

# Hölle und Himmel – Gute Geister gesucht

13. bis 17. Juli: Ferienprojekt für Zehn- bis Vierzehnjährige im Museumslabor des jungen museums Kyritz

**KYRITZ.** Das Kultur-Kloster Kyritz steckt voller guter Geister. Sie haben hier gewohnt und gearbeitet. Über die Jahrhunderte sind Spuren von ihnen geblieben und auch heute gibt es viele Menschen in Kyritz, die Gutes tun. Museumskuratorin Susanne Lehmann lädt für die Sommerferien ein: „Lasst uns die ‚Guten Geister‘ wiederfinden! Im Projekt ‚Hölle und Himmel‘ bauen wir einen besonderen Altar eurer Träume, Sorgen und Wünsche. Früher, als nur wenige Menschen lesen konnten, gab es Bildergeschichten oft nur in der Kirche auf dem Altar. Diese konnten den Menschen Angst machen, zum Beispiel vor der Hölle, oder Mut geben und auch lustig sein. Welche Geschichten findet ihr spannend, traurig, lustig? Welche Bilder passen heute dazu? Aus Magazinen schneiden wir Fotos und Textstücke und erstellen Cut-up-Geschichten und Gedichte. Bringt gern alte Zeitschriften mit, die wir für eure Kunst recyceln.“

Das Ferienprojekt mit dem Bildenden Künstler Jan Beumelburg und der Dichterin Odi-



Lasst uns die ‚Guten Geister‘ wiederfinden! Im Projekt ‚Hölle und Himmel‘ bauen wir einen besonderen Altar eurer Träume, Sorgen und Wünsche.

Susanne Lehmann  
Museumskuratorin

le Kennel ist für Kinder und Jugendliche von zehn bis 14 Jahren gedacht. Alle Sprachen sind willkommen. „Hölle und Himmel“ findet statt im Museumslabor des jungen museums in der Hamburger Straße in Kyritz vom Montag, dem 13. Juli, bis zum Freitag, dem 17. Juli, jeweils von 10 bis 15 Uhr. Das Mittagessen ist inklusive. Das Ferienprojekt „Hölle und Himmel“ wird gefördert durch „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und durch den Deutschen Museumsbund. WS

Es wird um Anmeldung per E-Mail: [museum@kyritz.de](mailto:museum@kyritz.de) oder per Tel. 033971/85277 gebeten.

Im Museumslabor des jungen museums in Kyritz findet ein besonderes Ferienprojekt statt. Foto: Veranstalter

## Ihre Geschichte, unser Museum

**KYRITZ.** Das künftige junge museum im Kultur-Kloster Kyritz sucht Dinge, die vom Leben in Kyritz erzählen – besonders aus der Zeit vor 1990. Gesucht werden Erinnerungstücke wie Fotos, Dokumente und Alltagsgegenstände mit persönlicher Geschichte. Die Objekte können als Leihgabe oder dauerhaft zur Verfügung gestellt werden. Gesucht werden auch Möbel mit Geschichte, die im Ausstellungsraum weiterverwendet werden sollen. Museumskuratorin Susanne Lehmann lädt ein: „Kommen Sie am Samstag, dem 11. Juli, ins Museumslabor in der Hamburger Straße 32 und bringen Sie Ihre Erinnerungstücke mit.“ Bei größeren Objekten bittet sie darum, vorab Kontakt aufzunehmen. WS

