

Aktuelle Nachrichten

News aus Henstedt-Ulzburg

Veröffentlicht am 16. August 2018

[IGEK „hu2030+“ – Letzte Chance zum Mitmachen! Veranstaltungen für Senioren und Jugendliche](#)

Seit dem Startschuss für das Integrierte Gemeindeentwicklungskonzept (IGEK) unter dem Motto „hu2030+“ im April 2018 haben bereits sechs Bürgerbeteiligungsveranstaltungen, eine Zielgruppenveranstaltung und ein Fachworkshop stattgefunden. Entsprechend viele Anregungen sind beim IG EK-Team zum aktuellen Stand und zur Zukunft Henstedt-Ulzburgs eingegangen. Das Team bedankt sich herzlich bei allen, die sich beteiligt haben – vor allem bei den Bürgerinnen und Bürgern, die zu den öffentlichen Veranstaltungen gekommen sind!

[Weiterlesen ... IG EK „hu2030+“ – Letzte Chance zum Mitmachen! Veranstaltungen für Senioren und Jugendliche](#)

News aus Henstedt-Ulzburg

Veröffentlicht am 15. August 2018

Christopher Schacht ist erst 19 Jahre alt, als er eine verrückte Idee in die Tat umsetzt. Mit 50 Euro in der Tasche reist er allein um die Welt. Nur mit Freundlichkeit, Flexibilität und Arbeitswillen ausgestattet, ohne Flugzeug, ohne Hotel, ohne Kreditkarte ist er vier Jahre unterwegs. Er hat 45 Länder bereist und 100.000 Kilometer zu Fuß, per Anhalter und Segelboot zurückgelegt.

Gemäß der Traditionellen Chinesischen Medizin beeinflussen Lebensmittel gezielt unsere Organe – und haben damit wesentlichen Einfluss auf unsere Stimmung. Anastasia Zampounidis erklärt, welche Gerichte zu welchen emotionalen Bedürfnissen passen. So bereiten Suppen, Salate, Hauptspeisen, Desserts und Smoothies nicht nur dem Gaumen Freude, sondern auch dem Gemüt. Seit über einem Jahrzehnt verzichtet Anastasia Zampounidis auf Zucker und hat dafür ein Vielfaches an Energie und Lebensfreude gewonnen.