

Büsum-Koordinatenring

JUWELIER JOHANNSEN
 Alleestr. 11 • 04834/93555
www.juwelier-johannsen.de

Moin zusammen ...

Dass es *Legends at the Sea* wieder in die Regionalberichterstattung schaffen würde, war zu erwarten. Überraschter war ich, als Büsum am Wochenende ein zweites Mal in den Nachrichten auftauchte: Mit der Notwasserung eines Doppeldeckers im Wattenmeer. Nachdem man zunächst noch von einem Absturz ausging, wurde ein Großaufgebot an Einsatzkräften alarmiert: Feuerwehr, Polizei, Hubschrauber, Landrettungsdienst, Seenotkreuzer und Rettungstaucher. Während sich die Einsatzkräfte in Bewegung setzten, wurde auf See bereits Hilfe geleistet – von einem in der Nähe befindliche Fischkutter der den Piloten an Bord und das Flugzeug auf den Haken nahm. Längsseits am Kutter hängend wurde es in den Büsumer Hafen gebracht und auf dem Tonnenhof abgesetzt.

Das war wirklich Glück im Unglück – und ein Musterbeispiel für die große Hilfsbereitschaft der Seeleute in Notlagen ...

Schönen Tag noch

Kai Klüwer, Büsum spontan

Zur Erholung
 Restaurant • Hafenstr. 5
deutsche & italienische Küche
 täglich geöffnet 12–21⁰⁰
 durchgehend warme Küche
 Mo.–Fr. 12–15⁰⁰; **Mittagstisch ab € 8,90**
 tägl. 15–17⁰⁰; **Kaffeedeck**
 jede Woche wechselnde Spezialitäten
www.zur-erholungbuesum.de
Tel.: 04834/965 700 5

DELPHIN-APOTHEKE
Diane Krüger „Skjur“
 die Pflegeserie für die Haut
 tierversuchsfrei, in Deutschland entw.
 silikon- u. mineralölfrei
 Geöffnet: Mo. – Sa. 8 – 18 Uhr
 sonn- und feiertags geschlossen
 Telse Thiessen • Alleestraße 10 • Büsum
 Tel. (0 48 34) 90 60 • Fax (0 48 34) 9 06 60

Ebbe & Flut in Büsum				
28 Di	4:34	10:32	16:43	23:02
29 Mi	5:21	11:13	17:30	23:47
30 Do	6:13	11:59	18:25	
31 Fr	0:38	7:11	12:53	19:28

– Datenquelle: Bundesamt für Seeschifffahrt und Hydrographie • Ohne Gewähr

LB LICHTBLICK KINO IM WATT'N HUS

 KINO-BUESUM.DE

„Legends“ lockte abermals Tausende



Statt *Schlagerparty* am Freitag und *Legends at the Sea* am Samstag standen diesmal an beiden Abenden *Legends* auf der Bühne. Das Konzept ging auf: Am ersten Abend mit Johnny Logan, Manfred Mann's Earth Band und Suzy Quatro kamen 5000 Zuschauer; die Fantastischen Vier am Samstag wurden sogar von 6500 Fans bejubelt.



Am Donnerstag um 16 Uhr findet auf der Watt-Tribüne eine Gelöbnisfeier der Bundeswehr statt. Unter den Augen der angetretenen Soldatinnen und Soldaten und deren Angehörigen werden die Rekruten ihren Diensteid oder ihr Gelöbnis ablegen. Für die musikalische Begleitung sorgt das Marinemusikkorps Kiel. Vorher findet um 13:45 Uhr der Gelöbnis-Gottesdienst in der St. Clemens-Kirche statt. Beim Anmarsch der Soldaten kann es im Ort zu kurzfristigen Verkehrsbehinderungen kommen.

ADVENTUREGOLF
 Täglich ab 10:00 Uhr geöffnet, direkt am kostenlosen Parkplatz P1 Familienlagune.
www.adventuregolf-buesum.de
Dienstags Familientag
 mit Fitz-Iino 25€
 POWERED BY FITZ-IINO

E. A. Jensen 3 x in Büsum
EDeka
Heider Str. 2a
Tel. 936 200
 Mo. – Sa.: 6³⁰ – 20⁰⁰
 So.: 11³⁰ – 17³⁰
Nordseestr. 16
Tel. 965 49 15
 Mo. – Sa.: 6³⁰ – 20⁰⁰
 So.: 11³⁰ – 17³⁰
Alleestraße 6
Tel. 95 770
 Mo. – Sa.: 6³⁰ – 20⁰⁰
 So.: 11³⁰ – 17³⁰
Mittagstisch ab 5,49
 • Di, 28.5.: Geflügelgeschnetzeltes mit Spätzle
 • Mi, 29.5.: Bandnudeln mit Käse-Sahne-Soße und Kochschinken
 • Do, 30.5.: Rinderroulade mit Kartoffeln, Rotkohl und Soße
 • Fr, 31.5.: Spargel mit Schweinefilet, Kartoffeln und Hollandaise
 • Sa, 1.6.: Tomatensuppe mit Fleischklößchen
 • Mo, 3.6.: Nudeln mit Hackfleischsoße
Vorbestellung bis 9:00 Uhr, Mittagstisch
Abholung ab 11:30 Uhr Mo. – Sa.
Lotto/Toto-Annahme • Postfiliale • Tägl. frische Belieferung

SCHUHE & TASCHEN
 Jeden **Donnerstag bis Sonntag**
 Öffnungszeiten: Donnerstag bis Samstag 10 – 17 Uhr • Sonntag von 11³⁰ – 17 Uhr
Veranstaltungshalle Büsum
 Am Fischereihafen 25, 25761 Büsum

ADLER & EILS
 GmbH & Co KG
Büsum-Helgoland ab Kopfende „Alte Hafeninsel“
MS Funny Girl: täglich 9:30 Uhr
 ca. 4 Std. Inselaufenthalt, Rückkehr ca. 18:30 Uhr
Schiffsausflüge ab Ankerplatz
Seehundsbank (ca. 2 ½ Std.)
 Di. 12:30 Mi. 12:30
 Do. 12:30 Fr. 12:30
Küstenfahrt (ca. 1 Std.)
 Di. 11:15, 15:15 Mi. 11:00, 15:15
 Do. 11:00, 15:15 Fr. 15:15
Fangfahrt in See (ca. 1 ½ Std.)
 Di. 9:00, 11:00, 15:15
 Mi. 13:15, 15:15
 Do. 9:00, 15:15
 Fr. 13:15, 15:15
Sunset-Grill-Tour (ca. 2 ½ Std.) Mi. 18:30
 inkl. Grillteller, verschiedene Salate u. Welcome-Drink
 Info: 04834/3612 • Tickets: www.adler-eils.de

Was liegt an?

>> DIENSTAG, 28.5.

- 7:00** Parkplatz Lehnsweg Wochenmarkt
- 8:00** „Meerzeit“ Wellenb. & Spa Frühschwimmen
- 8:15** „Meerzeit“ Wellenb. & Spa Aqua-Fitness
- 8:30** Hauptstrand/Watt-Tribüne Nordseesport
- 9:30** Mini-Maxi-Club Kreative Spielzeit
- 10:00** Watt'n Hus/I. OG Lotsenschnack – Ausflugstipps
- 10:30** Ankerplatz/Reetdachpav. Wattführung mit Dipl. Biologen
- 11:00** Strandhaus/Büs. Deichh. Wattwanderung
- 12:00** St. Clemens-Kirche Geistliche Mittagspause
- 13:30** Mini-Maxi-Club Zauberkits lernen (Anm)
- 15:00** Bücherei/A.d.Mühle Spielenachmittag

Was liegt an?

>>DIENSTAG, 28.5.

Fortsetzung von Seite 1

15:30 Watt'n Insel
Willkommen in der Kirchenkiste
15:30 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Die Dschungelhelden auf Weltreise
16:00 Ankerplatz/Uhr
Großer Hafenbummel
17:30 Bücherei/An der Mühle
Döntjes zum Schmunzeln
17:45 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Nordlicht – der Nordsee-Film
19:30 Sportcasino Rosengrund
Skat für jedermann
20:00 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
One Life

>>MITTWOCH, 29.5.