Kontakt: E-Mail: [museum@kyritz.de](mailto:museum@kyritz.de), Tel. 033971/85277

Junggeflügel- und Futtermittelverkauf			
Legereife Junggehennen (br., schw., w6) 13 €. Blauserber, Sussex, Königsberger, Marans, Grünleger, Hähne, Broiler, Mularden, Pekingerenten und Flugenten. Alle Tiere sind geimpft. Auch Annahme von Bestellungen am LKW.			
<b>Verkauf Dienstag 7.7.</b>			
7.30 Kantow Kirche	12.00 Wutke Gemeind.	12.10 Vehlou Kirche	7.20 Lasikow Kirche
7.40 Lögow Gemeind.	12.10 Vehlou Kirche	12.25 Demerthin Kirche	7.25 Nackel Feuerw.
7.50 Triefplatz Bush.	12.25 Demerthin Kirche	12.35 Gumtow Feuerw.	7.35 Segeletz Bush.
8.00 Dessow Feuerw.	12.35 Gumtow Feuerw.	12.45 Granzow Bush.	7.50 Dreetz Feuerw.
8.10 Ganzer Feuerw.	12.45 Granzow Bush.	12.55 Schönshag. Kirche	8.05 Köritz Kirche
8.20 Metzelthin Bush.	12.55 Schönshag. Kirche	13.05 Görke Bush.	8.15 Hohenofen Feuerw.
8.25 Gartow Gemeind.	13.05 Görke Bush.	13.15 Vehin Feuerw.	8.25 Sieversdorf Busschleife
8.35 Wusterhaus. alt.Netto	13.15 Vehin Feuerw.	13.30 Kunow Waage	8.40 Neuendorf Konsum
8.50 Bückwitz Kirche	13.30 Kunow Waage	13.40 Döllen Feuerw.	8.50 Zernitz Kirche
9.00 Kamppehl Feuerw.	13.40 Döllen Feuerw.	13.45 Zarenthin Mitte	8.55 Zernitz B. Bush.
9.15 Plänitz Bush.	13.45 Zarenthin Mitte	13.50 Bärenspr. Bush.	9.05 Lohm Bush.
9.25 Leddin Bush.	13.50 Bärenspr. Bush.	13.55 Dannenw. Kirche	9.15 Joachimsh. Bush.
9.45 Kyritz Bahnhof	13.55 Dannenw. Kirche	14.05 Kolrep Kirche	
10.00 Holzhaus. Konsum	14.05 Kolrep Kirche	14.15 Brösenhag. Kirche	
10.10 Schönern. Kirche	14.15 Brösenhag. Kirche	14.30 Bork Kirche	
10.20 Stüdenitz Kirche	14.30 Bork Kirche	14.35 Lellichow Bush.	
10.30 Breddin Kirche	14.35 Lellichow Bush.	14.40 Ganz Bush.	
10.40 Kötzin Waage	14.40 Ganz Bush.	14.45 Teetz Telefontz.	
10.50 Barenthin Feuerw.	14.45 Teetz Telefontz.	14.55 Wulkow Bush.	
11.00 Berlitz Kirche	14.55 Wulkow Bush.	15.10 Tomrow Mitte	
11.10 Rehfeld Bush.	15.10 Tomrow Mitte	15.15 Schönberg Bush.	
11.25 Mechow Waage	15.15 Schönberg Bush.	15.20 Tramitz Kirche	
11.35 Gantikow Kirche	15.20 Tramitz Kirche	15.25 Brunn Kirche	
11.45 Rüdow Bush.	15.25 Brunn Kirche		
11.50 Drewen Bush.			
	<b>Nächste Tour Di. 21.7.</b>		

**GLÜCK SCHENKEN?**  
...UNSERE FAMILIENANZEIGEN!

Ganz einfach inserieren. Wir beraten Sie gern:  
**0331 / 28 40 404**

**Robotik im ukrb erleben**

13.07.2026 | 15.00 - 18.00 Uhr

**Live: OP-Robotik für die Orthopädie im Rehasentrum**

Testen Sie moderne Medizin aus nächster Nähe: das OP-System der Orthopädie live im Therapie- und Rehasentrum ALTE SCHWIMMHALLE in Neuruppin. Lassen Sie sich die Technik erklären, werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen und kommen Sie mit Dr. med. Stefanie Donner, Chefärztin der Orthopädie, und ihrem Team persönlich ins Gespräch.

Ab 18 Uhr: Fachvorträge von Dr. med. Stefanie Donner, Prof. Dr. Dr. Weylandt, Chefarzt Gastroenterologie zum Thema Adipositas sowie von Marco Liebsch, Leiter des Rehasentrums, zu ambulanten Rehaangeboten.

Weitere Informationen finden Sie in unserem Veranstaltungskalender (QR-Code).

Gesundheit

ANZEIGE

# Megatrend in Deutschland angekommen: „Schlaf-Magnesium“ stürmt die Apothekencharts

Zu den „Neuprodukten des Jahres“ aufgestiegen: Baldriparan Magnesium PLUS wird zum Einschlaf-Star im Versandhandel

Magnesium als Einschlafhilfe ist in den USA längst ein Megatrend. Nun sorgt ein deutsches Präparat auch hierzulande für Furore: Baldriparan Magnesium PLUS wurde als eines der erfolgreichsten Neuprodukte 2025 im renommierten Online-Apotheken-Ranking<sup>3</sup> ausgezeichnet. Profitieren Sie jetzt von diesem Boom: Viele Probleme im Schlaf könnten mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Die bekannte Schlafmarke setzt auf die optimale Kombination der Inhaltsstoffe. Wir decken auf, welche Rolle Magnesium und Melatonin beim Einschlafen spielen können.

Ob stressiger Alltag, Sorgen, schwierige Entscheidungen oder die Beziehung – welche Gründe Betroffene auch wachhalten, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Unterstützung, die den Körper nicht belastet und den natürlichen Schlaf-Rhythmus wieder ins Gleichgewicht bringt. Der neue Schlaftrend aus den USA ist daher erstmal nicht verwunderlich. Statt auf Schlaftabletten setzen



Voll im Trend: Neue Einschlafhilfe von Baldriparan startet in Deutschland durch.

zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

### Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein für den Abend ist z. B. Magnesiumbisglycinat. Es enthält die

Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit.

### Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Ma-

dort viele auf das Mineral Magnesium. Aber lässt sich auch wissenschaftlich ein Zusammenhang zwischen Schlaf und Magnesium-Versorgung herstellen?

### Welche Rolle spielt Magnesium?

Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im

menschlichen Körper beteiligt. Vielen ist bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.<sup>1</sup> Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des

Nervensystems bei<sup>1</sup>, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.<sup>1</sup> Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies

gnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1 Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.**<sup>2</sup> So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan Magnesium PLUS**  
(PZN 19927395)  
[www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de)

Baldriparan® Magnesium Plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel • Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion und trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei. • Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen • DatamedIQ Ranking der CHC-Heroes 2025, <https://newsroom.datamediq.com/chc-heroes-2025> • \*OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden