

Adressenliste und Informationen zur Sendung:

**Nordtour**

**Sendetermin: Sonnabend, 13. März 2021, 18.00 bis 18.45 Uhr**

*(Wiederholung: 07.03.2021, 6.00 Uhr)*

Moderation: Thilo Tautz

## Reporterin unterwegs: Wellness zu Hause

Nach dem Winter und dem Lockdown sehnen wir uns alle nach "Wohlfühl-Momenten" und Wellness. Sauna, Massage und Beautysalon haben schon lange zu - warum also nicht einfach zu Hause selber machen? Aber geht das auch mit der Familie? Judith Wolters hat es ausprobiert. Unterstützung hat sie von Oscar. Er ist der Sohn einer befreundeten Familie und 11 Jahre alt. Die Idee zur Wellness findet er super. Zum Einsatz kommen aber nur selbstgemachte Cremes, Masken und Zusätze. Dazu nutzen die beiden das, was sicherlich die meisten von uns in der Küche haben: Zucker, Salz und sogar der alte Kaffeesatz ist da noch nützlich. Alles voll biologisch und ohne Zusätze. Gesundes Obst, Öle, Getreide- und Milchprodukte geben die Aromen und die Konsistenz - da sind der Fantasie fast keine Grenzen gesetzt. Und auch für die, die keine Sauna oder Badewanne zu Hause haben, gibt es eine Alternative, die die beiden getestet haben: eine "Ein-Mann-Sauna" und eine aufblasbare Badewanne.

## Obstbaumkunde für Anfänger: Buch "Obstbäume verstehen"

Für die meisten Obstbäume ist für das Beschneiden am Ende des Winters der ideale Zeitpunkt. Denn jetzt dauert es nicht mehr lange, bis die Wachstumsphase und damit die Wundheilung einsetzt, sagt Olaf Ochsen. Etwa 1.000 Bäume braucht es, um nach und nach ihr Wesen zu verstehen und um wirklich versiert und mit Bedacht ans Werk gehen zu können. Weil das für einen Laien schwierig ist, rät er, sich immer einen Fachmann zu holen. Doch woher? Gutes Handwerk ist auch hier selten geworden und die Baumverständer, die es können sind ausgebucht. Olaf Ochsen nimmt keinen neuen Kunden mehr an, bis Mai ist sein Terminkalender voll. Also: mit entsprechender Literatur selbst einsteigen in die grüne Materie! Gerade im Haupt Verlag erschienen: "Obstbäume verstehen", von der Autorin Annekathrin Schmid, die selbst Laie ist und deshalb ein Buch zum Grundverständnis geschrieben hat.

**Buch: „Obstbäume verstehen: Was alle Gärtnerinnen und Gärtner wissen sollten“** von Annekathrin Schmid, Haupt Verlag, ISBN-Nr. 978-3258082189

## Corona-Cartoons aus der Quarantäne

Momentan sind viele Menschen zu Hause, teilweise im Homeoffice, teilweise in Isolation. Sechzehn Hamburger Künstlerinnen und Künstler haben nun für ein neues Buch „Cartoons aus der Quarantäne“ gezeichnet. Doch was zeigen die Bilder und wo wurden sie entworfen? Wie kritisch wird die Pandemie gezeigt? Mit zwei Stars der Szene, Maren Amini und Til Mette, sowie dem Verleger, Klaas Jarchow, präsentieren wir das neue Buch und machen Lust, sich die Cartoons anzugucken.

**Buch: „Corona-Cartoons aus der Quarantäne“** vom KJM Buchverlag, Til Mette (Illustrator), ISBN-Nr. 978-3961941261

### **Unterwegs mit dem Gravel-Bike: Rennrad und Mountainbike**

Bei den sportlichen Radfahrern gab es bis vor kurzer Zeit zwei Fraktionen: Die Rennradfahrer und die Mountainbiker. Jetzt kommt eine dritte Gruppe dazu, die rasant wächst: die Gravel-Biker. Das Gravel-Bike ist eine Mischung aus Rennrad und Mountainbike. Gemacht für die Straße und das Gelände. Was ist so toll daran und ist das Gravel-Bike wirklich eine Allzweckwaffe?