8:30 Hauptstrand/Watt-Tribüne
Nordseesport
9:30 Mini-Maxi-Club
Kreative Spielzeit
10:00 Deichüberg. 12/Nordseestr.
Wattführung mit Krabbenfischen
10:30 Watt'n Hus/Südstrand
Vortrag: Dithmarschen historisch
11:00 Watt-Tribüne
Wattenlaufen mit Musik
12:00 St. Clemens-Kirche
Musikalische Mittagspause
13:30 Mini-Maxi-Club
Feentüren anmalen
14:00 Stadion Rosengrund
Boule (Eing. Muschelbank)
15:30 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Ella und der schwarze Jaguar
16:00 Ankerplatz/Uhr
Großer Hafenbummel
17:45 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Die Herrlichkeit des Lebens
18:00 Sporthalle Tertius Törn
Tanzen für jedermann
18:00 Teddyhuus/Hirtenstaller Weg
Teddynähen (Anm.)
18:30 MS Ol Büsum/Ankerplatz
Sunset & Grill-Tour
19:00 Wohlfühlgarten (Kurpark)
Konzert: MacPiet
19:00 Freitreppe Museumshafen
„Büsumer Türme“, Teil 2
19:00 Watt'n Insel
Willkommen in der Kirchenkiste
19:00 Bücherei/An der Mühle
Treffen „Büsum bleibt bunt“
20:00 Deichkrone/Leuchtturm
Nordische Geschichten am Hafen
20:00 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
One Life
21:15 Familienlagune/Nordteil
Abendsegel bei Sonnenuntergang

>>DONNERSTAG, 30.5.

8:00 „Meerzeit“ Wellenb. & Spa
Frühschwimmen
8:15 „Meerzeit“ Wellenb. & Spa
Aqua-Fitness
8:30 Watt-Tribüne
Qi Gong
9:30 Mini-Maxi-Club
Kreative Spielzeit

Büsumer Türme entdecken

2. Teil der Kulturwarft-Veranstaltung

Der Verein Kulturwarft hat sich in dieser Saison die Erkundung der Büsumer Landmarken vorgenommen: Nach der Veranstaltung zu den Kirchtürmen geht es in der zweiten Runde um den rot-weißen Leuchtturm. Referent ist Carsten Keden, aufgewachsen in Büsum. Er war langjähriger Leuchtturmwärter des Leuchtturmes auf Helgoland und weiß viel zu berichten. Zunächst gibt es Informationen zum alten Leuchtturm am Ende des Ha-

fenbeckens I. Hier, im Freien beginnt die Veranstaltung. In den Event-Räumen des Hotels Lighthouse werden die Teilnehmer danach mit einem Begrüßungsgetränk empfangen und haben von hier aus den direkten Blick auf den jetzigen Leuchtturm Büsums. Auch über diesen erfährt man viel Wissenswertes, untermalt von Seemannsmusik mit Rosemarie Glatz und Carsten Jasper.

€ 12,- p. P., Info u. Anmeldung:
kulturwarft-buesum@gmx.de

Kultur.Sommer.Garten

Mi.: Mac Piet, Do.: Nordseechor Büsum

Am Mittwoch ab 19 Uhr steht „MacPiet“ auf der Bühne im Wohlfühlgarten – dieser Name steht nicht nur für den rotbärtigen Rheinländer, ab und zu im schottischen Kilt, der seit über 35 Jahren im südlichen Schleswig-Holstein zu Hause ist, sondern auch für die Musik



und die gute Laune, die er bei seinen Auftritten kompromisslos an sein Publikum heranträgt. Er bindet sein Publikum stets mit in sein Programm ein und so wird jeder Auftritt zu einem ganz besonderen Erlebnis für Gast und Musiker!

Eintritt frei mit Gästekarte



Johann Friederichs von der Marinekameradschaft Büsum gründete 1966 eine Singgruppe, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, das maritime Liedgut zu pflegen und zu fördern. 1998 löste sich der Chor aus der Marinekameradschaft und wurde ein eigenständiger Verein, der inzwischen über die Grenzen

Schleswig-Holsteins und Hamburgs hinaus als Nordseechor Büsum bekannt ist.

Zurzeit besteht der Chor aus 36 aktiven Sängerinnen und Sängern und 2 Akkordeonspielern. Wie sich das Ganze anhört kann man am Donnerstag um 19 Uhr im Wohlfühlgarten erfahren.

