und weitere Termine
www.volksbuehne.berlin

Zu Ehren des großen René Pollesch: Inszenierung im Kollektiv
Martin Wuttke, Franz Beil, Rosa Lembeck und Milan Peschel (v. l. n. r.)



Foto: Bernd Schönberger

Pension Schöller

Staatstheater Cottbus

Philipp Klapproth langweilt sich. Auf seinem Landsitz bei Berlin scheint es ihm, als hätten alle mehr zu erleben und mehr zu erzählen als er. Seine Idee: Eine Nervenheilanstalt muss her ... Auch hundert Jahre nach seiner Entstehung ist dieses Werk ein Paradebeispiel für das Verschwimmen von Normalität und Irrsinn. Mit Humor und grandiosem Tempo zeigt es, wie fließend die Grenzen zwischen den Verrückten und den Vernünftigen sein können.

22. März, 26. April und 18. Mai 2025
www.staatstheater-cottbus.de

Szenenfoto mit (v. l. n. r.): Markus Paul (Alfred Klapproth), Lucie Luise Thiede (Franziska Schöller) und Manolo Bertling (Philipp Klapproth)

Written on Skin

Deutsche Oper Berlin

Aus einem nüchternen Heute blicken drei Engel in die Vergangenheit und beschwören jene Epoche herauf, in der jedes Buch ein kostbarer, auf „Haut geschriebener“ Gegenstand war ... Eine packende Dreiecksgeschichte wird zum Zentrum der Handlung. Mit seiner präzisen und poetischen Sprache und Musik von klangsinnlicher Fülle begeistert das zeitgenössische Werk auch ein breiteres Publikum – die Uraufführung des Werkes im Jahr 2012 beim Festival in Aix-en-Provence war eine Sensation!

4., 14. und 24. Mai 2025
deutscheoperberlin.de



Foto: Bernd Schönberger

Eine eindringliche Parabel bildgewaltig inszeniert,
 v. l. n. r.: Georgia Jarman (Agnés), Mark Stone (Protector) und Aryeh Nussbaum Cohen (First Angel / Boy)

von Sophia Lindt ■

Bitte beachten Sie, dass Programm-Änderungen möglich sind!



Das Bode Museum am nördlichen Ende der Museumsinsel

© visitberlin, Foto: Wolfgang Scholvien

200 Jahre Museumsinsel

Seit ihrer Gründung im Jahr 1825 hat sich die Insel im Herzen Berlins zu einem einzigartigen Ensemble aus Architektur, Geschichte und Kunst entwickelt, das seit 1999 zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört. Heute zählt die Museumsinsel mit jährlich rund 2,5 Millionen Besuchern zu den größten Publikumsmagneten Deutschlands. Anlässlich des 200-jährigen Jubiläums werden die Stiftung Preussischer Kulturbesitz (SPK) und die auf der Insel ansässigen Sammlungen das Museumsquartier inszenieren – durch Ausstellungen, Veranstaltungen, Konzerte, Kinoabende und Aktionen für alle. Drei große Sonderausstellungen stehen auf dem Programm: „Grundstein Antike. Berlins erstes Museum“, „Mythen in Stein. Göbeklitepe und die Welt der letzten Jäger“ und „Goya – Monet – Degas – Bonnard – Grosse“.

www.preussischer-kulturbesitz.de



Foto: Davids

Classic Open Air ist zurück!

Nach zweijähriger Pause verwandelt sich der Gendarmenmarkt vom 17. bis zum 21. Juli 2025 wieder in die Konzertarena von Classic Open Air. Eröffnet wird das Musikfestival vom Konzert-Orchester Berlin unter Chef-Dirigentin Johana Mallwitz. Auf dem Programm stehen unter anderem Jazz-Star Gregory Porter sowie eine italienische Sommernacht mit Giovanni Zarrella. Den Abschluss des fünftägigen Musikfestivals bestreiten Weltstar-Sopranistin Anna Netrebko und Star-tenor Yusif Eyvazov.

www.classicopenair.de

Kultur-Zeit

50 Jahre UdK Berlin

In diesem Jahr feiert die Universität der Künste Berlin ihr 50-jähriges Bestehen. Dieses Jubiläum begeht die UdK mit unterschiedlichen Veranstaltungen, Formaten und Projekten. Im Jahr 1975 entstand durch die Vereinigung der Hochschule für Bildende Künste und der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst in West-Berlin die Hochschule der Künste. Die Umbenennung in Universität erfolgte im Jahr 2001. Durch ihre vorangegangenen Institutionen besitzt die UdK Berlin jedoch eine mehr als 300-jährige Geschichte.

