

Service / Aus der Region

Sonnabend,
2. Januar

BAD MALENTE

Lauftreff für jedermann/-frau und 3000 Schritte (gemeinsames Spaziergehen), 14 Uhr, Eingang Bergengehölz, Eutiner Str.

EUTIN

Anonyme Alkoholiker – offenes Meeting mit Angehörigen, 16 bis 17.30 Uhr, Gemeindehaus, Schloßstr. 11; Kontakt: 04521/5205

Tierheim: 9 bis 12 Uhr, Diekstauen 5
Weißer Ring – Hilfe für Kriminaltättsopfer, 04521/8305377
Weltladen, 10 bis 12 Uhr, Kirchplatz

TIMMENDORFER STRAND

Konzert: Ladi Geisler Trio, 20 Uhr, Maritim Seehotel

Sonntag, 3. Januar

BAD MALENTE

Angehörigensprechstunde für Demenzzranke, 15 Uhr, Godenbergsschlösschen, Godenbergstr. 8; Anmeldung: 04523/996650 oder 202575

Schieß-Treff für jedermann/-frau, 10 bis 12 Uhr, Schießsportgelände, Neversfelder Str.

EUTIN

Wandern mit dem Wanderverein: Von Sandfeldkrug um den Griebeler See und den Kolksee, 11 Uhr, Berliner Platz

PREETZ

Neujahrskonzert: Weihnachtsoratorium (Johann Sebastian Bach), 17 Uhr, Stadtkirche

TRAVEMÜNDE

Tanztee, 15 Uhr, Maritim Strandhotel

Hereinspaziert...

MUSEEN/AUSSTELLUNGEN

Ahrensböck Gedenkstätte, Flachsröste 16 nach Vereinbarung: 04525/493060 (AB) oder 0171/969045

Führungen durch die Gedenkstätte und die Dauerausstellung: Von Auschwitz nach Holstein

Bad Malente

Atelier Anne Dörte Meyer, Klaus-Groth-Weg 19 nach Vereinbarung: 04523/6782

Aquarellmalereien
Curtius Klinik, Neue Kampstr. 2 10 bis 18 Uhr

Bilder von Dennis Moritz

Bad Schwartau

Museum, Schillerstr. 8 - 10

Morgen: 14 bis 17 Uhr

Eutin

Ostholstein-Museum

Heute: 13 bis 17 Uhr
Morgen: 11 bis 17 Uhr
56. Landesschau Bildender Künstler Schleswig-Holstein

Tischbein-Garten

Stolbergstraße 8
Natur und Skulptur (Manne Hamrs, Gerd Barsch, N.+ A. Becker, Henry Jansohn, Wolfgang Muus, Peter Penzek)

Hasselburg

Torhaus Gut Hasselburg
11 bis 17 Uhr – Galerie mit ständig wechselnden Ausstellern

Lütjenburg

Eiszeitmuseum, Nienthal 7

10 bis 17 Uhr

Niendorf

Hafengalerie, Im Hafen 2

11 bis 16 Uhr

Preetz

Heimatmuseum, Mühlenstr. 14

Heute: 15 bis 17.30 Uhr

Morgen: 10 bis 12 und 15 bis 17.30 Uhr

Pronstorf

antique & arts, Lindenstr. 5

13 bis 18 Uhr

Ratekau

Dorfmuseum, Hauptstr. 56 B

Morgen: 10 bis 12 Uhr

Sierksdorf

Bananenmuseum

Prof.-Haas-Str. 59, 11 bis 13 Uhr

Notdienste

ÄRZTLICHER NOTDIENST
SCHLESWIG-HOLSTEIN:

01805/119292

Notfallsprechstunden in der Sana-Klinik: 10 bis 12 und 17 bis 21 Uhr (Sonnabend, Sonntag)

KINDERÄRZTLICHER
NOTDIENST, SANA-KLINIK:

10 bis 15 Uhr
(Sonnabend, Sonntag, Feiertag)