Eintritt frei mit Gästekarte

- ➔ Full-Service: Gewerbe & privat
- ➔ Rasen, Hecken, Zäune
- ➔ Grünanlagenpflege
- ➔ Winter- & Streudiens
- ➔ Grünabfall-Entsorgung

Anrufen & zurücklehnen!

T 04834 2225



Natürlich perfekt gepflegt.

gartenservice

Am Bauhof 13 · Büsum
www.avc-gartenservice.de

Was liegt an?

>>DO., 30.5. (Forts.)

10:00 Deichkrone/Leuchtturm
Familien-Wattwanderung
10:00 Teddyhuus/Hirtenstaller Weg
Trödelmarkt (bis 13:00)
10:30 Museum am Meer
Museumsführung
10:30 Deichkrone/Leuchtturm
Wattwanderung
11:00 St. Clemens-Kirche
Kirchenführung
11:00 Ankerplatz/Reetdachpav.
Wattführung mit Dipl. Biologen
12:00 St. Clemens-Kirche
Geistliche Mittagspause
13:00 Watt'n Insel
Willkommen in der Kirchenkiste
13:30 Mini-Maxi-Club
Schlüsselanhänger knüpfen (Anm.)
13:45 St. Clemens-Kirche
Ökum. Eid- u. Gelöbnisgottesdienst
15:00 Teddyhuus/Hirtenstaller Weg
Teddy- und Puppen-Ausverkauf (bis 18:00)
15:15 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Garfield
16:00 Watt-Tribüne
Gelöbnisfeier der Bundeswehr
17:30 St. Andreas-Kirche/A.d. Mühle
Maiandacht
17:30 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Kleine schmutzige Briefe
18:00 Sportcasino Rosengrund
Plattdütsch Runn
18:00 „Tamatsu“/Hohenzollernstr.
„Kitchen-Party“ (Anm.)
19:00 Wohlfühlgarten (Kurpark)
Konzert: Nordseechor Büsum
19:00 Watt'n Hus
„Klönsschnack an de Waterkant“
19:00 Wave/Bahnhofstr.
Kneipen-Quiz
19:00 Oma seine Kneipe/Westerstr.
Livemusik „Lucky Birds“
19:45 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
One Life

TMS Büsum

Gäste-Info

Tel: (0 48 34) 90 90



Liebe Omop,
herzlichen Glückwunsch
zur Goldenen Hochzeit!

Eure Liebe ist ein wahrer
Schatz und alles andere
als selbstverständlich.
Genießt einen wundervollen
Tag zusammen,
wir denken an Euch!
Simone, Jens, Ben & Paul

Was liegt an?

>>FREITAG, 31.5.

7:00 Parkplatz Lehnsweg
Wochenmarkt
9:30 Mini-Maxi-Club
Kreative Spielzeit
11:00 Watt'n Insel/Schutzstation
Weite Wattwanderung
11:00 Watt'n Insel
Willkommen in der Kirchenkiste
11:30 Deichkrone/Leuchtturm
Wattwanderung
12:00 St. Clemens-Kirche
Friedensgebet
14:00 Westhof/Friedrichsgabekoog
Tag der offenen Tür
14:00 Watt'n Hus
Vortrag: 360° Wattenmeer
14:30 Mini-Maxi-Club
Bernsteinschleifen (Anm.)
15:00 Teddyhuus/Hirtenstaller Weg
Teddy- und Puppen-Ausverkauf (bis 18:00)
15:15 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Garfield
15:30 Bücherei/An der Mühle
Strandfunde-Workshop/Bernsteinschleifen (Anm.)
17:30 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Kleine schmutzige Briefe
17:45 „Meerzeit“ Wellenb. & Spa
Aqua-Power im Flachw. (Anm.)
18:00 360-Grad-Bar/Watt'n Insel
Grill & Chill the Beach
18:00 Teddyhuus/Hirtenstaller Weg
Teddynähen (Anm.)
19:45 Kino Lichtblick/Watt'n Hus
Die Herrlichkeit des Lebens
20:00 Deichkrone/Leuchtturm
Nordische Geschichten am Hafen

Dies & das

„Büsum bleibt bunt“ trifft sich

Das kürzlich gegründete Bündnis „Büsum bleibt bunt“ lädt ein zu einem offenen Austausch für alle Interessierten, der künftig regelmäßig einmal im Monat stattfinden soll.