Alle Veranstaltungen unter: www.udk-berlin.de/udk50

Die heißeste Show aus Las Vegas in Berlin

Anfang März ging die 16. Spielzeit PALAZZO zu Ende. Am 9. April zieht eine neue Show in den Spiegelpalast am Bahnhof Zoo ein: „VEGAS ROUGE – Die heißeste Varieté-Show aus Las Vegas“ – ein sinnlich-fesselndes Spektakel, eine knisternde Mischung aus Varieté und Comedy, Revue und Burlesque, die lustvoll Grenzen überschreitet (Eintritt ab 18 Jahre!). In einer aufregenden Inszenierung voller Überraschungen präsentieren 20 Weltklasse-Künstler, Artisten und Tänzer atemberaubende Akrobatik, sexy Choreografien und grandiose Comedy. Der Vorverkauf ist gestartet.

www.vegas-rouge.de



Foto: Vegas Rouge

Jetzt buchen!

Kulturplakatierung 

Werbung auf Augenhöhe



info@kulturplakatierung.de

Mihai. 
media solutions

Ihre Kampagne, unser Service.

Werbekonzepte  Mediaeinkauf  Full Service  Kreativnetzwerk

www.mihai.de

Übergangsspielstätte in Reinickendorf

Foto: Franziska Strauss



Jan Sosniok als Sherlock Holmes

Die Komödie am Kurfürstendamm wird für eine Saison übergangsweise im Ernst-Reuter-Saal in Reinickendorf spielen, solange das neue Theater fertiggestellt wird. Theaterchef Martin Woelffer ist erleichtert, dass nun feststeht, wohin die Reise geht. „Bis es zurück an den Kurfürstendamm geht, ist der Ernst-Reuter-Saal unser Hauptquartier. Wir werden dort noch einige kleinere Umbauten vornehmen und im Februar mit, Keiner hat gesagt, dass Du ausziehen sollst“ mit

Nina Kronjäger und Heiko Senst starten.“ Zusätzlich gastiert die Komödie im Sommer mit „Vanya“ im Berliner Ensemble. „Für mich und mein Team ist, das eine große Ehre und ich bin, Oliver Reese sehr dankbar, dass wir in seinem Haus zu Gast sein dürfen“.

www.komoedie-berlin.de



Foto: David Reineke

Affordable Art Fair Berlin

Nachdem die Veranstaltung im vergangenen Jahr ein großer Erfolg war, kehrt die Messe zurück nach Treptow. Vom 13. bis zum 15. Juni heißt es also: größer, vielfältiger und internationaler. Rund 60 Galerien aus 19 Ländern zeigen Werke zwischen 100 und 10.000 Euro. Ziel der Art Fair ist es, den Kunstmarkt für alle zugänglich zu machen und durch unkomplizierten Kunstkauf Begeisterung zu wecken. Die „Kunstmesse für Entdecker*innen“, wie der Messedirektor Oliver Lähndorf sie beschreibt, stellt eine breite Palette talentierter, neuer Kunstschaffender in den Fokus und gibt ihnen eine Bühne. Ein buntes Programm mit unter anderem einem Badeschiff sorgt für eine angenehme, einladende Atmosphäre für alle Kunstinteressierten.

www.affordableartfair.com

2. GREEN VISIONS POTSDAM

Nach dem erfolgreichen Debüt des Filmfestivals GREEN VISIONS POTSDAM im Frühsommer 2024 folgt vom 22. bis zum 25. Mai 2025 die zweite Festivalausgabe. Das Festival verbindet Film, Wissenschaft und einen „Markt für nachhaltiges Leben“. Festivalleiter ist Dieter Kosslick, von 2001 bis 2019 Direktor der Berlinale.