### **Tierisches Ueckermünde: Tierpark, Buchhandlung und Fischerei**

Ueckermünde - im Sommer ist die Stadt am Stettiner Haff bei den Urlaubern beliebtes Seebad. Hunderte sonnen sich am Strand. Doch auch im Winter hat die Stadt ihre Reize, gar tierische Aspekte. Jederzeit einen Ausflug wert: Der Tierpark. Mehr als 400 Tiere sind dort zu Hause. Seit fast einem Jahr halten die beiden Löwen Lula und Aramis die Besucher in Atem. Denn irgendwie will es zwischen ihnen nicht so recht funken. Dabei würden sich alle über Nachwuchs freuen. Ganz anders ist das zwischen "Tiger" und den Leseratten am Haff. Denn in der Friedrich-Wagner-Buchhandlung ist der rothaarige Kater namens Tiger mehr als ein lebendes Maskottchen des Buchladens. Ach ja, und frischen Fisch - den gibt's in Ueckermünde jeden Tag. Denn im Gegensatz zu vielen anderen Regionen sind hier noch mehr als zehn Fischer aktiv und bei ihnen kann man sich quasi vom Kutter Hecht, Zander und Co. holen.

#### **Tierpark Ueckermünde**

Chausseestraße 76  
17373 Ueckermünde  
Tel.: 039771 5494-0  
E-Mail: [info@tierpark-ueckermuende.de](mailto:info@tierpark-ueckermuende.de)

#### **Tourist-Info Ueckermünde**

Altes Bollwerk 9  
17373 Ueckermünde  
Tel.: 039771 28484  
E-Mail: [info@ueckermuende.de](mailto:info@ueckermuende.de)

#### **Friedrich-Wagner-Buchhandlung**

Ueckerstraße 79  
17373 Ueckermünde  
Tel.: 039771 54626  
E-Mail: [buecher@ueckerstr79.de](mailto:buecher@ueckerstr79.de)

### **Das Architekturjahrbuch Hamburg: Unterwegs mit Autor Claas Gefroi**

Die Hamburgische Architektenkammer gibt jedes Jahr ihr Architekturbuch heraus und beurteilt darin die Neubauten Hamburgs. Mit Autor Claas Gefroi zeigen wir spannende und fragwürdige Neubauten, zum Beispiel die Hochwasserschutzanlage an den Landungsbrücken, den Baakenpark und Grasbrook.

**Buch: „Architektur in Hamburg - Jahrbuch 2020/2021“** herausgegeben von Hamburgische Architektenkammer, Junius Verlag, ISBN-Nr. 978-3-96060-526-3

### **Wiederverwerten statt wegwerfen: Das Kieler Sozialkaufhaus**

Wiederverwerten statt wegwerfen - das ist das Motto des Kieler Sozialkaufhauses Echt.Gut. Auf 1000 Quadratmetern sammelt sich alles, was die einen nicht mehr brauchen und andere suchen: Klamotten, Spiele, Geschirr, Möbel. Die meisten Sachen sind Spenden - größere Stücke werden von den Mitarbeitern auch abgeholt und bei Bedarf repariert. In der Holzwerkstatt werden auch neue Stücke hergestellt. Normalerweise von Langzeitarbeitslosen und Wohnungslosen, die von der Stadtmission unterstützt werden - im Moment von Werkstattleiter Bernd Bartelsen, der die Stellung hält. Denn obwohl das Kaufhaus für Besucher geschlossen ist, geht der Verkauf online weiter. Mitarbeiterinnen sortieren Klamotten, Spiele und Bücher und Kim Hase fotografiert alles

und präsentiert es auf Facebook und bei Instagram. Zum einen, damit das Kaufhaus überlebt, aber auch, damit Schnäppchenjäger und Sparsame weiter einkaufen können.

### **Sozialkaufhaus Echt.Gut**

Hasseer Str. 49-51

24113 Kiel

Tel.: 0431 26044570

E-Mail: info@echtgut-kiel.de

### **Nachhaltiges Bier aus Brot**

Die Brauerei Wildwuchs in Wilhelmsburg denkt nachhaltig. Deshalb brauen sie nun Bier – und zwar aus Brot. Genauer gesagt aus altem unverkauftem Brot. Dafür haben sie sich extra einen eigenen Weg ausgedacht, wie aus dem Brot Flüssigbrot wird. Wir schauen uns an, wie das gehen soll und schmecken mal vor, ob es eher Schwarzbrot, Weißbrot oder Igitt ist.

