

Eutin

Hier zu Hause

Glasfaser:
Erst 24 Prozent

EUTIN/KASSEEDORF Es gibt eine Verlängerung: Auf den 30. April haben die Stadtwerke Eutin (SWE) die Anmeldefrist für schnelles Internet in Kasseedorf verschoben. Aktuell werde eine Anschlussquote von 24 Prozent für den Breitbandausbau erreicht. Bis Ende April hätten alle Bewohner des Ortes Kasseedorf die Möglichkeit, sich eine Breitbandversorgung durch die SWE zu sichern, kündigte der Kaufmännische Leiter, Alexander Baumgärtner, an. „Sagau und Stendorf gehen in den Bau“, bekräftigte er, nach dem Erfolg in Sagau und Stendorf wollten die SWE nun auch den Hauptort der Gemeinde erschließen. Für Anträge innerhalb der Anmeldefrist entfällt eine Anschlussgebühr in Höhe von 800 Euro. Die Nachfrage in Stendorf und Sagau habe bereits vor Ablauf der Anmeldefrist die erforderliche Quote deutlich überschritten. 60 Prozent seien wichtig, damit ein Ausbau auch wirtschaftlich sei, sagt Baumgärtner. Die Quote liege in Stendorf bei 100 Prozent, und auch Sagau habe bereits 75 Prozent übertrafen. oha

Todesfall im
Eutiner Seepark

EUTIN Eine brennende Kerze erinnerte diese Woche im Seepark an einen Todesfall: Montagmorgen ist ein Mensch im Park einem Herzinfarkt erlegen. oha

Auf die vegane Tour...

Psychotherapeut Andreas Lorenz will 4000 Kilometer durch Skandinavien radeln – und sich dabei ausschließlich pflanzlich ernähren

EUTIN Hafermilch, Mandelmilch, Avocado, Rohkakao, Zitronensaft, Kardamom und frische Datteln für die Süße: Andreas Lorenz listet die Zutaten eines selbst gemachten Schokopuddings auf, den er – garniert mit Cashew-Kernen – spontan seinem Gast serviert. Früher, das ist schon ein paar Jahrzehnte her, habe Currywurst zu seinen Lieblingsgerichten gezählt, berichtet der 65-jährige Eutiner. Doch dann hätten der Tod seines Vaters, der an einem Herzinfarkt starb, und sein eigenes körperliches Befinden ihn zum Umdenken gebracht.

Der gebürtige Berliner gab das Rauchen auf und stieg auf vegetarische Ernährung um. Seit etwa vier Jahren ernährt er sich vegan. Die Pflanzenkost bekomme ihm. „Ich fühle mich heute gesundheitlich besser als vor 30 Jahren“, sagt Lorenz und wirkt dabei keineswegs wie ein verbissener Ernährungsextremist, sondern gut gelaunt und entspannt.

Entspannt geht der groß gewachsene Mann mit dem breiten Lachen auch das Vorhaben an, auf das er sich seit mittlerweile einem Jahr intensiv vorbereitet: 4000 Kilometer will er von Anfang Mai bis Ende September durch Skandinavien fahren – mit dem Fahrrad. Kopenhagen, Stockholm, Oslo und Bergen liegen auf seinem Weg, mindestens zehn Mal steigt er auf eine Fähre. Übernachten will er im Zelt oder als Couchsurfer.

Ein großes Thema werde unterwegs die Ernährung. „Das ist für mich die spannende Frage: Wie schaffe ich es, mich über diesen Zeitraum vegan zu ernähren, und



Auf dem Rahmen seines High-Tech-Fahrrads weist Andreas Lorenz auf seinen Reise-Blog hin.

SCHRÖDER

das so gut, dass ich auch diese körperliche Herausforderung bewältige“, umreißt Lorenz die Herausforderung.

Jeden Morgen presst er sich einen grünen Saft aus Gurke, Stangensellerie, Fenchel, Sprossen, eventuell einigen Wildkräutern und etwas frischem Ingwer. Die Gepäckfrage „Camping-Kochgeschirr oder Handsaftpresse?“ fiel daher zu Gunsten der Presse aus. Frisches Grün gebe es schließlich überall in der Natur und frisches Gemüse könne er sich überall kaufen. Ein Leben ohne warmes Essen? „Das habe ich jetzt zwei Monate lang getestet: nur Salate, Körner, Buch-

weizen, Mandeln – das ist mir wunderbar bekommen.“

Lorenz fährt allein. Seiner Frau wäre die Fahrt zu heftig, sagt er. Immer wieder sei sie gefragt worden, wie es denn sein könne, dass er sie nun fünf Monate allein lasse. Dazu hat Lorenz, der seit 35 Jahren als Paar- und Familientherapeut arbeitet, einiges zu sagen. „Ich kann nur das behaupten, was ich auch loslassen kann“, heiße es in der Therapeuten-Szene. „Ich habe viele erlebt, die gesagt haben, das hätte ich gerne gemacht, aber mein Partner wollte ja nicht.“ Das will Lorenz vermeiden. „Jeder muss für sich erkunden im Leben, was ist mein

Ding. Deshalb mache ich das.“ Seine beiden erwachsenen Söhne fänden das toll: „Papa ist der Hammer: 4000 Kilometer mit dem Fahrrad durch Skandinavien“, habe

„Jeder muss für sich erkunden im Leben, was ist mein Ding. Deshalb mache ich das.“

Andreas Lorenz
Vegane Genuss-Radler

einer gerade auf Facebook geschrieben. Immerhin wird sich Lorenz unterwegs mit seiner Frau treffen: Zu Beginn in Dänemark und später in Stockholm. Schließlich wolle

er sich nichts beweisen, sondern die Reise genießen.

Ein Genuß für Fahrradfans ist auch das Gefährt, das sich Lorenz für die Radtour seines Lebens gekauft hat. Dank Tretlager-Getriebe mit 18 Gängen will er jeden Steigung erklimmen – und davon gibt es einige. Allein der Lysefjord in Norwegen halte 1000 Höhenmeter bereit, insgesamt seien es 42000 Höhenmeter. Lorenz hat einen Internet-Blog eingerichtet, auf dem er bereits jetzt intensiv über seine Vorbereitungen berichtet. Unterwegs werde das seine Kommunikationsbrücke sein. Bernd Schröder

> www.veganbiketrip.com

Brille zum
Nulltarif.

Die **Nulltarif-Versicherung** von Fielmann und der HanseMercur: Für 10,- € Prämie pro Jahr sofort eine Brille aus der neuen Collection. Mit Einstärkengläsern von Carl Zeiss Vision. Drei Jahre Garantie. Und alle zwei Jahre eine neue Brille, kostenlos.

Jederzeit Ersatz bei Beschädigung oder Sehstärkenveränderung ab 0,5 Dioptrien. **Brille: Fielmann.**

www.fielmann.com

fielmann