www.greenvisions-potsdam.de

Im Dialog – Sammlung Hasso Plattner

Der Maler und Grafiker Walter Womacka wäre in diesem Jahr 100 Jahre alt geworden. Seine architekturgebundenen Arbeiten und Mosaikarbeiten sind unter anderem in Berlin, aber auch im brandenburgischen Eisenhüttenstadt zu sehen. Mehr DDR-Kunst zeigt das Minsk-Kunsthause in Potsdam bis zum 10. August in der Ausstellung „Im Dialog – Sammlung Hasso Plattner: Kunst aus der DDR“. Neben Womacka sind Werke von Gudrun Brüne, Hartwig Ebersbach, Ulrich Hachulla, Rolf Händler, Bernhard Heisig, Johannes Heisig, Peter Herrmann, Ralf Kerbach, Walter Libuda, Peter Makolies, Harald Metzkes, Stefan Plenkens, Gerhard Richter, Arno Rink, Cornelia Schleime, Willi Sitte, Gabriele Stötzer, Erika Stürmer-Alex, Werner Tübke und Ruth Wolf-Rehfeldt zu sehen.

www.dasminsk.de



Wolfgang Mattheuer, Das graue Fenster, 1969, Sammlung Hasso Plattner

Potsdamer Clubkultur in einer App vereint

Die Potsdamer Clubkultur App sorgt dafür, dass man sich nicht mehr fragen muss, wann wo die nächste gute Party ist. Ziel ist es, die vielfältige Club- und Veranstaltungszene Potsdams auf einer Plattform zu vereinen. Ob Techno, Schlager oder Rock – alle Partys und Events sind sowohl für Android- als auch für iOS-Geräte auf einen Blick ersichtlich. Zahlreiche Clubs und Bars Potsdam kooperieren mit der App und machen es Partywütigen einfach, die passende Veranstaltung für den perfekten Abend zu finden.

www.clubkultur.app

weltweit
einzigartig:
**Sitcom
LIVE**

IN-ECHT-FLIX

präsentiert

GUTES WEDDING
SCHLECHTES WEDDING®

bis 19.04.2025

FOLGE 136

**DER
EUCH**

**BIS DASS
CLAN
SCHEIDET**

**prime
time
theater**



Infos & Tickets unter [primetimetheater.de](https://www.primetimetheater.de)

Müllerstraße 163, 13353 Berlin-Wedding       @primetimetheater

**DAS BERLINER
KULT-THEATER**

Danke unseren Sponsoren & Unterstützern

Senatsverwaltung
für Kultur und
Gesellschaftlichen Zusammenhalt

BERLIN



Berlin-
Brandenburg eG



STADT UND LAND
Zimmer, Küche, Bad, Berlin.



Rheinisch-Bergische
DRUCKEREI

SPIELBANK BERLIN



RAZ Verlag
EINFACH MEHR DAVON

top events

und dann kommt auch noch der Kaiser zu Besuch! Es bleibt spannend, humorvoll und derb-komisch.

www.brandenburgertheater.de



Foto: Maria Roewer

07.03.–
16.06.

Jetzt ist alles gut

Bereits seit den frühen 1980ern ist Käthe Kruse fester Bestandteil der West-Berliner Kunstszene. Sie war Teil des Kollektivs „Die Tödliche Doris“ und arbeitete im Grenzbereich zwischen Performance, Musik, Text, Malerei und Film. Die Ausstellung in der Berlinischen Galerie ist die erste umfassende Präsentation in Berlin, die Kruses Schaffen von den 80ern bis heute würdigt.

www.berlinischegalerie.de



Foto: Max Cramer

verboten wird, was ihm wichtig ist, bis er schließlich einen Kampf um seine Freiheit beginnt. Mit Welthits wie „Holding out for a hero“ oder „Almost paradise“ und einmaligen Tänzen bringt das Ensemble die Bühne zum Beben.

www.tapp.berlin

28.–
30.03.

Werder klingt – Das Musikfestival der Blütenstadt

Das Scala-Kino in Werder verwandelt sich bereits zum achten Mal ein Wochenende lang in eine große Bühne. Mit historischem Ambiente des Kulturpalasts finden zahlreiche Konzerte verschiedenster Musikrichtungen – von Musical über Jazz bis hin zu Kindermusik – statt und sorgen für ein buntes Bühnenprogramm.

www.t-w-maria.de



Foto: Thomas Walter Maria & Kapelle

03.–
05.04.