ZAHNÄRZTE

Praxisbereitschaft: 10 bis 12 Uhr
Zentrale Notdienstansage Ostholstein Süd 04521/6669 (Eutin, Ahrensböck, Scharbeutz, Timmendorf, Bad Schwartau)
Ostholstein Nord 04521/4454 (Neustadt, Grömitz, Schönwalde, Oldenburg, Fehmarn)

Kreis Plön 04342/4142 (Plön, Ascheberg, Lütjenburg)

AUGENÄRZTE

Bereitschaftsdienst: 10 bis 12 Uhr; 01805/119292

IM NOTFALL

Rettungsdienst Kreis Ostholstein: Polizei-Notruf 110
Rettungsdienst-Notruf 112
Krankentransport 19222
Rettungshubschrauber: 04521/73639

Rettungsdienst Kreis Plön:

Polizei-Notruf 110

Rettungsdienst-Notruf 112

Standortärztlicher Bereitschaftsdienst der Bundeswehr für den Kreis Plön:

Marinesanitätsstaffel Plön, Ruhleben 30, 24306 Plön, 04522/7652210

Behinderten- und Senioreneauftrage der Stadt Eutin:

Rosemarie Jordan: 04521/4935
Ewald Bischoff: 04521/2262
Hospizinitiative: 04521/790776
Telefonseelsorge: 0800/1110111

(anonym und kostenlos) oder
www.telefonseelsorge.de

APOTHEKEN

Sonnabend, 2. Januar

Eutin
Aesculap-Apotheke
Plöner Straße 34 04521/6444

Schwentimental
Apotheke am Rathaus
Zum See 2 04307/7001

Ahrensböck
Linden-Apotheke 04525/2199
Plöner Straße 5

10 bis 12 und 18 bis 20 Uhr

Sonntag, 3. Januar

Eutin
Apotheke am Neuen Markt
Freischützstr. 3 04521/71731

Preetz
Kgl.-Priv. Apotheke
Kirchenstraße 5 04342/2236

Ahrensböck
Linden-Apotheke 04525/2199
Plöner Straße 5

10 bis 12 und 18 bis 20 Uhr

Gottesdienste am 3. Januar

EV. KIRCHENGEMEINDEN

Ahrensböck
10 Uhr Neujahrsgottesdienst,
Pastorin Mewes-Goeze

Altenkrempe
10.15 Uhr Gottesdienst,
Pastor Rasmussen

Benz
10 Uhr Gottesdienst,
Pastor Grützmacher

Bad Malente
9.30 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl, Pastor Becker

Bosau
10 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl, Pastorin Bitterwolf

Eutin
St.-Michaelis-Kirche
10.30 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl, Pastor Tamchina

Mittwoch, 6. Januar
18 Uhr Gottesdienst,
Pastorin von der Lieth

Gleschendorf
11 Uhr Gottesdienst,
Pastor Bräsen

Kirchnüchel
11 Uhr Neujahrsgottesdienst

Kleinmeinsdorf
9 Uhr Gottesdienst,
Pastor Gradert

Klingberg
9.30 Uhr Gottesdienst,
Pastor Gallien

Neukirchen
11 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl,
Pastor Grützmacher

Niederleveez
10 Uhr Gottesdienst,
Pastor Gradert

Plön
Osterkirche
9.30 Uhr Gottesdienst,
Pastor Kress

Nikolaikirche
10.30 Uhr Plattdeutscher
Gottesdienst,
Pastor i.R. Rößler

Gemeinschaft i. d. Ev. Kirche,
Ulmenstr. 2
11 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl, Prediger Lepenies

-parallel Kinderprogramm-
Sarau
10 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl,
Pastorin Dr. Schlapkohl

Scharbeutz
11 Uhr Gottesdienst,
Pastor Gallien

Schönwalde
9.45 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl,
Pastor Gallien

Süsel
10 Uhr Gottesdienst mit
Abendmahl, Pastor Hieber

KATH. KIRCHENGEMEINDEN

Ahrensböck
Sonnabend, 2. Januar
17 Uhr Vorabendmesse

Bad Malente
Sonntag, 3. Januar
9.30 Uhr Hochamt

Eutin
Sonnabend, 2. Januar
19 Uhr Vorabendmesse
Sonntag, 3. Januar
11 Uhr Hochamt