Der erste Termin findet statt
am diesem Mittwoch, 19 Uhr
in der Gemeindebücherei
An der Mühle 7

>>Neueröffnung<<

EBBE & FLUT

Café • Restaurant

Frühstück 7 – 11 Uhr
Mittagstisch 12 – 16 Uhr
Kaffee, Kuchen & Torten ab 12 Uhr
durchg. warme Küche bis 21 Uhr
Heider Str. 22 (Am Bahnhof)
Tel. (04834) 4359024

Offene Türen auf dem Westhof

Auf dem Westhof vor den Toren Büsums wird in dieser Woche Europas größte und nachhaltigste Bio-Frosterei eröffnet. Aus diesem Grunde findet dort am Freitag von 14-18 Uhr ein „Tag der offenen Bio-Frosterei“ für jedermann statt.

Die Besucher erwartet ein spannender Nachmittag für Groß und Klein. Wer die Frosterei besichtigt, kann an

einer Verlosung teilnehmen und coole Preise gewinnen. Die Gewinner werden um 16:30 Uhr bekannt gegeben. Für die kleinen Besucher gibt es außerdem eine große Hüpfburg. Stärken kann man sich mit Bratwurst, leckerer Westhof Kohlpfanne und natürlich mit Kaffee und Kuchen.

Fr. 14 Uhr, Zum Westhof 6
Friedrichsgabekoog
(an der B203)

Kreative Kirchenkiste öffnet wieder

Bei der Kirchenkiste auf der Watt'n Insel sind Groß und Klein willkommen. Ein Team aus Ehrenamtlichen öffnet montags bis freitags für je zwei Stunden die Tür und bietet Begegnung und Austausch sowie jeden Tag eine kreative Kleinigkeit zum Mitmachen:

Armbänder, Buttons oder Engel gestalten, Windmühlen basteln, Gläser gravieren oder Fotoaktionen. Einfach vorbeikommen und mitmachen!

Dienstag 15:30 – 17:30 Uhr
Mittwoch 19 – 21 Uhr
Donnerstag 13 – 15 Uhr
Freitag 11 – 13 Uhr

„Klönsschnack an de Waterkant“

Der CDU Bezirksverband Büsum lädt am Donnerstag alle Interessierten ein zum „Klönsschnack an de Waterkant“ im Watt'n Hus. Ehrengäste sind Bürgermeisterkandidat Oliver Kumbartzky und Ministerpräsident Daniel Günther.

Neben dem Austausch mit den Ehrengästen wird auch eine alte Tradition wiederbelebt: Die Verleihung des Freundlichkeitspreises. Zur Stärkung gibt es Bratwurst und Getränke.

Do., 19 Uhr, Watt'n Hus
Der Eintritt ist frei

Weintasting am Samstag

Am Samstag um 19 Uhr findet in der minibar – Café & Vinothek in der Schmiedestraße wieder ein Weintasting statt. Im „Wein 1x1 Basisseminar“ werden auf lockere und unterhaltsame Weise 10 Weine verkostet, und dabei vermittelt,

wie man richtig degustiert und den richtigen Wein auswählt. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, empfiehlt sich eine rechtzeitige Anmeldung.

Preis: € 49,- pro Person
Anmeldung vor Ort oder unter:
events@zur-alten-post-buesum.de

Die echte italienische Küche
Pizza, Pasta, Antipasti
Fisch & Fleisch
LA TRINACRIA BISTRO
geöffnet tägl. 11-21 Uhr
(außer Dienstag)
Werftstr. 2b • ☎ 04834/9657080

Bistro mit Sonnenterrasse
gutbürgerliche Küche
Kaffee &
hausgebackene Kuchen
Bärbel's Stübchen
Café - Bistro
Dorfstraße 65 • Westerdeichstrich
Tel.: 04834/9625141
Geöffnet: Fr/Sa/So/Mo/Di 12–20 Uhr

Planochzeit. Auszeit. Meine Zeit.