Rock the Ballet

Die spektakuläre Tanz-Show aus New York kehrt mit einem Best-of der letzten Jahre und neuen Choreografien zurück! Die Performance bringt Ballett, Hip-Hop, Klassik und Rock auf atemberaubende Art und Weise gemeinsam auf die Bühne. Mit explosiven Show-Einlagen, die das Publikum begeistern und die Grenzen des klassischen Tanzes sprengen.

www.admiralspalast.theater



Foto: Oliver Fantitsch

21.–
23.03.

Footlose – Das Musical

Der 80er-Jahre-Kultfilm tanzt nun auf der Bühne am Potsdamer Platz. Die Geschichte erzählt von dem Teenager Ren, dem in seiner Gemeinde alles



Foto: Nico Moser

29.03.–
06.04.

Im weißen Rössl

Das Musiktheater frei nach dem Lustspiel von Blumenthal und Kadelburg schafft es bis auf die Bühne des Brandenburger Theaters. Im Hotel „Zum Weißen Rössl“ herrscht reger Saisonbetrieb, spannende Liebesdreiecke entstehen

Netzwerkerin gesucht!



Du liebst hochklassige Events, Netzwerken und überzeugst mit Charme und Verhandlungsgeschick? Wir suchen **eine Anzeigenvertreterin für exklusive Veranstaltungen in Berlin & Potsdam**. Deine Mission: Anzeigenkunden gewinnen – stilvoll, souverän, erfolgreich.

- Dein Profil: kommunikativ, selbstbewusst, vertriebsstark
- Dein Umfeld: Bälle, Business-Events, exklusive Netzwerktreffen
- Deine Chance: Attraktive Vergütung & erstklassige Kontakte

Interesse? Jetzt bewerben!

jobs@raz-verlag.de



03.–
05.04.

Berliner Staudenmarkt

11.–
21.04.

Festtage 2025

Auch dieses Jahr lädt der Botanische Garten wieder zwei Tage lang zu diesem besonderen Markterlebnis ein. Auf der über einen Kilometer langen Marktstrecke reihen sich Stände von über 80 Gärtnereien, Baumschulen und Saatgutbauern aneinander. Interessierte können sich vor der beeindruckenden Kulisse der historischen Gewächshäuser von Profis beraten lassen.

www.berliner-staudenmarkt.de



Foto: Kerstin Zillmer

Die diesjährigen Festtage der Staatsoper Berlin feiern die Osterzeit mit Richard Wagners außergewöhnlicher Oper „Parsifal“ und Vincenzo Bellinis wohl bekanntester Oper „Norma“. Außerdem werden ein Liederabend Joyce DiDonatos sowie ein Festtagskonzert der Staatskapelle Berlin stattfinden.

www.staatsoper-berlin.de



Foto: Marcus Ebener

rischen Markt und bietet spannende Ritterturniere, Theateraufführungen und Delikatessen, die an vergangene Ritterzeiten erinnern.

www.carnica-spectaculi.de

Bis zum
27.04.

FOTOGAGA – Max Ernst und die Fotografie

Max Ernst steht für Dadaismus und Surrealismus und ist aus diesen Kunstrichtungen nicht wegzudenken. Was er nicht war? Fotograf. Dennoch steht bei dieser Sonderausstellung die Suche nach Berührungspunkten zwischen seinem Werk und der Fotografie im Fokus. Präsentiert im Museum für Fotografie.

www.smb.museum



© VC Bild-Kunst, Bonn 2024

12.–
13.04.

Tulpenfest

Ab
17.04.

Romeo & Julia – Liebe ist alles

Das holländische Viertel in Potsdam verwandelt sich zur Tulpenzeit in „Klein-Amsterdam“. Neben Tulpen in allen Farben des Regenbogens gibt es auch niederländische Spezialitäten wie beispielsweise Käse oder Poffertjes. Außerdem gibt es am Bassinplatz ein buntes Programm aus Tanz, Musik und Mitmachangeboten für Kinder.

www.potsdam-tulpenfest.de

Das Musical von Peter Plate und Ulf Leo Sommer kehrt zurück auf die Bühne des Theater des Westens! Die wohl berühmteste und tragischste Liebesgeschichte aller Zeiten wird durch tolle Choreografien, umwerfende Pop-Songs und betörende Arien zum Leben erweckt und zieht das Publikum in ihren Bann.

www.stage-entertainment.de



Foto: Tulpenfest Potsdam / Gaul

19.–
21.04.

Oster-Ritterfest

Bis zum
27.04.

Gallery Weekend Berlin

Die Zitadelle Spandau verwandelt sich zu Ostern drei Tage lang in einen histo-



Foto: Carnica Spectaculi

Bereits seit 2005 findet jeden Frühling diese Veranstaltung statt, bei der bis zu

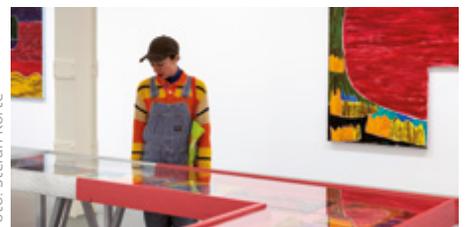


Foto: Stefan Korte

55 Galerien in Berlin ihre Ausstellungen für Menschen aus aller Welt öffnen, Kunstschaffende vorstellen und gemeinsam mit allen Interessierten die Verschiedenheit der Kunst zelebrieren.

www.gallery-weekend-berlin.de

**Bis zum
07.05.**

Sam Youkilis. Under the Sun

**16.–
25.05.**

Mord im Orient- express

Der New Yorker Fotograf und Filmemacher Sam Youkilis arbeitet mit viel Liebe zum Detail, spielt mit Licht und satten Farben. Er fängt die Sehnsüchte des Reisens und die Schönheit des Alltäglichen ein. Ob farbenfroher Gemüsestand, zwischenmenschliche Gesten oder Fischerboote – Youkilis findet in allem visuelle Ästhetik und präsentiert diese im C/O Berlin.

www.co-berlin.org

Agatha Christies berühmter Kriminalroman wird auf die Bühne der Komödie am Kurfürstendamm gebracht. Der Privatdetektiv Hercule Poirot möchte mit dem Orientexpress reisen und nur durch fremde Hilfe bekommt er in dem eigentlich ausgebuchten Zug noch ein Abteil. Plötzlich muss der Zug wegen Schneestürmen halten und ein brutaler Mord geschieht.

www.komoedie-berlin.de

03.05.

Festival der Travestie

Unter der Leitung der spitzzüngigen Travestie-Künstlerin Maria Crohn findet das Festival in Finsterwalde statt und lädt zu einem bunten, humorvollen, musikalischen Fest für Augen und Ohren ein. Humor, Glitzer und eine Menge Unterhaltung auf höchstem Niveau wird hier in wunderschönen Geschichten verpackt und dem Publikum präsentiert.

www.festival-der-travestie.de

**09.–
11.05.**

Brandenburgische Landwirtschafts- ausstellung

Die ‚BraLa‘ ist eine kombinierte Fach- und Publikumsmesse in Schönwalde-Glien und bietet einen Überblick über die Vielfalt des ländlichen Raumes. Außerdem gibt es ein vielseitiges Rahmenprogramm für Wissenschaft, Praxis und Verbraucher.

www.brandenburger-landpartie.de



Foto: Franziska Strauss

**Ab dem
23.05.**

Lygia Clark. Retrospektive

Die Neue Nationalgalerie zeigt die erste Retrospektive der brasilianischen Künstlerin in Deutschland. Rund 150 Kunstwerke zwischen den 1950ern und den 1980ern werden präsentiert und stellen geometrisch-abstrakte Gemälde, Skulpturen und performative Werke dar. Im Fokus steht der interaktive Ansatz Clarks, der Besuchenden die Möglichkeit des Mitmachens gibt.

www.smb.museum

**03., 11. &
22.05.**

Aida

Giuseppe Verdis berühmte Oper mit dem Libretto von Antonio Ghislanzoni, inszeniert von Benedikt von Peter, kommt auf die Bühne der Deutschen Oper. In Ägypten zur Zeit der Pharaonen muss sich der Heerführer Radamès zwischen der Liebe zu Aida und der Loyalität gegenüber des Pharaos, dessen Tochter er eigentlich heiraten soll, entscheiden.

www.deutscheoperberlin.de

03.05.