Lütjenburg
Sonnabend, 2. Januar
17 Uhr Vorabendmesse

Plön
Sonntag, 3. Januar
9.30 Uhr Hochamt

Preetz
Sonntag, 3. Januar
11 Uhr Hochamt

EVANGELISCHE FREIKIRCHEN

Eutin
Evangelisch Freikirchliche
Gemeinde – Baptisten
Plöner Straße 123

10 Uhr Gottesdienst und
Kinderstunde
Freie evangelische Gemeinde,
Bahnhofstraße 42

10 Uhr Gottesdienst und

Mit dem Männer-Coach
auf den richtigen Weg kommen

Dem 42-jährigen Eutiner Dirk Schröder geht es um Männer (und Frauen), die persönlich oder in ihrem beruflichen Umfeld wachsen wollen

EUTIN Man(n) muss nicht gleich total durchhängen, wenn man Kontakt zum neuen „Männer-Coach“ aufnimmt. Der 42-jährige Coach und Trainer Dirk Schröder aus Eutin hilft nämlich Männern – und natürlich auch Frauen – mit seinem Fachwissen und seinen weltweit gesammelten Erfahrungen auch bei der persönlichen Weiterentwicklung in Beruf und Familie.

Sein Handwerk hat der Ehemann und Vater dreier Kinder im Rahmen einer einjährigen Ausbildung bei dem international tätigen Unternehmen „XPand“ gelernt. Die wichtigen Erfahrungen in der Beratung allerdings sammelt Dirk Schröder schon seit über 20 Jahren. Und das weltweit. Bis auf Australien war er in allen Erdteilen im Rahmen seiner Ausbildertätigkeit unterwegs. Zehn Jahre war er Ausbildungsleiter in der Schweiz, weitere zehn Jahre Leiter eines christlichen Jugendwerkes in Eutin.

„Vor zwei Jahren begann der Schritt einer beruflichen Neuorientierung“, erzählt Dirk Schröder über seine ersten Berührungspunkte mit dem Coaching in Augsburg. Er habe schnell Begeisterung und Gespür für die wichtigen Themen und großen Möglichkeiten durch ein Coaching gefunden und seine einjährige Ausbildung zum Personal-Coach begonnen. Und danach beschäftigt sich Dirk Schröder schon seit einem Jahr mit seiner Hauptzielgruppe: Männer in Verantwortung.

Es geht ihm dabei um Männer, die persönlich oder in ihrem beruflichen Umfeld



Coach Dirk Schröder aus Eutin nimmt sich der Probleme von Männern und Frauen an. MICHAEL KUHR

wachsen wollen. Die überwiegend gestandenen Männer erarbeiten gemeinsam mit Dirk Schröder Antworten auf die wichtigen und offenen Lebensfragen. „Für Männer in der Krise ist der Tunnelblick das Problem“, beschreibt der Männer-Coach eine weitere Zielgrup-

pe seiner Arbeit und damit Männer, „die auch mal ihre Tage haben können“. Es sei der Stolz vieler Männer, große Herausforderungen oder Krisen allein bewältigen zu können. Dirk Schröder: „Doch meistens geht das total daneben.“

Der „Männer-Coach“ sorgt

in Einzel- oder Gruppengesprächen für eine Erweiterung des Horizonts. Er bricht den Tunnelblick auf, setzt Ressourcen frei und bespricht eigene, neue Möglichkeiten mit seinen Klienten. Dirk Schröder weiß: „Die Lösung steckt in jedem selbst.“ Der Männer-Coach

sieht sich in der Rolle des Prozess-Begleiters: „Das Coaching selbst ist wie eine gute Investition in das eigene Leben.“

Dirk Schröder erkennt die Symptome des klassischen Burnouts, wenn Männer und Frauen „ausgebrannt“ sind.

Durch seine „Burnout-Prephylaxe“ und ein rechtzeitiges Coaching könne das Schlimmste verhindert werden. Dem Männer-Coach geht es um die Reaktivierung der fehlenden Kernmotivation. Schröder: „Schröder: „Das muss man frühzeitig erkennen, sonst brennt man völlig aus.“ Zuerst werde die Gesundheit angegriffen, danach gehe es um die familiäre und berufliche Existenz.