Wellenbad Mo., Mi., Fr., Sa.: 10 bis 20 Uhr
Di., Do.: 8 bis 20 Uhr
So. + Feiertage: 10 bis 19 Uhr
Spa Mo. - Sa.: 10 bis 21 Uhr
So. + Feiertage: 10 bis 19 Uhr

Meerzeit
BÜSUM
WELLENBAD UND SPA

Dies & das

Döntjes zum Schmunzeln

„Plattdütsche Geschichten in'n Wandel vun de Tied“ heißt das Heft, in dem Irmgard Komm-Gruber eine Reihe plattdütscher Geschichten zusammengefaßt hat, die den Wandel und die Entwicklungen der Zeit beschreiben. Sie basieren auf eigenen Erlebnissen der Autorin von ihrer Kindheit in der Nachkriegszeit bis heute, darunter viele humorvolle Begebenheiten, die zum Schmunzeln anregen.

Am Dienstag präsentiert die Autoren diese und weitere Geschichten in der Gemeindebücherei. Zum besseren Verstehen erzählt sie jeden dieser „Döntjes“ erst auf Plattdeutsch und dann auf Hochdeutsch.

Di, 17:30 Uhr, Bücherei
An der Mühle 7
Eintritt frei

ANGEBOT

BIOMARIS

AromaThalasso Shower Gel

nur 15,90 €* statt 17,90 €
(79,50 €/1l)

* Angebot gültig bis zum 03.06.2024.

Erleben Sie Thalasso hautnah!

BIOMARIS Shop Büsum
Alleestraße 50

BIOMARIS GmbH & Co. KG
Parallelweg 14 | 28219 Bremen

Massage am Meer

... in der Meerzeit Büsum

**Wellness-, Sport und
klassische Massagen**

Südstrand 9 • 04834-909133
www.buesum.de/meerzeit

Auflösung Sudoku 25.5.

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

Restaurant mit Café

»Am Park«



Mit beheizter & windgeschützter
Terrasse am Rathauspark
– durchgehend warme Küche
– 12 bis 21 Uhr geöffnet
– zusätzliche preiswerte
Extra-Karte von 12–16 Uhr
– 364 Tage im Jahr geöffnet
Alleestr. 17 • Tel. 04834/3665
www.restaurantampark-buesum.de



Nordseestr. 98
04834/984879

Restaurant • Minigolfplatz
regionale deutsche Küche
vegetarisch • Fisch • Fleisch • Pasta
durchgehend warme Küche
von 12:00 bis 20:30 Uhr

Carina's kleine Perle

Täglich wechselnder Mittagstisch

Mi. ab 11⁰⁰: Schnitzel „satt“

Fr. ab 17⁰⁰: Schwein vom Grill „satt“
je € 16,50 pro Person

Tel. (04834) 47 47 • Hohenzollernstr. 9
am Parkplatz des Erlebnissbades „Meerzeit“
www.carinakleineperle.de

Küstenpfote Hundeboutique



Geöffnet Samstag
11 – 14 Uhr oder
täglich mit Termin

Tel.: 04834/7321591,
Wulfenweg 5, Wds.-Stintek
www.kuestenpfote-boutique.de

minibar
CAFÉ & VINOTHEK

1.6., 19⁰⁰: „Reingeschnuppert“
Wein-Basisseminar
verkostet werden 10 Top-Weine
€ 49,- inkl. Wasserpauschale & Snacks
Anmeldung unter 04834/95100 oder unter
events@zur-alten-post-buesum.de
Schmiedestraße 1 • Geöffnet: täglich ab 17 Uhr
WWW.MINIBAR-BUESUM.DE

Wo gibt es Büsum spontan?

Fast überall, wo es Brötchen
gibt, an den Tankstellen, beim
TMS und im Internet unter
www.buesum-spontan.de

Sa.: Selfcare-Day im Watt'n Hus

Beim ersten Selfcare Day am Meer können die Teilnehmer bewusst eine Auszeit von den täglichen Anforderungen nehmen. Die Einheiten eignen sich für Menschen aller Fitnesslevel und Vorkenntnisse. Es geht nicht darum, sich zu überfordern, sondern vielmehr darum, in den eigenen Körper hineinzuhorchen und ihm das Maß an Aufmerksamkeit und Bewegung zu schenken, die er benötigt. Nach der Begrüßung inklusive Atem- und Achtsamkeitsübungen wird es eine Einführung in Qi Gong geben. Weiter geht es mit Yoga: sanfte Atemübungen, um bewusst in den Tag zu starten und frische Energie zu tanken.