Break Free

„Long live the Queen“ lautet der Untertitel der international bekanntesten Queen-Tribute-Show. Sie entführt das Publikum Falkensees auf eine Zeitreise in die Anfänge der britischen Band in den 1970ern bis hin zu ihrem Ende in den 90ern. Mit Songs wie „Don't Stop Me Now“ oder „Bohemian Rhapsody“, Kostüme und unvergleichliche Moves werden Erinnerungen geweckt.

www.breakfreeshow.com



Foto: Marcus Lieberenz



Foto: Eduardo Clark

24.05.–
07.06.

Macbeth

Das berühmte Theater von William Shakespeare wird in Brandenburg an der Havel in John von Düffels Bearbeitung

gespielt. Shakespeares wohl schwärzeste Tragödie wird hier auf zwei Personen verdichtet: Macbeth und seine ‚Lady‘ wollen die schottische Königskrone und uneingeschränkte Macht – sie setzen ihre Pläne in die grausame Tat um und stürzen immer tiefer.
www.brandenburgertheater.de

14.06.

Obelisk Sommerfest

Bei diesem Hoffest des Fördervereins lädt das Kabarett Obelisk Kulturinteressierte herzlich dazu ein, ins Gespräch mit anderen zu kommen und sich bei einem bunten Programm wohlfühlen. Bella Liere, Andreas Zieger, Helmut Fensch und Thomas Nicolai sorgen für Musik und Satire, kühle Getränke und Gegrilltes aus der Kabarett-Kneipe „Koschuweit“ sind ebenfalls vorhanden.
www.kabarett-potsdam.de



Foto: Annett Ullrich

06.–
09.06.

Karneval der Kulturen

Kaum ein Fest gehört so sehr zu Berlin wie der jährlich stattfindende Karneval der Kulturen. Zahlreiche Gruppen aus unterschiedlichsten Ländern und Kulturkreisen machen bei der Parade mit, zeigen Musik, Tanz und Kleidung aus aller Welt. Gemeinsam zelebriert Berlin rund um den Bücherplatz bei Essensständen, Musik und Paraden das Leben.
www.karneval.berlin/de/



Foto: Maria Roewer

**KA
P**
Kammerakademie
potsdam

**Konzertante
Aufführung**

Carl Maria von Weber
Der Freischütz

Antonello Manacorda
Kammerakademie Potsdam
RIAS Kammerchor

Mo 28.04.
Nikolaisaal Potsdam

Mo 05.05.
Philharmonie Berlin

musikadler.de
kammerakademie-potsdam.de

ANDREAS ZIEGER BELLA LIERE

**BESSER
SOX
NACH SECHS
ALS FÜNF VOR ZWÖLF.**

**KABARETT
OBELISK POTSDAM**

Erlernen Sie klimaneutrale Strategien für Ihre Selbstoptimierung
und sozial verträgliches Überlebenstraining!
Alle Termine finden Sie unter:

www.kabarett-potsdam.de

Du bist Azubi und
hast Lust auf ein
Praktikum im Ausland?

Die Welt steht dir offen.



Wir unterstützen dich und helfen
dir bei der Planung und Durchführung
deines Auslandsaufenthalts.
Lass dich beraten.
@auslandspraktika@ihkpotsdam.de

Foto: ©ponta1414 - stock.adobe.com



PROBLEME MIT DER BRILLE?

„Sehen ohne Brille – Lasern oder Linsen“
Wir beraten Sie gern über operative Möglichkeiten.

Kostenfreie Informationsveranstaltung einmal im Monat: Dienstags, um 19.00 Uhr

Dr. Volker Rasch informiert Sie über die verschiedenen Laser-Verfahren wie LASIK, PRK oder ReLEX Smile und Alternativen wie Visian ICL oder Multifokallinsen.

Jetzt auch mit kostenfreiem Kurzcheck am Info-Abend!

Wir bitten um telefonische Voranmeldung unter 0331-600 77 11 oder per E-Mail an lasier@graefe-haus.de

30 Jahre Potsdamer Augenklinik im Graefe-Haus

Augen-Laser-Zentrum Potsdam



Potsdamer Augenklinik im Graefe-Haus · Hans-Thoma-Straße 11 · 14467 Potsdam · www.lasik-plus.de

Augen-Laser-Zentrum Potsdam

Telefon: 0331-600 77 11 · Fax: 0331-280 86 29