### **Brauerei Wildwuchs**

Jaffestraße 8

21109 Hamburg

Tel.: 040 33492366

Öffnungszeiten: Dienstag / Mittwoch /  
Freitag 10-16 Uhr Werksverkauf

### **Der letzte seiner Zunft? Drechslermeister Karl Decker in Lübeck**

Langsam frisst sich das Dreheisen in das Werkstück, schält die Konturen aus dem Rohholz. Das Handwerk ist 4.000 Jahre alt, das Werkstattgebäude an der Wakenitz rund 100 und Drechslermeister Karl Decker fast 74 Jahre. „Aber nach mir kommt kaum noch einer – kein einziger Azubi im ganzen Land in diesem Jahr“, sagt Decker. Tischlereien mit Drehbank – da gibt es viele. „Aber echte Drechslermeister, die unser Handwerk beherrschen, die sterben aus.“ Gedrechselt werden seit vorgeschichtlichen Zeiten Gebrauchsgegenstände, Kunsthandwerk und Kunstgegenstände. „Die Grenze lässt sich da schwer ziehen“, sagt Decker: „Mir ist es wichtig, altes Handwerk mit neuen Ideen und mit wiederentdecken Traditionen zu verbinden.“ Handspiegel, Türklinken, Schalen, Dosen, Becher, Kisten, Schatullen – alles im Programm. Außerdem stellt Decker einen nachhaltigen Weihnachtsbaum her. Die Nante Perjamide. Eine Art Vorläufer der Weihnachtstanne aus dem frühen 18. Jahrhundert. Ein pyramidenartiges Gestell aus vier Stäben und Einlegeböden, bis zu 1,80 m hoch. Zerlegbar, nachhaltig. Und, so Decker, auch als Osterbaum oder geschmückter Jahreszeitenbaum zu verwenden. Und seine Salzstreuer, eine Kleinigkeit – aber als Verschluss nutzt er die Kappen von Tetrapaks. Upcycling im Kunsthandwerk.

Seit 2018 gehört das Drechslerhandwerk zum immateriellen Kulturerbe in Deutschland.

Aber - das Handwerk stirbt aus. Kein Azubi in diesem Jahr in Schleswig-Holstein – und bundesweit – ganze drei. "Ich bin ein Auslaufmodell - aber ich mache weiter, ich kann nicht stillstehen," sagt Decker. Und setzt das Dreheisen wieder an, schält Span um Span die Form heraus – bis zum Schluss.

### **Karl Decker Holz+Design**

Gartengang 9

23562 Lübeck

Tel.: 0451 3174848

**Kiezcake: St. Pauli zum vernaschen**

Kelly Hildebrandt ist eigentlich Buchhalterin. Und sie backt gerne. Zur Entspannung hat sie deshalb vor vier Jahren begonnen, in ihrer Freizeit kunstvolle Gebäude aus Teig und Zuckerguss herzustellen- zum Beispiel das "Grand Budapest Hotel".

Die Kanadierin kam 2017 der Liebe wegen nach Hamburg - und hat sich sofort auch in die Stadt verliebt, sagt sie. Besonders in ihren Wohnort St. Pauli. In diesem Jahr war es ihr deshalb ein Anliegen, die durch den Lockdown hart getroffenen Kultkneipen zu würdigen. Silbersack, Zur Ritze, Hongkong Bar, goldener Handschuh - mit großer Liebe zum Detail erschafft sie den Kiez aus süßen Miniaturen. Ihre Backkunst schenkt sie meistens den Kneipen zur Unterstützung, zum Beispiel als Fundraiser im "Silbersack". Denn Solidarität und knorrige Kneipen sind zwei Dinge, die St. Pauli eben ausmachen.

E-Mail: [Kells@kiezcake.com](mailto:Kells@kiezcake.com)

---

Alle Angaben ohne Gewähr! Bitte beachten Sie, dass es Corona-bedingt zu Änderungen, Einschränkungen oder Schließungen kommen kann.

Stand: 10.03.2021

Die ARD/NDR Mediathek bietet viele Radio- und Fernsehbeiträge aus den NDR Programmen zum kostenlosen Abruf im Netz. Nutzer können sich ihr eigenes Programm zusammenstellen. Die ARD/NDR Mediathek erreichen Sie wie folgt: [www.ardmediathek.de](http://www.ardmediathek.de)

Informationen zur Sendung finden Sie auch im Internet: [www.ndr.de/nordtour](http://www.ndr.de/nordtour) oder im NDR Text ab Seite 530.

Vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Sendung. Nordtour gibt es jeden Samstag in der Zeit von 18.00 bis 18.45 Uhr im NDR Fernsehen. Die Sendung wird in der Regel sonntags um 6.00 Uhr im NDR Fernsehen wiederholt.

Freundliche Grüße | Ihr Nordtour-Team