Eine Heilpraktikerin informiert anschließend zum Thema „Darm krank- alles krank“ über die Zusammenhänge von Darmgesundheit. Nach einer Mittagspause gibt es Pilatesübungen, gefolgt von einem Vortrag zum Thema „Gelassener werden durch Achtsamkeit“. Danach schenkt ein Gong- Workshop wundervolle Ruhe und Wohlbefinden. Die Abschlussmeditation mit Musik beendet das Programm. Weitere Infos und das Programm sind auf www.buesum.de sowie im Programmflyer zu finden.

Sa, 9:00 Uhr im Watt'n Hus

Tickets € 95,- an der

Touristinfo oder im Online-Shop

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

Sudoku

Das Diagramm ist mit den Zahlen 1 bis 9 aufzufüllen. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und jeder Spalte sowie in jedem 3x3-Feld nur ein Mal vorkommen. **Auflösung in der nächsten Ausgabe**

© Kanzlit

Wetter			
Di	Max: 16 °C Min: 13 °C	umlaufend 11 – 23 km/h Böen – 32 km/h	
Mi	Max: 17 °C Min: 13 °C	11 – 28 km/h Böen – 41 km/h	
Do	Max: 17 °C Min: 12 °C	9 – 15 km/h Böen – 30 km/h	

www.meteomedia.de • www.unwetterzentrale.de

Polizei 110 • Feuerwehr/Rettungsd./Notarzt 112
Ärztl. Notdienst 116 117
Anlaufpraxis im Ärztezentrum, Westerstr. 30

Apotheken-Notdienst 0800 00 22 8 33
Handy-Kurzwahl 22 8 33* oder www.aksh-notdienst.de

Zahnärztl. Notdienst (04 81) 68 37 17 55
Tierärztl. Notdienst SH (04 81) 85 82 39 98

* max.
69 ct/min



AQUARIUM AM HAFEN

Eine Reise durch das Weltmeer,
von der Nordsee bis zur Quelle



Öffnungszeiten:
täglich 11-17 Uhr



Am Fischereihafen 19 • Büsum
aquarium.buesum@gmail.com



Kolles Alter Muschelsaal

Di. ab 17 Uhr geöffnet
Mi. – So. durchgehend warme
Küche von 12 – 21 Uhr
Montag Ruhetag
www.hotel-alter-muschelsaal.de
04834-2440 • Hafenstraße 27

SIKU-WELT auf 550 m²



Mi/Do/Fr ab 14 Uhr & Sa/So ab 11 Uhr
im Landwirtschaftsmuseum Meldorf
Jungfernstieg 4b • www.hof-mohr.de

Nordsee-Massagen

**Exklusive Kosmetik
Fußpflege**

**Jetzt neu: wir kommen
auch zu Ihnen!**

Buchen Sie jetzt Ihren Termin

Blauort 1 | Büsum | Tel. 04834/7004076
www.nordsee-massagen.eu

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

0 39 44 – 3 61 60
www.wm-aw.de (Fa.)



HOTEL allen Post seit 1889

Hafenstraße 2 – neben der Kirche
Tel. 04834-95100 • www.zur-alten-post-buesum.de

Erster deutscher Spargel

Drillinge | Sauce Hollandaise
dazu Schinken oder Lachs

ab € 24,50

Jetzt wieder von 12 bis 16 Uhr mit
kleiner Mittagkarte und
ab 17 Uhr mit der Abendkarte geöffnet

Impressum

Gesamtherstellung: Klüwerbung
Werbeagentur & Verlag e. K.
Kai Klüwer

Trischenweg 12 • 25761 Büsum
Tel.: (0 48 34) 960 480 Fax: 960 488
E-Mail: info@buesum-spontan.de
Fotos: Klüwerbung, TMS, Veranstalter
Der Verlag übernimmt keine Haftung
für die Richtigkeit der Terminangaben
Anzeigenpreisliste Nr. 10 vom 1.3.23