In seinen Berufungs-Coachings erarbeitet der Männer-Coach in drei Workshops die Fähigkeiten, die Werte, das ideale Umfeld sowie die Kernmotivation seiner Klienten und macht sie ihnen bewusst. Dirk Schröder: „Das ist wichtig bei einem beabsichtigten Berufswechsel aber auch für Berufseinsteiger, da sonst wertvolle Ressourcen vergeudet werden. Sie erkennen schnell, wo sie hin wollen.“ Derzeit arbeitet er an einem völlig neuen Programm für Kinder und Jugendliche.

Dirk Schröder sticht aber auch mit Männern bei Sail & Coach in See. 2010 stehen zwei Segelturns im Mittelmeer auf dem Programm. Gesegelt wird aber auch im Jsselmeer oder von Heiligendafen aus. Der Männer-Coach ist sogar zeitweise im europäischen Ausland beschäftigt.

www.dermaennercoach.de
Michael Kuhr

Ingo Sayda 20 Jahre bei der Firma Kuhnke

BAD MALENTE-GREMSMÜHLEN
Sein 20. Arbeitsjubiläum bei der Firma Kuhnke hat am

gestrigen Neujahrstag Ingo Sayda begangen. Er trat im Januar 1990 als Einrichter in

das Unternehmen ein und war bis Februar 2005 in der Kunststoffspritzerei tätig,

die letzten fünf Jahre als Teamleiter. Zum 1. März 2005 übernahm InfoSayda eine neue Aufgabe im NPI (New Product Introduction). Als Prozessentwickler ist er hier für die Einführung neuer Produkte in die Serienfertigung der Kuhnke-Gruppe zuständig, teilte die Firma Kuhnke aus Bad Malente-Gremsmühlen dazu in einer Pressenotiz mit.

LESER WERBEN LESER

Prämien

Werben Sie einen neuen Leser und suchen Sie sich eine von über 450 attraktiven Prämien aus unter:
www.shz.de/praemien

Übrigens: Sie müssen selbst kein Abonnent sein!

shz ...hier zu Hause

OSTHOLSTEINER ANZEIGER

Verlag:
Struve's Buchdruckerei und Verlag GmbH + Co. KG
Schloßstraße 5-7, 23701 Eutin
Sammelruf (0 45 21) 77 90, Telefax (0 45 21) 77 91 85
Internet: www.oha-online.de

Verlagsleitung: Jörg Rogge

Geschäftszeiten
montags bis freitags 9 bis 17.30 Uhr

Lokalredaktion:

Leitung: Achim Krauskopf (kf), (verantwortlich) (0 45 21) 77 91 74 / a.krauskopf@oha-online.de
Hartmut Buhmann (bu), (0 45 21) 77 91 73 / h.buhmann@oha-online.de
Redakteure: Michael Kuhr (mik), (0 45 21) 77 91 72 / m.kuhr@oha-online.de
Bernd Schröder (bsh), (0 45 21) 77 91 75 / bschroeder@oha-online.de
Harald Klipp (pp) (Sport), (0 45 21) 77 91 76 / h.klipp@oha-online.de
Fax Redaktion: (0 45 21) 77 91 90, E-Mail-Adresse: redaktion@oha-online.de

Anzeigen: Tel. (0 45 21) 77 91 32, Fax 77 91 35
E-Mail: anzeigen@oha-online.de

Vertrieb: (0 45 21) 77 91 50
E-Mail: vertrieb@oha-online.de

Anzeigen und Beilagen nach Preisliste Nr. 22, gültig ab 01.01.2009.

Monatlicher Bezugspreis 20,- Euro durch Zusteller, durch die Post 22,- Euro, Preise inkl. 7 % Mehrwertsteuer

Geschäftsführer: Udo Timm

Für Ausfälle durch höhere Gewalt oder Störungen des Arbeitsfriedens keine Haftung. Auflagen IWW-geprüft.
Keine Gewähr für unverlangt eingesandte Manuskripte.
Abbestellungen müssen bis zum 5. des Vormonats schriftlich vorliegen.